

**SRI AUROBINDO**

**Briefe über den Yoga**  
**Erfahrung und Verwirklichung**

**Band 4**

## Inhaltsverzeichnis

1. Die Umwandlung des Mentals.....	4
II. ....	19
III.....	23
IV. ....	27
V.....	32
2. Die Umwandlung des Vitals.....	41
II. ....	49
III.....	50
IV. ....	54
V.....	71
VI. ....	78
VII. ....	85
VIII.....	92
IX. ....	103
X.....	126
XI. ....	137
XII.....	143
XIII.....	144
3. Die Umwandlung des Physischen.....	147
II. ....	163
III.....	167
IV. ....	172
V.....	180
VI. ....	190
VII. ....	197
VIII.....	214
IX. ....	249
X.....	259
4. Die Umwandlung des Unterbewussten und Unbewussten.....	284
II. ....	297
5. Die Schwierigkeiten des Pfades.....	300
II. ....	323
III.....	337
IV. ....	342
V.....	348
VI. ....	352
VII. ....	364
VIII.....	367
IX. ....	375
X.....	378
6. Der Widerstand der Feindlichen Kräfte.....	391
II. ....	397
III.....	400
IV. ....	403
V.....	406
VI. ....	412
VII. ....	419
VIII.....	420
ANHANG.....	428

Zu den Briefen Sri Aurobindos.....	428
Zeittafel .....	428
Glossar .....	430

# 1. Die Umwandlung des Mentals

**E**s gibt keinen Grund, warum man [das Licht usw.] über das denkende Mental nicht empfangen sollte, genauso wie man über das Vital, das Emotional und den Körper empfängt. Das denkende Mental besitzt wie diese die Fähigkeit zu empfangen, und da es wie das übrige umgewandelt werden muss, sollte es im Empfangen geschult werden – andernfalls könnte seine Umwandlung nicht stattfinden.

Es ist die gewöhnliche, unerleuchtete Tätigkeit des Intellektes, die ein Hindernis für die spirituelle Erfahrung darstellt, genauso wie die gewöhnliche, ungeläuterte Tätigkeit des Vitals oder das dunkle, sich töricht widersetzende Bewusstsein des Körpers ein Hindernis ist. Wovon der Sadhak hinsichtlich der falschen Denk-Vorgänge besonders gewarnt werden muss, ist erstens, mentale Ideen und Eindrücke oder intellektuelle Schlussfolgerungen für die Verwirklichung zu halten, und zweitens vor der rastlosen Tätigkeit des reinen Mentals, welche die spontane Genauigkeit der seelischen und spirituellen Erfahrung beeinträchtigt und für die Herabkunft des wahren, erleuchtenden Wissens keinen Platz lässt oder aber sie entstellt, sobald die menschlich-mentale Ebene voll berührt wird oder sogar noch vorher. Es gibt natürlich auch die üblichen Untugenden des Intellektes – sein Hang zu fruchtlosem Zweifel anstelle eines klaren Empfangens und einer ruhigen, erleuchteten Unterscheidung; seine Arroganz, welche ihn Dinge beurteilen lässt, die über ihn hinausreichen, ihm unbekannt sind und gemessen an den Normen seiner eigenen begrenzten Erfahrung zu tief für ihn sind; seine Versuche, das Überphysische mit Hilfe des Physischen zu erklären oder seine Forderung, höhere und okkulte Dinge mit Hilfe von Kriterien zu beweisen, die der Materie und dem Mental in der Materie eigen sind; andere mehr, die zu zahlreich sind, um hier aufgezählt zu werden. Ständig ersetzt er das wahre Wissen durch seine eigenen Darstellungen, Gestaltungen und Meinungen. Wenn aber der Intellekt hingegeben, offen, ruhig und aufnahmebereit ist, besteht kein Grund, warum er nicht ein Instrument für den Empfang des Lichtes oder ein Hilfsmittel für die Erfahrung spiritueller Zustände und die Fülle einer inneren Wandlung sein sollte.

\*

Einen entwickelten Intellekt zu haben, ist immer förderlich, wenn man ihn von oben erleuchten und einem göttlichen Zweck zuführen kann.

\*

Auch der Tumult der mentalen (intellektuellen) Aktivität muss zum Schweigen gebracht werden, genauso wie die vitale Aktivität des Begehrens, damit Ruhe und Frieden vollkommen werden. Wissen darf nur von oben kommen. In dieser Ruhe werden die üblichen mentalen Tätigkeiten ebenso wie die gewöhnlichen vitalen Tätigkeiten zu Oberflächenbewegungen, mit denen das schweigende innere Selbst nicht verbunden ist.

Die Befreiung ist notwendig, damit die Tätigkeiten der Unwissenheit durch das wahre Wissen und die wahre Lebens-Tätigkeit ersetzt oder umgewandelt werden können.

\*

Intellektuelle Tätigkeiten sind nicht Teil des inneren Wesens – der Intellekt ist das äußere Mental.

\*

Der Intellekt kann ein ebenso großes Hindernis sein wie das Vital, wenn er beschließt, seine eigenen [Gedanken-] Konstruktionen der Wahrheit vorzuziehen.

\*

Der Intellekt ist ein Teil des Mentals und wie das übrige Mental ein Instrument der Halb-Wahrheit.

\*

Was du gesagt hast, ist durchaus in Ordnung. Die Wahrheit zu erkennen, hängt nicht von einem großen oder kleinen Intellekt ab. Es hängt davon ab, ob man mit der Wahrheit in Verbindung steht und ein schweigsames und ruhiges Mental sie empfangen kann. Die größten Intellektuellen können die größten Fehler begehen und Wahrheit mit Falschheit verwechseln, wenn sie nicht den Kontakt mit der Wahrheit oder die unmittelbare Erfahrung [davon] haben.

\*

Die Aufgabe des Intellektes besteht darin, von den Wahrnehmungen des Mentals und der Sinne her zu urteilen, Schlussfolgerungen zu ziehen und die Dinge in logische Beziehung zueinander zu bringen. Ein wohl geübter Intellekt ist eine gute Vorbereitung des Mentals für größeres Wissen, vermag als solcher aber nicht, yogisches Wissen zu vermitteln oder das Göttliche zu erkennen – er kann vom Göttlichen nur Vorstellungen haben, doch bedeutet Vorstellungen zu haben nicht Wissen. Der Intellekt muss im Verlauf der Sadhana in das höhere Mental umgewandelt werden, das als solches ein Übergangsstadium auf dem Weg zum wahren Wissen ist.

\*

Der Intellekt der meisten Menschen ist höchst unvollkommen, schlecht geschult und halbentwickelt – daher sind die intellektuellen Folgerungen der meisten voreilig, unbegründet und irrig oder, wenn richtig, dann mehr aus Zufall als aus [eigenem] Verdienst oder einwandfreiem Funktionieren. Die Folgerungen werden ohne Kenntnis von Tatsachen oder von korrekten oder hinreichenden Daten gezogen, einfach durch einen voreiligen Rückschluss, wobei der Vorgang, durch den man von den Gegebenheiten zu den Rückschlüssen gelangt meist unlogisch und fehlerhaft ist – und da der Vorgang, durch den man zur Folgerung gelangt, anfechtbar ist, ist aller Voraussicht nach auch die Folgerung trügerisch. Dabei aber ist der Intellekt meist arrogant und dünkelhaft und verfißt seine unvollkommenen Rückschlüsse vertrauensselig als Wahrheit, während er solche, die nicht damit übereinstimmen, als fehlerhaft, dumm oder töricht herabsetzt. Selbst wenn er voll geübt und entwickelt ist, vermag der Intellekt nicht zur absoluten Gewissheit oder vollständigen Wahrheit zu gelangen; er kann aber zu einem Aspekt oder einer Seite der Wahrheit sowie zu einer vernünftigen oder glaubhaften Bestätigung kommen; ungeschult hingegen ist er ein reichlich unzulängliches Instrument – zur gleichen Zeit voreilig und keinen Widerspruch duldend, unsicher und unzuverlässig.

\*

Das Mental berichtet über die Dinge nicht wie sie sind, sondern wie sie ihm erscheinen. Es erfasst einzelnes, übersieht anderes; später vermischen sich Erinnerung und Einbildung und geben eine ganz andere Darstellung der Sache.

\*

Es ist nicht Willensschwäche oder ein Ergebnis der Passivität, sondern eine übereilte Entscheidung aufgrund eines mentalen Impulses. Das ist die gewöhnliche Bewegung des Mentals – und manchmal das Ergebnis einer bestimmten Art von sattwischem Eifer. Aufgrund der Eile aber nimmt man sich nicht genügend Zeit, die andere Seite zu sehen, die Mängel der getroffenen Entscheidung oder den etwaigen Einwand, der vorgebracht werden könnte. Friede ist die Grundlage, aber zum Frieden muss sich das Wirken eines bestimmten Lichtes von oben gesellen, wodurch jedes Ding in seinen richtigen Dimensionen als Ganzes erscheint – denn das Mental ist ohne die Führung durch ein solches höheres Licht bestenfalls unvollkommen und in seinen Wahrnehmungen meist einseitig.

\*

Die meisten Menschen ohne [echtes] Wissen neigen zur Starrsinnigkeit – sie haben ihre Ideen und wollen nicht, dass sie geändert werden oder ihre Starrheit beeinträchtigt wird.

\*

Der springende Punkt ist, dass sich die Menschen nicht die Mühe nehmen zu erkennen, ob ihnen ihr Intellekt die richtigen Gedanken, die richtigen Folgerungen, die richtigen Ansichten über Dinge und Personen vermittelt sowie die richtigen Hinweise über ihr eigenes Verhalten, ihre eigene Handlungsweise. Sie haben ihre Idee und akzeptieren sie als Wahrheit oder folgen ihr, einfach weil es *ihre* Idee ist. Selbst wenn sie erkennen, dass ihr Mental Fehler begangen hat, messen sie dem keinerlei Bedeutung bei und bemühen sich auch nicht um größere mentale Umsicht. Im vitalen Bereich wissen die Menschen, dass sie ihren Begierden und Impulsen nicht folgen dürfen ohne sie zu zügeln oder zu kontrollieren; es ist ihnen bekannt, dass sie ein Gewissen oder ein moralisches Empfinden haben sollten, das zwischen dem unterscheidet, was sie tun können oder sollten, und dem, was sie nicht tun können oder sollten; im intellektuellen Bereich ist man nicht so umsichtig. Es wird von den Menschen erwartet, dass sie ihrem Intellekt folgen, dass sie ihre eigenen Ideen haben und, ob richtig oder falsch, sie ohne Überprüfung geltend machen; der Intellekt ist, wie es heißt, des Menschen höchstes Instrument und hat seinen Ideen gemäß zu denken und zu handeln. Das aber ist nicht wahr; der Intellekt bedarf ebenso sehr wie das Vital eines inneren Lichtes, das ihn führt, prüft und kontrolliert. Es gibt etwas, das über dem Intellekt steht, das man entdecken muss, und der Intellekt sollte lediglich ein Mittler für das Wirken jener Quelle des wahren Wissens sein.

\*

Menschliches Denken erkennt, dass jedes Ding stets viele Seiten hat und es entscheidet seiner eigenen Neigung oder Vorliebe oder seinen gewohnten Ideen gemäß oder aus einem Grund, der sich dem Intellekt als der beste anbietet. Es gelangt zur wirklichen Wahrheit erst dann, wenn es durch etwas anderes ein höheres Licht empfängt – wenn die Seele oder Intuition es berührt und zum Fühlen oder Erkennen bringt.

\*

Viele Dinge sind nur deshalb schlecht, weil die Menschen sie so sehen. Dinge, die du für richtig hältst, empfinden andere als schlecht; was du für schlecht ansiehst, finden andere ganz in Ordnung.

\*

Die wahre Sache ist, alles mit unbewegter Ruhe zu betrachten – sowohl das „Gute“ als auch das „Schlechte“ als Oberflächen-Bewegung der Natur zu sehen. Dies aber in Wahrhaftigkeit ohne Irren, Egoismus oder falsche Reaktionen zu tun, bedarf eines Bewusstseins und Wissens, die nicht persönlichkeitsgebunden und begrenzt sind.

\*

Es ist durchaus üblich, dass intuitive Suggestionen auf diese Weise kommen und dass sie vom Mental nicht beachtet werden. Der Grund hierfür ist, dass das Mental daran gewöhnt ist, seinem eigenen (Denk-)Prozess zu folgen, und die Intuition, wenn sie kommt, weder erkennt noch ihr vertraut. Das Mental muss lernen, diese Dinge wahrzunehmen, wenn sie eintreten, und ihnen Wert beizumessen, wenn die Erfahrung ihre Wahrheit bestätigt.

\*

In der Sphäre des Spirits gibt es nur ewige Wahrheiten – dort ist alles in sich ewig, es gibt keine Entwicklung, nichts Unverwirklichtes, nichts, was danach trachtet, sich zu erfüllen. Etwas Derartiges wie Möglichkeiten gibt es daher [dort] nicht.

Im Leben hingegen ist alles ein Spiel von Möglichkeiten – nichts ist verwirklicht, alles trachtet danach, sich zu verwirklichen oder, wenn es noch nicht danach trachtet, wartet es hinter dem Schleier darauf. Nichts ist in seiner höchsten Form verwirklicht, in seiner Wahrheit oder Vollständigkeit, aber alles ist möglich. Alle diese Möglichkeiten stammen von den Wahrheiten über uns, zum Beispiel die Möglichkeit des Wissens, die Möglichkeit der Liebe, die Möglichkeit der Freude, usw.

Intellekt, Wille usw. sind Vermittler, die versuchen von den verborgenen höheren Wahrheiten etwas zu erhaschen, um sie in das Leben zu bringen, oder aber das Leben zu ihnen zu erheben, damit jene Möglichkeiten des Daseins hier [auf Erden] die vollendeten Wirklichkeiten werden mögen, die über uns bereits bestehen.

\*

Der Intellekt setzt sich aus Vorstellungen, Wahrnehmungen, Rückschlüssen zusammen. Der reine Verstand ist etwas ganz anderes, doch sind nur wenige fähig, ihn zu gebrauchen. Was das Wissen im Yoga anbelangt, so kommt es zuerst vom höheren Mental, das aber selbst nicht die volle Wahrheit, sondern nur Teile davon erkennt.

\*

Der reine Verstand befasst sich mit den Dingen als solchen, mit Ideen, Begriffen, mit der essentiellen Natur der Dinge. Er lebt in der Welt der Ideen. Seiner Natur nach ist er philosophisch und metaphysisch.

\*

Alles hängt von der Bedeutung ab, die du den verwendeten Worten verleihst; es ist eine Frage der Terminologie. Im allgemeinen sagt man, dass ein Mensch Intellekt habe, wenn er richtig denken kann; die Art, der Ablauf und der Bereich des Denkens spielen keine Rolle. Wenn du den Intellekt so auffasst, dann kannst du sagen, dass er verschiedene Bereiche habe und Ford dem einen Bereich des Intellektes angehöre und Einstein einem



anderen – Ford hat einen praktischen, ausübenden Geschäfts-Intellekt, Einstein einen wissenschaftlichen, entdeckenden und theoretisierenden Intellekt. In seinem Bereich theoretisiert, erfindet, entdeckt aber auch Ford. Dennoch, würdest du Ford als einen Intellektuellen oder einen Mann von Intellekt bezeichnen? Ich würde es vorziehen, für die allgemeine Fähigkeit des Mentals das Wort Intelligenz zu gebrauchen. Ford hat eine große und machtvolle praktische Intelligenz, scharfsinnig, rasch, sicher, dynamisch. Er hat einen Kopf, der auch mit Gedanken umzugehen weiß, aber selbst hier herrscht sein Hang zum Praktischen vor. Er glaubt zum Beispiel an Wiedergeburt (Metempsychose) nicht aus irgendeinem philosophischen Grund, sondern weil sie das Leben als eine Schule der Erfahrung erklärt, in dem man immer mehr Erkenntnis sammelt und sich hierdurch weiterentwickelt. Einstein andererseits hat einen hohen wissenschaftlichen Entdecker-Intellekt – nicht wie Marconi, der eine machtvoll praktische, einfallsreiche Intelligenz zur Anwendung wissenschaftlicher Entdeckungen besitzt. Alle Menschen haben natürlich irgendeine Art von „Intellekt“; zum Beispiel können alle diskutieren und debattieren (wofür, wie du richtig sagst, der Intellekt gebraucht wird); aber erst dann, wenn man sich in den Bereich der Ideen erhebt und sich dort frei umherbewegt, sagt man, „dieser Mensch hat Intellekt“. Wende dich an eine Versammlung von Bauern, und du wirst sehen, dass sie dir, wenn du ihnen Spielraum [für ihre Phantasie] gibst, ihren Standpunkt darlegen und Fragen stellen, die oft einen Parlaments-Abgeordneten nach Luft schnappen lassen würden. Wir aber begnügen uns damit zu sagen, dass diese Bauern viel praktische Intelligenz besitzen.

Die Fähigkeit zu diskutieren und debattieren ist, wie ich sagte, eine allgemeine menschliche Eigenschaft – und Gewohnheit. Vielleicht beginnt hier der Mensch, sich vom Tier zu unterscheiden; denn Tiere besitzen große Intelligenz, und viele Tiere, sogar Insekten, haben eine elementare Fähigkeit des praktischen Folgerns; aber soweit uns bekannt ist, kommen sie nicht zusammen, um ihre Anschauungen über Dinge zu vergleichen oder sich in einer Debatte an den Kopf zu werfen<sup>1</sup> wie es selbst die ungebildeten Menschen tun können – und sehr ausgiebig tun.

Diese Fähigkeit aber, obwohl ein Allgemeingut der Menschheit, wird sehr häufig auf eine [negative] Weise spezialisiert, so dass jemand, dem in einer Debatte über Literatur oder Wissenschaft zu begegnen gefährlich ist, wie ein Narr in einem Sumpf von Fehlern und Trugschlüssen umherwaten kann, wenn er über Politik und Wirtschaft oder meinetwegen Spiritualität und Yoga diskutiert. Seine einzige Rettung ist die segensreiche Tiefe seiner Unwissenheit, die ihn daran hindert zu erkennen, was er angerichtet hat. Und dennoch, ein Mensch mag in Fragen des Rechts oder der Politik, die einander meist die Hand reichen, scharfsinnig debattieren können, ohne intellektuell zu sein. Ich gebe zu, dass man einen gewissen logischen Intellekt haben muss, um gut debattieren zu können. Doch ist es schließlich das Ziel der Debatte, als Sieger hervorzugehen, seinen Standpunkt darzulegen, was man auch dann tun kann, wenn der Standpunkt falsch ist; der Erfolg und nicht die Wahrheit ist das Ziel einer Debatte. Deshalb stimme ich dir mit Vorbehalt zu.

Ich gehe auch damit einig, dass etikettierte Aufschriften, selbst wenn weniger entwickelte Personen damit versehen werden, unbefriedigend sind. In Wirklichkeit greifen wir nur ein hervorstechendes Merkmal heraus und etikettieren damit die Person als ob sie hieraus allein bestünde. Aber ohne [diesen Vorgang] ist eine Klassifikation unmöglich, und der Intellekt des Menschen hat immer das Bedürfnis zu klassifizieren,

---

<sup>1</sup> Vielleicht tun es die Krähen manchmal im Krähenparlament.

Unterscheidungen festzulegen und eine Sache mit einem Etikett versehen auf die Seite zu stellen. Die Philosophen haben darauf hingewiesen, dass dies von der Wissenschaft auf zu starre Weise gehandhabt werde und fälschlich die Wahrheit der Dinge durchschneide. Aber ohne das können wir keine Wissenschaft haben.

\*

Selbst wenn der Intellektuelle einen immer größeren Horizont, eine immer größere [geistige] Weite erlangt, können wir dann auch erwarten, dass seine Inbrunst, Tiefe und Süße der des emotionalen Menschen ebenbürtig ist?

Möglicherweise wird der *homo intellectualis* in einer größeren Weite, der *homo psychicus* hingegen tiefer im Herzen weilen (selbst wenn das innere Mental des letzteren sich öffnet).

Verwechsle nicht höheres Wissen mit mentalem Wissen. Der intellektuelle Mensch wird fähig sein, dem was er an höherem Wissen empfängt, einen reicheren und geordneteren Ausdruck zu verleihen als der *homo psychicus*; daraus folgt aber nicht, dass er mehr [Wissen als jener] besitzt. Das wird erst dann der Fall sein, wenn er sich zu einer den höheren Wissensebenen entsprechenden Weite, Plastizität und Einsicht erhebt. Dann wird er seine mentale durch seine über-mentale Fähigkeit ersetzen. Für viele sogenannte Intellektuelle aber kann die Intelligenz ein Hindernis sein, da sie sich an mentale Begriffe binden oder da sie ihr seelisches Feuer unter dem schweren Gewicht des rationalen Denkens ersticken. Auf der anderen Seite habe ich verhältnismäßig ungebildete Menschen gekannt, die höheres Wissen mit einer erstaunlichen Vollständigkeit, Tiefe und Genauigkeit zum Ausdruck brachten, was man angesichts der Schwerfälligkeit ihrer geistigen Bewegungen niemals für möglich gehalten hätte. Warum also wollen wir von vornherein auf mentale Weise bestimmen, was erreichbar ist und was nicht, wenn das Über-Mental herrscht? Was sich das Mental als das *must sein* vorstellt, braucht nicht das Maß für das *es wird sein* zu sein. Dieser oder jener *homo intellectualis* mag sich als ein inbrünstigerer Gott-Liebender erweisen als der überschäumende emotionale Mensch; dieser oder jener emotionale Mensch mag ein höheres Wissen empfangen und ausdrücken als sein Intellekt oder gar als der Intellekt des Intellektuellen hätte fassen oder aufbauen können. Es ist besser, die Erscheinungsformen des höheren Bewusstseins durch die Möglichkeiten und Wahrscheinlichkeiten einer niedrigeren Ebene nicht festzulegen.

\*

Ein nicht-intellektuelles Mental sollte das [Höhere] Wissen nicht herabbringen können? Und wie steht es dann mit Ramakrishna? Willst du damit sagen, dass die Mehrzahl der Sadhaks hier, die nichts von Logik wissen und keine Kenntnis der Philosophie haben, niemals zu Wissen gelangen wird?

\*

Wenn man Glauben und Offenheit hat, das ist genug. Außerdem gibt es zwei Arten des Verstehens – Verstehen mit Hilfe des Intellektes und Verstehen im Bewusstsein. Ersteres in exakter Form zu haben, ist gut, aber nicht unerlässlich. Das Verstehen über das Bewusstsein tritt ein, wenn Glaube und Offenheit vorhanden sind, es mag aber nur allmählich und durch schrittweise Erfahrung kommen. Ich habe aber Menschen ohne Erziehung oder Intelligenz gekannt, die auf diese Weise den Yoga-Prozess in sich ausgezeichnet verstanden haben, während intellektuelle Menschen große Fehler begehen, zum Beispiel eine neutrale mentale Ruhe für spirituellen Frieden halten und sich weigern, sie hinter sich zu lassen, um weiterzugehen.

\*

Ja, das aktive Mental in Menschen mit einer sehr intellektuellen Neigung kann ein Hindernis für die tiefere und eher schweigende spirituelle Bewegung sein. Später, wenn es in das höhere Denken verwandelt ist (intuitiv oder obermental), wird es im Gegenteil eine große Kraft.

\*

Das denkende Mental muss lernen, völlig zum Schweigen zu kommen. Nur dann kann das wahre Wissen eintreten.

\*

Gut, das Aufhören des Denkens und anderer Vibrationen ist der Höhepunkt des inneren Schweigens. Wenn man das erreicht hat, ist es für das wahre Wissen leichter, von oben herabzukommen und an die Stelle des mentalen Denkens zu treten.

\*

Es ist notwendig, die Ungeduld des Mentals ein wenig zu zügeln. Wissen ist progressiv – wenn es versucht, auf einmal zum höchsten Punkt emporzuschleunigen, kann es eine voreilige Gestaltung bilden, die es später wieder auflösen muss. Wissen und Erfahrung müssen allmählich und schrittweise kommen.

\*

Im Mental herrscht immer eine gewisse Hast, das rasch zu ergreifen, was ihm als die höchste Wahrheit dargeboten wird. Das ist unvermeidlich, doch je ruhiger man im Mental wird, desto weniger wird es die Dinge verzerren.

\*

Das ist immer die Schwierigkeit mit dem Mental. Es muss lernen zu schweigen und das Wissen kommen zu lassen, ohne zu versuchen, es für sein eigenes Spiel zu ergreifen.

\*

Eines der hauptsächlichsten Hemmnisse ist immer, dass Mental und Vital versuchen, „die Erfahrung an sich zu reißen.

\*

Einer Erfahrung sollte man ihre volle Zeit zugestehen, um sich zu entwickeln oder ihre volle Auswirkung zu haben. Sie sollte nicht unterbrochen werden, außer wenn es sich als notwendig erweist oder natürlich, wenn es keine gute Erfahrung ist.

\*

Während die Erfahrung stattfindet, sollte das Mental ruhig sein. Nachdem die Erfahrung beendet ist, kann es aktiv werden. Wenn es während der Erfahrung aktiv ist, bricht diese möglicherweise ganz ab.

\*

Es ist nicht richtig, über eine Erfahrung nachzudenken oder Fragen zu stellen, solange sie andauert; es beendet oder vermindert sie. Lass die Erfahrung ihr volles Spiel haben, wenn sie aus dieser „neuen Lebenskraft“ oder aus Frieden, Kraft oder irgendetwas anderem Förderlichen besteht. Nachdem sie beendet ist, kannst du darüber nachdenken – nicht aber, solange sie stattfindet. Denn diese Erfahrungen sind spirituell und nicht mental, und das Mental hat ruhig zu sein und sich nicht einzumischen.

\*

Etwas in dir will die Gewohnheit, alles zu mentalisieren, nicht aufgeben. Solange du keine echten Erfahrungen hattest, spielte es keine Rolle. Wenn aber die echten Erfahrungen einmal beginnen, musst du lernen, auf die richtige Weise mit ihnen umzugehen.

\*

Du musst durch Erfahrung lernen. Mentale Information (schlecht verstanden, wie ohne Erfahrung immer) könnte eher hindern als helfen. Tatsächlich gibt es kein festes mentales

Wissen über diese Dinge, die unendlich verschieden sind. Du musst lernen, das Verlangen nach mentaler Information hinter dir zu lassen und dich für den wahren Weg des Wissens zu öffnen.

\*

Es gibt zwei Zentren oder Teile des Bewusstseins – der eine ist ein Betrachter, *sākṣī*, der beobachtet, der andere Bewusstseins-Teil ist aktiv, und was du fühltest war, dass dieses aktive Bewusstsein tief in das vitale Wesen hinabging. Wenn dein Mental nicht aktiv geworden wäre, hättest du gewusst, wohin es sich wandte und was es dort erfahren oder tun wollte. Wenn dir eine Erfahrung zuteil wird, solltest du nicht beginnen, darüber nachzudenken, da dies gar keinen Sinn hat und nur die Erfahrung beendet – du solltest ruhig bleiben, sie beobachten und bis zu ihrem Ende ablaufen lassen.

\*

Es war nicht eine Einbildung, sondern eine Erfahrung. Während einer solchen Erfahrung kann der Versuch, sie mental zu erfassen und fortzusetzen, sie im Gegenteil unterbrechen. Es ist das Beste, sie von selbst sich fortsetzen zu lassen; wenn sie aufhört, wird sie wahrscheinlich wiederkehren.

\*

Während die Erfahrung stattfindet, ist Streben nicht erforderlich. Während der Zwischenzeiten sollte es vorhanden sein.

\*

Wenn das persönliche Mental still ist, wird jede erforderliche mentale Tätigkeit von jener Kraft aufgenommen und getan, die alles notwendige Denken übernimmt und es fortschreitend umwandelt, indem sie eine immer höhere Ebene der Wahrnehmung und des Wissens in es einbringt.

\*

Es ist durchaus möglich, Arbeit in einer gänzlichen Leere zu tun, ohne irgendein Dazwischentreten oder irgendeine Tätigkeit der niederen Teile des Bewusstseins.

\*

Im Schweigen des Mentals kann die stärkste und freieste Tätigkeit stattfinden, zum Beispiel ein Buch zu schreiben oder zu dichten oder inspiriert zu sprechen usw. Wenn das Mental aktiv ist, wirkt es störend auf die Inspiration ein, bringt seine eigenen kleinen Ideen vor, die mit der Inspiration vermischt werden, oder bringt die Inspiration überhaupt zum Stillstand durch das Aufsprudeln von allen möglichen rein mentalen Eingebungen. Ebenso können Intuitionen oder die Arbeit usw. ohne die übliche untergeordnete Bewegung des Mentals einfacher stattfinden. Auch kann im Schweigen des Mentals das Wissen am leichtesten von innen oder oben kommen – von der Seele oder vom höheren Bewusstsein.

\*

Das Nichtvorhandensein des Denkens ist genau das Richtige – denn das wahre innere Bewusstsein ist ein schweigendes Bewusstsein, das die Dinge nicht auszudenken braucht, sondern die rechte Wahrnehmung, das rechte Verstehen und Wissen auf spontane Weise von innen erhält und demgemäß spricht oder handelt. Es ist das äußere Bewusstsein, das von äußeren Dingen abhängig ist und darüber nachdenken muss, weil es diese spontane Führung nicht besitzt. Wenn man in diesem inneren Bewusstsein gefestigt ist, kann man sich willentlich dazu zwingen, die frühere Tätigkeit wieder aufzunehmen, doch ist es keine natürliche Bewegung mehr, und sie wirkt nach längerer Zeit ermüdend. Träume sind etwas anderes. Träume über zurückliegende Dinge steigen aus dem Unterbewusstsein auf, das die alten Eindrücke und Keime der vergangenen Bewegungen und Gewohnheiten bewahrt, lange noch nachdem das Wachbewusstsein sie fallengelassen hat. Vom Wachbewusstsein aufgegeben, kommen sie dann im Traum empor; denn das äußere physische Bewusstsein wendet sich im Schlaf hinab in das Unterbewusstsein – oder wendet sich ihm zu –, von woher viele Träume aufsteigen.

Das Schweigen, in dem alles ruhig ist und man ein Betrachter bleibt, während etwas im Bewusstsein spontan die höheren Dinge herabrufft, ist das gänzliche Schweigen, das eintritt, wenn die volle Kraft des höheren Bewusstseins auf Mental, Vital und den Körper einwirkt.

\*

Die reine Inspiration, das reine Empfangen sind etwas ganz anderes – sie kommen von tief innen oder hoch oben. Das [wovon du sprichst] ist das niedrige vitale Mental, das dabei ist, Gestaltungen zu bilden. Wenn die Stille in dir herrscht, können alle möglichen Dinge zur Oberfläche aufsteigen – sie dürfen nicht angenommen, sondern müssen einfach betrachtet werden. Mit der Zeit wird sich die Ruhe so sehr entwickeln, dass sie auch das vitale und äußere Mental zu bezwingen vermag, und in diese vollständige Ruhe werden die wahren Erkenntnisse eintreten.

\*

Erlaube dem Mental nicht, von allen möglichen Ideen und Gefühlen überzuschäumen, sondern bleibe ruhig und lerne nur das zu denken und zu fühlen, was wahr und richtig ist.

\*

Hinsichtlich der mentalen Kräfte besteht die Gefahr, dass sie bei der Herabkunft des höheren Bewusstseins dazu neigen, im Bewusstsein aktiv zu werden (außer es besteht ein tiefes Schweigen), um mentale Ideen zu formen, die immer falsch angewendet werden können. Als erstes sollte eine Grundlage aus völliger Stille, Frieden und Schweigen vorhanden sein – wenn eine Tätigkeit stattfindet, sollte es die eines Herabkommens von Wissen sein, welches das schweigende Mental exakt empfängt. Das ist leicht zu erreichen, vorausgesetzt das Mental ist ruhig.

Beim Vital besteht die Gefahr darin, dass es die Liebe, den Ananda, den Schönheitssinn ergreift und für seine eigenen Zwecke gebraucht, also für Beziehungen oder Austausch von vital-menschlicher Art oder irgendein reines eigenes Vergnügen.

\*

Im Westen dominiert das physische Mental zu sehr, so dass die Seele nicht leicht eine Chance erhält – es sei denn in außergewöhnlichen Menschen.

\*

Schließlich hat Indien mit seiner Denkungsart und Methode auf dem spirituellen Gebiet hundertmal mehr getan als Europa mit seinen intellektuellen Zweifeln und Fragen. Selbst wenn ein Europäer das Zweifeln und Fragen überwindet, ist es für ihn bei der gleichen Kraft der Persönlichkeit schwer, ebenso rasch und weit zu kommen wie ein Inder, weil der mentale Impuls bei ihm größer ist. Nur wenn er den überwindet, kann er zum Ziel gelangen, was aber nicht so einfach für ihn ist.

Auf der anderen Seite jedoch ist deine Behauptung richtig. Wenn du die Zeiten berücksichtigst und die Tatsache, dass die westliche Mentalität allenthalben dominiert, ist es ganz natürlich. Wahrscheinlich wird es auch notwendig sein, dem entgegenzutreten und es zu überwinden, bevor eine supramentale Verwirklichung im Erdbewusstsein möglich ist – denn es ist die Haltung des physischen Mentals gegenüber spirituellen Dingen; und da der Widerstand zuerst im Physischen überwunden werden muss, bevor das Mental auf die Weise, die dieser Yoga fordert, überschritten werden kann, war es unumgänglich, dass seine [des Mentals] Schwierigkeiten so stark wie nur irgendetwas hervortraten.

\*

Die Zurückweisung der Zweifel ist gleichbedeutend mit der Kontrolle der eigenen Gedanken – soviel steht fest. Die Kontrolle der eigenen Gedanken aber ist ebenso notwendig wie die Kontrolle der eigenen vitalen Begierden und Leidenschaften oder die Kontrolle der eigenen Körperbewegungen – notwendig für den Yoga und nicht nur für den Yoga. Man kann nicht einmal als ein voll entwickeltes mentales Wesen gelten, wenn man seine Gedanken nicht beherrscht, ihr Beobachter, Richter und Meister ist, der mentale Purusha – *manomaya puruṣa, sākṣī, anumantā, īśvara*. Es steht dem mentalen Wesen nicht länger an, der Spielball aufrührerischer und unkontrollierbarer Gedanken zu sein oder ein ruderloses Schiff im Sturm der Begierden und Leidenschaften oder ein Sklave der Trägheit oder der Impulse des Körpers. Ich weiß, dass es schwierig ist, denn der Mensch, der in erster Linie ein Geschöpf der mentalen Prakriti ist, identifiziert sich mit den Bewegungen seines Mentals und kann sich von den Wirbeln und Strömungen des mentalen Strudels nicht mit einem Mal absetzen. Es fällt ihm verhältnismäßig leicht, seinem Körper eine Kontrolle aufzuerlegen, zumindest einem bestimmten Teil der Körperbewegungen; nicht so leicht, aber noch durchaus möglich, wenn er sich darum bemüht, ist es für ihn, seinen vitalen Impulsen und Begierden eine mentale Kontrolle aufzuerlegen; weniger einfach hingegen ist es, wie der tantrische Yogi am Fluss über dem Wirbel seiner Gedanken zu verharren. Immerhin, es ist möglich; alle mental entwickelten überdurchschnittlichen Menschen müssen auf die eine oder andere Weise oder zumindest zeitweilig und für bestimmte Zwecke die beiden Teile des Mentals trennen, den aktiven Teil, der eine Gedankenfabrik ist, und den, der der ruhige Meister und zugleich ein Betrachter und Wille ist, der sie [die Gedanken] beobachtet, beurteilt, zurückweist, eliminiert, akzeptiert, Richtigstellungen und Veränderungen anordnet – der Herr im Haus des Mentals ist und der eigenen Herrschaft fähig, *sāmrājya*.

Der Yogi geht noch weiter; er ist dort nicht nur Meister, sondern tritt, solange er gleichsam noch im Mental lebt, sozusagen daraus heraus und steht darüber oder ganz davon zurück und ist frei. Für ihn trifft das Bild der Gedankenfabrik nicht länger zu; denn er sieht, dass Gedanken von außerhalb kommen, vom universalen Mental oder von der universalen Natur, manchmal geformt und eindeutig, manchmal ungeformt, um dann irgendwo in uns Form zu erhalten. Die Hauptaufgabe unseres Mentals besteht darin, diese Gedankenwellen entweder anzunehmen oder zurückzuweisen (so wie auch die vitalen Wellen oder die feinstofflichen Energie-Wellen) oder der Gedanken-Substanz (oder den vitalen Bewegungen) aus der sie umgebenden Natur-Kraft persönlich-mentale Form zu geben. Ich schulde Lele großen Dank, dass er mir dies gezeigt hat. „Sitze und meditiere“, hatte er gesagt, „aber denke nicht, betrachte nur dein Mental. Du wirst sehen, wie die Gedanken *in es eintreten*; und bevor sie das tun können, weise sie von deinem Mental zurück, bis es des gänzlichen Schweigens fähig ist“. Ich hatte noch nie von Gedanken gehört, die sichtbar in das Mental von außen eintreten, dachte aber nicht daran, die Richtigkeit oder Möglichkeit [seiner Behauptung] in Frage zu stellen, sondern setzte mich einfach hin und tat es. In einem einzigen Augenblick gelangte mein Mental zum Schweigen und wurde wie die windstille Luft auf einem hohen Berggipfel, und dann sah ich einen Gedanken und dann einen anderen auf konkrete Weise von außerhalb kommen; ich warf sie zurück, bevor sie eintreten und das Gehirn erfassen konnten, und in drei Tagen war ich frei. Das mentale Wesen in mir wurde von diesem Augenblick an im Prinzip eine freie Intelligenz, ein universales Mental, nicht mehr beschränkt auf den engen Kreis des persönlichen Gedankens wie ein Arbeiter in einer Gedankenfabrik, sondern ein Empfänger des Wissens aus all den hundert Bereichen des Wesens, und frei



zu wählen, was es wollte in diesem weiten Reich der Schau und des Denkens. Ich erwähne dies nur, um darauf hinzuweisen, dass die Möglichkeiten des mentalen Wesens nicht begrenzt sind und dass es ein freier Betrachter und Meister in seinem eigenen Haus sein kann. Es ist nicht gesagt, dass jeder es auf die gleiche Weise wie ich zu tun vermag und mit der gleichen Schnelligkeit einer entschlossenen Bewegung (natürlich dauerte die spätere und vollste Entwicklung dieser neuen, ungebundenen mentalen Macht lange Zeit, viele Jahre), aber eine fortschreitende Freiheit und Meisterung des eigenen Mentals ist durchaus innerhalb der Möglichkeiten eines jeden, der den Glauben und Willen hat, dies anzugehen.

\*

Der Irrtum entstand deshalb, weil du glaubst, dass es deine Gedanken sind, dass du sie machst und dass keine Gedanken vorhanden sind, wenn du keine hervorbringst (das heißt, wenn du nicht denkst). Mit etwas Beobachtungsgabe hättest du erkannt, dass nicht du deine Gedanken erzeugst, dass sie sich vielmehr in dir ereignen. Gedanken werden wie Dichter geboren, nicht fabriziert – wie das Sprichwort sagt. Natürlich ist eine gewisse Arbeit oder Bemühung erforderlich, wenn du Gedanken hervorzubringen oder über ein bestimmtes Thema nachzudenken versuchst, doch handelt es sich dann um eine Konzentration mit dem Ziel, Gedanken entweder entstehen oder eintreten oder herabkommen zu lassen – je nachdem –, um sie dann zusammenzufügen. Die Vorstellung, dass du die Gedanken formst oder zusammenfügst, ist eine egoistische Täuschung. Sie tun es selbst, oder die Natur tut es für dich, allerdings unter einem gewissen Zwang; du musst sie oft prügeln, damit sie es tut, und die Prügel haben nicht immer Erfolg. Aber wenn das Mental oder die Natur oder die mentale Energie es tut – du kannst es nennen wie du willst –, geschieht es auf eine bestimmte Weise, wobei eine bestimmte Richtung von Gedanken verfolgt wird, wahllose Intelligenzialitäten (entschuldige den Barbarismus!) oder Dummheiten, starr geordnete oder mangelhaft geordnete Intellektualitäten, logische Folgerichtigkeiten und logische Folgewidrigkeiten usw. usw. Wie soll es einer Intuition gelingen, in dieses walzende und kollidierende Gedränge zu gelangen? Manchmal geschieht es tatsächlich; das Mental einiger Menschen empfängt häufig Intuitionen, die aber sofort von den gewöhnlichen Gedanken umringt und bei lebendigem Leib aufgefressen werden; worauf sie, während das Fragment der gemordeten Intuition durch ihre nicht-intuitiven Mägen schimmert, dich lächelnd anschauen und sagen: „Wir sind eine Intuition, Sir“. Sie sind aber nur Intellekt, Intelligenz oder gewöhnliches Denken, das den Bruchteil einer entstellten und daher irreführenden Intuition enthält. Bei einem leeren Mental hingegen – leer, aber nicht träge (das ist wichtig) – haben Intuitionen eine Chance, heil und lebendig einzutreten. Doch glaube nun um Himmels willen nicht, dass alles, was in ein leeres Mental eintritt, intuitiv ist. Irgendetwas, jegliche verdammte Idee kann dort eintreten. Man hat wachsam zu sein und das Empfehlungsschreiben des Gastes zu prüfen. Mit anderen Worten, das mentale Wesen muss gegenwärtig sein, schweigend aber wachsam, unvoreingenommen aber unterscheidend. Das alles gilt jedoch nur, wenn du dich auf der Suche nach der Wahrheit befindest. Um zu dichten, ist so viel [Aufwand] nicht notwendig. Hierfür braucht nur die dichterische Qualität des Gastes geprüft zu werden, und das kann man tun, wenn er sein Päckchen zurückgelassen hat – anhand der Resultate.

Auf diese Weise kommen die Dinge, nur bemerkt man es nicht. Gedanken, Ideen, glückliche Einfälle usw. usw. wandern ständig umher (in Gedanken-Wellen oder anderswie ) und suchen ein Mental, das sie verkörpern könnte. Das eine Mental ergreift sie, betrachtet sie und weist sie zurück – das andere ergreift sie, betrachtet und akzeptiert sie. Zwei verschiedene Mentale fangen die gleiche Gedanken-Form oder Gedanken-Welle auf; da aber die mentalen Aktivitäten verschiedenartig sind, entstehen daraus verschiedenartige Ergebnisse. Oder die Gedanken-Form, wenn sie zu jemandem kommt, der nichts mit ihr anfangen kann, geht weiter und sagt: „Oh, dieses träge Tier!“, während sie bei einem anderen, der sie spontan willkommen heißt, sich niederlassen und Ausdruck verleihen kann, freudig sprudelnd vor Inspiration, Erleuchtung oder dem Enthusiasmus der ursprünglichen Entdeckung oder Erschaffung, während der Empfänger lauthals ruft: „Ich, ich habe dies vollbracht!“ Ego, Sir, Ego! Du bist der Empfänger, das bestimmende Medium, wenn du es so willst – nichts sonst.

\*

Diese Gedanken-Wellen, Gedanken-Keime, Gedanken-Formen, oder was immer sie auch sind, haben vor allem verschiedenen Wert und kommen von verschiedenen Ebenen des Bewusstseins. Die gleiche Gedanken-Substanz kann höhere oder niedrigere Vibrationen annehmen entsprechend der Bewusstseinssebene, von welcher die Gedanken kommen (zum Beispiel die Ebene des denkenden Mentals, des vitalen Mentals, des physischen Mentals, des unterbewussten Mentals), oder entsprechend der Macht des Bewusstseins, das sie auffängt und sie in den einen oder anderen Menschen hineindrängt. Zudem gibt es in jedem Menschen eine Mental-Substanz, deren sich der eintretende Gedanke bedient, um sich zu formen oder zu übersetzen (wir nennen es meist „übertragen“), doch ist die Substanz in dem einen Mental feiner oder gröber, stärker oder schwächer usw. usw. als in einem anderen. Auch hat jeder [Mensch] eine andere Mental-Energie – wirklich oder potentiell – und diese Mental-Energie kann in ihrer Aufnahmefähigkeit des Gedankens hell oder dunkel sein, sattvisch, rajasisch, tamasisch mit Konsequenzen, die von Fall zu Fall verschieden sind.

\*

Die Ideen im universalen Mental nehmen im [ menschlichen] Mental Wort-Form an, sobald sie in es eintreten – außer sie kommen von Wesen und nicht als reine Ideen-Kräfte.

\*

Das ist eine falsche Psychologie. Denken ist ohne Worte durchaus möglich. Kinder haben Gedanken, auch Tiere – Gedanken können eine andere Form als Worte annehmen. Die Gedanken-Wahrnehmungen finden zuerst statt – die Sprache kommt dann, um die Wahrnehmungen auszudrücken, und führt als solche wiederum zu neuen Gedanken.

## II.

Mentales Wissen ist von geringem Wert, außer vielleicht als eine Einführung, die auf das wahre Wissen hinweist, welches von einem direkten Bewusstsein der Dinge stammt.

\*

Ist es das gleiche, Wissen von oben zu erhalten oder vom Mental in seiner eigenen Fähigkeit? Wenn das Mental fähig ist, besteht keine Notwendigkeit für das Wissen von oben; es kann das Wissen dann durch seine eigene Größe erlangen.

\*

Nicht mentales Wissen ist notwendig, sondern eine seelische oder unmittelbare Wahrnehmung im Bewusstsein. Mentales Wissen kann immer durch die Tricks des Vitals geblendet werden.

\*

Eine größere Vervollkommnung des Wissens kann nur durch eine weitere Entwicklung stattfinden und durch das Wirken einer anderen Art von Wissen, das sich dem Physischen mitteilt und allmählich die Funktionen des Mentals in all seinen Teilen übernimmt.

\*

Wissen ist immer besser als Unwissenheit. Es macht die Dinge, wenn auch nicht augenblicklich, so doch zu einem späteren Zeitpunkt möglich, während Unwissenheit tatsächlich hemmend und irreführend wirkt.

\*

Es gibt verschiedene Arten von Wissen. Die eine ist die Inspiration, das heißt etwas, das wie ein Blitz von den Wissens-Ebenen herkommt und in einem einzigen Augenblick das Mental der Wahrheit öffnet. Das ist Inspiration. Sie vermag sich leicht in Form von Worten auszudrücken; so schreibt zum Beispiel ein Dichter oder spricht ein Redner aus Inspiration – wie die Leute sagen.

\*

Die Idee ist nicht genug. Sie vermittelt nur ein halbes Licht. Du musst zur vollen Wahrheit gelangen, die hinter beiden, der Idee und Sache steht. Sein, Bewusstsein, Kraft – das ist das dreifache Geheimnis.

\*

In der Idee ist eine Macht – eine Kraft, deren Form die Idee ist. Und hinter der Idee, der Kraft und dem Wort steht das, was der Spirit genannt wird – ein Bewusstsein, das die Kraft hervorbringt.

\*

Alles Bewusstsein kommt von dem einen Bewusstsein – Wissen ist ein Aspekt des Göttlichen Bewusstseins.

\*

Spirituelles Wissen ist die bewusste Erfahrung der Wahrheit, innerlich geschaut, gefühlt, gelebt, und es ist auch eine spirituelle Wahrnehmung (direkter und konkreter als die intellektuelle Wahrnehmung) der wahren Bedeutung der Dinge, die sich im Denken und Sprechen ausdrücken kann, an sich aber davon unabhängig ist.

\*

Ich sprach von deiner Erfahrung des höheren Bewusstseins, deinem Sehen der Mutter in allen Dingen – es ist das, was man als spirituelle Verwirklichungen, spirituelles Wissen bezeichnet. Verwirklichungen sind die Essenz des Wissens; Gedanken darüber und ihr Ausdruck in Worten sind ein geringeres Wissen, und wenn die Gedanken rein mental sind, ohne Erfahrung oder Verwirklichung, werden sie im spirituellen Sinn überhaupt nicht als *jnana* [Wissen] betrachtet.

\*

Das Mental in seinen höheren Teilen ist sich des Einsseins mit dem Göttlichen bewusst – auf jede Weise, in allen Dingen; und da es dieses höchste Wissen besitzt, wird es durch die eigene Unwissenheit und Unfähigkeit in seinen niedrigeren instrumentalen Teilen nicht gestört; es betrachtet all das mit einem Lächeln und verharrt glücklich und leuchtend mit dem Licht des höchsten Wissens.

Das Bewusstsein der Einung mit dem Göttlichen ist für den spirituell Suchenden das höchste Wissen.

\*

Ja, es geschieht auf diese Weise. Ein Anflug von Verwirklichung reicht aus, um das höhere Mental-Wissen oder das erleuchtete Mental-Wissen fließen zu lassen.

\*

Man sollte den Fluss des höheren Wissens durch solche Fragen nicht anhalten. Später kann man darüber nachdenken und die Antwort erhalten. Das Wissen, das kommt, ist in seinem Ausdruck nicht unbedingt vollständig oder vollkommen; man sollte es aber frei kommen lassen; später kann es dann erweitert oder verbessert werden.

\*

Weder das Wissen noch irgend etwas anderes ist zu Beginn beständig – und selbst wenn es der Fall wäre, kann man nicht erwarten, dass es immer aktiv ist. Das kommt später.

\*

Es ist das Ego, das aufgegeben werden muss. Wissen wird notwendigerweise beschränkt sein, solange nicht die vollständige Weite von oben herrscht; es hat keine Bedeutung.

\*

Dein Mental ist zu aktiv. Wenn es ruhiger wäre und weniger fragen, argumentieren und ruhelos nach Lösungen suchen würde, hätte das Wissen, wie mir scheint, eine größere Chance herabzukommen und das intuitive, nicht-intellektuelle Bewusstsein könnte sich in dir entwickeln.

\*

Solange das äußere Mental nicht ruhig ist, kann sich die Intuition unmöglich entwickeln. Du wirst also für immer damit fortfahren müssen, intellektuelle Fragen über das zu stellen, was jenseits des Intellektes ist, bis sich die Intuition trotz dieser Fragerei entwickelt.

\*

Es ist das physische Mental, das all diese Fragen stellt und nicht verstehen oder die richtige Antwort geben kann. Wahres Wissen und Verstehen kann nur dann eintreten, wenn du aufhörst, mit dem kleinen physischen Mental Fragen zu stellen, und einem tieferen und weiteren Bewusstsein in dir erlaubst hervorzutreten und zu wachsen. Du

würdest dann automatisch die wahre Antwort und wahre Führung erhalten. Dein Fehler ist, dem äußeren Mental und seinen Ideen und Wahrnehmungen so viel Bedeutung beizumessen, statt dich auf das Wachsen des inneren Bewusstseins zu konzentrieren.

\*

Man kann über alles, was es auch sei, tausenderlei Fragen stellen, und es würde Bände füllen, sie zu beantworten – und selbst dann verstünde das Mental nichts. Nur durch ein Wachsen des Bewusstseins selbst kannst du eine unmittelbare Wahrnehmung dieser Dinge erlangen. Hierfür aber muss das Mental ruhig sein und an seine Stelle ein direktes Fühlen, eine direkte Intuition treten.

\*

Wenn du die wahre intuitive Ebene erreichst, sind Anweisungen oder Fragen, wie die Sadhana auszuüben sei, nicht mehr notwendig. Die Sadhana wird sich im Licht der Intuition von selbst entwickeln.

\*

Dinge, die über die Sadhana oder irgendeine echte Wahrheit gesagt wurden, erhalten mit dem Wachsen des Bewusstseins und der Erfahrung größere Bedeutung. Daher wird immer, wenn man eine neue Bewusstseins-Ebene erreicht, die Wahrheit, die das Mental früher erkannte, eine neue und weit tiefere Sache.

\*

Die Hauptsache ist immer, den Frieden und die Macht wirken und dem Mental nicht zu erlauben, sich ablenken und stören zu lassen. Alle Werte des Mentals sind Gestaltungen der Unwissenheit – erst wenn dein seelisches Wesen hervortritt, hast du das wahre Wissen, denn das seelische Wesen *weiß*.

\*

Ja, so ist es. Das gewöhnliche Mental, das von den vitalen Begierden und seinen eigenen mentalen Gestaltungen beherrscht wird, vermag nicht zu verstehen – es muss ruhig werden und den Frieden und die Kraft wirken lassen, damit sie ein anderes Bewusstsein mit dem wahren Licht darin hervorbringen. Wenn das geschehen ist, werden diese Zweifel und ihre Reaktionen aufhören.

\*

Du musst dem Bewusstsein nur erlauben, sich zu entwickeln. Zuerst wird es sowohl Fehler als auch richtige Ideen geben; wenn aber eine hinreichende Entwicklung in dir stattgefunden hat und die Kraft und das Wissen der Mutter unmittelbar in dir wirken, ordnen sich die Dinge mehr und mehr – und nicht nur das, sondern du wirst auch die innere Gewissheit erlangen. Gegenwärtig beharrt noch ein zu großer Teil des alten physischen Mentals darauf, dass seine Wahrnehmungen immer richtig sind. In dem Maß, wie Friede und Kraft unmittelbar und vollständig vom physischen Bewusstsein Besitz ergreifen, ändert sich das, und das Bewusstsein wird sich mit größerer Sicherheit und in einem helleren Licht entwickeln.

\*

Kehre zurück zu dem wahren *Gefühl* der Kraft und des Friedens – das Verstehen wird mit dem Wachsen jenes Gefühls und jener Erfahrung zunehmen. Denn mit der Kraft und dem Frieden kommt immer etwas von dem Licht, und dieses Licht, welches das Mental erleuchtet, bringt das Verstehen. Fehler und Nicht-Verstehen sind unvermeidlich, solange du mit dem nicht-erleuchteten Mental zu begreifen versuchst.

### III.

Es liegt in der Natur des physischen Mentals, nichts Überphysisches zu glauben oder anzuerkennen, wenn es nicht erleuchtet ist und durch das Licht dazu gezwungen wird. Identifiziere dich nicht mit diesem Mental, betrachte es nicht als einen Teil von dir, sondern lediglich als ein dunkles Wirken der Natur. Rufe das Licht herab, bis es [das physische Mental] dazu gezwungen wird zu glauben.

\*

Ja, das physische Mental folgert, meistens aber auf der Grundlage von äußeren Tatsachen – von Dingen, so wie sie dem äußeren Mental und den Sinnen oder den üblichen, gewohnten Vorstellungen oder einem rein äußerlichen Wissen erscheinen.

\*

Das physische Mental ist das Instrument des Verstehens und der geordneten Einwirkung auf physische Dinge. Anstatt aber dunkel und unwissend zu sein und umherzutappen, wie es jetzt der Fall ist, oder sich nur von einem äußeren Wissen leiten zu lassen, muss es sich des Göttlichen bewusst werden und in Übereinstimmung mit einem inneren Licht, Willen und Wissen handeln – es muss den Kontakt mit der physischen Welt aufnehmen und zu einem verstehenden Einssein mit ihr gelangen.

\*

Es bedeutet, dass im äußeren physischen Mental eine gewisse Dunkelheit herrscht, die das Wissen daran hindert hervorzutreten. Diese Dunkelheit im äußeren physischen Mental ist etwas Universales – du empfindest es gerade jetzt so sehr, weil der Widerstand gegenwärtig im physischen Bewusstsein zentriert ist. Dies wird vorübergehen, sobald die [Yoga-] Kraft durch das Mental und Vital herabkommen und direkt auf die physische Natur einwirken kann.

\*

Was du fühltest, war die Dunkelheit des äußeren physischen Mentals und der äußeren physischen Natur (das Zentrum im Hals ist das Zentrum dieses äußeren Mentals). Solange sie besteht, bleibt sowohl die äußere Natur als auch die äußere Tätigkeit immer die gleiche, und es gibt keine Übereinstimmung zwischen ihnen und dem inneren spirituellen Bewusstsein und der inneren spirituellen Erfahrung. Das wird nicht durch eine einzige Erfahrung anders; ein ständiger Wille zur Wandlung ist erforderlich.

\*

Was du sagst, ist ganz richtig. Keine persönliche Bemühung kann diese Dinge zuwege bringen; daher raten wir dir immer, dich ruhig zu verhalten und Frieden und Kraft wirken zu lassen. Was das Verstehen anbelangt, so ist es dein physisches Mental, das verstehen will; das physische Mental jedoch ist aus sich heraus unfähig, diese Dinge zu verstehen, denn es besitzt weder das Wissen noch die Mittel des Wissens. Auch sind seine Normen von denen des wahren Wissens ganz verschieden. Alles was das physische Mental tun kann ist, ruhig zu sein und das Licht in sich eintreten zu lassen, es zu akzeptieren, ohne seine eigenen Ideen geltend zu machen – dann wird es immer mehr das Wissen empfangen. Auf diese Weise jedoch kann es das Wissen nicht empfangen, es muss sich überantworten.

\*

Es ist die Aufgabe des äußeren physischen Mentals, sich mit äußeren Dingen auseinanderzusetzen – aus diesem Grund will es sich immer damit beschäftigen. Es muss lernen ruhig zu sein und nur dann zu handeln, wenn der Wille es benützen will und es wirklich gebraucht wird, und auch nur auf das einzuwirken, womit sich der Wille auseinandersetzen will – und nicht aufs Geratewohl umherzuschweifen. Wenn es ruhig geworden ist, kann es sich nach innen wenden und mit dem inneren physischen Bewusstsein in Kontakt und zu einer Einheit kommen. Die Weite und der Friede können in dem Maß wie sie zunehmen viel dazu beitragen, das physische Mental zu beruhigen und in ihm die innere Quelle einer tieferen Tätigkeit zu schaffen.

\*



Was du jetzt gesehen und in deinem Brief beschrieben hast, ist die gewöhnliche Tätigkeit des physischen Mentals, das voll ist von den üblichen gewohnheitsmäßigen und fortwährend wiederkehrenden Gedanken und immer mit äußeren Dingen und Tätigkeiten beschäftigt. Was dich früher zu beunruhigen pflegte, war das mentale Vital, das etwas anderes ist – denn das ist immer mit Emotionen, Leidenschaften und Begierden beschäftigt, mit allen möglichen Reaktionen auf die Kontakte des Lebens und das Benehmen anderer. Auch das physische Mental kann auf diese Dinge reagieren, aber auf andere Weise – seine Natur ist weniger die des Begehrens als der gewohnheitsmäßigen Aktivität, der kleinen, gewöhnlichen Interessen, Leiden und Vergnügen. Wenn man es zu überwachen oder zu unterdrücken versucht, wird es umso aktiver.

Um mit diesem Mental umzugehen, sind zwei Dinge notwendig: 1. Nicht so sehr zu versuchen, es zu überwachen, oder mit ihm zu kämpfen oder es zu unterdrücken, als sich vielmehr von ihm zu lösen; man betrachtet es und erkennt, was es ist, weigert sich aber, seinen Gedanken zu folgen oder sich in die Dinge, die es beschäftigt, einzumischen und bleibt im Hintergrund des Mentals ruhig und losgelöst. 2. In dieser Loslösung die Ruhe und Konzentration zu üben, bis die Gewohnheit der Ruhe das physische Mental ergreift und die Gewohnheit jener kleinen Tätigkeiten ersetzt. Natürlich nimmt das alles Zeit in Anspruch und kann nur durch Übung geschehen. Was du zu tun vorschlägst, ist daher richtig.

\*

Löse dich von der gewohnten Bewegung der Gedanken, lass sie sich außerhalb deines Mentals abspielen als etwas, das du beobachten kannst, so wie du Dinge beobachtest, die sich auf der Straße abspielen. Solange du das nicht tust, ist es schwierig, der Meister des Mentals zu sein.

\*

Ganz richtig. Aber das ist eine allgemeine Erfahrung – es ist erstaunlich, wie lange es dauert, bis es dem physischen Mental dämmert, das Einfache und Richtige zu tun.

\*

Die Seele kann sehr großen Einfluss auf das physische Mental ausüben, indem sie ihm zur richtigen Einstellung verhilft und zum rechten Weg, die Dinge zu betrachten, damit es [das physische Mental] das emotionale Wesen in seinem Streben, seiner Liebe und Hingabe unterstützt und selbst Interesse und Glauben an der inneren Wahrheit der Dinge sowie Einblick in sie erhält, anstatt nur ihre äußeren Aspekte zu sehen und den falschen Folgerungen und Erscheinungen zu folgen. Sie hilft ihm auch, sich von Enge und Zweifel zu befreien, welche die hauptsächlichsten Unvollkommenheiten des physischen Mentals sind.

\*

Die Seele kann, wenn sie das physische Mental und vitale Physische ergreift, deren Willen, Anschauung und Orientierung völlig verändern und sie der wahren Auffassung der Dinge und dem rechten Impuls öffnen. Mental und höheres Vital können viel dazu beitragen.

\*

Das durch das Vital erregte physische Mental ist nicht leicht zu überzeugen, da ihm seine Folgerungen vom Vital eingeflößt werden, das seinen eigenen Begierden und Gefühlen entsprechend denkt – außer es kommt ihm eine große Klarheit von der Seele oder vom denkenden Mental her zu Hilfe.

Es ist das seelische Bewusstsein – zwar noch nicht vollendet, doch gut entwickelt –, das einige der von dir erwähnten Menschen stützt und es ihnen leicht macht, sich im Glauben zu festigen (es hat sich in ihnen jedoch erst nach viel vitaler Schwierigkeit entwickelt), und es gibt keinen Grund, warum das nicht auch rasch in dir geschehen sollte.

\*

Das physische Mental ist dann intuitiv, wenn man beginnt, Dinge mit einem feineren physischen Mental und Gefühl zu sehen und nicht mehr wie sie dem äußeren Mental und den äußeren Sinnen erscheinen – zum Beispiel intuitiv zu erkennen, was geschehen soll, wie es geschehen soll, was das Objekt (selbst sogenannte unbelebte Gegenstände) verlangt oder braucht, was sich voraussichtlich als nächstes ereignen wird (oder sich manchmal mit Sicherheit ereignet), welche Kräfte auf der physischen Ebene am Werk sind usw. usw. Selbst der Körper wird auf diese Weise intuitiv bewusst und spürt, ohne dass das Mental es ihm sagt, was er zu tun und zu lassen hat, was bevorsteht oder im Begriff ist zu kommen (obwohl noch nicht sichtbar) usw. usw.

\*

Das gewandelte physische Mental kann dem physischen Vital die wahre Haltung und das wahre Gefühl aufzwingen, es kann das Eindringen der falschen Suggestionen und Impulse erschweren und den wahren Bewegungen die volle Kraft zuwenden. Dieses Wirken des physischen Mentals ist unerlässlich für die Wandlung des gesamten physischen Bewusstseins, sogar des ganz Stofflichen, obwohl hierfür die Erleuchtung des Unterbewusstes unerlässlich ist.

## IV.

Für jemand, der die Sadhana ausüben will, muss die Sadhana an erster Stelle stehen – Lesen und mentale Entwicklung können nur untergeordnete Dinge sein.

\*

Mentale Entwicklung kann zur Sadhana beitragen oder auch nicht – wenn das Mental in gewissen rationalistischen Richtungen zu intellektuell entwickelt ist, kann es ein Hemmnis sein.

\*

Es ist mir nicht bekannt, dass sie [mentale Arbeit] die Sadhana fördert, und ich verstehe nicht ganz, was mit der Redewendung gemeint sein soll. Es ist allerdings richtig, dass sowohl mentale als auch physische Arbeit zu einem Teil der Sadhana gemacht werden kann – aber nicht indem sie mit der Sadhana rivalisiert oder als eine gesonderte Tätigkeit betrachtet wird, die mit der Sadhana gleichberechtigt und dabei weniger selbstsüchtig und egoistisch ist als die Suche nach dem Göttlichen.

\*

Es ist ganz klar, dass Poesie zu schreiben kein Ersatz für die Sadhana, sondern nur eine Begleiterscheinung sein kann. Eine Empfindung der Weihung oder Hingabe in dir kann durch Dichtung ausgedrückt und bestätigt werden; auch eine Erfahrung kann durch sie zum Ausdruck gebracht werden und die Kraft der Erfahrung stärken. So wie das Lesen von Büchern – der Upanishaden oder der Gita – oder das Singen von weihevollen Gesängen in dem einen oder anderen Stadium hilfreich sein kann, kann auch das hilfreich sein. Hierdurch wird auch eine Verbindung zwischen dem äußeren Bewusstsein und dem inneren Mental oder Vital hergestellt. Wenn man aber hier Halt macht, ist nicht viel gewonnen. Die Sadhana muss die Hauptsache sein, und Sadhana bedeutet die Läuterung der Natur, die Weihung des Wesens, das Sich-Öffnen der Seele und des inneren Mentals und Vitals, die Fühlungnahme mit dem Göttlichen und seiner Gegenwart, die Verwirklichung des Göttlichen in allen Dingen, Hingabe, Weihung, das Weiten des Bewusstseins in das kosmische Bewusstsein, in das Selbst, das eins in allen ist, die seelische und spirituelle Umwandlung der Natur. Wenn diese Dinge vernachlässigt werden und lediglich die Poesie, die mentale Entwicklung und der gesellige Kontakt die ganze Zeit beanspruchen, dann ist das nicht Sadhana. Auch muss die Poesie im wahren Geist geschrieben werden, nicht um des Ruhmes oder der Selbstbefriedigung willen, sondern als ein Mittel, um durch Inspiration den Kontakt mit dem Göttlichen herzustellen oder als Ausdruck des eigenen inneren Wesens, so wie es früher durch jene geschah, die all die weihevollen und spirituelle Dichtung Indiens hinterlassen haben; sie ist [der

Sadhana] nicht förderlich, wenn sie im Geist des westlichen Künstlers oder Literaten geschrieben wird. Selbst Arbeit und Meditation bringen keinen Erfolg, wenn sie nicht im rechten Geist der Weihung und spirituellen Aspiration geschehen, die das ganze Wesen erfassen und alles übrige beherrschen. Diese Unterlassung, das ganze Leben, die ganze Natur zu sammeln, um sie auf das eine Ziel auszurichten, ist die Schwäche in so vielen hier – es senkt die Atmosphäre und ist ein Hemmnis für das, was von mir und der Mutter getan wird.

\*

Das Studium kann nicht von gleicher oder größerer Wichtigkeit sein als die Sadhana.

\*

Wenn der Sadhak fähig ist, lange zu meditieren, wird er natürlich meditieren und sich wenig um das Lesen kümmern – außer er hat das Stadium erreicht, in dem alles zu einem Teil des immerwährenden yogischen Bewusstseins geworden ist. Das Ziel eines Sadhaks ist die Sadhana, nicht die mentale Entwicklung. Wenn er aber Zeit erübrigt und eine mentale Neigung besteht, wird er sie natürlich zum Lesen oder irgendeinem Studium verwenden.

\*

In diesem Yoga ist beides, sowohl *dhyāna* als auch Arbeit, für jene nützlich, die beides zu tun vermögen. Auch das Lesen kann zu einer Hilfe werden.

\*

Eine halbe Stunde Meditation täglich sollte möglich sein – und sei es nur zu dem Zweck, das Bewusstsein an die Konzentration zu gewöhnen; es wird dazu beitragen, erstens bei der Arbeit weniger nach außen gerichtet zu sein, und zweitens die Neigung zur Empfangsbereitschaft zu entwickeln, was selbst in der Arbeit Früchte tragen kann.

\*

Ja, Lesen als Teil der Sadhana kann zur Verbesserung des mentalen Instrumentes beitragen.

\*

Zu Beginn der Sadhana brauchst du nichts anderes zu tun, als was du selbst sagst: „Konzentration verbunden mit Glauben, Hingabe und Wahrhaftigkeit“, ausgerichtet auf eine Erscheinungsform des Göttlichen Wesens – du kannst ein Gebet oder den Namen [Gottes] hinzufügen, wenn du willst.

Das Lesen von guten Büchern kann im frühen mentalen Stadium eine Hilfe sein – es bereitet das Mental vor, versetzt es in die rechte Schwingung, kann sogar, wenn man sehr sensitiv ist, einen kurzen Einblick in die Verwirklichung auf der mentalen Ebene gewähren. Später verringert sich der Nutzen – alles Wissen und jede Erfahrung musst du in dir selbst finden.

\*

Es ist eine ganz normale Bewegung. Indem du diese Bücher liest, kommst du mit der Kraft in Kontakt, die hinter ihnen steht, und dies ist es, was den Impuls zur Meditation in dir auslöst und eine entsprechende Erfahrung vermittelt.

\*

Ja, wenn man viel über eine bestimmte Art von Verwirklichung nachgedacht und die Idee tief in sich absorbiert hat, ist es ganz natürlich, dass ihre spirituelle Erfahrung als eine der ersten kommt.

\*

Dein Einwand war, dass das Erlernen von Sprachen, besonders des Französischen, dem Frieden und Schweigen nicht förderlich sei, da es [mentale] Aktivität bedeute. Wenn sich das Mental nicht in Meditation oder einem absoluten Schweigen befindet, ist es immer mit der einen oder anderen Sache beschäftigt – mit seinen eigenen Ideen oder Wünschen oder mit anderen Menschen, mit Dingen, mit Sprechen usw. Das alles ist nicht weniger eine Aktivität als das Erlernen von Sprachen. Jetzt hast du deinen Standpunkt geändert, und dein Einwand ist, für Meditation keine Zeit zu haben, weil du lernen musst. Das ist absurd, denn wenn Menschen den Wunsch haben zu meditieren, werden sie ihre Zeit für das Studium dementsprechend einrichten; wenn sie diesen Wunsch nicht haben, muss der Grund dafür in etwas anderem als dem Studium [der Sprachen] liegen; wenn sie aber nicht lernen, werden sie einfach weiterhin über unbedeutende Dinge nachdenken. Weder Zeitmangel noch der Drang zu lernen ist ein Grund dafür, dass sie nicht meditieren.

\*

Studium und inneres Schweigen sind gut, entwickeln aber nur einen Teil des Wesens – das innere Schweigen kann auch eine größere Arbeit, ein umfassenderes Leben stützen.

\*

Streng genommen verinnerlicht das Lesen nicht, es verlagert dich lediglich vom mehr physischen zum mehr mentalen Teil des äußeren Bewusstseins.

\*

Es wird eine Zeit kommen, in der weder das Lesen noch irgendeine andere äußere Beschäftigung mit dem Druck [der Yoga-Kraft] oder dem Wirken des höheren Bewusstseins in Konflikt geraten.

\*

Das Lesen muss lernen, sich dem Druck anzupassen – das heißt, es muss durch das äußere Mental geschehen, während das innere Wesen in Konzentration verharrt.

\*

Das ist gut. Lesen sollte das Bewusstsein nicht absorbieren – es sollte größtenteils im Hintergrund bleiben, losgelöst und auf eine umfassendere Weise bewusst.

\*

Du kannst zu Beginn an das Göttliche denken und dein Lesen darbringen und zum Schluss nochmals. Es gibt ein Bewusstseinsstadium, in welchem nur ein Teil des Bewusstseins liest oder die Arbeit verrichtet, während im Hintergrund immer das Bewusstsein des Göttlichen herrscht.

\*

So ist es, wenn die Leidenschaft zu lesen und zu lernen das Mental erfasst: man will die ganze Zeit damit zubringen. Es ist eine Kraft, die sich befriedigen will – wie andere Kräfte auch – und die das Bewusstsein für ihren Zweck in Beschlag nimmt. Man muss diese Kräfte gebrauchen, ohne sich von ihnen beherrschen zu lassen; denn das zentrale Wesen sollte immer über die Kräfte der Natur, die auf es einwirken die Kontrolle bewahren; es sollte selbst die Wahl treffen, was anzunehmen und wie das Wirken der Kräfte zu nützen und zu ordnen ist. Andernfalls würde sich jegliche Kraft eines Teils der Person (sei es des Lernenden, des geselligen oder des erotischen Menschen oder des Kämpfers) bemächtigen, sich des Wesens bedienen und es antreiben, statt von ihm beherrscht und benützt zu werden.

\*

Die von dir beschriebenen Bewegungen sind nicht eigentümlich für dich; sie sind der natürliche Hang des vitalen Mentals und nehmen eine ähnliche Form bei den meisten Menschen an. Dieses Mental muss in der Sadhana zur Ruhe kommen, wie alles übrige auch, und seine Energie muss überwacht, umgewandelt und dem eigentlichen Zweck zugeführt werden; das aber nimmt Zeit in Anspruch und tritt erst mit dem Wachsen des größeren Bewusstseins ein. Der Druck dieser Bewegungen ist für das vitale Mental etwas durchaus Normales, so dass es keinen berechtigten Grund zur Entmutigung hat.

Ich halte nichts davon, dass du das Lesen aufgibst, solange es als Leidenschaft nicht von selbst vom Mental abfällt; das geschieht dann, wenn Bewusstsein und Erfahrungen von höherer Ordnung im Wesen ihren Anfang nehmen. Es ist auch nicht gut für dich, wenn du dich zu ausschließlich zu der einen Arbeit des Malens zwingst. Ein Zwang, der solcherart auf Mental und Vital ausgeübt wird, neigt dazu, entweder erfolglos zu sein und sie noch rastloser zu machen oder aber eine Art von Dumpfheit und Trägheit zu erzeugen.

Was die Arbeit anbelangt, so strebe einfach danach, dass sich die [Yoga-] Kraft deiner bediene, stelle innerlich die Verbindung mit der Mutter her, wenn du die Arbeit verrichtest, und mache es dir zum Ziel, als Instrument zu dienen, um Schönheit zum Ausdruck zu bringen, ohne auf persönlichen Ruhm, auf Lob oder Tadel der anderen zu achten.

\*

Über gewöhnliche Themen zu schreiben, bringt einen Hang zur Veräußerlichung mit sich, es sei denn, man ist daran gewöhnt, mit dem inneren Bewusstsein zu schreiben (welcher Art das Thema auch sei) – losgelöst und frei von dem, was das äußere [Bewusstsein] tut.

\*

Es ist nicht so leicht, mentale Arbeit zu verrichten und gleichzeitig die Sadhana auszuüben, denn die Sadhana wird mit dem Mental ausgeübt. Es ist erst dann möglich, wenn man sich sowohl vom Mental als auch vom Körper loslösen kann und im inneren Purusha-Bewusstsein lebt.

\*

Der einzige Weg besteht darin, die Prakriti vom Purusha zu trennen. Wenn du etwas in dir wahrnimmst, das alle mentalen Tätigkeiten beobachtet, doch von ihnen getrennt ist – genauso wie du Dinge beobachten kannst, die sich draußen auf der Straße abspielen –, dann ist das die Trennung des Purusha von der mentalen Prakriti.

\*

Das bedeutet lediglich, dass du dich von deinem mentalen Bewusstsein, wenn es tätig ist, nicht loszulösen vermagst. Wenn du natürlich dein mentales Bewusstsein vom Lesen abwendest, kannst du nicht verstehen, was du liest – denn es ist das mentale Bewusstsein, mit dem man versteht. Du darfst das mentale Bewusstsein und das Lesen nicht voneinander trennen, sondern musst dich selbst vom mentalen Bewusstsein lösen. Du hast der Betrachter zu sein, der beobachtet, wenn es liest oder schreibt oder spricht, genauso wie du beobachtest, wenn der Körper tätig ist oder sich bewegt.

## V.

Ich habe nichts dagegen, dass er mit seinen Studien fortfährt – ob sie für ihn von irgendwelchem Nutzen für ein Leben der Sadhana sind, hängt von der Einstellung ab, in der er studiert. Das wirklich Wichtige ist, ein Bewusstseins-Stadium zu entwickeln, in dem man im Göttlichen leben und von dorthin auf die physische Welt einwirken kann. Mentales Training, mentale Disziplin, Kenntnis von Menschen und Dingen, geistige Bildung, nützliche Fähigkeiten sind eine Vorbereitung, die zu haben für den Sadhak umso besser ist – obwohl es nicht die eine unerlässliche Sache ist. Erziehung in Indien vermittelt sehr wenig von diesen Dingen; wenn man aber weiß, wie man zu studieren hat, ohne sich viel um die Form oder den rein akademischen Erfolg zu kümmern, kann das Leben des Studierenden seinen Zweck erfüllen.

\*

Es besteht kein Grund, warum X seine Studien nicht vollenden oder etwas lernen sollte, das ihn im Leben nützlich werden lässt. Es ist keine Qualifikation für den Yoga, wenn man zu nichts taugt.

\*

Von den Dingen dieser Welt nichts zu wissen, ist für die spirituelle Erkenntnis nicht förderlich.

\*

Ich kann dir keine eindeutigeren Antwort geben. Zu lernen ist nur dann von Wichtigkeit, wenn du auf die richtige Weise lernst, und mit der Hinwendung zu [echtem] Wissen und mentaler Disziplin.

\*

Lesen und Studium sind nur nützlich, um Informationen zu erwerben und den eigenen Kenntnisbereich zu erweitern. Sie führen aber zu gar nichts, wenn man nicht



wahrzunehmen, zu unterscheiden und zu beurteilen weiß, wenn man nicht zu erkennen vermag, was in und hinter den Dingen ist.

\*

Es [das Studium der Logik] ist ein theoretisches Training – du erlernst dabei einige Regeln logischen Denkens. Die Anwendung jedoch hängt von deiner eigenen Intelligenz ab. Ein Mensch kann in irgendeiner Sphäre des Wissens oder Wirkens ein guter Theoretiker sein, aber als Praktiker versagen. Ein sehr guter Militär-Experte und Begutachter kann, wenn er als Befehlshaber einer Armee eingesetzt wird, sehr wohl all seine Schlachten verlieren, da er nicht fähig ist, seine Theorien in die Praxis umzusetzen. Solch ein theoretischer Logiker kann sich bei der Anwendung seiner Fähigkeiten mangels Einsicht, schnellem Erfassungsvermögen oder Plastizität als grober Stümper erweisen. Außerdem umfasst Logik nicht die Gesamtheit des Denkens; Beobachtungsgabe, Intuition, Verständnis und Vielseitigkeit sind wichtiger.

\*

Es ist mir nicht bekannt, dass man durch das Erlernen der Logik von physischen Dingen befreit wird. Einige Intellektuelle führen zwar ein mentales Leben und sind dabei den physischen Bedürfnissen gegenüber weitgehend gleichgültig – aber das sind nur wenige.

\*

Mentales Training besteht aus Lesen, dem Erlernen von Dingen, dem Erwerb vollständiger und genauer Information, dem Sich-Üben in logischem Denken, der leidenschaftslosen Betrachtung aller Seiten einer Frage, aus der Zurückweisung von hastigen oder falschen Folgerungen oder Rückschlüssen und ferner darin, alle Dinge klar und als Ganzes zu sehen.

\*

Gesunder Menschenverstand ist übrigens nicht gleichbedeutend mit Logik (die am wenigsten vernünftige Sache der Welt); er besteht einfach darin, die Dinge zu betrachten wie sie sind, ohne Übertreibung oder Untertreibung – keine unsinnigen Vorstellungen zu hegen.

\*

Ein wohl geübter Intellekt und das Studium sind zwei verschiedene Dinge – es gibt eine große Anzahl von Menschen, die viel gelesen haben, deren Intellekt aber nicht geschult ist. Trägheit kann jeden erfassen, selbst die gebildetsten Menschen.

\*

Ein Mensch kann viel gelesen haben und mental dennoch unentwickelt sein. Das Mental eines Menschen entwickelt sich durch Denken, Verstehen, durch das Empfangen von mentalen Einflüssen von Menschen, die intellektuell über ihm stehen.

\*

Intelligenz hängt nicht von der Menge ab, die man gelesen hat, sie ist vielmehr eine Eigenschaft des Mentals. Das Studium verschafft ihr lediglich Substanz für ihre Betätigung – genauso wie das Leben. Es gibt Leute, die weder lesen noch schreiben können und intelligenter sind als viele hoch entwickelte Menschen und das Leben und die Dinge besser als diese verstehen. Auf der anderen Seite kann sich eine gut entwickelte Intelligenz durch Lesen verbessern, weil sie mehr Stoff zur Betätigung erhält, durch Übung wächst und eine größere Bewegungsfreiheit hat. Buch-Wissen als solches ist jedoch nicht die wahre Sache, es sollte dazu benützt werden, die Intelligenz zu fördern, fördert aber oft nur die Dummheit und Unwissenheit – Unwissenheit deshalb, weil die [bloße] Kenntnis von Tatsachen eine armselige Sache ist, wenn man nicht ihre wahre Bedeutung zu erkennen vermag.

\*

Eine derartige Regel gibt es nicht. Es ist besser, wenn das Mental stark und entwickelt ist, doch entsteht durch Gelehrsamkeit nicht notwendigerweise ein starkes und entwickeltes Mental.

\*

Seine Hauptsorge hinsichtlich der Intellektuellen ist, dass er von jeder Erörterung mentaler Dinge und geistiger Anregungen abgeschnitten ist und seine mentalen Energien daher verkümmern. Doch sollte ein Mensch von mentaler Natur bestimmt nicht von anderen abhängig sein, denn dieses Leben hat seine Grundlage im Inneren – es sollten innere Quellen vorhanden sein, die aus eigener Kraft fließen.

\*

Du solltest nicht zum Zeitvertreib lesen, sondern mit der festen Absicht, dein Mental mit Wissen zu bereichern.

\*

Lies, was dem Yoga dient oder für die Arbeit nützlich ist oder die Fähigkeiten für das Göttliche Ziel entwickelt. Lies nicht wertlosen Kram oder zur reinen Unterhaltung oder wie ein mentaler Zechbruder, zur Befriedigung einer dilettantischen mentalen Neugier. Wenn man im höchsten Bewusstsein gefestigt ist, kann man nichts oder alles lesen; es spielt dann keine Rolle – aber bis dahin ist noch ein weiter Weg.

\*

Schreiben und Lesen absorbieren das Mental und beladen es mit Vorstellungen und Einflüssen; wenn die Vorstellungen und Einflüsse nicht von der rechten Art sind, lenken sie dich natürlich vom rechten Bewusstsein ab. Erst wenn man das wahre Bewusstsein erlangt hat, und das bereits gut gefestigt ist, kann man ohne Gefahr, es wieder zu verlieren oder ohne irgendwelchen sonstigen Schaden alles, was immer es auch sei, lesen oder schreiben.

\*

Es ist nicht notwendig, mit der äußeren Welt auf diese Weise in Verbindung zu sein; es mag unter bestimmten Umständen und für bestimmte Zwecke nützlich sein. Es kann aber auch als Hemmnis wirken. Alles hängt von dem Bewusstsein ab, in dem es geschieht.

Das Lesen von oberflächlichen Büchern kann als Entspannung des mentalen Bewusstseins wirken. In den frühen Stadien ist es nicht immer möglich, das Mental in ununterbrochener spiritueller Konzentration zu halten – es nimmt Zuflucht zu anderen Beschäftigungen und fühlt sich sogar instinktiv zu jenen mit leichterem Charakter hingezogen.

\*

Es hängt von der Art des Gelesenen ab, ob es für das Wachstum des Wesens förderlich ist oder nicht. Eine allgemein gültige Regel kann man nicht aufstellen. Man kann nicht sagen, dass Gedichte oder Tragödien gelesen oder nicht gelesen werden sollen; es hängt vom Gedicht und Schauspiel ab – und so ist es mit allem übrigen.

\*

Es hängt von der Art des Buches ab. Philosophie verfeinert das Mental in bestimmten Richtungen – oder sollte es tun. Der einzige Schaden, der entstehen kann, ist, wenn das Mental sich an Ideen zu klammern beginnt, an statt zur direkten Erfahrung voranzuschreiten.

\*

Ja, das ist der richtige Weg, diese Dinge zu lesen. Diese Philosophien sind meist mentale Intuitionen, die mit viel Spekulation vermischt sind, doch kann man, wenn man das Wissen hat, dahinter eine Wahrheit entdecken, mit der sie übereinstimmen.

\*

Ich weiß nicht, ob an deinen philosophischen Überlegungen etwas Falsches ist. Philosophie ist natürlich eine Schöpfung des Mentals; ihr Fehler ist nicht, falsch zu sein, sondern dass ein philosophisches System nur einen Teilaspekt der Wahrheit darstellt, den der Philosoph als Ganzes ansieht. Wenn man alle Seiten betrachtet und sich nicht derartig einengt, ist es kein Schaden zu philosophieren.

\*

Die Göttliche Wahrheit ist größer als irgendeine Religion oder ein Glaubensbekenntnis oder eine Schrift oder Idee oder Philosophie – du darfst dich an keines dieser Dinge binden.

\*

Über diesen Kommentar ist mir nichts bekannt, doch werden die meisten Kommentare über die Upanishaden mit dem erörternden und spekulierenden Intellekt geschrieben. Sie mögen für solche Menschen nützlich sein, die die Bedeutung der Upanishaden intellektuell zu erfassen suchen, können aber für dich als Sadhak, der du die Erfahrung suchst, keine Hilfe darstellen – wahrscheinlich verwirren sie eher das Mental, indem sie ihm die wahre Grundlage entziehen und es vom Weg der Erfahrung und spirituellen Empfangsbereitschaft ablenken und in den Dschungel der intellektuellen Debatte führen.

\*

Metaphysik setzt sich mit der letzten Ursache der Dinge auseinander und mit all dem, was hinter der Welt der Erscheinungsformen liegt. Hinsichtlich des Mentals und Bewusstseins stellt sie die Frage, was sie sind, wie sie entstanden sind und welcher Art ihre Beziehung zu Materie und Leben ist, usw. Psychologie hingegen setzt sich mit dem

Mental und Bewusstsein auseinander und versucht nicht so sehr, ihr eigentliches Wesen und ihre Beziehungen zu ergründen als ihr tatsächliches Wirken sowie die Norm und das Gesetz dieses Wirkens.

\*

Ich bin der Meinung, dass einige Kenntnis der Naturwissenschaft für dich höchst nützlich ist – dieses Gebiet ist für die meisten Menschen hier ein unbeschriebenes Blatt, und doch wird der größte Teil des modernen Denkens und Wissens von ihr beeinflusst.

\*

Über die Erzählung bin ich nicht im Bilde. Die Menschen bringen die Beziehungen von Mann und Frau hinein, weil seit Jahrhunderten die Gewohnheit herrscht, dass sich jede Erzählung darum dreht, ausgenommen die wenigen, die Geschichte, Abenteuer oder ähnliche Dinge behandeln. Sollte in einer Erzählung, welche spirituelle Philosophie zur Grundlage hat, die Idee von Mann und Frau nicht in den Hintergrund treten oder ganz verschwinden, da spirituelle Liebe in keiner Weise auf Sex beruht, sondern auf der Beziehung von Seele zu Seele?

\*

Der einzige Nachteil beim Lesen solcher Lektüre besteht darin, dass sie dem Vital als Vorwand für sexuelle Erregung dient. Ansonsten schadet Lesen um des Wissens willen nicht – man muss die Tatsachen des Daseins kennen, und wir sollten sie mit einem freien, und leidenschaftslosen Mental kennenlernen. Wenn aber irgendeine vitale Reaktion entsteht, sollte Lektüre dieser Art gemieden werden.

\*

Es verstößt nicht gegen das Prinzip yogischen Lebens, zu wissen, was in der Welt geschieht – unyogisch daran ist, mit diesen Dingen verhaftet zu sein und ohne sie nicht auskommen zu können oder sie als eine Sache von großer Wichtigkeit zu betrachten. Das einzig Wichtige muss die Sadhana sein, das Wachsen in ein neues Bewusstsein und ein neues inneres Leben. Alles übrige muss mit Losgelöstsein geschehen und ohne von ihnen [den Dingen der Welt] absorbiert zu werden. Deine Einstellung muss sein, dass, wenn die Mutter dir sagen würde, niemals mehr eine Zeitung in die Hand zu nehmen, es kein Verzicht für dich wäre und du nicht einmal einen Unterschied empfinden würdest.

\*

Es gibt offensichtlich viele Dinge, die für alle gleichermaßen anwendbar sind und nicht auf diese Weise vermieden werden können. Die Behauptung, dass jeder seinen eigenen Weg zu gehen habe, ist nicht richtig; jeder hat auf seine eigene Weise dem allgemeinen Weg zu folgen, und diese „eigene Weise“ kann oft sehr unvollständig sein. Natürlich ist es richtig, dass die einzelnen Naturen verschieden sind und auch der Zugang, den sie zur Sadhana oder zu anderen Dingen haben. Man kann ganz allgemein sagen, dass das Lesen von Zeitungen oder Erzählungen der Sadhana nicht förderlich ist und zumindest ein Zugeständnis an das Vital darstellt, das noch nicht bereit ist, sich von der Sadhana absorbieren zu lassen – außer wenn und bis man fähig ist, auf die richtige Weise, mit einem höheren Bewusstsein zu lesen, das vom Lesen nicht nur nicht „gestört“; oder vom gesammelten Yoga-Bewusstsein abgelenkt wird, sondern auch fähig ist, vom inneren Bewusstsein und inneren Leben den rechten Gebrauch von dem zu machen, was gelesen wird.

\*

Begründungen beweisen natürlich nichts, sie können lediglich Entschuldigungen sein, die das Mental vorbringt, um das zu tun, was das Vital will. Es liegt auf der Hand, dass das Lesen von Zeitungen die Atmosphäre senkt. Die strittige Frage ist, ob man genügend Abstand bewahren kann, um davon nicht hinuntergezogen zu werden. Während man liest, besteht mit Sicherheit ein Bewusstseinsabfall in den frontalen und äußeren Teilen. Wenn jedoch im Hintergrund das Bewusstsein davon nicht berührt wird, kann man unmittelbar nach dem Lesen zur normalen höheren Ebene zurückkehren.

\*

Lediglich äußeren Regeln zu folgen, ist natürlich nicht ausreichend. Sie sind nur solange eine Hilfe für die innere Bemühung, bis das innere Bewusstsein gründlich verankert ist. Das viele Lesen von Zeitungen auf die übliche Weise bindet dich an die gewöhnliche Auffassung und Ansicht der Dinge und hält dein Interesse daran wach – wenn man das innere Bewusstsein erlangt hat, kann man die Geschehnisse der Welt mit einem anderen Auge des Wissens betrachten, und dann kann Lesen von einigem Nutzen sein – obwohl selbst dann die meisten Veröffentlichungen leer und sinnlos sind. Das einfache Nicht-Lesen jedoch bringt als solches nichts. Auch wenn man eine Ablenkung braucht, dient Zeitungen zu lesen dem Zweck.

\*

An äußeren Dingen interessiert zu sein, ist im Grunde nicht falsch – es hängt von der Art und Weise ab, in der man interessiert ist. Wenn es als Teil der Sadhana geschieht und man diese Dinge vom wahren Bewusstsein her betrachtet, werden sie zu einem Hilfsmittel für das Wachstum des Wesens. Das wahre Bewusstsein zu erlangen, ist das was zählt, und es ist dieses [Bewusstsein], welches dir das Gefühl des Friedens und Wirkens der Kraft vermittelt, wenn es in dich eintritt. Es gibt keinen echten Grund für

dich, mit dir unzufrieden zu sein, da trotz des Widerstandes der niederen Kräfte Fortschritt erzielt wird. Von dem Druck, der sich durch das Schweregefühl im Magen bemerkbar macht, muss man sich befreien – dort ist noch der Hauptwiderstand. Es ist der innere Friede, der angestrebt wird, sowie eine freudige Zuversicht, ein freudiges Glücklichein nach außen – dann hört diese Art von nervösem Druck und diese Störung auf.

\*

Englisch oder Französisch lernt man nicht zur Förderung der Sadhana, sondern zur Entwicklung des Mentals und als Teil der Tätigkeit, die das Wesen zu verrichten hat. Für diesen Zweck ist es ebenso gut, Französisch zu erlernen wie Englisch und wenn es auf die richtige Weise geschieht, sogar noch besser. Es gibt auch keinerlei Grund, sich nur auf die eine Sprache zu beschränken, wenn man die Fähigkeit hat [mehr zu erlernen].

\*

Sprachen zu beherrschen, gehört zum Rüstzeug des Mentals.

\*

Es kommt darauf an, was du mit der Sprache anfangen willst. Wenn du nur Literatur lesen willst, genügt es, lesen, aussprechen und verstehen zu lernen. Wenn eine völlige Meisterung [der Sprache] das Ziel ist, müssen Konversation und Schreiben in der betreffenden Sprache gründlich erlernt werden.

\*

Es kommt darauf an: viele Bücher rasch zu lesen verschafft Freiheit, Ungezwungenheit und Vertrautheit mit der Sprache. Die andere Methode ist der Gründlichkeit und Genauigkeit im Detail wegen notwendig.

\*

Es ist das denkende Mental, das Ideen ausarbeitet – das nach außen gerichtete Mental oder physische Mental verleiht ihnen Form in Worten. Vermutlich hast du diesen Teil nicht hinreichend entwickelt. Die Gabe des Ausdrucks durch das Wort ist verhältnismäßig selten. Die meisten Menschen sind in ihrem Ausdruck entweder schwerfällig, oder wenn sie sehr viel schreiben, geschieht es ohne vernünftige Anordnung und Stilgefühl. Das aber ist ohne grundlegende Bedeutung in der Sadhana – die Wahrnehmungen und Erfahrungen der Sadhana klar zu vermitteln, ist [hier] das einzige Erforderliche.

\*

Ich habe nie gehört, dass es notwendig ist, Logik zu erlernen, um sich gut ausdrücken zu können. Soviel ich weiß, haben sich nur sehr wenig gute Schriftsteller darum bemüht, dieses Fach zu erlernen.

\*

Die Kraft des Ausdrucks entsteht dann, wenn man mit der inneren Quelle, von der diese Dinge stammen, in Berührung kommt. Ein ruhiges und schweigendes Mental ist eine große Hilfe für den freien Fluss dieser Kraft; es [das schweigende Mental] ist aber weder unerlässlich, noch wird es ihn von sich aus herbeiführen.

\*

Das Wissen von oben oder was sonst herabkommt kann in jeder Sprache zum Ausdruck kommen.

\*

Wenn das Wissen kraftvoll von oben herabkommt, bringt es sehr oft seine eigene Sprache mit und die Mängel des Instrumentes werden überwunden. Es gibt Menschen, die sehr wenig wissen, aber wundervoll schreiben können, wenn dieses Wissen zu fließen beginnt – sobald es nicht mehr fließt, wird ihre Sprache ungenau und gewöhnlich.

\*

Die Ausdrucksweise ist etwas anderes; Ramakrishna war ein ungebildeter, nicht-intellektueller Mensch, dennoch war seine Art Wissen auszudrücken so vollendet, dass die größten Intellektuellen sich dem beugten.

\*

Gedanke und Ausdruck vermitteln nur eine Seite der Dinge; man muss das Ganze sehen, kann es aber nur teilweise ausdrücken, außer man schreibt einen langen Aufsatz. Die meisten Denker sehen nicht einmal das Ganze, sondern nur Seiten – und Teil-Aspekte – daher der dauernde Konflikt zwischen Philosophien und Religionen.

\*

Was ausgedrückt wird, ist nur ein Bruchteil dessen, was sich dahinter befindet – das bleibt unausgedrückt und lässt sich in der Sprache der Schöpfung nicht ausdrücken.

\*

Die Stimme birgt eine Vibration von Kraft in sich, die sich viel schwerer schriftlich ausdrücken lässt, weil das Schreiben ein eher mechanisches Ausdrucksmittel ist – doch auch das geschriebene Wort kann eine besondere, ihm eigene Macht besitzen.



## 2. Die Umwandlung des Vitals

**D**ie beiden Vorgänge, deren scheinbarer Widerspruch deinen Geist verwirrt, sind die beiden Enden eines einzigen Bewusstseins, dessen Bewegungen – noch voneinander getrennt – sich vereinigen müssen, wenn die Lebens-Macht eine immer vollendetere Tätigkeit und Erfüllung oder die erhoffte Umwandlung erreichen soll.

Das eine dieser Enden ist das vitale Wesen, das die Lebens-Kraft enthält; das andere Ende ist eine latente dynamische Macht des höheren Bewusstseins, durch welche die Göttliche Wahrheit wirken und das Vital und seine Lebenskraft erfassen kann, um sie für ein größeres Ziel hier zu gebrauchen.

Die Lebens-Kraft im Vital ist das unerlässliche Instrument für jegliches Einwirken der Göttlichen Macht auf die stoffliche Welt und physische Natur. Es kann daher erst dann ein göttliches Leben geben, wenn dieses Vital umgewandelt und zu einem reinen und starken Instrument der Göttlichen Shakti gemacht wurde. Erst dann kann eine erfolgreiche Umwandlung der physischen Natur oder ein freies, vollendetes göttliches Einwirken auf die äußere Welt stattfinden; denn mit unseren gegenwärtigen Mitteln ist jedes derartige Einwirken unmöglich. Deshalb hast du die Empfindung, dass die vitale Bewegung alle Energie verschafft, deren man bedarf, dass alle Dinge mit Hilfe dieser Energie möglich sind und du damit jede gewünschte Erfahrung haben kannst – gute oder schlechte, des gewöhnlichen oder des spirituellen Lebens; und deshalb fühlst du auch, wenn diese Energie kommt, wie das Körperbewusstsein und seine Substanz von Macht erfüllt werden. Was den Kontakt mit der Mutter im Vital anbelangt und dein Gefühl der schönen, der großartigen Erfahrung, die es war – auch das ist natürlich und richtig; denn das Vital muss ebenso wie die Seele und jeder andere Teil des Wesens die Göttliche Mutter fühlen und sich ihr ganz geben.

Eines jedoch darf nie vergessen werden, dass das vitale Wesen und die Lebens-Kraft im Menschen vom Göttlichen Licht getrennt sind und daher ein Instrument für jegliche Macht sein können, die von ihnen Besitz ergreift, sei sie erleuchtet oder dunkel, göttlich oder ungöttlich. Meist dient die vitale Energie den allgemeinen dunklen oder halb-bewussten Bewegungen des menschlichen Mentals und Lebens – seinen üblichen Ideen, Interessen, Leidenschaften und Begierden. Es besteht aber die Möglichkeit, dass sich die vitale Energie über ihre gewöhnlichen Grenzen hinaus steigert, und wenn das der Fall ist, kann sie einen Aufschwung, eine Intensität, Stimulierung und Sublimierung ihrer Kräfte erlangen, durch die sie ein Instrument entweder der Göttlichen Mächte, der Mächte der Götter oder asurischer Kräfte werden kann – oder beinahe werden muss. Oder wenn eine geordnete zentrale Kontrolle in der menschlichen Natur fehlt, kann ihr Wirken zu einem wirren Durcheinander dieser Gegensätze werden oder in unschlüssigem Schwanken einmal den einen und dann den anderen Kräften dienen. Es ist dann nicht genug, dass eine große vitale Energie in dir wirkt; sie muss mit dem höheren Bewusstsein in Verbindung gebracht werden, sie muss dem wahren Bewusstsein überantwortet werden, sie muss der Herrschaft des Göttlichen untergeordnet werden. Daher wird manchmal gegenüber dem Wirken der vitalen Kraft Verachtung oder Missbilligung empfunden, weil ihr Licht und ihre Macht unzureichend und an eine unwissende, ungöttliche Bewegung gebunden sind. Und das ist auch der Grund, weshalb es erforderlich ist, sich der Inspiration und Macht von höherem Ursprung zu öffnen. Die

vitale Energie als solche führt nirgendwohin, sie verläuft in wechselvollen, oft leidvollen und verderblichen Kreisen und wendet sich sogar dem Abgrund zu, weil sie die rechte Führung nicht hat; sie muss sich mit der dynamischen Macht des höheren Bewusstseins und der Göttlichen Kraft verbinden, die durch sie für einen großen und leuchtenden Zweck wirkt.

Um diese Verbindung herzustellen, sind zwei Bewegungen notwendig. Die eine ist nach oben gerichtet; das Vital erhebt sich zur Vereinigung mit dem höheren Bewusstsein und wird vom Licht und Impuls einer höheren Kraft durchdrungen. Die andere ist nach unten gerichtet; das Vital verharrt schweigend, ruhevoll, rein, frei von den gewöhnlichen Bewegungen, und wartet bis die dynamische Macht von oben herabkommt, es in sein wahres Selbst wandelt und seine Bewegungen mit Wissen und Macht füllt. Das ist der Grund, weshalb der Sadhak manchmal die Empfindung hat, dass er in ein glücklicheres und edleres Bewusstsein aufsteigt, dass er in einen lichterem Bereich und eine reinere Erfahrung eintritt; manchmal jedoch fühlt er im Gegenteil die Notwendigkeit, sich in das Vital zurückzuwenden, dort die Sadhana zu tun und das wahre Bewusstsein dorthin herabzubringen. Zwischen diesen bei den Bewegungen besteht kein echter Widerspruch; sie ergänzen sich und sind aufeinander angewiesen – der Aufstieg ermöglicht die göttliche Herabkunft, die Herabkunft erfüllt das, wonach der Aufstieg strebt, und lässt es unumgänglich werden.

Wenn du mit dem Vital von seinen niederen Bereichen aufsteigst und es mit der Seele verbindest, wird dein vitales Wesen erfüllt von dem reinen Streben, der reinen Weihung, die der Seele angeboren sind; gleichzeitig verleiht es den Gefühlen seine eigene überfließende Energie und macht sie dynamisch für die Wandlung der gesamten Natur bis hinab zum ganz Physischen sowie für das Herabbringen des göttlichen Bewusstseins in die Erd-Substanz. Wenn das Vital nicht nur die Seele berührt, sondern auch mit dem höheren Mental verschmilzt, kann es mit einem größeren Licht und Wissen in Kontakt kommen und ihnen folgen. Meist wird das Vital entweder vom menschlichen Mental gelenkt sowie von seinen mehr oder weniger unwissenden Befehlen beherrscht, oder es bemächtigt sich selbst ungestüm dieses Mentals und gebraucht es zur Befriedigung seiner eigenen Leidenschaften, Impulse und Begierden. Oder es verquickt diese beiden Bewegungen miteinander; denn das gewöhnliche menschliche Mental ist zu unwissend für ein besseres Wirken oder eine vollkommene Führung. Wenn aber das Vital mit dem höheren Mental in Verbindung steht, kann es von einem größeren Licht und Wissen geleitet werden, von einer höheren Intuition und Inspiration, einer wahreren Unterscheidung und einigen Enthüllungen der göttlichen Wahrheit und des göttlichen Willens. Dieser Gehorsam gegenüber der Seele und dem höheren Mental kennzeichnet das beginnende Hervortreten des yogischen Bewusstseins in seiner dynamischen Einwirkung auf das Leben.

Aber auch das genügt nicht für das göttliche Leben. Mit dem höheren Mental-Bewusstsein in Kontakt zu kommen, ist nicht genug, es ist nur ein unerlässliches Stadium. Es muss eine Herabkunft der Göttlichen Kraft aus immer höheren und machtvolleren Bereichen stattfinden. Ohne diese herabkommende Kraft aus noch unsichtbaren Höhen ist eine Umwandlung des höheren Bewusstseins in ein supramentales Licht und eine supramentale Macht, eine Umwandlung des Vitals und seiner Lebenskraft in ein reines, weites, ruhiges, intensives und machtvolles Instrument der göttlichen Energie, eine Umwandlung des eigentlichen Physischen in eine Form göttlichen Lichtes, göttlichen Wirkens, göttlicher Stärke, Schönheit und Freude unmöglich. Das ist der

Grund, weshalb in diesem Yoga der Aufstieg zum Göttlichen, den er mit anderen Yoga-Pfaden gemein hat, nicht genug ist; es muss auch eine Herabkunft des Göttlichen stattfinden, um alle Energien des Mentals, Lebens und Körpers umzuwandeln.

\*

Alle reine Wahrheit ist auf die eine oder andere Weise der unmittelbare Ausdruck des Göttlichen Bewusstseins. Leben ist der dynamische Ausdruck der Bewusstseins-Kraft, wenn sie hinausgesandt wird, um sich in konkreten Harmonien der Formbildung zu verwirklichen; Liebe ist ein intensiver Selbst-Ausdruck der Seele des innersten Anandas, und Licht ist das, was das supramentale Bewusstsein immer begleitet und seine wesentlichste Macht darstellt.

\*

Ja, das ist die Natur des Vitals. Es kann sich sowohl Unumschränkt und enthusiastisch hingeben als auch jede nur denkbare Störung verursachen. Ohne das Vital gibt es in der Schöpfung oder Manifestation keine Lebens-Kraft; es ist ein notwendiges Instrument des Spirits für das Leben.

\*

Ja. Selbst der Spirit, wenn er sich in der Materie manifestieren will, muss sich des Vitals bedienen. Das ist das Gesetz der Dinge.

\*

Das Vital ist ein unerlässliches Instrument – ohne es ist keine Schöpfung oder kraftvolle Tat möglich. Es geht ganz einfach darum, es zu meistern und in das wahre Vital zu verwandeln, das stark und zugleich ruhig sowie einer großen Intensität fähig ist, frei vom Ego.

\*

Das Vital bedarf der Überwachung, es darf ihm nicht erlaubt werden, das zu tun, was es will. Du darfst nicht vom Vital beherrscht werden, sondern das Vital muss durch dich beherrscht werden.

\*

Die Befreiung von der blinden Vital-Energie muss durch eine Wandlung im Vital herbeigeführt werden – durch das Hervortreten des wahren Vitals, das stark und weit und friedvoll ist, ein williges Instrument des Göttlichen und nur des Göttlichen.

\*

Es bedeutet die Lebens-Energie, die von innen kommt und in Einklang steht mit dem seelischen Wesen – es ist die Energie des wahren vitalen Wesens, die aber im gewöhnlichen, unwissenden Vital zur Begierde deformiert ist. Du musst das Vital beruhigen und läutern und das wahre Vital hervortreten lassen. Oder du musst die Seele hervortreten lassen, und die Seele wird das Vital läutern und durchseelen, und dann wirst du die wahre vitale Energie haben.

\*

Von dem, was durch das Leben in das vitale Gefäß eingebracht wurde, kann man sich befreien, indem man es umwendet und auf das Göttliche hin ausrichtet und nicht auf sich selbst. Du wirst dann feststellen, dass das Vital ein ausgezeichnetes Instrument, aber ein schlechter Meister ist.

\*

Das menschliche Vital hat nahezu immer diesen Charakter, was aber kein Grund dafür ist, das als unveränderliche Tatsache zu akzeptieren und einem rastlosen Vital zu erlauben, dich anzutreiben wie es will. Ganz abgesehen vom Yoga, auch im gewöhnlichen Leben haben nur diejenigen ihr volles Menschsein erreicht oder werden aller Wahrscheinlichkeit nach mit ihren Idealen oder Unternehmungen erfolgreich sein, die dieses rastlose Vital in die Hand nehmen, es konzentrieren, kontrollieren und disziplinieren. Es geschieht durch die Ausübung des mentalen Willens, durch die sie es dazu zwingen, nicht das zu tun, was es will, sondern was die Vernunft oder der Wille als das Richtige oder Wünschenswerte erkennt. Im Yoga gebraucht man den inneren Willen und zwingt das Vital, sich der [tapasya](#) zu unterwerfen, damit es ruhig, stark und gehorsam werde – oder aber man ruft die Stille von oben, die das Vital nötigt, dem Begehren zu entsagen und ruhig und aufnahmebereit zu werden. Das Vital ist ein gutes Instrument, aber ein schlechter Meister. Wenn du ihm erlaubst, seinen Neigungen und Abneigungen, seinen Launen, Begierden und schlechten Gewohnheiten zu folgen, wird es dein Meister werden, und Friede und Glück sind nicht länger möglich. Es ist dann nicht mehr dein Instrument oder das der Göttlichen Shakti, sondern ein Instrument jeglicher Kraft der Unwissenheit oder sogar einer feindlichen Kraft, die es zu ergreifen und zu gebrauchen vermag.

\*

Der Widerstand und die sich widersprechenden Eingebungen stammen von der vitalen Natur, die in allen Menschen dunkel und mit gewöhnlichen Ideen und Absichten verhaftet ist und auf solche Einfälle und Suggestionen, wie du sie erwähnst, allzu leicht eingeht. Glaube und Weihung kommen aus der Seele, und nur dann, wenn sich das Vital völlig der Seele unterordnet hat, kann man wahrhaft das spirituelle Leben führen.

\*

Es ist ein großer Fortschritt, wenn du das jetzt tun kannst. Das hauptsächliche Hindernis für ein Leben im Licht, im Frieden und in der Kraft, ist die verworrene und trübe Rastlosigkeit der vitalen Natur des Menschen. Wenn sie zur Ruhe gekommen ist, ist die größte Schwierigkeit überwunden. Was übrig bleibt, ist die Behinderung durch das fehlende Verständnis oder die Trägheit der physischen Natur – sie kann aber leichter bewältigt werden, da sie mehr von der Art eines ruhigen, wenngleich hartnäckigen Widerstandes als der einer Störung ist. Wenn einmal die vitale Unruhe überwunden ist, wird mit Sicherheit auch die physische Dunkelheit oder das Unverständnis verschwinden.

\*

Die Jagd nach Vergnügen ist nicht eine Eigenschaft des ganzen Vitals, sondern ein Ausdruck des physischen Vitals – des animalischen Teils des menschlichen Wesens. Selbstverständlich kann es nicht durch mentale Begründungen irgendwelcher Art überzeugt werden. In den meisten Menschen ist sie [die Jagd nach Vergnügen] die natürliche und gebilligte Einstellung gegenüber dem Leben, beschönigt durch eine Art von konventionellem Moralismus und Idealismus als Zugeständnis an das Mental und höhere Vital. In einigen wenigen wird dieser Teil des Wesens [das physische Vital] ergriffen und dem mentalen oder höheren vitalen Ziel untergeordnet – es wird gezwungen, einen zweitrangigen Platz einzunehmen, damit das Mental nachhaltig von mentalen Unternehmungen oder Idealen oder von großen politischen oder persönlichen Bestrebungen absorbiert werden kann (Lenin, Hitler, Stalin, Mussolini). Der Asket und der Puritaner machen den Versuch, es großenteils oder vollständig zu unterdrücken. Das Prinzip in unserem Yoga ist, dass alles ein Instrument des Spirits werden muss und dass jene Teile, die das Vergnügen suchen, den Ananda *in* den Dingen und nicht das animalische Vergnügen der Oberfläche kosten sollen. Doch wird der Ananda weder kommen noch verweilen, solange dieser Teil nicht bekehrt ist, sondern auf seinem eigenen Weg der Befriedigung besteht.

\*

Es gibt viele Menschen, die nicht dem Glück nachjagen und es nicht für das wahre Ziel des Lebens halten. Es ist das physische Vital, welches das Glück sucht, das größere Vital hingegen ist bereit, es zu opfern, um seine Leidenschaften, sein Machtstreben, seinen Ehrgeiz, seine Ruhmsucht oder irgendein anderes Motiv zu befriedigen. Deine Behauptung, dass die eigentliche Ursache das Glücksgefühl ist, das durch die Macht, den

Ruhm usw. entsteht, hat keine generelle Richtigkeit. Macht vermag alles andere zu geben, im allgemeinen aber nicht Glück – sie ist ihrer eigentlichen Natur nach nur mühsam und höchst schwierig zu erreichen, zu bewahren oder auszuüben; natürlich meine ich Macht im gewöhnlichen [nicht im yogischen] Sinn, Ein Mensch kann zwar wissen, dass er niemals in seinem Leben Ruhm erlangen wird, sich aber dennoch in der Hoffnung auf den Nachruhm einsetzen und ihm nachjagen. Er mag wissen, dass ihm die Befriedigung seiner Leidenschaft alles andere als Glück bringt – vielmehr Leiden, Qual, Verderben –, und dennoch wird er seinem Impuls folgen. Ebenso wenig ist das Mental und größere Vital an die Suche nach dem Glück gebunden. Sie suchen viel eher die Wahrheit oder den Sieg einer guten Sache. Alles auf eine einzige, hedonistische Linie zu reduzieren, scheint mir eine recht armselige Psychologie zu sein. Weder die [menschliche] Natur noch der weite Spirit in den Dingen ist derart begrenzt und eingleisig.

\*

Die meisten Menschen tun Dinge, weil sie sie tun müssen, nicht wegen des Glücks, das sie in den Dingen finden. Nur in ihren Hobbys und Neigungen findet die [menschliche] Natur etwas Glück, meist aber nicht in der Arbeit – es sei denn, die Arbeit selbst entspricht einem Hobby oder einer Neigung und kann nach Wunsch aufgenommen oder niedergelegt werden.

\*

Das menschliche Dasein, so wie es normalerweise betrachtet wird, ist ein vitales Leben – „ein wenig höher als das des Tieres“ aufgrund einer gewissen mentalen Tätigkeit –, das auf den Tod hinausläuft. Und dennoch gibt es ein Streben nach etwas, das darüber hinausgeht – es wird aber von den Religionen aufgegriffen, die es in etwas für das Leben Sinnloses einengen, und die Dinge bleiben so wie sie sind. Über diese Beschränkung gelangen tatsächlich nur wenige hinaus.

Das „schließlich“<sup>1</sup> ist in Wirklichkeit nur eine Ausflucht. Niemand kann über sein Menschsein hinauswachsen, solange er sich weigert, sein Ego zu opfern – denn „Menschsein“ bedeutet ein vitales, animalisches Ego, das durch ein wenig äußerliches Denken und Wissen mentalisiert ist. Solange dich das befriedigt, wirst du menschlich bleiben, „sogar hier“ oder anderswo.

\*

Natürlich leben die meisten Menschen in ihrem physischen Mental und Vital, mit Ausnahme einiger weniger Heiliger und einer verhältnismäßig großen Zahl Intellektueller. Das ist der Grund – wie man jetzt weiß –, weshalb die Menschheit in den

---

<sup>1</sup> „Schließlich sind wir Menschen, wir sind noch nicht Götter geworden.“

letzten drei Jahrtausenden wenig Fortschritte gemacht hat, es sei denn an informativen Kenntnissen und materiellem Rüstzeug. Vielleicht gibt es etwas weniger Grausamkeit und Brutalität, mehr Flexibilität des Intellekts innerhalb der Elite, eine raschere Wandelbarkeit in den Formen – das ist alles.

\*

Die gegenwärtige Zeit ist sowohl schlechter als auch besser als die von Wordsworth – auf der einen Seite findet ein Sturz in die übelsten Teile der menschlichen Natur statt, ein Aufruhr der vitalen Kräfte; was aber andererseits durch ein stärkeres Suchen nach etwas Jenseitigem ausgeglichen wird, einem Suchen das mehr Licht und Wissen enthält.

\*

Der Mensch ist ein mentales Wesen und kann nicht vom Vital stammen, wenn auch ein Teil von ihm auf der vitalen Ebene leben mag oder, besser gesagt, damit in Verbindung steht. Die meisten Menschen leben tatsächlich sehr im Vital und bei der Ausübung der Sadhana finden sie sich daher zuerst auf der vitalen Ebene wieder, in Träumen, Erfahrungen usw. Wenn sich das Supramental öffnet, wird in jeden Menschen entsprechend seiner Bereitschaft etwas vom Supramental herabkommen und in ihm einen supramentalen Purusha formen. Das was er jetzt ist, kann dem, was er werden wird, keine Schranken setzen.

\*

Mit physischer Arbeit oder mit Studium beschäftigt zu sein, heißt nicht, im Vital zu leben – das sind nur physische und mentale Beschäftigungen. Im Vital zu leben ist ein psychologischer Zustand.

Die meisten Menschen leben im Vital. Das bedeutet, dass sie in ihren Wünschen, Wahrnehmungen, Emotionen und vitalen Vorstellungen leben und alles von diesem Standpunkt aus betrachten, erfahren und beurteilen. Es ist das Vital, wovon sie beherrscht werden, und das Mental ist sein Diener und nicht sein Herr. Auch im Yoga wird die Sadhana von vielen Menschen von dieser [vitalen] Ebene her ausgeübt, und ihre Erfahrungen sind voll vitaler Visionen, Gestaltungen, Geschehnisse aller Art, doch herrscht weder mentale Klarheit oder Ordnung, noch erheben sie sich über das Mental hinaus. Nur eine Minderheit von Menschen lebt im Mental oder in der Seele oder macht den Versuch, auf der spirituellen Ebene zu leben.

\*

Im gewöhnlichen Leben akzeptieren die Menschen vitale Regungen, wie Ärger, Begehren, Gier, Sex usw., als natürliche, zulässige und berechnete Dinge, die gleichsam

zur menschlichen Natur gehören. Nur insoweit die Gesellschaft sie missbilligt oder darauf besteht, dass sie innerhalb festgelegter Grenzen gehalten werden oder eine schickliche Zügelung erfahren und ein schickliches Maß nicht überschreiten, versuchen die Menschen, sie zu kontrollieren, damit sie der gesellschaftlichen Norm und Regel entsprechen. Im Gegensatz hierzu wird im Integralen Yoga wie im ganzen spirituellen Leben die Bewältigung und völlige Meisterung dieser Dinge gefordert. Das ist der Grund, weshalb der Kampf stärker empfunden wird; nicht etwa, weil sich diese Dinge in den Sadhaks stärker als in gewöhnlichen Menschen erheben würden, sondern wegen der Intensität des Kampfes zwischen dem spirituellen Mental, das Kontrolle fordert, und den vitalen Bewegungen, die rebellieren und im neuen Leben fortbestehen wollen, so wie sie es im alten taten. Was die Vorstellung anbelangt, dass die Sadhana alle Dinge dieser Art aufwühlt, so ist das nur insofern richtig, als es erstens vieles im gewöhnlichen Menschen gibt, dessen er sich nicht bewusst ist, weil das Vital es vor dem Mental verbirgt und sich daran ergötzt, ohne dass das Mental erkennt, welche Kraft dahintersteckt – auf diese Weise werden die Dinge, die unter dem Vorwand von Altruismus, Philanthropie, Dienst [an der Menschheit] usw. geschehen, in großem Umfang vom Ego geleitet, das sich hinter diesen Rechtfertigungen verbirgt; im Yoga aber muss das geheime Motiv hinter dem Schleier hervorgezogen und enthüllt werden, und man hat sich davon zu befreien. Zweitens, im gewöhnlichen Leben werden manche Dinge verdrängt und bleiben in der [menschlichen] Natur zurück, unterdrückt, aber nicht ausgemerzt; sie können sich jederzeit erheben oder in mannigfachen nervösen Formen oder anderen Störungen des Mentals, Vitals oder Körpers zum Ausdruck kommen, ohne dass ihre wahre Ursache ersichtlich ist. Diese Tatsache wurde kürzlich durch europäische Psychologen unter viel Aufhebens entdeckt und erfährt in einer neuen Wissenschaft, der sog. Psychoanalyse, eine übertriebene Bewertung. In der Sadhana hingegen muss man sich dieser unterdrückten Impulse bewusst werden und sie ausmerzen – das kann „Aufwühlen“ genannt werden, bedeutet aber nicht, dass sie durch das Aufwühlen aktiviert werden sollen; vielmehr sollen sie vor das Bewusstsein treten, um aus dem Wesen getilgt zu werden.

Die Ursache dafür, dass einige Menschen der Kontrolle fähig sind, während andere fortgerissen werden, liegt in einem unterschiedlichen Temperament. Einige Menschen sind sattwisch veranlagt, und es ist ihnen ein leichtes, sich zu kontrollieren – bis zu einem gewissen Grad jedenfalls; andere sind eher rajasisch und finden die Selbst-Kontrolle schwierig, häufig sogar unmöglich. Einige haben ein starkes Mental und einen ausgeprägten mentalen Willen, andere wiederum sind vitale Menschen, in denen die vitalen Leidenschaften kraftvoller und mehr an der Oberfläche sind. Einige halten die Kontrolle für überflüssig und lassen sich gehen. – In der Sadhana muss die mentale oder moralische Kontrolle durch spirituelle Meisterung ersetzt werden; denn diese mentale Kontrolle ist etwas Einseitiges – eine Kontrolle ohne Befreiung; nur die Seele und das Spirituelle können die Befreiung bewirken. In dieser Hinsicht ist das der hauptsächlichste Unterschied zwischen dem gewöhnlichen und dem spirituellen Leben.

\*

Der Grund dafür, dass Menschen im gewöhnlichen Leben Ruhe und Selbst-Kontrolle bewahren, liegt in einem gesellschaftlichen Zwang, begleitet von einer gewissen



gewohnheitsmäßigen mentalen Kontrolle, die aus diesem gesellschaftlichen Zwang hervorging – keinesfalls aber im [inneren] Frieden. Wenn der gesellschaftliche Zwang auch nur teilweise gelockert wird, lassen die Menschen sich gehen – so wie es kürzlich in Amerika und England geschah – und geben ihren vitalen Impulsen nach, statt sie zu kontrollieren; ausgenommen jene natürlich, die sich an die religiösen und moralischen Ideale der Vergangenheit halten, selbst wenn sie von der Gesellschaft allmählich fallen gelassen werden.

\*

Zwischen den höheren Teilen und dem niederen Vital besteht auch im gewöhnlichen Leben sehr häufig eine Kluft – im Yoga hat sie die Neigung, sich zu vertiefen, bis sich das niedere Vital wandelt; wenn wir aber die Mehrzahl der Menschen hier betrachten, können wir feststellen, dass diese Wandlung ganz außergewöhnlich schwierig ist.

## II.

Gegenwärtig finden deine Erfahrungen auf der mentalen Ebene statt, aber das ist so in Ordnung. Viele Sadhaks sind zu einem Fortschritt unfähig, weil sie die vitale Ebene öffnen, bevor das Mental und die Seele dafür bereit sind. Nach einem gewissen Beginn echter spiritueller Erfahrungen auf der mentalen Ebene erfolgt eine vorzeitige Herabkunft [der Yoga-Kraft] in das Vital, die mit großer Verworrenheit und Störung verbunden ist. Davor muss man sich hüten. Noch schlimmer ist es, wenn die vitale Begierden-Seele sich der Erfahrung öffnet, bevor das Mental durch die Dinge des Spirits berührt wurde.

Strebe immer danach, dass das Mental und das seelische Wesen mit dem wahren Bewusstsein und der wahren Erfahrung erfüllt und bereitgemacht werden. Du musst besonders nach Ruhe streben, nach Frieden, nach einem stillen Glauben und einer immer größeren Weite, nach mehr und mehr Wissen, nach einer tiefen und intensiven, aber ruhigen Weihung.

Lass dich durch deine Umgebung und ihren Widerstand nicht stören. Solche Umstände werden einem zu Beginn oft als eine Art Prüfung auferlegt. Wenn du ruhig und unbeirrt bleibst und deine Sadhana fortsetzen kannst, ohne dich durch diese Umstände innerlich stören zu lassen, wird dir dies zu einer dringend benötigten Stärke verhelfen; denn der Pfad des Yoga ist immer mit inneren und äußeren Schwierigkeiten übersät, und der Sadhak muss eine ruhige, feste und solide Stärke entwickeln, um ihnen begegnen zu können.

\*

Früher fand deine Sadhana hauptsächlich auf der vitalen Ebene statt. Die Erfahrungen der vitalen Ebene sind für den Sadhak sehr fesselnd, sie sind aber vermischt, das heißt, dass nicht alle mit der höheren Wahrheit verbunden sind. Eine größere, reinere und festere Grundlage muss für die Sadhana geschaffen werden – die seelische Grundlage. Das ist der Grund, weshalb all die alten Erfahrungen aufhören. Das Herz muss zum Zentrum werden, du musst durch **bhakti** und Streben das seelische Wesen hervortreten lassen, um

in eine enge Fühlungnahme mit der Göttlichen Shakti einzutreten. Wenn du hierzu fähig bist, wird deine Sadhana neu beginnen und ein besseres Ergebnis zeitigen.

\*

Es ist ganz offensichtlich, dass deine Sadhana bislang mental war; aus diesem Grund ist es dir auch leicht gefallen, dich am Scheitelpunkt des Hauptes zu konzentrieren – weil das dortige Zentrum unmittelbar den gesamten mentalen Bereich regiert. Das beruhigte Mental, das unter den Auswirkungen der Sadhana stand, besänftigte die vitale Störung, aber klärte und wandelte die vitale Natur nicht.

Nun scheint die Sadhana in das Vital herabzukommen, um es zu läutern und zu wandeln. Das erste Ergebnis ist, dass sich die Schwierigkeit des Vitals gezeigt hat – die widerwärtigen Bilder und alarmierenden Träume kommen von einer feindlichen vitalen Ebene, die sich der Sadhana widersetzt. Von dort stammt auch die erneute Unruhe, die Abneigung und der Widerstand gegen die Sadhana. Das bedeutet nicht die Rückkehr in den alten Zustand, sondern ist das Ergebnis eines Druckes der Yoga-Kraft auf das Vital, um das zu wandeln, was sich widersetzt.

Diese Herabkunft der Sadhana zur Befreiung des vitalen Wesens lässt dich die Notwendigkeit der Konzentration im Herz-Bereich fühlen; denn im Herz-Bereich ist das seelische Zentrum, während sich darunter, hinter dem Nabel, das vitale Zentrum befindet. Wenn diese beiden [Zentren] erweckt und von der Yoga-Kraft ergriffen werden können, wird die Seele (die Seelen-Macht) den vitalen Bereich lenken und die vitale Natur läutern, beruhigen und dem Göttlichen zuwenden. Es wird das beste sein, wenn du lernst, dich nach Wunsch in der Herz-Region oder am Scheitelpunkt des Hauptes zu konzentrieren, denn das verleiht der Sadhana eine vollständigere Macht.

Deine anderen Erfahrungen zeichnen den Beginn der Wandlung im Vital ab, zum Beispiel Friede mit dir selbst und mit jenen, von denen du annimmst, dass sie dir Unrecht getan hätten, Freude und Unabhängigkeit von allen weltlichen Sorgen, Wünschen und Bestrebungen. Auch diese [Erfahrungen] kamen mit dem beruhigten Mental, können aber nur dann gefestigt werden, wenn das Vital befreit und zur Ruhe gelangt ist.

Welche Schwierigkeiten oder Sorgen sich auch immer einstellen mögen, das einzige ist, ruhig weiterzugehen, in vollem Glauben an die Göttliche Macht und Führung, die stetig und immer mehr das ganze Wesen dem Wirken der Sadhana öffnen, bis alles bewusst wird und der erforderlichen Wandlung zustimmt.

### III.

Dieses Schwanken wird durch etwas im widerstrebenden Teil (nicht in dem ganzen) ausgelöst, da ihm der Ruf nach Wandlung noch missfällt. Wenn irgendein vitales Element enttäuscht und unzufrieden ist, wenn es zur Wandlung aufgefordert oder gezwungen wird, aber dazu noch nicht willens ist, schafft das die Neigung einer Abwehr oder eines passiven Widerstandes im Vital und lässt das Physische dumpf und gleichgültig ohne vitalen Auftrieb zurück. Mit dem wachsenden seelischen Druck wird dieses Überbleibsel des Widerstandes verschwinden.

\*

Das Vital mag verstehen, doch ist das nicht genug; es muss aus ganzem Herzen den Frieden und die Umwandlung wünschen. Vermutlich ist ein großer Teil des Vitals unfähig, seine Haltung zu ändern und seine Launen aufzugeben oder seine Art und Weise, etwas zu empfangen; sonst könnten diese Depressionen nicht so akut sein. Es gibt keinen Grund, warum du nicht zum Frieden gelangen solltest – aber das muss sich ändern.

\*

Es scheint mir eine Art **tamas** oder Trägheit zu sein, die sich über das System herabsenkt. Das geschieht manchmal, wenn das Vital mit den Umständen oder dem Erreichten unzufrieden wird und die Mitarbeit verweigert oder passiven Widerstand leistet, indem es sich auf den Standpunkt stellt, „da ich nicht zufriedengestellt bin, werde ich an nichts Interesse zeigen oder dir in keiner Weise bei irgend etwas helfen“.

Der Grund dafür mag sein, dass ich dich aufforderte, das Meditieren einzustellen und zu warten. Das Vital mag nicht warten. Dir das zu sagen, war aber nötig im Hinblick auf das [von dir geschilderte] Brennen der Zentren, die Schlafstörungen und alles übrige – all das muss aufhören, bevor du auf die richtige Weise und mit Erfolg meditieren kannst. Wenn du jetzt überhaupt meditierst, sollte es nur in der Stille und im Frieden geschehen, mit einem sehr ruhigen Streben danach, dass die göttliche Stille, der göttliche Friede in dich herabkommen mögen.

Vielleicht ist die Ursache auch in deinem Hang nach Nirvana zu suchen. Denn das Verlangen nach Nirvana bringt leicht einen derartigen Zusammenbruch der Energien mit sich. Nirvana ist nicht das Ziel meines Yoga – doch sei es nun für Nirvana oder für diesen Yoga, Stille und Frieden im ganzen Wesen sind die unumgängliche Grundlage jeglicher **siddhi**.

\*

Ich habe dir immer geraten, weder das Dichten noch ähnliche Tätigkeiten einzustellen. Es ist falsch, das aus Asketizismus oder aus einer Idee der **tapasya** heraus zu tun. Man kann diese Dinge [Dichten usw.] eindämmen, wenn sie von selbst über einen kommen, weil man so von Erfahrungen absorbiert und derart am inneren Leben interessiert ist, dass man keine übrige Energie für irgendetwas Sonstiges hat. Selbst dann aber gibt es keine Regel, dass man sie aufzugeben hat; denn es besteht kein Grund, warum Dichten usw. nicht ein Teil der Sadhana sein sollte. Was aufgegeben werden muss, ist das Verlangen nach Beifall, nach Ruhm, die Ego-Reaktion; das aber ist möglich, ohne die Tätigkeit als solche aufzugeben. Dein Vital braucht eine Tätigkeit – die meisten Vitale brauchen das –, und es würde mürrisch, gleichgültig und mutlos werden oder aber bereit sein, in jedem Augenblick zu rebellieren und die Flinte ins Korn zu werfen, wenn man es dieses Ventils berauben würde, eines Ventils, das hilfreich sein kann und nicht schädlich zu sein braucht. Ohne den Aufstieg des Vitals ist es schwierig, die Sadhana auszuüben – es würde passiven Widerstand leisten oder mit grimmiger, wenn auch schweigender Missbilligung beobachten und in jedem Augenblick zu Zweifel und Leugnung bereit sein; oder es würde eine wilde Anstrengung machen, nur um wieder zurückzufallen und zu

sagen: „Ich habe nichts erreicht“. Das Mental als solches vermag nicht viel auszurichten, es braucht die Unterstützung durch das Vital, und hierfür muss das Vital in einem frohen und fügsamen Zustand sein. Ihm ist die Freude des Erschaffens eigen, und schöpferische Tätigkeit ist spirituell nicht falsch. Warum verweigerst du deinem Vital diese Freude des Aus-sich-Herausgehens?

Ich hatte dir bereits angedeutet, dass fähig zu sein, auf die göttliche Gnade zu warten (nicht in tamasischer Haltung, sondern mit sattvischem Vertrauen), der beste Weg für dich sei. Auch das Gebet, aber nicht ein Gebet, das auf sofortiger Erfüllung beharrt, sondern ein Gebet, das als solches eine Gemeinschaft des Mentals und Herzens mit dem Göttlichen ist und an sich selbst Freude und Befriedigung findet, in vollem Vertrauen auf die Erfüllung durch das Göttliche zur rechten Zeit. Meditation? Ja, aber deine Meditation ist in ein falsches *āsana* geraten, dem eines übereifrigen und ungestümen Ringens, dem bittere Verzweiflung folgt. Es ist nutzlos, auf diese Weise fortzufahren. Es ist besser, die Meditation so lange zu unterlassen, bis du ein neues *āsana* gefunden hast. (Ich beziehe mich auf die alten Rishis [*ṛṣi*], die ein *āsana* bestimmten, das heißt einen Ort, an dem sie in einer festgelegten Körperhaltung unbeweglich saßen, bis sie die *siddhi* erlangt hatten; wurde aber das *āsana* durch falsche Kräfte, wie *asuras*, *apsaras* usw., erfolgreich gestört, gaben sie es auf und suchten ein neues.) Zudem fehlt deiner Meditation die Ruhe; du meditierst mit einem ringenden Mental, doch sind, und darin stimmen alle Yogis überein, Erfahrungen nur in einem ruhigen Mental möglich – das regungslose Wasser, das die Sonne auf die rechte Weise widerspiegelt, der Becher, der geleert werden muss, bevor der *soma-rasa* [der Saft des mystischen Weines *soma*] des Spirits hineingegossen werden kann. Bereite dein Mental und Herz vor, bis die Dinge in spontanem Fließen in sie hineinzuströmen beginnen.

\*

Ja, die Dürre tritt meist dann auf, wenn das Vital – hier sicherlich das vitale Physische – eine Bewegung, einen Zustand oder die Zurückweisung seiner Begierden missbilligt und passiven Widerstand zu leisten beginnt. Doch manchmal muss man einen derartigen Zustand auf sich nehmen, zum Beispiel die neutrale oder trockene Ruhe, die zuweilen eintritt, wenn man sich von den gewöhnlichen Bewegungen befreit hat, aber noch nichts Positives an ihre Stelle getreten ist (wie zum Beispiel Frieden, Freude, ein höheres Wissen oder eine höhere Kraft und Tätigkeit).

\*

Die übliche Frische, Energie und Begeisterung der Natur stammen vom Vital, entweder direkt, wenn es seine eigenen Instinkte und Impulse befriedigt, oder indirekt, wenn es mit den mentalen, physischen oder spirituellen Tätigkeiten zusammenwirkt oder ihnen zustimmt. Wenn das Vital grollt, herrschen Aufruhr und Kampf. Wenn das Vital zwar nicht länger auf seinen eigenen Impulsen und Instinkten besteht, aber die Mitarbeit verweigert, kommt entweder die Dürre auf oder es tritt ein neutraler Zustand ein. Die Dürre entsteht dann, wenn das Vital ruhig, doch auf passive Weise weder willens noch

interessiert ist – der neutrale Zustand, wenn es weder zustimmt noch abgeneigt ist, einfach ruhig und passiv. Doch kann sich durch einen größeren Einfluss von oben der neutrale Zustand in positive Stille und Frieden verwandeln, der das Vital nicht nur ruhig, sondern mindestens auch passiv fügsam sein lässt. Mit dem aktiven Interesse, der aktiven Zustimmung des Vitals wird der Frieden ein glücklicher, freudiger Frieden oder ein starker Frieden, der die Tätigkeit oder aktive Erfahrung stützt und in sie eintritt.

\*

Wenn alles reibungslos verläuft, ist das Vital in Ordnung; nehmen die Schwierigkeiten aber zu, dann sackt es ab und wird gleichgültig. Wenn dagegen dem vitalen Ego ein Köder hingehalten wird, kann es enthusiastisch und aktiv werden.

\*

Es kam daher, weil das Vital sehr stark von seinen Begierden beherrscht wurde; und nun, nachdem es jetzt selbständig tätig ist und durch den mentalen Willen nicht kontrolliert wird, nörgelt und schreit es, wann immer seine Wünsche nicht befriedigt werden. Das ist die gewöhnliche Bewegung des menschlichen Vitals, sobald es vom mentalen Willen nicht gelenkt und auf seinen Platz verwiesen wird.

\*

Kein Zweifel, es war das Schweigen – die leichte Dürre muss die Reaktion im Physischen Vital gewesen sein, verursacht durch die Gleichgültigkeit gegenüber äußeren Dingen –, da das physische Vital sehr stark von diesem äußeren Interesse abhängig ist. Wenn es sich besser an die Stille gewöhnt hat, wird die Dürre verschwinden.

\*

Das Nervenwesen [Nervensystem] steht unter dem Einfluss der vitalen Kräfte; wenn sie geleugnet oder fortgedrängt werden, wird es verzagt und möchte sie zurückrufen – denn es ist daran gewöhnt, die Freude und Lebenskraft von den vitalen Bewegungen zu empfangen und nicht von der spirituellen oder göttlichen Kraft oben.

\*

Das Gefühl der Wüste entsteht durch den Widerstand des Vitals, welches will, dass das Leben vom Begehren beherrscht wird. Wenn dem nicht stattgegeben wird, betrachtet es das Dasein als eine Wüste und zwingt dem Mental diesen Eindruck auf.

Die Shakti im Herzen ist die seelische Kraft.

\*

Es ist bestimmt besser, wenn sich das Vital der wahren Bewegung überlässt, seine falschen Bewegungen zurückweist und nur um das Wachsen der Selbst-Verwirklichung, der seelischen Liebe und der Durchseelung der Natur bittet. Es ist aber möglich, sich selbst mit einem neutralen Vital [durch einen Einfluss] von oben von den wirksameren Formen des Widerstandes zu befreien.

#### IV.

Der fundamentale Defekt, das, was immer im Wege stand und jetzt auf extreme Weise im Vordergrund isoliert ist, hat seinen Sitz oder konzentriert sich zumindest gegenwärtig im niederen vitalen Wesen. Ich meine jenen Teil der vital-physischen Natur mit seinem kleinlichen und hartnäckigen Egoismus, der die äußere menschliche Persönlichkeit in Gang hält – das, was ihre Oberflächen-Gedanken stützt und ihre gewohnten Wege des Empfindens, der Verhaltensweise und der Tat beherrscht. Ich beziehe mich hier nicht auf die anderen Teile des Wesens und spreche nicht von etwas im höheren Mental, dem seelischen Selbst oder der höheren und größeren vitalen Natur; denn wenn sich das niedere Vital erhebt, werden jene in den Hintergrund gedrängt und zeitweilig sogar durch dieses niedere vitale Wesen und die äußere Persönlichkeit verdeckt. Was immer auch in den höheren [Wesens-] Teilen sein mag, das Streben nach der Wahrheit, die Weihung oder der Wille zur Überwindung der Hemmnisse und feindlichen Kräfte, es kann nicht das ganze Wesen erfassen, es kann nicht unvermischt und unverdorben bleiben oder anhaltend wirksam sein, solange das niedere Vital und die äußere Persönlichkeit das Licht nicht akzeptiert und der Wandlung nicht zugestimmt haben.

Es war unvermeidlich, dass im Verlauf der Sadhana diese niederen Teile der Natur hervortreten würden, damit sie, wie das übrige Wesen, die entscheidende Wahl trafen und die Umwandlung entweder annehmen oder ablehnen. Meine ganze Arbeit hängt von dieser Bewegung ab; es ist die ausschlaggebende Feuerprobe in diesem Yoga. Denn das physische Bewusstsein und das materielle Leben können sich nicht wandeln, wenn dies nicht gewandelt wird. Nichts von dem, was zuvor stattgefunden haben mag, keine innere Erleuchtung und Erfahrung, keine Macht des Anandas hat irgendeinen Wert, wenn das nicht geschehen ist. Wenn die kleine äußere Persönlichkeit darauf besteht, ihr dunkles und beschränktes, ihr kleinliches und unwürdiges, ihr selbstsüchtiges, falsches und dummes menschliches Bewusstsein beizubehalten, dann läuft das auf eine glatte Leugnung der Arbeit und Sadhana hinaus. Ich habe nicht die Absicht, einer Neuausgabe des alten Fiascos, einem teilweisen und vorübergehenden spirituellen Sich-Öffnen im Inneren ohne die wahre und radikale Wandlung des Gesetzes der äußeren Natur zuzustimmen. Wenn sich also in der Praxis ein Sadhak weigert, dieser Wandlung zuzustimmen, oder wenn er sich gar weigert, dem Erfordernis irgendeiner Wandlung seines niederen vitalen Wesens und seiner gewöhnlichen, äußeren Persönlichkeit zuzustimmen, muss ich mit Recht annehmen, dass er – welcher Art auch immer seine Beteuerungen sein mögen – weder mich noch meinen Yoga akzeptiert hat.

Ich bin mir durchaus bewusst, dass diese Wandlung nicht einfach ist, der dynamische Wille hierfür kommt nicht auf einmal, und es ist schwierig, ihn zu bewahren, und selbst zu einem späteren Zeitpunkt fühlt sich der Sadhak oft hilflos gegenüber der Macht der Gewohnheit. Da uns dies bekannt ist, beweisen die Mutter und ich hinreichende Geduld – und tun es weiterhin –, um dem wahren Spirit Zeit zu lassen, hervortreten, Form annehmen und erfolgreich im äußeren Wesen jener Menschen, die um

uns sind, wirken zu können. Wenn aber in irgendjemanden dieser Teil nicht nur widerspenstig, anmaßend oder aggressiv wird, sondern vom Mental und Willen sogar unterstützt und gerechtfertigt wird, und wenn er versucht, sich in der Atmosphäre auszubreiten, ist das eine andere und sehr ernste Sache.

Die Schwierigkeit im niederen vitalen Wesen ist die, dass es noch an sein altes Selbst gekettet ist und gegen das Licht rebelliert; es hat sich weder einer größeren Wahrheit noch mir oder der Mutter überantwortet und hat bislang auch keine derartige Absicht und kaum eine Vorstellung davon, was wahre Überantwortung ist. Wenn das niedere Vital diese Haltung einnimmt, geht es davon aus, die alte Persönlichkeit sowie die vergangenen Ausdrucksformen der niederen Natur zu unterstützen. Nach jeder Niederlage bestärkt es sie [erneut], holt sie zurück und verfiucht sein Recht auf Freiheit – die Freiheit, seine unreifen und egoistischen Ideen, Begierden, Launen, Impulse oder Annehmlichkeiten zu bejahen und ihnen zu folgen, wann es will. Es beansprucht im geheimen oder mit vielen Worten das Recht, seiner Natur zu folgen – seiner menschlichen, ungeläuterten Natur –, das Recht darauf, es selbst zu sein, und zwar sein natürliches, ursprüngliches, ungewandeltes Selbst mit all der Falschheit, Unwissenheit und Widersprüchlichkeit, wie sie diesem Teil des Wesens eigen sind. Und es erhebt – wenn nicht in der Theorie, so in der Praxis – den Anspruch auf das Recht, all diesen unreinen und minderwertigen Stoff in Rede, Tat und Verhalten auszudrücken. Es verteidigt, beschönigt, es stellt die Dinge auf bestechende Weise dar und versucht, die früheren, gewohnten Wege des Denkens, Sprechens und Fühlens unbegrenzt aufrecht zu erhalten und die Entstellungen und Verformungen des Charakters zu verewigen. Dies geschieht manchmal durch offene Anmaßung und Rebellion, indem es alles, was dagegen getan oder gesagt wird, als Irrtum, Unterdrückung oder Ungerechtigkeit brandmarkt – manchmal hinter einem Schleier der Selbsttäuschung oder einer Maske der Heuchelei, indem es sich zu einer Sache bekennt, aber eine andere praktiziert. Oft versucht es, sich selbst zu überreden und andere zu überzeugen, dass all das die einzig vernünftige und richtige Handlungsweise für sich und andere oder sogar ein Teil der wahren Yoga-Bewegung sei.

Wenn man diesem niederen vitalen Wesen erlaubt, die Handlungsweise zu beeinflussen, wie es geschieht, wenn der Sadhak irgendwie seine Einflüsse billigt, wird sein Verhalten – ob verhüllt oder zutage tretend – einen beträchtlichen Teil seiner Rede und Handlungsweise diktieren, und er wird keinen ernsthaften Widerstand dagegen leisten. Wenn er sich selbst und der Mutter gegenüber ehrlich ist, wird er die Quelle und Natur des Hemmnisses zu erkennen beginnen und bald den direkten Weg zu seiner Richtigstellung und Wandlung einschlagen. Solange er aber unter dem feindlichen Einfluss steht, weigert er sich hartnäckig dies zu tun; er zieht es vor, diese Bewegung unter jeder Art von Verschleierung, Leugnung, Rechtfertigung, Entschuldigung oder anderen Ausflüchten zu verbergen.

In der [menschlichen] Natur nimmt der Widerstand gewisse charakteristische Formen an, welche die Verwirrung und auch die Schwierigkeit der Umwandlung vergrößern. Es ist notwendig, einige dieser Formen in groben Zügen darzustellen, da sie recht allgemein in Erscheinung treten – bei den einen mehr, bei den anderen weniger –, um sie scharf und klar zu enthüllen.

1. Eine gewisse Eitelkeit, Arroganz und ein anmaßender rajasischer Ungestüm in diesem kleinen vitalen Wesen bei solchen Menschen, die in diesen Teilen ausgesprochen stark sind, die Deformierung der vitalen Kraft sowie der Veranlagung des Führens und

Herrschens, die ihnen durch bestimmte Fähigkeiten im höheren Vital verliehen wurden. Dies wird begleitet von einem übermäßigen *amour-propre* [Selbstbewusstsein], durch den das Bedürfnis entsteht, sich ins rechte Licht zu setzen und unter allen Umständen eine Stellung und ein Prestige aufrechtzuerhalten, sich sogar vor anderen in Positur zu werfen und sie zu beeinflussen, zu kontrollieren oder ihnen „zu helfen“, sowie die Rolle eines überlegenen Sadhaks mit größerem Wissen und okkulten Kräften zu spielen. Selbst das größere vitale Wesen muss seine Mächte und Fähigkeiten der Göttlichen Shakti überantworten, von der sie stammen, und darf sie nur als Instrumente der Mutter und ihren Anweisungen gemäß gebrauchen; wenn es sich mit den Forderungen seines Egos einmischt und sich zwischen die Mutter und die Arbeit stellt oder zwischen sie und andere Sadhaks, weicht es, welcher Art auch immer seine natürliche Macht sein mag, vom wahren Weg ab, verdirbt die Arbeit, öffnet sich feindlichen Kräften und falschen Bewegungen und schadet jenen, denen es zu helfen vermeint. Wenn nun diese Dinge auf die Kleinheit der niederen vitalen Natur und die äußere Persönlichkeit übertragen werden und niedrigere, kleinlichere Formen annehmen, werden sie gegenüber der [Göttlichen] Wahrheit noch falscher, widersinniger und absurder und können gleichzeitig, obwohl in kleinerem Ausmaß, auf schlimme Weise schädlich sein. Es ist der sicherste Weg, die feindlichen Kräfte in die allgemeine Arbeit eindringen zu lassen oder die eigene Sadhana zu verfälschen oder sie dem Einfluss dieser Kräfte auszusetzen. In kleinerem Umfang bestehen diese Mängel der Eitelkeit, Anmaßung und rajasischen Heftigkeit in den meisten menschlichen Naturen. Sie nehmen andere Formen an, sind aber auch dann ein großes Hindernis für jegliche wahre spirituelle Wandlung.

2. Ungehorsam und Disziplinlosigkeit. Dieser niedere Teil des Wesens ist immer ziellos, unberechenbar, selbst-anmaßend und nicht willens, die Auferlegung irgendeiner Ordnung und Disziplin, die von seinen eigenen Vorstellungen oder Impulsen abweichen, anzunehmen. Schon von Anfang an hemmen seine Mängel die Bemühungen des höheren Vitals, der Natur eine wahrhaft regenerierende *tapasya* aufzuerlegen. Diese Gewohnheit des Ungehorsams und der Missachtung der Disziplin ist so stark, dass sie nicht immer absichtlich zu sein braucht; die Reaktion darauf scheint intuitiv, unwiderstehlich und instinktiv zu sein. So kommt es, dass der Mutter wiederholt Gehorsam versprochen oder vorgetäuscht wird, die Handlungsweise oder der eingeschlagene Weg aber häufig das genaue Gegenteil der Beteuerung oder des Versprechens ist. Diese anhaltende Disziplinlosigkeit ist ein fundamentales Hindernis für die Sadhana und das denkbar schlechteste Beispiel für andere.

3. Heuchelei und Falschheit in der Rede. Das ist eine außergewöhnlich schädliche Gewohnheit der niederen Natur. Diejenigen, die nicht freimütig sind, können von der Hilfe der Mutter nicht profitieren, denn sie weisen diese selbst zurück. Wenn sie sich nicht ändern, besteht keine Hoffnung auf die Herabkunft des supramentalen Lichtes und der supramentalen Wahrheit in das niedere Vital und die physische Natur; sie bleiben in ihrem eigenen, selbstgeschaffenen Schlamm stecken und können nicht weiterkommen. Und oft wird die echte Wahrheit, die sich im Sadhak abzeichnet, nicht nur durch reine Übertreibung oder falschen Gebrauch der Einbildungskraft ausgeschmückt, sondern auch durch eine regelrechte Leugnung und Verstellung sowie eine verfälschende Verschleierung der Tatsachen. Manchmal geschieht es, um Ungehorsam oder eine falsche oder fragwürdige Handlungsweise zu verdecken, manchmal, um seine Stellung gegenüber anderen aufrechtzuerhalten und seine eigene Auffassung durchzusetzen oder seinen bevorzugten Gewohnheiten oder Wünschen nachzugeben. Durch diese Art vitaler



Gewohnheit wird sein [des Sadhaks] Bewusstsein sehr häufig getrübt und er erkennt nicht einmal die Falschheit dessen, was er sagt oder tut; doch für vieles, was er sagt und tut, ist es ganz unmöglich, ihm selbst diese schwache Entschuldigung zuzubilligen.

4. Eine gefährliche Gewohnheit fortwährender Selbst-Rechtfertigung. Wenn das im Sadhak die Oberhand gewinnt, ist es unmöglich, ihn in diesem Teil seines Wesens auf das rechte Bewusstsein und die rechte Tat hinzulenken, da bei jedem Schritt sein einziges Anliegen darin besteht, sich selbst zu rechtfertigen. Sein Mental stürmt sofort los, um seine eigene Idee, Haltung und Handlungsweise zu verfechten. Und er ist bereit, hierfür jedes nur erdenkliche Argument geltend zu machen, manchmal das unbeholfenste, lächerlichste oder widerspruchsvollste, das ihm gerade zuvor als Gegenargument diente – wenn nötig unter Zuhilfenahme falscher Darstellungen und Einfälle. Dieser Missbrauch ist allgemein, aber nichtsdestoweniger ein Missbrauch des denkenden Mentals; es nimmt im Sadhak aber ungewöhnliche Ausmaße an, und solange er daran festhält, ist es ihm unmöglich, die Wahrheit zu sehen oder in ihr zu leben.

Welcher Art auch immer die Schwierigkeiten der Natur sind, wie lange und schmerzhaft der Prozess der Auseinandersetzung mit ihnen auch sein mag, der Wahrheit können diese Dinge letzten Endes nicht widerstehen, wenn in den Teilen des Wesens der echte Spirit, die echte Haltung und das echte Bemühen herrschen oder sich einstellen. Wenn aber ein Sadhak aus Eigenliebe oder Eigenwillen oder aus tamasischer Trägheit damit fortfährt, seine Augen gegenüber dem Licht zu verschließen oder sein Herz dagegen zu verhärten, vermag ihm niemand zu helfen, solange er in dieser Einstellung verharrt. Für die göttliche Wandlung ist die Zustimmung des ganzen Wesens notwendig, und die Vollständigkeit und Fülle dieser Zustimmung machen die integrale Überantwortung aus. Doch darf die Zustimmung des niederen Vitals nicht nur ein mentales Bekenntnis oder eine vorübergehende emotionale Einwilligung sein; sie muss sich in einer immerwährenden Einstellung und einer beharrlichen und konsequenten Handlungsweise ausdrücken.

Dieser Yoga kann bis zum Ende nur von jenen getan werden, denen es völlig ernst damit ist und die bereit sind, ihr kleines menschliches Ego samt seinen Ansprüchen auszulöschen, um sich im Göttlichen zu finden. Er kann nicht in einer Haltung der Leichtfertigkeit oder Lässigkeit getan werden – dazu ist die Arbeit zu hoch und zu schwierig, sind die Widersachermächte in der niederen Natur nur allzubereit, die geringste Zustimmung oder die kleinste Öffnung auszunützen und sind das Streben und *dietapasya*, die gebraucht werden, viel zu langwierig und intensiv. Er kann nicht getan werden, wenn die Ideen des menschlichen Mentals ungeduldig geltend gemacht werden oder den Forderungen, Instinkten und Ansprüchen des niedrigsten Teils des Wesens – im allgemeinen unter dem Begriff „die menschliche Natur“ gerechtfertigt – vorsätzlich nachgegeben wird. Er kann nicht getan werden, wenn du darauf beharrst, diese niedersten Dinge der [Welt der] Unwissenheit mit der Göttlichen Wahrheit oder selbst mit der geringeren Wahrheit, die auf dem [Yoga-] Weg noch zulässig ist, zu identifizieren. Er kann nicht getan werden, wenn du dich an dein vergangenes Selbst und seine alten mentalen, vitalen und physischen Prägungen und Gewohnheiten klammerst; man muss fortwährend seine vergangenen Selbste zurücklassen und von einer immer höheren und höheren bewussten Ebene her sehen, handeln und leben. Er kann nicht getan werden, wenn du für dein menschliches Mental und vitales Ego auf „Freiheit“ bestehst. Solange er [der Mensch] das gewöhnliche Leben führt, dürfen sich, wenn er will, alle Teile des menschlichen Wesens in ihrer Weise und auf eigene Gefahr ausdrücken und

zufriedenstellen. Doch einen Yoga-Pfad zu betreten, dessen ganzes Ziel es ist, diese menschlichen Dinge durch das Gesetz und die Macht einer größeren Wahrheit zu ersetzen, dessen Methode in ihrem Kern aus der Überantwortung an die Göttliche Shakti besteht, und dennoch fortzufahren, diese sogenannte Freiheit zu fordern, die nur darin besteht, sich bestimmten kosmischen Kräften auszuliefern, heißt, einem krassen Widerspruch zu frönen und das Recht zu fordern, ein doppeltes Leben zu führen.

Am allerwenigsten aber kann dieser Yoga getan werden, wenn jene, die vorgeben, seine Sadhaks zu sein, sich weiterhin zu Zentren, Instrumenten oder Wortführern der Kräfte der Unwissenheit machen, die sich seinem eigentlichen Prinzip und Ziel widersetzen und es verneinen und lächerlich machen. Auf der einen Seite steht die supramentale Verwirklichung, die alles überschattende herabkommende Macht des supramentalen Göttlichen, das Licht und die Kraft einer weit größeren Wahrheit als sie bislang auf Erden verwirklicht wurde, und daher etwas jenseits dessen, was das kleine menschliche Mental mit seiner Logik als die einzig dauernden Wirklichkeiten betrachtet, etwas, dessen Natur und Weg und Entwicklungsvorgang es hier [auf Erden] mit seinen unzulänglichen Instrumenten weder erfassen noch wahrnehmen oder an seinen unreifen Maßstäben messen kann; trotz allen Widerstandes drängt es herab zur Manifestation im physischen Bewusstsein und stofflichen Leben. Auf der anderen Seite steht diese niedere vitale Natur mit all ihrer hochtrabenden Arroganz, Unwissenheit, Dunkelheit, Stumpfheit oder beschränkten Turbulenz, die um ihr eigenes Fortbestehen und gegen die [Göttliche] Herabkunft kämpft, die sich weigert, an irgendeine echte Realität oder wahre Möglichkeit eines supramentalen oder übermenschlichen Bewusstseins und einer ebensolchen Schöpfung zu glauben; oder sie fordert, was noch absurder ist, dass sich diese Dinge, falls es sie überhaupt gibt ihren eigenen kleinen Normen angleichen, und ergreift gierig alles, was das Gegenteil zu beweisen scheint, leugnet die Gegenwart des Göttlichen – wohl wissend, dass ohne jene Gegenwart die Arbeit unmöglich ist –, um laut ihre eigenen Gedanken, Urteile, Wünsche und Instinkte hervorzuheben, und rächt sich, wenn diesen widersprochen wird, indem sie Zweifel, Leugnung, entmutigende Kritik, Aufruhr und Verwirrung verbreitet. Zwischen diesen beiden Dingen wird gegenwärtig jeder zu wählen haben.

Denn dieser Widerstand, dieses fruchtlose Hemmen und Blockieren der Herabkunft der göttlichen Wahrheit kann nicht immerfort währen. Jeder hat sich letzten Endes für die eine oder die andere Seite zu entscheiden, für die Seite der Wahrheit oder gegen sie. Die supramentale Verwirklichung kann nicht gleichzeitig neben der Beharrlichkeit der niederen Unwissenheit bestehen; sie ist unvereinbar mit einer fortwährenden Befriedigung in einer gespaltenen Natur.

\*

Für diese Art Kampf kann es nur eine „Lösung“ geben – nämlich solche Gefühle als das zu erkennen, was sie in Wirklichkeit sind: ungeläuterte Bewegungen der alten vitalen Natur –, und diese vitalen Suggestionen als Suggestionen der feindlichen Kräfte zurückzuweisen, deren Absicht es ist, dich vom geraden Pfad abzudrängen. Wenn das Mental des Sadhaks diese vitalen Bewegungen stützt, wenn irgendein Teil seiner Natur sie akzeptiert und daran festhält, kann er, solange er dem stattgibt, dem Kampf nicht entrinnen.

All diese Suggestionen sind etwas durchaus Gewohntes und sowohl in ihrem Ausdruck als auch in ihrer Substanz immer gleich. Auch die Reaktionen darauf sind immer dieselben, und an ihrer bloßen Natur vermag man die Quelle, von der sie stammen, zu erkennen – Enttäuschung eines unbefriedigten Verlangens, Verzweiflung, Unzufriedenheit, Unglückseligkeit, das Gefühl von Groll und Ungerechtigkeit, Rebellion, ein Absacken in *tamas* und Trägheit (weil das vitale Wesen, wenn seinen egoistischen Forderungen nicht entsprochen wird, die Teilnahme an der spirituellen Bemühung verweigert), Dürre, Dumpfheit, Beendigung der Sadhana. Sogar die Redewendungen wiederholen sich: „keine Bewegung in diesem Leben“, „Erstickung“, „Begrenzung“, „luftdicht abgeschlossen“; und all dies bedeutet ganz einfach, dass sich die niedere vitale Natur – oder ein Teil davon – in Aufruhr befindet und dass sie etwas anderes als die göttliche Wahrheit und die *tapasya* will, die zur supramentalen Umwandlung führen. Es weigert sich, Ego und Begehren, Forderung und Verlangen aufzugeben oder die wahre Selbsthingabe, die wahre Überantwortung zu akzeptieren, während es dennoch den Druck fühlt, sich in ein Instrument des göttlichen Lebens zu wandeln. Diesen Druck nennt es Erstickung. Wenn ihm verweigert wird, dass es seine Wünsche ausbreitet und sich volle Bewegungsfreiheit schafft, bezeichnet es das als Begrenzung des Wesens. Die Stille, Reinheit und das gesammelte Schweigen, welche die Grundlage der *tapasya* für die supramentale Wandlung sind, brandmarkt es als „kein Leben“. Rechte Verhaltensregeln und das Beharren auf Selbst-Verleugnung und Selbst-Meisterung sowie die Zügelung des Forderns und Begehrens sind das, was es „luftdicht abgeschlossen“ nennt. Die schlimmsten Suggestionen und gefährlichsten Irreführungen aber finden statt, wenn sich dieser Geist des Forderns und Wünschens in ein spirituelles Gewand hüllt und eine Form annimmt, die den Sadhak glauben lässt, dass sie zum Yoga gehören würde.

Aus dieser Zermürbung durch die niedere vitale Natur gibt es nur einen einzigen Ausweg: Jegliches egoistische vitale Fordern, Beanspruchen und Begehren vollständig zurückzuweisen und das unbefriedigte vitale Drängen durch die Reinheit des seelischen Strebens zu ersetzen. Weder die Befriedigung dieses vitalen Tumultes noch ein asketisches Sich-Zurückziehen ist die wahre Lösung, sondern dass sich das vitale Wesen dem Göttlichen überantwortet und zielstrebig der höchsten Wahrheit weihet, die von Begehren und Verlangen nicht berührt werden kann. Denn das Wesen der höchsten Wahrheit ist Licht und Ananda, und wo Begehren und Verlangen herrschen, kann es keinen Ananda geben.

Nicht vitales Fordern, sondern allein das seelische Drängen kann die Natur auf die supramentale Umwandlung hinführen; denn nur sie kann das Mental und Vital ändern und ihnen ihre eigene wahre Bewegung zeigen. Fortwährend jedoch wird vitales Fordern mit seelischem Streben verwechselt, obwohl der Unterschied deutlich ist. Im seelischen Streben gibt es diese Reaktionen nicht, keinen Aufruhr und keine Rechtfertigung des Aufruhrs; denn die Seele strebt durch die innere Einung mit dem Göttlichen und durch Hingabe. Sie stellt weder in Frage noch fordert sie heraus, sie sucht vielmehr das Verstehen durch Einssein mit dem Göttlichen Willen. Sie verlangt nicht nach armseliger persönlicher Befriedigung, sondern findet ihre Befriedigung, wenn die Wahrheit im Inneren des [menschlichen] Wesens wächst; was sie sucht und findet, ist nicht Nachsicht gegenüber einer vitalen und physischen Forderung, sondern die wahre Nähe, die aus der immerwährenden Gegenwart des Göttlichen im Herzen sowie der Herrschaft des Göttlichen in der ganzen menschlichen Natur besteht. Der Ruf der Seele lautet immer:

„Lass die Wahrheit siegen, lass deinen Willen und nicht den meinen geschehen“. Das Toben des Vitals steht hierzu aber im krassen Gegensatz. Es fordert das Göttliche auf: „Lass meinen Willen mit dem Deinen übereinstimmen, beuge Dich meinem Drängen, befriedige meine Wünsche, denn erst dann werde ich dich suchen und anerkennen und mich bereit erklären, das Göttliche in dir zu sehen.“ Es erübrigt sich wohl festzustellen, welches der Weg der Wahrheit ist oder der beste Ausweg aus jedem Kampf in der [menschlichen] Natur.

Die einzige Schöpfung, die hier irgendeinen Platz hat, ist die supramentale, das Herabbringen der göttlichen Wahrheit auf die Erde, nicht nur in das Mental und Vital, sondern auch in den Körper und die Materie. Unser Ziel ist nicht, alle „Beschränkungen“ zu beseitigen, damit sich das Ego ausbreiten kann, oder der Erfüllung der Ideen des menschlichen Mentals oder den Begierden der egozentrischen Lebenskraft freien Lauf zu lassen oder unbeschränkten Spielraum zu schaffen. Keiner von uns ist hier, um das zu tun, „was uns gefällt“, oder eine Welt zu erschaffen, in der wir am Ende in der Lage sein würden, das zu tun, was uns gefällt; wir sind hier, um das zu tun, was das Göttliche will, und eine Welt zu erschaffen, in welcher der Göttliche Wille seine Wahrheit manifestieren kann, die nicht länger mehr durch menschliche Unwissenheit deformiert oder durch vitales Begehren entstellt und falsch gedeutet wird. Die Arbeit, die der Sadhak des supramentalen Yoga zu leisten hat, ist nicht seine eigene Arbeit, für die er seine eigenen Bedingungen festlegen kann, sondern die Arbeit des Göttlichen, die er gemäß den Bedingungen zu verrichten hat, die vom Göttlichen festgelegt wurden. Unser Yoga wird nicht unsertwillen ausgeübt, sondern um des Göttlichen willen. Nicht unsere eigene persönliche Offenbarung haben wir zu suchen, die Offenbarung des individuellen Egos, von allen Schranken und Banden befreit, sondern die Offenbarung des Göttlichen. Aus dieser Offenbarung muss unsere eigene spirituelle Befreiung, Vollendung und Vollkommenheit hervorgehen und ein Teil davon sein, aber nicht in einem egoistischen Sinn oder für einen egozentrischen oder selbstsüchtigen Zweck. Auch darf diese Befreiung, Vollendung und Fülle nicht um unsertwillen, sondern sie muss um des Göttlichen willen gesucht werden. Ich hebe diesen Wesenszug der [supramentalen] Schöpfung hervor, weil ein fortwährendes Vergessen dieser einfachen und zentralen Wahrheit, eine bewusste, halb-bewusste oder völlig unwissende Verwirrung darüber die Ursache der meisten vitalen Aufsässigkeiten war, die manche individuelle Sadhana hier verdorben und den Fortschritt in der allgemeinen inneren Arbeit sowie die spirituelle Atmosphäre gestört hat.

Die supramentale Schöpfung darf sich, da sie eine Schöpfung auf Erden sein soll, nicht nur auf eine innere Wandlung beziehen, sie muss auch eine physische und äußere Manifestation sein. Und gerade für diesen Teil der Arbeit, den schwierigsten von allem, ist die Hingabe am allernötigsten; allein deshalb, weil es sich um die tatsächliche Herabkunft des supramentalen Göttlichen in die Materie und das Wirken der Göttlichen Gegenwart und Macht dort handelt, ist die physische und äußere Wandlung überhaupt möglich. Selbst der machtvollste Einsatz menschlichen Willens und Bestrebens ist außerstande, sie herbeizuführen; und was die egoistische Beharrlichkeit und den vitalen Aufruhr anbelangt, bilden sie, solange sie bestehen, unüberwindliche Hindernisse für die Herabkunft. Allein ein stilles, reines und hinggegebenes Bewusstsein, voll von seelischem Streben, kann ihr [der supramentalen Schöpfung] Wirkungsbereich sein; denn nur hierdurch kann ein wirksames Sich-Öffnen des stofflichen Wesens gegenüber dem Licht und der Macht herbeigeführt und die supramentale Wandlung zu einer wirklichen und

durchführbaren Sache gemacht werden. Zu diesem Zweck sind wir hier im Körper, und aus diesem Grund bist du und sind andere Sadhaks hier im Ashram in unserer unmittelbaren Nähe. Du kannst aber nicht, indem du auf kleinlichen Forderungen und Befriedigungen im Äußerlichen oder auf einer äußeren Nähe [zur Mutter] bestehst – was der vitalen Natur, ihrem Stolz und Verlangen schmeichelt – auf diesem Gebiet die echte Beziehung zum Göttlichen erlangen. Wenn du die Verwirklichung dort willst, musst du die wahre Nähe suchen, die Herabkunft der Mutter in dein physisches Bewusstsein und ihre Gegenwart dort, den fortwährenden inneren Kontakt mit ihr im physischen Wesen und in seinen Tätigkeiten, ihren Willen, ihr Wissen hinter all seiner Arbeit, seinem Denken und seiner Bewegung, sowie den fortwährenden Ananda jener Gegenwart, der alles vitale und physische Getrenntsein, Sehnen und Begehren auslöscht. Wenn du das erlangt hast, wirst du jede erdenkliche Nähe haben, um die du bittest, und kannst das übrige zur Entscheidung getrost dem Willen und Wissen der Mutter überlassen. Denn wenn das in dir ist, gibt es kein Gefühl des Fernseins, keine Empfindung einer Kluft oder Trennung, keine Klage über ein fehlendes Einssein, eine leere Dürre oder die Verweigerung ihrer Nähe.

Es kommt eine Zeit, in der sich nach langer Vorbereitung des Mentals und vitalen Wesens die Notwendigkeit ergibt, auch die physische Natur zu öffnen. Wenn das aber geschieht, entfällt sehr oft der Zustand der vitalen Erhebung – die sehr groß sein kann, wenn die Erfahrung auf ihrer eigenen [vitalen] Ebene stattfindet – und das dunkle, hemmende physische und grobstoffliche Bewusstsein tritt in seiner ganzen Trägheit zutage. Trägheit, *tamas*, Dummheit, Enge und Begrenztheit, Unfähigkeit zum Fortschritt, Zweifel, Dumpfheit, Trockenheit, ein fortwährendes Vergessen der zuteil gewordenen spirituellen Erfahrungen sind die Merkmale einer ungeläuterten physischen Natur, wenn sie weder vom Vital angetrieben noch vom höheren mentalen Willen und Verstand unterstützt wird. Das scheint teilweise das zu sein, was vorübergehend in dir geschah; der Ausweg aber besteht nicht darin, das Physische durch irgendeinen vitalen Aufruhr und Ausbruch zu erregen oder für deinen Zustand die Umstände oder die Mutter verantwortlich zu machen – denn das würde die Dinge nur verschlimmern und *tamas*, Dürre, Dumpfheit und Trägheit fördern –, sondern zu erkennen, dass es sich hier um ein Element der universalen Natur handelt, das sich in der deinen widerspiegelt und von dir ausgemerzt werden muss. Das aber kann nur durch eine immer größere Hingabe, ein immer größeres Streben geschehen, und indem man auf diese Weise von jenseits des Vitals und Mentals den Frieden, das Licht, die Macht und die Gegenwart des Göttlichen hereinbringt. Das ist der einzige Weg zur Umwandlung und Vollendung der physischen Natur.

Ich glaube nicht, dass ich nach dem Obigen noch etwas über die besonderen in deinem Brief erwähnten Klagen hinzuzufügen brauche. Vielleicht sollten zwei Dinge klargestellt werden. Erstens, die Anordnungen, die bezüglich der Arbeit, der äußerlichen Forderungen, bezüglich Briefwechsel und „Umgang“ mit Menschen augenblicklich bestehen, sind die einzig praktikablen unter den gegenwärtigen Umständen, wenn die schwere Arbeit, die die Mutter zu verrichten hat, physisch überhaupt möglich sein soll. Als nächstes, gerade die schweigende Tätigkeit ist es, durch die wir am besten unsere Arbeit leisten können, viel besser als durch Reden oder Schreiben, die nur untergeordnete und zweitrangige Tätigkeiten sein können. Denn in diesem Yoga werden jene den größten Erfolg haben, die zu gehorchen und dem geschriebenen und gesprochenen Wort zu folgen wissen, die aber auch das Schweigen ertragen können und darin (ohne auf

andere Stimmen zu hören oder mentale und vitale Suggestionen und Impulse mit der göttlichen Wahrheit und dem göttlichen Willen zu verwechseln) Hilfe, Stärkung und Führung fühlen und empfangen.

\*

In deinem Brief schreibst du, dass du sehr müde seist, dass Rastlosigkeit und *tamas* im Physischen vorherrschen würden, dass fortwährend ein mehr oder weniger intensiver Kampf stattfände zwischen dem seelischen Wesen und der physischen Natur. Nun, genau das war dein Zustand in den letzten Monaten hier. Dann wolltest du abreisen, weil der Druck [der Yoga-Kraft] zu groß war, weil der Kampf mit der rastlosen und tamasischen Natur und dem asurischen Einfluss zu hart war und kein Ende nahm, weil du dich sehr müde fühltest und das Bedürfnis hattest fortzugehen, um auszuruhen, eine Atempause einzulegen und dich zu erholen.

Und nun willst du in dem gleichen Zustand zurückkommen? Der Druck wird noch größer sein als zuvor und der Kampf andauern; aller Wahrscheinlichkeit nach wirst du noch müder und deprimierter sein als du warst. Dabei wird dies für dich schwerer zu ertragen sein, weil deine persönliche Stellung hier eine gänzlich andere wäre. Du wirst keinen besonderen Aufenthaltsort haben, keine dir übertragene Autorität, keine dir anvertraute Arbeit; du wirst der Mutter nicht nahe sein, sondern ihr fern, zusammen mit den anderen. Keine Nachsicht wird deiner asurischen Natur gegenüber eingeräumt werden, die ein unerträgliches Hemmnis für die Arbeit, dich selbst und für andere gefährlich geworden war. Es liegt auf der Hand, dass du die Bedingungen unzumutbar finden würdest, es sei denn, du hättest dich in der Zwischenzeit einer grundlegenden Wandlung unterzogen. Deshalb darfst du nicht darum bitten herzukommen, solange du nicht eine dauerhafte Ruhe, einen dauerhaften Frieden sowohl in dir als auch in deiner äußeren Atmosphäre errichtet hast.

Wo immer du auch bist, wir werden stets deinem seelischen Wesen nahe und bereit sein, ihm zum Sieg zu verhelfen. So wie jetzt die Dinge um dich stehen, wirkt diese Hilfe vermutlich besser aus der Entfernung als aus der Nähe, wo du sie in jedem Augenblick durch deine falschen inneren Bewegungen und Reaktionen, dein falsches Reden und Handeln zurückweisen würdest. Um aber von unserer Hilfe zu profitieren, wirst du dich zu etwas entscheiden müssen, wozu du noch niemals wirklich fähig warst, mindestens in deinem äußeren Wesen. Du wirst dich in deiner physischen Natur selbst vom *asura* und seinen Wegen entschlossen abzukehren haben und dich weigern müssen, ihm unter irgendeinem Vorwand im Denken, Fühlen, Sprechen oder Handeln nachzugeben, was ihm dazu verhelfen würde, weiterhin deine Instrumente zu besitzen und deine Haltung und Handlungsweise zu bestimmen oder zu beeinflussen. Ruhig zu werden und diese hartnäckige und geduldige Zurückweisung mit unserer Hilfe ruhig und einfach aufrechtzuerhalten, ohne rajasischen Kampf, aufrichtig und wirklich und in jeder Einzelheit, nicht bloß in Wunsch und Idee – das ist das Gebot der Stunde. Gespalten zu sein, in dem einen Teil deines Wesens zu streben und mit dem anderen Teil den falschen Bewegungen nachzugeben, sie zu rechtfertigen und zu hegen, kann nur zu endlosem Kampf und endloser Müdigkeit führen. Nur durch diese Wende und Wandlung werden Ringen und Müdigkeit aufhören und wird die Reinheit kommen.

\*

Ein Monat ist nun vergangen, seit du in deinem Brief die neue und gute Wende deiner Sadhana angekündigt hast. Inzwischen wirst du Zeit gehabt haben festzustellen, ob diese Wende eine entscheidende und wie weit sie vollständig war. Als Test hierfür gilt, ob du durch sie grundlegend von dem asurischen Hang in deinem äußeren Wesen befreit worden bist. Aller Ehrgeiz, Stolz, alle Eitelkeit müssen aus den Gedanken und Gefühlen verschwinden. Es darf weder jetzt noch in Zukunft ein Verlangen nach einer Aufgabe, Position oder nach Prestige geben, es darf nicht die Erwartung bestehen, einen Ehrenplatz unter den Auserwählten einzunehmen, nicht die Forderung nach einer bevorzugten Nähe zur Mutter, nicht der Anspruch auf ein Anrecht, nicht der Versuch, dich zwischen sie und andere zu werfen, nicht das Bestreben, das abzufangen, was sie anderen gibt, oder dich daran zu beteiligen, und nicht der Versuch, dich ihr oder anderen Sadhaks aufzudrängen. Alle Falschheit muss vom Denken und Handeln zurückgewiesen werden, ebenso alle Prahlerei, Arroganz und Überheblichkeit. Ein einfaches, ruhiges und ungekünsteltes Streben nach der Wahrheit, und sie um ihrer selbst willen zu empfangen und nicht um irgendeines Vorteils willen, den sie dir bringen wird, ein offenes Annehmen dessen, was die Mutter will, was immer es auch sei, ein völliges Abwerfen jeder Anmaßung und aller Verstellungen, die Bereitschaft, vollständig und rückhaltlos zu gehorchen und jede Aufgabe und Disziplin zu akzeptieren – das sind die einzigen Bedingungen, unter denen eine göttliche Wandlung in dir ausgelöst werden kann – und danach musst du streben.

Wir erwarten unsererseits eine bestimmte Eroberung auf der stofflichen Ebene, die noch nicht vollendet ist, und können dir erst dann die Erlaubnis zur Rückkehr geben. Wie du selbst einmal festgestellt hast, würde, solange das nicht geschehen ist, dein Aufenthalt für dich hier nicht förderlich sein. Sobald dein innerer Zustand und die Dinge hier reif sind, wird die Mutter dich rufen.

\*

Wenn du dich ändern willst, musst du dich zuerst entschlossen von den Mängeln deines vitalen Wesens befreien, und zwar unermüdlich, wenn es auch noch so schwierig ist und lange dauern kann, und immer die göttliche Hilfe herbeirufen sowie dich stets dazu zwingen, gänzlich aufrichtig zu sein.

Was die Tauglichkeit und Untauglichkeit anbelangt, so ist niemand völlig tauglich für diesen Yoga; man muss durch Streben, durch *abhyāsa* [das fortwährende Üben einer Methode], durch Wahrhaftigkeit und Hingabe tauglich werden. Wenn du dir immer schon das spirituelle Leben gewünscht hast, so war es der seelische Teil in dir, der es wünschte, doch stand dir stets dein Vital im Weg. Festige einen aufrichtigen Willen im Vital; lass nicht zu, dass persönliche Wünsche und Forderungen, dass sich Selbstsucht und Falschheit in deine Sadhana einschleichen; allein dann wird dein Vital für die Sadhana tauglich werden.

Wenn du willst, dass dein Bemühen Erfolg hat, muss es immer reiner und stetiger und beharrlicher werden. Wenn du in voller Aufrichtigkeit übst, wirst du die Hilfe erhalten, die du brauchst.

\*

Offensichtlich wird dein Zustand durch ein Aufwallen von unterdrückten Elementen in der niederen vitalen Natur ausgelöst. Sie wurde durch dein Mental und höheres Vital dazu gezwungen, die kleinen „Freuden und Vergnügungen“, an die sie gewöhnt war, aufzugeben, doch tat sie es – oder zumindest ihr unterbewusster Teil, der oft der machtvollste ist – ohne volle Überzeugung und vermutlich unter „Vorbehalten“ und „Absicherungen“ und indem sie sich das Versprechen von Entschädigungen eintauschte, nämlich andere und größere Freuden und Vergnügungen, die all das Verlorene ersetzen sollten. Das geht aus dem hervor, was du schreibst; deine Schilderung der Depression, die Wiederkehr von all dem, was du als „unreine Gedanken“ bezeichnest, die nichts anderes als Hinweise auf den unterbewussten, niederen vitalen Begierden-Komplex sind, der Zweifel am Großmut des Göttlichen, die Forderung nach einer Entschädigung für das Verlorene, eine Art Handel mit dem Göttlichen, eine *quid pro quo* Abmachung – all das ist unverkennbar. In letzter Zeit wurden ihr durch eine Verquickung von Umständen ihre früheren Betätigungsmöglichkeiten immer mehr entzogen; und diese Attacke [von der du berichtest] ist ihre Art, passiven Widerstand oder Protest auszudrücken. Es gibt nur einen Ausweg, damit fertig zu werden, die ganze Sache abzuschütteln – Depression, Forderungen, Zweifel, Sex-Gedanken, den ganzen unerwünschten Ballast – und sie durch die eine wahre Bewegung zu ersetzen, den Ruf nach dem Bewusstsein und der Gegenwart des Göttlichen.

Möglicherweise war dieses Andauern der niederen vitalen Forderung nach Befriedigung der Ausdruck einer Unklarheit im dunklen Teil des physischen Mentals, in deiner mentalen Einstellung gegenüber dem Yoga. Du scheinst die Forderung nach der Ersetzung der alten, niederen vitalen Befriedigungen durch andere Freuden und Vergnügungen als etwas durchaus Rechtmäßiges anzusehen; Freuden und Vergnügungen aber sind nicht das Ziel des Yoga, und ein Handel oder eine Forderung nach Ersatz dieser Art kann kein legitimes oder gesundes Element in der Sadhana sein. Es wird, wenn es vorhanden ist, mit Sicherheit das Fließen der spirituellen Erfahrung verzögern. Ananda ja, aber der Ananda und das spirituelle Glück, das ihm vorangeht (*adhyātma-sukham*), sind etwas ganz anderes als Freuden und Vergnügungen. Und selbst den Ananda kann man nicht fordern oder ihn zur Bedingung für die Ausübung der Sadhana machen – er kommt als Krönung, als natürliches Ergebnis, und die richtige Voraussetzung für ihn ist das Wachsen des wahren Bewusstseins, des Friedens, der Stille, des Lichtes, der Stärke, des Gleichmuts, der allen Erschütterungen standhält und sowohl im Erfolg als auch bei Versagen andauert. Diese Dinge müssen die ersten Ziele der Sadhana sein und nicht irgendeine hedonistische Erfahrung, selbst wenn sie von der höchsten Art ist; denn diese kommt von selbst als Ergebnis der Göttlichen Gegenwart.

Inzwischen aber ist das vordringlichste, was du zu tun hast, diesen gefährlichen Stoff der Verzagtheit und seine Begleiterscheinungen hinauszuerwerfen und ein ruhiges und klares Gleichgewicht zurückzugewinnen. Ein ruhiges Mental und ein ruhiges Vital sind die ersten Voraussetzungen für den Erfolg in der Sadhana.

\*

Es ist offensichtlich, dass du immer noch an einer falschen Auffassung über Frieden, Freude und Ananda festhältst. (Frieden ist übrigens nicht Freude, denn Frieden kann bestehen, selbst wenn die Freude ruht). Es stimmt nicht, dass man um Frieden oder



spirituelle Freude nicht bitten oder danach streben soll. Der Friede ist die eigentliche Grundlage jeder *siddhi* im Yoga, und warum sollte man nicht um die Grundlage im Yoga bitten oder danach streben? Spirituelle Freude oder ein tiefes inneres Glück (nicht gestört, selbst wenn es oberflächliche Stürme oder Unruhen gibt) ist eine ständige Begleiterscheinung des Kontaktes oder der Einung mit dem Göttlichen – und warum sollte es verboten sein, um den Kontakt oder die Einung mit dem Göttlichen und die sie begleitende Freude zu bitten oder danach zu streben? Was den Ananda anbelangt, so sagte ich bereits, dass ich mit dem Ananda etwas Größeres als Frieden oder Freude meine, etwas, was wie Wahrheit und Licht die eigentliche Natur des supramentalen Göttlichen ausmacht. Es kann durch ein beständiges Einströmen oder Herabkommen auftreten, teilweise oder zeitweilig sogar jetzt schon [in deinem jetzigen Stadium], es kann aber nicht im Körpersystem verbleiben, solange dieses nicht dafür vorbereitet ist. Friede und Freude dagegen können fortwährend vorhanden sein; die Voraussetzung für dieses Andauern aber ist, dass man den ständigen Kontakt mit dem Göttlichen hat oder das Göttliche einem ständig innewohnt – das aber geschieht natürlich nicht im äußeren Mental oder Vital, sondern in der inneren Seele oder dem seelischen Wesen. Deshalb muss man gewillt sein, wenn der Yoga ein Pfad des Friedens oder der Freude sein soll, mehr in seiner Seele zu weilen als in seinem äußeren Mental oder seiner emotionalen Natur.

Mein Einwand in einem früheren Brief war nicht gegen das Streben gerichtet, sondern dagegen, Frieden, Freude und Ananda zur Voraussetzung für die Ausübung des Yoga zu machen. Es ist nicht wünschenswert, denn wenn du es tust, wird das Vital lind nicht die Seele die Führung übernehmen. Wenn aber das Vital die Führung übernimmt, können immer Unrast, Verzagtheit und Unglück auftreten, denn aus diesen Dingen besteht die eigentliche Natur des Vitals – das Vital vermag niemals in immerwährender Freude und immerwährendem Frieden zu verharren, denn es bedarf ihrer Gegensätze, um die Empfindung des Lebensdramas zu haben. Und doch, sobald sich Unrast und Unglück einstellen, ruft das Vital augenblicklich: „Mir wird nicht gegeben, was mir gebührt, was habe ich also davon, den Yoga auszuüben?“ Oder aber es macht ein Evangelium aus seinem Unglück und behauptet, dass der Weg zur Erfüllung unbedingt ein dramatischer Gang durch die Wüste zu sein habe. Dabei ist es streng genommen nur dieses Überwiegen des Vitals in uns, das eine Durchquerung der Wüste notwendig macht. Wäre die Seele immer im Vordergrund, dann wäre die Wüste nicht länger eine Wüste, und die Wildnis würde mit Rosen erblühen.

\*

Der Ananda, den du beschreibst, ist offensichtlich der des inneren Vitals, wenn es ganz unter dem seelischen Einfluss steht und er damit auch das äußere Vital überflutet. Es ist der wahre Ananda, der nichts von der alten vitalen Natur enthält. Wenn die Seele auf diese Weise das Vital gebraucht, besteht die natürliche Form ihres Ausdrucks in einer derartig intensiven Ekstase. Diese Ekstase und die alte vitale Erregung sind zwei grundverschiedene Dinge und dürfen nicht miteinander verwechselt werden. Wo diese Intensität herrscht, verbunden mit einer reinen und vollen Erfüllung, Zufriedenheit und Dankbarkeit, die für Anspruch, Forderung oder depressive Reaktion keinen Platz lässt – das ist die wahre vitale Bewegung.

\*

Wenn einmal das vitale Wesen durch die Seele berührt worden ist, hat das bloße vitale Vergnügen keine Anziehungskraft mehr und kann auch als Störung und etwas Unangenehmes empfunden werden, weil es sich senkend auf das Bewusstsein auswirkt.

Schmerz kann in Ananda gewandelt werden; ich glaube aber nicht, dass es etwas mit einem bestimmten [Entwicklungs-] Stadium zu tun hat.

\*

Wenn einmal das Vital hervorgetreten ist und seine Schwierigkeit gezeigt hat – es gibt niemanden, der nicht die eine oder andere entscheidende Schwierigkeit dort hätte –, muss man sich damit auseinandersetzen und sie bewältigen.

Diese Auseinandersetzung darf nicht von mentaler Art sein, sondern muss unmittelbar über die supramentale Macht stattfinden.

Nicht Frieden und Wissen im Mental, sondern Frieden, Glauben, Stille und Stärke im vitalen Wesen selbst (und besonders in seinem defekten Teil) sind die zu errichtenden Dinge. Dich zu öffnen und zuzulassen, dass all dies in dich herabgebracht wird, ist der richtige Verlauf.

Die Schwäche liegt nicht im höheren Mental oder eigentlichen Mental; es ist daher sinnlos, sich zurückzuwenden, um mentalen Frieden herzustellen. Die Schwierigkeit liegt in dem Teil des vitalen Wesens, der nicht genügend offen und vertrauensvoll, nicht hinreichend stark und mutig ist, sowie im physischen Mental, das diese Dinge unterstützt. Zu erreichen, dass das supramentale Licht und die supramentale Stille, Stärke und Intensität dort hinabdringen, ist das, was du brauchst.

Du magst alles Wissen dieser Welt haben und dennoch unfähig sein, vitalen Schwierigkeiten zu begegnen. Dort [im vitalen Wesen] besteht die wahre Hilfe aus Mut, Glauben, Wahrhaftigkeit gegenüber dem Licht, sowie in der Zurückweisung der gegenteiligen Suggestionen und feindlichen Stimmen. Nur dann kann Wissen als solches überhaupt wirksam sein.

Nicht die mentale Kontrolle, sondern die Herabkunft einer Kontrolle von oberhalb des Mentals, ist die Macht, die bei der Verwirklichung erforderlich ist. Diese Kontrolle, die letztlich vom Supramental stammt, ist eine Kontrolle durch die Göttliche Macht.

\*

Allein die Tatsache, dass du die Mängel deiner vitalen Natur und die Notwendigkeit einer Umwandlung klarer erkennst, ist an sich schon ein Zeichen seelischen Wachstums. Sie sollten keine Entmutigung verursachen, denn es sind die üblichen Mängel des menschlichen Vitals, und durch ein gesteigertes seelisches Sich-Öffnen werden sie ihren Halt verlieren und schließlich verschwinden.

Was die Verminderung der mentalen Kontrolle über die vitalen Bewegungen angeht, so ist das eine häufige und vorübergehende Erscheinung im Yoga. Mentale Kontrolle muss durch eine größere Kontrolle von oben ersetzt werden sowie durch die Stille, Reinheit und den starken Frieden des Vitals selbst, das sich der Göttlichen Kraft und ihrer Herrschaft über die ganze [menschliche] Natur geöffnet hat.

Lass dich nicht durch irgendwelche Schwierigkeiten stören oder entmutigen, sondern öffne dich ruhig und einfach der Kraft der Mutter und erlaube ihr, dich zu wandeln.

\*

Es ist keinesfalls wahr, dass die Mutter die mentale Kontrolle aufhebt – das ist eine der vielen falschen Auslegungen der Sadhana durch gewisse Sadhaks. Es stimmt – und das ist die Ursache deiner Empfindung –, dass, wenn du deine gewohnten Bewegungen im Vital voll durch die Sadhana zu kontrollieren versuchst, du sie stattdessen manchmal kontrollierst und manchmal ihnen nachgibst, worauf sie so heftigen Widerstand leisten, dass es den Anschein hat, als hätten sie sich vermehrt. Der Sadhak hat standhaft zu sein und darf sich durch diese Heftigkeit nicht überwältigen oder entmutigen lassen. Im allgemeinen erscheint im Traum noch lange das, was man bereits aus dem Wach-Zustand verbannt hatte – der Grund hierfür ist, dass alle diese Dinge noch weiterhin im Unterbewusstsein lagern und es ist dieses Unterbewusstsein, von dem ein Großteil der menschlichen Träume stammt. So kann man, auch wenn man im Wachzustand kein sexuelles Begehren mehr hat, dennoch Sex-Träume haben – und auch Emissionen –, die sich mehr oder weniger oft wiederholen; man kann in Träumen immer noch Menschen begegnen, von denen man nie mehr etwas gesehen oder gehört hat oder an die man in den Wachstunden nie mehr denkt. Die Wahrscheinlichkeit, dass solche Träume entstehen, besteht um so mehr, wenn das Wachmental nicht frei ist.

\*

Es hängt davon ab, was mit einer falschen oder unnötigen Bewegung gemeint ist. Gewisse Dinge müssen abfallen, bevor die Errichtung [des höheren Bewusstseins] *vollständig* sein kann. Andere, unnötige [Dinge], müssen abgelegt werden, wenn sie mit der vollen Sadhana oder dem Wachstum des inneren Bewusstseins unvereinbar sind; wenn aber das verankerte Bewusstsein von solcher Art ist, dass es keine Rolle spielt, ob man sie tut oder nicht, können sie fortgesetzt werden.

\*

Die Redewendung [„falsche Bewegungen in der Sadhana“] umfasst nahezu alles, was nachteilig für den spirituellen Fortschritt ist; am häufigsten kommen vor Bewegungen des Zweifels, des Aufruhrs, des egoistischen Begehrens oder Ehrgeizes oder sexuelle Nachgiebigkeit – es gibt aber viele andere mehr.

\*

Der äußere Aufruhr besteht aus der Zurückweisung der Disziplin und des Gehorsams – der innere Aufruhr ist von mancherlei Art und kann viele Formen annehmen, zum Beispiel ein Aufruhr des Vitals gegen die Mutter, ein Aufruhr des Mentals gegen die Wahrheit, eine Zurückweisung des spirituellen Lebens, eine Forderung, das Ego als das Göttliche zu inthronisieren oder etwas zu dienen, das dem vitalen Ego schmeichelt und seine Forderungen stützt, und es das Göttliche zu nennen, eine Erwiderung auf vitale Suggestionen des Misstrauens, der Verzweiflung, der Selbstzerstörung oder der Wunsch, abreisen zu wollen – und viele andere Formen mehr.

\*

Heftigkeit stammt vom ungeläuterten vitalen Ego, was genau das ist, was der Umwandlung am meisten im Wege steht; andere Dinge sind verhältnismäßig glimpfliche Hindernisse, verglichen mit diesem Teil des Wesens. Es ist viel besser, dass die Mutter es abgelehnt hat, auf diesen Teil in dir Rücksicht zu nehmen – die Rücksichtnahme wäre ein viel gefährlicherer Test als die Ablehnung gewesen.

\*

[Vitale Weihung:] Weihung bedeutet Darbringung, etwas der Mutter heilig zu machen, damit die ganze vitale Natur ihr und nicht der niederen Natur gehören möge.

\*

Vitale Weihung bedeutet, die ganze vitale Natur mit ihren Bewegungen dem Göttlichen darzubringen, damit sie geläutert werde; es bedeutet, dass nur die wahren Bewegungen in Übereinstimmung mit dem Göttlichen Willen vorhanden sind und alle egoistischen Forderungen und Impulse verschwinden.

\*

Manchmal wird das Streben am Nabel gefühlt, doch gehört dieser zum größeren Vital. Das niedrigere Vital befindet sich darunter. Das Streben des niedrigeren Vitals besteht darin, all seine kleinen Bewegungen im Feuer der Läuterung darzubringen, nach dem Licht und der Macht zu rufen, damit sie in es herabkommen mögen, um es von seinen kleinlichen Begierden zu befreien, von seinen Eifersüchteleien, Widerständen und Revolten über geringfügige Dinge, von Ärger, Eitelkeit, Geschlechtstrieb usw., und sie durch die rechten Bewegungen zu ersetzen, die von Selbstlosigkeit, Reinheit und dem Gehorsam gegenüber dem Drängen der Göttlichen Kraft in allen Dingen gelenkt werden.

\*

Es ist ganz offensichtlich, dass das niedere Vital das Göttliche Bewusstsein empfangen hat, wenn selbst in den kleinen Lebensbewegungen ein Streben zum Göttlichen besteht, gleichsam eine Hinwendung zum Göttlichen Licht, damit es führen möge, oder ein Gefühl der Darbringung an das Göttliche oder der Führung durch das Göttliche. Das niedere Vital herrscht über die kleinen Einzelheiten von Emotion, Impuls, Erregung und Aktion – diese bringt es nach seiner Bekehrung der Göttlichen Kontrolle zur Umwandlung dar.

\*

Es stimmt, dass für das äußere Vital eine äußere Disziplin zur Läuterung erforderlich ist; im anderen Fall bleibt es rastlos und launisch und den eigenen Impulsen preisgegeben, so dass dort keine Grundlage für den sicheren Halt eines ruhigen und beständigen höheren Bewusstseins geschaffen werden kann. Die Einstellung, die du gegenüber der Arbeit eingenommen hast, ist natürlich die beste und bei ihrer stetigen Anwendung musste der von dir gefühlte Fortschritt kommen und wird mit Sicherheit anwachsen.

\*

Disziplin bedeutet, kontrolliert zu leben und zu handeln oder entsprechend einer Norm dessen, was richtig ist – dem Vital oder Physischen nicht zu erlauben, all das zu tun, was es will, und das Mental nicht entsprechend seiner Laune ohne Wahrheit oder Ordnung umherrschen zu lassen. Ebenso denjenigen zu gehorchen, denen gehorcht werden sollte.

\*

Ein überwältigender Impuls ist nicht unbedingt eine Inspiration wahrer Führung; wenn man immer solchen Impulsen folgt, wird man vermutlich eher ein Geschöpf zielloser Launen. Unererschöpfliche Energie ist eine ausgezeichnete Sache, nicht aber disziplinlose Energie.

\*

Der Wille sollte in gleicher Weise Impulse und Gedanken beherrschen. Viele Menschen finden es leichter, einen Impuls zu kontrollieren, als einen Gedanken zu verhindern.

\*

Die Unfähigkeit, irgendetwas im Leben zu vollenden, stammt meist von einer gewissen Unstetigkeit im niederen Vital, das den Willen nicht konsequent unterstützt, sondern rastlos ist und zwischen dem einen und dem anderen Interesse schwankt. Es bedeutet

nicht, zum Erfolg nicht fähig zu sein – meist könnte jemand, der damit behaftet ist [mit dieser Unfähigkeit, etwas zu vollenden], in mancher Hinsicht erfolgreich sein, doch verhindert das Schwanken einen nachhaltigen Erfolg in irgendeiner Hinsicht. Es ist ein Mangel, den man überwinden muss und überwinden kann.

\*

Das erstere ist vitale Unentschlossenheit – das letztere vitale Unbeständigkeit. Diejenigen, die nicht wählen können, sind vital unentschlossen, was meist durch ein zu aktives physisches Mental verursacht wird, das gleichzeitig zu viele Dinge oder zu viele Seiten [einer Sache] sieht. Vitale Unbeständigkeit entsteht durch einen Mangel an Kontrolle und zu große Impulsivität.

\*

Es gibt Menschen, die in ihrem Vital solide und zäh sind – es sind jene, die stetig zu sein vermögen; andere sind quecksilbriger und werden leichter von Impulsen bewegt – es sind jene, die einmal enthusiastisch und einmal lustlos sind. Es ist eine Frage des Temperamentes. Andererseits sind die quecksilbrigen Leute häufig einer schnelleren Begeisterung fähig, so dass sie, wenn sie wollen, rasch vorwärts kommen können. In jedem Fall besteht der Ausweg für alles darin, sein wahres Selbst über dem Mental und Vital zu finden und auf diese Weise nicht durch das Temperament gebunden zu sein.

\*

Die Bitterkeit, die du fühlst, ist die eines rastlosen, unbefriedigten Vitals, welches das, was es begehrte, nicht erhielt, weil es nichts stark und andauernd zu begehren vermochte. Im anderen Fall hätte es all seine vitalen Wünsche erfüllt haben können – Heirat, Position, Freunde usw. –, es konnte aber aufgrund einer gewissen labilen Rastlosigkeit bei nichts bleiben. Im Yoga hat es die gleiche labile Schwäche gezeigt, sonst hätte es inzwischen etwas erreichen können; und außerdem bestand der Sex-Impuls, den es weder befriedigen noch aufgeben wollte. Du musst wissen, was du willst, und es mit deinem ganzen Willen wollen, nur so ist ein Ende dieser Rastlosigkeit und des Versagens abzusehen.

\*

Wenn er erreichen will, eines Tages für das spirituelle Leben tauglich zu sein, gilt als erstes, die vitale Rastlosigkeit zu vermeiden. Der beste Weg, sich vorzubereiten, besteht darin, die Arbeit mit einem ruhigen Mental zu verrichten, sie dem Göttlichen darzubringen und zu versuchen, sich von Egoismus und vitalem Begehren zu befreien.

\*

Du solltest dich diesem Gefühl des Schmerzes nicht hingeben – bleibe ruhig, vertrauensvoll und in allen Umständen dem einen Willen zugewandt; so kannst du sicher sein, dass jeder Schritt im rechten Maß genommen wird und seine bestmöglichen Ergebnisse zeitigt. Betrachte von nun an die Angelegenheit X und deine Beziehung zu X als eine geringfügige und untergeordnete Sache, als eine Randerscheinung deiner Sadhana. Wenn du sie als ein Problem von höchster Wichtigkeit ansiehst, wird sie sich auch dahingehend entwickeln und dir wiederum im Wege stehen. Betrachte sie als ein Problem, das der Vergangenheit angehört, das ruhig gelöst und auf seinen Platz verwiesen wurde, und wende dich dem zentralen Ziel deiner Sadhana zu.

Was das übrige anbelangt, so brauchst du nichts an dem inneren Ziel und der inneren Konzentration deines Willens und Bestrebens hinsichtlich der einen zu geschehenden Sache zu ändern – das völlige Selbstgeben und die völlige Selbstweihung deines inneren und äußeren Wesens allein an das Göttliche. Wenn du entschlossen die richtige innere Haltung einzunehmen vermagst, würde das sogar leichter sein als eine äußere Vorschrift hinsichtlich deiner Führung.

\*

Die Hauptsache ist, eine starke, entschiedene mentale Wahl zu treffen, die man immer der vitalen Störung entgegenhalten kann. Die Störung im Vital wird sich immer wieder einstellen, solange der volle Friede nicht dorthin herabgekommen ist; wenn man aber im Mental eine feste Entschlossenheit im Vordergrund bewahrt, kann sich die Heftigkeit der Störung legen und der Weg kürzer werden.

## V.

Es ist das niedere physische Vital, das auf diese Weise handelt. Dieser Teil der menschlichen Natur gehorcht nicht der Vernunft und hat keine Einsicht in die Dinge. Er richtet sich in seiner Handlungsweise nur nach dem Begehren, dem Impuls und der Gewohnheit. Mental und Herz und höheres Vital haben verstanden und stellen sich auf die Seite des Friedens und der Kraft, die auf die Umwandlung der [menschlichen] Natur hinwirken. Jenes [das niedere physische Vital] aber reagiert noch auf die alten Kräfte, sobald es von ihnen berührt wird. Es geht darum, den Frieden und die [Yoga-] Kraft und das Licht in diesen Teil herunterzuholen, so dass die äußeren Kräfte, wann immer sie die niedere Natur berühren, statt der alten Reaktion jene Kraft vorfinden werden. Wegen der langen früheren Gewohnheit ist es etwas schwierig, wird sich aber mehr und mehr durchsetzen in dem Maß, wie die Kraft in den Körper herabkommt und ihn in ihrem Herabkommen durchdringt.

\*

Die Opposition des Vitals ist niemals vernünftig, selbst wenn es Vernunftgründe anführt. Es handelt aus seiner Natur heraus und aus der Gewohnheit des Verlangens, nicht aus Vernunftgründen.

\*

Dieser Teil des Vitals [das niedere physische Vital] hat keine präzisen Gründe, um sich damit zu rechtfertigen, er bemächtigt sich jeder Laune der Enttäuschung und jedes starken Gefühls einer Schwierigkeit. Er ist ein [bestimmender] Faktor in allen menschlichen Naturen – rastlos, begehrend, eifrig, verzagt und unstetig. Distanziere dich von ihm und erlaube ihm nicht, dich zu beherrschen oder zu bewegen. Es gibt einen redlichen Teil des Vitals, der gebraucht werden muss – dieser ist inbrünstig und feinfühlig gegenüber den höheren Dingen und großer Liebe und Weihung fähig. Stärke diesen Teil und fördere ihn durch die Seele sowie durch den Frieden und die Weite, die von oben kommen.

\*

Es handelt sich nicht darum, Sorge oder Freude oder ein anderes Gefühl zu haben; jeder, der die gewöhnliche Natur nicht überwunden hat, hat solche Gefühle. Das nennt man nicht sentimental, sondern emotional. Sentimentalität ist, wenn du entweder Gefallen daran findest, dich einem Gefühl hinzugeben oder es zu zeigen, oder wenn du ohne Grund oder ohne hinreichenden Grund Gefühle hast.

\*

Das niedere Vital hört nicht auf die Vernunft. Für sein Wirken gibt es kein *warum*; es handelt auf eine bestimmte Weise, weil es daran gewöhnt war, auf diese Weise zu handeln, und fährt damit fort, selbst wenn eine leidvolle Reaktion damit verbunden ist.

\*

Die Zweifel eines Sadhaks erheben sich häufiger vom Vital als vom eigentlichen Mental – wenn das Vital irrt oder beunruhigt oder deprimiert ist, kommen Zweifel auf und wiederholen sich in der gleichen Form und der gleichen Sprache ungeachtet der Tatsache, wie sehr das Mental überzeugt wurde, sei es durch die üblichen Beweise oder intellektuellen Antworten. Ich habe festgestellt, dass das Vital immer irrational ist (selbst wenn es den Verstand gebraucht, um sich zu rechtfertigen); es glaubt oder glaubt nicht entsprechend seinen Gefühlen und nicht in Übereinkunft mit dem Verstand.

\*

Das Vital gehorchte am Beginn seiner Evolution dem Impuls und nicht dem Verstand; was die [von dir erwähnte] Strategie anbelangt, die einzige Strategie, die es begreift, sind einige Taktiken, mit denen es seine Wünsche erreichen kann. Es schätzt die Stimme des Wissens und der Weisheit nicht; aber seltsam genug, durch die Notwendigkeit, die im Menschen erwuchs, sein Handeln durch den Verstand zu rechtfertigen, hat das *vitale Mental* seine eigene Strategie entwickelt, die darin besteht, soviel Verstand zu erlangen,



um Gründe für die Rechtfertigung seiner eigenen Gefühle und Impulse finden zu können. Wenn der Verstand zu klar ist, um sich für dieses Spiel herzugeben, fällt das Vital in seine alte Gewohnheit zurück, die darin besteht, die Ohren zu verschließen und seinen [üblichen] Kurs fortzusetzen. Bei solchen Attacken besteht seine Gegenstrategie darin, auf das Untauglichsein zurückzugreifen, „Da dir meine Impulse missfallen, ich sie aber nicht ändern kann, ist es klar, dass ich nicht tauglich bin und es besser wäre, wenn ich ginge“. Doch selbst wenn man dem Widerstand leistet, reicht der Impuls als solcher aus – da er, kraftvoll wie er ist, von der universalen Natur stammt –, um dem Vital für kurze Zeit seinen alten, blinden, irrationalen Instinkt zurückzugeben, damit es dem Drängen gehorche.

\*

Das Vital zieht es immer vor, seine Bewegungen vor dem Licht zu verhüllen.

\*

Du musst Unterscheidungsvermögen entwickeln – dann kann das Vital dich nicht länger täuschen.

\*

Sei vorsichtig mit den vitalen Bewegungen und Gestaltungen – wenn du sie zulässt, befindest du dich auf einem gefährlichen Abhang.

\*

Alle deine Sätze liefen darauf hinaus, dass du alle notwendigen Entschlüsse gefasst hattest, sie aber nicht ausführen konntest, weil die [Yoga-] Kraft dich im Stich ließ. Das ist der übliche Trick des vitalen Mentals, wenn es sich der Verantwortung für Schwierigkeiten oder mangelnden Fortschritt in der Sadhana entziehen will: „Ich tue alles was ich kann, aber die Kraft lässt mich im Stich“. Es hat keinen Sinn, dass du weitere Aussagen anführst, denn du schreibst einmal über die eine und dann über eine andere Sache und veränderst deinen Standpunkt um deines Argumentes willen. Wenn dir die Logik helfen könnte, dich von dieser Verschlagenheit des vitalen Mentals zu befreien, wäre es wert, Logik zu erlernen.

\*

Hinsichtlich deiner Frage, ob etwas anderes dahinter war als das was, dein Mental in seiner Oberflächen-Absicht erkannte, so ist öfter als nicht etwas dahinter, wenn sich das

Vital in eine Angelegenheit mischt – und es gehört zur Selbst-Erkenntnis, dass man durch die Oberflächlichen-Bewegungen des Mentals nicht irregeführt wird, sondern dieses „Etwas im Hintergrund“ entdeckt. Denn es ist die Gewohnheit des Vitals, die Anordnungen des Mentals hinsichtlich der Gefühle und Tätigkeiten zu verschleiern, um sogar vor der Selbst-Beobachtung des Handelnden das geheime zugrunde liegende Motiv oder die Kräfte hinter der Rede, dem Handeln oder Fühlen zu verbergen.

\*

Dein Brief von heute morgen war völlig aus einem gestörten und verwundeten Vital heraus geschrieben; aus diesem Grund war es mir mit der Antwort nicht eilig. Ich verstehe nicht, weshalb du so bereitwillig glaubst, dass ich oder die Mutter aus gewöhnlichen Beweggründen, wie Ärger, Verdruss oder Missfallen, handeln; in dem, was ich dir schrieb, war nichts dieser Art enthalten. Du warst schon wiederholt von der höheren: Bewusstseins-Ebene, die du erreicht hattest, abgesunken, und trotz unserer Hinweise, nach der Ursache dessen zu forschen, was dich herunterzieht, bestand deine einzige Erwiderung darin, dass du nichts entdecken könntest. Wir wissen ganz genau, dass es ein Teil deines Vitals war, der sich nicht ändern wollte und sich deshalb vor dem Mental versteckte – und selbst das Mental schien nicht sehr willens zu sein, etwas zu entdecken; wir hielten es daher für notwendig, als du uns durch deinen Bericht – erstens hinsichtlich X, und zweitens hinsichtlich der Gedanken über die Vergangenheit – eine Gelegenheit gabst, dir klar und deutlich die Natur des Hindernisses aufzuzeigen: auf der einen Seite deine alte Regung, die auf der gegenteiligen Form des Ärgers beharrt, nämlich Verstimmung und verwundete Gefühle, auf der anderen Seite die üblichen Dinge des Vitals, wie Eigendünkel, kritisches Urteil über andere, das Gefühl der Überlegenheit in der Sadhana oder in anderer Hinsicht, der Wunsch, vor anderen und auch vor dir selbst gut dazustehen. Besonders letzteres hat einen verblendenden Einfluss und verhindert die klare Selbst-Prüfung und die Erkenntnis jener Hindernisse, die den spirituellen Fortschritt hemmen. Selbst wenn das Mental nach Wissen und Wandlung strebt, reicht eine verborgen im Vital wirkende Gewohnheit dieser Art aus, um im Weg zu stehen und sowohl Wissen als auch Wandlung zu verhindern. Ich habe daher absichtlich und deutlich von Eitelkeit und Selbstgerechtigkeit gesprochen, damit dieser Teil des Vitals nicht versuchen möge, sich die Augen zuzuhalten. Die Mutter spricht oder schreibt wesentlich schärfer und deutlicher an jene [Sadhaks], die sie, weil sie die Fähigkeit in ihnen erkennt, rasch auf den Weg bringen will, und sie nehmen es weder übel noch leiden sie darunter, sondern sind glücklich über den Druck und die Deutlichkeit, weil sie aus Erfahrung wissen, dass sie ihnen dazu verhelfen, ihre Hindernisse zu erkennen und sich zu ändern. Wenn du rasch vorwärtskommen willst, musst du dich freimachen von dieser vitalen Reaktion des *abhimāna* [verletzter Stolz], des Leidens, der verwundeten Gefühle, des Suchens nach einem Argument der Selbstrechtfertigung, des Aufschreis gegen die Berührung, die befreien soll – denn solange all dies in dir vorhanden ist, ist es für uns schwierig, uns offen und entschlossen mit den durch die vitale Natur geschaffenen Hindernissen auseinanderzusetzen.

Nun zu der Meinungsverschiedenheit zwischen dir und X. Die an dich gerichtete Warnung der Mutter hinsichtlich der Unerwünschtheit von zu viel Unterhaltung, von leerem Geschwätz und Klatsch sowie gesellschaftlicher Zerstreuung war durchaus so

gemeint und hat weiterhin Gültigkeit; wenn du dich diesen Dingen hingibst, verlierst du dich an ein sehr enges und unwissendes Bewusstsein, in welchem deine vitalen Mängel freien Spielraum erhalten, wodurch du aller Voraussicht nach das verlierst wirst, was du bereits in deinem inneren Bewusstsein entwickelt hattest. Als du zu X gingst, fühltest du eine Reaktion gegenüber diesen Dingen, was – wie wir dir sagten – ein Zeichen deiner seelischen Sensitivität war, die über dich kam, über dein vitales Wesen und Nervensystem, und wir meinten, dass alles zum Besten geschehen würde. Wenn du dich von diesen Dingen zurückziehst, solltest du aber in deinem Umgang mit anderen Menschen kein Gefühl der Überlegenheit aufkommen lassen oder ihnen weder durch dein Benehmen noch durch deine Einstellung die Empfindung deiner Missbilligung oder Verachtung aufdrängen oder einen Druck zur Wandlung auf sie ausüben. Du ziehst dich von diesen Dingen aus einem persönlichen inneren Bedürfnis zurück – das ist alles. Was die anderen anbelangt, wie sie sich in dieser Situation verhalten, ob richtig oder nicht richtig, ist deren Sache und die unsere [die Sache Sri Aurobindos und der Mutter]; wir werden uns um sie kümmern, so wie wir es zum gegebenen Zeitpunkt im Rahmen des Möglichen für notwendig erachten, und zu diesem Zweck können wir verschiedene Menschen nicht nur ganz verschieden behandeln und dem einem erlauben, was wir dem anderen versagen, sondern auch mit ein und derselben Person zu verschiedenen Zeiten verschieden umgehen und heute das erlauben oder gar zu etwas ermutigen, was wir morgen verbieten werden. Xs' Fall liegt völlig anders als der deine, denn zwischen euren Naturen besteht keine Ähnlichkeit. Ich sagte dir das oder dergleichen schon vor langem und hob in meinem Brief an X hervor, dass eine Regel, die für mich oder Y angewandt würde, in seinem Fall keine Gültigkeit zu haben braucht. Anders zu handeln, würde Schwierigkeiten in seiner Sadhana schaffen und nicht eine Erleichterung oder Abkürzung. Ich habe ihm auch in meinem Brief recht deutlich mitgeteilt, dass der Versuch, anderen Menschen zu begegnen und mit ihnen zu verkehren – was im gewöhnlichen Leben durch Geselligkeit und andere Kontakte vonstatten geht –, im Yoga auf einer anderen Bewusstseins-Ebene und ohne die niedere Beimengung unternommen werden muss – auf einer spirituellen und seelischen Grundlage für eine höhere Einheit mit allen [Menschen]. Übrigens braucht die Zeit und Art der Bewegung, wodurch das geschieht, nicht für jedermann gleich zu sein. Der Versuch, sich zu zwingen, würde zu Dürstlichkeit, Verzagtheit und einer künstlichen Bewegung führen, die nicht der wahre Weg zum Erfolg wären. Eine menschliche Seele und Natur kann man nicht mit Hilfe einer Reihe von festgelegten Regeln, für jedermann auf die gleiche Weise anwendbar, behandeln; wenn dem so wäre, bräuhete man keinen Guru, jeder würde seine Tabelle yogischer Regeln vor sich hinlegen – wie die Regeln von Sandows Gymnastik-Übungen – und ihnen folgen, bis er der vollendete *siddha* ist.

Soviele, damit du verstehst, warum wir X nicht auf die gleiche Weise wie dich oder einen anderen behandeln. Die Tendenz, das, was ich für den einen festlege, ohne Unterscheidung auf einen anderen anzuwenden, ist schuld an vielen Missverständnissen. Auch kann eine generelle Aussage, die in sich richtig ist, nicht auf jedermann in der gleichen Weise angewendet werden, ohne die Voraussetzung, den Umstand, die Person oder die Zeit zu berücksichtigen. Allgemein möchte ich sagen, dass es mein Ziel im Yoga ist, das Supramental herabzubringen, und dass man sich für diesen Zweck zuerst aus dem Mental in das Obermental erheben muss; doch wenn daraufhin irgend jemand und jedermann versuchen würde, das Supramental herabzuziehen oder seinen Weg

unmittelbar aus dem Mental in das Obermental zu erzwingen, würde das Ergebnis eine Katastrophe sein.

Kümmere dich daher um deinen eigenen Fortschritt und folge der Führung der Mutter! Überlasse es den anderen, das gleiche zu tun! Die Mutter ist hier, um sie zu führen und ihnen entsprechend ihrem Erfordernis und ihrer Natur zu helfen. Es macht nicht das geringste aus, wenn der Weg, den sie für X vorsieht, von dem deinen verschieden ist oder das Gegenteil davon zu sein scheint. So wie dieser der richtige für ihn ist, ist jener der richtige für dich.

Du hast nun begonnen, die Schwierigkeiten, die sich noch in deinem Vital befinden, zu erkennen; halte dich an diese klare Wahrnehmung, lass sie noch klarer und genauer werden! Konzentriere dich auf das, was du zu tun hast, und lass dich nicht auf diese oder eine andere Weise durch belanglose Voreingenommenheiten oder irgendeinen anderen Einfluss stören!

\*

Die zugrundeliegende Ursache deines Rückfalls wird mit Sicherheit nicht durch die Beantwortung von Fragen behoben. Selbst eine befriedigende Antwort wäre nur etwas Zeitweiliges. Die selben Fragen würden sich entweder in einer mechanischen Wiederholung erheben – denn in Wirklichkeit stammen sie nicht vom Verstand, sondern von einem bestimmten Teil des vitalen Bewusstseins, der durch die ihn umgebende Atmosphäre beeinflusst wird –, oder sie würden von einem veränderten Standpunkt oder einem etwas veränderten Gesichtswinkel her gestellt werden. Die Schwierigkeit kann nur dann behoben werden, wenn du unbeirrt darauf beharrst, dass sie behoben werden soll – wenn du dich weigerst, den Rechtfertigungen irgendwelchen Wert beizumessen, die das Mental unter diesem atmosphärischen Einfluss für deine „Traurigkeit“ vorbringen muss, und wenn du dich fest an den Entschluss hältst, so wie du es bei bestimmten anderen Gelegenheiten tatest, die yogische Wandlung zu vollziehen, die Seele voll zu erwecken, nicht den Stimmen des Mentals zu folgen, sondern vielmehr das zu tun, was die Mutter von dir fordert, und auszuharren, *wie schwierig* es auch sein mag oder zu sein scheint. Auf diese Weise kann die Seele voll erwachen und ihren Einfluss festigen – nicht in deinem höheren Vital, wo sie bereits erwacht ist, sondern in deinem niederen Vital, denn dort sind deine Schwierigkeiten und dort wiederholt sich die vitale Depression.

\*

Es ist tatsächlich erstaunlich, dass du dich an eine extravagante Täuschung, wie X sie zuwege brachte, verloren haben solltest. Es ist schlechthin der Geist vitaler Falschheit, dramatisch und romantisch, der die Vernunft verdunkelt und den gesunden Menschenverstand sowie die einfache Wahrheit ausschaltet. Um das Vital zu läutern, musst du es von diesem ganzen Kompromiss mit der Falschheit befreien – gleichgültig wie bestechend die vorgebrachte Begründung auch ist – und ihm statt dessen die Gewohnheit einer einfachen, aufrichtigen seelischen Wahrheit einprägen, so dass nichts Gelegenheit erhält einzudringen. Wenn diese Lektion jenem Teil des Vitals, der solcher Kompromisse fähig ist, eingepägt werden kann, wird etwas Gutes aus dieser falschen

Bewegung hervorgehen. Hefte für immer die folgende Warnung der Mutter an die Pforte deines vitalen Wesens, „hier darf künftig keine Falschheit mehr eintreten“, und stelle einen Wächter auf, der sich darum kümmert, dass sie beachtet wird!

\*

Deine Verteidigung von X hört sich an, als ob es X's eigene Ideen wären – und was für seltsame Ideen es sind! Falls sie richtig sind, müssten wir zu den folgenden Rückschlüssen kommen:

1. **Sattva** ist nicht der beste Weg zur Verwirklichung, **rajas** ist der beste Weg, spirituell zu werden. Es ist der rajasische Mensch mit seinem wilden Ego und seinen heftigen Leidenschaften, welcher der wahre Sadhak des Göttlichen ist.

2. Der **asura** ist der beste **bhakta**. Die Gita hat ganz unrecht, wenn sie die **deva**-Natur und nicht die **asura**-Natur als Voraussetzung für die Verwirklichung hinstellt. Es ist genau umgekehrt.

3. Ravana, Hiranyakasipu, Shishupala waren die größten Verehrer des Göttlichen, weil sie der Feindschaft gegenüber dem Göttlichen fähig waren, und aus diesem Grund wurden sie in wenigen Leben befreit – verglichen damit waren die großen **rsis** und **bhaktas** nur dürftige spirituelle Werkzeuge. Ich bin mir des Paradoxes bezüglich Ravana im Purana bewusst, doch möchte ich klarstellen, dass diese **asuras** und **rakshasas** nicht vorgaben, Jünger oder Anbeter von Rama, Krishna oder Vishnu zu sein, oder ihre Stellung als Jünger nicht dazu benützten, **moksa** [Befreiung] durch Aufruhr zu erlangen – sie erhielten **moksa** durch die Tatsache, dass sie Feinde [des Göttlichen] waren und von der Gottheit getötet und in sie absorbiert wurden.

4. Der Gehorsam gegenüber dem Guru, die Anbetung des Göttlichen ist alles purer Blödsinn und recht für Schafe, aber nicht für Menschen. Wenn man sich wütend gegen den Guru oder das Göttliche wendet, ihn beleidigt, Verachtung ausdrückt, seine Aufrichtigkeit auf die Probe stellt, seine Handlungsweise als falsch, töricht oder als listig erklärt, wenn man sich in jedem Punkt recht gibt, sein Urteil aber als verfehlt, voreingenommen, absurd und falsch ansieht, als einen Rückhalt für die Teufel usw. usw., so ist das der beste Weg der Hingabe und der wahren Beziehung zwischen Guru und **sisya**. Ungehorsam ist der höchste Respekt, den man dem Guru erweisen, Ärger und Aufruhr die erhabenste Anbetung, die man ihm darbringen kann.

5. Jemand, der die Schläge von Mahakali mit Freuden hinnimmt als Mittel, seine Fehler zu entdecken und an Licht, Stärke und Reinheit zu wachsen, ist ein Schaf und der Jüngerschaft unwürdig – jemand, der auf den leisesten Druck zur Wandlung mit Aufruhr reagiert und auf seinen Irrtümern beharrt, ist ein starker Mann, ein mächtiger **adhara** und edler Jünger auf dem Weg zur Vollendung.

Ich könnte fortfahren, die Konsequenzen zu vervielfachen, habe aber keine Zeit. Glaubst du wirklich all diese Dinge? Sie sind die natürlichen Folgeerscheinungen von X's Theorie oder dieser Theorie des Aufruhrs als dem Weg zur Vollendung. Wenn du die Voraussetzung akzeptierst, musst du die logischen Konsequenzen akzeptieren. Das ist es was X tat – nur nannte er seine Irrtümer Wahrheit und den von mir vorgeschriebenen Weg Falschheit – eine Falschheit, die nur durch die Tatsache erklärt werden kann, dass ich ein Meister sei, der sein höheres Selbst vergessen hätte. Und diese Konsequenzen führten zu seiner Abreise, die von uns nicht gewollt war, für die er sich vielmehr selbst

entschlossen hatte, und zwar unter Umständen, die es mir praktisch unmöglich machen, ihn zurückkommen zu lassen, es sei denn, er würde sich einer Wandlung unterziehen, die mir nach den Erfahrungen der Vergangenheit aber als nicht gewährleistet erscheint.

\*

Deine Analyse ist absolut zutreffend – mit dieser klaren Erkenntnis vom Mechanismus der ganzen Sache sollte es leichter sein, sich von diesen unwissenden Kräften zu befreien. Es stimmt, dass sie sich um Wahrheit oder Vernunft nicht kümmern und nur an die blinden Gefühle des Vitals appellieren; aber dennoch sollte das Licht des wahren Bewusstseins, das ständig auf sie gerichtet ist, so sehr dein eigenes Vital erleuchten, dass es sich nicht länger für diese Dinge hergibt, die es zu stören versuchen, sondern bereit sein, seine Grundlage in der Stille und dem Glück der Hingabe an das Göttliche zu finden.

## VI.

Die Schwierigkeit deines Vitals ist nicht eine spezifische Eigentümlichkeit von dir, sondern bis zu einem gewissen Grad und in dieser oder einer anderen Form ein ziemlich allgemeines Übel. Ihre fortwährende Wiederkehr, die mechanische, irrationale Wiederkehr [der Schwierigkeit], selbst wenn sie von der ganzen übrigen Natur zurückgewiesen wurde, hat ihre Ursache in der Widerspenstigkeit des stofflichen Bewusstseins, das bei der geringsten Berührung durch die alten, gewohnten Kräfte die alte Bewegung im alten Fahrwasser ständig wiederholt. Es ist eine Frage des Glaubens, der Geduld und der Beharrlichkeit. Man muss widerspenstiger als die widerspenstigste stoffliche Natur sein und ausharren, bis das Licht und die Wahrheit für immer auch jene Teile ergreifen können, die noch auf die alten Bewegungen reagieren. Es kann keinen Zweifel geben, dass mit dieser Beharrlichkeit am Ende die Wahrheit siegen wird.

Es wäre leichter, wenn du dich von bestimmten fixen Ideen und der gewohnten Reaktion der Verzagtheit und Verzweiflung bei diesen Rückfällen befreien könntest. Bezweifle zum Beispiel nicht die „Möglichkeit“ der Bekehrung deines vitalen Wesens; du solltest vielmehr erkennen, dass sie mit Sicherheit stattfinden wird und nicht nur möglich ist. Lass dich durch diese Rückfälle nicht deprimieren, sondern beobachte sie einfach, löse dich ab und rufe die höhere Kraft in vollem Vertrauen darauf, dass es sich um mechanische Rückfälle und im wesentlichen um nichts anderes handelt – wie stark sie auch zu sein scheinen. Das Prinzip der mechanischen Wiederkehr in der stofflichen Natur ist sehr stark, so stark, dass es einen leicht glauben lässt, es sei unausrottbar. Das jedoch ist nur ein Trick der Kräfte der stofflichen Unbewusstheit, die sich zu behaupten versuchen, indem sie diesen Eindruck schaffen. Wenn du dagegen fest bleibst und Verzagtheit oder Mutlosigkeit zurückweist und selbst im Augenblick der Attacke dir der Gewissheit des endlichen Sieges sicher bist, wird der Sieg als solcher viel leichter und schneller kommen.

\*

When the vital takes hold of a thing, it is often like that – it fixes it continually on the mind till it is either satisfied or the hold thrown off.

\*

Du solltest dich durch die Tatsache, dass die Bewegungen der niederen vitalen Natur so beharrlich sind, nicht entmutigen lassen. Einige davon werden solange versuchen fortzubestehen und zurückzukehren, bis die gesamte physische Natur durch die Umwandlung des allerstofflichsten Bewusstseins umgeformt ist; bis dahin wiederholt sich ihr Druck als mechanische Gewohnheit – manchmal verbunden mit einem Wiederaufleben ihrer Kraft, manchmal schwerfälliger. Nimm ihnen die Lebenskraft, indem du die mentale oder vitale Zustimmung verweigerst; dann wird die mechanische Gewohnheit nicht mehr die Macht haben, die Gedanken und Taten zu beeinflussen, und wird schließlich versiegen.

\*

Sehr oft, wenn man glaubt, dass ein bestimmter Widerstand erloschen ist und nicht länger im Vital herrscht, schießt er wiederum empor.

\*

Die Verschlimmerung bestimmter vitaler Bewegungen ist ein durchaus wohlbekanntes Phänomen im Yoga und bedeutet nicht, dass man dekadent ist, sondern mit den grundlegenden Instinkten der erdhaften, vitalen Natur in enge Tuchfühlung statt der [bisherigen] oberflächlichen Bekanntschaft gekommen ist. Ich selbst hatte während eines bestimmten Stadiums spiritueller Entwicklung diese Erfahrung, dass Dinge, die zuvor kaum existierten und im rein yogischen Leben ganz zu fehlen schienen, hoch emporschossen. Diese Dinge erheben sich deshalb so stark, weil sie um ihre Existenz kämpfen – es haftet ihnen nichts Persönliches an, und die Heftigkeit ihres Angriffs wird nicht durch eine „Minderwertigkeit“ in der individuellen Natur verursacht. Ich schätze, dass unter zehn Sadhaks sieben eine ähnliche Erfahrung haben. Später, wenn sie ihr Ziel, das darin besteht, den Sadhak von seiner Sadhana abzubringen, nicht durchsetzen können, beruhigt sich die ganze Sache, und es gibt keine ernstliche Störung mehr. Ich wiederhole, dass das einzig Bedenkliche daran die in dir ausgelöste Depression ist sowie die Vorstellung, für den Yoga unfähig zu sein, die sie dir aufdrängen wollen, wenn sie an der Arbeit sind. Falls du dich davon befreien kannst, ist die Heftigkeit der vitalen Angriffe lediglich die Erscheinungsform eines bestimmten Stadiums [im Yoga] und hat am Ende keine Bedeutung.

\*

Alle diese Dinge sind in der menschlichen Natur enthalten, es sind gewohnheitsmäßige Bewegungen, die ihren wahren Charakter erst dann zeigen, wenn das Licht des höheren Bewusstseins auf sie gerichtet wird. Selbst nachdem sie zurückgewiesen wurden, besteht weiterhin die Möglichkeit einer Reaktion auf solche äußeren Einflüsse in der Grundsubstanz des niederen Vitals oder vitalen Physischen oder des Unterbewusstseins, bis die volle Erleuchtung dort stattgefunden hat.

\*

Die Tatsache, dass dein Vital „aus dem Gleichgewicht gerät“ und diese Dinge akzeptiert (Ego, Forderung, Begehren), zeigt, dass du ihnen gegenüber offen bist. Wenn das innere Vital sie zurückweist, so dass sie zu nichts anderem als bloßen Suggestionen werden, dann ist dies ein Zeichen, dass diese Dinge nicht länger zugelassen werden. Es können sich dann Fluten von Suggestionen oder auch Wogen aus der allgemeinen Natur einstellen, sie können jedoch keinen Einlass finden. Erst dann kann ein Wille aufrechterhalten werden, der von der allgemeinen Atmosphäre unberührt ist.

\*

Der Grund muss darin liegen, dass bei jener Gelegenheit das Bewusstsein absackte und eine vitale Woge aus der Atmosphäre eindrang, welche die alten, bereits beruhigten Vibrationen des rastlosen Vitals wieder aufleben ließ. Du musst dich von ihnen loslösen und das Gleichgewicht der Ruhe wieder herstellen. Sie besitzen weder im Vital noch im Herzen eine wirkliche Grundlage und verlassen sich lediglich auf die Kraft der Wiederholung, die vom Unterbewusstsein her aufsteigt und, einmal in Bewegung gesetzt, diese alten Ideen und Gefühle zu wiederholen versucht, um das Bewusstsein daran zu hindern, sich in Ruhe zu festigen. Das einmal erlangte Gleichgewicht ist jedoch vorhanden, es war nur verdeckt und musste von dieser Umwölkung befreit werden. Wenn diese Attacken stattfinden, solltest du die Gewohnheit annehmen, irgendwo in dir die Ruhe zu bewahren, etwas innerlich zu erhalten, das sich weigert, diesen Einflüssen zuzustimmen oder sie als die eigenen Gedanken und Gefühle zu akzeptieren.

Immerhin, die [Yoga-] Kraft wird eingesetzt werden, um dir zu helfen; empfang sie, und all das wird aufhören!

\*

Es war offensichtlich nicht das Wirken von etwas, das innerlich noch verwurzelt ist, sondern eine alte Bewegung, die von außen zurückkehrt (aus der universalen Natur) und auf die im Vital durch die Macht der Gewohnheit, die Kraft der gewohnten Wiederkehr noch etwas anspricht. Das wird durch die Tatsache deutlich, dass du zu jenem Zeitpunkt nichts fühltest – erst später; es zeigt sich auch durch den Wechsel von Ruhe und Unrast, nachdem du die Kraft gerufen hattest, so als ob etwas seinen Griff lockern und dann versuchen würde, ihn wieder zu festigen und zu bewahren. Dinge, die hinausgestoßen wurden, kehren stets auf diese Weise zurück, indem sie sich auf die alte Gewohnheit der



Reaktion in der Substanz der menschlichen Natur verlassen – auf die alte Vibration. Wenn man sie jedoch hinausstößt, wann immer sie auftreten, wird am Ende der Teil, der reagiert, verstehen, dass er das nicht darf, und allmählich oder rasch von dieser Gewohnheit befreit werden.

\*

Es ist normal, dass sich bei einem besonderen Druck [der Yoga-Kraft] auf eine vitale Bewegung ein Widerstand offenbart, sei es im Vital selbst (hier im vitalen Physischen) oder im Unterbewusstsein. Manchmal ist es ein tatsächlicher Widerstand, manchmal nur die *pravṛtti* [der Impuls zu Tat und Werken], die sich zur Läuterung darbringt.

\*

Der einzige Weg, sich von diesen vitalen Bewegungen zu befreien, besteht darin, beharrlich das zu tun, was er seiner Beschreibung nach mit den eindringenden Kräften tut – das heißt immer wachsam zu sein, immer und in jedem Augenblick zu versuchen, bewusst zu sein, immer diese Dinge zurückzuweisen, sich zu weigern, an ihnen Gefallen zu finden, die Mutter zu rufen und das Licht herabzubringen. Er darf sich durch ihre [der vitalen Bewegungen] beharrliche Wiederkehr nicht entmutigen lassen, es ist nicht möglich, die [menschliche] Natur auf einmal zu ändern, es dauert lange Zeit. Wenn er jedoch das seelische Bewusstsein im Vordergrund bewahren kann, wird es viel leichter sein, und die Wandlung wird mit viel weniger Schwierigkeiten und Störung vonstatten gehen. Das kann durch fortwährendes Streben und *abhyāsa* [fortwährende Übung] geschehen.

\*

In den meisten Menschen ist das niedere Vital voller schwerwiegender Mängel und voller Bewegungen, die auf feindliche Kräfte ansprechen. Ein immerwährendes seelisches Sich-Öffnen, ein beharrliches Zurückweisen dieser Einflüsse, ein Sich-Ablösen von allen feindlichen Eingebungen und das Einströmen der Stille und des Lichtes, des Friedens und der Reinheit, die der Macht der Mutter innewohnen, werden schließlich das [menschliche] System von der Bedrängnis befreien.

Es ist notwendig, ruhig und immer noch ruhiger zu sein, diese Einflüsse als etwas zu betrachten, das nicht du selbst bist, sondern das eingedrungen ist, damit du dich davon löst, es abweist und in ruhigem Vertrauen auf die göttliche Macht verharrst. Wenn dein seelisches Wesen nach dem Göttlichen verlangt, wenn dein Mental aufrichtig ist und um die Befreiung von der niederen Natur und allen feindlichen Kräften bittet, wenn du die Macht der Mutter in dein Herz rufen kannst und dich darauf mehr als auf deine eigene Stärke verlässt, wird diese Bedrängnis schließlich von dir genommen werden, und Stärke und Frieden werden an ihre Stelle treten.

\*

Es ist immer besser, Frieden zu haben. Im Vital ist stets etwas, das widersteht und zu verzögern versucht; doch wenn sich das innere Wesen hinreichend öffnet und du im inneren Wesen zu leben vermagst, kann der Friede herabkommen und sich dort auf eine Weise festigen, dass die vitalen Bewegungen an der Oberfläche zwar vorhanden sein mögen, aber den inneren Frieden nicht brechen können.

\*

Die Geduld zu verlieren, ist unter allen Umständen zu vermeiden; denn das verlängert nur die vitale Störung. Das Vital, wenn es (grundlegend) verändert werden soll, verursacht ständige Schwierigkeiten, so wie diese, bis man in der Ruhe des inneren Bewusstseins unverwandt ausharren und die vitalen Bewegungen ziemlich an der Oberfläche halten kann.

\*

Warum solltest du annehmen, dass es umsonst sei? Die Läuterung des Vitals nimmt lange Zeit in Anspruch, weil keiner der Teile ganz frei ist, solange nicht alle zusammen frei sind, und sie sich einer Vielfalt von Bewegungen bedienen, die verändert oder erleuchtet werden müssen – außerdem besteht eine starke Gewohnheit des Beharrens und Widerstandes in den eingewurzelten Bewegungen der Natur. Man kann daher leicht annehmen, noch keinen Fortschritt erzielt zu haben – aber jede aufrichtige und stetige Bemühung um Läuterung hat ihr Ergebnis, und nach einiger Zeit wird der erzielte Fortschritt offenbar werden.

\*

Die Attacke ist deshalb so heftig und erscheint dir anormal, weil sowohl dein Mental als auch dein Vital aufrichtig geworden sind. Früher als du von Zeit zu Zeit nachgabst, war der fordernde Teil nicht absolut hartnäckig, und wenn er einen Druck ausübte, wurde es von der übrigen vitalen Natur nicht so deutlich empfunden. Dein mentales, seelisches und höheres vitales Wesen haben sich jetzt völlig davon distanziert. Es ist dein physisches Vital, das am Begehren noch festhält und von Zeit zu Zeit von den Gegenkräften gedrängt wird, es zu aktivieren. Dieses Begehren war es auch, das die physische Störung verursachte, an der du vor einigen Tagen gelitten hast. Du musst dich von diesem Begehren des niederen Vitals ganz und gar befreien.

\*

Nicht das Mental, sondern das seelische Wesen machte den Vorschlag, und zwar unter Zuhilfenahme des Mentals. Es gibt einen Teil des Mentals, der unter dem Einfluss der Wahrheit steht und ein Durchlass für das Wissen oder Fühlen des seelischen Wesens sein

kann; es gibt einen anderen Teil [des Mentals], der auf das Vital reagiert und die Schwierigkeiten und Widerstände in der [menschlichen] Natur zum Ausdruck bringt und stützt. Wenn sich das ganze Mental weigert, auf das Vital zu reagieren oder seine Vorschläge zu akzeptieren oder zu stützen, verringert sich die Macht der vitalen Attacke beträchtlich, und man ist eher dazu fähig, einen Druck auf das Vital auszuüben und es zu zwingen, auf die Seele zu hören und sich zu wandeln.

In deinem Fall war es so, dass sich die ganze vitale Schwierigkeit anhäufte und erhob. Wenn eine Attacke wie diese überwunden wird, findet immer eine Klärung der inneren Atmosphäre statt. Man darf nicht zulassen, dass sie wieder an Stärke zunimmt – und hierfür muss das Mental stets der seelischen Eingebung folgen und sich sofort weigern, gegenteiligen Vorschlägen Zuflucht zu gewähren; gleichzeitig muss es sich für die Kraft der Mutter offen halten, damit sie in das Vital herabkomme, davon Besitz ergreife und dort wirke.

\*

Im allgemeinen verhält es sich so, dass etwas das Vital berührt, oft ohne dass man es merkt, und das alte, gewöhnliche oder äußere Bewusstsein so zurückbringt, dass das innere Mental verdeckt wird und die ganzen alten Gedanken und Gefühle für eine Weile zurückkehren. Es ist das physische Mental, das aktiv wird und seine Zustimmung gibt. Wenn das ganze Mental ruhig und distanziert bleibt und die vitale Bewegung beobachtet, ohne seine Zustimmung zu geben, wird die Zurückweisung einfacher. Die Ruhe und Loslösung des Mentals, die wieder hergestellt wurden, kennzeichnen in der Sadhana immer einen großen Schritt nach vorne.

\*

Was aber willst du tun mit all diesen dunklen und nutzlosen vitalen Bewegungen, die dich quälen, diesen falschen Gedanken, Suggestionen, Verworrenheiten, Unfähigkeiten usw. Du schreibst so, als wärest du der Meinung, dass man sie bewahren und dann wandeln müsste. Aber warum sie bewahren und auf welche Weise sie wandeln? Welchen Nutzen versprichst du dir davon? Was du zu tun hast, ist vielmehr, sie „auszuschließen“, sie zurückzuweisen, dich zu weigern sie zu bewahren, dich zu weigern sie überhaupt zu haben. Was die Yoga-Kraft dir auferlegt, ist strenggenommen, deine Betrachtungsweise zu ändern und auf die wahre Weise zu sehen. Es wäre tatsächlich ein großer Segen, wenn du diese anderen, „falschen Dinge“ alle vergessen könntest. Und nochmals, warum willst du die falschen Dinge, wie du sie selbst nennst, bewahren und dann wandeln? Wenn du eine Krankheit hast, willst du die Schmerzen, das Siechtum und alles übrige bewahren und dann ändern? Was du tatsächlich willst, ist, dass die Krankheit hinausgestoßen wird, dass der Körper sie vergisst, dass kein Eindruck davon zurückbleibt, dass selbst die Möglichkeit ihrer Wiederkehr ausgeschlossen wird, dass du auf eine ganz andere Weise lebst und fühlst – auf eine gesunde Weise. Genau das gleiche ist es hier [mit den dunklen vitalen Bewegungen].

\*

Diese Vorstellung, dass du hilflos seist, besteht deshalb, weil das Vital der falschen Bewegung zustimmt, die sich in den Weg stellt. Du musst deinen inneren Willen und das Licht der Mutter auf das Vital richten, damit es sich ändern möge, und es nicht tun lassen, was es will. Wie ist eine Wandlung möglich, solange man glaubt, hilflos zu sein, und von einem beliebigen Teil des instrumentalen Wesens gelenkt wird. Die Kraft der Mutter oder die Seele kann nur unter der Voraussetzung wirken, dass das Wesen zustimmt. Wenn es dem Vital überlassen wird zu tun, was es will, wird es immer seinen alten Gewohnheiten folgen; es muss dazu gebracht werden, selbst zu fühlen, dass es sich ändern muss.

\*

Wenn du deinen Glauben zurückgewinnen und bewahren willst, musst du erst dein Mental beruhigen und es der Kraft der Mutter öffnen und fügsam machen. Bei einem erregten Mental, das jedem Einfluss und Impuls preisgegeben ist, wirst du ein Feld von widersprüchlichen und gegensätzlichen Kräften bleiben und kannst keine Fortschritte machen. Du wirst auf deine eigene Unwissenheit, statt auf das Wissen der Mutter zu hören beginnen, dein Glaube wird naturgemäß versiegen und du wirst in eine falsche Verfassung geraten und eine falsche Haltung einnehmen.

Dein Leiden beruht offensichtlich auf einem Nervenleiden und ist kein gewöhnliches physisches Leiden. Diese Krankheiten werden durch den Druck feindlicher Kräfte ausgelöst; sie werden schlimmer, wenn etwas in dir ihnen zustimmt und sie akzeptiert, und je mehr das Mental ihnen Bedeutung beimisst und sich mit ihnen befasst, um so mehr wachsen sie. Der einzige Ausweg ist, ruhig zu bleiben, sich loszulösen, sich zu weigern sie anzunehmen oder ihnen große Wichtigkeit beizumessen, sowie die Ruhe und Stärke, welche die Mutter um dich errichtet, in dein Mental eintreten und dein Nervensystem durchdringen zu lassen. Eine andere Verhaltensweise würde bedeuten, dich auf die Seite der dich peinigenden feindlichen Kräfte zu stellen. Die Heilung mag lange dauern, weil dein Nervensystem lange Zeit diesen Einflüssen ausgesetzt war; auch kehren sie, wenn sie einmal vertrieben sind, voller Ungestüm zurück, um ihren Griff neu zu festigen. Wenn du aber hinsichtlich dieser Dinge Geduld und Stärke sowie das rechte Bewusstsein und die rechte Einstellung gewinnen und bewahren kannst, wird sich ihr Griff immer mehr lockern.

Es gibt Mängel in deiner vitalen Natur, die einem gesicherten spirituellen Fortschritt im Wege stehen; sie können aber ausgemerzt werden, wenn du all diese übertriebenen Vorstellungen von „Sünde“ und Untauglichkeit fallen lässt, sie gelassen betrachtest, erkennst und zurückweist. Beruhige alle übereifrigen Forderungen und Begierden in dir, alle Erregung und Übertreibung von gegensätzlichen Gefühlen und Impulsen, suche als erstes die Intensität der Hingabe, aber auch Ruhe, Stärke, Reinheit und Frieden. Lass zu, dass ein ruhiger und stetiger Wille zum Fortschritt sich in dir festige; nimm die Gewohnheit an, schweigend, beharrlich und gründlich das zu assimilieren, was die Mutter in dich hineingibt. Das ist der zuverlässige Weg, um Fortschritte zu machen.

\*

Es wäre ganz und gar nicht das richtige, diesen Suggestionen nachzugeben, die offensichtlich von einer Kraft stammen, die sich das Unbehagen und die Enttäuschung des Vitals zunutze machen will, um dich dazu zu bringen, deine Sadhana abzubrechen. Es sind die üblichen Suggestionen, die alle [Sadhaks] unter der Anspannung des vitalen Zustandes erfahren: „Ich bin nicht fit für diese Sadhana. Ich muss fort, ich kann hier nicht bleiben. Die Mutter liebt mich nicht. Ich habe alles aufgegeben und nichts erhalten. Der Kampf macht mich zu elend; lass mich gehen“. Überflüssig zu sagen, dass es keine echte Grundlage für diese Suggestionen gibt. Es wäre absurd, wegen eines akuten Kampfes zu folgern, dass du für die Sadhana nicht taugst, und sie aufzugeben, nachdem du schon so weit gekommen bist. Der Grund für deinen Zustand ist in der Tatsache zu suchen, dass du das physische Vital aufgefordert hast, bestimmte Bindungen und Gewohnheiten, die es hegte, aufzugeben; und da es gänzlich unfähig ist zu widerstehen, und elend, weil es sich beraubt fühlt, benützt es diese Suggestionen als Vorwand, um dem von dir auferlegten Druck zu entinnen. Die Schärfe des Kampfes wird durch die Heftigkeit der Attacke ausgelöst, aber noch mehr dadurch, dass dieses Vital oder ein Teil davon auf die Suggestionen anspricht; im anderen Fall wäre eine weniger störende, wenn auch langsamere Bewegung durchaus möglich. Die Haltung der Mutter dir gegenüber hat sich in keiner Weise geändert, sie ist auch nicht über dich enttäuscht – das ist eine Suggestion, die aus der Verfassung deines eigenen Mentals stammt, das seine falsche Empfindung von Enttäuschung und Untauglichkeit auf die Mutter schiebt. Sie hat keinen Grund, ihre Haltung dir gegenüber zu ändern oder enttäuscht zu sein, da sie sich immer der vitalen Schwächen in dir bewusst war und erwartete und immer noch erwartet, dass du sie überwindest. Der Aufforderung zu folgen, bestimmte Dinge zu ändern, die der Substanz des Charakters anzugehören scheinen, erweist sich selbst für die besten Sadhaks als schwierig, aber eine Schwierigkeit ist kein Beweis für Unfähigkeit. Genau diesem Impuls, von hier fortzugehen, darfst du nicht nachgeben – denn solange diese Kräfte an ihren Erfolg glauben, werden sie auf diesen Punkt einen Druck ausüben, so sehr sie können. Du musst dich auch im Vital noch mehr der Kraft der Mutter öffnen, und hierfür ist es notwendig, dich von dieser Suggestion einer Enttäuschung oder mangelnder Liebe der Mutter zu befreien, denn das ist es, was die Reaktion während des [pranama](#) auslöst. Unsere Hilfe, Unterstützung und Liebe sind immer da wie zuvor – halte dich offen für sie und vertreibe mit ihrer Hilfe diese Suggestionen.

## VII.

Jegliche Depression ist schlecht, da sie das Bewusstsein senkt, die Energie verbraucht und die feindlichen Kräfte einlässt.

\*

Erlaube dir nicht, irgendeine Bewegung vitaler Depression zuzulassen, geschweige denn einen deprimierten Zustand. Was das äußere Wesen anbelangt, so ist es immer – nicht nur in dir, sondern in jedem Menschen – ein schwer zu handhabendes Tier. Es muss mit Geduld und Ruhe und einer freudigen Ausdauer behandelt werden; lass dich niemals durch seinen Widerstand deprimieren, denn dadurch wird es nur empfindlich, bedrückt und schwierig oder aber es verliert den Mut. Gib ihm vielmehr die Ermutigung des

Sonnenlichtes und übe einen ruhigen Druck auf es aus – und eines Tages wirst du sehen, dass es sich gänzlich der Gnade öffnet.

\*

Das äußere Wesen macht sich nichts aus der Sadhana, außer es kann durch sie etwas erhalten, das ihm angenehm, erfreulich oder befriedigend erscheint – daher neigt es leicht zur Depression.

\*

Natürlich gibt es, wenn das Vital ruhig ist und dem Mental erlaubt, die Dinge auf die rechte Weise zu sehen, diese Depressionen nicht.

\*

Diese Gefühle der Verzweiflung und das übertriebene Empfinden der Selbsterniedrigung und Hilflosigkeit sind Suggestionen einer feindlichen Kraft und sollten niemals zugelassen werden. Die Mängel, von denen du sprichst, hast du mit der menschlichen Natur von allen gemeinsam, und das äußere Wesen jedes Sadhaks ist voll von ihnen; sich ihrer bewusst zu werden, ist für die Umwandlung notwendig, doch muss es mit einem ruhigen Mental geschehen und mit dem Glauben und der Hingabe an das Göttliche und einem überzeugten Streben nach dem höheren Bewusstsein, wie sie dem seelischen Wesen eigen sind. Die Umwandlung des äußeren Wesens ist der schwierigste Teil des Yoga und verlangt Glauben, Geduld, Ruhe und feste Entschlossenheit. Das ist die Einstellung, mit der du diese Depressionen ablegen musst und im Yoga stetig vorankommst.

\*

Wenn du dich in einem bemitleidenswerten Zustand befindest, so sicher nicht deshalb, weil du unser Missfallen erregt hättest. Ich habe gesagt, dass wir immer bei dir sind, und das ist wahr; um es aber zu fühlen, musst du dich von deinem Vital zurückziehen und in der Lage sein, dich in deinem inneren Wesen zu konzentrieren. Wenn du das getreu und aufrichtig tust, wirst du nach einer gewissen Zeit den Kontakt und die Beziehung fühlen.

Die Bedeutung der erwähnten Redewendung ist, dass im allgemeinen das Vital dem Ruf nach Wandlung widersteht. Das ist mit Aufruhr oder Widerstand gemeint. Wenn der innere Wille beharrlich ist und Aufruhr oder Widerstand unterbindet, kann die Abneigung des Vitals häufig die Form von Depression oder Trübsinn annehmen, begleitet von einem Widerstand im physischen Mental, das die Wiederholung der alten Ideen, Gewohnheiten, Bewegungen oder Tätigkeiten unterstützt, während das Körper-

Bewusstsein unter einer Besorgnis oder Furcht vor der geforderten Wandlung leidet, unter einem Zurückweichen vor ihr oder einer Stumpfheit, die den Ruf nicht empfängt.

Von diesen Dingen musst du dich befreien. Eine sorgenvolle oder verzagte Stimmung aber ist nicht die geeignete Voraussetzung dafür. Du musst dich von dem Gefühl des Leidens, der Qual und Befürchtung befreien, es zurückweisen und ruhig den Widerstand betrachten, du musst immer deinen Willen zur Wandlung auf dich selbst einsetzen und darauf beharren, dass sie mit der göttlichen Hilfe geschehen muss, früher oder später, weil die Göttliche Hilfe existiert. Dann kannst du die Stärke empfangen, durch welche die Schwierigkeiten überwunden werden.

\*

Das Weinen, das mit dem von dir beschriebenen Gefühl einhergeht, ist das Zeichen einer seelischen Sorge – denn es übermittelt ein Streben des seelischen Wesens. Depression und Hoffnungslosigkeit aber sollten nicht aufkommen. Du solltest dich vielmehr an den Glauben halten, dass das wahrhafte Streben in dir mit Sicherheit erfüllt werden wird, welcher Art auch immer die Schwierigkeiten der äußeren Natur sein mögen. In diesem Glauben musst du den inneren Frieden und die innere Ruhe wiederfinden und gleichzeitig die klare Einsicht in das zu Geschehende bewahren sowie das stetige Streben nach der inneren und äußeren Wandlung.

\*

Es ist mir nicht bekannt, dass Traurigkeit die Macht hätte, die Dürre im Vital zu heilen. Ich selbst bin dem Pfad des Gleichmuts gefolgt, den die Gita vorschreibt – aber für einige mag die seelische Traurigkeit notwendig sein. Ich bin jedoch der Meinung, dass sie eher das Merkmal eines Defektes als einer Heilung ist.

\*

Im Yoga gilt die Regel, sich durch eine Depression nicht deprimieren zu lassen, sondern sich davon zu distanzieren, ihre Ursachen zu entdecken und sie zu beseitigen; denn die Ursache liegt immer in einem selbst, vielleicht ist es eine vitale Schwäche irgendwo, eine falsche Bewegung, der man nachgegeben hat, oder ein kleinliches Begehren, das eine Rückwirkung hervorruft, manchmal indem man es befriedigt, manchmal indem man es zurückweist. Im Yoga löst ein befriedigtes Begehren oder eine falsche Bewegung, der man sich hingibt, sehr häufig eine schlimmere Rückwirkung aus als ein Begehren, das man zurückweist.

Wichtig für dich ist, mehr und mehr tief innerlich zu leben und weniger im äußeren vitalen und mentalen Teil, der diesen Eindrücken ausgesetzt ist. Das innerste seelische Wesen wird durch sie nicht deprimiert; es hat seine eigene Nähe zum Göttlichen und sieht die kleinen Bewegungen an der Oberfläche als äußere Dinge, die dem wahren Wesen fremd sind.

\*

Es ist wirklich gut, dass die Seele eingriff und das Mental daran hinderte, die falsche Richtung einzuschlagen. Die Arbeit der Selbstläuterung und Wandlung ist ohne Straucheln, Versagen usw. nicht möglich; sich deswegen aber aufzuregen oder reumütig zu werden, ist eher schädlich als förderlich; es führt leicht zu einer Depression, und diese wiederum bringt eine Umwölkung des Mentals und Schwäche mit sich. Die falsche Bewegung und ihre Natur ruhig zu beobachten (in diesem Fall war es die Zunge, welche Fehler beging, und die Zunge ist immer ein sich leicht irrendes Glied) und sie innerlich in Ordnung zu bringen, ist stets der beste Weg. Was ständig bewahrt werden muss, ist Ruhe, besonders wenn es die wahre spirituelle Ruhe des Selbstes ist; damit kann alles übrige zur rechten Zeit und mit der geringstmöglichen Störung geschehen.

\*

Tamasische Gleichgültigkeit und das Freisein von Sorge sind zweierlei Dinge. Man muss beobachten, was falsch ist, und alles tun, um es in Ordnung zu bringen. Traurigkeit als solche hat nicht die Macht, das richtigzustellen, was falsch ist. Die Macht hierzu hat nur ein fester, ruhiger und beharrlicher Wille.

\*

Dass du beim Kochen halfst, war an sich nicht falsch. Wenn aber eine falsche [innere] Bewegung damit verbunden war, darf man ihr nicht mit einer Depression entgegenreten – denn die Depression selbst ist eine falsche oder irriige Bewegung; und einen Fehler kann man nicht durch einen neuen Fehler berichtigen. Die korrekte Weise, mit einer falschen Bewegung umzugehen, besteht darin, sie ruhig zu betrachten und das Bewusstsein genau auf jenen Punkt zu richten.

Es ist ebenso falsch, Ruhe für Gefühllosigkeit zu halten. Wenn du durch das, was die Leute sagen oder tun, nicht länger gestört wirst, dann ist es ein großer Fortschritt. Wenn du keinen *abhimāna* [verletzten Stolz] gegenüber der Mutter hegst, so ist auch das bestimmt sehr wünschenswert. *Abhimāna*, Erregung usw. mögen Zeichen des Lebens sein, doch eines vitalen, nicht eines inneren Lebens. Sie müssen zur Ruhe gebracht werden und Platz machen für das innere Leben. Zunächst mag das Ergebnis in einer neutralen Ruhe bestehen, durch die man aber oft hindurch muss, um zu einem positiveren neuen Bewusstsein zu gelangen. Wenn das Mental auf diese Weise ruhig wird, beginnen Gedanken der Vergangenheit aufzusteigen, alle möglichen sich ständig wiederholenden oder mechanischen Gedanken – sie stammen vom physischen Mental oder Unterbewusstsein. Man muss sie zurückweisen und vorüberziehen lassen und nach der völligen neutralen Ruhe streben, in welcher sich das neue Bewusstsein nach und nach enthüllen kann. Bleibe fest und ruhig, bewahre den rechten Willen in dir und lass die [Yoga-] Kraft ihre Arbeit tun. Dieser Wille mag nicht sofort erkennbare Früchte tragen, wenn du ihn aber aufrechterhältst, wird die Frucht kommen.

\*



Zerknirschung, Reue ist die natürliche Bewegung des vitalen Mentals, wenn es erkennt, dass es einen Fehler begangen hat. Sie ist bestimmt besser als Gleichgültigkeit. Ihr Nachteil aber besteht darin, dass sie die vitale Substanz beeinträchtigt und manchmal zu Depressionen und Entmutigung führt. Aus diesem Grund wird dem Sadhak gewöhnlich empfohlen, den Fehler in Ruhe zu erkennen, verbunden mit dem aufrichtigen Streben und Willen, dass er sich nicht wiederhole oder, zumindest, dass die Gewohnheit, solche Fehler zu begehen, bald ausgemerzt werde. In einem höheren Entwicklungsstadium, wenn die innere Ruhe gefestigt ist, beobachtet man einfach die Fehler der [menschlichen] Natur wie Defekte eines Mechanismus, die man in Ordnung bringen muss, und ruft das Licht und die Kraft zu ihrer Behebung herab. Zu Beginn jedoch hilft sogar die Bewegung der Reue, unter der einen Voraussetzung, dass sie nicht zu Entmutigung oder Depression führt.

\*

Die äußeren Ursachen für die Verzagtheit liefert das Mental, und es ist das Mental, das auf sie reagiert oder nicht reagiert. Nichts Äußeres kann dich anfechten, wenn das Mental (meist das vitale Mental) es sich nicht auf eine bestimmte Weise selber darstellt und seine eigene Reaktion darauf schafft.

\*

Es kann tatsächlich als eine große Befreiung betrachtet werden, wenn das Mental nicht auf irgendwelche suggerierten Gründe für die Depression anspricht.

\*

Das vitale Mental ist Teil des Vitals. Solange das Mental (das mentale Mental, das vitale Mental, das physische Mental, das unterbewusste Mental) nicht auf äußere Dinge reagiert, ist eine Depression unmöglich. Was niemals deprimiert sein kann, ist auf der einen Seite das Selbst, auf der anderen der Stein und dazwischen das wahre Mental, das wahre Vital, das wahre physische Bewusstsein – weil sie nicht auf Dinge ansprechen, die eine Depression auslösen.

\*

Du scheinst dich sehr auf X und seine Erfahrungen und die Ideen, die er darüber hat, zu verlassen. X's Erfahrung beweist nichts, weil er ganz unwissend ist. Seine Depression kommt von außen und hat ihre Ursachen, nur registriert oder versteht sein vitales Mental die Ursachen nicht, reagiert aber trotzdem auf sie. Da das vitale Mental in der Vergangenheit die Depression immer mit diesen Ursachen assoziiert hat und dieser Eindruck in der vitalen Substanz erhalten blieb, reagiert sie [die vitale Substanz] auf die

Berührung mit ihnen in der üblichen Weise, die ihr vom vitalen Mental gelehrt wurde. Von einem unwissenden und ungeschulten Mental, wie dem von X, kann man nicht erwarten, dass es die geheime Mechanik seines eigenen Bewusstseins erkennt.

\*

Es sieht so aus, als ob die vitalen Schwierigkeiten, die sich bei dir herausstellten, bevor du von hier weggingst, mit deiner Rückkunft in die Atmosphäre zurückkehrten, was die Ursache deiner heftigen Depression und deines schlechten Befindens war. Die Depression wiederum war die Ursache, warum alles misslang und die getroffenen Anordnungen ins Wasser fielen oder eine falsche Wende nahmen. Denn durch eine Depression wird das Fließen der Kraft verhindert, werden die feindlichen Kräfte herbeigerufen, und es wird ihnen Gelegenheit gegeben, die geschaffenen hilfreichen Gestaltungen zu zerstören. Alle Sorgen und Schwierigkeiten, die du hattest, werden verschwinden oder sich auf ein Mindestmaß verringern, wenn du diese Neigung zur Depression ganz abschüttelst.

\*

Das einzige, was man mit einer Depression tun kann – wie oder von woher auch immer sie kommt – ist, sie hinauszuerwerfen.

\*

Die von dir erwähnte innere Schwäche existiert tatsächlich, wie die Hartnäckigkeit dieser Bewegungen beweist; sie ist aber nicht im Herzen zu suchen [dem Herz-Zentrum] – dein Herz ist in Ordnung –, sondern in der niederen vitalen Natur. Dort sind all deine Schwächen; dein übriges Wesen ist für das spirituelle Leben durchaus stark genug. Doch ist diese Unzulänglichkeit des niederen Vitals nicht allein dir eigentümlich, sie ist in beinahe jedem menschlichen Wesen. Die Neigung zu unbegründeter Traurigkeit, Verzagtheit und die Einbildungen, Ängste und abwegigen Schlussfolgerungen, die, wenn du es genau betrachtetest, die gleichen Bewegungen, Ideen und Gefühle und, wie eine Maschine, sogar die gleichen Redensarten ständig wiederholen – all das ist typisch für das Wirken der niederen vitalen Natur. Der einzige Weg, sich davon zu befreien, ist, ihr mit der festen Entschlossenheit des höheren Vitals, des Mentals und seelischen Wesens zu begegnen, um sie [die niedere vitale Natur] zu bekämpfen, zurückzuweisen und zu meistern. Wie du entschlossen warst, den Sex-Impuls und die Esslust zu meistern, genauso musst du entschlossen dieses „vernunftwidrige Problem“ der Verzagtheit und die niedere vitale Natur meistern. Wenn du ihr nachgibst und sie als einen natürlichen Teil deiner selbst betrachtetest, der durchaus seine Daseinsberechtigung hat, oder wenn du eifrig diese oder jene Rechtfertigung für sie erfindest, gibt es keinen Grund, warum sie ihre unliebsame Gewalt über dich aufgeben sollten. Sei hier fest und mutig, so wie du es gelernt hast, gegenüber anderen Bewegungen deines niederen Vitals zu sein; dann wirst

du weniger Schwierigkeiten bei deiner Meditation und in deiner allgemeinen Sadhana haben.

\*

Es ist die Schwäche im Vital, die sie [die Kräfte der Unzufriedenheit und des Begehrens] in die Lage versetzt, ihre Attacke aufrechtzuerhalten. Anstatt die Schwäche zuzulassen, belebe deinen Willen und dein Streben, damit sie diese egoistische Finsternis hinausstoßen ...

Lass auch nicht zu, dass eine Forderung des menschlichen Vitals sich im Tumult eines egoistischen Aufruhrs erhebt, oder, wenn es der Fall ist, sieh zu, dass kein Teil von dir sich damit identifiziert.

\*

Die Gefühle und Bewegungen der Vergangenheit kehren immer nachts im Schlaf zurück. Nur dann, wenn das Bewusstsein, das sie hervorrief, sich im Wachzustand gewandelt und geklärt hat, kann man auch später den Schlaf davon freimachen.

Du schenkst den Suggestionen des äußeren Bewusstseins zu viel Beachtung, „nicht fähig zu sein“ usw. usw. Die Tatsache, dass du dich eine Zeit lang öffnen konntest, zeigt, dass du fähig bist. Zu dieser Bewegung musst du zurückkehren; und hierfür musst du dieses äußere Vital dazu überreden, nicht ständig zu wiederholen „ich bin nicht fähig, meine Bemühungen können nicht erfolgreich sein, ich bin zu unehrlich usw. „ – oder du darfst nicht darauf hören, wenn es dennoch damit fortfährt. Du musst dich auf die Möglichkeit konzentrieren, die dir gezeigt wurde, und nicht auf die vermeintliche Unmöglichkeit.

\*

Es ist klar ersichtlich, dass die Kraft und der Friede herabkommen und mehr und mehr in dir arbeiten, um sich in dir zu festigen.

Die anderen Empfindungen, der Wunsch traurig zu sein, die Furcht davor, glücklich zu sein, die Suggestion der Unfähigkeit oder Unbrauchbarkeit, sind die üblichen Bewegungen einer vitalen Gestaltung, die nichts mit dir zu tun hat und lediglich entsteht, um die Wandlung in dir zu verhindern. Du hast dich nur zu weigern, diese Suggestionen anzunehmen, und musst dich beharrlich auf die Seite deiner inneren Wahrheit stellen, was dich frei und glücklich machen wird – und alles wird gut werden.

\*

Wer fühlte nicht irgendwo in sich die Verworrenheit oder Unwissenheit, solange das volle Licht und die wahre Kraft noch nicht eingetreten sind? Dein Fehler ist, dass du

immer über die Verwirrung nachdenkst und mit ihr ringst, ihr Wichtigkeit beimisst und, indem du dich mit ihr beschäftigst, sie vergrößerst und behandelst, als wäre sie die einzige wirkliche und wahre Sache. Wenn du die [Yoga-] Kraft fühlst, wende dich der Kraft zu und lass sie wirken – diese Kraft ist es, die dich von Verwirrung und Finsternis befreit; es geschieht nicht durch dich oder dein Grübeln und Ringen. Was hast du davon zu erforschen, ob dein Glaube und Vertrauen von der „wahren“ Art sind oder nicht? Fühle die Kraft, sei ruhig, lasse sie wirken – das ist alles, was gebraucht wird.

\*

Es ist gut, dass du von diesem Ringen ablässt und dich auf die ruhige Grundlage zurückziehst, die dem Sich-Öffnen förderlich ist. All dieses Ringen, diese Verwirrung und quälende Selbsterniedrigung ist der alte und falsche Weg vorwärtszukommen; er ist mental und vital und kann nicht zum Erfolg führen; im ruhigen Mental muss das Sich-Öffnen stattfinden. Dann beginnt das seelische Wesen, die Seele in dir hervorzutreten. Die Seele kennt und sieht die Wahrheit – nicht aber das Mental und Vital, solange sie nicht durch das Wissen der Seele erleuchtet sind.

\*

Es ist nicht wahr, dass du niemals in Ordnung kommen kannst oder wirst. Das erscheint dir nur so, wenn dein niederes Vital rastlos ist oder aber dein physisches Mental die Oberhand gewinnt. Wahr ist nur, dass die Sache schneller und mit viel weniger Schwierigkeit und Mühe getan werden würde, wenn du immer in jenem Teil von dir verweilen könntest, der in Kontakt [mit dem Göttlichen] ist.

\*

Wenn diese Unbewusstheit herrscht, musst du darauf achten, in all deinen Tätigkeiten bewusst zu sein, damit die vitalen Bewegungen dich nicht länger täuschen oder sich verhüllen können. Du musst es dir angelegen sein lassen, in vollkommener Wahrhaftigkeit diese vitalen Bewegungen zu betrachten und sie so zu sehen, wie sie sind.

Wenn du dich einmal in deinem seelischen Wesen öffnen und es offenhalten kannst, wird aus deinem Innern fortwährend eine Wahrnehmung kommen, die dir bei jedem Schritt die tatsächliche Wahrheit zeigt und dich gegen jede Art von Täuschung wachsam sein lässt. Wenn du immerfort strebst und den Frieden in dir wachsen und die Kraft in dir wirken lässt, wird dieses Sich-Öffnen kommen.

## VIII.

Ich habe niemals gesagt, dass es leicht sei, den Zweifel zu besiegen; es ist deshalb schwierig, weil sich etwas im menschlichen physischen Mental an dem Zweifel um seiner selbst willen festhält. Es ist nicht leicht, Trübsinn, Verzagtheit, Schmerz und Leiden zu

überwinden, weil etwas im menschlichen Vital sich daran klammert und seiner als Teil des Lebensdramas geradezu bedarf. Ich habe auch niemals gesagt, dass Sex, Ärger, Eifersucht usw. leicht zu überwinden seien. Ich sagte im Gegenteil, dass es schwierig wäre, weil sie im menschlichen Vital verwurzelt seien und, selbst wenn sie hinausgestoßen werden, immer wieder in es zurückgebracht würden – sei es durch die eigene Gewohnheit oder das Eindringen der allgemeinen Natur und das Wiederaufleben ihrer früheren Reaktionen. Das äußere Bewusstsein – das physische Mental und Bewusstsein des Menschen – hasst sein eigenes Leiden und liebt es auch nicht, wenn ihm allein die Entscheidung überlassen wäre, andere leiden zu sehen. Wenn du aber ergründen willst, warum du das Drama liebst – oder den Hang zum Drama, wovon sich sehr wenige Menschen freimachen können – und wenn du tief genug in dich gehst, wirst du finden, dass etwas im Vital das Leiden liebt und sich um dieses Dramas willen daran klammert. Es ist etwas unterhalb der Oberfläche, ist aber stark, beinahe universal in der menschlichen Natur und schwierig auszurotten, es sei denn, man erkennt es und vermag, sich innerlich davon abzuwenden. Das Mental und das Physische im Menschen lieben das Leiden nicht, denn sonst wäre es nicht länger ein Leiden; doch dieses Etwas im Vital will es, gleichsam als Würze des Lebens. Es ist die Ursache, warum beharrliche Depressionen immer und immer wiederkehren können, obwohl das Mental sich davon befreien will – weil dieses Etwas im Vital darauf anspricht und damit fortfährt, die gleiche Bewegung zu wiederholen wie ein einmal angestelltes Grammophon, das beharrlich wieder und wieder die volle Runde der alt-bekanntes Platte dreht. Tatsächlich aber hängt es von den Gründen, die das Vital ihm liefert, um die Runde ablaufen zu lassen, nicht ab, denn diese sind oft von höchst trivialer Art und reichen für eine Rechtfertigung nicht aus. Allein durch einen starken Willen, sich von diesem Etwas abzulösen, es nicht zu rechtfertigen, es zurückzuweisen, es nicht willkommen zu heißen, kann man sich letzten Endes von dieser höchst beunruhigenden und gefährlichen Anlage in der menschlichen Natur befreien. Wenn wir daher von der vitalen Komödie sprechen, vom vitalen Drama, sprechen wir aus einem psychologischen Wissen heraus, das nicht an der Oberfläche der Dinge Halt macht, sondern diese verborgenen Bewegungen sieht. Es ist unmöglich sich mit Dingen für die Zwecke des Yoga auseinanderzusetzen, wenn wir uns allein auf das Oberflächenbewusstsein beschränken: es stimmt auch ganz mit dem Gesetz dieser Reaktionen überein, dass deine Verzagtetheit sich unmittelbar nach einem beachtlichen Fortschritt in der *bhakti* und dem Willen zur Hingabe im inneren Wesen einstellte – denn sie stammt vom Geist der Finsternis, der den Sadhak anfällt, wann immer er kann, und dieser Geist verübelt grimmig allen erzielten Fortschritt, ja er hasst die eigentliche Idee des Fortschritts selbst; seine ganze Taktik besteht darin, den Sadhak durch seine Attacken und Suggestionen davon zu überzeugen, dass er keinen Fortschritt erzielt, oder dass das, was als Fortschritt bezeichnet werden kann, letzten Endes null und nichtig ist.

Die Gesetze dieser Welt, wie sie ist, sind die Gesetze der Unwissenheit, und das Göttliche in der Welt erhält sie solange aufrecht, wie die Unwissenheit existiert; wenn es anders wäre, würde das Universum in Stücke zerfallen – *utsīdeyur ime lokāh* [„diese Welten würden in Stücke zerfallen (von *tamas* überwältigt in Untätigkeit sinken), wenn ich nicht Werke verrichten würde“], wie es die Gita ausdrückt. Doch gibt es natürlich auch Bedingungen, um aus der Unwissenheit in das Licht zu gelangen. Eine davon ist, dass das Mental des Sadhaks mit der Wahrheit und sein Wille mit der Göttlichen Macht zusammenarbeiten, wodurch die [menschliche] Natur zum Licht emporgehoben wird, wie langsam dieses Wirken dem Vital oder physischen Mental auch erscheinen mag; wenn

dieses Zusammenwirken vollständig ist, wird auch der Fortschritt rasch sein. Der Sadhak aber sollte die erforderliche Zeit und Mühe nicht scheuen, damit trotz der Blindheit und Schwäche der menschlichen Natur das Zusammenwirken uneingeschränkt möglich und voll wirksam werde.

All dein Rufen nach Glauben, Wahrhaftigkeit, Hingabe ist lediglich eine Aufforderung, dieses Zusammenwirken leichter möglich zu machen. Wenn das physische Mental aufhört, alle Dinge zu beurteilen, einschließlich jener, die es nicht kennt oder die über es hinausreichen – wie die tieferen Dinge des Spirits –, dann fällt es ihm leichter, das Licht zu empfangen, und durch Erleuchtung und Erfahrung die Dinge zu erkennen, die es noch nicht kennt. Wenn Mental und Vital sich rückhaltlos in die Göttliche Hand geben, ist es für die [Göttliche] Macht leichter zu wirken und greifbare Ergebnisse zu erzielen. Wenn ein Widerstand besteht, dauert es natürlich länger; die Arbeit sollte dann von innen her geschehen oder – wie es erscheinen mag – vom Untergrund her, um die Natur vorzubereiten und den Widerstand zu unterminieren.

\*

Das Etwas in dir welches das Leiden liebt und es will, ist ein Teil des menschlichen Vitals – diese Dinge sind es, die wir als Unaufrichtigkeit und perverse Verbogenheit im Vital bezeichnen; das Vital bäumt sich gegen Sorge und Mühsal auf und beschuldigt das Göttliche und das Leben und alles übrige, es zu quälen, doch entstehen Sorge und Mühsal hauptsächlich deshalb, weil das perverse Etwas im Vital sie will! Von diesem Element im Vital hat man sich ganz zu befreien.

\*

Und dennoch ist es so. Es gibt sogar etwas im vitalen Bewusstsein, das sich nicht wohl fühlen würde, wenn es das Leiden im Leben nicht gäbe. Es ist das Physische, welches das Leiden fürchtet und verabscheut, das Vital hingegen betrachtet es als einen Teil des Lebens-Spiels.

\*

Nicht die Seele, sondern das Vital oder vielmehr etwas in ihm findet am Stöhnen und Weinen Gefallen – tatsächlich an allen möglichen Sorgen und Leiden.

\*

Nicht die Oberflächen-Natur, sondern etwas im Inneren genießt die *līlā* [das Spiel] von „Lachen und Weinen“, Freude und Leid, Vergnügen und Schmerz, in einem Wort, das Spiel der Unwissenheit. In manchen Menschen tritt das bis zu einem gewissen Grad nach außen hin in Erscheinung. Viele Menschen würden dich misstrauisch betrachten, wenn du

ihnen vorschlagen würdest, das Leiden aus dem Leben zu bannen; sie wären der Meinung, dass es gänzlich falsch sei, nichts als Freude, Ananda und Frieden zu haben – viele haben das sogar zum Ausdruck gebracht.

\*

Enttäushtes vitales Begehren muss zu Leiden führen. Schmerz und Leiden sind die unumgänglichen Ergebnisse der Unwissenheit, in welcher wir leben; die Menschen wachsen durch alle Arten von Erfahrungen, durch Schmerz und Leid und ihr Gegenteil, durch Freude und Glück. Wenn man ihnen in der richtigen Weise begegnet, kann man durch sie Kraft erlangen. Viele genießen den Schmerz und das Leid, wenn sie mit Kampf, Anstrengung oder Abenteuer verbunden sind, aber mehr wegen der Anregung oder Aufregung, die der Kampf vermittelt als wegen des Leidens um seiner selbst willen. Etwas im Vital jedoch erfreut sich an der Gesamtheit des Lebens mit seinen dunklen und seinen lichten Seiten. Auch im Vital steckt eine gewisse Perversität, die eine Art dramatisches Vergnügen an dem eigenen Elend und Drama findet, selbst an Erniedrigung oder Krankheit.

Ich glaube nicht, dass bloße Zweifel gewinnbringend sein können. Mentale Fragen mögen gewinnbringend sein, wenn sie um der Wahrheit willen gestellt werden, lediglich aber aus Skepsis oder aus einem reinen Geist des Widerspruchs heraus zu fragen, kann, wenn es gegen die Wahrheiten des Spirits gerichtet ist, nur zu Irrtümern oder einer dauernden Ungewissheit führen. Wenn ich stets das Licht bei seinem Eintreten in Frage stelle und sein Anerbieten der Wahrheit zurückweise, kann das Licht in mir nicht verweilen, kann es sich nicht festigen; und schließlich zieht es sich zurück, da es im Mental weder willkommen geheißen wird noch eine Grundlage findet. Man muss in das Licht vorstoßen, nicht immer in die Finsternis zurückfallen und die Finsternis hätscheln in dem Irrglauben, dass sie das wahre Licht sei. Die Erfüllung, welcher Art auch immer, die man in Schmerz oder Zweifel findet, gehört der [Welt der] Unwissenheit an; die echte Erfüllung liegt in der Göttlichen Freude und Göttlichen Wahrheit und ihrer Gewissheit – und das ist es, wonach der Yogi strebt. Während des Kampfes mag er noch Zweifel zu überwinden haben, nicht aus eigener Wahl oder eigenem Willen, sondern wegen der Unvollkommenheit in seinem Wissen.

\*

Was du über die Störung bemerkt hast, ist richtig. Es gibt zwei Arten von Bewusstsein in dir: das neue, welches wächst, und das, was vom alten noch übrig ist. Im alten ist etwas enthalten, eine Gewohnheit des menschlichen Vitals, es ist die Neigung, jeden Anflug von Leid, Ärger, Qual usw. oder jegliche Art von emotionaler, vitaler oder mentaler Störung zu bewahren, viel Wesens davon zu machen, sie zu verlängern, ihre Beendigung nicht zu wünschen und wieder auf sie zurückzukommen, selbst wenn die Ursache der Störung der Vergangenheit angehört und vergessen werden könnte, stets daran zu denken und sie nach Möglichkeit wieder aufleben zu lassen. Das ist ein allgemeiner Zug der menschlichen Natur und eine ganz gewohnte Bewegung. Das neue Bewusstsein hingegen will diese Dinge nicht, und es befreit sich, wenn sie sich einstellen, so schnell wie

möglich von ihnen. Sobald das neue Bewusstsein voll ausgereift und gefestigt ist, werden Störungen überhaupt zurückgewiesen. Selbst auf ihre Ursachen wird die [menschliche] Natur nicht [mehr] mit Leid, Ärger oder Qual usw. reagieren.

\*

Die Düsterteit und andere Schwierigkeiten stammen von einem Widerstand der Trägheit im niederen vitalen und physischen Bewusstsein. Du musst daher das Bewusstsein vorbereiten, indem du dich von der Trägheit befreist. Eine sattwische Glückseligkeit sowie Ruhe und Vertrauen sind die richtige innere Beschaffenheit für diesen Yoga; der Düsterteit, der Depression und dem Weinen sollte man nicht nachgeben, da sie dem Sich-Öffnen im Weg stehen, es sei denn die Tränen stammen aus dem seelischen Weinen der Befreiung, der Anbetung oder einer bewegten Liebe und *bhakti*. Der Fortschritt, der durch die Beherrschung sexueller und anderer rajasischer Bewegungen des niederen Vitals erzielt wurde, ist eine gute Vorbereitung, reicht aber nicht aus; für sich betrachtet, ist es nur die negative Seite, die allerdings unerlässlich ist. Strebe nach einem positiven sattwischen Sich-Öffnen gegenüber der Stärke, dem Licht, dem Frieden und mache dir nichts daraus und sei nicht unzufrieden, wenn der Fortschritt zu Beginn langsam vorstatten geht, und murre weder über die Zeit noch die Mühe, die für die Vorbereitung notwendig ist, bevor ein schneller Fortschritt im Yoga erzielt werden kann.

\*

Die Veränderung, die X bemerkte, weist offensichtlich auf einen großen Fortschritt im vitalen und physischen Wesen hin. Glückselig und froh zu sein, ist spirituell nicht falsch, im Gegenteil, es ist richtig. Was die Kämpfe und das Streben anbelangt, so sind Kämpfe tatsächlich für den Fortschritt nicht unerlässlich; es gibt aber viele Menschen, die sich so sehr die kämpferische Haltung angewöhnt haben, dass sie die ganze Zeit über Kämpfe auszufechten haben und nicht viel anderes tun. Das ist nicht wünschenswert. Es gibt sowohl einen sonnenhellen als auch einen düsteren Pfad und der erstere ist der bessere von beiden – ein Pfad, auf dem man in absolutem Vertrauen auf die Mutter vorwärtsschreitet, auf dem man nichts fürchtet, sich über nichts sorgt. Streben ist notwendig, doch gibt es ein sonnenhelles Streben, voller Licht und Glauben, voller Vertrauen und Freude. Selbst einer auftretenden Schwierigkeit kann man mit einem Lächeln begegnen.

\*

Diese Bewegung versucht sich immer dann einzustellen, wenn du Geburtstag hast oder ein Darshan kommt, und ist ganz offensichtlich eine Einwirkung von Kräften, die dich beunruhigen und dir einen schlechten Geburtstag oder Darshan bereiten wollen. Du musst dich von der Vorstellung befreien, dass sie [diese Bewegung] für die Sadhana irgendwie förderlich sei, zum Beispiel dass sie dir dazu verhilft, an das Göttliche zu denken usw.; wenn es tatsächlich der Fall ist, dann lässt sie dich auf die falsche Weise an das Göttliche



denken und führt zusätzlich eine Schwäche herbei, auch Depression, Selbst-Misstrauen usw usw. *A quoi bon* Fröhlichkeit? Sie versetzt dich in den rechten Zustand, in dem die Seele arbeiten kann, und ohne es zu merken, wächst du dann in die genau richtigen Wahrnehmungen und Gefühle für die spirituelle Haltung hinein. Dieses Wachsen habe ich jetzt über eine ziemlich lange Zeit hinweg in dir beobachtet, und es ist am aktivsten, wenn du fröhlich bist. *Japa*, an das Göttliche zu denken, all das ist in Ordnung – aber es muss auf dieser Grundlage geschehen und gemeinsam mit Arbeit und mentaler Tätigkeit, denn dann ist das Instrument in einer gesunden Verfassung. Wenn dich aber rastloser Eifer überfällt, nichts anderes als *japa* zu tun und an nichts anderes zu denken als an das Göttliche und an den „Fortschritt“, den du erzielt oder nicht erzielt hast (X sagte, dass du nie an Fortschritt denken solltest, es sei seiner Meinung nach eine Ego-Bewegung), dann ist der Teufel los – weil das [Körper-] System für eine herkulische Anstrengung noch nicht bereit ist und sich zu erregen beginnt und glaubt, es sei nicht fit und würde niemals fit sein. Sei also ein guter und froher Arbeiter und bringe deine *bhakti* dem Göttlichen auf jede dir mögliche Weise dar, aber überlasse es ihm, die Dinge in dir auszuarbeiten.

\*

Erforderlich ist, aus der Entdeckung Nutzen zu ziehen und dich von der Behinderung zu befreien. Die Mutter erklärte dir nicht nur die [Art der] Behinderung, sondern zeigte dir sehr deutlich, wie du sie loswerden kannst; zu jener Zeit hattest du sie verstanden, jetzt aber (zu dem Zeitpunkt, da du diesen Brief an mich schreibst) wurde das Licht, das du sahst, anscheinend verdunkelt, weil du deinem Vital immer mehr den bitteren Zeitvertreib des Traurigseins zugestanden hast. Es musste so kommen, denn darauf läuft Traurigkeit immer hinaus. Das ist der Grund, weshalb ich mich gegen das Evangelium des Kummers wende und gegen jede *Sadhana*, in welcher der Kummer ein tragendes Element ist (*abhimāna*, Aufruhr, *viraha*). Denn der Kummer ist – entgegen der Meinung Spinozas – nicht der Durchgang zu einer größeren Vollendung, ein Weg zur *siddhi* und kann es nicht sein, denn er verwirrt und schwächt und beunruhigt das Mental, vermindert die vitale Kraft und trübt den Spirit. Von Freude, vitaler Elastizität und Ananda in Kummer, Mangel an Selbstvertrauen, Verzagtheit und Schwäche zurückzufallen, bedeutet einen Rückschritt von einem größeren in ein geringeres Bewusstsein. Die Gewohnheit dieser Stimmungen zeigt, dass sich etwas im Vital an die kleinere, trübere, dunkle und bedrückte Bewegung klammert, aus der sich zu erheben, das eigentliche Ziel des Yoga ist.

Daher ist es ganz und gar unrichtig zu sagen, dass dir die Mutter den falschen Schlüssel wegnahm, mit dem du den Feen-Palast zu öffnen versuchtest, und dich mit leeren Händen zurückließ. Nicht nur, dass sie dir den richtigen Schlüssel zeigte, sie gab ihn dir auch. Das, was sie dir gab, war nicht eine bloß unbestimmte Aufforderung, fröhlich zu sein, sondern sie beschrieb genau den Zustand, der bei der richtigen Art von Meditation gefühlt wird – ein Zustand der inneren Ruhe und nicht der Anspannung, ein ruhiges Sich-Öffnen und nicht ein heftiges, verzweifertes Herabzerren [der Yoga-Kraft], ein harmonisches Sich-Geben an die Göttliche Kraft, damit sie wirke; und in jener Ruhe die Empfindung der wirkenden Kraft sowie ein ruhevolles Vertrauen, das ihr erlaubt, ohne jede unruhige Einmischung tätig zu sein. Und als sie [die Mutter] dich fragte, ob du nicht die Erfahrung jenes Zustandes gehabt hättest, hast du es bejaht und gesagt, dass du

ihn sehr gut kennen würdest. Nun, jener Zustand ist der Beginn des seelischen Sich-Öffnens, und wenn du ihn erfahren hast, weißt du, was das seelische Sich-Öffnen ist; natürlich gibt es noch vieles mehr, das später kommt, um ihn zu vollenden, aber das ist der grundlegende Zustand, der alles übrige leichter eintreten lässt. Es wäre besser gewesen, den Schlüssel, den die Mutter dir gab, in deinem Bewusstsein bereitzuhalten und zu gebrauchen und dich nicht zurückzuwenden und der Traurigkeit und unzufriedenen Betrachtung der Vergangenheit zu erlauben, über dich Macht zu gewinnen. In diesem Zustand, den wir als den richtigen oder als die seelische Haltung bezeichnen, kann es und wird es den Ruf; das Gebet und das Streben geben. Intensität und Konzentration werden von selbst kommen und nicht durch eine harte Anstrengung oder angespannte Bemühung der Natur. Zurückweisung der falschen Bewegungen, ein ehrliches Zugeben der Mängel stehen nicht nur in keinem Widerspruch dazu, sondern fördern sie [die seelische Haltung]; durch diese Haltung werden Zurückweisung und Einsicht leicht, spontan, vollständig, aufrichtig und wirksam. Das ist die Erfahrung aller, die sich zu dieser Haltung entschlossen haben.

Beiläufig möchte ich erwähnen, dass Bewusstsein und Empfangsbereitschaft nicht das gleiche sind; man mag empfangsbereit sein und dennoch sich äußerlich nicht bewusst sein, wie die Dinge geschehen und was geschieht. Die Kraft wirkt hinter dem Schleier – wie ich wiederholt geschrieben habe; die Ergebnisse häufen sich im Hintergrund und stellen sich später heraus, oft langsam, nach und nach, bis soviel Druck entstanden ist, dass auf irgendeine Weise ein Durchbruch erfolgt, der sich der äußeren Natur aufdrängt. Hierin liegt der Unterschied zwischen einem mentalen bzw. vitalen Sich-Mühen und Zerren [an der Yoga-Kraft] und einer spontanen seelischen Offenheit, und es ist durchaus nicht das erste Mal, dass wir auf diesen Unterschied hingewiesen haben. Die Mutter und ich haben unzählige Male darüber gesprochen und geschrieben und haben das Zerren<sup>1</sup> und Sich-Mühen abgelehnt und die Haltung der seelischen Offenheit empfohlen. In Wirklichkeit erhebt sich nicht die Frage eines falschen oder richtigen Schlüssels, sondern ob man den Schlüssel auf die richtige oder falsche Weise in das Schloss steckt; entweder du versuchst aufgrund eines Hemmnisses dem Schloss Gewalt anzutun, indem du den Schlüssel gewaltsam so oder so herumdrehst, oder du gibst ihm vertrauensvoll und ruhig die rechte Wende – und die Pforte öffnet sich.

Es ist nicht so, dass das Zerren, Sich-Mühen und die Spannung nichts ausrichten können; letzten Endes zeitigen sie das eine oder andere Ergebnis, doch mit Schwierigkeit, Verzögerung, Kampf und einem starken Aufwühlen der [Yoga-] Kraft, die trotz allem durchbricht. Ramakrishna selbst begann mit Zerren und Sich-Mühen und erzielte sein Ergebnis, aber auf Kosten eines ungeheuren und gefährlichen Aufwühlens der Kraft; später bevorzugte er den ruhigen seelischen Weg, wann immer er ein Ergebnis wollte, und erhielt es mühelos und in kürzester Zeit. Du sagst, dass dieser Weg für dich oder deinesgleichen zu schwierig sei und dass nur „Avatare“ wie ich oder die Mutter ihn gehen können. Das ist eine eigenartige Fehleinschätzung; denn es ist ganz im Gegenteil der leichteste, einfachste und kürzeste Weg, den jeder gehen kann, wenn er sein Mental und Vital beruhigt – selbst jene, die nur ein Zehntel deiner Fähigkeiten besitzen, können ihn gehen. Der andere Weg ist es, der schwierig ist, der Weg der Spannung, Anstrengung und harten Bemühung, und er bedarf einer großen Kraft der *tapasya*. Was die Mutter und

---

<sup>1</sup> Ein stetiges [Herab-] Ziehen der [Yoga-] Kraft ist möglich; es ist aber nicht das, was ich mit „Zerren“ meine – das Ziehen an der Kraft wird ziemlich allgemein angewandt und ist hilfreich.

mich betrifft, so mussten wir alle Wege erproben, allen Methoden folgen und Berge von Schwierigkeiten überwinden, eine weit schwerere Bürde tragen als du oder irgend jemand anderer im Ashram oder außerhalb, weit schwierigere Bedingungen auf uns nehmen, Schlachten schlagen, Wunden ertragen, Wege durch undurchdringlichen Morast, durch Wüste und Wildnis bahnen und feindliche Horden besiegen – eine Arbeit, die, wie ich mit Sicherheit weiß, vor uns niemand sonst verrichten musste. Denn derjenige, der den Weg einer Arbeit wie der unseren weist, hat nicht nur das Göttliche herabzubringen, zu vertreten oder zu verkörpern, sondern muss auch das aufsteigende Element in der Menschheit repräsentieren und voll die Bürde der Menschheit tragen, sowie alle Hemmnisse und Schwierigkeiten, jeden Widerstand und jede unmögliche und behinderte und nur langsam siegreiche Arbeit des Pfades auf sich nehmen, und zwar nicht in einem bloßen Spiel oder *lila*, sondern in grimmigem Ernst. Doch es ist weder notwendig noch tragbar, dass all das in der Erfahrung von anderen in vollem Umfang wiederholt wird. Gerade weil wir die vollständige Erfahrung haben, können wir anderen einen geraderen und leichteren Weg weisen – wenn sie nur zustimmen würden, ihn anzunehmen. Es ist aufgrund unserer Erfahrung, die um einen ungeheuren Preis gewonnen wurde, dass wir dir und anderen dringend empfehlen können: „Nimm die seelische Haltung ein; folge dem geraden, sonnenhellen Pfad, wobei das Göttliche dich offen oder im geheimen trägt – wenn es im geheimen geschieht, wird es sich dennoch im rechten Augenblick zeigen –, beharre nicht auf der harten, hindernisreichen, weitläufigen und schwierigen Reise“.

Du behauptest, dass dir früher all das nicht erklärt worden sei. Seit langem jedoch sagen wir das immer und immer wieder zu jedem. Du aber warst nicht geneigt, es für praktikabel zu halten, oder warst zumindest nicht bereit, es auf dem Gebiet der Meditation anzuwenden, weil dein Bewusstsein sich aus Tradition – in folge früherer Leben und aus anderen Gründen an vergangene, gegenteilige Auffassungen klammerte. Etwas in dir wandte sich zu einer bestimmten Art von Vaishnava-Sadhana zurück, was das für sie charakteristische Gefühl entstehen ließ – Elemente von *abhimana* [verletztem Stolz], von Aufruhr und Leiden, das Göttliche, das sich verbirgt („immerfort suche ich, aber es zeigt sich nie“), die Seltenheit der Offenbarung und des Kontaktes (*milana*). Etwas anderes in dir neigte dazu, als einzige Alternative ein hartes, grimmiges, asketisches Ideal anzuerkennen, das leere eigenschaftslose Brahman, und hielt es für das Supramental; etwas im Vital betrachtete die Bewältigung falscher Bewegungen als eine harte, verzweifelte *tapasya* und nicht als einen Durchgang zur Reinheit und Freude des Göttlichen – selbst jetzt scheint irgendein Element in dir darauf zu beharren, die seelische Haltung als etwas Außergewöhnliches, Schwieriges, Unmenschliches und Unmögliches anzusehen. Und dann dieses und jenes Zaudern im Mental und Vital; all das musst du ausmerzen und die Einfachheit der Wahrheit mit einem geraden und klaren Blick betrachten.

Nicht dass diese Schwierigkeiten nur dir eigentümlich wären; jeder Sadhak, der den [Yoga-] Weg betritt, muss ähnliche Behinderungen überwinden. Es kostete mich vier Jahre eines inneren Ringens, um einen wirklichen Weg zu finden, obwohl die göttliche Hilfe die ganze Zeit über hinter mir stand, und selbst dann schien es durch einen Zufall zu geschehen; und es kostete mich weitere zehn Jahre von intensivem Yoga unter einer höchsten inneren Führung, um ihn zu erforschen – und zwar deshalb, weil ich meine Vergangenheit und die Vergangenheit der Welt assimilieren und zurücklassen musste, bevor ich die Zukunft finden und festlegen konnte.

Dir jedoch sollte es nicht so schwer fallen, wie du es dir vorstellst, den Schlüssel, den wir dir anbieten, zu gebrauchen. Schließlich war seine Anwendung in der Meditation so erfolgreich für deine schöpferische Arbeit. Es gibt einen Weg des Erschaffens durch Anstrengung und Spannung, indem man dem Gehirn durch harte und peinvolle Arbeit Gewalt antut – und oft ist der Durchgang blockiert und nichts kommt, oder es kommt nur als Erwidern auf eine intellektuelle *tapasya*. Es gibt den anderen Weg, auf dem man ruhig bleibt, sich einer Macht im Hintergrund öffnet und auf die Inspiration wartet; die Kraft strömt herein und mit ihr die Inspiration, die Erleuchtung, der Ananda – alles geschieht durch eine innere Macht. Das Fluten geht vorüber, aber man erwartet ruhig die nächste Flut, die zur rechten Zeit mit Sicherheit kommt. Auch hier ist nicht alles auf einmal vollkommen, doch kommt der Fortschritt durch immer neue Wellen der gleichen Macht. Es ist die gleiche Methode, die dir die Mutter für deine Meditation vorschlug – wenn man es unbedingt Meditation nennen will –, nicht eine Anstrengung mentaler Aktivität, sondern ein ruhevolles Sich-Öffnen gegenüber der Kraft, welche immer über dir und um dich ist, so dass sie frei fließen und ihre Arbeit in Frieden, Erleuchtung und Ananda verrichten kann. Der Weg ist dir gewiesen worden, und zeitweilig hattest du den wahren Zustand bereits; du musst nur lernen, wie du ihn beibehalten oder wiederfinden kannst, wobei du es der Kraft überlassen musst, auf ihre Weise die Arbeit zu verrichten. Es mag einige Zeit dauern, bis man ihn gänzlich inne hat – befreie dich von der anderen Gewohnheit und mache diesen [Zustand] zur üblichen Gewohnheit, beginne aber nicht mit der Feststellung, dass es unmöglich sei! Es ist mehr als möglich und genau das, was jedermann früher oder später zu tun haben wird; denn es ist die Pforte für den entscheidenden Eintritt. Die Schwierigkeit, der Kampf waren nur für die Zeit der Vorbereitung notwendig, um sich von der Behinderung im Bewusstsein zu befreien oder sie zu entkräften – sie war die Dornhecke um den Feen-Palast.

\*

Was du über X schreibst, ist ganz richtig. Es ist nicht notwendig, immer ein ernstes Gesicht zu machen oder schweigend den Yoga auszuüben; notwendig ist vielmehr, den Yoga ernst zu nehmen und dem Schweigen und der inneren Konzentration viel Platz einzuräumen. Man kann sich nicht die ganze Zeit über nach außen verlieren, wenn es das Ziel ist, sich nach innen zu wenden und dort dem Göttlichen zu begegnen. Das heißt aber nicht, dass man immer ernst und trübsinnig oder die meiste Zeit über trübsinnig zu sein hätte, und ich glaube nicht, dass es die Sadhaks hier sind. Es ist X's rhetorische Art, seine Schwierigkeit darzulegen – die Schwierigkeit eines Vitals, das sich immer nach außen in die Tat und Schöpfung werfen will, während ein anderer Teil mit dem Ergebnis unzufrieden ist und fühlt, dass seine eigene Bewegung gehemmt wird. Es gibt zwei Menschen in ihm, der eine will ein Leben, das aus vitaler Ausbreitung besteht, der andere ein inneres Leben. Der erstere wird rastlos, weil das innere Leben nicht ein Leben der äußeren Ausbreitung ist; der andere fühlt sich elend, weil sein Ziel nicht verwirklicht wird. In diesem Yoga braucht keine Persönlichkeit aufgegeben zu werden, doch muss das äußere Vital dem inneren erlauben, sich durchzusetzen, es muss ihm den ersten Platz einräumen und zustimmen, nur ein Instrument der Seele zu sein und dem Gesetz des inneren Lebens zu gehorchen. Das ist es, was X's Mental immer noch nicht begreifen will; er glaubt, man müsse entweder völlig düster, kalt und ernst sein oder aber das vitale

Brodeln und Überschäumen in das innere Leben bringen. Eine ruhige, glückliche und freudige Kontrolle des Vitals durch das innere Wesen ist etwas, das er sich bislang noch nicht vorzustellen vermag.

\*

Die erforderliche Ernsthaftigkeit, welcher Art auch immer, muss von selbst und von innen kommen. Äußerlich ernsthaft zu sein, weil es vorgeschrieben ist, ist nicht notwendig.

\*

Warum um Himmels willen sollten die Menschen nicht ernsthaft sein, wenn ihnen danach zumute ist? Das Leben mag ein Scherz sein – es gibt darüber allerdings geteilte Meinungen –, man kann aber nicht die ganze Zeit über lachen. Es scheint die Meinung zu bestehen, dass man nur dann ernsthaft sein kann, wenn man entweder (1.) wütend, (2.) unzufrieden oder (3.) traurig und elend ist. Man kann aber bestimmt [auch dann] ernsthaft sein, wenn man nachdenkt oder ernste Dinge betrachtet oder ganz einfach, wenn man nicht lacht. Und man kann eben nicht 24 Stunden lang pausenlos lachen – die Magenmuskeln würden dem nicht standhalten und selbst die Amerikaner, die [gern] Rekorde aufstellen, würden einen derartigen Test scheuen.

\*

Fröhlichkeit ist das Salz der Sadhana. Sie ist tausendmal besser als Trübsinn.

\*

Die *innere* Freude und Fröhlichkeit sind hilfreich – aber das ist nur ein vitales Brodeln an der Oberfläche. Für das gewöhnliche Leben ist es in Ordnung, im Yoga aber wird dadurch lediglich die vitale Kraft für nichts verausgabt.

\*

Fröhlichkeit als solche ist vital. Ich sage nicht, dass ich etwas dagegen hätte, doch gibt es eine tiefere Fröhlichkeit, ein inneres *sukhahāsyā*, welches die spirituelle Voraussetzung für die Fröhlichkeit ist.

\*

In der von uns erwähnten Art der Meditation sind Streben, Gebet, Konzentration, Intensität als natürlicher Teil enthalten. Diejenigen, die sie ausüben, kommen schneller voran und entwickeln ihre Sadhana – wenn sie sich einmal daran gewöhnt haben –

leichter und einfacher als durch eine bedrückte, zweifelnde und bange Anspannung mit heftigen Reaktionen von Verzagttheit und der Abkehr von Hoffnung und Bestreben. Wir haben von einem stetigen Sich-Öffnen gegenüber dem Göttlichen gesprochen, verbunden mit einem Fließen der [Yoga-] Kraft, die ihre Arbeit im *adhara* verrichtet, ein ausgeglichenes Sich-Öffnen mit einem ruhigen Mental und einem Herzen voller Vertrauen und dem Sonnenlicht der Zuversicht; wo sollen wir gesagt haben, dass hilfloses Warten dein Programm zu sein habe?

Hinsichtlich der Leichterzigkeit und Unbekümmertheit – eine leichtfertige Haltung ist das letzte, was wir irgendjemand empfehlen würden. Die Mutter sprach von Fröhlichkeit, und wenn sie das Wort „leichterzig“ gebrauchte, war es nicht im Sinn von irgend etwas Leichtem oder von frivoler Lustigkeit und Unbekümmertheit – obwohl eine tiefere und feinere Heiterkeit als einem Element von yogischem Charakter ihren Platz haben kann. Was sie meinte, war vielmehr ein froher Gleichmut selbst angesichts von Schwierigkeiten, und das widerspricht weder der yogischen Lehre noch ihrer eigenen Erfahrung. Die vitale Oberflächen-Natur (die Tiefen des wahren Vitals sind anders) ist einerseits mit einer oberflächlichen Heiterkeit und Freude verhaftet, andererseits mit Sorge und Verzweiflung, mit Düsterei und [einem Hang zum] Drama – denn sie sind für sie die geliebten Licht- und Schattenseiten des Lebens; doch ein lichter oder weiter und freier Friede oder eine *ānandamaya*-Intensität oder am besten das Miteinander-Verschmelzen von beiden ist die wahre Haltung im Yoga sowohl der Seele als auch des Mentals und des wahren Vitals. Es ist für einen ganz menschlichen Sadhak im Rahmen des Möglichen, eine derartige Haltung zu erreichen, und es ist nicht notwendig, dass er göttlich ist, bevor das geschieht.

Es ist zutreffend, dass der richtige Weg zur Umwandlung darin besteht, sich in ein höheres Bewusstsein als das gewöhnliche menschliche Bewusstsein zu erheben. Lediglich im niederen gewöhnlichen Bewusstsein zu verharren und von dort die falschen Bewegungen zurückzuweisen, kann kein bleibendes oder vollständiges Ergebnis bringen. Es gibt aber hierbei einige Einzelheiten, auf die du achten musst, andernfalls könnte diese Auffassung von einem Irrtum begleitet sein:

1. Wie du selbst hinterher gesehen hast, müssen alle Teile und Persönlichkeiten, die das Wesen formen, am höheren Bewusstsein teilnehmen, andernfalls werden die alten Bewegungen unter vielfältigen Vorwänden fortbestehen.

2. Du sprichst davon, das niedere Vital zurückzuweisen, doch sind es nur die ungeläuterten, niederen vitalen Bewegungen, von denen man sich befreien kann; du kannst dich nicht vom niederen Vital selbst befreien, denn es ist ein notwendiger Teil der manifestierten Natur, wie das höhere Vital oder das Mental. Es muss in die Macht des höheren Bewusstseins gewandelt werden, darf aber nicht sich selbst überlassen oder abgeworfen werden.

3. Wenn du es nicht wandelst, wenn es dir genügt, einfach innerlich in der Seele oder einem anderen, höheren Bewusstsein zu leben, läufst du Gefahr, wie jene zu werden, die damit zufrieden sind, Erfahrungen und eine gewisse innere Ruhe oder den Ananda zu haben, ihre äußere Natur und tätigen Oberflächen-Bewegungen aber unverändert lassen; sie halten sie entweder für unwichtig oder rechtfertigen sie unter dem Vorwand, dass das seelische oder spirituelle Bewusstsein dahinter steht.

\*

Glücklichsein im üblichen Sinn ist ein sonnenheller Zustand des Vitals, der eine Ursache haben kann, aber nicht zu haben braucht. Befriedigung ist etwas Geringeres als Glücklichsein; die Freude des Friedens oder des Befreitseins von Schwierigkeiten ist eher ein Zustand von freudigem *śānti*. Glücklichsein sollte nicht ein Zustand von Selbst-Zufriedenheit oder Trägheit sein und braucht es nicht zu sein, denn man kann Glücklichsein und Streben verbinden. Natürlich gibt es einen Zustand von glücklicher Trägheit, doch sind die meisten Menschen nicht lange damit zufrieden und beginnen, etwas anderes zu wollen. Es gibt Yogis, die mit einer glücklichen, stillen Reglosigkeit zufrieden sind, der Grund hierfür aber liegt darin, dass Glücklichsein eine Form von Ananda ist, und in der Reglosigkeit fühlen sie das Selbst und seine ewige Ruhe und wollen nichts anderes.

\*

Es gibt keinen echten Grund, warum dem Entzücken notwendigerweise die Sorge folgen sollte – außer es ist eine Gewohnheit des Vitals. Doch kann man diese Gewohnheit überwinden.

## IX.

Es gibt drei Hindernisse im Vital, die man zu überwinden hat, und sie sind sehr schwer zu überwinden: Lust (sexuelles Begehren), Zorn und das rajasische Ego. Das rajasische Ego ist die stützende Grundlage für die beiden anderen.

\*

Es ist völlig klar – wenn nicht *nirvana* das Ziel ist, dann hat man sich des kleinen Egos anzunehmen und ihm nicht nachzugeben, sondern es umzuwandeln bis es aufhört zu bestehen.

\*

Die Form des Egos muss aufgelöst werden, es darf nicht durch ein größeres Ego oder eine andere Art von Ego ersetzt werden. Es muss durch das wahre Wesen ersetzt werden, das sich trotz seiner Individualität mit allen und mit dem Göttlichen eins fühlt.

\*

Im seelischen Wesen ist Individualität, aber nicht Egoismus. Der Egoismus verschwindet, wenn das Einzelwesen sich mit dem Göttlichen eint oder dem Göttlichen gänzlich hingegeben ist.

\*

Auf den höheren spirituellen Ebenen gibt es kein Ego, weil das Einssein mit dem Göttlichen gefühlt wird; es kann aber das Gefühl der wahren Person oder wahren Individualität bestehen, die nicht das Ego ist, sondern ein Teil des Göttlichen.

\*

Auf den spirituellen Ebenen gibt es kein Ego, dennoch kann das Ego auf den niederen Ebenen durch die spirituelle Erfahrung stärker werden und zwar durch Stolz und die falsche Aufnahme der Erfahrung. Das Ego kann sich auch verstärken, wenn man in die größeren mentalen und vitalen Ebenen eintritt. Solche Dinge sind immer möglich, solange im Wesen keine Harmonisierung zwischen dem höheren und niedrigeren Bewusstsein stattgefunden hat und das niedrigere Bewusstsein nicht in die Natur des höheren umgewandelt worden ist.

\*

Selbst wenn es kein Ego-Bewusstsein in den höheren Teilen gibt, wo das Einssein aller Dinge verwirklicht wurde, muss nicht zwangsläufig das Ego in den niederen Teilen ausgelöscht sein. Es kann sogar sehr stark werden, und die Tätigkeit kann sehr egoistisch sein, selbst wenn das Mental denkt: „Ich habe kein Ego mehr“.

\*

Vom Ego kann man sich nicht so leicht befreien. Es bleibt trotz aller Arbeit und auch trotz des Wissens oder der *bhakti* bestehen. Das Verschwinden des Egos bedeutet vollständige *mukti*. Selbst der Yogi, der sein individuelles Wesen im kosmischen Bewusstsein oder in einer Art von transzendtem Bewusstsein absorbiert fühlt, findet bei einer äußeren Tätigkeit und Reaktion das Oberflächen-Ego [immer] noch vor. Aus diesem Grund hat der Asket Abscheu vor dem Tun und behauptet, dass es ohne Ego nicht geschehen könne. Es kann geschehen; in vollem Umfang aber erst dann, wenn diese äußerlichsten Dinge in ihrer Gesamtheit voll vom höheren Bewusstsein aufgenommen werden.

\*

*Samatā* bedeutet nicht die Abwesenheit vom Ego, sondern die Abwesenheit von Begehren und Verhaftetsein. Der Egoismus mag verschwinden oder in subtiler oder beschränkter Form bestehen bleiben – es hängt von der Person ab.

\*



Stolz ist nur eine von vielen Formen des Egos, es gibt zehntausend andere. Jede Tat des Menschen ist voller Ego, sowohl die guten als auch die schlechten, sowohl seine Demut als auch sein Stolz, seine Tugenden so sehr wie seine Laster.

Die menschliche Natur vom Ego zu befreien, ist nicht so einfach. Wenn man frei vom Ego ist und nichts mit Bezug auf sich selbst oder sich zuliebe tut, sondern alles nur für das Göttliche, wenn alle Gedanken und Gefühle auf das Göttliche gerichtet sind, dann ist man der *jivanmukta* und ein *siddha*-Yogi.

\*

Das jedoch ist bei allen Menschen so. Jede Tätigkeit ist vom Ego durchsetzt – Taten, Gedanken, alles, ob groß oder klein, gut oder schlecht. Selbst die Demut und das, was Nächstenliebe genannt wird, ist bei den meisten Menschen nur eine Form des Egos. Es hängt nicht davon ab, dass man etwas tut, worauf man stolz ist.

\*

So ist es bei jedem. Die menschliche Natur ist in ihrem ganzen Stoff mit dem Faden des Egos durchwirkt; selbst wenn man versucht, sich davon zu befreien, steht es vor einem oder könnte wie ein Schatten hinter allen Gedanken und Tätigkeiten stehen. Das zu erkennen, ist der erste Schritt; die Falschheit und Absurdität der Ego-Bewegungen wahrzunehmen, ist der zweite; sie bei jedem Schritt zu entmutigen und zurückzuweisen, der dritte – doch verschwindet es erst dann gänzlich, wenn man den Einen in Allen und überall sieht, erfährt und lebt.

\*

Es ist so mit jedermann, weil all die vergangenen Ideen des menschlichen Bewusstseins mit dieser Substanz des Egoismus durchsetzt sind. Allein durch fortwährende ruhige Wachsamkeit und ein wachsendes Bewusstsein kann man ihn loswerden – denn wenn man ihm keinen freien Spielraum zubilligt, verbirgt er sich und nimmt feine und verkleidete Formen an.

\*

Mental und Vital sind viel mehr voller Ego als der Körper.

\*

Der Kampf mit dem Ego ist ein Teil des Kampfes mit der physischen Natur, denn es ist das oberflächliche Ego im physischen Bewusstsein, irrational und instinktiv, das nicht gehen will.

\*

Natürlich ist das menschliche Wesen egoistisch und egozentrisch – alles, was es tut, denkt und fühlt, ist vom Ego geprägt – und das kann gar nicht anders sein, bis es gelernt hat, nicht das Ego, sondern das Göttliche zum Zentrum seines Daseins zu machen und nur für das Göttliche zu denken, zu handeln und zu fühlen; oder bis es [das menschliche Wesen] in das höhere oder göttliche Bewusstsein oder das göttliche Bewusstsein in es eingetreten ist, denn im göttlichen Bewusstsein gibt es kein Ego.

\*

Der egozentrische Mensch empfindet und nimmt die Dinge so, wie sie ihn selbst betreffen. Gefällt mir dies oder missfällt es mir, verschafft es mir Freude oder Schmerz, schmeichelt es meinem Stolz, meiner Eitelkeit, meinem Ehrgeiz oder verletzt es ihn, befriedigt es meine Wünsche oder durchkreuzt es sie, usw. Der nicht egoistische Mensch sieht die Dinge nicht auf diese Weise. Er betrachtet die Dinge, um zu erkennen, was sie in sich selbst sind und wären, wenn es ihn nicht gäbe, was sie bedeuten, wie sie in das Schema des Ganzen passen – oder aber er hat das Gefühl der Stille und des Gleichmuts und bezieht alles auf das Göttliche – oder, wenn er ein Mensch der Tat ist, auf welche Weise sie der zu geschehenden Arbeit dienen oder dem Leben der Welt oder der Sache, der er dient, usw. usw. Es gibt viele Standpunkte, die nicht egoistisch sind.

\*

Es ist ganz offensichtlich, dass all dies verschwinden muss – es ist der alte vitale Egoismus des Menschen, immer mit sich selbst beschäftigt, so dass sich das Wesen nicht einfach und fraglos der Anbetung des Göttlichen hingeben kann.

\*

Es gibt keinen Grund, sich zu beunruhigen. Du solltest dir eher dazu gratulieren, dass du dir deiner Egozentrik bewusst geworden bist. Das ist nur bei sehr wenigen Menschen im Ashram der Fall. Sie alle sind egozentrisch, erkennen aber ihre Egozentrik nicht. Selbst in ihrer Sadhana ist das *Ich* immer vorhanden – *meine* Sadhana, *mein* Fortschritt, *mein* alles übrige. Das Heilmittel besteht darin, immer an das Göttliche zu denken und nicht an sich selbst, für das Göttliche zu arbeiten, zu handeln, die Sadhana zu tun; nicht zu überlegen, wie das oder jenes *mich* persönlich berührt, nichts zu fordern, sondern alles dem

Göttlichen zu überlassen. Es wird einige Zeit dauern, bis man das aufrichtig und gründlich tun kann, es ist aber der richtige Weg.

\*

Es ist das Ego, das sich in seinem wahren Charakter zeigt. Früher verbündete es sich mit der Sadhana, weil es entweder etwas erhielt, wonach es verlangte, oder große Erwartungen hegte. Nun aber, da diese Dinge ausbleiben und die wahre Haltung von ihm gefordert wird, leistet es Widerstand, verweigert die Zusammenarbeit und sagt: „Zwecklos, solche Sadhana“. In allen Sadhaks hier erweist sich das Ego (in seinen physischen oder vital-physischen Wurzeln) als ein Hindernis. Eine Umwandlung ist nicht möglich, solange es sich nicht ändert.

\*

Deine Natur ist, wie die von nahezu allen anderen, größtenteils egozentrisch, und die ersten Stadien der Sadhana sind fast bei jedem Menschen egozentrisch. Die Hauptsache dabei ist immer die eigene Sadhana, das eigene Bemühen, die eigene Entwicklung, Vollendung, *siddhi*. Tatsächlich aber kann keines dieser Dinge – Entwicklung, Vollendung oder *siddhi* – irgend einen Grad der Vollkommenheit oder klaren Endgültigkeit erreichen, solange sich diese egozentrierte Haltung nicht in die gottzentrierte Haltung gewandelt hat, solange sie nicht die Entwicklung, Vollendung und *siddhi* des Göttlichen Bewusstseins geworden ist, sein Wille und Instrument in diesem Körper; das aber kann nur dann geschehen, wenn diese Dinge [die *eigene* Sadhana, das *eigene* Bemühen] zweitrangig werden und das alleinige Ziel in der *bhakti* für das Göttliche besteht, der Liebe zum Göttlichen, der Einung mit dem Göttlichen im Bewusstsein, Willen, Herzen und Körper – das übrige ist dann nur noch die Erfüllung des Göttlichen Willens durch die Göttliche Macht. Diese Haltung fällt der Seele niemals schwer, es ist ihre natürliche Einstellung, ihr natürliches Gefühl, und wann immer deine Seele im Vordergrund war, war sie [diese Haltung] im Mittelpunkt deines Bewusstseins. Doch das äußere Mental, Vital und Physische brachten ihr Gemisch aus Begehren und Ego mit hinein, so dass eine wirksame Befreiung im Leben und in der Tätigkeit nicht möglich war, solange diese nicht befreit waren. Das denkende Mental und höhere Vital vermögen ohne allzu große Schwierigkeiten zu akzeptieren; die Schwierigkeit liegt vielmehr beim niederen Vital und Physischen, und besonders in ihren äußerlichsten Teilen; denn diese sind völlig Geschöpfe der Gewohnheit, der immer wiederkehrenden Bewegung, einer hartnäckigen Wiederholung der immer gleichen Regung. Diese Gewohnheit ist so blind, widerspenstig und beharrlich, dass sie nahezu unbesiegbar zu sein scheint, besonders wenn sie bei einer Krise wie dieser den Kräften der Unwissenheit als deren letzte Zuflucht oder als Angriffspunkt dient. Aber diese scheinbare Unbesiegbarkeit ist nicht echt. Der größte Egozentriker kann sich wandeln und tut es, wenn sich das seelische Prinzip in der äußeren Natur festigt. Dass es nur durch die Göttliche Gnade und Macht getan werden kann, ist wahr (das trifft für die ganze spirituelle Wandlung zu) – aber mit der vollen Zustimmung des Wesens. Wie es im inneren Wesen geschehen ist, so kann es auch im äußeren geschehen; gib dazu die

Einwilligung deines ganzen Willens und Glaubens, und es wird trotz aller Schwierigkeiten getan werden.

\*

Es ist richtig, dass, wenn man lebt und tätig ist, alles für die eigene Person geschieht, doch das ist die Natur des Menschen, er ist in seinem Ego zentriert, ist egozentrisch und tut alles seinem Ego zuliebe; selbst seine Liebe und Neigungen gründen meistens auf dem Ego. All das muss geändert und im Göttlichen zentriert werden und für die Göttliche Mutter geschehen. Das zu erreichen, ist die Arbeit der Sadhana. Durch das Schweigen, das Wachsen der Seele und alles übrige soll es herbeigeführt werden – es kann aber nicht alles auf einmal getan werden. Wenn das Bewusstsein bereit ist, beginnt sich die seelische Liebe, der Impuls des Selbst-Gebens im Herzen zu entfalten und die Wandlung ist vollzogen – immer mehr, bis es ein vollständiges Selbst-Geben geworden ist.

\*

Wenn du glaubst, es sei kein Ego oder Begehren in dir, sondern nur reine Hingabe, so weist das auf eine große Unbewusstheit hin. Von Ego oder Begehren frei zu sein, ist ein Zustand, der einer hohen Yoga-siddhi bedarf – selbst viele Yogis mit einer hohen spirituellen Verwirklichung sind nicht frei davon. Für einen Sadhak in deinem Entwicklungsstadium bedeutet die Annahme, dass er von Ego und Begehren frei sei, sich selbst zu täuschen und die klare Wahrnehmung der Bewegungen der eigenen Natur zu verhindern, die aber für den Fortschritt auf die spirituelle Vollendung hin notwendig ist.

Die Mutter bedarf deiner Schriften nicht, um zu sehen, was in dir vorgeht.

Wenn deine Schriften Ego und Begehren aufweisen – was sie mit Sicherheit tun –, so deshalb, weil diese ohne dein Wissen vorhanden sind und ohne deine Absicht zum Ausdruck kommen. Was das Oberflächenmental denkt und beabsichtigt, ist die eine Sache, und was hinter den Gedanken und Taten steht, eine andere. Ein Mensch formt mit seinem Oberflächenmental die Vorstellungen von sich und seiner Natur in gänzlicher Unwissenheit. Das erste, was man zu tun hat, um sich von dieser Unwissenheit zu befreien, ist, sich vom Oberflächenmental zurückzuziehen und in Kontakt mit der Seele zu kommen, die solche Täuschungen nicht zulässt und klar die Wahrheit über die eigenen Bewegungen aufzeigt.

\*

Auf welche Weise aber können alle Dinge dem Göttlichen gehören, solange das Ego sie sich aneignet und für die eigenen Zwecke gebraucht? Selbstgeben bedeutet in Wirklichkeit eine Wandlung der Zentrierung im Ego in die Zentrierung in Gott; auch würde solch ein Selbstgeben zu einer Wandlung der ganzen Bewusstseins-Grundlage führen.

\*

Ja, die ganze Verwirrung, Störung und Unwissenheit entsteht, weil man die Dinge vom Standpunkt des Egos aus betrachtet. Man muss an das Göttliche denken, ruhig sein und das göttliche Bewusstsein eintreten lassen, damit es das egoistische menschliche ablöst – dann verschwindet all das.

\*

Ja, das Ego ist eine Ursache der Schwierigkeit in jedermann.

\*

Ohne das Spiel des Egos würden Zusammenstöße nicht stattfinden, und wenn im Vital nicht der Hang zum Drama wäre, würde es keine dramatischen Ereignisse im Leben geben.

\*

Ja, das ist richtig – sich fortwährend des Friedens und der Stille zu erinnern und darin zu leben, damit die Kraft wirke und das Licht kommen möge. Die kleinen Dinge des täglichen Lebens müssen sich im Oberflächenbewusstsein abspielen und dürfen darin einen nicht zu großen Platz einnehmen, bis die Kraft und das Licht die Herrschaft übernommen haben und auch sie unmittelbar erfassen können. Es ist das Ego, das ihnen einen zu großen Platz einräumt – das Ego muss entmutigt werden, und die Devise des ganzen Bewusstseins, Denkens und Handelns sollte sein: „Nicht für mich, sondern für das Göttliche“. Es kann durchgreifend nicht alles auf einmal geschehen, doch sollte es sobald wie möglich die vorherrschende Richtung im Mental werden.

\*

Warum sollte die Konzentration auf das Göttliche Selbstsucht sein? Selbstsucht bedeutet, für sich selbst zu leben und nicht für etwas Größeres als das [kleine] Selbst. Die Konzentration auf das Göttliche zu allen Zeiten bedeutet, aus dem persönlichen Selbst und seinen Zielen heraus in etwas Größeres zu gelangen und den Zielen jenes größeren Daseins zu dienen. Es ist nicht selbstsüchtiger, als es Selbstsucht wäre, nur für andere zu leben.

\*

Es liegt auf der Hand, dass man darüber nicht egoistisch werden darf, aber das Zurückziehen vom äußeren oder niederen Bewusstsein in das innere ist als solches keine

egoistische Bewegung. Wenn das stimmen würde, wäre jede Sadhana egoistisch, und die einzig richtige Sache wäre, immer gesellig und oberflächlich zu sein.

\*

Die Selbstsucht des Egos ist kein Grund, nicht das höhere göttliche Bewusstsein herabzurufen, dessen Vordergrund oder Basis gleichsam aus dem Frieden und der Kraft besteht. Wie willst du dich vom selbstsüchtigen Ego befreien, wenn du nicht jenes höhere Bewusstsein herabrufst, das kein Ego braucht?

In der Evolution des niederen Bewusstseins hier waren Ego und Selbstsucht eine Notwendigkeit. Solange das höhere Bewusstsein oberhalb des gewöhnlichen Mentals nicht herabkommt, bleibt das Ego eine Notwendigkeit selbst im Streben nach dem Göttlichen oder nach *mukti*, auch wenn es ein sattwisches Ego wird. Allein im höheren Bewusstsein kann sich das Ego auflösen, entweder durch das Aufsteigen nach dort oder durch seine Herabkunft in das Bewusstsein darunter.

\*

Ich nehme an, dass das Ego hier [auf Erden] erstens als ein Instrument des äußeren Bewusstseins erschien, das sich in dem ständigen Wandel der Natur individualisierte, und zweitens als ein Ansporn für den tamasischen Tier-Menschen, damit er handle und etwas zuwege bringe. Im anderen Fall hätte er sich vermutlich nur mit Essen und Schlafen zufriedengegeben und nichts anderes getan. Mit diesem Ansporn des Egos (Besitzergreifung, Eitelkeit, Ehrgeiz, Machthunger usw. usw.) begann er, alle möglichen Dinge zu tun, die er sonst niemals getan hätte. Nun aber, da er sich höher [in ein höheres Bewusstsein] erheben muss, kommt ihm dieses Ego sehr in die Quere.

\*

Was aber ist dieses Ego, von dem du sprichst? Jedermann hat ein Ego, und es ist nicht möglich, sich völlig davon zu befreien, außer durch zwei Dinge – durch das Sich-Öffnen der Seele im Innern und die Herabkunft eines umfassenderen, egofreien Bewusstseins von oben. Das Sich-Öffnen des seelischen Wesens befreit nicht auf einmal vom Ego, sondern läutert es und bringt es mit allen Bewegungen [der menschlichen Natur] dem Göttlichen dar, so dass man durch Selbst-Geben und Überantwortung unegoistisch wird. Gleichzeitig öffnet sich die Natur nach oben, und das umfassendere egofreie Bewusstsein kommt herab, das Ego verschwindet und durch die Macht der Seele erkennst du dein eigenes wahres Wesen, das ein Teil der Mutter ist. Das ist es, was geschehen muss, aber in so kurzer Zeit nicht geschehen kann. Denke nicht immer an die vitale Bewegung und das Ego; du hast sie erkannt und weißt, dass sie vorhanden sind – das genügt. Konzentriere dich vielmehr auf das Sich-Öffnen im Herzen; konzentriere dich beharrlich, strebe beharrlich und habe keine Bedenken, wenn es lange dauert. Rufe das Göttliche auf jede Weise, selbst wenn du noch nicht aus der Tiefe zu rufen vermagst – der Ruf aus der Tiefe wird kommen.

\*

Ich bin der Meinung, dass du sowohl dem Ego als auch den anderen Elementen, die mit der Natur der Menschheit verwoben sind, noch eine übertriebene Bedeutung und Aufmerksamkeit beimisst – man kann sich nicht gänzlich von ihnen befreien, es sei denn durch ein neues Bewusstsein, das diese durch höhere Bewegungen ersetzt. Wenn man Ego und *rajas* zentral und in aller Aufrichtigkeit zurückweist, lockern sich ihre Wurzeln, und *sattva* vermag in der [menschlichen] Natur die Oberhand zu gewinnen; doch kann die Ausrottung des gesamten Egos und *rajas* nicht durch den Willen und seine Bemühung geschehen. Nach einem gewissen Vorbereitungsstadium hat man daher die positive Seite der Sadhana mehr zu betonen als die negative der Zurückweisung – letztere muss natürlich zur Unterstützung der positiven Seite bestehen bleiben. Dennoch, das Wichtige ist die Entwicklung der Seele im Inneren und das Herabbringen des höheren Bewusstseins von oben. Die Seele deckt in dem Maß, wie sie wächst und sich offenbart, sofort alle falschen Bewegungen oder Elemente auf und stützt gleichzeitig nahezu automatisch das wahre Element oder die wahre Bewegung, die sie [die falschen Bewegungen] ersetzen wird – dieser Vorgang ist viel leichter und wirksamer als der einer strengentapasya der Läuterung. Das höhere Bewusstsein bringt mit seinem Herabkommen Frieden und Reinheit in alle inneren Teile; das innere Wesen trennt sich vom unvollkommenen äußeren Bewusstsein, und gleichzeitig birgt der eintretende Frieden eine Macht in sich, die das hinausstoßen kann, was dem Frieden und der Reinheit widerspricht. Das Ego kann verschwinden – langsam oder rasch, aber sicher – und *tamas* und *rajas* wandeln sich in ihre göttlichen Entsprechungen.

\*

Es ist möglich, sich durch das Wirken der [Yoga-] Kraft vom Ego zu befreien, wenn dein Bewusstsein selbst sich mit diesem Wirken assoziiert; dann kann man zumindest von seiner Haupttätigkeit befreit werden, so dass nur geringfügige Überreste bestehen bleiben. Die völlige Befreiung vom Ego erfolgt jedoch meist erst durch die Herabkunft des [höheren] Bewusstseins von oben und die Besitzergreifung des ganzen Wesens [durch dieses Bewusstsein] – natürlich unterstützt durch die Herrschaft der Seele in der Natur.

\*

Man muss das Ego im Auge behalten, wie hartnäckig es auch sein mag, und zu all seinen Vorschlägen nein sagen, so dass jede Stellung, die es einnimmt, sich als eine fruchtlose Bewegung erweist. Wenn man es auf diese Weise behandelt, wird es für den Augenblick reif, in dem die Seele nur einen kleinen Anstoß zu geben braucht, und es fällt in jedem seiner Wirkungsbereiche von seinen gelockerten Wurzeln ab. Harre in der gegenwärtigen Bewegung stetig aus und sie muss zum Erfolg führen.

\*

Das Empfinden des Egos kann sich verlieren in dem Empfinden, das Selbst oder der *purusa* zu sein, doch führt das nicht bereits zum Verschwinden der alten Ego-Reaktionen in der *prakrti*. Der *purusa* muss sich von diesen durch einen Vorgang fortwährender Zurückweisung und Neuformung befreien. Die Neuformung besteht darin, alles in einer Weihung an die Mutter aufgehen zu lassen und alles für sie zu tun, ohne Bezug auf sich selbst, auf die eigenen Wünsche, Meinungen, vitalen Reaktionen als seien es Dinge, denen man nachgeben muss. Am einfachsten geschieht das, wenn das seelische Wesen voll erwacht ist.

\*

Ohne fortwährende Zurückweisung kann die Befreiung vom Ego nicht stattfinden. Die Erhebung in das Selbst befreit die höheren Teile, das Ego aber bleibt in den niederen Teilen bestehen. Die wirksamste Kraft für diese Befreiung ist die seelische Kontrolle, die mit einer steten Zurückweisung einhergeht.

\*

Es ist nicht möglich, sich von den Ego-Bewegungen auf einmal zu befreien. Sie müssen aus der [menschlichen] Natur herausgelöst werden, indem man sich ihrer immer bewusst ist und sie immer zurückweist. Selbst wenn das zentrale Ego verschwunden ist, bleiben die gewohnten Bewegungen noch lange Zeit bestehen.

\*

Ohne die Befreiung der Seele und die Verwirklichung des wahren Selbstes kann das Ego nicht verschwinden – beides ist notwendig. Wenn man sich des Selbstes nicht bewusst ist, wie soll dann das Ego verschwinden? Die Seele kann durch Liebe und Weihung befreit werden, ich aber sprach von einem Fall, in dem sie nicht auf diese Weise befreit wurde und die Verwirklichung des Selbstes als der leichtere Weg erschien.

\*

Wenn du dich nach innen gewandt hättest, wäre die seelische Entwicklung und die Bewältigung des Egos leichter gewesen – und ebenso das Sich-Weiten des Bewusstseins.

\*

Es ist eher ein weiteres als ein höheres Bewusstsein, das für die Befreiung vom Ego notwendig ist – sich hoch zu erheben ist natürlich auch notwendig, doch als solches reicht es nicht aus.

\*



Wenn das Ego verschwunden ist und die volle Hingabe vollzogen wurde, sollte es keine Hindernisse mehr geben. Wenn jedoch das vitale *rajas* nur ruht, kann durch diese Ruhe *tamas* entstehen – und das wäre ein Hindernis.

\*

Wenn einmal die Universalität gefestigt wurde, hat der vitale Egoismus in der Natur eine sichere Festung verloren – ihre Wälle wurden niedergerissen. Die egoistischen vitalen Bewegungen können zwar noch von außen angreifen, doch liegt es nun in der Hand des Sadhaks, sie daran zu hindern, eine feste Gestaltung in ihm zu bilden.

\*

Allein die Ruhe im Vital reicht kaum aus. Etwas muss da sein, das das Ego aus dem Vital hinausstößt.

\*

Das Ego erhebt sich deshalb, weil es in seiner Natur liegt, das zu tun; es will das Wesen ergreifen, das es als sein Eigentum und seinen Erfahrungsbereich betrachtet.

\*

Natürlich, das Ego und vitale Wesen widerstehen immer dem Druck, der dadurch entsteht, dass man sich von ihnen loslösen will – und wenn man dafür eine bestimmte Zeit festsetzt, leisten sie um so heftigeren Widerstand in der Hoffnung, Enttäuschung und Entmutigung darüber zu schaffen, dass es in der festgesetzten Zeit nicht möglich ist.

\*

Diese Dinge [der kleine Egoismus im niederen Vital] klingen entweder langsam durch fortwährende Zurückweisung ab oder aber sie fallen ab, wenn das höhere Bewusstsein stetig in das niedere Vital herabkommt und es gleichsam aufsaugt. Eine rasche Tilgung ist unter Umständen möglich – zumindest wird von solchen Fällen berichtet –, aber meist leben diese Dinge noch fort und vergehen nur langsam, indem sie allmählich an Kraft verlieren, gleichsam als ob sie sich verbrauchen würden.

\*

Dein Ego tritt von Zeit zu Zeit hervor, ohne dass du bemerkst, dass es dein Ego ist. Es tritt nicht in deinen höheren Wesens-Teilen hervor, sondern in deinem physischen Mental und Bewusstsein; du aber bist der Meinung, weil deine höheren Teile frei davon sind, müssten auch jene frei sein.

\*

Natürlich, solche Suggestionen sind dazu angetan, das Ego anzuregen. Ich vermute, dass sie deshalb so beharrlich sind, weil sie noch Hoffnung haben, das Ego wachrütteln zu können. Selbst wenn man ziemlich frei [von Ego] ist, können alle Arten von Suggestionen auftreten. Man nimmt entweder keine Notiz von ihnen oder betrachtet sie flüchtig, um zu sehen, ob noch ein Bruchteil von Ego irgendwo lauert.

\*

Solcherart sind die Gefühle des tamasischen Egos – die Reaktion auf eine Enttäuschung im rajasischen Ego. Mit der richtigen Haltung und Erfahrung vermischt oder gleichzeitig damit einhergehend bestand eine Forderung des Vitals, „Was ich jetzt habe, muss ich immer haben, sonst kann ich die Sadhana nicht ausüben; wenn ich das jemals verliere, werde ich sterben“ – die richtige Haltung aber ist diese: „Wenn ich es für eine gewisse Zeit verliere, dann deshalb, weil etwas in mir gewandelt werden muss, damit sich das Bewusstsein der Mutter in mir vollende, nicht nur im Selbst, sondern in jedem [Wesens-] Teil.“ Die niederen Kräfte griffen an einer schwachen Stelle an, stellten Forderungen durch das Vital und führten einen Zustand von Trägheit herbei, in dem das, woran du dich geklammert hattest, verloren schien und sich hinter dem Schleier verbarg. So kam die tamasische Reaktion des Egos zustande: „Welchen Sinn hat es zu leben, ich möchte lieber sterben“. Offensichtlich ist es nicht dein ganzes Wesen, welches das sagt, sondern ein Teil im enttäuschten Vital oder tamasischen Physischen. Die aktiven Forderungen zu zähmen und abzulegen, ist nicht genug; denn auch diese Haltung ist ein passiver Weg des Forderns: „Meine Forderungen können nicht erfüllt werden, nun gut, ich trete ab, ich will nicht [mehr] leben“. All das muss aufhören.

\*

Das tamasische Ego akzeptiert und stützt die Verzagtheit, die Schwäche, Trägheit und Selbst-Erniedrigung, den Widerwillen zu handeln und den Widerwillen zu wissen oder offen zu sein, die Ermüdung, Faulheit, Nichtstuerei. Im Gegensatz zum *rajas* sagt es: „Ich bin so schwach, so unbedeutend, so elend, fühle mich so bedrückt und missbraucht – es gibt keine Hoffnung für mich, keinen Erfolg, alles wird mir versagt, mir wird nicht geholfen, wie soll ich das tun, wie soll ich jenes tun, ich habe nicht die Kraft, nicht die Fähigkeit dazu, ich bin hilflos; lass mich sterben; lass mich stillliegen und stöhnen!“ usw. usw. Natürlich nicht all das zur gleichen Zeit oder in jedem Fall – ich gebe nur eine allgemeine Darstellung der Sache.

\*

Tamas und tamasisches Ego schließen einander mit ein. Wenn man dem **tamas** nachgibt, gibt man sich dem tamasischen Ego hin.

\*

Solange du voll die Haltung der Hingabe inne hattest, konnte das tamasische Ego lediglich die Form von äußeren Suggestionen annehmen, Aufwallungen aus dem Unterbewusstsein. Es wurde im Vital unterdrückt. Als sich aber die Trägheit erhob und die Willensenergie zurückzog, versuchte es, wieder einzudringen.

\*

Willst du behaupten, dass du niemals ein rajasisches Element in dir hattest? Es gibt kein menschliches Wesen ohne dieses rajasische Element in sich, solange es in seinem Vital nicht vergöttlicht ist. Was waren all die vitalen Suggestionen, die dir so beharrlich zusetzten anderes als Appelle an das rajasische Ego? Als du Sex, Eifersucht, Eitelkeit usw. aus dir verbannt hattest, was hattest du verbannt, wenn nicht das rajasische Ego? Was war die Forderung beim **pranam** oder die dort verursachte Störung anderes als eine Bewegung des rajasischen Egos? Von einigen dieser Dinge konntest du dich erfolgreich befreien – andere bewahrten noch eine Reaktion.

\*

Wie aber ist es möglich, dass irgendeiner deiner [Wesens-] Teile den Suggestionen irgendwelchen Wert beimisst? Wenn ihnen durch keinen Teil Wert beigemessen würde, müssten sie dir sicherlich zu lächerlich und verächtlich vorkommen, um eine Auswirkung oder Macht zu haben, die dich revoltieren lässt.

Wenn du den Suggestionen keinen Wert beimisst, kann zwar Trägheit vorhanden sein, aber nicht dies.

\*

X's Ego ist klein und nicht gigantisch – nicht groß und wild und aggressiv wie das von Y, sondern gedrungen und auf träge Weise widerspenstig – weder ganz fett noch dünn, sondern kurz und rund und von grauer Farbe.

\*

Gedrungen = kurz von Wuchs, aber breit und substantiell, sehr schwierig, sich davon zu befreien. Nicht hoch und überragend oder in der eigenen Fülle blühend und wurzelnd.

Rundlich = reichlich von all dem.

Grau = der Hang zum Tamasischen, daher nicht aggressiv, aber hartnäckig im Ausharren. Doch sind dies keine Symbole, sondern temperamentsbedingte Formen des Egos.

\*

Eine wahre spirituelle Erfahrung muss vom Anspruch des Egos frei sein. Das Ego kann stolz darauf sein, die Erfahrung zu haben, und kann denken: „Wie groß ich doch bin!“ Oder es kann denken, „Ich bin das Selbst, das Göttliche. Lass mich also tun, was ich will, denn es ist das Göttliche, das es in mir will.“ Nur dann, wenn die Erfahrung des Selbstes den anderen [Wesens-] Teilen Schweigen auferlegt und die Seele befreit, kann das Ego verschwinden. Auch wenn das Ego als solches nicht mehr vorhanden ist, können doch zahlreiche Fragmente und Überreste der Ego-Gewohnheit bestehen bleiben, die ausgemerzt werden müssen.

\*

Der Traum war ein Treffen mit der Mutter auf der vitalen Ebene. In diesen Träumen sind viele Einzelheiten symbolisch; es ist aber nicht immer leicht zu sagen, was ein bestimmtes Symbol bedeutet, wie hier der Zustand der Hand. Doch der letzte Teil des Traumes ist klar genug. Der Mann dort symbolisiert jene Ego-Tendenz in der menschlichen Natur, die einen Menschen, wenn er eine Verwirklichung hat, denken lässt, was für eine große Verwirklichung dies sei und „was für ein großer Sadhak ich doch bin“, und die ihn veranlasst, andere zu rufen, damit sie es sehen und bewundern können – vielleicht denkt er wie der Mann im Traum, „Ich habe das Göttliche gesehen, ich fühle mich tatsächlich eins mit dem Göttlichen – nun will ich alle rufen, damit sie es erfahren.“ Das ist eine Neigung, die der Sadhana vieler geschadet und sie manchmal überhaupt zugrunde gerichtet hat. Die Gedanken, die du beschreibst, ließen dich etwas in dir erkennen, das mehr oder weniger allen menschlichen Wesen eigen ist, der Wunsch, dass andere gut von einem denken mögen, dass man einen hohen Rang in ihrer Wertschätzung oder Zuneigung einnimmt, dass man Ehre, Ansehen, Bewunderung erfährt. Wenn jemand dieses Gefühl mit der Idee der Sadhana verbindet, entsteht der Wunsch, die Sadhana zu diesem Zweck auszuüben und nicht schlicht und einfach für das Göttliche, und es wird sich eine Störung oder ein Widerstand in der Sadhana einstellen oder, wenn trotzdem die spirituelle Erfahrung stattfindet, besteht die Gefahr des Missbrauchs der Erfahrung zur Stärkung des Egos, wie bei dem Mann im Traum. Alle diese Träume entstehen, um dir ein lebendiges, konkretes Wissen und die Erfahrung darüber zu vermitteln, worin diese menschlichen Mängel bestehen, damit es dir leichter fällt, sie im Wachzustand hinauszustoßen und ihnen den Eintritt zu verwehren. Diese Dinge sind nicht nur in dir, sondern sind der gesamten menschlichen Natur eigen; es sind Dinge, von denen man sich befreien oder gegen die man sich wehren muss, damit man sich voll, selbstlos, wahr und rein dem Göttlichen weihen kann.

\*

Eine gewisse Erhebung des Wesens kommt auf natürliche Weise mit den stärkeren Erfahrungen, und das Gefühl des Wunderbaren oder Wunders mag damit verschwinden; es sollte aber kein egoistisches Gefühl in der Erhebung enthalten sein.

\*

Ja, es ist etwas, das viele erleben; in übertriebener Form und als ausschlaggebender Teil der vitalen Haltung wurde es für viele, die sich als große Sadhaks betrachteten, zur Ursache des Versagens und des Weggangs [von hier] – sie [eine spirituelle Erfahrung] diente ihnen als Rechtfertigung, um dem vitalen Ego nachzugeben und es zu vergrößern. Da du selbst einsehst, dass das lächerlich ist, dürftest du keine Schwierigkeit haben, dich davon zu befreien. Die einzige Wahrheit daran ist, dass jeder, der sich auf solch eine Weise öffnet, dass die [Yoga-] Kraft ihn bis hin zum Stofflichen durchdringen kann, um es zu ändern, hierdurch zum Sieg der Kraft beiträgt – das aber trifft für jedermann zu, nicht für jemand Bestimmten.

\*

Der Egoismus in dir, von dem du sprichst, gehört zur Beziehung der menschlichen Wesen untereinander und ist beinahe allen Menschen gemein – es ist äußerst schwierig, sich davon zu befreien; wenn man ihn aber klar erkennt und entschlossen ist, ihn nicht zu haben, kann er zunächst unter Kontrolle gebracht und dann aus der Natur verbannt werden. Jener Egoismus aber, der die Menschen veranlasst, von hier fortzugehen – aufgrund der Überheblichkeit in ihrer Sadhana und dem Verhaftetsein mit der angeblichen Größe ihrer Erfahrungen –, ist von anderer Art und spirituell weit gefährlicher. Du bist nicht damit behaftet und ich glaube nicht, dass du in Gefahr bist, es jemals zu sein.

Die Erfahrung, mit der Mutter zusammen zu sein und zu ihr zu sprechen, kann man, leicht haben, wenn man an sie schreibt, und es ist eine echte Erfahrung, weil ein bestimmter Teil des Wesens sie tatsächlich trifft und sich ihr öffnet, wenn man seine Erfahrungen niederschreibt.

\*

Ja, wenn einmal eine echte Erfahrung eintritt, wird die Ego-Gewohnheit stark vermindert, verschwindet aber nicht ganz. Sie nimmt Zuflucht in dem Gefühl, ein Instrument zu sein, und wenn die seelische Wende nicht stattgefunden hat, ist es leicht möglich, dass sie das Instrument einer bestimmten Kraft wird, welche die Befriedigung des Egos nährt. In solchen Fällen kann das Ego noch stark bleiben, auch wenn es sich als Instrument und nicht als der ursprünglich Handelnde fühlt.

\*

Der Egoismus des Instrumentes kann ebenso gefährlich oder gefährlicher für den spirituellen Fortschritt sein als der Egoismus des Handelnden. Der Ego-Sinn steht im Widerspruch zur spirituellen Verwirklichung; wie kann also irgendeine Art von Ego etwas zu Ermutigendes sein? Was das verstärkte Ego anbelangt, so ist es eines der gefährlichsten Hindernisse für die Befreiung und Vollendung. Es sollte kein großes Ich geben und nicht einmal ein kleines.

Mit dem verstärkten Ego ist gemeint, dass man ein weit größeres und machtvolleres Bewusstsein und unbegrenzte Möglichkeiten fühlt, wenn die Schranken des gewöhnlichen Mentals und Vitals beseitigt sind; wenn man aber all das an den Schwanz des eigenen Egos bindet, wird man tausendmal egoistischer als ein gewöhnlicher Mensch. Die Größe des Göttlichen wird zu einem Vorwand und einer Stütze für die eigene Größe, und das große „Ich“ bläht sich auf, um nicht nur die Erde, sondern auch die Himmel einzunehmen. Diese Verstärkung des Egos ist etwas, wovor man sich mit wachsamer Umsicht schützen muss.

\*

Ja, das sind kleine Anzeichen oder kleine Formen des Egos als Instrument – nicht sehr ernsthaft, aber meist ziemlich zäh. Es gibt eine größere Art von Egoismus, die nicht so allgemein ist und die sich zu einer Art Größenwahn steigern kann: „Ich, ich bin *das* Instrument, ein wie großes Instrument ich doch bin, durch mich wird alles getan werden“ – es gibt drei oder vier [Sadhaks im Ashram], die ihn in einer erschütternd ausgeprägten Form gehabt haben, geheim oder offen; es endet oft damit, dass sie fortgehen, um draußen große Dinge zu verrichten, große Dinge, die auf irgendeine Weise ungeschehen bleiben.

\*

Unpersönlichkeit an sich ist nicht das Göttliche. Alle diese Fehler können gemacht werden oder werden von vielen gemacht, die beanspruchen, ein unpersönliches Bewusstsein erlangt zu haben. Eine Kraft kann universal sein, doch kann sie auch eine falsche Kraft sein: viele glauben, sie seien unpersönlich und frei von Ego, weil sie einer Kraft oder etwas Größerem gehorchen als ihrer eigenen Persönlichkeit – aber diese Kraft oder dieses Etwas kann etwas ganz anderes sein als das Göttliche und sie durch irgend etwas in ihrer Persönlichkeit und ihrem Ego beherrschen.

\*

Es ist die **prakti** oder Natur, die handelt; das Göttliche zwingt die Menschen nicht dazu, etwas zu tun. Nichts kann ohne die Gegenwart und den Beistand des Göttlichen geschehen, denn die Natur oder **prakti** ist die Göttliche Kraft, und sie ist es, die die Dinge ausarbeitet, doch entsprechend der individuellen Natur und mit dem Willen jedes einzelnen Menschen, der voller Unwissenheit ist – das dauert so lange, bis sich die Menschen dem Göttlichen zuwenden und Seiner bewusst und mit Ihm geeint werden.

Erst dann kann man sagen, dass alles in ihm [im Menschen] durch den direkten Willen des Göttlichen geschieht.

\*

Ehrgeiz und Eitelkeit sind Dinge, die etwas ganz Normales für das menschliche Bewusstsein sind – sie haben im gewöhnlichen Leben sogar ihren Zweck, so dass es ganz natürlich ist, dass sie zunächst auch in der Sadhana erscheinen und dort fortdauern, selbst wenn sie zurückgewiesen werden. Man muss sie aber hinausstoßen, ehe man auf dem Pfad weit vorangekommen ist, sonst sind sie sehr gefährliche Begleiter und können sowohl das Streben als auch die [siddhi](#) entstellen.

\*

Ehrgeiz ist immer eine Kraft des Vitals.

\*

Suggestionen von Ehrgeiz usw. entstehen immer im vitalen Mental oder – wie es auch genannt werden kann – im Mental des Vitals, und von dort schießen sie empor zum denkenden Mental und fordern seine Zustimmung sowie die Billigung durch den mentalen Willen. Wenn das denkende Mental durch dieses Emporschießen umwölkt wird, lässt es sich verleiten und erteilt seine Zustimmung. Das denkende Mental (der Verstand) muss über all dem immer unbewegt verharren und entscheiden, was richtig ist, ohne sich vom Vital einfangen und fortragen zu lassen.

\*

Eine innere, spirituelle Demut ist sehr notwendig; ich glaube aber nicht, dass eine äußere Demut sehr ratsam ist (das Nicht-Vorhandensein von Stolz, Arroganz oder Eitelkeit ist natürlich unerlässlich im äußeren Umgang mit anderen); sie lässt häufig Stolz aufkommen und wird nach einiger Zeit formell oder unwirksam. Ich habe Menschen gekannt, die äußerlich demütig waren, um ihren Stolz zu kurieren, habe aber nicht erlebt, dass sie damit ein anhaltendes Ergebnis erzielten.

\*

[Jeden mit [namaskara](#) zu grüßen]: Es ist ein Gefühl, das einige haben, die entweder Demut üben wollen (X pflegte es zu tun; ich habe aber nicht erlebt, dass es ihn von seiner angeborenen Selbstherrlichkeit befreite) oder die, mit einem Hang zum Vishnuismus, Narayana [ein Name Vishnus] in allen erkennen oder versuchen zu erkennen. Den Einen

in allen zu fühlen ist in Ordnung, sich aber vor dem individuellen Wesen zu verneigen, das noch in seinem Ego lebt, ist weder für dieses Wesen gut noch für denjenigen, der es tut. Es führt besonders in diesem Yoga dazu, zu zerstreuen, was zu konzentrieren wäre und auf eine höhere Verwirklichung ausgerichtet sein sollte – nicht auf jene des kosmischen Gefühls [des All-Einsseins], die nur ein Schritt auf dem [Yoga-] Weg ist.

\*

Vielleicht könnte man sagen, dass spirituelle Demut darin besteht, sich dessen bewusst zu sein, was bereits getan wurde im Vergleich zu dem, was noch getan werden muss – und auch darin, sich bewusst zu sein, dass man nichts ist ohne die Göttliche Gnade.

\*

Hinsichtlich des Gefühls der Überlegenheit – dies zu vermeiden, fällt ein wenig schwer, wenn sich vor dem Bewusstsein größere Horizonte auftun, es sei denn, man hätte bereits einen heiligmäßigen und demütigen Zustand erreicht. Es gibt Menschen, wie Nag Mahashaya (einer von Sri Ramakrishnas Jüngern), in denen sich durch die spirituelle Erfahrung eine immer größere Demut entwickelte; es gibt andere, wie Vivekananda, in denen sie eine große Empfindung von Stärke und Überlegenheit auslöste – europäische Kritiker hatten ihm das schwer angekreidet; in anderen wiederum festigt es ein Gefühl der Überlegenheit gegenüber den Menschen und der Demut gegenüber dem Göttlichen. Jede Einstellung hat ihre Berechtigung. Nimm zum Beispiel Vivekanandas berühmte Antwort als der Pandit aus Madras gegen eine seiner Behauptungen einwandte: „Aber Shankara hat das nicht gesagt“; worauf Vivekananda erwiderte: „Nein, aber ich, Vivekananda, sage es“ – und der Pandit war sprachlos. Dieses „Ich, Vivekananda“ erscheint dem gewöhnlichen Auge wie ein Himalaya aus selbstgerechtem Egoismus. An Vivekanandas spiritueller Erfahrung aber war nichts Falsches oder Anfechtbares. Denn es war nicht reiner Egoismus, sondern das Gefühl für etwas geradzustehen, und es war auch die Haltung des Kämpfers, der als Vertreter einer sehr großen Sache sich nicht erlauben konnte, herabgesetzt oder geschmäht zu werden. Das Gesagte soll das Erfordernis der Uneigennützigkeit und spirituellen Demut nicht leugnen, sondern zeigen, dass die Frage nicht so einfach ist, wie sie im ersten Augenblick erscheint. Denn wenn ich meinen spirituellen Erfahrungen Ausdruck verleihen muss, hat das in voller Wahrheit zu geschehen – ich muss sie aufzeichnen, ihr *bhāva*, ihre Gedanken, Gefühle und die Bewusstseins-Ausweitungen, die sie begleiten. Was soll ich mit der Erfahrung tun, in der ich die ganze Welt in mir fühle oder spüre wie die Kraft des Göttlichen in meinem Wesen und meiner Natur fließt, oder in der ich mich in der Gewissheit des Glaubens gegen alle Zweifel und Zweifler weiß, oder in der ich das Einssein mit dem Göttlichen fühle oder die Kleinheit des menschlichen Denkens und Lebens, verglichen mit diesem größeren Wissen und Dasein? Und ich muss das Wort „ich“ gebrauchen, ich kann keine Umschweife machen und sagen: „dieser Körper“, oder „diese Erscheinung“, besonders deshalb, weil ich kein Mayavadin bin [jemand der die Welt als Maya, Illusion betrachtet]. Ich muss daher Ausdrücke gebrauchen, die X veranlassen, über meine Behauptungen



voller Stolz und Ego den Kopf zu schütteln. Ich glaube fast, dass es schwer zu umgehen wäre.

Eine andere Sache: mir scheint, dass du Glauben mit mentaler Überzeugung verwechselst; wirklicher Glaube aber ist etwas Spirituelles, ein Wissen der Seele. Die Aussagen, die du in deinem Brief zitierst, sind die strengen Behauptungen einer mentalen Überzeugung, die dazu führen, das eigene mentale Glaubensbekenntnis und Ziel nur deshalb stark und heftig zu verfechten, weil es das eigene ist und daher größer als jenes von anderen sein muss – eine allgemeine Einstellung in der menschlichen Natur. Selbst der Atheist ist nicht tolerant und bezeichnet seine Auffassungen von Natur und Materie als die einzige Wahrheit, und alle, die nicht daran glauben oder die an andere Dinge glauben, verachtet er als unaufgeklärte Trottel und abergläubische Schwachköpfe. Nicht dass ich ihm gegenüber Groll hegte, dass er mich dafür hält, doch möchte ich nur feststellen, dass sich diese Einstellung nicht auf den religiösen Glauben beschränkt, sondern in gleicher Weise für jene zutrifft, die ohne religiösen Glauben sind und nicht an Götter oder Gurus glauben. Du wirst dich, wie ich hoffe, nicht daran stoßen, dass ich die andere Seite der Frage aufgreife; was ich darlegen will, ist, dass es eine andere Seite gibt und dass viel mehr darüber gesagt werden kann, als es im ersten Augenblick erscheint.

\*

Die richtige Einstellung ist, zu erkennen, dass man als abgesondertes Wesen, als Ego keine Bedeutung hat und dass das Beharren auf den eigenen Wünschen, auf Stolz, Stellung usw. Unwissenheit ist, dass man nur als Spirit, als ein Teil des Göttlichen Bedeutung hat, nicht mehr als andere, sondern so wie dies für alle Seelen in ihrer Beziehung zu der einen Seele in allen gilt.

\*

Ja, das Gerede über fortgeschrittene Sadhaks ist etwas, wovon ich immer abgeraten habe – aber die Menschen fahren damit fort, weil es dem vitalen Ego zusagt.

\*

Vorstellungen von Überlegenheit und Unterlegenheit haben keinen großen Nutzen oder Wert. Jeder ist er selbst, mit seinen eigenen Möglichkeiten, für die es keine Grenzen zu geben braucht, außer denen des Willens, der Entwicklung und der Zeit. Jede Natur hat ihre eigenen Richtlinien und mehr oder weniger entwickelte Seiten, aber der Maßstab sollte durch ihr eigenes inneres Ziel festgelegt werden. Ein Vergleich mit anderen bringt einen falschen Maßstab der Werte mit sich.

\*

Das ist ein sehr verbreitetes Übel bei den Sadhaks, Vergleiche zu ziehen und dabei Gefühle von Eifersucht und Neid zu hegen; in einigen führt es zu Aufruhr und Anmaßung, in anderen zu Selbst-Herabwürdigung und Verzagtheit. Natürlich sind diese Gefühle keineswegs berechtigt, und die Beurteilung ist nicht stichhaltig. Jeder Sadhak hat seine eigene Bewegung [der Entwicklung], seine eigene Beziehung zum Göttlichen, seinen eigenen Platz in der Arbeit oder der allgemeinen Sadhana, und der Vergleich mit anderen führt sofort zu einem falschen Maßstab. Die Wahrheit seiner eigenen inneren Bewegung hat seine Basis zu sein – *svadharma*.

\*

Selbstachtung und das Gefühl der Überlegenheit sind zwei grundverschiedene Dinge. Selbstachtung ist nicht unbedingt ein Zeichen von Egoismus, ebensowenig wie es ein Zeichen der Befreiung vom Egoismus ist, keine Selbstachtung zu haben. Selbstachtung heißt, eine gewisse Verhaltensnorm aufrechtzuerhalten, die der Ebene der Menschheit, zu der ich gehöre, eigentümlich ist; ich kann zum Beispiel aus Selbstachtung nicht eine falsche Behauptung aufstellen, obwohl es vorteilhaft wäre, es zu tun, und die meisten Menschen es unter den gegebenen Umständen tun würden. *Amour-propre* [Eigenliebe] ist etwas anderes und gehört zum sattwischen Typ des Egos. Wenn man vom Ego nicht frei ist, ist *amour-propre* (wie die Selbstachtung, die mit oder ohne Ego vorhanden sein kann) eine notwendige Stütze für die Erhaltung der Persönlichkeit auf der ihr gemäßen Ebene.

Hass, der sehr unspirituell ist, ist keine Hilfe, die zu dem Zweck gerufen werden darf.

\*

Bei vielen Sadhaks gibt es ein erstes Stadium [der Sadhana], das vom Mental oder höheren Vital beherrscht wird, wobei sie sehr gut vorankommen, weil es, im Mental oder höheren Vital Elemente gibt, die stark genug sind, das übrige zu kontrollieren, solange die ersten Erfahrungen stattfinden oder der erste Fortschritt gemacht wird. Es kommt aber eine Zeit, in welcher der Sadhak sich mit den niederen Teilen des Wesens auseinanderzusetzen hat, und *dann* erheben sich all die vitalen Schwierigkeiten. Wenn der erste Fortschritt oder die ersten Erfahrungen Stolz oder Ego hervorgerufen haben oder wenn irgendwo im Wesen ein ernsthafter Defekt besteht, ist der Sadhak nicht fähig, sich mit diesen auseinanderzusetzen, solange das Ego nicht abgelegt oder überwunden oder der Defekt beseitigt ist. In X entwickelte sich ein Hochmut der Selbstgerechtigkeit, der ihm durchaus im Wege stand; es haftet ihm auch der Makel eines beschränkten, widersetzlichen Mentals an, das an seinen eigenen Ideen hängt, als ob allein sie die richtigen wären – die Beispiele, die du von seinem Betragen anführst, veranschaulichen dies. Das ist der Grund, weshalb er hier mit jedermann streitet und glaubt, dass er recht habe und die anderen schlecht und boshaft seien, und weshalb er seine eigenen Mängel und Fehler nicht zu erkennen vermag; wenn er von mir oder der Mutter nicht angehört wird, fühlt er sich verletzt und beleidigt, weil wir seine Heiligkeit und Rechthaberei gegenüber den Bösen, die ihn tyrannisieren, nicht unterstützen. Er ist ein guter und kluger

Arbeiter, kann aber in der Sadhana nicht vorankommen, solange er diese Halsstarrigkeit und sein Ego bewahrt.

\*

Du hast Fähigkeiten und das Zeug zum Yoga, doch gehen Hand in Hand damit eine sehr ausgeprägte Selbstachtung und ein selbstgerechter Geist, die der Vollendung im Wege stehen und ein durchaus ernsthaftes Hindernis bilden. Solange ein Sadhak das hat, wird der Versuch der Wahrheit, sich in ihm zu offenbaren, immer vereitelt werden, weil er sie in mentale und vitale Konstruktionen umformt, die sie zu einer unwirksamen Halbwahrheit oder sogar zu einer Quelle des Irrtums machen.

\*

Ja, Selbstrechtfertigung hält die falsche Bewegung aufrecht, weil sie eine mentale Stütze gewährt. Selbstrechtfertigung ist immer ein Zeichen von Ego und Unwissenheit. Wenn man ein weiteres Bewusstsein hat, weiß man, dass jeder Mensch die Dinge auf seine Weise betrachtet und in dieser Weise seine eigene Rechtfertigung findet, so dass sich bei einem Streit beide Parteien im Recht glauben. Nur wenn man etwas von oben betrachtet, in einem Bewusstsein, das vom Ego frei ist, sieht man alle Seiten einer Sache und auch ihre tatsächliche Wahrheit.

\*

Das [das Nichterkennen der eigenen Mängel] ist eine sehr verbreitete menschliche Schwäche; ein Sadhak aber sollte sie nicht haben, denn sein Fortschritt hängt weitgehend davon ab zu erkennen, was in ihm geändert werden muss. Nicht dass dieses Erkennen als solches schon genug ist, aber es ist ein sehr notwendiges Element. Es [das Nicht-Erkennen der eigenen Mängel] beruht natürlich auf einer Art Stolz oder Eitelkeit, die ihn glauben macht, es sei für seine Macht und sein Ansehen nötig. Nicht nur, dass sie [die Menschen] ihre Mängel nicht vor anderen zugeben, sondern sie verbergen sie auch noch vor sich selbst oder, wenn sie genötigt werden, sie mit dem einen Auge zu betrachten, schauen sie mit dem anderen Auge weg. Oder sie weben einen Schleier von Worten, Entschuldigungen und Rechtfertigungen, wobei sie versuchen, etwas anderes daraus zu machen, als es in Wirklichkeit ist. X's Äußerung („Ich würde sterben, wenn ich meine Fehler zugeben müsste“) ist sehr charakteristisch für ihn – es war sein hauptsächlichstes Hindernis auf dem Yoga-Pfad.

\*

Was dich daran hindert, ruhig zu sein, ist nur diese Gewohnheit deiner Natur – die Selbst-Bemitleidung und das Herumreiten auf dem Gefühl der Unzulänglichkeit. Wenn du das

hinausstoßen würdest, wäre es ein Leichtes, ruhig zu sein. Demut ist notwendig, aber fortwährende Selbsterabsetzung ist nicht förderlich; übermäßige Selbstachtung und übermäßige Selbsterabsetzung sind beides falsche Haltungen. Irgendwelche Mängel zu erkennen, ohne dabei zu übertreiben, ist nützlich; wenn sie aber einmal erkannt sind, ist es nicht gut, immer wieder darauf zurückzukommen; du musst das Vertrauen haben, dass die Göttliche Kraft alles zu wandeln vermag, und du musst diese Kraft wirken lassen.

\*

Vitale Sensitivität ist weder gut noch schlecht. Sie entsteht im Laufe der Entwicklung. Manche sind unfähig, sich anderen gegenüber bewusst oder sichtbar zu öffnen, weil sie nicht sensitiv sind. Auf der anderen Seite ist es störend, zu offen zu sein.

\*

Es hängt von der Natur des Egos ab. Einige Egoisten sind dickfellig und überhaupt nicht sensitiv, andere sind übersensitiv.

\*

Äußerste Sensitivität ist ein Ergebnis oder Zeichen von Ego.

\*

Sensitivität ist eines der hartnäckigsten Hindernisse vieler Sadhaks. Es gibt zwei Heilmittel, das Vertrauen der Seele in die Mutter und die damit verbundene Hingabe, jenes: „Was immer sie auch will, es ist das beste für mich“ – sowie die Weite, die du jetzt fühlst; es ist die Weite des wahren Selbstes, auch des wahren mentalen, vitalen und physischen Wesens, wovon solche Dinge wie Staub abfallen, weil sie für sie ohne jede Wichtigkeit sind.

Nur eines gilt es zu tun, nämlich immerfort in die Weite, den Frieden und das Schweigen einzutreten und das Ego sich darin auflösen und die Bindungen abfallen zu lassen.

\*

In einem Bewusstsein, das nicht sensitiv ist, kann es keine Umwandlung des Wesens geben.

\*

Es ist nicht notwendig, sich von der eigenen Sensitivität zu heilen, sondern man muss die Macht erwerben, sich zu einem höheren Bewusstsein zu erheben, und dabei solche Ernüchterungen als eine Art Sprungbrett anzusehen. *Ein* Weg besteht darin, von anderen [Menschen] nicht einmal eine anständige Behandlung zu erwarten, ganz gleichgültig, wer die anderen sind. Und außerdem ist es gut, wenn man die wahre Natur einiger Menschen kennenlernt, der gegenüber ein großherziges Wesen oft blind ist; denn das trägt zum Wachsen des eigenen Bewusstseins bei. Der Schlag, unter dem du zusammenzuckst, erscheint dir deshalb so hart, weil es ein Schlag ist, den die Welt deiner mentalen Konstruktion erlitten hat. Solch eine Welt wird oft zu einem Teil unseres Wesens. Die Folge davon ist, dass ein Schlag, der ihm zugefügt wird, nahezu physischen Schmerz verursacht. Das wird weitgehend dadurch wieder ausgeglichen, dass es dich mehr und mehr in der wirklichen Welt leben lässt, die von der Welt deiner Einbildung verschieden ist, von der du wünschst, dass es die wirkliche Welt sei. Aber die wirkliche Welt ist, wie du weißt, keineswegs eine wünschenswerte Welt, und daher muss das Göttliche Bewusstsein auf sie einwirken und sie umwandeln. Doch hierfür ist die Kenntnis der Wirklichkeit, so widerwärtig sie auch ist, beinahe das erste Erfordernis. Diese Kenntnis wird uns oft genug durch Schläge und Wunden beigebracht. Aufrichtige, idealistische Menschen, empfindsame Menschen, verfeinerte Naturen leiden unter solchen Ernüchterungen mehr als andere, die etwas dickfelliger sind; das aber ist kein Grund, warum feine Gefühle verurteilt und die scharfe Schneide verfeinerter Empfindlichkeit stumpf gemacht werden sollten. Was man zu lernen hat, ist, sich von solchen Erfahrungen zu distanzieren und die Verirrungen anderer von einer größeren Höhe aus zu betrachten, von wo aus man solche Dinge in der richtigen Perspektive sehen kann – der unpersönlichen. Dann werden unsere Schwierigkeiten tatsächlich und buchstäblich zu Möglichkeiten. Denn Erkenntnis, wenn sie bis an die Wurzeln unseres Kammers reicht, birgt in sich gleichsam eine wunderbare Heilkraft. Sobald du das Mark des Kammers berührst, sobald du, tiefer und tiefer tauchend, das erreichst, was dich wirklich schmerzt, verschwindet der Schmerz wie durch ein Wunder. Unerschütterlicher Mut, um zum wahren Wissen zu gelangen, ist daher die eigentliche Essenz des Yoga. Kein dauerhafter Überbau kann errichtet werden, außer auf einer soliden Basis von wahren Wissen. Die Füße müssen sich der Erde gewiss sein, bevor das Haupt darauf hoffen kann, die Himmel zu küssen.

\*

Deine Überraschung über X's Benehmen zeigt, dass du noch nicht erkannt hast, von welcher Art im Durchschnitt die menschliche Natur ist. Hast du niemals von der Antwort Vidyasagars gehört, der, als man ihm berichtete, dass ein bestimmter Mensch ihn beschimpfen würde, sagte: „Warum beschimpft er mich? Ich habe ihm niemals etwas Gutes getan (*upakāra*)“. Das ungeläuterte Vital ist für eine Wohltat nicht dankbar, es stößt sich daran, eine Verpflichtung auferlegt zu bekommen. Solange die Wohltat andauert, ist es überschwänglich und sagt süße Dinge, aber sobald es nichts weiter mehr erwarten kann, ändert es seinen Sinn und beißt die Hand, die ihm Gutes tat. Manchmal tut es das sogar schon vorher, wenn es glaubt, dass dem Wohltäter der Ursprung der üblen Nachrede, der Kritik oder Schmähung nicht bekannt sei. In all deinen Beziehungen ist nichts Ungewöhnliches, nichts, das, wie du glaubst, nur dir eigentümlich sei. Die meisten

haben diese Art von Erfahrung, und nur wenige können ihr völlig entrinnen. Natürlich, Menschen mit einem entwickelten seelischen Element sind von Natur aus dankbar und benehmen sich nicht auf diese Weise.

## X.

Die meisten Menschen werden wie Tiere von den Kräften der Natur getrieben: was immer an Wünschen aufkommt, sie erfüllen sie; was immer an Gefühlen auftaucht, sie lassen sie spielen; was immer sie an physischen Bedürfnissen haben, sie versuchen sie zu befriedigen. Wir sagen dann, dass die Tätigkeiten und Gefühle der Menschen von ihrer **prakṛti** oder Natur beherrscht werden, meist von der vitalen und physischen Natur. Der Körper ist das Instrument der **prakṛti** oder Natur – er gehorcht seiner eigenen Natur oder er gehorcht den vitalen Kräften der Begierde, Leidenschaft usw.

Der Mensch hat aber auch ein Mental, und im Laufe seiner Entwicklung lernt er, sein Vital und die physische Natur durch seinen Verstand und seinen Willen zu kontrollieren. Diese Kontrolle ist sehr einseitig, denn der Verstand wird von vitalen Wünschen und der Unwissenheit des Physischen oft irregeführt, stellt sich auf ihre Seite und versucht, ihre Fehler und falschen Bewegungen durch seine Ideen, Gedankengänge und Argumente zu rechtfertigen. Selbst wenn der Verstand sich davon freihält und dem Vital oder Körper sagt, „tu das nicht“, folgen Vital und Körper trotz des Verbotes oft ihrer eigenen Bewegung – der mentale Wille des Menschen ist nicht stark genug, um einen Zwang auf sie auszuüben.

Wenn Menschen die Sadhana ausüben, wirkt in ihnen eine höhere Natur, die seelische und spirituelle, und sie müssen ihre [menschliche] Natur unter den Einfluss des seelischen Wesens und des höheren spirituellen Selbstes oder des Göttlichen stellen. Nicht nur Vital und Körper müssen die Göttliche Wahrheit erfahren und dem göttlichen Gesetz gehorchen, sondern auch das Mental. Doch wegen der niederen Natur, unter deren unausgesetztem Einfluss sie stehen, sind sie anfangs und auf lange Zeit hinaus unfähig, ihre Natur daran zu hindern, den alten Wegen zu folgen – auch dann, wenn sie wissen oder innerlich die Weisung bekommen, was zu tun ist und was nicht. Allein durch eine ausdauernde Sadhana, indem sie in das höhere spirituelle Bewusstsein und die spirituelle Natur eintreten, kann diese Schwierigkeit überwunden werden; aber selbst für den stärksten und besten Sadhak dauert es lange Zeit.

\*

Das Verlangen nach dem Göttlichen oder nach der **bhakti** für das Göttliche ist das einzige Verlangen, das dich von allen anderen befreien kann – in seinem Kern ist es nicht ein Verlangen, sondern eine Sehnsucht, ein Bedürfnis der Seele, der Daseinsatem des innersten Wesens, und als solches kann es nicht als Verlangen angesehen werden.

\*

Hat man denn auf dem „geraden Pfad“ überhaupt Zeit dazu, Begierden zu befriedigen? Wie wäre ein gerades Ausschreiten auf dem geraden Pfad möglich, wenn das Begehren nicht gemeistert würde?

\*

Yoga lässt das freie Spiel der natürlichen Instinkte und Begierden nicht zu. Yoga heißt die Natur zu meistern und nicht, sich ihr zu unterwerfen.

\*

*Kāmanā bāsanā* [schwärmerische Begierden] gehören nicht zum Yoga, sie können ihn nicht fördern, sondern nur behindern. Solange Ego und Begehren bestehen bleiben, gibt es keine Hingabe an das Göttliche, keine Erfüllung im Yoga. Es sind Bewegungen des Vitals und nichts anderes.

Egolose Stärke ist eine Stärke, die nicht aus selbstsüchtigen Motiven handelt oder für die Begierden des Vitals oder um die Ideen des eigenen Mentals auszuführen, sondern allein deshalb, um dem Göttlichen zu dienen, um ein Instrument des Göttlichen zu sein.

\*

Forderung und Begehren sind lediglich zwei verschiedene Aspekte der gleichen Sache – und ein erregtes oder rastloses Gefühl muss nicht unbedingt ein Begehren sein; es kann im Gegenteil ruhig gefestigt und beharrlich sein oder aber beharrlich wiederkehren. Eine Forderung oder ein Begehren kommt vom Mental oder Vital, ein seelisches oder spirituelles Erfordernis hingegen ist etwas ganz anderes. Die Seele fordert oder begehrt nicht – sie strebt; sie stellt für ihre Hingabe keine Bedingungen oder zieht sich zurück, wenn ihr Streben nicht augenblicklich erfüllt wird – denn die Seele hat volles Vertrauen in das Göttliche oder den Guru und kann auf den rechten Augenblick oder die Stunde der Göttlichen Gnade warten. Die Seele hat ihre eigene Beharrlichkeit, mit der sie aber nicht das Göttliche, sondern die [menschliche] Natur unter Druck setzt und mit einem Lichtstrahl auf alle Mängel in ihr hinweist, die der Verwirklichung im Wege stehen, alles aussondernd, was vermischt, unwissend oder unvollkommen in der Erfahrung oder den Bewegungen des Yoga ist; sie ist weder mit sich noch der Natur zufrieden, solange sie nicht erreicht hat, dass diese sich gänzlich dem Göttlichen öffnet – frei von allen Formen des Egos, hingegeben, einfach und richtig in der Einstellung und allen Bewegungen. Das ist es, was sich im Mental, Vital und physischen Bewusstsein durch und durch festigen muss, bevor die Supramentalisierung der ganzen Natur möglich ist. Andernfalls erhält man nur mehr oder weniger brillante, halberhellte und halbverhüllte Erleuchtungen und Erfahrungen auf den mentalen, vitalen und physischen Ebenen, die entweder von einem größeren Mental oder einem größeren Vital inspiriert werden oder bestenfalls von den mentalen Bereichen zwischen dem Intellekt und dem Obermental. Diese können bis zu

einem gewissen Punkt sehr anregend und befriedigend sein und sind gut für jene, die eine spirituelle Verwirklichung auf diesen Ebenen suchen; die supramentale Verwirklichung aber ist in ihren Voraussetzungen viel schwieriger und anspruchsvoller, und das Schwierigste von allem ist, sie auf die physische Ebene herabzubringen.

\*

Es gibt immer zwei Methoden, um im Höchsten zu leben. Die eine besteht darin, die Teilnahme des Bewusstseins von den Dingen gänzlich zurückzuziehen und so weit nach innen zu gehen, dass man vom Dasein getrennt ist und in Kontakt mit dem lebt, was jenseits davon ist. Die andere Methode ist jene, mit der man zum Kern aller Dinge gelangt und sich nicht durch äußere Formen absorbieren und verwirren lässt. Begehren, Verhaftetsein, Versklavung gegenüber den Verlockungen der äußeren Sinne sind die hauptsächlichsten Hemmnisse für diese Bewegung – deshalb muss man sich in jedem Fall von ihnen befreien. Es ist aber durchaus möglich, den Höchsten zu erkennen, bevor die Anziehungskraft der äußeren Sinne geschwunden ist – nur kann man nicht sicher in Ihm leben, solange Begehren und äußere Anziehung bestehen, da das immer das innere Gleichgewicht stört.

\*

Alle gewöhnlichen vitalen Bewegungen sind dem wahren Wesen fremd und kommen von außerhalb; sie gehören weder der Seele an, noch haben sie ihren Ursprung in ihr, es sind vielmehr Wellen der allgemeinen Natur, **prakrti**.

Die Begierden kommen von außen, treten in das unterbewusste Vital ein und steigen zur Oberfläche empor. Erst dann, wenn sie nach oben kommen und das Mental sie wahrnimmt, werden wir uns des Begehrens bewusst. Es erscheint uns so, als ob es unser eigenes Begehren sei, da wir spüren, wie es vom Vital in das Mental aufsteigt, und nicht wissen, dass es von außerhalb kam. Das, was dem Vital, dem Wesen angehört, wofür es verantwortlich ist, ist nicht das Begehren als solches, sondern die Gewohnheit, auf die Wellen oder Strömungen des Einflusses zu reagieren, die von der universalen **prakrti** in es [das Wesen] eindringen.

\*

Die Zurückweisung der Begierden ist im wesentlichen gleichbedeutend mit der Zurückweisung des Elementes der Begehrlichkeit, das hierdurch vom eigentlichen Bewusstsein als ein Fremdkörper, der nicht zum wahren Selbst und zur inneren Natur gehört, ausgeschieden wird. Doch die Weigerung, den Suggestionen der Begierde nachzugeben, ist auch ein Teil der Zurückweisung; sich des suggerierten Handelns zu enthalten, wenn es nicht das richtige Handeln ist, muss in die yogische Disziplin miteinbezogen werden. Es kann nur dann als Unterdrückung bezeichnet werden, wenn es auf die falsche Weise, mit Hilfe eines mentalen, asketischen Prinzips oder einer strengen moralischen Regel geschieht. Der Unterschied zwischen Unterdrückung und innerer



essentieller Zurückweisung ist der gleiche wie zwischen mentaler oder moralischer Kontrolle und spiritueller Läuterung.

Wenn man im wahren Bewusstsein lebt, empfindet man die Begierden als etwas, das sich außerhalb von einem befindet, das von außen, von der universalen niederen prakti in das Mental und die vitalen Teile eindringt. Im gewöhnlichen menschlichen [Bewusstseins] Zustand wird das nicht empfunden; die Menschen nehmen das Begehren erst dann wahr, wenn es bereits vorhanden und in sie eingedrungen ist und dort eine Stätte oder einen Zufluchtsort gefunden hat; dann meinen sie, es sei ihr eigenes Begehren und ein Teil von ihnen. Mit dem wahren Bewusstsein bewusst zu werden, ist daher die erste Voraussetzung dafür, sich vom Begehren zu befreien; denn dann kann man sich seiner viel leichter entledigen, als wenn man damit zu kämpfen hätte wie mit einem wesentlichen Teil von einem selbst, der aus dem Wesen verbannt werden muss. Es ist einfacher, sich von etwas Fremdem zu befreien, als das auszuschalten, was als Teil der eigenen Substanz empfunden wird.

Wenn sich das seelische Wesen im Vordergrund befindet, wird auch die Befreiung vom Begehren einfach; denn das seelische Wesen als solches kennt keine Begierden, es will nur nach dem Göttlichen streben, es suchen und lieben und all das erlangen, was das Göttliche ausmacht oder ihm entgegenstrebt. Durch die immerwährende Vorherrschaft des seelischen Wesens entsteht von selbst die Neigung, das wahre Bewusstsein zutage treten zu lassen und die Bewegungen der Natur beinahe automatisch ins rechte Lot zu bringen.

\*

Sich gänzlich vom Begehren zu befreien, dauert lange Zeit. Wenn du aber einmal aus der menschlichen Natur herauszutreten vermagst und sie als Kraft erkennst, die von außen kommt, um ihre Klauen in das Vital und Physische zu graben, ist es leichter, den Eindringling loszuwerden. Du bist zu sehr daran gewöhnt, sie als Teil von dir oder als etwas in dich Gepflanztes zu empfinden – das macht es schwieriger, ihre Bewegungen zu bekämpfen und ihre alte Kontrolle über dich auszuschalten.

Du solltest dich auf nichts anderes verlassen – wie hilfreich es auch erscheinen mag – als hauptsächlich, in erster Linie und grundlegend auf die Kraft der Mutter. Die Sonne und das Licht mögen und werden eine Hilfe sein, wenn es das wahre Licht und die wahre Sonne ist, sie können aber nicht die Kraft der Mutter ersetzen.

\*

Niemand kann sich leicht von den Begierden befreien. Was zuerst zu geschehen hat, ist, ihnen eine äußerliche Form zu geben, sie an die Oberfläche zu drängen und die inneren Teile ruhig und klar werden zu lassen. Später können sie hinausgestoßen und durch die wahre Sache ersetzt werden, durch einen glücklichen, leuchtenden Willen, der mit dem Göttlichen eins ist.

\*

Ein Sadhak sollte möglichst wenig Bedürfnisse haben; denn es gibt nur wenige Dinge im Leben, die tatsächlich notwendig sind. Alles übrige sind entweder Dinge für den Gebrauch oder solche, die das Leben verschönern, oder dem Luxus dienen. Der Yogi hat nur dann ein Recht, diese zu besitzen oder sich ihrer zu erfreuen, wenn er eine von zwei Bedingungen erfüllt:

1. Wenn er sie in seiner Sadhana allein deshalb verwendet, um sich darin zu üben, Dinge ohne Verhaftetsein oder Begehren zu besitzen, und zu lernen, sie im Einklang mit dem Göttlichen Willen auf die rechte Weise zu gebrauchen, in richtiger Handhabung, in der richtigen Einteilung und Ordnung und im richtigen Maß, oder

2. wenn er bereits eine echte Befreiung von Begehren und Verhaftetsein erlangt hat und durch Verlust, Vorenthaltung oder Entzug nicht im geringsten bewegt oder angefochten wird. Wenn er irgendeine Begierde hat, einen Wunsch, eine Forderung, einen Anspruch auf Besitz oder Vergnügen und wenn Furcht, Leid, Ärger oder Qual aufkommen, sobald es ihm versagt oder genommen wird, ist seine Haltung nicht frei, und der Gebrauch der Dinge durch ihn widerspricht dem Geist der Sadhana. Und selbst dann, wenn seine Haltung frei ist, hat er nicht die Reife, etwas zu besitzen, solange er nicht gelernt hat, die Dinge nicht für sich selbst, sondern gemäß dem Göttlichen Willen zu gebrauchen und sie als ein Instrument im rechten Wissen und in der rechten Haltung für die angemessene Ausgestaltung eines Lebens zu verwenden, das nicht für ihn selbst, sondern für das Göttliche gelebt wird.

\*

Das wäre natürlich sehr einfach, wenn alles, was man zu tun hätte, darin bestünde, den Begierden nachzugeben; sich von seinen Begierden beherrschen zu lassen, hat aber nichts mit Yoga zu tun.

Eine dringende Notwendigkeit und ein Wunsch sind nicht das gleiche. Die Tatsache, dass man auch ohne sie [die Erfüllung eines Wunsches] lange Zeit leben konnte, zeigt, dass es keine dringende Notwendigkeit war.

\*

Begehren ist eine psychologische Bewegung, die sich sowohl mit einem „wahren Bedürfnis“ als auch mit Dingen verbinden kann, die keine wahren Bedürfnisse sind. Man sollte selbst wahren Bedürfnissen gegenüber kein Begehren hegen. Es muss einem gleichgültig sein, wenn man sie nicht befriedigen kann.

\*

Was die Unbequemlichkeiten anbelangt, so solltest du sie als eine Übung in *samatā* ansehen. Die Fähigkeit, Unbequemlichkeiten zu ertragen, ist eine der elementarsten Erfordernisse, wenn man die wahre yogische Haltung erlangen will.

\*

Ob Asket oder Nicht-Asket, der Yogi, der Sadhak muss vom vitalen Begehren frei und spirituell Herr über die Bewegungen seiner Natur werden – und hierfür muss er frei sein von Ego, Begierden und Dualität. Ich habe das immer sehr deutlich zum Ausdruck gebracht, dass Nachgiebigkeit gegenüber dem Begehren ebensowenig wie *sannyasa* [die Entsagung vom Leben und der Tätigkeit] zu diesem Yoga gehört. Man muss fähig sein, physische Dinge und physisches Leben zu gebrauchen und zu handhaben, aber von der Ebene des spirituellen Bewusstseins aus, nicht von der des vitalen Egos.

\*

Alles gehört dem Göttlichen – es darf kein Ego oder Begehren geben – nur das Göttliche und sein Licht und Wissen, seine Macht, sein Ananda, sein Wirken. Aber all das muss von oben kommen, nicht von den vermischten niederen kosmischen Kräften.

\*

Alle Dinge sind das Göttliche, weil das Göttliche in ihnen ist, [es ist] aber verborgen und nicht offenbar; wenn sich das Mental hinaus zu den Dingen wendet, geschieht es nicht mit der Wahrnehmung, dass das Göttliche in ihnen ist, sondern allein mit der Wahrnehmung ihrer äußeren Erscheinungsformen, die das Göttliche verhüllen. Es ist daher für dich als Sadhak notwendig, dich gänzlich der Mutter zuzuwenden, in der das Göttliche offenbar ist, und nicht den äußeren Erscheinungsformen nachzulaufen, die zu begehren oder für die Interesse zu zeigen deine Begegnung mit dem Göttlichen verhindert. Wenn sich das Wesen einmal geweiht hat, kann es das Göttliche überall sehen und dann kann es alle Dinge in dem einen Bewusstsein einschließen, ohne ein gesondertes Interesse oder Begehren zu haben.

\*

Wenn eine Verwirklichung stattgefunden hat, ist das, was der höhere Wille von dir fordert, das Beste für dich – die erste Regel aber ist Loslösung. Freiheit ohne Disziplin und Entwicklung zu erreichen, ist nur wenigen gegeben.

\*

Es ist richtig, dass die reine Verdrängung oder Unterdrückung des Begehrens nicht ausreicht und in sich nicht wahrhaft wirksam ist, was aber nicht heißt, dass man den Begierden nachgeben soll; es heißt vielmehr, dass die Begierden nicht nur unterdrückt, sondern aus der Natur verbannt werden müssen. An die Stelle des Begehrens muss ein allein auf das Göttliche gerichtetes Streben treten.

Was die Liebe anbelangt, so muss sie sich allein dem Göttlichen zuwenden. Was die Menschen mit diesem Wort bezeichnen, ist ein vitaler Austausch zur gegenseitigen

Befriedigung des Begehrens, des vitalen Impulses oder physischen Vergnügens. Nichts von alledem darf in der Beziehung der Sadhaks untereinander enthalten sein; denn dies zu suchen oder dieser Art von Impuls nachzugeben, lenkt dich lediglich von der Sadhana ab.

\*

Deine Theorie ist falsch. Einer Leidenschaft frei Ausdruck zu verleihen, mag das Vital eine Zeitlang erleichtern, gibt ihr aber gleichzeitig das Recht, immer wiederzukehren. Sie wird dadurch keinesfalls verringert. Die Unterdrückung einer Leidenschaft, die mit einem innerlichen Nachgeben in subtiler Form einhergeht, ist kein Heilmittel; ihr jedoch durch ein äußerliches Nachgeben Ausdruck zu verleihen, ist noch viel weniger ein Heilmittel. Es ist durchaus möglich, sich zurückzuziehen, ohne der Leidenschaft Ausdruck zu verleihen, wenn man entschlossen ist, eine vollständige Kontrolle zu erlangen, eine Kontrolle, die nicht aus bloßer Unterdrückung, sondern einer inneren und äußeren Zurückweisung besteht.

\*

Du scheinst von der Natur des Begehrens nicht die richtige Vorstellung zu haben. Vitales Begehren wird, wenn man ihm nachgibt, nicht befriedigt, sondern wächst, an. Wenn du deinem Begehren nachgeben würdest, würde es immer größer werden und mehr fordern. Das war unsere ständige Erfahrung mit den Sadhaks, und sie bestätigt, was man immer schon über das Begehren wusste. Begehren und Neid müssen aus dem Bewusstsein hinausgestoßen werden – es gibt keinen anderen Weg, sich mit ihnen auseinanderzusetzen.

\*

Der Unterschied zwischen Unterdrückung (*nigraha*) und Selbstkontrolle (*samyama*) besteht darin, dass man in dem einen Fall sagt: „Ich kann nicht umhin, ein Verlangen zu haben, will es aber nicht befriedigen“, während man im anderen Falle sagt: „Ich weise sowohl das Verlangen als auch die Befriedigung des Verlangens zurück“.

\*

*Nigraha* bedeutet, die Bewegung zu unterdrücken, aber eine unterdrückte Bewegung ist lediglich eine zeitweilig suspendierte; es ist besser, sie durch Loslösung zurückzuweisen und aufzugeben.

\*

Alles, wonach das Vital trachtet, ist ihm begehrenswert – das Begehren muss aber zurückgewiesen werden. Zu sagen, „Ich will nicht begehren“, ist genau richtig, solange vom Vital noch nicht gesagt werden kann: „Ich begehre nicht“. Dennoch gibt es etwas im Wesen, das sogar sagen kann „Ich begehre nicht“ und das sich weigert, das vitale Begehren als Teil des wahren Wesens anzuerkennen. Es ist jenes Bewusstsein, das den Frieden und die Macht bringt, welches als das wahre „Ich“ erkannt und ständig im Vordergrund gehalten werden muss.

\*

Es gehört zur steten Gewohnheit des vitalen Wesens, Dinge ausfindig zu machen, durch die es das Mental überzeugt und seine Begierden rechtfertigt; und die Umstände formen sich im allgemeinen auf eine Weise, dass dies weiterhin gerechtfertigt wird. Denn das, was in uns ist, schafft die Umstände außerhalb von uns. Wichtig ist, innerlich in Zukunft eine andere Haltung einzunehmen.

\*

Natürlich das Vital ist unersättlich. Es gibt nur zwei Dinge, die ihm Einhalt gebieten – Begrenzungen durch den Körper und die Missbilligung durch das Mental; doch ist letzteres nicht immer gegeben. Es besteht natürlich auch die Möglichkeit des seelischen Eingreifens, wofür das Vital aber erst in einem bestimmten Stadium zugänglich wird. Es ist daher der Körper, der bei den meisten Menschen den einzigen Einhalt gebietet.

\*

Es ist schwierig, sich auf einmal *ganz und gar* von den Begierden zu befreien – wenn die richtigen die Oberhand haben, stellt das bereits den letzten Sieg sicher. Lass dich daher nicht beunruhigen! Diese Dinge entwickeln sich auf dem Weg einer fortschreitenden Wandlung, und wenn der Fortschritt einmal seinen Anfang genommen hat, darf man im wesentlichen ein Gefühl der Gewissheit über den Ausgang der Sadhana haben und ruhig dem entgegensehen, was geschehen muss, weil es mit Sicherheit geschehen wird.

\*

Die Vision bedeutet ganz einfach, dass, wenn du dich an etwas klammerst und versuchst, es dir mit einem egoistischen Sinn des Besitzenwollens zu eigen zu machen, es seinen Wert verliert und ganz gewöhnlich wird, wie schön und wunderbar es auch immer sein mag.

\*

Wenn man das beharrliche Verlangen nach einer Sache aufgibt, kommt diese Sache von selbst – das ist eine häufige Erfahrung. Die richtige Haltung ist, auf den göttlichen Willen zu warten und nur ihn zu suchen – Begehren schafft immer eine Störung und befriedigt nicht, auch wenn es erfüllt wird. Streben ist eine andere Sache. Das Schwanken zwischen den zwei Zuständen, von denen du sprichst, ist das Zeichen eines Kampfes im physischen Bewusstsein – er muss enden durch den Frieden und die Macht, die sich dort festigen, dann wird das andere verschwinden.

\*

Es sollte dir eigentlich ziemlich klar sein, was die beiden gegensätzlichen Dinge sind, die beiden Dinge, mit denen sich jeder Sadhak auseinanderzusetzen hat. Das eine ist die Heftigkeit des erdhafte egoistischen Begehrens, das nur Verwirrung und Leiden mit sich bringt, und das andere ist der Frieden, die Kraft, die Freude, das Licht des Verstehens, die göttlich in dir sind und die wir in dir zu errichten versuchen. Wenn du dich auf die richtige Seite stellst, werden die Dinge einfach; wenn du zögerst und voller Zwiespalt bist, entsteht ein zwiespältiger Zustand; wenn etwas in dir die Begierden empfängt und sich daran klammert, geht alles schief. Du *musst* lernen, stets das Gewicht deiner Wahl in die richtige Waagschale zu legen. Ich werde bestimmt alles tun, dass der falsche Wille gewandelt und durch den richtigen ersetzt wird, welcher Art auch immer die Schwierigkeit oder der Widerstand sein mag – das werde ich immer tun.

\*

Es handelt sich hier wiederum um die Furcht des physischen Bewusstseins oder des vitalen Elementes in ihm; es fürchtet alles zu verlieren, wenn es das Begehren aufgibt – oder alles, was es will – und nichts dafür zu gewinnen oder zumindest nichts, was es will. Es erkennt nicht, dass es anstelle dieses quälenden Begehrens und seiner fragwürdigen und unsicheren Folgen etwas weit Größeres, Mächtigeres und Beglückenderes erhält – denn es ist daran gewöhnt, das Begehren als das einzig mögliche Lebensmotiv zu betrachten. Es weiß nichts davon, dass die Göttliche Kraft mit ihrem Licht, ihrem Frieden und ihrer Freude darauf harrt herabzukommen, um viel größere Dinge und ein glücklicheres Leben zu bringen. Wenn dieser Teil erleuchtet und überredet werden kann, die Wandlung mit ganzem Herzen zu wollen, wird eine große Schwierigkeit, tatsächlich die zentrale Schwierigkeit verschwunden sein.

\*

Es ist die alte vitale Natur, die so empfindet, weil sie spürt, dass ihre menschlich-weltlichen Begierden nicht befriedigt werden. All dem darf man nicht nachgeben, sondern muss es zurückweisen und zur Seite fegen. An seine Stelle muss die Weite treten, in der ein selbst-bestehender Friede und die Erfüllung herrschen, und in jenen Frieden und jene Weite muss der größere Frieden der Mutter eintreten, die Kraft, das Licht, das Wissen, der Ananda.

\*

Ein neues Stadium in deiner spirituellen Entwicklung hat sich vor dir aufgetan. Damit es sich verwirkliche, musst du zunächst in zwei Richtungen vorankommen. Die eine haben wir dir bereits gewiesen, und zwar das Überwinden jener vitalen Begierden, die dich an die niederen Bewegungen fesselten und den Druck einer feindlichen Kraft auf dein niederes Vital und deinen Körper heraufbeschworen, sowie die gänzliche Überantwortung von Leben und Körper an den Einen allein. Die andere ist die Herabkunft einer vollen Ruhe, Stärke und Gelassenheit in diese Teile, damit du das Leben und seine Schwierigkeiten bewältigen und deine Arbeit für das Göttliche verrichten kannst. Diese Ruhe und Stärke kamen oft schon in dein Mental und höheres Vital herab, doch waren die anderen [Wesens-] Teile immer noch offen für viel Schwäche, Verhaftetsein und einer nachgiebigen Bewegung. Das muss verschwinden, wenn man ein Held und Meister des spirituellen Wirkens werden will. Da, wo du früher warst, wurden diese Dinge zu sehr toleriert und durften bestehen bleiben; wo du jetzt bist, hast du die Möglichkeit, selbst mit der Göttlichen Kraft in Verbindung zu sein, dem Leben aus der inneren Stärke der Seele heraus gegenüberzutreten und Herr der Umstände zu werden. Du solltest dich durch äußere Schwierigkeiten oder Unannehmlichkeiten nicht beunruhigen oder deprimieren lassen. Aber auch inneren Schwierigkeiten sollte man mit Loslösung, Stille, Gleichmut und dem unbeirraren Willen zur Bewältigung begegnen.

Was das übrige angeht, so hast du ganz richtig gesagt: „Wenn mir eine Falschheit oder irgendeine Störung oder Schwierigkeit begegnet, muss ich meinen Gleichmut und den Glauben an die Göttliche Führung bewahren“. Der Fehler, der den Weg für die körperlichen und anderen Schwierigkeiten freigab, war das Zaudern in deinem Entschluss, das Vital zu bewältigen und dem geraden hohen Pfad zu folgen, was Verzweiflung und Depression mit sich brachte. Lass diese ganz und gar verschwinden und erlaube ihnen nicht, sich auf diese Weise wieder zu erheben. Der Pfad der spirituellen Stille, Stärke und der Hingabe all deiner Kräfte an das Göttliche, ist der einzig sichere Weg für dich, dem du jetzt beharrlich zu folgen hast.

\*

Es ist wiederum die alte, leere Vorstellung, die durch ein Aufsteigen der unbefriedigten Begierden der vitalen Natur ausgelöst wird. Offensichtlich hat die falsche Haltung des Begehrens auf ihre Gelegenheit gewartet und verschaffte auch dem alten Vital die Möglichkeit, sich zu erheben und seinen gewohnten Bewegungen zu frönen. Es ist auch klar, dass es der von unten kommende Druck des Begehrens war, der den Ananda verdrängte. Der seelische Ananda und das Begehren des sich beklagenden und fordernden Vitals können nicht nebeneinander bestehen; wenn das Begehren aufkommt, muss sich der Ananda zurückziehen – außer du weist das Begehren rechtzeitig zurück und weigerst dich, einen Kompromiss mit ihm zu schließen. Es war in höchstem Maße unvernünftig, besonders als dir die Mutter Weite und Frieden und intensiven Ananda gab, einem äußeren Begehren nachzugeben und all das seinetwillen zu opfern.

\*

Sich einer Depression hinzugeben, wenn die Dinge falsch laufen, ist der schlechteste Weg, einer Schwierigkeit zu begegnen. Es muss irgendein Begehren oder ein Verlangen in dir stecken, bewusst oder unbewusst, das sich erhebt und revoltiert, wenn es nicht befriedigt wird. Der beste Weg ist, sich seiner bewusst zu sein, ihm ruhig zu begegnen und es fortwährend hinauszustoßen.

Wenn das niedere Vital (nicht nur das Mental) zu der festen Überzeugung käme, dass jedes Begehren und jede Forderung der Wahrheit widersprechen, und es nicht länger nach ihnen rufen würde, verlören diese Dinge sehr bald ihre Kraft zur Wiederkehr.

\*

Durchdringe dein Mental und Vital mit der Wahrheit und bleibe ruhig und still. Alles Leiden entsteht aus unbefriedigtem Begehren; stütze dich auf eine Ruhe, die frei von Begehren ist. Wenn das geschehen ist, können die ganze Göttliche Wahrheit und Göttliche Liebe und der Ananda kommen und sicher darauf Fuß fassen.

\*

Hinsichtlich dieser Dinge hast du richtig gehandelt. Diese kleinen Begierden behindern größtenteils die Wandlung im äußeren Bewusstsein, und das Wesen muss frei von ihnen sein, wenn die Umwandlung dort nicht aufgehalten werden soll.

\*

Es ist das Vital-Physische, das diese Suggestionen empfängt und diesen Begierden gehorcht. Du musst das Bewusstsein in das ganze Vital herabkommen lassen, so dass nicht nur das Mental, sondern das Vital selbst diese Begierden zurückweisen wird. Dann werden die vital-physischen Begierden ihre halbe Kraft verlieren.

\*

Wenn der Friede und die Macht, die auf den Kopf und die Brust einwirken, in den Magen und noch weiter herabgekommen sind, würde es bedeuten, dass sie nicht mehr nur auf das Mental und emotionale Wesen einwirken, sondern auch voll auf das Vital – das ist ein großer Fortschritt.

Die Begierden, die du erwähnst, sind jene des Vital-Physischen im feinen, physischen Bewusstsein – der Impuls zu sprechen, der essentielle Hunger, Durst usw. Der volle Friede und die volle Ruhe im Vital-Physischen und feinen Physischen bis hinab zu den niedrigsten Ebenen sind für die ganze zu geschehende Wandlung notwendig. Die Hitze, von der du sprichst, ist jene des subtilen Prinzips des vital-physischen Begehrens, das um seiner selbst willen besteht und nicht für die wirklichen Bedürfnisse des Körpers – deshalb wird sie durch eine physische Befriedigung nicht vermindert.

\*



Es sind die kleinen Gewohnheiten des niederen Vitals, die ihre ganze Stärke sammeln, um sich einer Korrektur zu widersetzen, und versuchen, das Bewusstsein in Beschlag zu legen. Du musst lernen, dein inneres Bewusstsein, sobald sie auftreten, völlig von ihnen loszulösen, so dass sie, selbst wenn sie kraftvoll auftreten, nicht fähig sind, das Bewusstsein zu beherrschen oder eine Zustimmung zu erlangen.

\*

Das Vital im Physischen fällt leicht in seine alten, kleinen Gewohnheiten zurück, wenn sich die Gelegenheit dazu bietet. Dort ist es, wo sie sich anklammern. Sie verschwinden erst dann vollständig, wenn jener Teil Gleichmut und eine einfache natürliche Freiheit von allen Begierden erlangt.

\*

Diese Gewohnheiten des physischen Vitals sind beinahe automatisch in ihrem Wirken und es bedarf entweder eines sehr starken Willens oder einer beharrlichen Bemühung der Selbst-Disziplin, um dieses automatische, beinahe reflektive Wirken loszuwerden. Du solltest dich daher durch die Schwierigkeit nicht entmutigen lassen, sondern mit der notwendigen Beharrlichkeit des Willens weitermachen, um sie aus dem Dasein zu drängen.

## XI.

Die Tatsache, dass der Ärger mit solcher Kraft auftritt, ist an sich ausreichend, um zu beweisen, dass er nicht *in* dir ist, sondern von außen kommt. Es ist ein Ansturm von Kraft aus der universalen Natur, die vom individuellen Wesen Besitz zu ergreifen versucht und es veranlasst, dem Willen dieser äußeren Kräfte entsprechend zu handeln und nicht gemäß dem Willen der inneren Seele. Diese Dinge treten im Laufe der Sadhana auf, weil sich der Sadhak von der niederen Natur befreit und versucht, die Hinwendung zur Mutter zu vollziehen und in ihrem göttlichen Bewusstsein sowie in der höheren Natur zu leben. Die Kräfte der niederen Natur stimmen dem nicht zu und lösen daher diese Ausbrüche aus, um ihre Herrschaft zurückzugewinnen. Wenn das der Fall ist, ist es notwendig, innerlich ruhig zu bleiben, sich der Mutter zu erinnern oder sie zu rufen und den Ärger, oder was immer kommt, zurückzuweisen sobald oder so oft dies geschieht. Dann verlieren diese Kräfte allmählich ihre Macht einzudringen. Es ist leichter, wenn man deutlich fühlt, dass es sich um äußere Kräfte handelt, die nicht zu einem gehören; aber auch wenn du das bei ihrem Eindringen noch nicht zu fühlen vermagst, muss dennoch das Mental diesen Grundgedanken aufrechterhalten und sich weigern, sie weiterhin als Teil der Natur anzuerkennen. Deine Meinung, dass die Mutter streng sei, ist natürlich eine Suggestion, die mit der eindringenden Kraft entstand, um ihr Eintreten zu erleichtern. Viele Sadhaks werden von derartigen Suggestionen zur Zeit des [pranama](#) heimgesucht, die mancherlei Störungen verursachen. Solche Suggestionen müssen sofort streng zurückgewiesen werden.

\*

Tatsächlich haben all diese unwissenden vitalen Bewegungen ihren Ursprung außerhalb, in der unwissenden universalen Natur; der Mensch formt in seinen äußeren Wesenteilen, mental, vital und physisch, die Gewohnheit bestimmter Reaktionen auf diese Wellen von außen. Diese Reaktionen betrachtet er dann als seinen Charakter (Ärger, Begehren, Sex usw.) und glaubt, es kann nicht anders sein. Aber das stimmt nicht; er kann sich ändern. Es gibt ein anderes, tieferes Bewusstsein in seinem Inneren, sein wahres inneres Wesen, sein wirkliches Selbst, was aber von der äußeren Natur verdeckt wird. Das weiß der gewöhnliche Mensch nicht, der Yogi aber wird sich dessen in dem Maße bewusst, wie er in seiner Sadhana fortschreitet. So wie das Bewusstsein dieses inneren Wesens durch die Sadhana wächst, wird die Oberflächennatur mit ihren Reaktionen hinausgestoßen, und man kann sich gänzlich davon frei machen. Doch will die unwissende, universale Natur ihren Griff nicht lockern und bedrängt den Sadhak mit den alten Bewegungen, die sie versucht, wieder in ihn eindringen zu lassen; und die Oberflächennatur reagiert in der gewohnten alten Weise. Wenn er die feste Überzeugung gewinnen kann, dass diese Dinge von außerhalb kommen und nicht ein echter Teil von ihm selbst sind, ist es für den Sadhak leichter, solche Rückfälle zurückzuweisen, oder er kann sich, wenn sie ihren Griff erneuern, schneller von ihnen befreien. Aus diesem Grund habe ich wiederholt gesagt, dass sich diese Dinge nicht in dir, sondern außerhalb von dir erheben.

\*

Ich glaube, du warst immer der Meinung, dass, einem Impuls oder einer Bewegung Ausdruck zu verleihen, der beste, wenn nicht der einzige Weg ist, sich davon zu befreien. Das aber ist eine irriige Vorstellung. Wenn du deinem Ärger Ausdruck verleihst, verlängerst oder verstärkst du die Gewohnheit der Wiederkehr des Ärgers; weder verminderst du die Gewohnheit, noch befreist du dich von ihr. Der allererste Schritt, die Macht des Ärgers in der Natur zu schwächen und sich dann ganz davon zu befreien, besteht darin, jeden Ausdruck im Handeln oder Sprechen zurückzuweisen. Nachher kann man mit größeren Erfolgsaussichten damit fortfahren, ihn aus dem Denken und Fühlen zu verbannen. Und ebenso ist es mit allen anderen falschen Bewegungen.

Alle diese Bewegungen kommen von außerhalb, von der universalen niederen Natur oder werden dir durch feindliche Kräfte suggeriert oder auf dich geworfen – feindlich gegenüber deinem spirituellen Fortschritt. Deine Methode, sie als deine eigenen anzusehen, ist wiederum eine falsche Methode; denn indem du das tust, verstärkst du ihre Macht zurückzukehren und von dir Besitz zu ergreifen. Wenn du sie als zu dir gehörig ansiehst, gibst ihnen das gewissermaßen eine Existenzberechtigung. Wenn du sie *nicht* als die eigenen empfindest, haben sie kein Recht, und dein Wille kann mehr Macht entwickeln, sie fortzuschicken. Was du aber immer bewahren und als dein eigen empfinden musst, ist dieser Wille oder die Macht, die Zustimmung nicht zu erteilen – die Zulassung einer falschen Bewegung zurückzuweisen; oder, wenn sie kommt, die Macht, sie fortzuschicken, ohne ihr Ausdruck zu verleihen.

Der beste Weg ist natürlich der, wenn du einen engeren Kontakt mit der Mutter, ihrem Licht und ihrer Kraft bewahren kannst und nur das empfängst und annimmst und nur dem folgst, was von dieser höheren Kraft stammt.

\*

Es ist tatsächlich nichts anderes als die Wiederkehr einer alten Gewohnheit der Natur. Betrachte sie und erkenne, wie geringfügig der Anlass für diesen Ärger und seinen Ausbruch ist, und erkenne [zudem] die Absurdität solcher Bewegungen überhaupt. Es wäre tatsächlich nicht sehr schwer, sich davon zu befreien, wenn du ihn, sobald er sich einstellt, ruhig betrachten würdest (denn es ist durchaus möglich, sich in einem Teil des Wesens zu distanzieren und in losgelöstem Gleichmut zu beobachten, selbst wenn der Ärger zur Oberfläche aufsteigt), so als ob es jemand anderer in deinem Wesen wäre, der den Ärger hat. Die Schwierigkeit ist, dass du bestürzt bist und dich aufregst, und das erleichtert es der Sache, dein Mental zu ergreifen, was nicht geschehen sollte.

Wir helfen dir – distanziere dich, dann wirst du fähig, unsere Hilfe zu fühlen und nicht die Besessenheit dieser Oberflächen-Bewegungen.

\*

Das ist das Richtige, und es hat immer zu geschehen, wenn sich Ärger oder dergleichen erhebt. Die seelische Reaktion muss zur Gewohnheit werden und aufzeigen, dass Ärger weder richtig noch förderlich ist; und dann muss sich das Wesen von diesen äußeren Belangen zurückziehen, auf das innere Selbst stützen und sich von all diesen Dingen und Menschen loslösen. Diese Loslösung ist das erste, was der Sadhak erlangen muss – er muss davon ablassen, in den äußeren Dingen zu leben und muss in seinem inneren Wesen leben. Je mehr das geschieht, desto größer ist die Befreiung und der Friede. Später, wenn man in diesem inneren Wesen sicher gefestigt ist, wird es sich allmählich abzeichnen, das Richtige zu tun und die richtige Art mit Menschen und Dingen umzugehen.

\*

Wenn alle Bewegungen des Wesens durch die Seele gelenkt werden, hört der Ärger ganz und gar auf; und auch dann, wenn der Gleichmut des höheren Bewusstseins das niedere Vital voll ergreift. Bis dahin ist es am besten, eine Kontrolle auszuüben, ihn auf einen Anflug, der keine äußere Auswirkung hat zu verringern und einzuschränken oder auf eine Welle, die vorüberzieht, ohne sich im Leben auszudrücken.

\*

Ja, sicher. Unendlicher Friede, universale Liebe können den Ärger zerstreuen – wenn sie vollständig und dauerhaft sind.

\*

Es stimmt, dass Ärger und Hader in der Natur des menschlichen Vitals verwurzelt sind und nicht leicht verschwinden; wichtig aber ist, den Willen zur Wandlung zu haben sowie die klare Erkenntnis, dass diese Dinge gehen müssen. Mit diesem Willen und dieser

Erkenntnis werden sie schließlich verschwinden. Auch hier besteht die wichtigste Hilfe darin, dass das seelische Wesen innerlich wächst – denn das bringt eine gewisse Freundlichkeit, Geduld, ein Wohlwollen gegenüber allem mit sich, und man betrachtet die Dinge nicht länger vom Standpunkt des eigenen Egos aus, mit seinem Schmerz oder Vergnügen, seinen Neigungen und Abneigungen. Eine weitere Hilfe ist, dass der innere Friede wächst, den äußere Dinge nicht anfechten können. Mit dem Frieden kommt eine ruhige Weite, in der man alles als das eigene Selbst erkennt, alle Wesen als Kinder der Mutter, und fühlt, wie die Mutter in einem selbst und in allen wohnt. In dieser Richtung wird sich deine Sadhana entwickeln, denn das sind die Dinge, die mit dem Wachsen des seelischen und spirituellen Bewusstseins kommen. Dann werden die quälenden Reaktionen auf äußere Dinge nicht länger stattfinden.

\*

Wenn die Ruhe von oben herabkommt oder aus der Seele entspringt, wird das Vital in der Tat voller Frieden, Wohlwollen und Gutwilligkeit sein. Daher müssen die innere, seelische Ruhe und später der Frieden von oben das ganze Wesen erfassen. Eine andere Möglichkeit ist, Dinge, wie Ärger im Vital, zu kontrollieren, doch ist es schwierig, sich ganz von ihnen zu befreien, wenn nicht das Wesen durch die innere Ruhe und den höheren Frieden erfasst wird. Sich hinsichtlich der Sadhana auf die Mutter zu verlassen, ist die beste Haltung, denn es ist tatsächlich ihre Kraft, durch welche die Sadhana in dir geschieht.

\*

Diese Dinge, eine schroffe Ausdrucksweise, Ärger usw., sind Gewohnheiten, die vom vital-physischen Bewusstsein geformt werden und, da sie durch das Unterbewusstsein Unterstützung finden, sehr schwer zu wandeln sind. Wenn man sie durch die Willenskraft oder mentale oder spirituelle Kontrolle besiegen oder wandeln kann, umso besser. Wenn man das aber nicht sofort schafft, darf man sich nicht aufregen oder sich für untauglich halten. Für die meisten ist es leichter, das Göttliche zu verwirklichen oder in das seelische Bewusstsein einzutreten, als diesen Teil der Natur zu wandeln; wenn aber einmal das seelische Bewusstsein herrscht oder das höhere Bewusstsein herabkommt, können diese Dinge leichter verschwinden. Du darfst dich daher durch die Rückfälle oder Hartnäckigkeiten nicht entmutigen lassen, sondern musst immer versuchen, in einer inneren Ruhe dich abzulösen; wenn sie auftreten, lass sie vorüberziehen wie eine Wolke vor dem Licht. Mit diesen Dingen wird sich schließlich im rechten Augenblick die [Yoga-] Kraft auseinandersetzen.

\*

Es ist tatsächlich ein sehr gutes Zeichen, dass der Ärger, wenn er aufkommt, kurz und gedämpft ist und sich äußerlich nicht mehr ausdrückt – denn das ist immer ein sehr deutliches Zeichen der Zurückweisung von etwas, das von der Natur nicht gewollt wird.

Es tritt noch auf, hat aber nicht mehr die alte Kraft, Dauer, Intensität und Stärke. Der nach außen gewandte Zustand wird häufig benützt, um den Fortschritt, der in der äußeren Natur gemacht wurde, aufzuzeigen oder zu prüfen, denn wenn man gänzlich im Inneren weilt, bleiben diese äußeren Bewegungen ruhig; daher kann das Ausmaß ihrer Wandlung nicht ohne weiteres erkannt werden. Aber natürlich ist es die Wende nach innen, die am meisten dazu beiträgt, die Natur zu befreien.

\*

Wenn der Ärger nicht aufkam, dann möglicherweise deshalb, weil die vitale Kraft der Attacke sich verringert und mehr im physischen Mental und dem äußeren physischen Vital wirkt. Du verfügst über viel Stärke zum Handeln; was das innere Wachsen und Wirken der Sadhana anbelangt, so hast du auch in dieser Beziehung eine Stärke der Seele und des Vitals – es ist nur das äußere Wesen, dem diese Schwierigkeiten im Wege stehen und das im Augenblick von ihnen überwältigt wird oder betroffen ist. Wenn man in der Sadhana Fortschritte machen will, kommt immer etwas dazwischen, doch bei einem aufrichtigen Streben tragen am Ende diese Störungen dazu bei, den Sieg der Seele über alles Widerstrebende vorzubereiten.

Manchmal hat der innere Wille die Oberhand, manchmal hat er sie eine Zeit lang nicht. Das ist durchaus normal. Es hängt von gewissen Bedingungen ab, die das physische Mental nicht erkennt. In dem Maß, wie man an Wissen wächst, wird man sich dieser unsichtbaren Bedingungen bewusst und versteht besser, was geschieht.

Das Feuer ist immer das Feuer der Läuterung – es ist sehr rot, wenn es auf das Vital einwirkt; wenn das Vital nicht länger die Seele verdeckt, kommt die rosenrote Farbe der Seele mehr und mehr zum Vorschein.

Das Haus, das du sahst, ist die neue Behausung deiner Natur – besonders im Vital –, die durch die Sadhana vorbereitet wird.

\*

Der Grund, warum die Ruhe noch nicht gefestigt ist und der Ärger wiederkehrt, ist der, dass du deinem physischen Mental erlaubst, aktiv zu werden. Und es beginnt zu glauben, dass hinsichtlich der Sadhana dieser oder jener Defekt in dir ist und aus diesem Grund die Sadhana nicht sofort zur Wirkung und Vollendung kommt. Dadurch wird das Vital nervös oder mutlos, und aus der Mutlosigkeit entwickelt sich ein Zustand der Reizbarkeit. Gleichzeitig wird dieses [physische] Mental aktiv, wie es jetzt bei X geschah, oder beginnt zu urteilen oder zu kritisieren; und auch das führt zu Nervosität und Reizbarkeit. All dies gehört dem alten Mental an, das du aufzugeben versuchst, und steht daher der Konzentration und Ruhe im Wege. Es sollte an seiner Wurzel gestoppt werden, indem man die Suggestionen des physischen Mentals zurückweist, sobald sie sich zeigen. Ein neues Bewusstsein ist im Begriff zu kommen, das sich auf dem inneren Schweigen und der inneren Ruhe gründet. Warte ruhig darauf, dass es sich entwickelt. Wahres Wissen und wahre Erkenntnis von Menschen und Dingen werden sich in diesem neuen, schweigenden Bewusstsein einstellen. Die Ansicht des Mentals über Menschen und Dinge muss notwendigerweise entweder begrenzt und fehlerhaft oder irrig sein – mit

seiner Hilfe weiterhin urteilen zu wollen, ist jetzt Zeitverschwendung. Warte darauf, dass sich das neue Bewusstsein entwickelt und dir alles in einem neuen, wahren Licht zeigt. Dann würde der Hang zum Ärger, der sich aus diesem Mental erhebt – und der nichts anderes ist als eine heftige Ungeduld, gerichtet gegen Dinge, die vom Mental und Vital abgelehnt werden –, keinerlei Grund haben, aufzukommen; wenn er sich aber ohne Grund erheben würde, könnte er leichter zurückgewiesen werden. Verlasse dich hinsichtlich der Sadhana auf die Gnade der Mutter und ihre Kraft und denke selbst immer daran, nur zwei Elemente zu bewahren, Ruhe und Vertrauen. Was die Dinge und Menschen anbelangt – überlasse auch sie der Mutter; genauso wie du Schwierigkeiten in deiner Natur hast, haben sie die ihrigen; sich aber mit ihnen auseinanderzusetzen, erfordert Einsicht, Wohlwollen und Geduld.

Was das Verhaftetsein mit den Dingen anbelangt, so ist die physische Zurückweisung nicht der beste Weg, sich davon zu befreien. Nimm an, was dir gegeben wird, bitte um das, was notwendig ist, und denke dann nicht weiterhin daran; miss ihnen keine Bedeutung bei, gebrauche sie, wenn du sie hast, quäle dich nicht, wenn du sie nicht hast. Das ist der beste Weg, sich vom Verhaftetsein zu befreien.

\*

Wenn du genau hinschaust, wirst du erkennen, dass alle diese Dinge – die Grobheit des einen, der Ärger des anderen – außerordentlich geringfügige Dinge sind, die mit Gleichgültigkeit hingenommen werden sollten. Erlaube ihnen nicht, dich so sehr zu beunruhigen. Die einzige Sache von höchster Wichtigkeit ist deine Sadhana und dein spirituelles Wachsen. Das darf durch nichts berührt oder gestört werden.

\*

Die *Essays on the Gita* erläutern den gewöhnlichen Karma-Yoga, wie er in der Gita dargelegt ist, wo das verrichtete Werk aus der gewöhnlichen Arbeit des menschlichen Lebens besteht, nur mit [dem Unterschied] der Wende nach innen. Auch ist dort die anzuwendende Gewalttätigkeit nicht eine persönliche Gewalttätigkeit aus egoistischen Motiven, sondern gehört zum geordneten System der [menschlichen] Gesellschaft. Individuelle Gewalttätigkeit aus Ärger, Leidenschaft oder irgendeinem anderen vitalen Motiv, kann spirituell durch nichts gerechtfertigt werden. In unserem Yoga ist es das Ziel, sich über das gewöhnliche Leben der Menschen zu erheben, und dabei muss Gewalttätigkeit ganz und gar beiseite gelassen werden.

\*

Eine innere, seelische oder spirituelle Wandlung wird nicht durch Gewalttätigkeit herbeigeführt. In den Sadhaks soll nicht eine Wandlung der Verhaltensweise herbeigeführt werden, sondern eine Wandlung der Seele und des Spirits, damit sie Mental, Vital und Körper lenken, statt dass sie durch Mental und Vital gelenkt werden. Gewalttätigkeit steht hierzu in krassem Widerspruch; sie macht mentalen Egoismus,

vitale Leidenschaft und vitalen Zorn oder auch Grausamkeit zu Herrschern. Die Gewalttätigkeit in der gewöhnlichen Natur rechtfertigt nicht eine Gewalttätigkeit in der spirituellen Arbeit.

\*

In allen Dingen muss eine Kontrolle über das Denken und Sprechen stattfinden. Doch obgleich rajasische Heftigkeit ausgeschlossen wird, ist eine ruhig kraftvolle Ernsthaftigkeit des Denkens und Sprechens dort, wo Ernsthaftigkeit erforderlich ist, manchmal unerlässlich.

## **XII.**

Wenn du den Yoga ausüben willst, hast du dich von der Furcht zu befreien. Yoga und Furcht können nicht nebeneinander bestehen.

\*

Es stimmt, das, wovor du dich fürchtest, tritt aller Voraussicht nach ein, bis du fähig bist, ihm entgegenzutreten und das Zurückschrecken zu überwinden. Man muss lernen, seine Grundlage im Göttlichen zu finden, die Furcht zu überwinden und sich auf die [Göttliche] Hilfe zu verlassen, die dich durch alle Dinge führt, auch wenn sie unangenehm und widrig sind. Selbst durch sie wirkt eine Kraft für den Suchenden und trägt ihn seinem Ziel entgegen.

\*

Ja, Furcht erzeugt eingebildete Schrecken – selbst bei wirklicher Gefahr hilft Furcht nicht; sie umwölkt den Verstand, raubt die Geistesgegenwart und hindert dich daran, die richtige Sache, die zu geschehen hat, zu erkennen.

Lass die Kraft, die am Werk ist, stärker werden, bis sie das vermischte Bewusstsein gänzlich klärt.

\*

Es ist ein Fehler zu glauben, dass du durch Furcht oder Unglücklichsein vorwärtskommen kannst. Furcht ist immer ein Gefühl, das zurückzuweisen ist, denn genau das, wovor du dich fürchtest, wird aller Wahrscheinlichkeit nach eintreten: Furcht übt eine Anziehungskraft auf den Gegenstand der Furcht aus. Unglücklichsein schwächt die Stärke und öffnet dich noch mehr den Ursachen des Unglücklichseins.

Man kann ruhig, glücklich und fröhlich sein, ohne es in einer leichten oder seichten Weise zu sein – und Glücksgefühl bringt nicht notwendigerweise eine vitale

Reaktion mit sich. Alles, was du zu tun hast, ist, zu beobachten und wachsam zu sein – wachsam deshalb, damit du falschen Bewegungen oder der Rückkehr der alten Gefühle, der Dunkelheit und Verworrenheit usw. nicht zustimmst. Wenn du wachsam bleibst, wird mit dem Anwachsen der Kraft, die dich trägt, eine Fähigkeit der Selbstkontrolle kommen, eine Fähigkeit, die eintretende falsche Wende oder falsche Reaktion zu erkennen und zurückzuweisen. Furcht und Unglücklichsein werden dir das nicht geben. Es kommt allein durch die Wachsamkeit, begleitet von einem Sich-Öffnen gegenüber der stützenden und führenden Kraft. Was du als die Fähigkeit beschreibst, das Richtige zu wählen sowie die Stärke oder Macht zu fühlen, durch welche die falsche Bewegung, sobald sie erkannt wird, angehalten und die rechte aufgenommen werden kann, ist genau diese Kontrolle und Wachsamkeit. Durch diese Kontrolle und Wachsamkeit, unterstützt durch die Kraft, kannst du auch verhindern, dass Liebe und Hingabe mit selbststüchtigen Begierden und Unreinheiten vermengt oder durch sie ersetzt werden. Je mehr du dich öffnest, desto mehr wird diese Macht in dir anwachsen.

\*

Du solltest sowohl Furcht als auch Ärger verbannen, ruhig auf deinem Weg weitergehen und dabei auf die Mutter vertrauen.

\*

[Wege zur Beseitigung der Furcht:] Indem man Stärke und Ruhe in das niedere Vital bringt (die Region unterhalb des Nabels). Auch durch den Willen und indem man, wenn sich die Furcht erhebt, dem [Körper-] System Ruhe auferlegt. Es kann sowohl auf einem dieser Wege oder auf beiden gleichzeitig geschehen.

\*

In der höheren Natur gibt es keine Furcht. Furcht ist eine Schöpfung der vitalen Ebene, ein Instinkt der Unwissenheit, ein Gefühl der Gefahr, verbunden mit einer heftigen vitalen Reaktion, die an die Stelle eines raschen Erfassens einer Sache tritt und es meist verhindert oder entstellt. Sie [die Furcht] könnte beinahe als eine Erfindung der feindlichen Kräfte betrachtet werden.

### **XIII.**

Es sollte keine Eifersucht geben, solange kein Grund dafür besteht, denn dann wäre sie absurd und ohne Sinn; aber auch dann, wenn nach gewöhnlichen Maßstäben ein Grund vorhanden wäre, sollte sie nicht aufkommen, denn sie ist eine unedle und völlig unyogische Empfindung.

Um dich von *lobha* [Habsucht] zu befreien, wird dir bestimmt die volle Hilfe der Mutter zuteil werden.

\*



Natürlich ist es die alte Reaktion – Eifersucht ist mit Sicherheit vorhanden, sonst würdest du nicht diese heftige Sorge empfinden. Dass sie in den Tiefen noch fortbesteht und sich mit solcher Heftigkeit erhebt, zeigt, wie tief diese Regung in deinem physischen Bewusstsein verwurzelt war. Du warst nicht in der Lage, sie auszurotten; denn wenn sie in Erscheinung tritt, assoziiert du dich gänzlich mit ihr und überlässt dich ihrem Aufschrei und ihrer Heftigkeit. Du musst die Stärke haben, dich in jenem Teil deiner Natur, der frei [von Eifersucht] ist, loszulösen; erst dann wirst du fähig sein, sie aus dir hinauszustoßen; und nur wenn sie jedes Mal hinausgestoßen wird, sobald sie sich erhebt, wird sie willens sein zu verschwinden und nicht mehr zurückkehren. Was unsere Unterstützung und Hilfe anbelangt, so ist sie vorhanden; aber du musst dir dessen bewusst bleiben – und du darfst falschen Ideen, wie jenen von heute morgen, nicht erlauben, dass sie das Gefühl des Einsseins und Kontaktes mit der Mutter vermindern.

\*

Ich verstehe nicht, warum du so einen großen Unterschied machst zwischen Streit und Eifersucht anderer Frauen wegen und Streit und Eifersucht anderer nicht-sexueller Attraktionen. Beides entspringt dem gleichen grundlegenden Impuls, dem besitzgierigen Instinkt, der sich an der Wurzel der gewöhnlichen vitalen Liebe befindet. Da in letzterem Fall sexuelle Eifersucht häufig nicht möglich ist, stützt sich das Mental auf andere Motive, die ihm ganz vernünftig und berechtigt erscheinen – es ist sich möglicherweise der Tatsache nicht bewusst, dass es durch das Vital angetrieben wird; aber die Streitigkeiten und die Lebhaftigkeit der Misselligkeiten sind trotzdem vorhanden. Ob du beide Formen hattest oder nicht hattest, ist ohne Belang, und es macht die Dinge weder besser noch schlechter. Es kommt darauf an, sich vom Instinkt als solchem zu befreien, sei es vom psychologischen Standpunkt aus oder dem der spirituellen Wandlung.

Die einzig wichtige Tatsache ist die, dass die alte Persönlichkeit, die du hinausgestoßen hast, sich für den Augenblick wieder Geltung verschafft hat – wie du selbst siehst. Das hat dein Mental verwirrt, sonst würdest du nicht die Frage stellen, ob sie [die alte Persönlichkeit] noch vorhanden ist und wie das damit übereinstimmt, dass ich dein Streben und deinen Versuch, dich ganz der Mutter zuzuwenden, als echt und wirklich bezeichnet habe. Natürlich war das alles echt und wirklich und aufrichtig, und es ist noch vorhanden, auch wenn für den Augenblick verhüllt. Du weißt inzwischen sehr wohl, dass das ganze Wesen nicht aus einem Guss besteht und dass, wenn ein Teil sich wandelt, nicht alles andere gleichzeitig auf wunderbare Weise mitgewandelt wird. Etwas von den alten Dingen kann noch unterdrückt vorhanden sein und sich wieder erheben, wenn der Druck und die feste Entschlossenheit, sich davon zu befreien, nachlassen. Ich weiß nicht, worauf du dich beziehst, wenn du davon sprichst, dass Licht und Dunkelheit, Wahrheit und Falschheit nicht beieinander wohnen können; es kann aber sicher nur bedeuten, dass man ihnen im spirituellen Streben nicht erlauben kann, beieinander zu wohnen – das Licht und die Wahrheit müssen bewahrt und die Dunkelheit, die Falschheit oder das Irren müssen gänzlich hinausgestoßen werden. Es bedeutete mit Sicherheit nicht, dass in den menschlichen Wesen entweder nur Licht oder nur Dunkelheit herrschen könne und dass demjenigen, der mit irgendeiner Schwäche behaftet ist, kein Licht, kein aufrichtiges Streben und keine Wahrheit in seiner Natur eigen sei. Wenn dem so wäre, wäre der Yoga unmöglich. Alle Sadhaks dieses Ashrams würden der Unaufrichtigkeit

und der Tatsache überführt werden, keine wahre Sadhana auszuüben – denn wo ist jener, in dem es keine Finsternis und keine unwissende Bewegung gibt?

Wenn du von dem Bewusstsein, das du hattest, abgesunken bist, dann deshalb, weil du, statt die Auseinandersetzung mit Y als die Bewegung eines Augenblicks abzutun, darüber zu brüten begannst und die falsche Wende, die sie in dir auslöste, aufrechterhältst. Es hat keinen Wert, auf den Empfindungen, die dabei in dir entstanden sind, zu beharren. Tue nur das, was ich dir zu sagen versuche. Zieh dich von ihnen [den Empfindungen] zurück und, nachdem du nun gesehen hast, was es alles in deiner Natur gibt, verbanne sie in aller Ruhe und wende dich abermals dem wahren Bewusstsein zu, öffne dich, um wiederum die Wahrheit zu empfangen, die dich neu erschaffen wird, und lass sie in deine ganze Natur herabkommen.

### 3. Die Umwandlung des Physischen

**N**icht notwendig, das physische Wesen zu verachten – es ist Teil der geplanten Manifestation.

\*

Dein Bewusstsein ist im Verlauf der Sadhana mit der niederen physischen Natur in Kontakt gekommen und sieht sie so, wie sie an sich ist, wenn sie weder vom Mental noch von der Seele oder der spirituellen Kraft unterdrückt oder kontrolliert wird. Diese [physische] Natur ist voll niederer und dunkler Begierden, sie ist der animalischste Teil des menschlichen Wesens. Man muss damit in Berührung kommen, damit man erkennt, was es dort alles gibt, und es umwandeln kann. Die meisten Sadhaks der alten Schule begnügen sich damit, in die spirituellen oder seelischen Bereiche aufzusteigen und diesen Teil sich selbst zu überlassen – auf diese Weise bleibt er jedoch ungewandelt, selbst wenn er sich größtenteils im Zustand der Ruhe befindet – die volle Umwandlung [des menschlichen Wesens] ist dann nicht möglich. Um diese dunkle physische Natur zu wandeln, hast du nur ruhig und gelassen zu bleiben und die höhere Kraft wirken zu lassen.

\*

All das mag in der Theorie durchaus stimmen, doch in der Praxis hat es sich erwiesen, dass die physische Unreinheit stark genug ist, um den inneren Fortschritt zu blockieren und die innere Erfahrung starr auf einen passiven Frieden zu beschränken.

\*

Diesen Gegen-Kräften wird dann Gelegenheit gegeben, wenn der Sadhak im unabänderlichen Verlauf der Sadhana von der mentalen oder der höheren vitalen Ebene in das physische Bewusstsein herabkommt. Das wird immer begleitet von einem Verlassen der ersten tiefen Erfahrungen und einem Hinabsteigen in die neutrale, dunkle Trägheit, dem Grundgestein der unerlösten physischen Natur. Dorthin müssen das Licht, die Macht, der Ananda des Göttlichen herabkommen, um alles umzuwandeln und alle Dunkelheit und Trägheit für immer zu vertreiben und die leuchtende Energie, das vollendete Licht und die unwandelbare Seligkeit zu errichten. Dort und nicht im Mental oder höheren Vital liegt die ganze Schwierigkeit, dort aber muss auch der Sieg erfochten und die Grundlage einer neuen Welt gelegt werden. Es ist nicht meine Absicht, dir die Schwierigkeit dieser großen und gewaltigen Wandlung zu verhehlen oder die Tatsache, dass möglicherweise eine lange und harte Arbeit vor dir liegt. Bist du aber wirklich nicht willens, dem die Stirn zu bieten und deinen Anteil an der großen Arbeit auf dich zu

nehmen? Willst du dieses Unterfangen in seiner ganzen Bedeutung von dir weisen, um einem verrückten, irrationalen Drang nach einer anregenderen Arbeit der Stunde oder des Augenblicks zu folgen, wofür kein echter Ruf in irgendeinem Teil deiner Natur besteht?

Es gibt keinen echten Grund zur Verzweiflung; in allem, was geschehen ist, kann ich keinerlei stichhaltige Begründung dafür erkennen. Die Schwierigkeiten, die du durchmachst, sind nichts im Vergleich mit denen, die andere erfahren und dennoch überwunden haben – andere, die nicht stärker waren als du. Alles was geschah ist, dass durch diese Herabkunft in das physische Bewusstsein die gewöhnliche, äußere menschliche Natur mit ihren elementaren Unvollkommenheiten und unterbewussten, unbefriedigten Impulsen in den Vordergrund getreten ist, und diese sind es, an die sich die feindliche Kraft wendet. Das Mental und höhere Vital haben sich bereits von den Ideen und Illusionen befreit, durch die sie eine Billigung erhielten – einer Illusion der Rechtmäßigkeit und selbst der Würde in ihrer [ der Impulse] Befriedigung. Aber ihre Wurzel, der innere irrationale Drang nach Erfüllung, ist noch nicht beseitigt – sie ist zum Beispiel die Ursache für die sexuellen Regungen, die du vor kurzem im Schlaf oder Wachsein hattest. Das war unvermeidlich. Das einzig Notwendige ist, dass dein seelisches Wesen hervortritt und dich dem direkten, wirklichen und immerwährenden Kontakt mit mir und der Mutter öffnet. Bis jetzt hat sich deine Seele durch das Mental, seine Ideale und Begeisterung oder durch das Vital und seine höheren Freuden und Bestrebungen ausgedrückt; das aber ist nicht genug, um die physische Schwierigkeit zu bewältigen und die Materie zu erleuchten und umzuwandeln. Deine Seele selbst, dein seelisches Wesen muss in den Vordergrund treten, vollständig erwachen und die grundlegende Wandlung vollziehen. Das seelische Wesen bedarf nicht der Unterstützung durch intellektuelle Ideen oder äußere Zeichen und Hilfen. Nur es allein kann dir die direkte Empfindung des Göttlichen vermitteln, die fortwährende Nähe, die innere Unterstützung und Hilfe. Du wirst dann nicht länger der Meinung sein, dass die Mutter dir fern sei, oder irgendeinen weiteren Zweifel an der Verwirklichung haben; denn das Mental denkt und das Vital begehrt, aber die Seele fühlt und erkennt das Göttliche.

Weise diese Regungen von Zweifel und Niedergeschlagenheit und all das übrige zurück – sie gehören nicht zu deiner wahren und höheren Natur. Weise diese Suggestionen der Unfähigkeit, Untauglichkeit und all diese irrationalen Bewegungen einer fremden Kraft zurück. Bleibe dem Licht deiner Seele treu, selbst wenn es von Wolken verhüllt ist. Meine Hilfe und die der Mutter werden im Hintergrund wirken selbst in Augenblicken, in denen du sie nicht fühlen kannst. Das einzige Erfordernis für dich und alle ist, sogar in der Finsternis der dunklen Mächte des physischen Bewusstseins deiner Seele gegenüber unbeirrbar treu zu sein und dich des Göttlichen Rufes zu erinnern. Sei treu, und du wirst siegen.

\*

Als ich davon sprach, dem Licht der Seele und dem göttlichen Ruf treu zu sein, bezog ich mich nicht auf etwas Vergangenes oder auf irgendein Vergehen deinerseits. Ich wollte damit einfach das große Erfordernis hervorheben, sich in allen Krisen und Anfechtungen nicht irgendwelchen Einflüssen, Impulsen und Verlockungen hinzugeben, sondern ihnen allen den Ruf der Wahrheit entgegenzuhalten, das gebieterische Zeichen des Lichtes; und wenn Zweifel und Depressionen auftreten, zu sagen: „Ich gehöre dem Göttlichen, ich

kann nicht scheitern“; allen Suggestionen von Unreinheit und Untauglichkeit entgegenzuhalten: „Ich bin ein Kind der Unsterblichkeit, erwählt vom Göttlichen; ich brauche nur mir und Ihm gegenüber wahr zu sein – der Sieg ist gewiss; selbst wenn ich zu Fall käme, würde ich mich wieder erheben“; allen Impulsen, sich abzuwenden und einem geringeren Ideal zu dienen, zu erwidern: „Das ist das Größte, das ist die Wahrheit, die allein die Seele in mir befriedigen kann; ich werde durch alle Prüfungen und Leiden hindurch bis zum Ende der göttlichen Reise ausharren“. Das ist es, was ich unter Treue gegenüber dem Licht und dem Ruf verstehe.

\*

Es ist nahezu unvermeidlich, dass diese Dinge in dem einen oder anderen Ausmaß in einem bestimmten kritischen Stadium eintreten – ein Stadium, durch das beinahe jeder hindurch muss und das im allgemeinen eine unangenehm lange Zeit anhält, aber keinesfalls entscheidend oder endgültig zu sein braucht. Es ist, wenn man ausharrt, die Zeit der dunkelsten Nacht vor der Morgendämmerung, die jeder oder beinahe jeder spiritueller Strebender erfährt. Sie hat ihre Ursache darin, dass man in das rein physische Bewusstsein eintauchen muss, ohne von irgendeinem wahren mentalen Licht oder irgendeiner vitalen Freude im Leben gestützt zu werden, denn diese ziehen sich dann meist hinter den Schleier zurück, obwohl sie nicht, wie es scheint, für immer verloren sind. Es ist eine Zeit, in der Zweifel, Leugnung, Dürre, Düsterei und alle ähnlichen Dinge mit großer Kraft auftreten und häufig eine Zeitlang völlig vorherrschen. Wenn man dieses Stadium erfolgreich hinter sich gelassen hat, beginnt das wahre Licht zu kommen – das Licht, das nicht vom Mental, sondern vom Spirit stammt. Das spirituelle Licht kommt, darüber besteht kein Zweifel, in den frühen Stadien zu einigen in gewissem Ausmaß und zu ganz wenigen in einem beachtlichen Umfang; das trifft aber nicht für alle zu – denn manche müssen warten, bis sie den hemmenden Stoff in Mental, Vital und dem physischen Bewusstsein ausräumen können, und sie empfangen bis dahin nur hie und da eine Berührung. Doch selbst im besten Fall ist dieses frühe spirituelle Licht niemals vollständig, solange nicht der Finsternis des physischen Bewusstseins entgegengetreten, solange sie nicht überwunden wurde. In diesen Zustand gerät man nicht durch eigenes Verschulden; er kann eintreten, während man sein Bestes versucht, um Fortschritte zu machen. Es ist nicht so, dass er auf eine radikale Unfähigkeit in der Natur hinweist, er ist aber bestimmt eine harte Feuerprobe, und man hat sich sehr fest an den Weg zu halten, um durch ihn hindurchzugehen. Diese Dinge sind nicht leicht zu erklären, denn für den gewöhnlichen menschlichen Verstand ist es schwer, die psychologische Notwendigkeit zu verstehen oder zu akzeptieren.

\*

Es gibt nichts, worüber du entmutigt zu sein brauchst. Tatsache ist, dass, nachdem du so lange auf der mentalen und vitalen Ebene gewesen bist, du nun des physischen Bewusstseins gewahr wurdest, und das physische Bewusstsein ist in allen Menschen so. Es ist träge, konservativ, es will sich nicht bewegen, nicht ändern – es klammert sich an seine Gewohnheiten (die die Menschen als ihren Charakter bezeichnen), oder aber seine

Gewohnheiten (seine gewohnten Regungen) klammern sich an es und wiederholen sich einem Uhrwerk gleich auf hartnäckig mechanische Weise. Wenn du dein Vital ein wenig geläutert hast, gehen die Dinge weiter hinunter und setzen sich dort fest. Und wenn du dir deiner selbst bewusst geworden bist, übst du einen Druck aus, vielleicht, doch reagiert das Physische sehr langsam und scheint sich zu Beginn fast gar nicht zu bewegen. Der Ausweg besteht in einem stetigen und unveränderlichen Streben, in geduldiger Arbeit und darin, dass die Seele im Physischen weilt, um das Licht und die Kraft in diese dunklen Teile herabzurufen. Durch das Licht wirst du dir dessen bewusst, was vorhanden ist, die [Yoga-] Kraft hat zu folgen und auf sie [die dunklen Teile] einzuwirken, bis sie sich ändern oder aufhören zu bestehen.

\*

Es ist immer eine Auswirkung des vorherrschenden physischen Bewusstseins, wenn man sich so fühlt – wie ein gewöhnlicher Mensch oder schlimmer, ganz und gar im äußeren Bewusstsein, das innere Bewusstsein verhüllt und das Wirken der Yoga-Macht anscheinend unterbrochen. Das findet auch in den früheren Stadien statt, ist dann aber meist nicht so ausgeprägt, weil ein Teil des Mentals oder Vitals noch im Physischen wirkt; oder selbst bei einer völligen Unterbrechung der Sadhana dauert es nicht lange, und man bemerkt es nicht so deutlich. Wenn man aber vom mentalen und vitalen Yoga-Stadium in das Physische herabkommt, offenbart sich dieser Zustand, der dem physischen Bewusstsein von Natur aus eigen ist, in vollem Ausmaß und hält über lange Zeitspannen an. Der Grund dafür ist, dass man herabkommen und sich mit diesem Teil direkt auseinandersetzen muss, indem man bewusstseinsmäßig in ihn eintritt – denn wenn das nicht geschieht, kann die vollständige Wandlung der [menschlichen] Natur nicht stattfinden. Es ist wichtig zu verstehen, dass es sich um ein vorübergehendes Stadium handelt, und in dem Glauben auszuharren, dass es überwunden werden wird. Wenn das der Fall ist, wird es für die Yoga-Kraft leichter sein, zunächst hinter dem Schleier und dann im Vordergrund zu wirken, um das Yoga-Bewusstsein in diese äußere physische Hülle zu bringen und sie leuchtend und responsiv zu machen. Wenn man immerfort den Glauben und die Ruhe bewahrt, geht es schneller – wenn sich aber der Glaube verdunkelt oder die Ruhe durch die lang anhaltende Schwierigkeit gestört wird, dauert es länger, doch auch dann wird es geschehen; denn die Kraft ist dort am Werk, auch wenn sie nicht gefühlt wird. Es kann nur dann verhindert werden, wenn man ausbricht oder die Sadhana aufgibt, weil man gegenüber der Schwierigkeit zu unduldsam wurde, um sie zu bewältigen. Das ist das einzige, was niemals geschehen sollte.

\*

Es bedeutet, dass es nur eine einzige Sadhana für alle Teile gibt, nicht eine gesonderte mentale, vitale oder physische Sadhana – das Wirken der Sadhana findet jedoch manchmal in jedem einzelnen Teil getrennt statt, manchmal dagegen gleichzeitig im Mental und Vital oder im Vital und Physischen oder im Mental, Vital und Physischen zusammen. Es ist jedoch immer die gleiche Sadhana.

\*

Als ich über die physische Trägheit sprach, wollte ich zum Ausdruck bringen, dass sie es war, die stets die Eliminierung der alten Bewegungen verhinderte und jedes Mal, wenn sie hinausgestoßen waren, ihre Rückkehr möglich machte – denn dort im stofflichen Halbbewussten oder Unterbewussten liegt das Grundgestein des Widerstandes. Wenn das in Erscheinung tritt und sich in seinem gesonderten Dasein zeigt, vom Mental und Vital nicht unterstützt, sondern durch die Macht seiner eigenen Trägheit wirkend, und wenn es durch die Billigung des Mentals oder Vitals nicht verhüllt wird, sondern die alten Bewegungen lediglich durch die Kraft der alten Gewohnheiten wiederholt, dann ist es soweit, dass man den Widerstand an seiner Wurzel packen kann, anstatt nur seine Blüten, Früchte und Zweige abzuschneiden, sobald sie sich zeigen.

Es ist genau genommen dieser Widerwille, irgend etwas zu beginnen, von dem man sich befreien muss – denn es ist nichts anderes als ein Sich-Ergeben in die Macht der Trägheit. Die alten Methoden der Gewalttätigkeit gegenüber dir selbst sind offensichtlich unfruchtbar – du solltest den Göttlichen Frieden und die Kraft bitten, herabzukommen und sich damit auseinanderzusetzen, und dich selbst diesem Wirken öffnen. Wenn dieses sich widersetzende Physische dazu gebracht wird zuzustimmen und zu reagieren, hast du den Schlüssel zur Lösung deiner Probleme gefunden.

\*

Ich habe gesagt, dass dein Bewusstsein herabgekommen ist und den direkten Kontakt mit der äußeren physischen Natur, die immer voll von niederen Bewegungen ist, aufgenommen hat; wenn das geschieht, vermagst du zu erkennen, von welcher Art sie sind, wenn sie nicht unter der Kontrolle des Mentals und der Seele stehen. Jedermann muss in diesen direkten Kontakt kommen – im anderen Fall kann es keine Umwandlung dieses Wesensteils geben.

\*

Ja, sicher, das ist es, worauf ich bestehe – das Herabbringen der Verwirklichung in diesen trägen physischen Teil, der hervorgetreten ist. Wenn irgendein Teil des Wesens auf diese Weise in Erscheinung tritt und alle seine Mängel und Begrenzungen offenbart – wie in diesem Fall Trägheit oder Unfähigkeit (*apavṛtti*, Dunkelheit oder Vergesslichkeit (*apṛakāśa*) –, dann deshalb, um sie in Ordnung zu bringen, denn er [dieser Wesenteil] ist zu einer ersten oder vorläufigen Umwandlung hervorgetreten. Friede und Licht im Mental, Liebe und Sympathie im Herzen, Ruhe und Macht im Vital, eine kraftvolle Aufnahmebereitschaft und Erwidmung (*prakāśa, pravṛtti*) im Physischen – das ist die erforderliche Wandlung.

\*

Deine Empfindung besteht nur deshalb, weil du in großen Umfang mit dem Teil [deines Wesens] identifiziert bist, der sich der Wandlung nicht unterzogen hat, und daher hast du

das Gefühl der Schwierigkeit, ja selbst der Unmöglichkeit einer Wandlung. Doch trotz dieser Schwierigkeit gibt es keine Unmöglichkeit. Selbst diese Identifizierung [mit dem ungewandelten Wesensteil] kann dir helfen, denn auf diese Weise kann durch ein direktes Wirken in diesem Teil oder einen indirekten Einfluss auf ihn die Wandlung durch das Mental oder höhere Vital radikal sein. Gewähre deinen physischen Kräften Ruhe und stelle sie wieder her, öffne dich; damit die Kraft der Mutter frei auf dich einzuwirken vermag, all deine Sorgen dahinschwinden und eine neue und stärkere Bewegung beginnen kann.

\*

Was du beschreibst, ist das stoffliche Bewusstsein; es ist größtenteils unterbewusst, sein bewusster Teil aber ist mechanisch und wird durch die Gewohnheiten oder Kräfte der niederen Natur träge bewegt. Es [das stoffliche Bewusstsein] wiederholt immerfort die gleichen beschränkten und unerleuchteten Bewegungen und ist der Routine und dem verankerten Gesetz des bereits Bestehenden verhaftet – es ist nicht gewillt, sich zu wandeln, das Licht zu empfangen oder der höheren Kraft zu gehorchen. Oder es ist, selbst wenn es willens ist, dazu nicht fähig. Ist es aber fähig, so verleiht es der Tätigkeit, die ihm durch das Licht und die Kraft gegeben wurde, eine neue mechanische Routine und beraubt sie auf diese Weise der ganzen Seele und des ganzen Lebens. Es ist dunkel, dumm und faul, voll von Unwissenheit und Trägheit, der Finsternis und Saumseligkeit des *tamas*.

Dieses stoffliche Bewusstsein ist es, in das wir zuerst das höhere (göttliche oder spirituelle) Licht, die Macht und den Ananda zu bringen versuchen und schließlich die supramentale Wahrheit, die das Ziel unseres Yoga ist.

\*

Ich verstehe nicht, weshalb du die Möglichkeit der Vollendung deines stofflichen Bewusstseins anzweifelst: Wenn Glaube, Ruhe, Offenheit im übrigen Wesen bestehen, muss sich auch das Stoffliche öffnen. *Tamas*, Trägheit, Unwissenheit, Dummheit, Engstirnigkeit, die Hemmung der wahren Bewegung sind universale Eigentümlichkeiten des stofflichen Bewusstseins, solange es von oben noch nicht erleuchtet, erneuert und umgewandelt ist – es handelt sich dabei nicht um eine besondere Eigenart deines Wesens. Deshalb gibt es auch für den Zweifel, den du beschreibst, keine hinreichende Ursache oder Rechtfertigung.

Wenn das Supramental voll in das stoffliche Bewusstsein herabkommt, wird es dort die rechten Bedingungen schaffen. Das Einssein wird erreicht, die fortwährende Gegenwart und der Kontakt werden im Stofflichen gefühlt werden, und es wird der ganze echte physische Kontakt sein, der erforderlich ist. Die Traurigkeit, von der du sprichst, ist nicht von seelischer Art, denn das „schmerzliche Sehnen“ ist Sache des Vitals und nicht der Seele. Die Seele ist niemals wegen eines enttäuschten Verlangens traurig – es liegt nicht in ihrer Natur; sie fühlt manchmal die Sorge, wenn sie sieht, wie das Göttliche zurückgewiesen wird oder wie sich das Mental, das Vital und das Physische im Menschen oder in der Natur von der Wahrheit abwenden, um der Perversion, der



Finsternis oder Unwissenheit zu folgen. Immerhin, wenn das Supramental die Herrschaft angetreten hat, ist selbst die vitale äußere Natur gezwungen, sich zu wandeln, und deshalb wird es für Gefühle dieser Art keine Gelegenheit geben.

\*

Es ist das durch und durch physische Bewusstsein, dessen du gewahr wurdest; in beinahe jedem ist es so: sobald man voll oder ausschließlich in es eintritt, fühlt man, dass es dem eines Tieres gleicht, entweder finster und rastlos oder träge und dumm, und in keinem Fall für das Göttliche offen. Nur wenn man die Kraft und das höhere Bewusstsein in es hineinbringt, vermag es sich grundlegend zu ändern. Rege dich nicht auf, wenn sich diese Dinge zeigen, sondern begreife, dass sie dazu da sind, um gewandelt zu werden.

Hier wie anderswo ist Ruhe das erste Erfordernis – das Bewusstsein ruhig zu halten, ihm nicht zu erlauben, erregt und in Aufruhr zu sein. Dann rufe in dieser Ruhe nach der Kraft, damit sie all die Finsternis aufhelle und wandle.

\*

Du bist, wie ich feststelle, in deiner Sadhana bei einer lang anhaltenden Flaute oder Zeitspanne der Leere angelangt. Das geschieht häufig besonders dann, wenn man in das Physische und äußere Bewusstsein hinausgeworfen wird. Mit dem Zurücktreten des Yoga-Bewusstseins und durch die Sensitivität gegenüber den kleinen und äußeren Dingen, die du beschreibst, treten die nervlichen und physischen Teile hervor und scheinen zur Norm des Wesens zu werden. Ein Stadium wie dieses kann jedoch durchaus eine Pause vor einem neuen Fortschritt sein. Du musst darauf bestehen, Zeit für die Meditation zu erübrigen – zu irgendeiner Stunde des Tages, wenn du voraussichtlich am wenigsten gestört wirst –, und durch die Meditation musst du den Kontakt zurückerlangen. Es kann mit einigen Schwierigkeiten verbunden sein, weil sich das physische Bewusstsein zuoberst befindet, ein beharrliches Streben jedoch wird ihn [den Kontakt] zurückbringen. Wenn du dann fühlst, dass die Verbindung zwischen dem inneren und dem äußeren Wesen wieder hergestellt ist, rufe den Frieden und die Macht in das letztere herab, um eine Grundlage für ein beständiges Bewusstsein im äußerlichsten Mental und Wesen zu schaffen, das dich sowohl bei der Arbeit und Tätigkeit als auch bei der Meditation und Einsamkeit nicht verlassen wird.

\*

„Den äußeren Geräuschen und körperlichen Sinneswahrnehmungen preisgegeben“, „nicht in der Lage, aus dem gewöhnlichen Bewusstsein aus eigenem Antrieb herauszukommen“, „die gesamte Tendenz des Wesens vom Yoga abgewandt“ – all das trifft unverkennbar für das physische Mental und physische Bewusstsein zu, sobald sie sich gleichsam isolieren und völlig in den Vordergrund treten und das übrige zurückdrängen. Wenn ein Teil des Wesens in den Vordergrund gebracht wird, damit für die Wandlung auf ihn eingewirkt werden kann, hat dies sehr häufig zur Folge, dass sich

ein alles beherrschendes Hervortreten dieses Teils einstellt sowie seine dominierende Tätigkeit, als ob er allein vorhanden wäre; leider sind es immer die Dinge, die gewandelt werden sollen, die unerwünschten Zustände, die Schwierigkeiten jenes Teils, die sich zuerst erheben, hartnäckig das Feld beherrschen und wiederkehren. Im Physischen sind es Trägheit, Finsternis und Unfähigkeit, die auftreten, sowie die Hartnäckigkeit dieser Dinge. Das einzige, was man in dieser unerfreulichen Phase tun kann, ist, hartnäckiger als die physische Trägheit zu sein, in festem Streben zu beharren – eine stetige Beharrlichkeit ohne irgendein rastloses Ringen – und ein weites und andauerndes Sich-Öffnen zu erlangen selbst in diesem harten Fels des Widerstandes.

\*

Es bedeutet, dass du mit dem unterbewussten Physischen in vollem Kampf stehst. Wie schwer und zäh der Widerstand auch ist, du musst ausharren, bis es dir gelungen ist, an die Stelle der Trägheit den Frieden, das Wissen, die Kraft herabzubekommen.

\*

Physische Sadhana bedeutet, das höhere Licht, die Macht, den Frieden und Ananda in das Körperbewusstsein herabzubringen, sich von der Trägheit des Physischen zu befreien, von den Zweifeln, Begrenzungen, von dem äußeren Hang des physischen Mentals, den unvollkommenen Energien des vitalen Physischen (den Nerven) und sie durch das wahre Bewusstsein zu ersetzen, so dass das Physische ein vollendetes Instrument für den Göttlichen Willen werde. Die Nahrung und Pflege des Körpers haben nur den Zweck, ihn in einen guten Zustand zu versetzen, später wird es nicht notwendig sein, sich mit solchen Dingen zu befassen.

Du brauchst dir deswegen [deinem Schlafbedürfnis] keine Sorgen zu machen. Wenn eine starke Hinwendung nach innen besteht, versucht der Körper, der noch nicht bewusst genug ist, um an der Erfahrung im Wachzustand teilzuhaben, die herabkommenden Kräfte im Schlaf zu assimilieren. Das ist eine allgemeine Erfahrung. Wenn er hinreichend assimiliert hat, wird er bereitwilliger sein.

\*

Der Unterschied liegt in der Tatsache, dass jene, die die Sadhana ausüben, auf der physischen Ebene leben, um sie umzuwandeln – unter dem Druck einer Kraft, die durch die Sadhana ausgelöst wird und die darauf drängt und nicht locker lässt, bis es erreicht ist. Diejenigen, die keine Sadhana ausüben, leben auch auf der physischen Ebene, aber nicht um sie umzuwandeln, sondern um sie fortbestehen zu lassen, wie sie ist – für sie gibt es weder eine Kraft noch einen Druck, weder eine Notwendigkeit noch ein Drängen dieser Art. Diejenigen, die noch keine Sadhaks sind, aber ihr Mental dem höheren Bewusstsein zuwenden, bereiten sich auf eine Sadhana vor und werden sie eines Tages ausüben – wie immer diese Sadhana auch sein mag.

Das Vorherrschen der physischen Schwierigkeiten, wenn man in das Physische herabkommt, ist das gleiche Phänomen wie das Vorherrschen der vitalen Schwierigkeiten auf der vitalen Ebene. Umwandlung bezieht mit ein, dass man den Schwierigkeiten begegnet und das wandelt oder überwindet, was sich in jedem einzelnen Teil des Wesens erhebt, damit jener Teil auf das Höhere reagieren kann; die volle Wandlung des ganzen Wesens kann jedoch nur durch den Aufstieg nach oben kommen sowie durch die Herabkunft von oben. Der erste Schritt ist (im allgemeinen, doch nicht immer) die Verwirklichung des Selbstes über uns und die Herabkunft des höheren Friedens in das gesamte Wesen bis hinab zum ganz Stofflichen.

\*

[Im physischen Bewusstsein zu leben:] Sofern es durch äußere Zeichen erkennbar ist, handelt es sich um ein Stadium von grundlegender Passivität, in welchem man das ist und tut, was einen die Kräfte der physischen Ebene sein und tun lassen. Wenn man im Mental lebt, besteht eine aktive mentale Verstandestätigkeit und ein mentaler Wille, welche die Tätigkeit, Erfahrung, das Leben und alles übrige zu kontrollieren und formen versuchen. Wenn man im Vital lebt, ist man voller Energie, Begeisterung, Leidenschaft und Kraft, was richtig oder falsch sein kann, aber sehr lebendig ist. In der physischen Trägheit verschwinden diese Dinge oder schwächen sich ab, oder es sind Kräfte, die gelegentlich auf das System einwirken, aber nicht von ihm beherrscht werden. Es braucht kein absoluter Zustand zu sein, denn es gibt auch noch das Mental und Vital, aber es ist der Zustand, der überwiegt. Es gibt zwei Wege, um sich davon zu befreien – der eine davon ist, sich nach oben in das Selbst zu erheben und das Physische von dort als ein Instrument zu betrachten und nicht als das eigene Selbst; der andere ist, die göttliche Kraft von oben herabzubringen und das Physische zum Instrument jener Kraft zu machen.

\*

Du kannst, solange du einen Körper hast, nicht ohne physisches Bewusstsein leben, du kannst aber mehr innerlich, in der Seele und den anderen Teilen leben und durch sie das Physische umwandeln.

\*

[Mängel des physischen Bewusstseins:] Es gibt viele, die hauptsächlich aber sind Finsternis, Trägheit, **tamas**, ein passives Akzeptieren des Spiels der falschen Kräfte, die Unfähigkeit sich zu wandeln, das Verhaftetsein mit den Gewohnheiten, Mangel an Plastizität, Vergesslichkeit, die Einbuße von gewonnenen Erfahrungen oder Verwirklichungen, die Abneigung, das Licht zu empfangen oder ihm zu folgen, die Unfähigkeit (aufgrund von **tamas** oder Verhaftetsein oder Passivität gegenüber gewohnten Kräften), das zu tun, was es als das Richtige und Beste zu tun anerkennt.

\*

Aus dieser Negierung besteht die eigentliche Natur des physischen Widerstandes, und der physische Widerstand ist die ganze Grundlage der Leugnung des Göttlichen in der Welt. Alles im Physischen ist hartnäckig, widerspenstig, mit einer massiven Kraft der Verneinung und Trägheit – wenn es nicht so wäre, wäre die Sadhana äußerst oberflächlich. Du musst diesem Wesenszug des physischen Widerstandes ins Auge sehen und ihn überwinden, wie oft er sich auch erheben mag. Es ist der Preis für die Umwandlung des Erdbewusstseins.

\*

Es gibt, abgesehen von der individuellen Schwierigkeit, eine allgemeine Schwierigkeit in der physischen Erd-Natur. Die physische Natur ist langsam und träge und nicht willens, sich zu wandeln; sie neigt zur Unbeweglichkeit, und für ein wenig Fortschritt braucht sie eine lange Zeit. Diese Trägheit zu überwinden ist sehr schwierig selbst für den stärksten mentalen, vitalen oder sogar seelischen Willen. Nur indem man fortwährend das Bewusstsein, die Kraft und das Licht von oben herabbringt, kann es geschehen. Deshalb muss [im Wesen] ein andauernder Wille, eine fortwährende Bestrebung danach sowie nach der Wandlung bestehen – und es hat ein stetiger und geduldiger Wille zu sein, der selbst durch den äußersten Widerstand in der physischen Natur nicht ermüdet.

\*

Es liegt in der Natur des physischen Mentals, widerspenstig zu sein. Die physische Natur existiert durch die fortwährende Wiederholung der gleichen Sache, die lediglich eine nicht endende Darstellung ihrer verschiedenen Ausdrucksformen ist. Diese hartnäckige Wiederkehr ist daher charakteristisch für sie, wenn sie in Tätigkeit ist; im anderen Fall verharrt sie in dumpfer Trägheit. Wenn wir uns also von den alten Bewegungen der physischen Natur befreien wollen, widersetzen sie sich durch diese Art von hartnäckiger Wiederkehr. Man muss in der Zurückweisung sehr ausdauernd sein, um sich davon zu befreien.

Es gibt zwei Aspekte der physischen sowie der ganzen [übrigen] Natur – den individuellen und den universalen. Alle Dinge treten von der universalen Natur her in dich ein – das individuelle Physische aber behält einige von ihnen für sich, während es andere zurückweist, und jenen, die es behält, gibt es eine persönliche Form. Daher kann man sagen, dass diese Dinge sowohl innen sind und von innen nach außen gelangen, als auch, dass sie durch es [das individuelle Physische] geschaffen werden, da es ihnen eine spezielle Form verleiht; man kann aber genauso gut sagen, dass sie außerhalb sind und von außen nach innen gelangen. Wenn man sich aber von ihnen befreien will, wirft man zuerst alle Dinge, die innen sind, in die uns umgebende Natur – von dort versucht die universale Natur, sie zurückzubringen oder neue und ähnliche eigene Dinge in dich hineinzubringen, um sie zu ersetzen. Man hat dann ständig dieses Eindringen zurückzuweisen. Durch fortwährende Zurückweisung schwindet schließlich die Kraft der Wiederkehr, und der Einzelne wird frei und ist fähig, das höhere Bewusstsein und seine Bewegungen in das physische Wesen herabkommen zu lassen.

\*

Das Erd-Bewusstsein will sich nicht wandeln, daher weist es das, was von oben auf es herabkommt, zurück – das hat es immer getan. Dieser Widerwille, sich zu wandeln, kann nur dann verschwinden, wenn jene, die den Yoga aufgenommen haben, sich öffnen und willens sind, ihre niedere Natur zu ändern.

Im Weg steht natürlich immer das vitale Ego mit seiner Unwissenheit und dem Dünkel seiner Unwissenheit und das physische Bewusstsein mit seiner Trägheit, das jeden Ruf nach Wandlung verübelt und ihm widersteht, sowie seine Gleichgültigkeit, die jede Mühe scheut – es findet es bequemer, seinen eigenen Weg zu gehen, dabei immer die gleichen alten Bewegungen zu wiederholen und bestenfalls zu erwarten, dass alles auf irgendeine Weise und zu irgendeiner Zeit für es getan werde.

Das Wichtigste ist, die richtige innere Einstellung zu haben – du hast sie; das übrige ist der Wille, sich zu wandeln, und die Wachsamkeit, alles, was zum Ego und der tamasischen Beharrlichkeit der niederen Natur gehört, zu erkennen und zurückzuweisen. Und schließlich sich in jedem Teil des Wesens stets der Mutter gegenüber offen zu halten, damit der Prozess der Umwandlung nicht behindert werde.

\*

Der physische Widerstand gegen den Frieden und die gesammelte Macht hat zwei Seiten, Dumpfheit und Zerstreuung. Sie stimmen mit der Trägheit und chaotischen Aktivität der physischen Natur überein, jenem Aspekt, der einige moderne Wissenschaftler sagen lässt, dass alles Zufall ist und dass es keine Gewissheit der Dinge, sondern nur eine Wahrscheinlichkeit gibt.

\*

Die Trägheit des physischen Bewusstseins auszumerzen ist immer eine schwierige Sache; es ist das, was mehr noch als irgendein vitaler Widerstand alle Bewegungen der Unwissenheit wiederkehren lässt, selbst wenn das Wissen und der Wille zur Wandlung vorhanden sind. Dieser Schwierigkeit aber muss der Sadhak entgegentreten und sie durch eine gleich starke Beharrlichkeit im Willen überwinden. Es ist eine Flamme, die stetig brennen muss, so stetig wie die Behinderung hartnäckig ist. Lass dich deshalb von der beharrlichen Behinderung durch die Unwissenheit nicht entmutigen. Die Beharrlichkeit deines eigenen Willens zu siegen wird, unterstützt durch die Kraft der Mutter, zu einem Ende des Widerstandes führen.

\*

Der Hang des Physischen zur Trägheit ist sehr groß; selbst nachdem man die Gewohnheit erlangt hat, im höheren Bewusstsein zu leben, kann ein Teil des Wesens den Druck der Trägheit fühlen – meist sind es die ganz äußerlichen oder stofflichsten Teile. Die Trägheit erhebt sich meist aus dem Unterbewussten. Sie hebt das höhere Bewusstsein im Physischen nicht auf, dämpft aber seine Tätigkeit oder zieht sie von einer höheren auf eine niedrigere Ebene herab, das heißt von der Intuition zum höheren Mental oder von

den höheren zu den niedrigeren Bereichen des Obermentals. Eine Zeitlang widersetzt sie sich der Vollkommenheit der *siddhi*. Erst dann, wenn das stofflichste, das unterbewusste und das uns umgebende [environmental] Bewusstsein ganz befreit sind, kann diese hemmende oder senkende Auswirkung der Ur-Trägheit gänzlich überwunden werden.

\*

Everything can be responded to — Inertia also can spread waves of itself like other things.

\*

Wenn man sich mit dem Physischen und Unterbewussten auseinandersetzt, ist das Wirken immer langsamer als beim Mental und Vital, weil der Widerstand der physischen Substanz stets heftiger und [diese Substanz] weniger intelligent und anpassungsfähig ist; dafür aber ist die Arbeit, die im Wesen durch diese langsamere Bewegung geschieht, am Ende vollkommener, solider und dauerhafter.

\*

Der physische Widerstand ist weniger ungestüm [als der vitale Widerstand], doch bin ich nicht der Meinung, dass er weniger hartnäckig oder weniger mühsam ist.

\*

Es ist unvermeidlich, dass sich im Entwicklungsablauf der Sadhana die Schwierigkeit der physischen Natur zeigt. Ihr Widerstand, ihre Trägheit, der Mangel an Streben oder Bewegung müssen hervortreten, bevor man sich davon befreien kann – im anderen Fall würden diese Dinge immer unbemerkt bleiben und selbst die beste Sadhana hemmen und ihre Vollendung verhindern. Dieses Hervortreten der physischen Natur hält den Umständen entsprechend mehr oder weniger lang an, doch gibt es niemand, der es nicht durchmachen muss. Notwendig ist, nicht beunruhigt zu sein oder ängstlich oder ungeduldig zu werden, denn dadurch dauert es nur länger, sondern volles Vertrauen in die Mutter zu setzen und ruhig im Glauben auszuharren, sowie in Geduld und im stetigen Willen zur vollen Wandlung. Auf diese Weise kann die Kraft der Mutter im Wesen am besten wirken.

\*

Als erstes gilt, sich nicht aufzuregen, wenn sie [die Trägheit] kommt oder bestehen bleibt. Als zweites gilt, dass du dich löst, nicht nur oben [im Mental und Vital], sondern auch

unten [im Physischen] und dich nicht damit identifizierst. Das Dritte ist, alles zurückzuweisen, was sich durch die Trägheit erhebt, und es nicht als zu dir gehörig zu betrachten oder es gar anzunehmen.

Wenn du diese Dinge zu tun vermagst, wird etwas in dir völlig ruhig bleiben, auch in der größten Trägheit. Durch diesen ruhigen Teil kannst du den Frieden, die Kraft; sogar das Licht und Wissen in die Trägheit selbst herabbringen.

\*

Trägheit und all das Sonstige müssen als etwas von dir Getrenntes betrachtet werden, nicht als Teil des eigenen wirklichen Selbstes, das eins ist mit dem Göttlichen.

\*

Die feindlichen Kräfte spüren, dass etwas in dir wegen des Fortbestehens der Trägheit aus der Fassung geraten und unruhig ist, und sie hoffen, indem sie mehr und mehr Druck ausüben, ein Aufbegehren schaffen zu können. Unter diesen Umständen ist für dich wichtig, deinen Glauben, deine Verantwortung und [samata](#) absolut zu machen. Das ist ein ebenso großer und wesentlicher Fortschritt wie hohe Erfahrungen usw. zu haben.

\*

[Gewalt anzuwenden, um das Physische zu wandeln:] es wurde von einigen unternommen, doch glaube ich nicht, dass es viel Wert hat. Kein Zweifel, das Physische ist ein hartnäckiges Hindernis, es muss aber erleuchtet und überzeugt, ja es kann selbst zur Wandlung gedrängt werden – doch darf man es nicht unterdrücken oder gewaltsam antreiben. Die Menschen wenden gegenüber dem Mental, dem Vital und dem Körper Gewalt an, weil sie es eilig haben; meine eigene Beobachtung war jedoch immer, dass es zu weiteren Reaktionen und Behinderungen führt, nicht aber zu einem wirklich echten Fortschritt.

\*

[Die Folge der Behinderung durch das physische Bewusstsein:] Es hängt von den schwachen Stellen des Einzelnen und dem Stadium seines Fortschritts ab. Durch den Widerstand wird ganz allgemein eine Trägheit ausgelöst, die das Wirken der höheren Mächte erschwert. In einem frühen Stadium kann er den Fortschritt überhaupt blockieren. Später wirkt sich der Widerstand dahingehend aus, dass er ihn [den Fortschritt] durch Intervalle von stagnierender Trägheit verzögert oder erschwert. Die hauptsächliche Schwierigkeit des physischen Bewusstseins besteht darin, dass es vor seiner Umwandlung außerstande ist, irgendeine angespannte [tapasya](#) aufrechtzuerhalten – es

verlangt Zeiten der Assimilation und sinkt in das gewöhnliche Bewusstsein ab, um auszuruhen – auch wird das, was bereits getan wurde, ständig vergessen, usw.

\*

Es [Willensschwäche] ist ein erstes Ergebnis des Herabkommens in das physische Bewusstsein oder des Hervortretens des physischen Bewusstseins – vorher warst du meist im Mental und Vital. Das physische Bewusstsein ist voller Trägheit, es will sich nicht bewegen, sondern will bewegt werden, gleichgültig von welchen Kräften – das ist seine Gewohnheit. Diese Trägheit muss kuriert werden, indem man es mit den richtigen Kräften in Kontakt bringt. Deshalb verlangte ich von dir, nach der höheren Weite zu streben, nach Reinheit und Frieden, damit das Physische davon beherrscht werden und die wahre Kraft an Stelle dieser eindringenden Ideen und Impulse wirken kann.

\*

Eine Zeitspanne der Nicht-Bemühung besteht meist dann, wenn sich das physische Bewusstsein zuoberst befindet – denn seine Natur ist die der Trägheit, von höheren Kräften oder niedrigeren Kräften oder irgendwelchen Kräften bewegt zu werden, aber nicht sich selbst zu bewegen. Dennoch muss man sich nach Möglichkeit bemühen, doch ist das Wichtigste, fähig zu sein, die Kraft von oben in das Physische herabzurufen – und sonst völlig ruhig und gelassen ihr Kommen zu erwarten.

\*

Nur wenn eine beständigere dynamische Kraft in einen unwandelbaren Gleichmut und Frieden herabkommt, lässt sich die übliche Neigung der physischen Natur ausrotten.

Die übliche Neigung der physischen Natur besteht darin, träge zu sein und in ihrer Trägheit nur auf gewöhnliche vitale Kräfte zu reagieren, nicht aber auf höhere Kräfte. Wenn in dir völliger Gleichmut und Frieden herrschen, berührt dich die Ausbreitung der Trägheit nicht, und du kannst allmählich oder schnell diesen Frieden mit einer Kraft des höheren Bewusstseins in sie herabbringen, was sie verändern wird. Dann werden die Schwierigkeiten und Schwankungen sowie das Vorherrschen der Trägheit beendet sein, wie es jetzt bei dir der Fall ist.

\*

Die Schwierigkeit ist deshalb größer, weil die Sadhana jetzt unmittelbar auf der physischen Ebene stattfindet, wo die Kraft einer einmal geformten Gewohnheit oder gewohnheitsmäßigen Bewegung sehr stark ist. Wenn die Sadhana auf der mentalen oder vitalen Ebene stattfindet, ist die Kontrolle oder Wandlung leichter, weil Mental und Vital plastischer sind als das Physische. Wenn aber andererseits etwas Endgültiges auf der



physischen Ebene gewonnen wurde, ist es dauerhafter und vollendeter, als wenn es auf der mentalen oder vitalen Ebene allein stattfände.

\*

Wahrscheinlich hast du im Jahre 1933 dich einer größeren *tapasya* unterzogen und eine strenge Kontrolle über dich ausgeübt. Das jedenfalls war dein Zustand zu jener Zeit. Später, als du von der mental-vitalen Ebene herabkamst, hast du dich eine Zeitlang gehenlassen und einen großen Teil der Kontrolle aufgehoben; daher findest du es nun schwierig, sie wieder einzusetzen – wegen der Gewohnheit der automatischen Wiederkehr, die eine Eigenart der physischen Natur ist. Du musst die Kontrolle nun auf andere Weise erlangen, indem du den Frieden festigst und das höhere Bewusstsein darauf aufbaust – die spirituelle Kontrolle, welche die der mentalen *tapasya* ersetzt.

\*

Nein, die mentale Kontrolle aufzuheben ist nicht notwendig; das Beste ist, sie allmählich durch die seelische oder spirituelle zu ersetzen. Viele aber geben sie auf, bevor die andere [Kontrolle] bereit oder während sie noch nicht vollständig ist, und dann wirken die Natur-Kräfte im physischen Bewusstsein; dieses wird dann manchmal durch den herabkommenden Frieden oder die herabkommende Macht von oben beherrscht und ein anderes mal durch die gewöhnlichen Natur-Kräfte. Solche Schwankungen erfährt fast jeder, zumindest in einem bestimmten Stadium, bis der höhere Zustand vorherrscht.

Das übersensitive Grübeln über frühere Schläge, die das Vital empfang, ist eine ungesunde Empfindsamkeit. Was vergangen ist, sollte dich nicht auf diese Weise beherrschen. Man sollte es vielmehr verklingen lassen.

\*

Im physischen Wesen ist die Macht der früheren Eindrücke sehr ausgeprägt, denn es ist der Prozess der immer wieder stattfindenden Eindrücke, durch den das Bewusstsein dazu gebracht wurde, sich in der Materie zu manifestieren – und ebenso durch die gewohnten Reaktionen des Bewusstseins auf diese Eindrücke; die Psychologen würden es vermutlich „Verhalten“ nennen. Eine bestimmte Schule behauptete, dass Bewusstsein nur aus diesen Dingen besteht – das aber ist die übliche Gepflogenheit [der Wissenschaft], ein Detail der Natur auszuweiten, um damit ihre Gesamtheit zu erklären.

\*

Deine Beschreibung stimmt mit dem überein, was die Gita meint, wenn sie sagt, dass alles Tun durch die *prakrti* geschieht. Du empfindest es als mechanisch, weil du im physischen Bewusstsein bist, wo alles mechanisch ist. Auf der mentalen und vitalen

Ebene kann man die gleiche Erfahrung haben. Dort aber ist es die der Tätigkeiten als einem Spiel der Kräfte. Was dir gegenwärtig fehlt, ist die andere Seite der Erfahrung, die des schweigenden *atman* oder aber die des Betrachters *purusa*, der still, ruhig, frei und rein ist, unberührt vom Spiel der *prakrti*. Sie versucht zu kommen, und du bist nahe daran, in sie einzutreten, doch ist deine Neigung, dich nach außen zu wenden, noch zu stark. Von dieser Neigung wurdest du erfasst, als du in das Physische herabkamst – denn es ist die Natur des gewöhnlichen physischen Bewusstseins, sich in die Tätigkeit der äußeren Persönlichkeit zu werfen. Du musst die Macht des inneren Bewusstseins zurückerlangen – oben als *atman* und unten als *purusa*, zuerst Betrachter und dann Beherrscher der Natur.

\*

Die Ursache ist der Einfluss des physischen Bewusstseins. Das physische Bewusstsein oder zumindest seine mehr äußerlichen Teile sind, wie ich dir mitgeteilt habe, ihrer Natur nach träge – sie gehorchen jeder Kraft, der zu gehorchen sie gewöhnt sind und handeln nicht auf eigene Initiative. Wenn die physische Trägheit einen starken Einfluss ausübt oder wenn man in diesen Teil des Bewusstseins herabgekommen ist, fühlt das Mental ebenso wie die stoffliche Natur, dass eine Willenstätigkeit unmöglich ist. Im Gegensatz dazu ist die mentale und vitale Natur ganz auf den Willen und die Initiative ausgerichtet – wenn man also im Mental oder Vital lebt oder unter ihrem Einfluss handelt, ist der Wille immer bereit, aktiv zu sein.

\*

Es ist die Indifferenz des physischen Bewusstseins, welche sagt: „Ich bewege mich nur dann, wenn ich bewegt werde. Bewege mich wer kann.“

\*

Das Physische ist der Sklave bestimmter Kräfte, die eine Gewohnheit schaffen und es dann durch die mechanische Macht der Gewohnheit antreiben. Solange das Mental zustimmt, bemerkst du die Sklaverei nicht; wenn aber das Mental seine Zustimmung zurückzieht, empfindest du die Knechtschaft, du fühlst, wie dich eine Kraft ungeachtet des mentalen Willens drängt. Sie ist sehr hartnäckig, und kehrt immer wieder, bis die Gewohnheit, die innere Gewohnheit, sich im äußeren Akt zu enthüllen, gebrochen ist. Sie ist wie eine Maschine, die, einmal in Bewegung gesetzt, die gleiche Bewegung wiederholt. Du brauchst nicht beunruhigt oder verzagt zu sein; ein ruhiges und beharrliches Streben wird dich zu dem Punkt bringen, an dem diese Gewohnheit zu bestehen aufhört und du frei bist.

\*

Die Gewohnheit im Physischen ist deshalb so hartnäckig und hat den Anschein, unwandelbar zu sein, weil sie immer wiederkehrt, auch wenn man glaubt, dass sie überwunden sei. Sie ist aber in Wirklichkeit nicht unwandelbar; sobald das physische Mental sich löst, abseits steht und ihre Annahme verweigert, beginnt die Gewohnheit ihre Kraft der Wiederkehr im Physischen zu verlieren. Manchmal geht es langsam, manchmal (aber das ist weniger häufig) hört sie plötzlich auf zu bestehen und stellt sich nicht wieder ein.

\*

Die Bedingung ist, dass du mit der Sadhana in dein physisches Bewusstsein herabkommen und allein für die Sadhana und das Göttliche leben musst. Du hast unbedingt die noch weiterbestehenden schlechten Gewohnheiten aufzugeben und nie wieder jene aufzunehmen, die aufgehört haben zu bestehen oder unterbrochen wurden. Innere Erfahrungen sind für die Wandlung des Mentals und höheren Vitals hilfreich, doch für das niedere Vital und äußere Wesen ist eine Sadhana der Selbstdisziplin unerlässlich. Die äußeren Tätigkeiten und die ihnen innewohnende Einstellung müssen sich wandeln, deine äußeren Gedanken und Tätigkeiten müssen allein dem Göttlichen gehören. Selbstbeherrschung, völlige Wahrhaftigkeit in allem, was du tust, ein fortwährendes Denken an das Göttliche – das ist der Weg, um das niedere Vital zu wandeln. Durch deine bewusste Selbst-Weihung und Selbst-Disziplin wird die [Yoga-] Kraft in das äußere Wesen herabgebracht und die Wandlung vollzogen werden.

## II.

Die Kraft der Loslösung wohnt deinem seelischen Wesen inne, und du hast diesen Zustand des Losgelöstseins selbst erfahren. Natürlich war es zunächst nur ein vorübergehender Zustand, weil das äußere Bewusstsein erst darauf vorbereitet wird, daran teilzuhaben, und erst wenn es bereit ist, kann sich das innere immer zeigen und in das äußere Wesen hinaustreten.

Du fragst, ob Mental und Vital nicht genauso im Weg stehen wie das Physische. Ja, aber wenn ich vom physischen Bewusstsein spreche, meine ich sowohl das physische Mental und Vital als auch das eigentliche Körperbewusstsein. Dieses physische Mental und physische Vital befassen sich mit den kleinen, gewöhnlichen Bewegungen des Lebens und werden von einer sehr äußerlichen Auffassung der Dinge sowie durch die gewohnten kleinen Reaktionen gelenkt; sie sprechen auf das innere Bewusstsein nur zögernd an, nicht weil sie sich in aktivem Gegensatz dazu befinden – wie es beim vitalen Mental und dem eigentlichen Vital der Fall sein kann –, sondern weil sie es schwierig finden, ihre gewohnten Bewegungen zu ändern. Das ist es, was du jetzt empfindest und was dich denken lässt, du würdest auf die innere Erfahrung nur unzureichend reagieren. Aber das ist nicht der Fall; in deinem Mental und in einem großen Teil deines Vitals besteht eine beträchtliche Fähigkeit der Reaktion. Was das Physische anbelangt, so ist seine Schwierigkeit universal in jedermann und nicht eine besondere Eigenart von dir. Sie ist in Erscheinung getreten, weil das in der Sadhana immer dann der Fall ist, wenn auf das physische Bewusstsein zur notwendigen Wandlung eingewirkt werden soll. Sobald es

geschehen ist, wird sich die von dir empfundene Schwierigkeit zunächst verringern und dann überhaupt verschwinden.

Es ist dieses Wirken, das fort dauert – und als du in der Meditation das weiße Licht fühltest und das Ergebnis davon, das noch andauerte selbst nachdem du die Augen geöffnet hattest – der Kopf und die Augen kühl und alles groß und weit –, war es dieses Wirken, das in deinem physischen Mental stattfand, um es zu wandeln. Das übrige physische Bewusstsein war noch unter dem Einfluss einer anderen Einwirkung und fühlte daher die Hitze und nicht diese Befreiung und Weite. Später aber kann das Wirken zunächst bis zum Herzen und dann noch tiefer vordringen bis hinab in den ganzen Körper, und die gleiche Befreiung und Weite können sich auch dort einstellen. Natürlich sind die Ergebnisse noch nicht anhaltend, sondern währen nur eine Zeitlang und zeigen sich nur als Erfahrungen, nicht als bleibende Verwirklichungen. Im gegenwärtigen Stadium [der Sadhana] kann es aber nicht anders sein. Diese Erfahrungen, wie flüchtig auch immer, sind dazu ausersehen, die verschiedenen Teile der Natur vorzubereiten, was sie auch tun.

Ich habe dir gesagt, dass X zwei verschiedene Elemente in sich hat. Das äußere Mental in ihr will, dass sie sich der Stickei widmet, wobei sie von der Idee geleitet wird, dass auch andere es tun und dass eine besondere Gunst der Mutter damit verbunden ist (was nicht der Fall ist). Wenn wir ihr erlauben, dieser Idee zu folgen, wirkt es sich spirituell nicht gut für sie aus, zumal jetzt, da ihr inneres Wesen durch Unterwerfung, Hingabe und die Aufopferung ihres Egos gestärkt werden müsste. Daher haben wir diese Veränderung nicht befürwortet. Als es geschehen war, bereute sie es selbst und erkannte, dass sie einen Fehler begangen hatte. Aber das physische Mental kehrt fortwährend zurück zu seinen gewohnten Bewegungen, und es dauert lange Zeit, bis es durch Erfahrung lernt.

Du solltest den Federhalter behalten und benützen. Es ist ein Geschenk der Mutter. Schreibe deine Erfahrungen damit nieder, nimm ihn als Zeichen der in dir wirkenden Liebe und Gnade der Mutter.

\*

Früher waren der mentale Wille, das höhere Vital und die Seele aktiv, ihre Einwilligung reichte daher aus, um das niedere Vital zu unterdrücken oder unwirksam zu machen. Nun aber ist das physische Mental aktiv in dir und das physische Mental misst dem niederen Vital einen Wert bei und verleiht ihm eine Macht, die es früher nicht besaß.

\*

Das Sich-Öffnen des Physischen und Unterbewussten dauert immer lange Zeit, weil es ein Bereich der Gewohnheit und fortwährenden Wiederholung der alten Bewegungen ist – dunkel, steif, unplastisch und nur nach und nach einwilligend. Das physische Mental kann leichter geöffnet und bekehrt werden als das übrige, das Vital-Physische und Stofflich-Physische aber sind widerspenstig. Die alten Dinge kehren dort durch die Macht der Gewohnheit grundlos und immerfort zurück. Ein großer Teil des Vital-Physischen

und das meiste des Stofflichen befinden sich im Unterbewussten oder hängen von ihm ab. Es bedarf einer starken und anhaltenden Aktivität, um dort Fortschritte zu machen.

\*

Solange sie [das Stoffliche und das Unterbewusste] nicht zu streben beginnen oder zumindest dem Streben und Willen des höheren Wesens voll zustimmen, kann es keine andauernde Wandlung in ihnen geben.

\*

Es gibt eine Grenze des Widerstandes [des physischen Mentals und des Vital-Physischen]. Es kommt auf jeden Fall der Tag, an dem der grundlegende Widerstand für immer gebrochen sein wird und nur eine Auseinandersetzung mit Einzelheiten übrigbleibt, die nicht beschwerlich ist.

\*

Ein großer Teil des Körper-Bewusstseins ist unterbewusst, Und das Körper-Bewusstsein und das Unterbewusste sind eng miteinander verbunden.

Der Körper und das Physische entsprechen einander nicht genau – das Körper-Bewusstsein ist nur ein Teil des gesamten physischen Bewusstseins.

\*

Sie [das physische Mental und das vitale Physische] sind dem [Unbewussten] sehr nahe – ausgenommen jener Teil des physischen Mentals, der darin geübt ist, sich mit physischen Gegenständen und Dingen auseinanderzusetzen. Er ist aber nur innerhalb seiner eigenen Grenzen beweglich, aktiv und kompetent. Wenn er sich mit überphysischen Dingen auseinanderzusetzen hat, ist er unfähig und oft töricht, dabei aber rechthaberisch, arrogant und in seiner Unwissenheit dogmatisch. Das übrige physische Bewusstsein ist dem Unbewussten nahe. Auch hier ist es so, dass es in seinem eigenen Bereich genaue Wahrnehmungen und Instinkte haben kann, wenn es fähig ist, spontan zu handeln; im menschlichen Wesen aber wird ihm dies meist nicht erlaubt, da das Mental und Vital sich einmischen. Das vitale Physische ist in seiner Tätigkeit gänzlich irrational – selbst wenn es im Recht ist; vermag es nicht zu erklären, warum; denn es setzt sich mehr als alles übrige aus automatischen oder gewohnheitsmäßigen Instinkten, Impulsen, Eindrücken und Gefühlen zusammen. Das Mental liefert ihm die Gründe und Rechtfertigungen für seine Bewegungen; wenn aber das Mental zurücktritt, urteilt und fragt, kann das vitale Physische nichts anderes antworten als „ich will“, „es gefällt mir“, „es gefällt mir nicht“, „ich empfinde es so“.

\*

Halte in Ruhe durch und lass dich durch nichts entmutigen. Man muss darauf gefasst sein, dass Ruhe und Freude noch nicht beständig sind; das ist anfangs immer der Fall,

wenn auf das physische Bewusstsein und seine Widerstände eingewirkt wird. Wenn du durchhältst, werden sie beständiger werden und längere Zeit anhalten, bis du eine Grundlage aus Frieden und Glückseligkeit hast; und die Störungen, gleichgültig welcher Art, die an die Oberfläche kommen, werden diese Grundlage nicht länger durchdringen oder erschüttern, ja nicht einmal verhüllen können, außer vielleicht für einen Augenblick.

Der fortwährende Stimmungswechsel ist etwas hinreichend Allgemeines; er hat seine Ursache darin, dass auf das physische Vital zur gleichen Zeit eingewirkt wird, und diese Wechselhaftigkeit ist ein Wesenszug der physisch-vitalen Natur. Lass dich dadurch nicht entmutigen – sobald die Grundlage besser gefestigt ist, wird es sich vermindern und das Vital beständiger und ausgeglichener werden.

\*

Die Unstetigkeit, von der du sprichst, liegt in der Natur des physischen Mentals im Menschen – nahezu jeder ist damit behaftet, denn das physische Mental jagt allen möglichen äußeren Dingen nach. Das Bewusstsein innerlich zu festigen, es auf das Göttliche allein zu konzentrieren, ist für alle eine große Schwierigkeit – es ist das, was die Sadhana zu einer langwierigen Sache macht, wofür meist eine langsame Entwicklung des Bewusstseins notwendig ist, jedenfalls zu Beginn. Du brauchst dich also nicht entmutigen zu lassen. Dein inneres Vital besitzt sehr viel starken Willen, und tief in deiner Seele ist das wahre Streben, die wahre Liebe, die hervortreten, sobald die Seele aktiv ist und einmal die ganze Natur beherrscht.

\*

Es ist ganz natürlich, dass die Unstetigkeit des physischen Mentals stört, wenn eine volle, stetige Ruhe und ein ebensolcher Glaube sich ausbreiten wollen – das ist bei jedermann der Fall, was aber nicht bedeutet, dass die Ruhe und der Glaube sich in der menschlichen Natur nicht festigen werden oder können. Alles was ich ausdrücken wollte, war, dass du versuchen solltest, einen Willen zu erlangen, der stetig auf diese Ruhe ausgerichtet ist; dann wird, sobald die Rastlosigkeit und Unsicherheit aufkommen, der Wille zur Ruhe ihnen entgegenreten und rasch die Störung vertreiben. Das würde die Ausmerzungen der Rastlosigkeit oder Ungeduld leichter machen; auf jeden Fall aber ist die Kraft der Mutter da, wirkt hinter den Abweichungen des Oberflächen-Bewusstseins und wird dich durch sie hindurchführen.

Deine Erfahrungen bedeuten, dass du abermals das seelische Wirken flüchtig wahrgenommen hast, das die ganze Zeit über [in dir] stattfindet, selbst wenn kein Anzeichen davon sich an der Oberfläche zeigt. Das goldene Schwert war das Schwert der Wahrheit, das die Schwierigkeiten vernichten wird.

\*

Diese kleinen Dinge des physischen Mentals sind von der Art, wie jedermann sie hat, und sie werden abfallen, wenn das wahrere und weitere Bewusstsein hervortritt. Dein Mental

versteht zwar, aber diese Dinge dauern fort, weil sie in Wirklichkeit zum kleineren vitalen Teil gehören; wenn dieser Teil weit wird, werden sie nicht wiederkehren. Man kann sie entmutigen, indem man im Mental bestimmte Ideen aufrechterhält, wie zum Beispiel, dass diese Dinge, die dich quälen, zur menschlichen Natur gehören und nur mit der Wandlung der Natur verschwinden können, dass man selbst seine Arbeit gut zu verrichten hat, sich aber durch die mangelhafte Arbeit der anderen nicht stören lassen darf, dass ein ruhiger innerer Wille, das Rechte zu tun, für sie wirksamer ist, als sich durch ihre Entgleisungen quälen oder stören zu lassen. Grundlegend aber ist es das erweiterte Bewusstsein in deinem Mental, Vital und Physischen, das dich von diesen kleinen Reaktionen ganz befreien wird. Du brauchst nur weiterzugehen mit Hilfe der Kraft der Mutter, die in dir wirkt, und diese Dinge werden sich später glätten.

\*

Diese kleinen Bewegungen (unnützes Sprechen usw.) zu ändern ist am schwierigsten von allem, und zwar gerade wegen ihrer Geringfügigkeit und weil die Gewohnheit des häufigen Nachgebens als eine natürliche und oberflächliche tägliche Bewegung des Lebens besteht. Das Beste ist, die Kraft, den Frieden und das Licht im Mental und höheren Vital zu konzentrieren, bis sie auch das physische Mental, das jene Bewegungen meist mehr oder weniger stützt, erfassen können; dann kann über das physische Mental mit mehr Erfolg darauf eingewirkt werden.

### III.

Das Gefühl der Hilflosigkeit, der Unmöglichkeit das Hindernis loszuwerden, ist ähnlich der Finsternis selbst ein Charakteristikum des physischen Bewusstseins, welches träge und mechanisch und daran gewöhnt ist, schwerfällig bewegt zu werden durch alle möglichen Kräfte, die von ihm Besitz ergreifen. Aber dieses Gefühl der Hilflosigkeit oder Unmöglichkeit ist etwas Unreales, und ihm nicht nachzugeben, es nicht zu akzeptieren, sich von ihm zu befreien, ist durchaus möglich und dringend notwendig, um das physische Hindernis zu überwinden, das im anderen Fall den Fortschritt sehr verzögern würde.

\*

Ja, auch daran ist das physische Bewusstsein schuld. Es ist besessen von der Idee, dass das, „was ist“, so zu sein hat, dass die Gewohnheit der Dinge nicht geändert werden kann. Diese Unumstößlichkeit dehnt es nicht nur auf das Bestehende aus, sondern auch auf das, wovon es lediglich annimmt, dass es besteht – es öffnet sich träge jeder Suggestion oder Möglichkeit, die durch die Gewohnheit der Dinge gerechtfertigt scheint. Es ist das hauptsächlichste Hindernis für die stoffliche Wandlung.

\*

Deine Annahme, dass ich dir zu deiner Ermutigung Dinge sage, die unwahr sind, stellt die übliche Beschränktheit des physischen Mentals dar – wenn das stimmen würde, wärest nicht *du* untauglich für den Yoga, sondern ich selbst wäre untauglich, irgend jemanden auf der Suche nach der Göttlichen Wahrheit zu lenken. Denn es ist zwar möglich, jemanden durch eine geringere zu einer höheren Wahrheit hinzuführen, aber nicht durch die Falschheit zur Wahrheit. Was deine Tauglichkeit oder Untauglichkeit für den Yoga anbelangt, so ist das nicht eine Frage, die vom physischen Mental beurteilt werden kann, da dieses in seinem Urteil von der unmittelbaren Erscheinungsform der Dinge ausgeht und keine Kenntnis hat von den Gesetzen, die das Bewusstsein lenken, oder den Mächten, die im Yoga wirken. Tatsächlich geht es nicht um die Frage der Tauglichkeit oder Untauglichkeit, sondern darum, die Gnade zu akzeptieren. Es gibt kein menschliches Wesen, dessen physisches, äußeres Bewusstsein – jener Teil von dir, in dem du jetzt lebst – für den Yoga tauglich wäre. Durch die Gnade und ein Licht von oben kann es fähig werden; hierfür aber muss es ausdauernd und für das Licht offen sein. Jeder hat die gleiche Schwierigkeit, wenn er in das physische Bewusstsein eintritt, und fühlt sich untauglich, so als ob, seit er den Yoga ausübt, nichts mit ihm geschehen und nichts in ihm verändert worden wäre; er neigt dann dazu, alles zu vergessen, was früher geschah, oder das Gefühl zu haben, als ob er es verloren hätte oder alles unwirklich oder unwahr gewesen sei.

Ich vermute, dass du dich aus diesem Grund gegen meine Formulierung wendest, dass du [im Yoga] bereits so weit vorangekommen seist. Ich wollte damit sagen, dass sich dein denkendes Mental, dein Herz und höheres Vital wiederholt geöffnet haben, du auch Erfahrungen hattest, sehr klar den Zustand deines eigenen Wesens und deiner Natur erkannt hast und du bereits so weit gekommen warst, dass diese Teile für die spirituelle Wandlung bereit waren – was übrig bleibt, ist das physische und äußere Bewusstsein, das gezwungen werden muss, die Notwendigkeit der Wandlung anzuerkennen. Das ist ohne Zweifel der schwierigste Teil der zu geschehenden Arbeit, es ist aber auch der Teil, der – wenn es einmal getan ist – die totale Wandlung des Wesens und der Natur möglich macht. Daher sagte ich, dass es absurd wäre, nachdem du so weit gegangen bist, wegen dieses Widerstandes jetzt umzukehren und aufzugeben. Es [das äußere physische Bewusstsein] widersetzt sich in jedem, und zwar sehr hartnäckig. Das ist kein Grund, die Bemühung abzuberechen.

Dieses Bewusstsein – oder sein dunkler Teil, der sich an seine alte Einstellung klammert – kam in deinem Brief zum Ausdruck. Es will die Sadhana nicht ausüben, außer es kann durch sie die Dinge erhalten, nach denen es verlangt. Es will die Befriedigung des Egos, „Selbst-Erfüllung“, Anerkennung, die Gewährung seiner Wünsche. Es misst die Göttliche Liebe an äußeren Gunstbezeugungen, mit denen es überschüttet wird, und hält eifersüchtig danach Ausschau, wer von diesen Gunstbezeugungen mehr erhält, um dann zu behaupten, dass das Göttliche es nicht liebe; als Grund dafür führt es etwas an, das entweder dem Göttlichen abträglich ist, oder, wie es in deinen Briefen zum Ausdruck kommt, es zeigt Selbstverachtung und Verzweiflung. Es ist nicht nur bei dir der Fall, dass dieser Teil so fühlt und handelt, sondern beinahe in jedem. Wenn dies das einzige in dir oder anderen Wäre, würde es in Wirklichkeit für den Yoga keine Möglichkeit geben. Aber obgleich es stark ist, macht es nicht das Ganze aus – es gibt ein seelisches Wesen, welches Mental und Herz beeinflusst und erleuchtet und andere Gefühle und eine andere Anschauung der Dinge und Ziele in der Sadhana hat. Diese sind jetzt in dir durch das Aufwallen jenes Teils, der sich wandeln muss, verdeckt.



Er ist tamasisch und will sich nicht wandeln, er will nicht glauben, wenn es nicht durch eine erneute Bestätigung des vitalen Egos geschehen kann. Aber all das ist nichts Neues – es gehört zur menschlichen Natur und ist in ihr immer vorhanden gewesen, die Sadhana behindernd und einschränkend. Sein Bestehen ist kein Grund zur Verzweiflung – jeder hat es, und die Sadhana muss trotzdem ausgeübt werden, trotz der Vermischung, die damit verbunden ist, bis die Zeit kommt, in der es endgültig zurückgewiesen werden kann. Es zu tun, ist schwer, aber durchaus möglich. Ich kenne diese Dinge, und daher bestehe ich darauf, dass du durchhältst, und ermutige dich weiterzumachen. Nicht meine Darlegung der Situation ist unwahr, sondern die Ansicht, die durch diesen dunklen Teil deines Wesens vertreten wird, ist falsch und irrig.

\*

Dieser unerfreuliche Zustand dauert nicht deshalb länger, als er sollte, weil du nicht die wahre Haltung zurückgewinnen kannst, sondern weil du in einem Teil deines Mentals die falsche Suggestion der Unfähigkeit zulässt. Ein Teil deines physischen Bewusstseins bewahrt die Erinnerung an die alten Bewegungen und ist daran gewöhnt, sie zuzulassen, weil er sie für unvermeidlich hält. Du musst mit dem klareren Teil deines Bewusstseins auf der echten Wahrheit bestehen und diese Suggestionen und Gefühle ständig zurückweisen, bis auch dieser dunkle Teil offen ist und das Licht einlässt.

\*

Es ist eine Suggestion der tamasischen Kräfte, die sich an die Schwierigkeit klammern und sie schaffen, und das physische Bewusstsein akzeptiert sie. Streben ist niemals wirklich schwierig. Die Zurückweisung mag nicht sofort wirksam sein, aber den Willen zur Zurückweisung und Verweigerung zu bewahren ist immer möglich.

\*

Was meinst du mit aktiven Mitteln? Die Kraft zu verweigern und zurückzuweisen und mit der Zurückweisung fortzufahren, bis sie wirksam ist, besteht immer im Wesen. Ein ruhiges Streben kann durch nichts behindert werden, außer durch Einwilligung in die Trägheit.

\*

Die Gedanken und Gefühle, die in deinem Brief zum Ausdruck kommen, haben ihren Ursprung in einer Depression und entsprechen für sich betrachtet nicht der Wahrheit. Durch dein Hiersein nimmst du nicht im mindesten den Platz in Anspruch, der einem besseren Sadhak gebühren würde. Für einen guten Sadhak ist auf die eine oder andere Weise immer Platz. Die Unfähigkeit, die du in dir entdeckst, ist einfach der Widerstand

der gewohnten äußeren und physischen Natur, der jedermann eigen ist und den bislang noch keiner, nicht einmal der beste Sadhak, radikal umwandeln konnte; es ist die letzte Sache, die gewandelt wird, und ihr Widerstand ist gegenwärtig besonders kritisch, denn die Macht der Sadhana stürmt auf ihn ein, um die Wandlung herbeizuführen. Wenn dieser Teil hervortritt, versucht er immer den Eindruck zu erwecken, unwandelbar zu sein, unfähig zur Wandlung und unzugänglich für die Sadhana. In Wirklichkeit aber ist es nicht so, und man darf sich durch diesen Anschein nicht täuschen lassen. Was die Furcht vor dem Wahnsinn anbelangt, so ist das nur ein nervlich bedingter Eindruck, von dem du dich befreien solltest. Nicht die vitale Schwäche führt zu solchen Verwirrungen, vielmehr die Dunkelheit und Schwäche im physischen Mental, begleitet von den Bewegungen einer erregten vitalen Natur (zum Beispiel übertriebener spiritueller Ehrgeiz), die für das Mental zu stark sind, um sie zu ertragen. Bei dir trifft das nicht zu. Du hattest lange Zeit die Erfahrung von innerem Frieden, von Weite, Ananda, einem inneren, Gott zugewandten Leben, und jemand, der das hatte, sollte nicht von einer allgemeinen Unfähigkeit sprechen, wie groß auch immer die Schwierigkeiten seiner äußeren Natur sein mögen – Schwierigkeiten, die in der einen oder anderen Form bei allen gleich sind.

\*

Ich habe nicht den geringsten Zweifel, dass du die Sadhana ausüben kannst, wenn du dabei bleibst – natürlich nicht durch deine eigene Stärke allein, denn das ist niemandem gegeben, sondern durch den Willen des seelischen Wesens in dir, unterstützt durch die Göttliche Gnade. Es gibt einen Teil im physischen und vitalen Bewusstsein jedes menschlichen Wesens, der hierzu nicht willens ist, der sich nicht fähig fühlt und jeder Hoffnung, jedem Versprechen einer spirituellen Zukunft misstraut und der jeder derartigen Sache gegenüber träge und gleichgültig ist. All das erhebt sich zu einem bestimmten Zeitpunkt im Verlauf der Sadhana, und man fühlt sich damit identifiziert. Das ist es, was jetzt mit dir geschah, doch Hand in Hand mit einer Attacke von schlechter Gesundheit und nervöser Indisposition, die dieses Durchqueren des dunklen Physischen zu einer düsteren und heftigen Störung machte. Mit hinreichend Schlaf, einer Beruhigung der Nerven und der Rückkehr der physischen Energie sollte das verschwinden, und dann wäre es möglich, das Licht und Bewusstsein in diesen dunklen Teil herabzubringen. Nicht eine intensive Konzentration, die ein [innerliches] Ringen mit sich bringt, ist erforderlich, sondern eine sehr ruhige Haltung des Sich-Öffnens. Nicht eine gesteigerte Bemühung der Sadhana, sondern das Wiederfinden der Ruhe und des Gleichgewichts ist gegenwärtig erwünscht, um das Sich-Öffnen deiner Natur wieder möglich zu machen.

\*

Es war bestimmt nicht deshalb, weil die Mutter sich dir gegenüber anders verhielt wie an anderen Tagen oder dich weit von sich fortschob, sondern weil du in diesem Teil deines physischen Wesens, der noch vor dem Licht zurückschreckt, ganz eingeschlossen warst. Dieser Teil war im Grunde immer verantwortlich für all deine schwierigen Phasen und leidvollen Bewegungen, auch wenn die unmittelbare Schwierigkeit [im Wesen] weiter oben lag. Es liegt in seiner Natur, sich an die alten, gewohnten Bewegungen zu

klammern, vor dem yogischen Bewusstsein zurückzuschrecken und Türen und Fenster vor der angebotenen Hilfe zu verschließen und in der Finsternis zu lamentieren, sobald er sich verletzt fühlt. Das ist eine Sache, von der sich jeder, der vorwärts kommen will, befreien muss. Identifiziere dich nicht mit diesem Teil und bezeichne ihn nicht als dein Selbst. Wende dich zurück, deinem inneren Wesen zu, und betrachte ihn lediglich als einen kleinen, wenn auch widerspenstigen Teil deiner Natur, der gewandelt werden muss. Denn es gibt, abgesehen von seiner Beharrlichkeit, keinen Grund, warum dein Weg in die Wüste führen sollte. Er sollte in eine Weite der Befreiung führen – offen für die Ruhe, den Frieden, die Macht und das Licht, für ein Bewusstsein, das weiter ist als das persönliche und in welchem das Ego sich glücklich auflösen kann.

\*

Zu dem, was in deiner Sadhana geschah, wäre zu sagen, dass du es nicht verhindert hast, in das Fahrwasser des physischen Mentals und der äußeren vitalen Natur zu geraten, und du dich in einer beharrlichen oder ständigen Wiederholung von Ideen und Gefühlen, die jene dir präsentieren, festgefahren hast – Gefühle einer fortwährenden Enttäuschung, Entmutigung und eines Pessimismus über dich selbst und deine spirituelle Zukunft sowie Ideen oder Vorstellungen (wenn ich es so nennen darf), die diesen Gefühlen zu Hilfe kommen und sie unterstützen. Das Ergebnis davon ist, dass du dich gegenüber dem Kontakt mit uns und unserer spirituellen Einflussnahme und Hilfe, die du früher fühltest oder zu fühlen begannst, verschlossen hast. Damit verschließt du dich auch gegenüber deinem eigenen tieferen Selbst, und das macht deine persönliche Bemühung zunichte. Ein Ereignis dieser Art ist etwas hinreichend Allgemeines auf dem Pfad der spirituellen Bemühung, und du hast, um dich von seinen Auswirkungen zu befreien, zuerst die beharrlichen Ideen und Gefühle, die dich in diesem Fahrwasser festhalten, energisch zurückzuweisen. Ich weiß nicht, ob du zu dem früheren Zustand zurückkehren kannst, denn es ist selten, dass man zu einem Punkt in der Vergangenheit zurückkehren kann; es ist aber immer möglich, dass du weitergehst und die Antriebskraft des früher Erreichten wiederentdeckst, das mit Sicherheit in deinem inneren Wesen noch assimiliert ist. Wenn du einen Teil des Yoga durch deine aktiven Bemühungen und dein Streben fortsetzen willst, gibt es keinen Grund, warum du diese Fähigkeit nicht wiederfinden solltest; doch zuerst hast du dich darum zu bemühen, diese untauglichen Gedanken und Gefühle, die alle Hoffnung und allen Glauben in dir lähmen, zurückzuweisen, und zwar ausdauernd, voll und zäh, sie nicht zu akzeptieren, sie nicht zu rechtfertigen und ihnen durch dein Stillschweigen nicht das Recht zu geben, stets den gleichen Ton der Entmutigung, der Unfähigkeit und des Versagens anzustimmen – und nicht ein oder zwei Tage lang, sondern immer, solange sie [auf ihrem Bleiben] beharren oder wiederkehren. Die Ideen, mit denen du sie rechtfertigst, sind – ich wiederhole – nur Vorstellungen des physischen Mentals, nicht wirkliche Dinge; zum Beispiel die Vorstellung, dass du einen bestimmten Gedankengang nicht zu verstehen vermagst (intellektuell etwas zu akzeptieren oder nicht zu akzeptieren ist etwas anderes); denn es ist absolut gewiss, dass dein denkender Verstand hinreichend trainiert ist, um alles zu verstehen, was an ihn herangetragen wird. Es ist nur das physische Mental, das selbst im intelligentesten Menschen beschränkt ist und sich Anfällen von Dummheit oder zumindest größeren oder kleineren Intervallen von reinem Nicht-Verstehen öffnet, wenn es ungewohnten Ideen oder einer neuen Richtung

möglicher Erfahrung oder irgend etwas sonstigem gegenübersteht, das entweder den Gewohnheiten des Mentals fremd oder den vitalen Teilen unwillkommen ist. Ich vermute, wir hatten alle die gleiche Erfahrung dieses unfähigen Elementes in unserer Natur, und wenn man sich daran festklammert, kann es sogar Dinge, die für uns normalerweise leicht sind, schwierig und schwierige Dinge unmöglich erscheinen lassen. Doch warum sollte ein im Denken geübtes Mental diesem seinen armseligen Teil erlauben, es zu beherrschen? Genauso ist es mit anderen Vorstellungen. Es gibt nichts, was ein anderer auf dem Yoga-Weg tun kann, das du nicht auch tun kannst, wenn du den festen Willen dazu hast; manche Dinge mögen aufgrund einer früheren Schulung, von Gewohnheiten und mentalen Assoziationen längere Zeit in Anspruch nehmen, es gibt aber nichts Unmögliches, nichts, was zu schwierig wäre, kein von Natur aus unüberwindliches Hindernis.

\*

Es ist der instinktive (nicht mentale) Wille im äußeren Wesen, der blind ist – das innere Mental weiß und versteht, und wenn es hervortritt, erhellt es das übrige, so dass alles klar wird. Aber das äußere Wesen lässt die Dunkelheit und Verwirrung wiederum zu – sei es durch eine falsche Bewegung des Vitals oder ein träges Akzeptieren der Finsternis des unwissenden physischen Bewusstseins –, und das Wissen wird getrübt. Aber es ist da und braucht nur wieder hervorzutreten. Das physische Bewusstsein ist seiner Beschaffenheit nach unwissend – man kann es dazu bringen zu verstehen, aber es fährt fort zu vergessen und zu empfinden, als ob es nie etwas gewusst hätte – bis schließlich die Kraft und das Licht von ihm Besitz ergreifen, und dann vergisst es nicht mehr.

#### IV.

Du bist mehr in das physische Bewusstsein eingedrungen, wohin der Friede und das Licht des höheren Bewusstseins herabgebracht werden müssen. Das ist häufig zunächst mit einem gewissen Nachlassen der Intensität der Erfahrung verbunden, einer Ausbreitung oder Wiederkehr der alten Bewegungen, die aus den anderen Ebenen verbannt wurden, doch darf man sich hierdurch nicht entmutigen lassen. Der Ausweg ist der, die höheren Kräfte (den Frieden usw.) beharrlicher in diesen Bereich herabzubringen.

\*

Der Drang nach Veräußerlichung muss immer zurückgewiesen werden – es ist die Art und Weise des physischen Bewusstseins, sich der Haltung einer konzentrierten Sadhana zu entziehen. Wenn sich die Arbeit der Wandlung speziell auf das physische Bewusstsein richtet, ist es besonders notwendig, im inneren Bewusstsein zu bleiben und von dort her auf das äußere Wesen einzuwirken, bis auch dieses bereit ist.

\*

Der mondbeschienene *maidān* ist das spirituelle Bewusstsein, an dessen Pforten du gleichsam stehst, seinen Frieden und seine Leichtigkeit fühlend.

Das Hindernis oder die Mauer der Knechtschaft, welche du empfindest, ist ganz einfach die Mauer der Gewohnheiten des gewöhnlichen physischen Bewusstseins. Allen ergeht es so – die gewöhnliche vitale Natur mit ihrem Ego, Begehren, ihren Leidenschaften, Störungen, sowie die gewöhnliche physische Natur mit ihren starken Gewohnheiten und ihrer Äußerlichkeit sind die hauptsächlichsten Hindernisse, die in der [menschlichen] Natur überwunden werden müssen. Wenn sie zur Ruhe kommen, ist es leichter, in das wahre Bewusstsein einzutreten und sich mit der Mutter zu vereinen. Sie sind aber an die Ruhe nicht gewöhnt, und sobald sie sie fühlen, wollen sie aus ihr herauskommen und ihre üblichen Bewegungen wieder aufnehmen. Das aber wird beendet sein, wenn dein Inneres der äußeren Natur hinreichend Boden abgewonnen hat, um sie zu beherrschen. Die inneren Dinge werden wachsen, sie werden mehr und mehr in Erscheinung treten, in dem Maß wie du den inneren Pfad wachsen fühlst, bis sie stark genug sind, das äußere Verhalten zu lenken. Die von dir empfundenen Hemmnisse, das Emporwallen der alten Dinge und die wiederholte Rastlosigkeit usw. haben ihre Ursache in dieser Macht der Gewohnheit der physischen Natur – sie lebt davon, die immer gleichen Bewegungen und gleichen Dinge zu wiederholen, an die sie in der Vergangenheit gewöhnt war. Der innere Einfluss wird in dem Maß, in dem er hervortritt, für sie neue Gewohnheiten des Denkens, Fühlens und Tuns schaffen, und dann wird sie fest in diesen weilen und nicht in den Dingen der alten Natur.

\*

Die Enge usw., über die du dich beklagst, sind normale Dinge für die physische Natur. Es ist die gleiche Sache, die aber auf eine andere Weise wirkt, welche X gegenüber einem Rat rebellieren und sie gereizt und schlecht gelaunt sein lässt, wenn sie auf ihre Fehler hingewiesen wird. So ist die physische Natur von beinahe jedem – intolerant, leicht gereizt und ohne Geduld im Umgang mit anderen. Diese physische Natur aber kann durch die seelische Natur ersetzt und gewandelt werden, und du hattest die Erfahrung, von welcher Art diese seelische Natur ist und wie sie wirkt. Daher weißt du, welche Wandlung in dir stattfinden muss, und du weißt ebenso, dass diese neue Natur bereits in dir vorhanden ist und sich darauf vorbereitet hervorzutreten. Bewahre also den Glauben, dass es bestimmt geschehen wird – und wenn das Physische kommt und [die neue Natur] mit den alten Bewegungen verhüllt, dann versuche daran zu denken und das physische Mental zu erinnern, dass allein durch diese Wandlung in dir selbst und in allen anderen [Menschen] sich die Dinge wandeln können. Jetzt ist es notwendig, dass alle diese seelische Wandlung zu ihrem Hauptziel machen, jeder für sich. Wenn das von einigen erreicht wird, wird es sich schneller unter den übrigen verbreiten. Nur so kann der gegenwärtige Zustand des physischen Bewusstseins voller Ego und Hader zu dem werden, was er sein sollte.

\*

Das, was geschah, ist, dass die Seele in dir, die früher immer im Mental und Vital tätig war, eine Zeitlang durch die Unwissenheit des physischen Bewusstseins verhüllt oder verdeckt war. Die Seele ist es, die dich mit der Mutter verbindet und ihr alle Bewegungen deines Wesens zuwendet oder sie von ihr in Empfang nimmt oder mit ihr vereint und von ihr abhängig macht. Das hat sie auch mit deinem mentalen und vitalen Wesen und seinen Bewegungen so gehalten und dich vor allen falschen mentalen und vitalen Suggestionen und Attacken bewahrt und dir gezeigt, was wahr und falsch ist. Nun ist es wiederum dieses seelische Wesen, das sich auch in deinem physischen Bewusstsein offenbart. Du brauchst nur darin zu leben, und dein ganzes Wesen wird der Mutter zugewandt, mit ihr vereint und vor Zweifel, Irrtümern und falschen Eingebungen geschützt sein – und du kannst wiederum vorwärtsschreiten, der vollen Verwirklichung der Sadhana entgegen.

\*

All das ist sehr gut – es ist der seelische Zustand, der sich ausweitet. Der Friede und das spontane Wissen sind im seelischen Wesen und von dort breiten sie sich zum Mental, Vital und Physischen aus. Im äußeren physischen Bewusstsein versucht die Schwierigkeit noch anzudauern und überträgt die Ruhelosigkeit manchmal auf das physische Mental, manchmal auf die Nerven und manchmal in Form von physischer Störung auf den Körper. All diese Dinge aber können und müssen gehen. Selbst die Krankheit kann gänzlich mit dem Wachsen des Friedens und der Kraft in den Nerven und physischen Zellen aufhören – Magenschmerzen, Augenschwäche und alles übrige.

\*

Die Gewohnheit der Rückkehr dieser Gefühle gehört zum physischen Bewusstsein, und das menschliche Wesen ist in seinem physischen Bewusstsein immer schwach und unfähig, sich von den gewohnten Bewegungen zu befreien oder ihnen zu widerstehen. Es gibt drei Dinge, die ihm dabei helfen können (abgesehen von seinem mentalen Willen, der nicht immer stark genug ist, es zu tun). Zunächst das seelische Wesen; einige Tage lang war deine Seele äußerst aktiv und stieß diese Bewegungen fort, wann immer sie zu kommen versuchten, oder warf sie hinaus, sobald sie eindringen. Diese Aktivität der Seele wird zurückkehren und schließlich in das physische Bewusstsein selbst herabkommen; dann wird es kaum eine Schwierigkeit mehr geben. Zweitens, dass das innere Bewusstsein immer wachsam ist. Gegenwärtig ist das schwierig, denn um das innere Bewusstsein zu allen Zeiten wach zu halten, bedarf es deines Sich-Vertiefens – dann wird der Schleier zwischen dem äußeren und inneren [Bewusstsein], der sich [gegenwärtig] nur dann lüftet, wenn du dich in Konzentration befindest, aufhören zu existieren, auch wenn du in einem gewöhnlichen, unkonzentrierten Zustand bist. Dieses Sich-Vertiefen ist der Grund, weshalb sich in dir der starke Hang zu einer Wende nach innen einstellt. Und drittens, dass die Kraft der Mutter immer gegenwärtig ist und auch sofort eine Erwidern vom physischen Bewusstsein erhält. Diese drei Dinge zusammen vermögen alles zu bewerkstelligen. Es dauert einige Zeit, um sie alle drei gleichzeitig aktiv sein zu lassen, es wird aber mit Sicherheit kommen, und damit werden diese inneren Schwierigkeiten aufhören.

\*

Es ist unvermeidlich, dass im Verlauf der Sadhana alle möglichen Zustände auftreten, durch die man zur Fülle des wahren Bewusstseins geführt wird. Du bist jetzt, wie es bei den meisten der Fall ist, im physischen Bewusstsein, und seine hauptsächlichste Schwierigkeit ist die Veräußerlichung sowie das Verhüllen der aktiven Erfahrung, so dass man nicht weiß, was innerlich vor sich geht, oder das Gefühl hat, als ob nichts passieren würde. Wenn das der Fall ist, bedeutet es, dass etwas hervorgetreten ist, ein Teil oder eine Ebene des Physischen, auf die eingewirkt werden muss, und nachher – es mag längere oder kürzere Zeit dauern – beginnt die bewusste, aktive innere Erfahrung von neuem. Die Lautlosigkeit im Mental ist an sich nichts Schlechtes, sie ist eine günstige Voraussetzung für die Arbeit. Auch muss das, was deiner Beschreibung nach im Kopf stattfindet, das Wirken der [Yoga-] Kraft dort sein – das lässt manchmal den Eindruck von Kopfschmerzen entstehen. Vermutlich findet eine Arbeit im physischen Mental statt, um es von irgendeiner Schwierigkeit zu befreien, oder aber um es auf das, was von oben kommt, besser vorzubereiten.

Um durch diese Zustände hindurchzugehen und nicht furchtsam oder rastlos zu werden, ist große Geduld notwendig und auch das Vertrauen darauf, dass alle Schwierigkeiten überwunden werden.

\*

Nicht, dass immer etwas „falsch“ in dir wäre, es gibt vielmehr im unterbewussten physischen Wesen noch einen Teil der daran gewöhnt war, sehr stark auf die Vibrationen dieser Gedanken und Gefühle zu reagieren, und immer noch darauf reagiert. Im allgemeinen würdest du ihnen gar nicht erlauben, in Form von Gedanken oder Gefühlen aufzukommen – sie würden sich lediglich als eine Depression des Körpers oder eine Ermüdung offenbaren – oder du würdest, wenn sie aufkämen, sofort darüber hinwegkommen, und die Vibrationen würden abklingen und verschwinden. Aber bei der Atmosphäre, die mit der Überflutung durch das gewöhnliche Bewusstsein stark überladen ist, besteht eine verringerte Elastizität im physischen Bewusstsein, und daher konnten sie [die Gefühle] entstehen. Das ist eine außerordentlich häufige Erfahrung. Man muss sich von diesen noch schwachen Teilen loslösen und sie als ein Detail im Mechanismus betrachten, der in Ordnung gebracht werden muss. Auch ist dein Nervenwesen [das vitale Physische] äußerst bewusst und sensitiv, und irgend etwas Falsches in der Atmosphäre beeinträchtigt es mehr als es bei den meisten anderen der Fall ist.

\*

Was du in deiner Brust fühltest, war der Versuch der alten Unwissenheit, durch die physische Attacke die vitale Ruhelosigkeit, Depression und Verwirrung zurückzubringen – denn jetzt ist sie auf die Verdunkelung des Physischen angewiesen, um das Licht und die Kraft an ihrem Kommen zu hindern, um ihr Wirken zu trüben, Störung zu schaffen und die Ruhe zunichte zu machen. Weise sie zurück, so wie du es schon diesmal getan hast, wann immer sie zu kommen versucht.

\*

Es ist sehr gut, dass alles diesen Verlauf genommen hat und das wahre Bewusstsein seine Kontrolle im Physischen kräftigte. Diese Dinge sind in Wirklichkeit Attacken, die den Zweck haben zu verhindern, dass die Kontrolle im physischen Wesen errichtet wird – so wie es in den inneren [Wesens-] Teilen geschah. Wo immer sich das physische Bewusstsein öffnet, kann die [Yoga-] Kraft alles beseitigen, was eine Störung verursachen könnte. Manchmal dauert es einige Zeit, bis der Widerstand überwunden ist, vor ihr aber schwindet schließlich alles dahin.

\*

Es ist tatsächlich das Körperbewusstsein, das noch Schwierigkeit bereitet – wenn aber Ruhelosigkeit und Verwirrung aufkommen, musst du sie sofort darbringen und darum bitten, dass der widerstrebende Teil sich öffnet. Auf diese Weise ist es möglich, einen Zustand herzustellen, in welchem mit der aufkommenden Schwierigkeit gleichzeitig auch die entgegengewirkende Kraft in Erscheinung tritt. Daher wird die Schwierigkeit nicht von langer Dauer sein.

\*

Für deine Sadhana ist es notwendig, zuerst das physische Wesen ganz zu öffnen und in ihm die Herabkunft der Ruhe, Stärke, Reinheit und Freude zu stabilisieren sowie das Gefühl der Gegenwart und des Wirkens der Kraft der Mutter in dir. Allein auf dieser gesicherten Grundlage kann man ein völlig wirksames Instrument für die Arbeit werden. Ist das einmal geschehen, muss noch die dynamische Umwandlung des instrumentalen Wesens erreicht werden, und das hängt von der Herabkunft einer höheren und immer höheren Bewusstseinsmacht in das Mental, Vital und den Körper ab – „höher“ bedeutet näher und immer näher zum Licht und zur Kraft des Supramentals. Das aber kann nur auf der von mir erwähnten Grundlage geschehen und wenn das seelische Wesen ständig im Vordergrund ist und als Mittler zwischen dem instrumentalen Mental, Vital und Körper und diesen höheren Wesens-Ebenen wirkt. Diese grundlegende Stabilisierung muss also zuerst vollendet sein.

\*

Ja, das ist die Zeit, in der du ausharren musst, bis du in deinem inneren Bewusstsein ganz gefestigt bist, und die Nachhaltigkeit des Schweigens und Friedens ist ein Zeichen, dass es jetzt möglich ist. Wenn man diese Art von Schweigen, Frieden und Weite fühlt, kann man sicher sein, dass sie zum wahren Wesen gehören, dem wirklichen Selbst, das in das Mental und Vital eindringt und vielleicht auch in das physische Bewusstsein. Die Rastlosigkeit des Physischen wird vermutlich durch den Frieden und das Schweigen ausgelöst, die das Physische berühren, aber noch nicht das stoffliche oder Körper-Bewusstsein durchdrungen haben. Die frühere Rastlosigkeit ist noch im Körper und versucht zu bleiben, obwohl sie weder in das Mental noch in das Vital eindringen kann



und nicht einmal ganz allgemein in das physische Bewusstsein als Ganzes. Wenn der Friede nach dort herabkommt, wird die Rastlosigkeit beendet sein.

Die sexuelle Erregung stammt vom wachen Unterbewussten. Wenn sie sich im Wachbewusstsein nicht offenbaren kann, steigt sie im Schlaf aus dem Unterbewussten hoch. Das Mental darf sich nicht stören lassen – es wird mit dem übrigen verschwinden.

\*

Dies ist eine Form, die der Widerstand im Physischen leicht und oft annimmt – ein Unbehagen voll Rastlosigkeit im Nervensystem. Wenn sie in den Beinen auftritt, bedeutet es, dass der stofflichste Teil des Bewusstseins der Sitz der Störung ist. Da sie sich gezeigt hat, sollte sie für immer verbannt werden. Dieser Teil ist vermutlich hinreichend bewusst geworden, um den erhöhten Druck zu empfinden, wenn die [Kraft der] Mutter herabkommt, aber nicht genügend, um ihn aufzunehmen und assimilieren zu können – daher das Unbehagen und der Widerstand. Wenn das der Fall ist, wird es von selbst verschwinden – wenn du dich dort etwas mehr öffnest.

\*

Was du beschreibst – Dumpfheit, Unbehagen, Schwäche, das Gefühl, alt und erschöpft zu sein oder krank – sind die aufkommenden Reaktionen, wenn sich die Trägheit der physischen Natur dem Licht widersetzt – die anderen, das Gefühl der Würde und Selbstachtung (des Egos), sind die Reaktionen des Vitals. Beiden Arten muss die Annahme verweigert werden. Es gibt nur ein Ziel, dem man zu folgen hat: das Wachsen des Friedens, des Lichtes, der Macht und eines neuen Bewusstseins im Wesen. Mit jenem neuen Bewusstsein wird das wahre Wissen, Verstehen, die wahre Stärke, das wahre Gefühl kommen, und statt des Aufruhrs und Kampfes wird es eine Harmonie und die Einung mit dem Göttlichen Bewusstsein und Willen schaffen.

\*

Eine gewisse Trägheit, der Hang zum Schlafen, die Lässigkeit, die Unlust oder Unfähigkeit für die Arbeit oder spirituelle Bemühung längere Zeit hindurch stark zu sein, das alles ist in der Natur des menschlichen physischen Bewusstseins verwurzelt. Wenn man sich in sein Physisches hinabwendet, um es zu wandeln (das war der allgemeine Zustand hier für lange Zeit), verstärken sich diese Dinge [Trägheit usw.]. Dies steigert sich manchmal vorübergehend, wenn der Druck der Sadhana im Physischen zunimmt oder man sich sehr nach innen wenden muss – der Körper braucht entweder mehr Ruhe oder verwandelt die nach innen gerichtete Bewegung in den Hang zu schlafen oder sich auszuruhen. Du brauchst dir darüber jedoch keine Sorgen zu machen. Nach einiger Zeit regelt sich das von selbst; das physische Bewusstsein empfängt den wahren Frieden und die Stille in den Zellen und fühlt sich ausgeruht, auch wenn es sich in voller Arbeit oder in einem höchst konzentrierten Zustand befindet, und dieser Hang zur Trägheit verschwindet aus der Natur.

\*

Nachts hat die Trägheit immer größere Chancen, weil im Schlaf ein bedeutender Teil vom Unterbewussten eingenommen wird – aber abgesehen davon sollte eine innere Reaktion gegen das Aufkommen der Trägheit bestehen. Die Ruhe in den Zellen des Körpers, selbst die Empfindung der Unbeweglichkeit (so dass der Körper eher bewegt zu werden scheint als dass er sich selbst bewegt) ist etwas ganz anderes und leicht von der Trägheit zu unterscheiden. Das Herabfließen des Friedens bringt meist viel vom statischen Brahman in das Bewusstsein bis ins Physische herab, so dass man jenes „unbeweglich, bewegt es sich“ der Upanishad empfindet.

\*

Mir ist kein wirksames äußerliches Mittel bekannt, um sich davon zu befreien [der Trägheit]. Manche verbringen die Zeit, in der sie die Sadhana nicht ausüben können, mit anderen Dingen – Lesen, Schreiben oder Arbeiten – und machen nicht im mindesten den Versuch, sich zu konzentrieren. Ich vermute aber, dass in deinem Fall der Körper es ist, der Kraft benötigt.

\*

Es ist völlig richtig, dass Körperübungen sehr notwendig sind, um **tamas** fernzuhalten. Ich freue mich, dass du sie jetzt betreibst, und hoffe, dass du weitermachen wirst.

Physische **tamas** kann in ihren Wurzeln nur durch die Herabkunft und Umwandlung ausgemerzt werden, jedoch können Körperübungen und die regelmäßige Tätigkeit des Körpers das Vorherrschen eines tamasischen Zustandes im Körper immer verhindern.

\*

In der Sadhana ist es notwendig, ein starkes Mental, einen starken Körper und eine starke Lebenskraft zu haben. Es sollte besonders darauf geachtet werden, **tamas** hinauszustoßen und Stärke und Kraft in das Gefüge der Natur zu bringen.

Der Yoga-Weg muss etwas Lebendiges sein, nicht ein mentales Prinzip oder eine festgelegte Methode, an die man sich ungeachtet aller notwendigen Spielarten klammert.

\*

Die Schwäche des Körpers muss geheilt und darf nicht übergangen werden. Das kann nur geschehen, indem man die Kraft von oben herabbringt, nicht indem man lediglich den Körper zwingt.

\*

Durch Überanstrengung wird die Trägheit nur verstärkt – der mentale und vitale Wille können den Körper zwingen, aber der Körper fühlt sich mehr und mehr überfordert und setzt sich letzten Endes durch. Nur wenn der Körper selbst den Willen und die Kraft zur Arbeit fühlt, kann man sie verrichten.

\*

Die erste Regel lautet: genügend Schlaf und Ruhe, nicht im Übermaß, doch auch nicht zu wenig.

Der Körper muss für die Arbeit geschult werden, darf aber nicht über seine höchstmögliche Leistungsfähigkeit hinaus angestrengt werden.

Das äußere Mittel ohne das innere ist ohne Wirkung. Bis zu einem gewissen Grad kann der Körper durch ein progressives Training für die Arbeit fähiger gemacht werden. Wichtig aber ist, die Kraft für die Arbeit und den *rasa*, der Arbeit in den Körper herabzubringen. Dann wird der Körper ohne zu murren oder sich ermüdet zu fühlen das tun, was von ihm verlangt wird.

Selbst wenn die Kraft und der *rasa* vorhanden sind, muss man sein Gefühl für das Maß bewahren.

Arbeit ist ein Mittel, sich dem Göttlichen zu weihen, sie muss jedoch mit dem notwendigen inneren Bewusstsein verrichtet werden, an dem das äußere Vital und Physische auch teilhaben.

Ein fauler Körper ist bestimmt kein geeignetes Instrument für den Yoga – er muss aufhören, faul zu sein. Aber auch ein ermüdeten und lustloser Körper kann nicht richtig empfangen oder ein gutes Instrument sein. Jedes Extrem zu vermeiden ist das Richtige.

\*

Wenn der Körper nach der Arbeit schmerzt, tust du im Hinblick auf deine physische Kraft möglicherweise zu viel und überforderst den Körper. Wenn du Arbeit verrichtest, kommt die [Yoga-] Kraft in dich herab, nimmt die Form von vitaler Energie an und stützt deinen Körper, so dass er *während dieser Zeit* die Anstrengung nicht fühlt; wenn du aber zu arbeiten aufhörst, kehrt der Körper in seinen normalen Zustand zurück und spürt die Auswirkung – er ist noch nicht hinreichend offen gewesen, um die Kraft zu bewahren. Du musst abwarten, ob diese Auswirkung des Schmerzes anhält; wenn sie vorübergeht, ist es in Ordnung; im anderen Fall solltest du darauf achten, dich nicht durch zu viel Arbeit zu überanstrengen.

\*

Es ist dem guten seelischen Zustand in dir zuzuschreiben, dass diese Leichtigkeit und Kraft für die Arbeit über dich kommen; denn damit bist du offen für die Kraft der Mutter, und sie ist es, die in dir wirkt, so dass es keine Ermüdung gibt. Früher hast du nach der Arbeit Müdigkeit empfunden, weil dein Vital offen und die vitale Energie das Instrument der

Arbeit war; das Körperbewusstsein aber war nicht ganz offen und empfand die Anstrengung. Diesmal scheint sich auch das Physische geöffnet zu haben.

\*

Der Schmerz, das Brennen, die Rastlosigkeit, das Weinen und die Unfähigkeit zur Arbeit, die du empfindest, treten auf, wenn eine gewisse Schwierigkeit oder ein Widerstand in einem Teil der [menschlichen] Natur besteht. Wenn sich das einstellt, rufe die Mutter und weise diese Dinge zurück; wende dich ihr zu, damit der Friede und die Ruhe in dein Mental zurückkehren, sich im Herzen festigen und für diese anderen Dinge kein Platz mehr ist.

## V.

Das dem Essen Verhaftetsein, die Gier und das heftige Verlangen danach, machen es zu einer ungebührlich wichtigen Sache im Leben, die dem Geist des Yoga widerspricht. Festzustellen, dass etwas gut schmeckt, ist nichts Falsches, man darf es nur nicht begehren oder danach trachten, weder jubeln, wenn man es erhält, noch missmutig oder betrübt sein, wenn man es nicht erhält. Man muss ruhig und gleichmütig sein, darf nicht aufgeregt oder unzufrieden werden, wenn das Essen nicht schmackhaft oder sehr reichlich ist, sondern man hat eine bestimmte notwendige Menge zu essen, nicht weniger und nicht mehr. Weder heftiges Verlangen noch Widerwille sollte vorhanden sein.

Ständig an das Essen zu denken und sich den Kopf darüber zu zerbrechen, ist ein ganz falscher Weg, sich von der Esslust zu befreien. Räume dem Nahrungselement den richtigen Platz im Leben ein, eine kleine Ecke, konzentriere dich auf andere Dinge und nicht darauf.

\*

Es ist bestimmt nicht sehr yogisch, sich durch die Aufdringlichkeit des Gaumen derart quälen zu lassen. Diese kleinen Begierden, denen viele Menschen, die durchaus keine Yogis und auch keine Anwärter auf den Yoga sind, den richtigen Platz einzuräumen wissen, scheinen – wie ich feststelle – eine übermäßige Wichtigkeit im Bewusstsein der Sadhaks hier einzunehmen – sicherlich nicht bei allen, doch bei vielen. Sie scheinen in diesen wie in anderen Belangen nicht zu erkennen, dass man, wenn man den Yoga ausüben will, in allen Dingen, ob klein oder groß, immer mehr die yogische Haltung einzunehmen hat. Diese Haltung besteht auf unserem Weg nicht in gewaltsamer Unterdrückung, sondern, was die Ziele der Begierden anbelangt, in Loslösung und Gleichmut. Heftige Unterdrückung steht auf der gleichen Stufe mit freier Befriedigung; in beiden Fällen bleibt die Begierde erhalten; in dem einen wird sie durch Befriedigung genährt, im anderen bleibt sie verborgen und wird durch Unterdrückung verschlimmert. Nur dann, wenn man zurücktritt und sich vom niederen Vital löst, wenn man sich weigert, seine Begierden und lauten Forderungen als die eigenen zu betrachten, und im Bewusstsein eine völlige Gleichgültigkeit und Gleichmütigkeit ihnen gegenüber bewahrt, wird das niedere Vital selbst allmählich geläutert und auch still und gleichmütig werden.

Jede Woge des Begehrens muss, sobald sie sich zeigt, beobachtet werden, so ruhig und mit einer so unbewegten Loslösung, wie du etwas beobachten würdest, das außerhalb von dir vor sich geht, und man muss sie vorübergehen lassen, aus dem Bewusstsein verweisen und immerfort die wahre Bewegung, das wahre Bewusstsein an ihre Stelle setzen.

Wäre es nicht besser, wenn die Menschen sich erinnern würden, dass sie um des Yoga willen hier sind und diesen zum Salz und zur Würze ihres Lebens machen, und die *samatā* des Gaumens erwerben würden. Meiner Erfahrung nach würden dann alle Sorgen schwinden und selbst die Küchen- und Kochprobleme ihr Ende finden.

\*

Mach dir keine Gedanken über das Essen. Nimm es in der richtigen Menge zu dir (weder zu viel noch zu wenig) ohne Gier oder Abneigung, als ein Mittel, das dir von der Mutter zur Erhaltung des Körpers gegeben wurde – in der richtigen Einstellung, indem du es dem Göttlichen in dir darbringst; dann besteht keine Gefahr, dass es Trägheit verursacht.

\*

Wichtig ist, ausreichend Nahrung zu sich zu nehmen und dann nicht mehr darüber nachzudenken, sie nur als ein Mittel zur Erhaltung des physischen Instrumentes zu betrachten. Aber genauso wie man sich nicht überessen sollte, darf man die Nahrungsmenge auch nicht zu sehr verringern – es erzeugt eine Reaktion, die das Ziel verfehlt –, denn das Ziel ist, die Konzentration auf spirituelle Erfahrung und spirituellen Fortschritt nicht beeinträchtigen zu lassen, weder durch die Gier nach Nahrung noch durch die schweretamas des Physischen, die das Ergebnis von übermäßigem Essen ist. Wenn der Körper unzureichend ernährt wird, denkt er mehr an Essen als im anderen Fall.

\*

Diese Dinge erheben sich immer noch in dir, weil sie so lange Zeit bedeutende Schwierigkeiten darstellten und, was das erstere anbelangt, du es eine Zeitlang gedanklich sehr gerechtfertigt hast. Doch wenn das innere Bewusstsein derart wächst, werden sie mit Sicherheit verschwinden. Wenn sie sich aber erheben, gewähre ihnen keine Zuflucht. Vielleicht war deine Haltung hinsichtlich der Gier nach Nahrung nicht ganz korrekt. Die Gier nach Nahrung muss überwunden werden, doch sollte man nicht zu viele Gedanken darauf verschwenden. Eine gewisse Gleichgültigkeit gegenüber der Nahrung ist mit Sicherheit die richtige Einstellung. Die Nahrung dient der Erhaltung des Körpers, und zu diesem Zweck sollte man genügend essen – soviel der Körper braucht; wenn man ihm weniger gibt, entsteht im Körper ein Bedürfnis und Verlangen; wenn du mehr gibst, ist es Nachgiebigkeit gegenüber dem Vital. Was bestimmte dem Gaumen zusagende Dinge anbelangt, so sollte die Haltung des Mentals und Vitals die sein: „Wenn ich es erhalte, nehme ich es an, wenn ich es nicht erhalte, macht es mir nichts aus“. Man

sollte nicht zu viel an das Essen denken, weder schwelgen noch es übermäßig unterdrücken – das ist das beste.

\*

Zuviel zu essen macht den Körper stofflich und schwer, zu wenig zu essen macht ihn schwach und nervös – man muss die wahre Harmonie und das Gleichgewicht zwischen dem Erfordernis des Körpers und der eingenommenen Nahrung finden.

\*

Es hängt davon ab, was du vertragen kannst. Wenn du es vertragen kannst, schadet es nichts, mehr zu essen, weil du hungrig bist. Alle diese Dinge hängen vom wahren Erfordernis des Körpers ab, und das mag in verschiedenen Fällen verschieden sein gemäß der Konstitution des Körpers, der Menge der geleisteten Arbeit oder der Körperübungen, die man ausführt. Möglicherweise hast du deine Nahrung zu sehr verringert – versuche also, etwas mehr zu essen.

\*

Das ist ganz natürlich. Körperübungen steigern immer den Appetit, weil der Körper mehr Nahrung benötigt, um die mehr verbrauchte Energie zu ersetzen. Je mehr physische Arbeit der Körper verrichtet, umso mehr Nahrung braucht er normalerweise. Auf der anderen Seite erfordert mentale Arbeit keine Steigerung der Nahrungsmenge – das wurde wissenschaftlich durch Experimente festgestellt. Hunger kann aufgrund anderer Ursachen zunehmen, wenn er aber damit zusammentrifft, dass du anstrengende Spiele oder Körperübungen aufgenommen hast, ist das ganz normal.

\*

Im vorgertückten Alter ist es wünschenswert, die Kost zu verringern.

\*

Diese Neigung der Natur [die Esslust] solltest du weder übergehen noch zu sehr beachten; man muss sich damit auseinandersetzen, sie läutern und bezähmen, ohne ihr zu große Bedeutung beizumessen. Es gibt zwei Wege, sie zu überwinden: den einen der Loslösung – das Essen lediglich als eine physische Notwendigkeit und die vitale Befriedigung des Magens und Gaumens als eine Sache ohne Belang zu betrachten lernen; der andere Weg besteht darin, ohne Beharrlichkeit oder Verlangen jedes angebotene Essen anzunehmen und – gleichgültig, ob andere es gut oder schlecht finden – den

gleichen *rasa* in ihm zu finden, nicht den der Nahrung als solcher, sondern den des universalen Ananda.

\*

Diese Verallgemeinerungen auf beiden Seiten haben nicht viel Wert. Man braucht die Nahrung nicht zu hassen, um sich von der Gier nach Nahrung zu befreien. Auf der anderen Seite kann es förderlich sein, gegenüber gewissen Dingen eine Abneigung zu entwickeln, um sie zurückzuweisen – doch ist das nicht immer die Lösung, denn sie können trotz der Abneigung bestehen bleiben.

\*

Es ist falsch, den Körper zu vernachlässigen und ihn verkommen zu lassen; der Körper ist das Instrument der Sadhana und sollte in gutem Zustand erhalten werden. Man sollte ihm nicht verhaftet sein, doch darf es auch keine Vernachlässigung oder Missachtung des stofflichen Teils unserer Natur geben.

In diesem Yoga besteht das Ziel nicht nur in der Einung mit dem höheren Bewusstsein, sondern auch darin (durch diese Macht des höheren Bewusstseins) das niedrigere Bewusstsein einschließlich der physischen Natur umzuwandeln.

Um zu essen, braucht man kein Verlangen, keine Gier nach Nahrung zu haben. Der Yogi isst nicht aus Begehrlichkeit, sondern um den Körper zu erhalten.

\*

Das Verhaftetsein mit wohlschmeckender Nahrung muss ebenso aufgegeben werden wie das persönliche Verhaftetsein damit, eine Stellung einzunehmen und Dienst auszuüben; für diesen Zweck ist es jedoch nicht unerlässlich, asketische Diät einzunehmen oder alles, was mit einer Tätigkeit verbunden ist, wie Geld und ein Amt, aufzugeben. Der Yogi muss *niḥsva* [ohne Besitz] werden, und zwar in dem Sinne, dass er fühlt, dass nichts ihm, sondern alles dem Göttlichen gehört, und er muss zu jeder Zeit bereit sein, alles dem Göttlichen zu geben. Es ist aber sinnlos, alles von sich zu werfen, um ohne zwingenden Grund äußerlich *niḥsva* zu sein.

\*

Ich vermute, du bist dir des Prinzips des Hungers im Vital-Physischen bewusst geworden. Er wird weder aufhören zu bestehen, indem du ihn befriedigst, noch indem du ihn gewaltsam unterdrückst – er kann gewandelt werden, indem du einen Willen zur Wandlung auf ihn richtest und ein höheres Bewusstsein herabbringst.

\*

Hunger auf diese Weise zu unterdrücken ist nicht gut, es bringt sehr oft Störungen mit sich. Ich bezweifle, ob Belebtheit oder Schlankheit von gesunder Art etwas mit der

aufgenommenen Nahrungsmenge zu tun hat – es gibt Menschen, die gut essen und schlank sind, und andere, die nur eine einzige Mahlzeit am Tag einnehmen und dick bleiben. Durch Unterernährung (weniger zu essen als der Körper wirklich braucht), wird man ausgezehrt, doch ist das kein gesunder Zustand. Die Ärzte sagen, dass es größtenteils vom Funktionieren gewisser Drüsen abhängt. Auf jeden Fall ist es jetzt wichtig, die Stärke der Nerven zurückzuerlangen.

Auch hinsichtlich der Leber hilft wenig zu essen nicht, sehr oft macht es die Leber träge, so dass sie weniger gut arbeitet. Gegen Störungen der Leber wird empfohlen, fettes Essen und zu viel Süßigkeiten zu meiden. Aber zu wenig zu essen ist nicht gut – es mag für gewisse Magen- oder Darmerkrankungen richtig sein, aber nicht für eine gewöhnliche Leberstörung.

\*

Zum Nahrungsproblem der *sannyasins*: *sannyasins* setzen die Begierden in dieser und anderer Richtung unter Druck – sie nehmen aus Prinzip asketische Nahrung zu sich; das tötet aber nicht notwendigerweise die Gier nach Nahrung ab, sie wird vielmehr komprimiert und kann sich, wenn der Zwang oder das Prinzip verschwindet, wiederum erheben, und zwar stärker als zuvor – eine Kompression ohne Beseitigung verstärkt häufig die Kraft dieser Dinge, statt sie zu vernichten.

\*

Bei einer Unterdrückung der Gier nach Essen habe ich immer festgestellt, dass dann für eine gewisse Zeit ein starker Hunger oder ein Erfordernis aufkommt, in großen Mengen zu essen, als ob sich der Körper einen Ausgleich für den früheren Mangel schaffen würde.

\*

Was ich den Menschen als erstes sage, wenn sie nicht essen oder schlafen wollen, ist, dass kein Yoga ohne hinreichende Nahrung und genügend Schlaf ausgeübt werden kann (siehe die Gita zu diesem Punkt). Fasten oder Schlaflosigkeit macht die Nerven morbid und erregt, schwächt das Gehirn und führt zu Wahnvorstellungen und Phantasien. Die Gita sagt, dass Yoga nicht für jemanden sei, der nicht isst oder nicht schläft, sondern dass man ihn am besten ausüben kann, wenn man ausreichend schläft und isst – *yuktāhārī yuktanidrah*. Mit allen anderen Dingen ist es genauso. Habe ich nicht oft gesagt, dass mir übermäßige Zurückgezogenheit verdächtig vorkomme und dass nichts anderes zu tun als zu meditieren eine einseitige und daher ungesunde Sadhana sei?

\*



Die Idee, das Essen aufzugeben, ist eine falsche Suggestion. Du kannst dich an eine kleine Nahrungsmenge gewöhnen, aber nicht ganz und gar ohne Nahrung bleiben, es sei denn für verhältnismäßig kurze Zeit. Erinnere dich, was in der Gita steht: „Yoga ist nichts für jemanden, der übermäßig isst, noch für den, der sich gänzlich des Essens enthält“. Vitale Energie ist die eine Sache – davon kann man auch ohne Nahrung eine große Menge in sich aufnehmen, und häufig nimmt sie durch das Fasten zu – aber die physische Substanz, ohne welche das Leben seinen Halt verliert, ist etwas ganz anderes.

\*

Man kann die Stärke herabholen, es ist aber ebenfalls notwendig, darauf zu achten, dass der Körper genügend Nahrung, Schlaf und Ruhe hat – ohne diese Dinge werden die Nerven angestrengt, und wenn dies der Fall ist, fühlt der Körper Ermüdung und wird geschwächt.

\*

Nicht zu essen, um sich von der Gier nach Nahrung zu befreien, ist der asketische Weg. Unser Weg besteht aus Gleichmut und Nicht-Verhaftetsein.

\*

Es ist richtig, dass man durch Fasten, sofern Mental und Nerven stabil sind oder eine dynamische Willenskraft besteht, für eine gewisse Zeit in einen Zustand innerer Energie und Aufnahmebereitschaft eintreten kann, der dem Mental verlockend erscheint und die üblichen Reaktionen wie Hunger, Schwäche, Darmstörung usw. können dabei gänzlich vermieden werden. Aber der Körper leidet an Auszehrung, und es kann sich im Vital leicht ein morbider, überforderter Zustand entwickeln, der dadurch verursacht wird, dass das Nervensystem mit mehr vitaler Energie überflutet wird als es zu assimilieren oder koordinieren vermag. Nervöse Menschen sollten der Versuchung des Fastens widerstehen, welches häufig von Wahnvorstellungen und Gleichgewichtsverlust begleitet wird oder sie zur Folge hat. Besonders wenn es durch einen Hungerstreik ausgelöst wird oder etwas Derartiges aufkommt, wird Fasten gefährlich, denn dann handelt es sich um Nachgiebigkeit gegenüber einer vitalen Regung, die leicht zu einer für die Sadhana schädlichen und verderblichen Gewohnheit werden kann. Selbst wenn alle diese Reaktionen vermieden werden, hat Fasten nicht viel Sinn, da die höhere Energie oder Aufnahmebereitschaft nicht durch künstliche oder physische Mittel herbeigeführt werden sollte, sondern durch die Intensität des Bewusstseins und den starken Willen zur Sadhana.

\*

Ich habe nie etwas davon gehört; es ist aber genau der Weg [verlängertes Fasten], um zu einer falschen Verwirklichung zu gelangen. Die Nerven geraten in einen erregten, angespannten Zustand (wenn sie nicht überhaupt zusammenbrechen) und erfinden Verwirklichungen oder öffnen sich einer falschen Kraft. Das geschieht zumindest häufig.

\*

Ich halte es nicht für ratsam, irgendeiner Suggestion des Fastens stattzugeben – das öffnet manchmal die Tür der „Nicht-Essens-Kraft“, die das Mental ergreift, und es gibt Störungen. Das kann deshalb leicht geschehen, weil das innere Wesen natürlich keine Nahrung braucht, und bestimmte Kräfte versuchen, dieses Nicht-Bedürfnis auch auf den Körper auszudehnen, der nicht unter dem gleichen glücklichen Gesetz steht. Es ist besser, den Zustand [der Konzentration und des Friedens] an Intensität wachsen zu lassen, bis er sogar während und nach der Mahlzeit anhalten kann. Ich vermute, dass es in Wirklichkeit nicht die Mahlzeit ist, die stört, sondern das Hinaustreten in das äußere Bewusstsein, was einigermaßen schwierig zu vermeiden ist, wenn man isst. Es wird jedoch mit der Zeit überwunden werden.

\*

Du darfst diese Bewegung [die Verringerung der Nahrung] nicht zu weit treiben lassen. Es ist eine der Gefahren der Sadhana; aufgrund der asketischen Wende im Yoga früherer Zeiten entstand, sobald die Erfahrungen auftraten, die Suggestion, dass Nahrung oder Schlaf nicht notwendig seien, und damit kann auch im Körper die Neigung aufkommen, nicht zu essen oder zu schlafen. Wenn das jedoch akzeptiert wird, zeitigt es oft verheerende Folgen. Es darf genausowenig akzeptiert werden wie die Trägheit selbst.

\*

Wenn du starke Schmerzen hast, kannst du für einen Tag oder zwei Tage die Arbeit ruhen lassen, bis sie abgeklungen sind. Wenn du natürlich glaubst, nur daran zu leiden, dass du keine flüssige Nahrung erhältst, löst es das Problem. Du kannst mit flüssiger Nahrung allein auskommen, doch wenn du nur flüssige Nahrung zu dir nimmst, wirst du zur Arbeit nicht kräftig genug sein. Gewöhnlich aber spielen die Gedanken bei der Festlegung dieser Dinge eine große Rolle. Das Mental hat den Eindruck, dass jede feste Nahrung Schmerz verursachen wird, und der Körper richtet sich danach – als natürliches Ergebnis beginnt daher jede feste Nahrung Schmerz zu verursachen.

\*

Mentale oder vitale Energie hängt nicht von der Nahrung ab oder muss nicht von ihr abhängen – es ist das Physische, das nach einiger Zeit beginnt, überfordert zu sein, wenn es nicht ausreichend ernährt wird.

\*

Die Umwandlung, nach der wir streben, ist zu umfassend und komplex, um auf einmal zu kommen; man muss sie schrittweise kommen lassen. Die physische Wandlung ist der letzte dieser Schritte und in sich ein progressiver Vorgang.

Die innere Umwandlung kann nicht durch physische Mittel, weder positive noch negative, herbeigeführt werden. Im Gegenteil, die physische Wandlung als solche kann nur durch eine Herabkunft des größeren supramentalen Bewusstseins in die Zellen des Körpers zustande gebracht werden. Bis dahin müssen der Körper und seine ihn stützenden Energien teilweise durch die üblichen Mittel, wie Nahrung, Schlaf usw., aufrechterhalten werden. Nahrung sollte im rechten Geist, mit dem rechten Bewusstsein: eingenommen, Schlaf allmählich in yogische Ruhe umgewandelt werden. Eine vorzeitige und übermäßige physische Strenge, tapasya, kann den Vorgang der Sadhana gefährden, indem sie eine Störung und Abnormalität der Kräfte in den verschiedenen Teilen des [Körper-] Systems auslöst. Eine große Energie kann sich in die mentalen und vitalen Teile ergießen, doch können Körper und Nerven dabei überfordert werden und die Kraft verlieren, das Spiel dieser höheren Energien zu stützen. Das ist der Grund, warum hier [in diesem Yoga] übertriebene physische Strenge nicht als ein wesentlicher Teil der Sadhana angesehen wird.

Es schadet nichts, von Zeit zu Zeit für einen Tag oder zwei zu fasten oder die Nahrung auf ein kleines, aber ausreichendes Maß zu beschränken; völlige Enthaltensamkeit über eine lange Zeitspanne hinweg ist jedoch nicht ratsam.

\*

Meiner Meinung nach ist die Bedeutung von sattwischer Ernährung in spiritueller Hinsicht übertrieben worden. Nahrung ist eher eine Frage der Hygiene, und vielen Sanktionen und Verboten, die in den alten Religionen festgelegt wurden, lag eher ein hygienisches als ein spirituelles Motiv zugrunde. Die Erläuterungen der Gita scheinen das gleiche anzudeuten; tama-sisches Essen – das scheint sie auszudrücken – ist das, was abgestanden und verdorben ist, das den Wert verloren hat; rajasisches Essen ist das, was scharf, beißend usw. ist, was das Blut erhitzt und der Gesundheit schadet; sattwisches Essen ist, was wohltuend, gesund usw. ist. Es ist durchaus möglich, dass verschiedene Arten von Nahrung das Wirken der verschiedenen *gunas* fördern und so auf indirekte Weise hilfreich oder schädlich sind, ganz abgesehen von ihrer physischen Auswirkung. Aber nur bis zu diesem Punkt darf man der Sache Glauben schenken. Inwiefern bestimmte Nahrungsmittel sattwisch sind oder nicht, ist eine andere Frage und schwieriger zu entscheiden. In spiritueller Hinsicht möchte ich behaupten, dass die Wirkung der Nahrung mehr von der okkulten Atmosphäre und den damit verbundenen okkulten Einflüssen abhängt als von irgend etwas in der Nahrung selbst. Vegetarismus ist

eine völlig andere Frage; er beruht, wie du sagst, auf dem Willen, den bewussteren Lebensformen zur Befriedigung des Magens keinen Schaden zuzufügen.

Sich darin zu üben, alle Arten von Nahrung mit gleichem *rāsa* zu sich zu nehmen, ist nicht notwendig und man kann es in Wirklichkeit auch nicht durch Übung erreichen. Man muss den Gleichmut innerlich im Bewusstsein erwerben, und so wie dieser Gleichmut zunimmt, kann man ihn auf verschiedene Bereiche der Bewusstseinstätigkeit ausdehnen oder anwenden.

\*

Ich glaube, Zwiebeln kann man Ihrem Charakter nach als rajasisch-tamasisch bezeichnen. Sie sind schwer, stofflich und erregen gleichzeitig gewisse starke stofflich-vitale Kräfte. Es liegt auf der Hand, dass, wenn man die physischen Leidenschaften bezwingen will und noch sehr von der Körper-Natur und den sie beeinträchtigenden Dingen abhängt, ungehemmter Genuss von Zwiebeln nicht ratsam ist. Nur jenen, die sich über das Körper-Bewusstsein erhoben haben und es beherrschen und von diesen Dingen nicht beeinflusst werden, macht es gar nichts aus; sie lässt der Genuss dieser oder jener Nahrung oder das Begehren danach gleichgültig. Ich möchte aber in diesem Zusammenhang betonen, dass die Enthaltensamkeit von rajasischer oder tamasischer Nahrung nicht dafür garantiert, von den Dingen, die sie stimuliert, befreit zu werden. Vegetarier können zum Beispiel so sensitiv und erregbar sein wie Fleischesser; ein Mensch mag sich der Zwiebeln enthalten und braucht deshalb in dieser Hinsicht nicht besser sein als zuvor. Es ist der Wandel des Bewusstseins, der wirksam ist, und diese Art von Enthaltensamkeit hilft nur insoweit, als sie darauf abzielt, ein weniger schweres, also ein subtileres und flexibleres physisches Bewusstsein zu schaffen, damit der höhere Wille darauf einwirken kann. Das ist etwas, aber nicht alles; der Bewusstseinswandel kann trotz der Nicht-Enthaltensamkeit stattfinden.

Zwiebeln sind deshalb hier erlaubt, weil der Gaumen der Sadhaks nach etwas verlangt“ das der Nahrung Geschmack gibt. Wir legen kein Gewicht auf diese Einzelheiten oder stellen eine absolut einzuhaltende Vorschrift auf, weil hier die innere Wandlung mehr betont wird und die äußere daraus hervorgehen wird. Enthaltensamkeit wird nur in dem Maß verlangt, wie sie für die innere und äußere Disziplin unentbehrlich ist und um damit den Weg zu einer unerlässlichen Selbstkontrolle aufzuzeigen. Es wird allen auferlegt, die Gier des Gaumens zu bewältigen, doch hat es letzten Endes von innen her zu geschehen, so wie es auch bei den anderen Leidenschaften und Wünschen der niederen Natur der Fall ist.

\*

Den Geschmackssinn, *rāsa*, ganz zu unterdrücken gehört keinesfalls zu diesem Yoga. Wovon du dich befreien musst, ist das vitale Begehren und Verhaftetsein, die Gier nach Essen – dich über ein Essen übermäßig zu freuen, das dir schmeckt, und enttäuscht und missvergnügt zu sein, wenn du es nicht erhältst, und ihm eine übertriebene Bedeutung beizumessen. Gleichmut ist hier der Test wie in so vielen anderen Dingen.

\*

Nein, Geschmackssinn verursacht keine Bindung, wenn du nicht damit verhaftet bist. Geschmackssinn ist natürlich und durchaus zulässig, solange man nicht der Sklave des Gaumens ist. Natürlich kann [der Mutter] die Freude am Geschmack geopfert werden.

\*

Der Geschmackssinn ist genausowenig etwas Schlechtes wie Sehen oder Hören. Das Verlangen, das durch ihn erweckt wird, muss verbannt werden. Es ist möglich, sich vom Geschmackssinn zu befreien, wie es Chaitanya tat, denn er ist etwas, das vom Bewusstsein abhängt, und kann daher unterbunden werden. In hypnotischen Experimenten wurde festgestellt, dass durch Suggestion Zucker einen bitteren Geschmack bekommen kann oder bittere Dinge süß werden. Sowohl Berkeley als auch die Physiologie haben recht. Es gibt eine bestimmte, meist feste Beziehung zwischen dem Bewusstsein im Gaumen und dem *guṇa* der Nahrung, doch kann das Bewusstsein diese Beziehung ändern, wenn es will, oder sie überhaupt auflösen. Es gibt Yogis, die sich auch dem Schmerz gegenüber gefühllos machen, und auch das kann durch Hypnose geschehen.

Eine andere Methode ist, dass man alle Dinge gut schmeckend findet ohne mit irgendeinem von ihnen verhaftet zu sein.

\*

Es ist besser, in den Dingen des Essens usw. achtsam zu sein, weil im jetzigen Stadium deiner Sadhana eine beträchtliche Sensitivität im vital-physischen Teil des Wesens besteht; er kann leicht durch eine falsche Einwirkung oder eine falsche Bewegung, wie übermäßiges Essen, gestört werden.

\*

Wenn das physische Bewusstsein sensibilisiert ist, widersteht ihm zu reichliches oder zu schweres Essen.

\*

Im unterbewussten Stofflichen entsteht aus Gewohnheit ein künstliches Bedürfnis, das in der Vergangenheit geschaffen wurde und das sich nicht darum kümmert, ob es schädlich ist oder vielleicht die Nerven belastet. Das liegt in der Natur aller Rauschmittel (Wein, Tabak, Kokain usw.), doch nehmen die Menschen sie weiterhin ein, selbst nachdem sich die schädlichen Auswirkungen gezeigt haben und sogar nachdem alles echte Vergnügen an ihnen erloschen ist – wegen dieses „künstlichen Bedürfnisses (es ist kein echtes Bedürfnis). Der Wille hat sich dieser unterbewussten Beharrlichkeit zu bemächtigen und sie aufzulösen.

\*

Diese Rauschmittel stellen die Verbindung mit einer vitalen Welt her, in der solche Dinge (Musik, Gesang usw.) existieren.

## VI.

In diesem Yoga darf physische Enthaltensamkeit nicht um ihrer selbst willen geübt werden. Schlaf ist für den Körper ebenso notwendig wie Nahrung; ausreichender Schlaf, doch nicht übermäßig viel Schlaf. Was unter ausreichendem Schlaf zu verstehen ist, hängt vom Erfordernis des Körpers ab.

\*

Wenn du nicht genügend schläfst, werden Körper und Nervenhülle geschwächt; der Körper und die Nervenhülle aber sind die Grundlage der Sadhana.

\*

Es muss Mangel an Schlaf sein, wodurch dein Nervensystem ständig geschwächt wird – es ist ein großer Fehler, nicht genügend zu schlafen. Sieben Stunden ist das erforderliche Minimum. Wenn man ein sehr starkes Nervensystem hat, kann man den Schlaf auf sechs Stunden reduzieren, manchmal sogar auf fünf – das ist aber selten und sollte ohne Notwendigkeit nicht versucht werden.

\*

Man sagt, dass die normale Schlafdauer zwischen sieben und acht Stunden beträgt, außer im fortgeschrittenen Alter, wo sie im allgemeinen darunter liegt. Wenn man weniger schläft (5 - 6 Stunden zum Beispiel), passt sich der Körper irgendwie an, doch wenn die Kontrolle aufgehoben wird, versucht er sofort, seine verlorenen Rückstände aus den normalen acht Stunden nachzuholen. So oft man versucht, mit weniger Nahrung auszukommen, wird der Körper, sobald man nachgibt, ungeheuer gierig nach Nahrung, bis er Guthaben und Verlust ausgeglichen hat.

\*

Es ist nicht möglich, mit dem Körper sofort das zu tun, was du tun willst. Wenn dem Körper gesagt wird, nur zwei oder drei Stunden zu schlafen, mag er bei genügend starkem Willen gehorchen – später aber kann er überanstrengt sein und aus Mangel an erforderlicher Ruhe sogar zusammenbrechen. Die Yogis, die ihren Schlaf auf ein Minimum reduzieren, sind dazu erst nach langer *tapasya* fähig, in welcher sie lernen, die den Körper lenkenden Naturkräfte zu beherrschen.

\*

Sowohl bei Fieber als auch bei mentalen Störungen ist Schlaf eine große Hilfe, und ein Mangel [an Schlaf] äußerst unerwünscht – es bedeutet die Einbuße von Heilkraft.

\*

Es sind bestimmte Kräfte, die wirken, und bestimmte Teile der Persönlichkeit, die sie gebrauchen. Im gewöhnlichen Bewusstsein sind diese Teilpersönlichkeiten verhüllt und die Kräfte durch das äußere Mental begrenzt; wenn man aber hinter den Schleier tritt, hört diese Begrenzung auf, das Wirken der Kräfte nimmt zu und arbeitet automatisch das aus, was getan werden muss.

Dann aber ist jede der Kräfte auf ihre eigene Arbeit bedacht und kümmert sich um nichts anderes – zum Beispiel missachten sie das Bedürfnis des Körpers nach Ruhe und Schlaf, was schlechte Folgen hat. Das zentrale Bewusstsein muss dazwischentreten und sagen: „Nein, jetzt ist Zeit für den Schlaf und nicht für diese Tätigkeiten; bewahre sie für den Ort und die Stunde auf, die für sie geeignet sind“.

\*

Es ist Mangel an Schlaf, der die Symptome des Unbehagens verursacht. Das Wirken der Sadhana kann von sich aus eine solche Reaktion nicht herbeiführen; diese Dinge stellen sich vielmehr nur dann ein, wenn der Körper durch Mangel an Schlaf, durch ungenügendes Essen, Überarbeitung oder nervöse Reizung überanstrengt wird. Die Schwierigkeit zu schlafen besteht wahrscheinlich darin, dass die Nerven während des Tages angespannt sind und du dich nicht entspannst.

\*

Es ist deine innerliche oder äußerliche Rastlosigkeit, die dich daran hindert zu schlafen. Um gut schlafen zu können, müssen das Vital, das Physische und auch das Mental lernen, wie sie sich entspannen und ruhig sein können.

\*

Achte darauf, genügend auszuruhen. Du musst dich vor Übermüdung schützen, weil sie Erschlaffung und **tamas** mit sich bringen kann. Gut auszuruhen hat nichts mit **tamas** zu tun, wie manche Menschen annehmen; es kann im rechten Bewusstsein geschehen, um die Körperenergie aufrechtzuerhalten – wie die *śavāsana* [eine Haltung, in welcher man auf dem Rücken liegt und vollständig entspannt] des kraftvollen Hathayogi.

\*

Es liegt auf der Hand, dass das Lesen einer Geschichte vor dem Zubettgehen dich in ein tamasisches Bewusstsein versetzt hat; folglich hattest du einen schweren Schlaf in einem dumpfen Unterbewusstsein, und Müdigkeit war die Folge davon.

\*

Schlaf ist meist wegen seiner unterbewussten Grundlage mit einem Absacken [des Bewusstseins] auf eine niedrigere Ebene verbunden – außer es ist ein bewusster Schlaf; ihn immer bewusster zu machen ist die einzige dauerhafte Lösung; solange das aber nicht erreicht ist, sollte man im Wachzustand stets gegen diese Tendenz des Absinkens angehen und nicht zulassen, dass sich die Auswirkung dumpfer Nächte anhäuft. Hierfür aber ist immer eine entschlossene Bemühung und Disziplin vonnöten – und Zeit, manchmal lange Zeit. Es ist nicht richtig, von der Bemühung abzulassen, weil sich die Ergebnisse nicht sofort zeigen.

\*

Zu versuchen bei Nacht wach zu bleiben, ist nicht die richtige Methode; die Unterdrückung des benötigten Schlafes macht den Körper tamasisch und untauglich für die erforderliche Konzentration während der Wachstunden. Der richtige Weg besteht darin, den Schlaf umzuwandeln und nicht zu unterdrücken, besonders aber zu lernen, wie man mehr und mehr im eigentlichen Schlaf bewusst wird. Wenn das geschieht, verwandelt sich der Schlaf in einen inneren Bewusstseinszustand, in welchem die Sadhana genauso wie im Wachbewusstsein andauern kann; gleichzeitig aber ist man in der Lage, in Bewusstseinssebenen einzutreten, die sich von der physischen unterscheiden, und über einen riesigen Bereich von lehrreicher und verwertbarer Erfahrung zu verfügen.

\*

Das, was er jetzt hat, sind die wahren spirituellen und seelischen Erfahrungen – nicht jene der vitalen Ebene, welche die meisten [Sadhaks] zu Beginn haben. Die Erfahrungen der vitalen Ebene (wo viel Einbildung und Phantasie herrscht) sind nützlich, damit sich das Bewusstsein öffnet; doch beginnt der wahre Fortschritt erst dann, wenn sie durch das spirituelle und seelische Bewusstsein ersetzt werden.

Die Schwierigkeit, das Bewusstsein nachts [auf der Höhe des Vortages] zu bewahren, haben die meisten, weil während der Nacht, zur Zeit des Schlafens und Entspannens, das Unterbewusstsein emporsteigt. Das wahre Bewusstsein stellt sich zuerst im Wachzustand oder in der Meditation ein, es ergreift das Mental, das Vital, das bewusste Physische, während das unterbewusste Vital und Physische dunkel bleiben, und diese Dunkelheit zeigt sich im Schlaf oder in einer trägen Entspannung. Wenn das Unterbewusste erleuchtet und vom wahren Bewusstsein durchdrungen wird, verschwindet diese Ungleichheit.

Die *pisaca*-Frau [eine Dämonin], die [in ihn] einzudringen versuchte, ist die falsche, vitale, unreine *sakti* – und die Stimme, die sprach, war die seines seelischen



Wesens. Wenn er seine Seele wach und im Vordergrund hält, wird sie ihn immer vor diesen dunklen Kräften beschützen, so wie sie es auch diesmal tat.

\*

Du darfst nie versuchen, nachts den Schlaf zu meiden – wenn du darauf beharrst, zeigen sich die ungünstigen Folgen möglicherweise nicht sofort, doch wird der Körper überfordert und zusammenbrechen, wodurch das zerstört werden kann, was du in deiner Sadhana gewonnen hast.

Wenn du nachts bewusst bleiben willst, dann übe dich darin, deinen Schlaf bewusst zu machen – nicht den Schlaf auszuschalten, sondern ihn umzuwandeln.

\*

Schlaf kann durch nichts ersetzt, aber er kann gewandelt werden, denn du kannst im Schlaf bewusst werden. Wenn du solchermaßen bewusst bist, kann die Nacht für ein höheres Wirken nutzbar gemacht werden – vorausgesetzt der Körper erhält genügend Ruhe; denn der Sinn des Schlafes ist die körperliche Erholung und die Erneuerung der vital-physischen Kraft. Es ist ein Fehler, dem Körper Nahrung und Schlaf zu verweigern, wie es einige Menschen aus einer asketischen Idee oder einem asketischen Impuls heraus tun wollen – das schwächt lediglich den physischen Rückhalt; und obgleich ein überanstrengtes und schwächer werdendes Körpersystem lange Zeit hindurch mit Hilfe yogischer oder vitaler Energie aufrechterhalten werden kann, so kommt doch der Augenblick, in dem dieser Energieentzug nicht mehr so einfach oder vielleicht überhaupt nicht mehr möglich ist. Dem Körper sollte gegeben werden, was er für sein wirksames Funktionieren braucht. Nahrung in mäßiger, aber ausreichender Menge (ohne Gier oder Verlangen), ausreichender Schlaf, jedoch nicht von der schweren tamasischen Art – das sollte die Regel sein.

\*

Es gibt keinerlei Grund dafür, warum eine intensive Sadhana mangelhaften Schlaf mit sich bringen sollte.

\*

Die Sadhana kann sowohl in Traum oder Schlaf als auch im Wachen andauern.

\*

Das ganze Traum – oder Schlafbewusstsein kann nicht mit einem Mal in eine bewusste Sadhana umgewandelt werden. Das hat fortschreitend zu geschehen. Doch bevor es geschehen kann, muss deine Fähigkeit zum bewussten *samadhi* [Yoga-Trance] wachsen.

\*

Mit dem Schlafbewusstsein kann man sich erst dann erfolgreich befassen, wenn das wache Mental einen gewissen Fortschritt erzielt hat.

\*

Im allgemeinen dehnt sich die Tätigkeit der Sadhana nur dann auch in den Schlaf hinein aus, wenn sie während des Tages intensiv war.

\*

Hat man einmal voll die Sadhana aufgenommen, dann wird sowohl das Schlafen als auch das Wachen zu einem Teil davon.

\*

Das ist in Ordnung; es zeigt, dass die Sadhana zu einem andauernden Zustand wird und dass du bewusst bist und einen bewussten Willen sowohl im Schlafen als auch im Wachen gebrauchst. Das ist ein sehr wichtiges Stadium im Fortschritt der Sadhana.

\*

Wenn man, nachdem man sich in einem guten Bewusstseinszustand befand, nachts in das Unterbewusste absackt, stellt man fest, dass jener Bewusstseinszustand nur mit Mühe zurückzuerlangen ist. Man kann andererseits aber auch, wenn der Schlaf von der besseren Art ist, in guter Verfassung aufwachen. Natürlich ist es besser, im Schlaf bewusst zu bleiben, sofern das gelingt.

\*

Die durch die Nacht verursachte Kluft und das Erwachen in einem gewöhnlichen Bewusstsein erfährt beinahe jeder (natürlich ist das „gewöhnliche“ Bewusstsein des einzelnen seinem Fortschritt entsprechend verschieden), es hat aber keinen Wert, den Wunsch zu haben, im Schlaf bewusst zu sein; du musst die Gewohnheit annehmen, den

Faden des Fortschritts sobald wie möglich zurückzugewinnen, und zu diesem Zweck muss nach dem Aufstehen eine gewisse Konzentration stattfinden.

Du brauchst nicht sofort zu meditieren (nach dem Erwachen am Morgen), nimm aber für einige Augenblicke eine konzentrierte Haltung ein und erbitte die Gegenwart der Mutter für den Tag.

Nachts musst du konzentriert in den Schlaf eintreten – du musst fähig sein, dich mit geschlossenen Augen zu konzentrieren, dich niederzulegen und dabei die Konzentration in den Schlaf zu vertiefen – das heißt, dass der Schlaf ein konzentriertes Nach-innen-Gehen werden muss, weg vom äußeren Wachzustand. Wenn du es für notwendig hältst, [vorher] eine Zeitlang still zu sitzen, kannst du es tun, doch lege dich dann hin und bewahre die Konzentration, wie es oben geschildert wurde.

\*

[Im Schlaf bewusst zu sein:] Du musst damit beginnen, dich, bevor du einschläfst, mit einem bestimmten Willen und Streben zu konzentrieren. Es mag eine Zeitlang dauern, bis der Wille oder das Streben das Unterbewusstsein erreicht, doch wenn es aufrichtig, stark und stetig geschieht, führt es nach einiger Zeit zum Erfolg – so dass sich im Schlaf selbst ein automatisches Bewusstsein und ein automatischer Wille fortsetzen, die das Erforderliche ausrichten.

\*

Es war kein Halbschlaf und kein Viertelschlaf, ja nicht einmal ein Sechzehntelschlaf, was du hattest; es war ein Nach-innen-Gehen des Bewusstseins, das in diesem Zustand bewusst bleibt, für äußere Dinge aber verschlossen und nur für die innere Erfahrung offen ist. Du musst deutlich unterscheiden zwischen diesen beiden ganz verschiedenartigen Zuständen: der eine ist *nidrā* [Schlaf], der andere zumindest der Beginn des *samādhi*-Zustandes (natürlich nicht *nirvikalpa*!). Dieses Sich-Zurückziehen nach innen ist notwendig, denn zuerst ist das aktive Mental des menschlichen Wesens zu sehr den äußeren Dingen zugewandt; es muss völlig nach innen gehen, um im inneren Wesen zu leben (dem inneren Mental, dem inneren Vital, dem inneren Physischen, in der Seele). Doch kann man mit Übung erreichen, dass man äußerlich bewusst bleibt, aber dennoch im inneren Wesen lebt und nach Wunsch den nach innen gerichteten oder den nach außen sich verströmenden Zustand hat; hierbei kannst du die gleiche konzentrierte Reglosigkeit haben und das gleiche Einströmen eines größeren und reineren Bewusstseins in den Wachzustand [erfahren] wie in dem [Zustand], den du zu Unrecht als Schlaf bezeichnest.

\*

Du bist bewusster in deinem Schlaf als in deinem Wachzustand. Der Grund hierfür liegt im physischen Bewusstsein, das noch nicht hinreichend offen ist; es beginnt sich gerade erst zu öffnen. In deinem Schlaf ist das innere Wesen aktiv, und die Seele dort kann

aktiver das Mental und Vital beeinflussen. Wenn das physische Bewusstsein spirituell erwacht ist, wirst du nicht länger die Störung und Behinderung empfinden, die du jetzt hast, und wirst im Wachbewusstsein ebenso offen sein wie im Schlaf.

Das ist die richtige Einstellung, Glauben zu haben und sich aus den Schwierigkeiten nichts zu machen. Schwierigkeiten, sogar von schwerwiegender Art, treten auf dem Yoga-Pfad zwangsläufig auf, weil es nicht leicht ist, das unwissende menschliche Bewusstsein mit einem Mal zu wandeln und aus ihm ein spirituelles, zum Göttlichen hin offenes Bewusstsein zu machen. Wenn man aber Glauben hat, braucht man sich um die Schwierigkeiten nicht zu kümmern; die Göttliche Kraft ist da und wird sie überwinden.

\*

Der von dir beschriebene Schlaf, in dem ein leuchtendes Schweigen herrscht, oder der Schlaf, in welchem die Zellen den Ananda fühlen, ist offensichtlich der beste Zustand. Die anderen Stunden, jene, deren du dir nicht bewusst bist, können Perioden eines tiefen Schlummers sein, in welchen du dich von der physischen Ebene zu den mentalen, vitalen oder zu anderen Ebenen begeben hast. Du sagst, dass du nicht bewusst gewesen seist, doch kann es auch ganz einfach so sein, dass du dich nicht erinnerst, was geschehen ist; denn beim Zurückkommen findet eine Art Bewusstseinswende statt, ein Übergang oder eine Umkehr, in der alles im Schlaf Erfahrene – außer vielleicht das allerletzte Ereignis oder eines, das sehr eindrucksvoll war – sich aus dem physischen Bewusstsein zurückzieht, wodurch alles wie leer wird. Es gibt noch ein anderes Stadium der Leere, ein Stadium der Trägheit, nicht eigentlich leer, sondern schwer und ohne Erinnerung; dies aber tritt ein, wenn man tief und abrupt in das Unterbewusste eindringt; dieses heimtückische Eintauchen ist etwas sehr Unerwünschtes, verfinstern, mindernd und eher ermüdend als erholsam – das Gegenteil des leuchtenden Schweigens.

\*

Im Schlaf wandert man sehr häufig in langer Folge immer tiefer von einem Bewusstsein in das andere, bis man die Seele erreicht und dort ruht; oder aber man wandert immer höher von einem Bewusstsein in das andere, bis man die Ruhe in einem Schweigen oder Frieden findet. Die wenigen Minuten, die man in dieser Ruhe verbringt, sind der wirklich regenerierende Schlaf – wenn man ihn nicht erlangt, hat man nur eine halbe Ruhe. Wenn du dich einem dieser Bereiche der Ruhe näherst, fängt diese Art von höheren Träumen an.

\*

Einer neuerlichen medizinischen Theorie zufolge durchläuft man im Schlaf viele Phasen, bis man einen Zustand erreicht, in welchem absolute Ruhe und völliges Schweigen herrschen – er dauert nur zehn Minuten, die übrige Zeit wird benötigt, um nach dort zu wandern und wieder zurück in den Wachzustand. Vermutlich können diese zehn Minuten

Schlaf „*susupti* in Brahman“ oder **brahmaloka** genannt werden, das übrige ist *svapna* oder der Durchgang durch andere Welten (Ebenen oder Zustände bewussten Daseins). In diesen zehn Minuten werden die Energien des Wesens erneuert, und ohne sie ist der Schlaf nicht erquickend.

Der Erfahrung und dem Wissen der Mutter zufolge durchläuft man vom Wachzustand aus eine Folge von Schlafzuständen, die in Wirklichkeit ein Betreten und Durchqueren vieler Welten sind, und erreicht den reinen Sachchidananda-Zustand der vollen Ruhe, des vollen Lichtes und Schweigens – später geht man seinen Weg zurück, bis man den physischen Wachzustand erreicht. Diese Sachchidananda-Zeitspanne ist es, die dem Schlaf seinen ganzen regenerierenden Wert gibt. Die beiden Darstellungen, die wissenschaftliche und die okkult-spirituelle, stimmen praktisch miteinander überein. Erstere ist nur die neueste Entdeckung von dem, was dem okkult-spirituellen Wissen seit langem bekannt ist.

Die Vorstellungen der Menschen von einem gesunden Schlaf sind absolut irrig. Was sie gesunden Schlaf nennen, ist nichts anderes als ein Eintauchen des äußeren Bewusstseins in ein totales Unterbewusstsein. Sie nennen das einen traumlosen Schlaf; es ist aber nur ein Zustand, in dem das Oberflächen-Schlafbewusstsein – eine verfeinerte Fortsetzung des äußeren, noch im Schlaf aktiven Bewusstseins – unfähig ist, die Träume zu speichern und dem physischen Mental zu übermitteln. Tatsächlich ist der ganze Schlaf voller Träume. Nur während der kurzen Zeit, in welcher man in **brahmaloka** weilt, gibt es keine Träume.

\*

Ein langer, ununterbrochener Schlaf ist deshalb notwendig, weil man im ganzen nur während zehn Minuten zu wahrer Ruhe gelangt – eine Art von Sachchidananda-Reglosigkeit des Bewusstseins –, und diese ist es, die tatsächlich das [Körper-] System erneuert. Die übrige Zeit verbringt man damit, um durch verschiedene Bewusstseinsstadien nach dort zu wandern und dann wieder herauszukommen und in den Wachzustand zurückzukehren. Diese Tatsache der zehn Minuten wahrer Ruhe wurde auch von Ärzten festgestellt, doch wissen sie natürlich nichts über Sachchidananda!

## VII.

Aller Schlaf ist voller Träume. Warum sollte zwischen Tag und Nacht ein Unterschied bestehen?

\*

Das Bewusstsein sinkt während der Nacht fast immer unter die Ebene dessen ab, was durch die Sadhana im Wachbewusstsein gewonnen wurde, außer es finden besonders erhebende Erfahrungen während der Zeit des Schlafes statt oder das erworbene yogische Bewusstsein ist im Physischen so stark, dass es dem Sog der unterbewussten Trägheit entgegenwirken kann. Während des gewöhnlichen Schlafes ist das Bewusstsein im

Körper das des unterbewussten Physischen, ein vermindertes Bewusstsein also, nicht wach lind lebendig wie das übrige Wesen. Das übrige Wesen tritt zurück, und ein Teil seines Bewusstseins geht hinaus zu anderen Ebenen und Regionen und hat dort Erfahrungen, die in Träumen aufgezeichnet werden – wie jene, von denen du berichtet hast. Du sagst, dass du dich [im Traum] zu sehr üblen Orten begibst und Erfahrungen hast von der Art, wie du sie geschildert hast; das ist aber nicht notwendigerweise ein Zeichen, dass etwas in dir falsch ist. Es bedeutet lediglich, dass du dich, wie jeder andere auch, in die vitale Welt begibst, und die vitale Welt ist voll solcher Orte und Erfahrungen. Es geht nicht so sehr darum zu vermeiden, sich nach dort zu begeben, denn es kann nicht völlig vermieden werden, als vielmehr darum, dass du unter dem vollen Schutz [der Mutter] gehst, bis du die Herrschaft in diesen Regionen der außer-physischen Natur erlangt hast. Das ist der eine Grund, weshalb du vor dem Einschlafen an die Mutter denken und dich der [Göttlichen] Kraft öffnen solltest; denn je mehr du dich daran gewöhnst und es erfolgreich tust, umso mehr wird dich der Schutz umgeben.

\*

Es ist das Wachmental, das denkt und etwas will und das Leben im Wachzustand mehr oder weniger kontrolliert. Im Schlaf ist dieses Mental nicht zugegen, und die Kontrolle entfällt. Nicht das denkende Mental sieht, träumt usw. und ist in ziemlich zusammenhangsloser Weise im Schlaf bewusst. Es ist meist das sogenannte Unterbewusste, das dann hochkommt. Wäre das Wachmental im Körper aktiv, dann könnte man nicht schlafen.

\*

Du bringst ganz verschiedene Dinge völlig durcheinander – das ist der Grund, weshalb du nicht verstehst. Ich erklärte dir ganz einfach den Unterschied zwischen dem gewöhnlichen Wachbewusstsein und dem gewöhnlichen Schlafbewusstsein, ihre Wirkungsweise in den Menschen, ob sie nun Sadhaks sind oder nicht – und es hat nichts mit dem wahren Selbst oder seelischen Wesen zu tun. Schlaf und Wachen werden nicht durch das wahre Selbst oder das seelische Wesen bestimmt, sondern durch den Wachzustand des Mentals oder seine Tätigkeit oder das Aufhören seiner Tätigkeit; wenn diese eine Zeitlang aufhört, erscheint das Unterbewusste an der Oberfläche – und du schläfst.

Es ist das yogische Bewusstsein, in dem man den Sitz des Unterbewussten unter den Füßen fühlt, doch ist der Einfluss des Unterbewussten nicht auf dort beschränkt – er breitet sich im ganzen Körper aus. Im Wachzustand wird es durch das bewusste denkende Mental, das Vital und das bewusste physische Mental überwältigt, im Schlafzustand jedoch kommt es an die Oberfläche.

\*

Es ist das Unterbewusste, das in gewöhnlichen Träumen aktiv ist. Aber in den Träumen, in denen man zu anderen Bewusstseinssebenen hinauswandert, zu mentalen, vitalen, feinstofflichen, ist meist der Teil, der aktiv ist, ein Teil des inneren Wesens – das innere Mental oder Vital oder Physische.

\*

Diese Träume sind nicht alle bloße Träume, und nicht alle sind von zufälligem, unzusammenhängendem oder Unbewusstem Charakter. Viele sind Berichte oder Kopien von Erfahrungen auf der vitalen Ebene, die man im Schlaf betritt; einige sind Szenen oder Ereignisse auf der feinstofflichen Ebene. Dort erlebt man oft Dinge oder führt Taten fort, die jenen des physischen Lebens gleichen; man findet die gleiche Umgebung und die gleichen Menschen vor, obwohl in der Art der Anordnung und den charakteristischen Zügen meist ein gewisser oder auch ein beträchtlicher Unterschied besteht. Es kann aber auch ein Kontakt mit einer anderen Umwelt und anderen Menschen sein, die man im physischen Leben nicht kennt oder die überhaupt nicht zur physischen Welt gehören.

Im Wachzustand bist du dir nur eines bestimmten begrenzten Bereiches und Wirkens deiner Natur bewusst. Im Schlaf kannst du intensiv Dinge jenseits dieses Bereiches wahrnehmen – eine größere mentale oder vitale Natur hinter dem Wachzustand oder aber eine feinstoffliche und unterbewusste Natur, die viel von dem enthält, was in dir steckt, im Wachzustand jedoch nicht erkennbar aktiv ist. Alle diese dunklen Bereiche müssen geläutert werden, sonst kann in der **prakti** keine Wandlung stattfinden. Du solltest dich durch den Druck vitaler oder unterbewusster Träume nicht beunruhigen lassen – denn aus diesen beiden Arten besteht der größte Teil der Traumerfahrung –, sondern strebe und befreie dich von diesen Dingen und dem Wirken, das sie dir anzeigen, sei bewusst und weise alles außer der göttlichen Wahrheit zurück; je mehr du diese Wahrheit im Wachzustand erlangen kannst, dich daran hältst und alles andere zurückweist, um so mehr wird diese ganze niedere Traums substanz geläutert werden.

\*

Es ist der Zustand deines Bewusstseins, von dem ich sprach – je bewusster du wirst, desto mehr wirst du fähig sein, Träume zu haben, die es wert sind, dass man sie hat.

\*

Wenn es nicht wirklich bedeutungsvolle Träume sind, ist es Zeitverschwendung, sich damit zu beschäftigen.

\*

Du scheinst den Träumen zu viel Bedeutung beizumessen. Halte dein Wachmental und Vital frei – später kannst du dich mit den Träumen beschäftigen, die dann nur Erinnerungen aus dem Unterbewussten sein werden.

\*

Alle diese Träume sind ganz offensichtlich Gestaltungen von der Art, wie man sie oft auf der vitalen, seltener auf der mentalen Ebene antrifft. Manchmal sind es Gestaltungen deines eigenen Mentals oder Vitals; manchmal sind es Gestaltungen von einem anderen Mental mit einer genauen oder modifizierten Übertragung auf das deine; manchmal sind es Gestaltungen, die von den nicht-menschlichen Kräften oder Wesen dieser anderen Ebenen geformt werden. Diese Dinge sind nicht wahr und brauchen in der physischen Welt nicht wahr zu werden, können aber dennoch Auswirkungen auf das Physische haben, wenn sie für diesen Zweck oder mit dieser Tendenz geformt wurden; und wenn man es zulässt, können sie im inneren oder äußeren Leben ihre Gestaltungen oder deren Bedeutung verwirklichen – denn sie sind sehr häufig von symbolischer oder schematischer Art. Die richtige Weise, mit ihnen umzugehen, besteht darin, sie einfach zu beobachten und [zu versuchen] sie zu verstehen, und, wenn sie feindlichen Ursprungs sind, sie zurückzuweisen oder zu zerstören.

Andere Träume sind nicht von dieser Art, sondern eine Darstellung oder Kopie von Dingen, die auf anderen Ebenen, in anderen Welten und unter anderen Bedingungen als auf den unseren tatsächlich geschehen. Und dann gibt es noch Träume, die rein symbolisch sind, und solche, die vorhandene Bewegungen und Neigungen – dem Wachmental bekannt oder unbekannt – in uns anzeigen oder alte Erinnerungen verwerten oder aber Dinge aufführen, die entweder passiv gespeichert oder noch im Unterbewusstsein wirksam sind – eine Unmasse von verschiedenerlei Stoff, der gewandelt werden oder von dem man sich befreien muss, sobald man in ein höheres Bewusstsein aufsteigt. Wenn man sie zu deuten lernt, kann man aus Träumen viel Wissen von den Geheimnissen unserer Natur und der Natur anderer Menschen erlangen.

\*

Diese Gestalten und Mitteilungen können auf drei verschiedenen Ursachen beruhen:

1. Wesen, denen du in der überphysischen Welt begegnest und die Interesse an dir haben.
2. Kräfte der Natur, der Mental-Natur oder Vital-Natur, die diese menschlichen Erscheinungsformen annehmen und dir in einem symbolischen Traum eine bestimmte Gestaltung des universalen Mentals oder Lebens übermitteln. Diese Botschaften können die Form von Andeutungen auf bevorstehende Dinge annehmen oder vor ihnen warnen. Die Frau muss eine solche Kraft der Natur gewesen sein, denn ihr Kind und die Schachtel waren offensichtlich Symbole – das Kind deutet auf eine ihrer Schöpfungen oder Gestaltungen hin, von denen sie wünschte, dass du sie annehmen und in deinem Bewusstsein bewahren würdest; die Schachtel weist auf einige gewohnheitsmäßige Bewegungen hin, von denen diese Kraft wollte, dass du ihnen Zuflucht gewähren solltest.



Das Angebot, sich deiner anzunehmen, war nur eine Umschreibung dafür, dass sie dich kontrollieren wollte. Sich all dessen zu entledigen, war richtig.

3. Gestaltungen deines eigenen Mentals, die die Form von Träumen annahmen, um dir Mitteilungen zukommen zu lassen, die es empfangen hatte, oder weil es, wie im letzten Traum, eine Naturkraft wahrgenommen hatte, von der es wollte, dass das innere Wesen sie zurückweist.

\*

Das ist das Beispiel eines Traumes von exakter physischer Vorherschau. Die Fähigkeit, solche Träume zu haben, ist ziemlich selten, denn im allgemeinen erscheinen diese Arten von Vorherschau in einer inneren Vision, jedoch nicht im Schlaf. Vitale oder mentale Gestaltungen nehmen in Träumen oft eine Form an, die sich manchmal in großen Zügen erfüllen, nicht aber mit dieser Genauigkeit im Detail.

Das ist nur bei einer bestimmten Gruppe von Träumen der Fall [die genaue Vergangenheit und Zukunft anzuzeigen]. Die meisten zusammenhängenden Träume sind entweder symbolisch oder weisen auf Dinge hin, die eher auf den mentalen oder vitalen Ebenen stattfinden als auf der physischen.

Dieses [Beispiel] lässt die Fähigkeit von bewusster Gedanken-Gestaltung erkennen. Gedanken haben eine wirksame Macht – meist indem sie eine Atmosphäre oder Tendenzen schaffen; wenn man krank ist, sollten daher jene, die einem am nächsten sind, nicht Gedanken von düsterer Vorahnung, Leid oder Furcht hegen, denn das wirkt der Heilung entgegen. Die Fähigkeit der bewussten Gedanken-Gestaltung aber ist eine besondere Macht und etwas Ungewöhnliches. Durch die Sadhana kann sie erworben werden oder von selbst kommen.

\*

Träume dieser Art erheben sich aus dem Unterbewussten. Es ist eines der verwirrendsten Elemente yogischer Erfahrung festzustellen, wie hartnäckig das Unterbewusste das bewahrt, was in den oberen Bewusstseinsschichten [bereits] bereinigt ist und beseitigt wurde. Aber gerade aus diesem Grund sind diese Träume häufig ein nützlicher Hinweis, weil sie uns ermöglichen, Dinge bis hin zu ihren dunklen Wurzeln in dieser Unterwelt zu verfolgen und sie auszurotten. Nein, es ist nicht ein Hinweis dafür, dass du in irgendeinem Teil deines Bewusstseins die gegenwärtige Ausübung des Yoga für einen Notbehelf hältst, sondern dass in jener geheimnisvollen und dunklen, unterbewussten Rumpelkammer noch alte, vitale Neigungen und Tätigkeiten bestehen und ihre Geister kichernd zur Oberfläche aufsteigen können, wenn der bewusste Wille ausgeschaltet ist. Wenn es ein trivialer Traum war, scheint er anzuzeigen, dass dieser Geist nicht ein starker Dämon war, wie die *revenants* [Geister] der militanten norwegischen Saga, sondern ein Phantom aus einem substanzlosen Hades.

\*

Wenn etwas aus dem Wachbewusstsein hinausgeworfen wurde, erscheint es oft im Traum wieder. Diese Wiederkehr ist von zweierlei Art. Die eine ist, wenn eine Sache aufgehört hat zu bestehen, aber im Unterbewusstsein die Erinnerung daran und der Eindruck davon noch fortbestehen und im Schlaf in der Traumform erscheinen. Diese unterbewusste Wiederkehr im Traum ist ohne Bedeutung; sie ist eher ein Schatten als eine Realität. Bei der anderen Art handelt es sich um Träume, die in das Vital kommen, um zu zeigen oder zu prüfen, wie weit in einem bestimmten Teil des inneren Wesens die alte Bewegung noch vorhanden oder ob sie überwunden ist. Denn im Schlaf ist die Kontrolle des wachen Bewusstseins und Willens ausgeschaltet. Wenn man trotzdem sogar im Schlaf bewusst ist und entweder die alte Bewegung nicht fühlt, sobald sich im Traum die sie früher auslösenden Umstände wiederholen, oder aber sie sofort bekämpft und hinausstößt, kann man erkennen, dass auch dort der Sieg errungen ist. Dein Traum, der mit den Realitäten übereinzustimmen schien, war eine echte Erfahrung dieser Art; die alte Bewegung kam aus Gewohnheit, doch wurdest du sofort bewusst und hast sie zurückgewiesen. Das ist ein ermutigendes Zeichen und verspricht völlige Befreiung [von ihr] in sehr kurzer Zeit.

\*

Jene Träume, die sich aus unterbewussten Eindrücken formen, aufs Geratewohl angeordnet (unterbewusstes Mental, Vital oder Physisches), haben entweder keine Bedeutung oder lassen nur eine Deutung zu, die schwierig, und selbst wenn sie gefunden wurde, nicht sehr interessant ist. Bei anderen Träumen handelt es sich einfach entweder um Geschehnisse der mentalen, vitalen oder feinstofflichen Welten oder aber sie gehören zu den höheren mentalen, vitalen oder feinstofflichen Ebenen und haben die Bedeutung, die die Gestalten des Traumes zu übermitteln versuchen.

\*

Wenn man sich im physischen Bewusstsein befindet, neigt der Schlaf dazu, von unterbewusster Art zu sein, oft schwer und nicht erfrischend; auch die Träume sind von unterbewusster Art, unzusammenhängend und ohne Bedeutung – oder es sind, wenn sie eine Bedeutung haben, die Traum-Symbole so verworren und dunkel, dass es nicht möglich ist, sie zu deuten. Indem man das Licht der Mutter in das Unterbewusste bringt, kann all dies aufgelöst und der Schlaf ruhevoll oder leuchtend und bewusst werden.

\*

Diese Erfahrungen sind normal, wenn das innere Bewusstsein wächst und immer mehr das natürliche Zentrum des Wesens wird – es ist das spontane intuitive Wissen jenes inneren Bewusstseins, das hervortritt und den üblichen Verlass des äußeren Mentals auf die Aufzeichnungen der Sinne und äußeren Geschehnisse ersetzt. Tatsächlich ist es das Wesen als Ganzes, das bewusst wird – die Substanz des Bewusstseins, die der Dinge gewahr wird, und nicht ein äußerer instrumentaler Wesenteil.

Im Schlaf wandert ein Teil des Bewusstseins hinaus zu anderen Wesensebenen und sieht und erfährt dort Dinge. Es ist für das Betrachter-Bewusstsein durchaus möglich, diesen Geschehnissen zu folgen, die sich meist in einer zusammenhängenden Übertragung dem schlafenden Teil des Bewusstseins mitteilen – letzterer empfängt sie, und sie erscheinen als klare, bedeutsame Träume im Gegensatz zu den unzusammenhängenden Träumen des Unterbewussten. Oder aber das Betrachter-Bewusstsein kann die Empfindung haben, als würde es dort die Geschehnisse genauso beobachten wie hier. Das wird sich [bei dir] vermutlich nach einiger Zeit entwickeln.

\*

Das physische Mental (oder aber das Unterbewusste) greift fast immer in den Traum ein und gibt ihm seine eigene Version. Nur wenn eine klare Erfahrung auf der mentalen oder vitalen Ebene stattfindet, macht es nicht den Versuch, sich einzumischen.

\*

Es sind Träume der mentalen und höheren vitalen Ebenen, in denen Dinge geschehen, die einen anderen Rhythmus und freiere Kräfte haben, doch wirken einige von ihnen auf die Dinge und Ereignisse auf Erden formbildend ein – nicht dass sie sich genau wie Prophezeiungen erfüllen, aber sie schaffen Kräfte für eine Erfüllung.

\*

Es gibt keine feste Verbindung (zwischen Wach- und Schlafzuständen), es kann aber eine subtile Verbindung bestehen. Ereignisse des Wachzustandes beeinflussen häufig die Traumwelt, vorausgesetzt, dass sie eine genügend große Auswirkung auf das Mental und Vital haben. Gestaltungen und Tätigkeiten der Traumebenen können etwas von sich oder ihrem Einfluss in den wachen physischen Zustand projizieren, wiederholen sich dort aber nur selten mit einiger Genauigkeit. Nur wenn das Traumbewusstsein sehr hoch entwickelt ist, vermag man dort Dinge zu sehen, die später durch die Gedanken, Rede oder Handlungsweise der Menschen oder durch Ereignisse in der physischen Welt bestätigt werden.

\*

Dies sind Träume der vitalen Ebene, in welchen die vitale Ebene die spirituelle Erfahrung aufgreift und sie in Gestaltungen des Egos zu verwandeln versucht, wobei sich nachher das Gefühl eines Verlustes an Macht und Bewusstsein und eines Sturzes einstellt. Du solltest diesen Träumen keine Bedeutung beimessen, sondern sie nur als einen Hinweis der Natur im Schlafzustand betrachten.

\*

Es bedeutet einfach, dass sie sich beim Aufwachen der Tatsache nicht bewusst sind, geträumt zu haben. Im Schlaf geht das Bewusstsein zu anderen Ebenen und hat dort Erfahrungen, und wenn sie durch das physische Mental mehr oder weniger vollkommen übertragen werden, nennt man sie Träume. Solche Träume finden während der ganzen Zeit des Schlafens statt – manchmal erinnert man sich ihrer, und manchmal erinnert man sich ihrer nicht. Manchmal geht man auch tief hinunter in das Unterbewusste, und die Träume finden dann dort statt, aber so tief unten, dass, wenn man wieder emporkommt, man sich nicht einmal dessen bewusst ist, geträumt zu haben.

\*

Der Wechsel zwischen Ruhe und Redseligkeit ist natürlich, wenn auf das physische Wesen von innen her eingewirkt wird. Wenn sich der Schlaf sozusagen dem Wachen in nähert, hat man Träume aller Art; wenn diese Träume nicht wahrgenommen werden, dann deshalb, weil der Schlaf des Körpers tiefer ist – die Träume sind vorhanden, das Körperbewusstsein bemerkt sie aber nicht oder erinnert sich ihrer nicht.

\*

Es hängt von der Verbindung zwischen zwei Bewusstseinszuständen zur Zeit des Erwachens ab. Meist findet dann eine Wende des Bewusstseins statt, während welcher der Traumzustand mehr oder weniger plötzlich beendet ist und den flüchtigen Eindruck auslöscht, den die Traumereignisse oder besser ihre Übertragung auf die physische Hülle hinterlassen haben. Wenn das Erwachen ruhiger und weniger abrupt ist oder wenn der Eindruck [des Traumes] sehr stark ist, wird die Erinnerung zumindest an den letzten Traum bewahrt. In diesem Fall ist es möglich, dass man sich lange des Traumes erinnert; im allgemeinen aber verblassen die Traumerinnerungen nach dem Aufstehen. Jene, die die Erinnerung an ihre Träume bewahren wollen, üben sich darin, ruhig zu liegen und die Spur zurückzuverfolgen und auf diese Weise einen Traum nach dem anderen wieder aufzufinden. Bei einem sehr leichten Traumzustand kann man sich an mehr Träume erinnern als bei einem schweren.

\*

Das Unterbewusste bleibt während des Schlafes im Körper. Es ist in Wirklichkeit das Wesen, das zu verschiedenen Bewusstseinsstufen hinausgeht, doch werden seine Erfahrungen nicht im Gedächtnis bewahrt, weil das speichernde Bewusstsein zu tief untergetaucht ist, um den Bericht an das Wachmental weiterzugeben.

\*

Ja, sicher, Traumerfahrungen können an sich großen Wert haben und Wahrheiten übermitteln, die man im Wachzustand nicht so leicht erhalten kann.

Oft ist das so [dass man sich des Geträumten nicht erinnert]. Es findet ein Wechsel oder eine Umkehr des Bewusstseins statt, und das Traumbewusstsein nimmt im Entschwinden die Episoden und Erfahrungen mit. Das kann manchmal vermieden werden, wenn man nicht abrupt in den Wachzustand hinaustritt oder rasch aufsteht, sondern eine Zeitlang ruhig bleibt, um festzustellen, ob die Erinnerung [an das Geträumte] bestehen bleibt oder zurückkehrt. Im anderen Fall muss man dem physischen Gedächtnis beibringen, sich zu erinnern.

\*

Die meisten Menschen bewegen sich, wenn sie schlafen, hauptsächlich im Vital, weil es dem Physischen am nächsten ist und man sich dort am leichtesten aufhalten kann. Man tritt zwar in die höheren Ebenen ein, doch ist entweder der Durchgang dort kurz oder man erinnert sich ihrer nicht. Auf der Rückkehr zum Wachbewusstsein durchquert man wiederum das niedere Vital und subtile Physische, und weil es die letzten Träume [vor dem Erwachen] sind, erinnert man sich ihrer leichter. An die anderen Träume erinnert man sich nur dann, 1. wenn sie sich dem aufzeichnenden Bewusstsein kraftvoll einprägen oder 2. wenn man unmittelbar nach einem dieser Träume aufwacht oder 3. wenn man gelernt hat, im Schlaf bewusst zu sein, das heißt bewusst dem Durchgang von Ebene zu Ebene folgt. Manche üben sich im Erinnern [ der Träume], indem sie beim Erwachen bewegungslos verharren und die Spur der Träume zurückverfolgen.

\*

Die Äußerung stammt von der seelischen Ebene – und auch die Musik kam von diesem Bereich. Sehr oft, wenn man aus einem bewussten Schlaf wie diesem erwacht, und selbst noch nach dem [völligen] Erwachen bleibt das innere Bewusstsein (das die Musik hörte) einige Sekunden lang [im Vordergrund] bestehen, bevor es zurücktritt und durch das Wachmental gänzlich überdeckt wird. In diesem Fall würde sich das, was im Schlaf gehört oder gesehen wurde, für diese wenigen Sekunden nach dem Erwachen fortsetzen.

\*

In Träumen auf der vitalen Ebene besteht immer eine Abweichung von der Norm der physischen Tatsache – manchmal ist es wegen des freien Spiels im Vital, ein andermal jedoch ist es nur eine Phantasie der Gestaltung entweder im Vital selbst oder im unterbewussten Mental, welche die Traumereignisse überträgt und sie zuweilen durch eigene Beiträge ändert.

\*

Die Menschen im Traum unterscheiden sich sehr oft von den Menschen der Wirklichkeit. Manchmal ist es der wirkliche Mensch, der auf einer anderen Ebene erscheint – manchmal ist es ein Gedanke, eine Kraft oder dergleichen, die seine Erscheinungsform durch einen Trick der Assoziation oder sonst wie annehmen.

\*

Das ist im Gegensatz zu vielem anderen ein Symbol-Traum auf der vitalen Ebene. Es ist aber schwierig, die vitalen symbolischen Träume zu interpretieren, außer sie bieten selbst einen Anhaltspunkt an – sie sind in ihrer Form eine Art Hieroglyphe. Wenn man einmal den Anhaltspunkt hat, können sie sehr bedeutsam sein – andere natürlich sind ziemlich banal.

\*

Nur eine sehr kleine Anzahl von Träumen kann auf diese Weise erklärt werden (dass sie ihre Ursache in einem Anreiz von außen haben), und oft ist die Erklärung reichlich willkürlich oder kann nicht bewiesen werden. Eine viel größere Zahl von Träumen erhebt sich aus unterbewussten Eindrücken der Vergangenheit ohne irgendeinen Anreiz von außen. Das sind die Träume aus dem Unterbewussten, welche die große Masse jener Träume ausmachen, an welche sich Menschen erinnern, die hauptsächlich im äußeren Mental leben. Es gibt auch Träume, die Wiedergaben von gewohnten vitalen Bewegungen und Neigungen sind, persönliche Gestaltungen der vitalen Ebene. Wenn man aber innerlich zu leben beginnt, sind die Träume oft Übertragungen der eigenen Erfahrungen auf der vitalen Ebene, und darüber hinaus gibt es ein großes Feld von symbolischen und anderen Träumen, die mit Erinnerung nichts zu tun haben. Es ist natürlich bewiesen worden, dass ein sehr langer und ausführlicher Traum in ein oder zwei Sekunden abzulaufen vermag, so dass ein Einwand gegen die Behauptung Bergsons nicht standhalten kann. Es gibt aber auch prophetische Träume und vieles andere mehr. Das Gedächtnis bewahrt die Erfahrungen, doch ist es absurd, Gedächtnis mit Bewusstsein zu identifizieren (selbst in der beschränkten europäischen Vorstellung von Bewusstsein). Diese Theorie der Erinnerung ist ein Teil von Bergsons grundlegender Idee, dass Zeit alles ist. Was „*spirituell*“ anbelangt, so wird in Europa zwischen dem Spirituellen, dem Mentalen und dem Vitalen meist nicht unterschieden.

\*

Diese Träume haben viele Menschen. Es ist das vitale Wesen, das im Schlaf hinausgeht und sich in den vitalen Welten umherbewegt und das Gefühl hat, mit seinem eigenen vitalen Körper in der Luft zu schweben. Die Meereswogen von der Farbe des Blitzes müssen aus der Atmosphäre eines vitalen Bereiches stammen. Ich weiß von einigen Sadhaks, dass sie glaubten, als sie zum ersten Mal den Körper in einer bewussteren Weise verließen, in Wirklichkeit frei zu schweben, weil die Lebhaftigkeit der Bewegung so intensiv ist; es ist aber nur der vitale Körper, der hinausgeht.

\*

Die Träume sind Erfahrungen auf der vitalen Ebene, tatsächliche Kontakte mit mir und der Mutter in deinem inneren Wesen, nicht symbolisch – obwohl sie symbolische Elemente enthalten können –, sondern Beziehungen, Einflüsse oder ein wechselseitiges Arbeiten unseres Bewusstseins mit dem deinen ausdrückend. Der zweite Traum enthält symbolische Elemente. Die Leiter ist natürlich ein Symbol des Aufstiegs von einer Stufe zur anderen. Die Schlange weist auf eine Energie hin, zuweilen auf eine gute, öfter auf eine schlechte (vital oder feindlich). Möglicherweise war die Energie verhalten und daher nicht beunruhigend; doch indem du sie berührt hast, um zu erkennen, von welcher Art sie sei, hast du sie geweckt und festgestellt, dass es sich um etwas handelt, das zu handhaben nicht ganz ungefährlich ist. Es besteht kein klarer Hinweis, was diese Energie darstellte. Diese Traumerfahrungen hängen nicht von den Wachgedanken ab wie die gewöhnlichen unterbewussten Träume, die nur Träume und keine Erfahrungen sind. Sie besitzen Leben, Struktur, Ordnung sowie Formen und Bedeutungen von eigener Art; sie sind aber sehr häufig mit dem inneren Zustand und den Erfahrungen oder Bewegungen der Sadhana verbunden. Es ist nicht klar, ob die Blumen-Episode symbolisch war oder nur etwas, das sich auf der inneren Ebene abspielte. Vielleicht wäre es möglich gewesen, etwas dazu zu sagen, wenn ein Hinweis bestanden hätte, welche Blume es tatsächlich war, die du gabst.

Diese schlechte Verfassung ist ein Abfall (oft ausgelöst durch eine sehr geringfügige Ursache) von der inneren Ausgeglichenheit zum äußeren Bewusstsein. Lass dich dadurch nicht beeinflussen, sondern bleibe ruhig, rufe die Mutter und kehre zum inneren Zustand zurück.

\*

Die Träume, die du beschreibst, sind ganz deutlich symbolische Träume auf der vitalen Ebene. Diese Träume können alles mögliche symbolisieren – Kräfte, die am Werk sind, die zugrunde liegende Struktur und Verknüpfung von getanen oder erfahrenen Dingen, tatsächliche oder potentielle Geschehnisse, echte oder hinweisende Bewegungen oder Wandlungen in der inneren oder äußeren Natur.

Die Furchtsamkeit, die durch die Vorahnung im Traum angezeigt wurde, stammte vermutlich nicht aus dem bewussten Mental oder höheren Vital, sondern aus dem Unterbewussten in der niederen vitalen Natur. Dieser Teil fühlt sich immer klein und unbedeutend und gerät leicht in Furcht, dass er vom höheren Bewusstsein überflutet wird – eine Furcht, die in manchen beim ersten Kontakt mit dem höheren Bewusstsein in eine Art Panik, Angst oder Schrecken ausarten kann.

\*

Das sind Erfahrungen der vitalen Ebene; sie haben einen Sinn, wenn man ihn zu deuten weiß. Diese hier weist auf die Möglichkeit schwerer Attacken auf der vitalen Ebene hin, verspricht aber gleichzeitig Schutz. Es sind Gestaltungen der vitalen Ebene, manchmal Dinge, die versuchen, sich zu ereignen, aber nicht notwendigerweise damit Erfolg haben. Man kann sie beobachten und verstehen, darf aber nicht zulassen, dass sie das Mental beeinflussen; denn häufig versuchen feindliche Kräfte durch diese Traum-Erfahrungen suggestiv einen Einfluss auf das Mental auszuüben.

\*

Ich sagte, dass dieser Traum ein tatsächliches Geschehen auf der vitalen Ebene war und nicht eine Gestaltung. Wenn dich jemand auf der Straße angreift, dann handelt es sich nicht um eine Gestaltung. Wenn dich aber jemand hypnotisiert und dir einflößt, dass du krank seist, so ist diese Suggestion eine Gestaltung, die durch den Hypnotiseur auf dich übertragen wurde.

\*

Diese Träume stammen von der vitalen Ebene – sie beziehen sich vermutlich auf etwas, das in deinem Vital vor sich geht, doch können sie nicht genau gedeutet werden, außer es besteht entweder ein deutlicher Anhaltspunkt an der Oberfläche oder aber du kannst es selbst auf etwas in deiner Erfahrung beziehen, dessen du dir bewusst bist. Die Symbole des Aufsteigens oder des Herabfließens von Wasser (Bewusstsein oder eine andere Gabe von oben) sind häufig, und der allgemeine Sinn ist immer der gleiche – doch ist hier die genaue Bedeutung nicht klar.

\*

Es ist ein Traum der vitalen Ebene. In diesen Träumen nehmen die Gestalten des physischen Lebens eine andere Form und Bedeutung an, und das Bewusstsein, in welchem sie leben und handeln, ist nicht das äußere physische Bewusstsein, sondern ein innerer vitaler Teil des Wesens. Der Aufstand der französischen Soldaten ist das Symbol einer Störung auf der vitalen Ebene, die stattfinden und das innere Leben beeinträchtigen will. Das, was der Traum ausdrücken will, ist die Bereitschaft des vitalen inneren Bewusstseins, sich auf die Mutter zu verlassen und in ihr Zuflucht vor allen nur denkbaren Störungen und Gefahren des inneren Lebens zu suchen.

\*

Ja, dein Gefühl hinsichtlich des Schutzes ist völlig richtig.

Der Traum über X und dass du zur Mutter gingst, war die Erfahrung von etwas, das auf der vitalen Ebene stattfand. Dort ereignen sich Dinge, die eine gewisse Verbindung mit der Natur und dem Leben hier haben, sie ereignen sich aber auf andere Weise, weil es dort nicht die physischen Wesen, sondern die vitalen Wesen der Menschen sind, die sich begegnen. Man kann daraus die Natur des eigenen inneren vitalen Wesens erkennen – die häufig sehr verschieden ist von der physischen Persönlichkeit, welche vordergründig im Körper handelt. Durch das Wirken des Bewusstseins in diesen Träumen beginnen die inneren Wesens teile aktiver zu werden und größeren Einfluss auf die äußere Natur zu haben. Dein inneres vitales Wesen scheint – wenn man aus den von dir berichteten Traumerfahrungen schließen will – sehr stark und ehrlich, mental klar, entschlossen und fähig zu sein, sich mit den feindlichen Kräften und ihrem Wirken in der richtigen Weise auseinanderzusetzen und das Richtige zu tun.

Das Gefühl, dass du dich irgendwohin begibst, bedeutet, dass ein Teil des Bewusstseins zu einer anderen Ebene als der physischen wandert. Die Menschen, die du



sahst, und auch die spätere Vision gehörten diesen überphysischen Welten an. Die Vision scheint für etwas von einer höheren Ebene symbolisch zu sein, doch wofür, ist aus den Einzelheiten nicht ganz klar zu ersehen. Gold ist die Farbe der Wahrheit, die von oben kommt.

\*

Die physische ist nicht die einzige Welt; es gibt andere, die uns durch Traum-Berichte, durch die feinen Sinne, durch Einflüsse und Kontakte, durch die Phantasie, Intuition und Vision bewusst werden. Es gibt Welten eines größeren, subtileren Lebens als dem unseren – vitale Welten; oder Welten, in denen das Mental seine eigenen Formen und Gestalten bildet – mentale Welten; seelische Welten, die die Heimat der Seele sind; andere über uns, mit denen wir wenig Kontakt haben. In jedem von uns gibt es sowohl eine mentale, eine seelische, eine vitale und eine feinstoffliche Bewusstseisebene als auch die grobstoffliche und materielle Ebene. Die gleichen Ebenen gibt es im Bewusstsein der allgemeinen Natur. Wenn wir in diese anderen Ebenen eintreten oder mit ihnen Kontakt aufnehmen, treten wir mit jenen Welten über den physischen in Verbindung. Im Schlaf verlassen wir den physischen Körper, in welchem nur ein unterbewusster Rest zurückbleibt; und treten in alle möglichen Ebenen und Welten ein. In jeder von ihnen sehen wir Szenen, begegnen Wesen, nehmen an Geschehnissen teil und stoßen auf Gestaltungen, Einflüsse, Suggestionen, welche zu diesen Ebenen gehören. Selbst wenn wir wach sind, bewegt sich ein Teil von uns auf diesen Ebenen, doch finden ihre Tätigkeiten dann hinter dem Schleier statt; unser Wachmental ist sich dessen nicht bewusst. Viele Träume sind nur unzusammenhängende Gestaltungen unseres Unterbewusstseins, andere hingegen sind Berichte (oft sehr vermischt und entstellt) oder Übertragungen von Erfahrungen auf diesen überphysischen Ebenen. Wenn wir die Sadhana ausüben, wird diese Art von Träumen etwas sehr Allgemeines; die unterbewussten Träume hören dann auf zu dominieren.

Die Kräfte und Wesen der vitalen Welt haben großen Einfluss auf menschliche Wesen. Die vitale Welt ist einerseits eine Welt der Schönheit – Dichter, Künstler, Musiker stehen mit ihr in engem Kontakt; sie ist ebenso eine Welt der Mächte und Leidenschaften, der Lüste und Begierden – und unsere eigenen Lüste und Begierden, unsere Leidenschaften und Bestrebungen können uns mit den vitalen Welten, mit ihren Wesen und Kräften in Verbindung bringen. Darüber hinaus ist es eine Welt von dunklen, gefährlichen und abscheulichen Dingen. Alpträume, wie X sie hatte, sind Kontakte mit dieser Seite der vitalen Ebene. Der Ursprung von vielem, was in den Menschen dämonisch, schmutzig, grausam und niedrig ist, ist auf ihre Einflüsse zurückzuführen.

Die Erfahrung von X stellt einen Kontakt dar mit etwas auf der falschen Seite der vitalen Ebene. Ihre Visionen hingegen von Göttern, Göttinnen usw. sind Erfahrungen der anderen [positiven] Seite der vitalen Welt. Diese [Erfahrung, von der zuerst die Rede ist] stellt den Versuch einer vitalen Macht dar, eine Art Kontrolle über X auszuüben, indem sie durch ihre Furcht auf sie einwirkt. Wenn sie sich nicht fürchten würde, könnte die vitale Macht nicht in sie eindringen. Wenn sie in ihren Wachstunden unter Begierden, Mutlosigkeit und Depressionen leidet, pflegt auch das dazu beizutragen, dass sie im Schlaf in diese Welten eintritt oder eine Verbindung mit ihnen herstellt. Ihre Erfahrungen, über die du berichtet hast, weisen auf eine große Fähigkeit hin, die vitale

Ebene auf der guten Seite zu betreten – diese Traumerfahrungen hingegen liegen auf der anderen Seite. Da es sich nur um Träume handelt, sind sie nicht so gefährlich, wie es eine ähnliche Erfahrung in der Meditation wäre – sie sind aber trotzdem sehr unerwünscht.

Wenn ein derartiges Eindringen [von feindlichen Kräften] versucht wird, gilt es nur das eine zu tun, es auszufechten, wie sie es tat, und zur gleichen Zeit die Mutter anzurufen. Grundsätzlich sollte man vor dem Einschlafen die Mutter anrufen, sich auf sie konzentrieren und versuchen, den Schutz der Mutter um sich zu fühlen und damit einschlafen. Selbst im Traum sollte man die Gewohnheit entwickeln, die Mutter zu rufen, wenn man in Schwierigkeit oder Gefahr ist; viele Sadhaks tun das. Das Eindringen nicht zuzulassen, keinerlei Eindringen von irgendeiner Macht oder irgendeinem Wesen, sei es im Traum, in der Meditation oder sonst wie – von keiner Kraft, außer der Göttlichen Kraft –, was bedeutet, Zurückweisung [dieses Eindringens] und Verweigerung der Zustimmung, weder durch Anerkennung noch durch Schwäche. Um die Verbindung abubrechen, muss der innere Wille eingesetzt werden, ein Wille der Zurückweisung, eine Konzentration auf höhere Dinge als jene der vitalen Ebene; auch [ein Wille der] Zurückweisung von auftretenden vitalen Begierden, Verzweiflung und Depressionen. Veranlasse sie [X], hauptsächlich nach den höheren, spirituellen Erfahrungen zu streben, dem seelischen Sich-Öffnen, nach Stille, Frieden, Reinheit und nach dem Sich-Öffnen gegenüber dem höheren Licht, nach Stärke, Seligkeit, Wissen.

Noch etwas: sie sollte ein nicht zu sehr zurückgezogenes Leben führen; ein gewisses Offensein gegenüber der physischen Welt ist notwendig, desgleichen sind einige normale mentale Aktivitäten von gesunder Art empfehlenswert.

\*

Das sind Träume, die aus der vitalen Welt stammen. Drei Dinge müssen im Hinblick auf sie entwickelt werden:

1. die Gewohnheit, selbst im Traum sofort nach der Mutter zu rufen;
2. Furchtlosigkeit – wenn man keine Furcht hat, werden diese Kräfte der anderen Welt machtlos;
3. der Realität solcher Gestaltungen keinen Glauben zu schenken und sie lediglich als Gestalt gewordene Suggestionen zu betrachten, genauso wie man eine grässliche Vorstellung von diesem oder jenem Geschehen haben kann, während die Vernunft weiß, dass es eine bloße Machenschaft der Phantasie ist, und sich dadurch nicht beeindrucken lässt.

\*

Deine Erfahrung des Friedens im Körper war eine sehr gute Erfahrung. Was den bösen Traum angeht, so handelte es sich um eine feindselige Gestaltung der vitalen Welt – eine Suggestion in Traumform, die den Zweck hatte, dich aus der Fassung zu bringen. Diese Dinge sollte man hinausweisen – du solltest dir innerlich sagen: „Es ist falsch, derartiges kann nicht geschehen“, und dich dessen entledigen, wie du es mit einer falschen Suggestion im Wachzustand tun würdest.

\*

Diese Dinge, die dich erschrecken wollen, sind lediglich Eindrücke, die dir durch kleine vitale Kräfte aufgedrängt werden, welche dein Vorwärtskommen in der Sadhana verhindern wollen (indem sie dich nervös machen). Sie können dir in Wirklichkeit nichts anhaben, du musst nur alle Furcht zurückweisen. Wenn diese Dinge kommen, halte immer an dem einen Gedanken fest: „Der Schutz der Mutter umgibt mich, mir kann nichts Schlimmes geschehen“ – denn wenn sich die Seele geöffnet und man Glauben an die Mutter hat, ist das genug, um diese Dinge abzuwenden. Viele Sadhaks lernen, wenn sie alarmierende Träume haben, den Namen der Mutter sogar im Traum zu rufen, und dann werden die bedrohlichen Dinge machtlos oder hören auf zu bestehen. Du darfst dich daher nicht einschüchtern lassen und musst diese Eindrücke mit Verachtung zurückweisen. Wenn es etwas Furchterregendes gibt, rufe den Schutz der Mutter herab.

Die von dir empfundene Hitze wurde vermutlich dadurch ausgelöst, dass die [Yoga-] Kraft Schwierigkeit hatte, von dem Augenbrauen-Zentrum, wo sie bis jetzt gewirkt hatte, weiter nach unten zu gelangen. Wenn ein solches Gefühl oder das Unbehagen, das du einmal empfunden hattest, oder ähnliche Dinge aufkommen, darfst du dich nicht beunruhigen; bleibe vielmehr ruhig und lass die Schwierigkeit vorübergehen.

Was du vorher erfahren hast, [das Gefühl] des Mondlichtes in der Stirn, war das Einwirken auf das Zentrum dort zwischen den Augenbrauen, das Zentrum des inneren Mentals, Willens und der inneren Vision. Das Mondlicht, das du sahst, ist das Licht der Spiritualität, und dies war es, was durch das Augenbrauen-Zentrum in dein Mental eintrat mit dem Ergebnis eines Sich-Weitens im Herzen, als ob der Himmel von Mondlicht durchflutet würde. Später fand eine gewisse Bemühung statt, um den niederen Teil des Mentals, dessen Zentrum im Hals ist, vorzubereiten, ihn mit dem inneren Mental zu verbinden und ihn zu öffnen; aber es gab, wie es sehr häufig der Fall ist, ein Hemmnis, das die Hitze auslöste. Es war vermutlich das Feuer des *tapas*, Agni, das versuchte, sich den Weg zu diesem Zentrum zu bahnen.

Die Erfahrung, in den Himmel hinaufgetragen zu werden, ist eine sehr allgemeine und bedeutet einen Aufstieg des Bewusstseins in eine höhere Welt des Lichtes und Friedens.

Deine Idee, mehr und mehr nach innen zu gehen und dich ganz der Mutter hinzuwenden, ist völlig in Ordnung. Wenn kein Verhaftetsein mit äußeren Dingen um ihrer selbst willen besteht und alles nur für die Mutter geschieht, wenn das Leben durch das innere seelische Wesen in ihr seinen Mittelpunkt hat, so ist das die beste Voraussetzung für die spirituelle Verwirklichung.

\*

Der Traum war von der Art, wie man ihn oft auf der vitalen Ebene hat – wo man in unentwirrbare Schwierigkeiten verstrickt wird, bis man plötzlich den Weg findet, der herausführt. Gujerat im Traum war nicht Gujerat, sondern nur ein Symbol eines bestimmten Teils der vitalen Welt, der gegen das spirituelle Leben gerichtet und voll vitaler Mächte ist, die sich mit Hilfe eines Tricks oder mit Gewalt in den Weg stellen. Diese Träume weisen auf gewisse Teile der vitalen Natur hin (nicht auf die eigene, sondern die allgemeine vitale Natur), welche der spirituellen Erfüllung im Wege stehen. Wenn man sich dorthin begibt und diese Teile der Natur meistert, ist man frei von ihrer Einmischung in der Sadhana.

\*

Diese Träume sind recht symbolisch für die vitalen Kräfte, die auftreten, um dich anzugreifen. Wenn du ihnen mit Mut begegnest, werden sie machtlos. Ich bin nicht der Meinung, dass es sich überhaupt um deinen Vater und Bruder handelt, denen du begegnest – obwohl jene Kräfte ihre feindseligen Gefühle ausnützen können, indem sie ihre Gestalt annehmen; möglicherweise tun sie das auch, um in dir Zuneigung zu erwecken und dich daran zu hindern, gegen sie anzugehen. Doch abgesehen davon sind die Gestalten der physischen Mutter, des physischen Vaters und der Verwandten sehr oft symbolisch für die stoffliche oder ererbte Natur oder allgemein für die gewöhnliche Natur, in die wir hineingeboren sind.

\*

In diesen Träumen bedeuten die Eltern oder Verwandten die gewöhnlichen Kräfte des physischen Bewusstseins (der alten Natur).

\*

Diese Träume stammen von der vitalen Ebene. Jene [Menschen], die im Begriff waren nach Hause zu gehen, stammen von einem Teil des Vitals, das noch die Erinnerung an die vergangenen Beziehungen bewahrt und sich während des Schlafes dorthin begibt. Die Träume über die Mutter berichten von Begegnungen mit ihr auf der vitalen Ebene. Du solltest sie zuallererst hinausstoßen, wenn du erwachst, und nicht zulassen, dass dein Vital ihren Eindruck bewahrt. Jene Erfahrungen hingegen (von der Mutter, die in dein Herz kam und mit dir sprach) waren ihrer Natur nach seelisch und nicht vital.

Deine Schwierigkeit in der Sadhana kann vom vitalen oder physischen Mental herrühren, das aktiv wird. Das geschieht oft nach den ersten Erfahrungen der Stille und des Schweigens. Man muss sich in der Meditation von diesen Tätigkeiten loslösen, wie ein Betrachter, und auch in diese Teile die ursprüngliche Stille rufen. Aber das mag Zeit in Anspruch nehmen. Wenn man sich in der Meditation hinreichend von der Umgebung isolieren und nach innen gehen kann, kommt die Ruhe rascher.

\*

Wenn du den Yoga ausübst, öffnet sich das Bewusstsein und du nimmst besonders im Schlaf Dinge, Szenen, Wesen, Geschehnisse von anderen (nicht physischen) Welten wahr, gehst selbst im Schlaf dorthin und bist dort tätig. Sehr oft haben diese Dinge eine Bedeutung für die Sadhana. Daher brauchst du es nicht zu bedauern, all dies zu sehen, wenn du schläfst oder meditierst.

Auf keinen Fall aber solltest du Furcht haben. Die Tatsache, dass du fähig warst, die mit dir kämpfenden Wesen zu vernichten (es waren Wesen einer feindlichen vitalen Welt), ist sehr erfreulich, denn sie zeigt, dass irgendwo in deiner vitalen Natur Stärke und Mut ist. Außerdem solltest du, da du den Namen der Mutter gebrauchst und ihren Schutz hast, nichts fürchten.

\*

Das Fortlaufen im Traum ist ein Symbol der Trägheit in einem Teil deines Wesens, das den [feindlichen] Kräften einzudringen erlaubt, sich vor ihnen zurückzieht und den Boden verliert, statt ihnen zu begegnen und sie zu vernichten.

\*

Es ist offensichtlich, dass die Erfahrung von X nichts anderes als ein Alptraum war – eine Attacke im Schlaf von einer bestimmten Kraft der vitalen Welt, der er sich vermutlich irgendwie geöffnet hatte, möglicherweise dadurch, dass er dem Mann auf der Straße antwortete, der von einer vitalen Atmosphäre der übelsten Art umgeben war. Die Gestalt der Frau war nur eine Form, die sein unterbewusstes Mental dieser Kraft gab. Diese Kräfte sind überall um uns, nicht nur in einem bestimmten Zimmer oder Haus, und wenn man ihnen die Tür öffnet, dringen sie ein, wo immer du dich auch befindest. Es wäre ohne Bedeutung, wenn X nicht der nervösen Reaktion einer irrationalen Panik nachgegeben hätte. Jemand, der die Sadhana ausüben will, darf einer solchen Panik nicht nachgeben; das ist eine Schwäche, die mit den Forderungen des Yoga unvereinbar ist, und es ist sicherer, wenn man sich von ihr nicht befreien kann, den Yoga nicht auszuüben.

\*

Die Depression, die im Schlaf über dich kam, muss eine von zwei möglichen Ursachen gehabt haben. Es kann der Überrest gewesen sein, den eine unerfreuliche Erfahrung zurückgelassen hat, die in einem unangenehmen Bereich der vitalen Welten stattfand – und solche Orte gibt es dort in Hülle und Fülle. Es war wohl kaum eine Attacke, denn das hätte mit Sicherheit einen deutlicheren Eindruck hinterlassen, dass sich etwas [Bestimmtes] ereignet hat, selbst wenn keine eigentliche Erinnerung damit verbunden war; doch allein bestimmte Orte zu betreten oder ihren Bewohnern zu begegnen oder mit ihrer Atmosphäre in Berührung zu kommen kann eine deprimierende und lähmende Auswirkung haben, es sei denn, man wäre ein geborener Kämpfer und hätte ein aggressives Vergnügen daran, sich diesen Feuerproben zu unterziehen und sie zu bestehen. Wenn das die Ursache deiner Depression ist, brauchst du nur entweder diese Ebene zu meiden, was, wenn du einmal weißt, was sich dort ereignet, durch die Bemühung deines Willens geschehen kann, oder aber dich mit einem besonderen Schutz gegenüber dem Kontakt mit dieser Atmosphäre zu umgeben. Die andere mögliche Ursache [der Depression] ist ein Absacken in einen zu dunklen und unterbewussten Schlaf – das hat manchmal die Auswirkung, die du beschreibst. Lass dich aber auf keinen Fall entmutigen, wenn sich diese Dinge ereignen; es sind die üblichen Erscheinungen, denen man unweigerlich begegnet, sobald man hinter den Schleier dringt und die okkulten Ursachen der psychologischen Geschehnisse in uns berührt. Man muss die Ursachen erkennen, von der Schwierigkeit Kenntnis nehmen und ihr begegnen und immer darauf reagieren – man darf niemals die Depression, die auf dich geworfen wurde, akzeptieren, sondern muss reagieren, wie du es das erste Mal getan hast. Genauso wie uns ständig Kräfte umgeben, deren Anliegen es ist zu deprimieren und zu entmutigen, sind auch immer Kräfte über uns und um uns, auf die wir uns stützen können, die wir in uns

hereinziehen können, damit sie uns regenerieren und erneut mit Stärke, Glauben, Freude und jener Macht erfüllen, die ausharrt und überwindet. Man kann es tatsächlich zu einer Gewohnheit machen, sich diesen hilfreichen Kräften zu öffnen und sie entweder passiv zu empfangen oder aktiv in Anspruch zu nehmen – denn beides ist möglich. Es ist leichter, wenn du weißt, dass sie über dir und um dich herum sind, und den Glauben und Willen hast, sie zu empfangen – denn das bringt dann die Erfahrung und das konkrete Gefühl von ihnen und die Fähigkeit, sie bei Bedarf oder nach Wunsch aufzunehmen. Es ist eine Frage der Gewöhnung deines Bewusstseins [an die Möglichkeit], mit diesen hilfreichen Kräften in Kontakt zu kommen und den Kontakt zu bewahren – und zu diesem Zweck musst du dich daran gewöhnen, die Einwirkungen der anderen Kräfte auf dich, wie Depression, Mangel an Selbstvertrauen, Unzufriedenheit und alle ähnlichen Störungen, zurückzuweisen.

Was die tatsächliche Meisterung einer Situation durch okkulte Kräfte anbelangt, so ist das nur durch Übung und Experiment möglich – so wie man Stärke durch Leibesübung oder wie man einen Vorgang im Laboratorium entwickelt, indem man durch die praktische Handhabung einer Kraft herausfindet, wie sie in ihrem Wirkungsbereich angewandt werden kann und sollte. Das Warten auf die Stärke hat keinen Wert, solange man das nicht versucht hat; die Stärke wird nach wiederholten Versuchen kommen. Weder darfst du den Fehlschlag fürchten noch dich durch Fehlschlag entmutigen lassen – denn diese Dinge sind nicht immer gleich erfolgreich. Es sind Dinge, die man durch persönliche Erfahrung lernen muss – wie wir mit kosmischen Kräften Kontakt aufnehmen können, wie unser individuelles Tun mit dem ihren zu verbinden oder gleichzusetzen ist, wie wir ein Instrument des Meister-Bewusstseins werden können, das wir das Göttliche nennen.

Deine Einstellung ist ein wenig zu persönlich – ich meine dein Beharren auf persönlicher Stärke oder Schwäche als dem entscheidenden Faktor. Schließlich gilt für den Größten wie für den Kleinsten von uns, dass die Stärke nicht unsere eigene ist, sondern uns verliehen wurde für das Spiel, das gespielt werden muss, und für die Arbeit, die zu verrichten ist. Die Stärke kann in uns geformt werden, doch ist ihre gegenwärtige Formung nicht endgültig – weder die Formung von Macht noch die Formung von Schwäche. In jedem Augenblick sieht man, besonders unter dem Druck des Yoga, wie Schwäche sich in Macht wandelt, der Unfähige fähig wird, wie sich plötzlich oder allmählich das instrumentale Bewusstsein zu neuer Größe erhebt oder seine latenten Fähigkeiten entwickelt. Über uns, in uns, um uns ist die All-Stärke, und auf sie müssen wir uns für unsere Arbeit stützen, für unsere Entwicklung, unsere allmähliche Wandlung. Wenn wir mit Glauben an die Arbeit, an unsere Mitwirkung bei der Arbeit, an die uns bestimmende Macht vorwärtsschreiten, dann wird in dem eigentlichen Akt der Prüfung, der Begegnung mit Schwierigkeiten und Fehlschlägen und ihrer Überwindung die Stärke kommen, und wir werden unser Vermögen entdecken, soviel wie nötig von der All-Stärke aufzunehmen, zu deren immer vollendeteren Gefäßen wir werden.

## VIII.

Das ganze Prinzip dieses Yoga besteht darin, sich gänzlich dem Göttlichen allein zu geben und niemandem und nichts sonst, und durch die Einung mit der Göttlichen Mutter-Macht all das transzendente Licht, die Kraft, die Weite, den Frieden, die Reinheit, das Wahrheits-Bewusstsein und den Ananda des supramentalen Göttlichen in uns

herabzubringen. In diesem Yoga ist daher kein Platz für vitale Beziehungen oder vitalen Austausch mit anderen; jede derartige Beziehung oder jeder derartige Austausch fesselt die Seele sofort an das niedere Bewusstsein mit seiner niederen Natur und verhindert die wahre und volle Einung mit dem Göttlichen; sie hemmt sowohl den Aufstieg zum supramentalen Wahrheits-Bewusstsein als auch die Herabkunft der supramentalen Ishvari Shakti. Noch schlimmer wäre es, wenn dieser Austausch, auch wenn ein äußerer Akt nicht stattfände, die Form einer sexuellen Beziehung oder eines sexuellen Vergnügens annähme; aus diesem Grund sind diese Dinge in der Sadhana absolut verboten. Es versteht sich von selbst, dass jeder physische Akt dieser Art nicht erlaubt ist; aber auch jede subtilere Form ist ausgeschlossen. Erst nach unserem Einswerden mit dem supramentalen Göttlichen können wir unsere wahren spirituellen Beziehungen zu anderen [Menschen] finden – im Göttlichen; in dieser höheren Einigung kann diese Art roher, niederer vitaler Bewegung nicht mehr stattfinden.

Den Sex-Impuls zu meistern – so sehr Herr des Sex-Zentrums zu werden, dass die sexuelle Energie aufwärts gezogen und nicht hinausgeschleudert und vergeudet wird – bedeutet tatsächlich, die Samenkraft in primäre physische Energie zu wandeln, welche alle übrigen [Energien] stützt, *retas* [Samenkraft] in *ojas* [essentielle Energie]. Es gibt aber keinen gefahrvolleren Irrtum, als die Einmischung des sexuellen Begehrens und eine gewisse subtile Befriedigung zu akzeptieren und als zur Sadhana gehörend zu betrachten. Es wäre der wirksamste Weg, geradewegs auf spirituellen Verfall loszusteuern und Kräfte in die Atmosphäre zu schleudern, welche die supramentale Herabkunft blockieren und statt dessen die Herabkunft von feindlichen vitalen Mächten herbeiführen würden, damit sie Verwirrung und Verheerung stiften. Diese Abweichung, sollte sie sich einzustellen versuchen, muss unbedingt ausgemerzt und aus dem Bewusstsein getilgt werden, wenn die Wahrheit herabgebracht werden und die Arbeit geschehen soll.

Auch die Vorstellung, dass es zur Umwandlung des Sex-Zentrums gehört, den aufzugebenden physisch-sexuellen Akt innerlich zu imitieren, beruht auf einem Irrtum. Die Tätigkeit der animalischen Sex-Energie in der Natur ist eine Einrichtung, die in der Unwissenheit im Haushalt der stofflichen Schöpfung einem bestimmten Zweck dient. Die sie begleitende vitale Erregung jedoch schafft die günstigste Gelegenheit und die Vibration „in der Atmosphäre für das Eindringen jener sehr vitalen Kräfte und Wesen, deren ganzes Bestreben es ist, die Herabkunft des supramentalen Lichtes zu verhindern. Das damit verbundene Vergnügen ist eine Herabwürdigung und nicht die wahre Form des göttlichen Ananda. Der wahre göttliche Ananda im Physischen hat eine andersartige Beschaffenheit, Bewegung und Substanz; seine Offenbarung, die essentiell selbstbestehend ist, hängt allein von einer inneren Einung mit dem Göttlichen ab. Du hast die Göttliche Liebe erwähnt; die Göttliche Liebe aber, wenn sie das Physische berührt, erweckt nicht die groben, niederen vitalen Neigungen; ihnen nachzugeben würde lediglich bewirken, dass sie sich wieder zu den Höhen zurückzieht, nachdem es bereits schwierig genug war, sie in die Derbheit der stofflichen Schöpfung herabzubringen, die allein sie umzuwandeln vermag. Suche die göttliche Liebe durch die einzige Pforte, durch die sie einzutreten bereit ist, die Pforte des seelischen Wesens – und lege das niedere vitale Irren ab.

Für die physische *siddhi* [Vollendung] ist die Umwandlung des Sex-Zentrums und seiner Energie notwendig; denn es ist der körperliche Rückhalt aller mentalen, vitalen und physischen Kräfte in der Natur [des Menschen]. Es muss in eine Anhäufung und Bewegungen inneren Lichtes, schöpferischer Macht, reinen göttlichen Anandas

umgewandelt werden. Nur durch das Herabbringen des Lichtes, der Macht und der Seligkeit des Supramentals in das [Sex-]Zentrum kann es gewandelt werden. Was sein späteres Wirken anbelangt, so wird es durch die supramentale Wahrheit, die schöpferische Schau und den schöpferischen Willen der Göttlichen Mutter bestimmt werden. Es wird jedoch eine Tätigkeit der bewussten Wahrheit sein und nicht die der Dunkelheit und Unwissenheit, wozu sexuelles Begehren und Vergnügen gehören; es wird eine Macht der Bewahrung und der freien, wunschlosen Ausstrahlung der Lebenskräfte sein und nicht ihr Hinausschleudern und ihre Vergeudung. Gib dich nicht der Vorstellung hin, dass das supramentale Leben lediglich aus einer gehobenen Befriedigung der Begierden des Vitals und Körpers bestehen wird; nichts kann ein größeres Hindernis für die herabkommende Wahrheit sein als diese Hoffnung auf Verherrlichung des Tieres in der menschlichen Natur. Das Mental wünscht sich, dass der supramentale Zustand eine Bestätigung der eigenen gehegten Ideen und Vorurteile ist; das Vital möchte, dass er eine Glorifizierung der eigenen Begierden ist; das Physische will, dass eine üppige Erweiterung der eigenen Annehmlichkeiten, Vergnügen und Gewohnheiten damit verbunden ist. Wenn dem so wäre, dann wäre er nur eine gesteigerte und sehr erhöhte Vollendung der tierischen und menschlichen Natur und nicht der Übergang vom Menschlichen ins Göttliche.

Es ist gefährlich, daran zu denken „jede Schranke der Unterscheidung und Verteidigung“ gegenüber dem, was auf dich herabzukommen versucht, aufzugeben. Hast du überlegt, was es bedeutet, wenn das Herabkommende nicht in Einklang mit der Göttlichen Wahrheit steht, vielleicht sogar etwas Feindliches ist? Eine feindliche Macht könnte sich zur Erlangung der Herrschaft über den Suchenden nichts Besseres wünschen. Man sollte nur die Kraft der Mutter und die göttliche Wahrheit unbegrenzt zulassen. Und selbst hier gilt es, die Fähigkeit der Unterscheidung zu bewahren, damit alles Falsche, das sich als die Kraft der Mutter und die Göttliche Wahrheit ausgibt, aufgedeckt wird; und ebenso gilt es, sich die Fähigkeit der Zurückweisung zu erhalten, durch die alles Zweifelhafte entfernt wird.

Bewahre den Glauben an deine spirituelle Bestimmung, wende dich vom Irren ab und öffne das seelische Wesen mehr und mehr der direkten Führung durch das Licht und die Macht der Mutter. Wenn der zentrale Wille aufrichtig ist, kann jedes Erkennen eines Fehlers ein Sprungbrett für eine wahrere Bewegung und einen höheren Fortschritt sein.

\*

Es ist richtig, dass das Sex-Zentrum und seine Reaktionen umgewandelt werden können und dass ein Ananda von oben die tierische Sex-Reaktion zu ersetzen vermag. Der Sex-Impuls ist eine Herabminderung dieses Anandas. Es kann aber gefährlich sein, diesen Ananda zu empfangen, bevor das physische Bewusstsein (einschließlich des physisch-vitalen) umgewandelt ist; denn andere und niedrigere Dinge können sich das zunutze machen und sich einmischen, und das würde das ganze Wesen beunruhigen und könnte auf einen falschen Pfad führen durch den Eindruck, dass diese niedrigeren Dinge ein Teil der Sadhana sind und von oben gebilligt werden – oder einfach dadurch, dass die niedrigeren Elemente die wahre Erfahrung zunichte machen. Im letzteren Fall würde der Ananda erlöschen und das Sex-Zentrum von den niederen Reaktionen beherrscht werden.

\*



In meinem vorhergehenden Brief habe ich ganz kurz meine Einstellung hinsichtlich des Sex-Impulses und Yoga dargelegt. Ich möchte hier hinzufügen, dass sich meine Folgerung nicht auf irgendeine mentale Meinung oder vorgefasste moralische Idee gründet, sondern auf erprobte Tatsachen sowie auf Beobachtung und Erfahrung. Ich bestreite nicht, dass, solange man eine gewisse Trennung zwischen innerer Erfahrung und äußerem Bewusstsein aufrechterhält – wobei man das letztere als eine untergeordnete Tätigkeit ansieht, die zwar kontrolliert wird, aber noch nicht umgewandelt ist –, es durchaus möglich ist, spirituelle Erfahrungen zu haben und Fortschritte zu machen, ohne dass die Sex-Tätigkeit gänzlich zum Stillstand kommt. Das Mental distanziert sich vom äußeren Vital (den Lebens-Teilen) und dem physischen Bewusstsein und lebt sein eigenes, inneres Leben. Doch nur wenige bringen dies tatsächlich einigermaßen vollkommen zustande, und sobald sich die Erfahrungen auf die Lebens-Ebene und das Physische ausdehnen, kann der Sex-Trieb nicht länger auf diese Weise behandelt werden. Er kann in jedem Augenblick zu einer störenden, erregenden und deformierenden Kraft werden. Ich habe beobachtet, dass er in gleichem Maß wie das Ego (Stolz, Eitelkeit, Ehrgeiz) und die rajasischen Begierden und Wünsche eine Hauptursache der in der Sadhana vorkommenden spirituellen Unfälle ist. Der Versuch, dem zu begegnen, indem man sich von ihm löst, ohne ihn völlig auszurotten, schlägt fehl; der Versuch, ihn zu sublimieren – von vielen modernen Mystikern in Europa befürwortet –, ist ein höchst unbesonnenes und gefährliches Experiment. Denn die Vermischung von Sextrieb mit Spiritualität hat die verheerendsten Folgen. Selbst der Versuch, ihn zu sublimieren, indem man ihn dem Göttlichen zuwendet – wie in der vishnuitischen *madhura bhāva* [das süße Gefühl] –, birgt eine ernsthafte Gefahr in sich, wie die Folgen der falschen Auffassung oder des falschen Gebrauchs dieser Methode häufig beweisen. In diesem Yoga jedenfalls, der nicht nur die essentielle Erfahrung des Göttlichen sucht, sondern die Umwandlung des ganzen Wesens und der ganzen Natur, ist meiner Meinung nach das Streben nach der völligen Meisterung der Sex-Kraft ein absolutes Erfordernis der Sadhana; im anderen Fall bleibt das vitale Bewusstsein ein trübes Gemisch, und diese Trübung beeinflusst die Reinheit des spiritualisierten Mentals und behindert ernsthaft die aufwärts gerichtete Wende der Körperkräfte. Dieser Yoga fordert einen vollen Aufstieg des gesamten niederen oder gewöhnlichen Bewusstseins, damit es sich mit dem spirituellen [Bewusstsein] über uns vereinige, sowie eine volle Herabkunft des spirituellen Bewusstseins (und schließlich des Supramentals) in das Mental, Leben und den Körper, damit sie umgewandelt werden. Der totale Aufstieg ist unmöglich, solange sexuelles Begehren den Weg blockiert, die Herabkunft ist gefährlich, solange sexuelles Begehren machtvoll im Vital herrscht. Denn in jedem Augenblick kann ein nicht erfülltes oder latentes Sex-Begehren die Ursache einer Vermengung sein, welche die wahre Herabkunft zurückweist und die gewonnenen Energien für andere Zwecke verbraucht oder die gesamte Tätigkeit des Bewusstseins einer falschen, trüben und täuschenden Erfahrung zuwendet. Daher muss man dieses Hindernis aus dem Weg schaffen; im anderen Fall gibt es in der Sadhana entweder keine Sicherheit oder keine freie Entwicklung auf etwas Endgültiges hin.

Die gegenteilige Ansicht, die du erwähnst, mag von der Idee herrühren, dass der [Sex-] Impuls ein natürlicher Teil der vital-physischen Gesamtheit des Menschen ist, ein Erfordernis wie Nahrung und Schlaf, und dass seine völlige Zurückhaltung zu Unausgeglichenheit und ernsthaften Störungen führen kann. Es ist richtig, dass Sex, in seinem äußeren Vollzug unterdrückt, aber auf andere Weise befriedigt, zur Erkrankung

des [Körper-] Systems und zu Gehirnstörungen führen kann. Hierauf beruht die medizinische Theorie, die von sexueller Enthaltsamkeit abrät. Meiner Beobachtung nach kommen diese Dinge aber nur dann vor, wenn entweder eine geheime Befriedigung perverser Art stattfindet, welche den normalen sexuellen Vorgang ersetzt, oder aber wenn ihm auf eine subtil-vitale Weise über die Phantasie oder durch unsichtbaren vitalen Austausch von okkulten Art nachgegeben wird – ich glaube nicht, dass jemals bei echter spiritueller Bemühung um Meisterschaft und Enthaltsamkeit Schaden entsteht. Viele Ärzte in Europa sind jetzt der Ansicht, dass sexuelle Enthaltsamkeit, *wenn sie echt ist*, zuträglich sei; denn das Element im *retas* [Samenkraft], das dem sexuellen Akt dient, wird dann in ein anderes Element gewandelt, welches die Energien des [Körper-] Systems nährt, die vitalen, mentalen und physischen – und das rechtfertigt die indische Idee von *brahmacharya* [völlige geschlechtliche Enthaltsamkeit], die Umwandlung von *retas* in *ojas* [Samenkraft in essentielle Energie] und das Aufsteigen seiner Energien zur Umformung in eine spirituelle Kraft.

Was die Methode der Meisterschaft anbelangt, so genügt physische Enthaltsamkeit allein nicht – sie entwickelt sich durch einen kombinierten Vorgang von Loslösung und Zurückweisung. Das Bewusstsein distanziert sich vom Sex-Impuls, empfindet ihn als nicht zu sich gehörend, als etwas Fremdes, das durch die Natur-Kraft auf es geworfen wurde und dem es die Zustimmung und Identifizierung verweigert; und mit jedem Mal wird er durch eine bestimmte Bewegung der Zurückweisung mehr und mehr nach außen gedrängt. Das Mental bleibt unbeeinflusst; nach einer gewissen Zeit zieht sich das vitale Wesen, das sein hauptsächlichlicher Rückhalt ist, auf die gleiche Weise zurück, und schließlich wird er auch durch das physische Bewusstsein nicht länger gestützt. Dieser Vorgang setzt sich fort, bis das Unterbewusste ihn [den Sex-Impuls] selbst im Traum nicht mehr wachrufen kann und dieses niedere Feuer durch keine weitere Bewegung der äußeren Natur-Kraft aufs Neue entfacht wird. So ist der Verlauf, wenn die Sex-Veranlagung hartnäckig ist; einige hingegen sind fähig, sie entschlossen durch eine schnelle und radikale Abkehr von der [äußeren] Natur auszuschalten. Das jedoch ist seltener.

Es muss gesagt werden, dass die totale Ausmerzungen des Sex-Impulses eines der schwierigsten Dinge in der Sadhana ist, und man muss darauf gefasst sein, dass sie lange dauert. Aber es ist erreicht worden, dass er völlig erlöscht, und ein praktisches Freiwerden davon, nur durch gelegentliche Traumbewegungen aus dem Unterbewusstsein gestört, ist ziemlich allgemein.

\*

Sex (okkult) steht vom Standpunkt der Gefahr aus betrachtet, auf ziemlich der gleichen Ebene mit Ehrgeiz usw., nur ist seine Wirkungsweise meist weniger auffällig ....

\*

Ich habe nicht behauptet, dass der Sex-Impuls in anderen Yoga-Systemen nicht gemeistert wurde. Ich habe vielmehr gesagt, dass es schwierig sei, sich gänzlich davon zu

befreien, und dass der Versuch, ihn zu sublimieren, wie es in der Vaishnava-Sadhana geschieht, seine Gefahren hat. Das kann von all denen bestätigt werden, die wissen, was sich oft, selbst in großem Umfang unter den Vaishnavas ereignete. Transzendenz und Umwandlung sind ganz verschiedene Dinge. Es gibt drei Arten oder Stadien der Umwandlung in dieser Sadhana, die seelische Umwandlung, die spirituelle und die supramentale. Die beiden ersten wurden in anderen Yogasystemen in der für sie typischen Weise erreicht; letztere ist ein neues Unterfangen. Eine für die *spirituelle* Verwirklichung genügende Umwandlung ist durch die beiden ersten Stadien erreichbar; eine Umwandlung, ausreichend für die Vergöttlichung des menschlichen Lebens, hat meiner Ansicht nach eine supramentale Wandlung zu sein.

\*

Was hat dieser Yoga mit Sex und Sex-Beziehungen zu tun? Ich habe dir wiederholt gesagt, dass man sich vom Sex befreien und ihn überwinden muss, bevor es eine *siddhi* in diesem Yoga geben kann.

\*

Wandlung ist die eine Sache, und das Akzeptieren der gegenwärtigen Formen in der gewöhnlichen menschlichen Natur ist eine andere. Der von dir angeführte Grund für die Befriedigung des Sex-Impulses ist in keiner Weise überzeugend. Nur eine Minorität der Menschheit ist für das strenge yogische Leben berufen, und es wird immer eine große Anzahl von Menschen geben, welche für den Fortbestand der Rasse sorgt. Natürlich verachtet der Yogi die menschliche Natur nicht oder hegt ihr gegenüber Abneigung. Er hat Verständnis für sie und sieht mit klarem und ruhigem Blick den Rang, der jeder ihrer Tätigkeiten eingeräumt wurde. Auch ist es der bessere Weg, wenn eine Tat mit Selbstkontrolle geschehen kann, ohne Begierde, unter der Führung eines höheren Bewusstseins; und man kann diesem Weg manchmal folgen, um den göttlichen Willen in solchen Dingen zu erfüllen, die andernfalls von einem Yogi nicht unternommen würden – wie Krieg und Zerstörung, welche den Krieg begleitet. Aber eine zu lässige Anwendung einer solchen Regel könnte leicht zu einem Vorwand werden, der gewöhnlichen menschlichen Natur nachzugeben.

\*

Die Mutter hat dir bereits die Wahrheit hinsichtlich dieser Idee gesagt. Die Vorstellung, dass durch eine völlige Befriedigung des Sex-Hungers dieser gestillt und für immer zum Erlöschen gebracht werden kann, ist eine irreführende Behauptung des Vitals gegenüber dem Mental, um eine Billigung seines Verlangens zu erreichen; sie hat sonst keinen „*raison d’etre*“, keine Wahrheit oder Berechtigung. Wenn eine gelegentliche Befriedigung das Sex-Verlangen weiterglimmen lässt, würde eine volle Befriedigung dich nur in seinen Schlamm ziehen. Dieser Hunger, wie andere Arten davon auch, wird nicht durch eine gelegentliche Sättigung gestillt; er erwacht, nachdem er sich zeitweilig

erschöpft hatte, aufs Neue und verlangt, wiederum gestillt zu werden. Nur durch eine radikale seelische Zurückweisung kann er aufhören oder aber durch ein volles spirituelles Sich-Öffnen, verbunden mit der wachsenden Herabkunft eines Bewusstseins, das ihn nicht will und das den wahren Ananda besitzt.

\*

Es ist nicht eine Frage der Furcht – es ist eine Frage der Wahl zwischen dem Göttlichen Frieden und Ananda und dem minderwertigen Vergnügen des Sex – zwischen dem Göttlichen und der Anziehungskraft der Frauen, Nahrung muss aufgenommen werden, um den Körper zu erhalten, Sex-Befriedigung hingegen ist keine Notwendigkeit. Selbst der *rasa* der Nahrung kann nur dann mit dem spirituellen Zustand harmonisiert werden, wenn alle Gier nach Nahrung und das Verlangen des Gaumens aufhören. Intellektuelle oder ästhetische Freude kann für die spirituelle Vollendung ebenfalls ein Hindernis sein, sofern man damit verhaftet ist, obwohl sie dem Spirituellen viel näher ist als ein derber, ungewandelter körperlicher Appetit; um Teil des spirituellen Bewusstseins zu werden, muss sich tatsächlich auch die intellektuelle und ästhetische Freude in etwas Höheres wandeln. Es ist aber nicht möglich, alle Dinge, die *rasa* enthalten, aufrecht zu erhalten. Auch im Verletzen und Töten von anderen liegt *rasa*, eine sadistische Freude; sich selbst zu quälen enthält *rasa*, eine masochistische Freude – die moderne Psychologie ist voll davon. Lediglich *rasa* zu haben, ist kein ausreichender Grund dafür, eine Sache als Teil des spirituellen Lebens anzusehen.

\*

In der ganzen Sex-Affaire gibt es kein „Entzücken“; sie ist notwendigerweise nur eine flüchtige Erregung und kann nichts anderes sein, ein flüchtiges Vergnügen, das sich schließlich selbst mit der Erschöpfung des Körpers erschöpft.

\*

Ja, die Sex-Atmosphäre hat überall überhand genommen (in der modernen Welt), besonders deshalb, weil die Menschen nicht länger an die alten moralischen Einschränkungen glauben und diese durch nichts anderes ersetzt wurden.

\*

Es ist die Idee der neuen europäischen Mystiker, wie Lawrence und Middleton Murry usw., dass die Befriedigung des Sex-Impulses der festgelegte Weg sei, das Überselbst zu erreichen – oder besser das Unterselbst, denn das scheint es in Wirklichkeit zu sein. X weiß es natürlich besser. Wenn aber das persönliche Überselbst alles ist, was man

erreichen will, und nicht das Göttliche, dann sind Sex und viele andere Dinge zulässig. Man braucht sich nur vorzustellen, dass man nicht der Körper, nicht das Leben, nicht das Mental ist, sondern das Über selbst, und kann dann das tun, was immer das Über selbst will.

\*

Ich sprach vom persönlichen Über selbst – und meinte die Verwirklichung von etwas in uns (dem *purusa*, das nicht die *prakrti* ist, nicht aus den Bewegungen des Mentals, Vitals oder des Physischen besteht, sondern etwas, das der Denker usw. ist. Dieser *purusa* kann jeder Bewegung der Natur zustimmen oder sie verweigern, oder er kann die *prakrti* anleiten, was sie zu tun hat oder nicht. Er kann ihr erlauben, den Sex-Impuls zu befriedigen, oder ihr die Befriedigung verweigern. Es ist meist der mentale *purusa* (*manomaya purusa*, den man auf diese Weise verwirklicht, es gibt aber auch den *pranamaya* oder vitalen *purusa*. Mit der Bezeichnung Über selbst meinen sie vermutlich diesen *purusa* – sie sehen ihn als eine Art persönlichen *atman* an.

\*

Einssein mit allen würde also bedeuten, den Sex-Instinkt mit allen zu befriedigen – das wäre ein recht ungeheurerlicher *siddhānta*, obwohl es Ähnliches in der Tantra-Praxis der linken Hand gibt. Doch sind die Tantriker der linken Hand logischer als du, denn warum sollte Einssein, wenn es als Rechtfertigung für die Ausübung des Sex dienen soll, lediglich die Grundlage für die feineren und nicht auch für die gröberen Formen des Ausdrucks der Liebe sein. Grundet sich Sex aber tatsächlich auf Liebe oder gründet sich die sexuelle Liebe auf Sex-Instinkt? Und ist der Sex-Instinkt ein Ausdruck des spirituellen Empfindens des Einen in allen? Grundet er sich in Wirklichkeit nicht auf Dualität, außer wenn er nur Befriedigung und Vergnügen sucht und Liebe gar nicht zur Debatte steht? Fühlt man sich zu einer Frau hingezogen durch das Gefühl, dass diese Frau man selbst ist, oder durch die Tatsache, dass sie jemand anderer ist, der einen durch Charme oder Schönheit fesselt, die man genießen oder besitzen will; oder einfach durch die Tatsache, dass sie anders ist als man selbst, dass sie eine Frau und nicht ein Mann ist und daher der Sex-Instinkt bei ihr ein freies Feld finden kann?

\*

Der Sex-Impuls ist mit Sicherheit die stärkste Kraft auf der vitalen Ebene; wenn er sublimiert und nach oben gewandt werden kann, wird *ojas* geschaffen, was eine große Hilfe zur Erlangung des höheren Bewusstseins ist. Doch reicht Enthaltensamkeit allein nicht aus.

\*

Die Sex-Energie, die von der Natur zum Zweck der Fortpflanzung benutzt wird, ist ihrer eigentlichen Natur nach eine fundamentale Lebensenergie. Sie kann benützt werden, nicht für eine Steigerung, sondern für eine gewisse Intensivierung des vital-emotionalen Lebens; sie kann kontrolliert, vom Sex abgelenkt und für ästhetische, artistische oder andere schöpferische Leistung oder Produktivität oder für die Steigerung der intellektuellen oder anderer Energien verwendet werden. Bei völliger Beherrschung kann sie auch in eine Kraft spiritueller Energie verwandelt werden. Dies war im alten Indien durchaus bekannt und wurde als die Verwandlung von *retas* in *ojas* [Samenkraft in essentielle Energie] durch [brahmacharya](#) [völlige geschlechtliche Enthaltsamkeit] bezeichnet. Die falsch angewandte Sex-Energie hat Verwirrung und Auflösung der Lebensenergie und ihrer Kräfte zur Folge.

\*

Natürlich, der Sex-Impuls ist etwas absolut Normales, und alle Menschen haben ihn. Er wurde von der Natur als ein Teil ihres Wirkens zum Zweck der Zeugung eingesetzt, damit die [menschliche] Rasse weiterbesteht. Auch bei den Tieren wird er zu diesem Zweck benützt, doch haben sich die Menschen von der Natur abgewandt und gebrauchen ihn hauptsächlich zu ihrem Vergnügen – das ist der Grund, weshalb er sich ihrer bemächtigt hat und sie ständig quält.

Natürlich hast du den Sex-Impuls zu überwinden, was aber nicht auf einmal und gänzlich geschehen kann; es bedarf einer geduldigen Beharrlichkeit und eines festen Entschlusses, ihm nicht nachzugeben, weder physisch noch mental. Selbst wenn das geschehen ist und kein Gedanke daran oder Begehren mehr besteht, kann sich die mechanische Emission im Schlaf fortsetzen; wenn aber das Mental davon frei ist, hört auch das schließlich auf.

\*

Sex-Gefühle „werden“ nicht erst zu einer Grundlage des physischen Bewusstseins – sie sind bereits in der physischen Natur vorhanden –, wo immer es bewusstes Leben gibt, ist die Sex-Kraft vorhanden. Sie ist das Werkzeug der physischen Natur für die Fortpflanzung und existiert nur aus diesem Grund.

\*

Die Sex-Bewegung auf Erden ist eine Nutzbarmachung der fundamentalen physischen Energie durch die Natur zum Zweck der Zeugung. Der Schauer, von dem die Dichter sprechen, der von einer sehr derben Erregung begleitet wird, ist das Lockmittel, wodurch sie [die Natur] die vitale Zustimmung zu diesem sonst unerquicklichen Vorgang erhält; zahlreiche Menschen haben nach dem Akt eine Reaktion des Ekels und deshalb des Abscheus vor dem Partner; sie werden jedoch rückfällig, sobald der Ekel verflogen ist, aufgrund dieses Lockmittels.

Die Sex-Energie als solche ist eine große Macht mit zwei Komponenten in ihrer physischen Basis; die eine dient der Erhaltung der Art und dem hierfür notwendigen Prozess, die andere [Komponente] dient der Versorgung der allgemeinen Energien von Körper, Mental und Vital und auch der spirituellen Energien des Körpers. Die alten Yogis bezeichnen diese beiden Komponenten als *retas* [Samenkraft] und *ojas* [essentielle Energie]. Die europäischen Wissenschaftler rümpfen die Nase über diese Vorstellung, doch beginnen sie nun die gleiche Tatsache selbst zu entdecken. Was den Schauer anbelangt, um den die Dichter so viel Wesens machen, so ist er nichts als eine sehr derbe Entstellung und Herabwürdigung jenes physischen Ananda, der durch den Yoga im Körper verankert werden kann – dies aber ist solange nicht möglich wie die Abweichung durch den Sex besteht.

\*

Das stimmt – wenn der Samenerguss unterbunden wird, wird er in *rejas* und *ojas* verwandelt. Die ganze Theorie der Yogis von *brahmacharya* gründet sich darauf. Wenn es nicht so wäre, wäre *brahmacharya* nicht notwendig, um *rejas* und *ojas* hervorzubringen.

Es ist nicht eine Frage der Stärke und Energie *per se*, sondern der physischen Unterstützung – in der physischen Unterstützung nimmt *ojas*, das durch *brahmacharya* gebildet wird, einen hohen Rang ein. Die Umwandlung von *rejas* in *ojas* ist eine Umwandlung von physischer Substanz in physische Energie (die notwendigerweise auch eine vital-physische Energie hervorbringt). Die spirituelle Energie selbst kann den Körper nur antreiben, genau wie das Mental und Vital; sie würde ihn aber dabei erschöpfen, wenn sie die physische Unterstützung nicht hätte. (Ich spreche natürlich von der gewöhnlichen spirituellen Energie, nicht von der kommenden supramentalen, die nicht nur *rejas* in *ojas* verwandelt, sondern *ojas* in etwas noch Sublimierteres.)

Was die Wissenschaftler anbelangt, so betrachten sie das Produkt der Sex-Drüsen (so habe ich es wenigstens gelesen) als eine große Stütze und als Versorger der allgemeinen Energien. Man ist sogar der Meinung, dass die Sex-Kraft eine große Rolle in der Dichtung, Kunst usw. spielt sowie im Schaffen des Genies ganz allgemein. Ein Arzt hat schließlich entdeckt, dass die Sex-Flüssigkeit aus zwei Teilen besteht, der eine dient dem Sex, der andere als Grundlage der allgemeinen Energie, und wenn dem Sex-Impuls nicht nachgegeben wird, das erstere Element dazu neigt, sich in das zweite zu wandeln (*retas* in *ojas*, was die Yogis bereits entdeckt hatten). Theorien? Es sind die Behauptungen und Folgerungen der Gegenseite, und die eine Theorie ist so gut wie die andere. Ich jedenfalls glaube nicht, dass die Verkümmern von Sex-Drüsen durch Enthaltensamkeit eine allgemeine Erfahrung ist. Die Behauptung von X ist jedoch logisch – wenn wir nicht die individuellen Ergebnisse betrachten, sondern den Verlauf der Evolution und annehmen, dass diese [supramentale] Evolution auf der Linie der alten vonstatten gehen wird –, denn diese nutzlosen Organe werden vermutlich verschwinden oder verkümmern. Wird aber die supramentale Evolution tatsächlich den gleichen Verlauf nehmen wie die alte [Evolution], oder wird sie neue Anpassungen von eigener Art entwickeln – das ist das ungewisse Element dabei.

\*

Du hast mich nicht verstanden. Ich antwortete auf die Behauptung, dass die Wissenschaftler dem Sex-Drüsen Produkt keinerlei Bedeutung beimessen würden und der Meinung seien, es würde nur für einen äußerlichen Zweck gebraucht. Viele Wissenschaftler betrachten es aber im Gegenteil als Grundlage der produktiven Energie; unter anderem spielt es eine Rolle in künstlerischem und poetischem Schaffen. Ich behaupte nicht, dass Künstler und Dichter Einsiedler und *brahmacharys* seien, sondern dass sie eine machtvolle Sex-Drüsen-Aktivität besitzen, wovon ein Teil der schöpferischen und ein Teil der Art erhaltenden Tätigkeit zugewandt wird. Gemäß der neuesten Theorie und der Yoga-Theorie wäre der Art erhaltende Teil *retas* und der schöpferische Teil die Grundlage von *ojas*. Wenn wir nun davon ausgehen, dass der Dichter oder Künstler sein *retas* in *ojas* verwandelt, bestünde das Ergebnis in einer gesteigerten Macht schöpferischer Ergiebigkeit.

\*

Deine Idee über die Impotenz ist ziemlich unlogisch – Impotenz entsteht entweder durch übermäßige oder durch falsche Befriedigung (gewisse perverse Gewohnheiten); sie entsteht nicht durch Selbstkontrolle. Selbstkontrolle bedeutet nur eine Umlenkung zu anderen Kräften, weil die kontrollierte Sex-Macht eine Kraft für die Lebens-Energien, für die mentalen Mächte und das immer einflussreichere Wirken des spirituellen Bewusstseins wird.

\*

In der Natur der meisten Menschen ist der Sex-Impuls der stärkste aller Impulse.

\*

Der Sex-Impuls ist sich selbst Grund genug. Er findet in sich Befriedigung und fragt nach keinem anderen Grund, denn er ist instinktiv und irrational.

\*

[Warum die Illusion des Sex immer weiterbesteht:] Zu viele Wurzeln im menschlichen Vital. Sex hat eine schreckliche Zähigkeit. Und außerdem hat die universale Natur ein derartiges Bedürfnis danach, dass selbst dann, wenn der Mensch sich seiner entledigt hat, sie ihn möglichst lange noch damit bedrängt.

\*



Alle Bewegungen sind im großen und ganzen Bewegungen der kosmischen Naturkräfte, sie sind Bewegungen der universalen Natur. Das Einzelwesen empfängt einen Teil davon, eine Woge oder den Druck einer kosmischen Kraft, und wird von ihm angetrieben; es hält dies für etwas Eigenes, das gesondert in ihm erzeugt wurde; das aber ist nicht der Fall; es ist Teil einer allgemeinen Bewegung, die auf die genau gleiche Weise auch in anderen wirkt. Die Sex-Triebkraft zum Beispiel ist eine Bewegung der allgemeinen Natur, die ihr Spiel sucht und diesen oder jenen dafür gebraucht – ein Mann, der vital oder physisch in eine Frau „verliebt“ ist, wie man das so bezeichnet, wiederholt und befriedigt nur die Weltbewegung des Sex; wenn nicht bei dieser Frau, dann bei einer anderen; er ist nichts anderes als ein Instrument im Mechanismus der Natur, und es ist keine unabhängige Bewegung [die in ihm wirkt]. Genauso ist es mit Ärger und anderen Triebkräften der Natur.

\*

Natürlich, die Sex-Bewegung ist eine Kraft für sich, unpersönlich und nicht von einem bestimmten Objekt abhängig. Sie klammert sich an den oder jenen, allein mit dem Zweck, sich zu verkörpern und einen Bereich des Vergnügens zu finden. Wenn sie im vitalen Austausch gezügelt wird, neigt sie dazu, ihren vitalen Charakter abzulegen, und attackiert durch ihre allerphysischste und elementarste Bewegung. Sie ist erst dann besiegt, wenn sie aus dem Vital-Physischen sowie dem äußersten Physischen verbannt ist.

\*

Sex besteht um seiner eigenen Befriedigung willen, und diese oder jene Person ist lediglich ein Vorwand oder eine Gelegenheit für sein Wirken oder ein Mittel zur Auslösung seines Wirkens. Er muss von innen her zum Verschwinden gebracht werden, durch den Frieden und die Reinheit, die von oben in jenen Teil gelangen und von ihm Besitz ergreifen.

\*

Der Wunsch, andere durch physischen Charme zu reizen, ist die übliche Eitelkeit des niederen Vitals – es ist etwas sehr Allgemeines. Wenn die Sex-Kräfte aktiv sind, kann jeder Mann für jede Frau attraktiv sein und umgekehrt, doch ist diese Attraktion nicht seine eigene, es ist die Anziehungskraft des Sex.

\*

Die Anziehungskraft des Sex ist die einer allgemeinen Kraft, die das Einzelwesen für ihren Zweck benützt und Vorteil aus der Nähe irgendeines anderen zieht. Die

Möglichkeit, sich davor zu schützen, liegt in einem selbst, in einer sofortigen Loslösung (sich von ihr zu distanzieren und sie nicht als etwas Eigenes zu akzeptieren) und in ihrer Zurückweisung.

\*

Es ist natürlich die universale Sex-Kraft, die wirkt, wobei bestimmte Menschen mehr davon besitzen als andere, also Sex-Appeal haben – wie man jetzt in Europa sagt. Dieser Sex-Appeal kommt meist bei Frauen zum Ausdruck, selbst ohne dass sie beabsichtigen ihn auf eine bestimmte Person wirken zu lassen. Sie können ihn bewusst auf eine bestimmte Person richten, was sich aber auch auf viele andere auswirken kann, an denen ihnen nichts besonderes liegt. Nicht alle Frauen haben Sex-Appeal, aber eine sexuelle Anziehungskraft ist den meisten eigen. Natürlich üben Männer eine ähnliche Attraktion auf Frauen aus.

\*

Ein Lächeln, eine Bewegung, das Äußere einer Frau oder ihre Wirkung können der Ausgangspunkt für diese Vibrationen sein. Ich glaube nicht, dass etwas Besonderes dem Lächeln als solchem innewohnt, aber alle diese Dinge waren schon immer die Mittel, durch welche der Sex-Impuls in den Männern ausgelöst wurde (*hāvabhāva*), und die Frau wendet sie oft unbewusst und rein gewohnheitsmäßig an, wenn sie mit einem Mann in Kontakt kommt; gleichgültig, ob sie ihm gefallen oder ihn rühren will oder nicht – es entsteht dennoch als eine instinktive Bewegung. X ist der Typ einer Frau mit dieser instinktiven Bewegung, dem Mann zu gefallen. Aber selbst wenn die Frau ganz zufällig lächelt und ohne die übliche instinktive Bewegung, kann trotzdem vonseiten des Mannes eine Vibration ausgelöst werden durch die ihm eigene Gewohnheit, auf weibliche Attraktion zu reagieren. Diese Dinge sind in ihren Anfängen beinahe mechanisch. Wie ich oben sagte, ist es die automatische Erwiderung des physischen oder vitalen Mentals (Einbildungskraft usw.), die diese Vibrationen ausdehnt und wirksam macht. Sonst würden sie nach einer gewissen Zeit abklingen.

\*

Sie mag dir gegenüber kein sexuelles Gefühl hegen, doch ist da ein gewisser vitaler Impuls, ein Ausstrecken der Fühler – ich weiß nicht, wie ich es genau ausdrücken soll –, das geheime Ziel der Natur, den Mann zu gewinnen, seine Aufmerksamkeit zu fesseln und sie der Frau zuzuwenden, ihn zu ködern und mehr oder weniger zu verleiten. Dieses Ziel mag der Frau durchaus nicht bewusst sein, das heißt, es braucht in ihrem Mental nicht klar oder gegenwärtig zu sein – es mag lediglich instinktiv oder unterbewusst bestehen. Es braucht keine physische, sexuelle Absicht zu bestehen, es ist nichts als eine spontane Bewegung des Vitals. Dies ist allen Frauen mit ausgeprägt vitalem Temperament eigen – einigen mehr, anderen weniger. Obwohl kein spezifischer Sex-

Impuls darin enthalten zu sein braucht, wird es dennoch die Sex-Vorstellung im Manne auslösen. X hat natürlich keine psychologischen Kenntnisse, und diese Dinge sind zu subtil für sie, als dass sie von ihr wahrgenommen oder erkannt würden. Sie mag durchaus annehmen, dass sie in völlig unschuldiger und natürlicher Weise handelt, und braucht sich des Wirkens des Naturtriebes in ihr überhaupt nicht bewusst zu sein.

\*

Kleidung wurde von der Frau immer benützt, um ihren Sex-Appeal zu unterstreichen, und immer war der Mann empfänglich dafür; auch Frauen fühlen sich oft von der Kleidung des Mannes gefesselt (zum Beispiel der Uniform eines Soldaten). Es gibt auch bestimmte Geschmacksrichtungen, was die Kleidung anbelangt, und dass ein Sari von einer besonderen Farbe anziehend wirkt, ist ganz normal. Die Anziehungskraft wirkt auf die Sinne und das Vital, das Mental hingegen hat eine Abneigung gegenüber psychologischen Mängeln und fühlt sich durch ihre Enthüllung ernüchert; aber diese Abneigung des Mentals ist der stärkeren vitalen Anziehungskraft nicht gewachsen.

\*

Die Assoziation [von Berührung] mit Sex ist eine vital-physische – im übrigen braucht keine Verbindung zwischen dem Ausdruck der Zuneigung durch Berührung und dem Sex-Gefühl zu bestehen. Wenn Mutter und Sohn oder Bruder und Schwester einander umarmen, haben sie dabei kein sexuelles Gefühl – außer in exceptionellen Fällen ....

\*

Berührung ist etwas Vital-Physisches. Jede Sex-Bewegung enthält ein vitales Element, doch ist die rein vitale Bewegung an der Berührung oder dem Sex-Akt nicht unmittelbar interessiert. Sie interessiert sich mehr für das Spiel der Emotionen, der Vorherrschaft und Unterwerfung, des Streites und der Versöhnung, des Austauschs vitaler Kräfte usw. Es ist das vital-physische Bewusstsein, das der Berührung, der Umarmung, dem Sex-Akt usw. eine solche Wichtigkeit beimisst.

\*

Berührung zu vermeiden ist das beste, solange eine Sex-Reaktion auf Berührung hin von einer der Seiten besteht. In einem höheren Stadium [des Yoga] spielt es keine Rolle mehr, ob man sich berührt oder nicht. Was aus der Berührung auf dem supramentalen Höhepunkt wird – diese Entscheidung überlasse dem Supramental!

Eine Berührung kann neutral sein oder sie kann den Austausch von Kräften mit sich bringen. Wenn es ein Austausch der spirituellen oder spiritualisierten Kräfte ist, hat

sie ihre Bedeutung und wird dadurch in der supramentalen Verwirklichung gerechtfertigt werden. Bis dahin aber ist es besser, sich vorzusehen.

\*

In der gewöhnlichen Gesellschaft berühren die Menschen einander mehr oder weniger frei, den Sitten der Gesellschaft entsprechend. Das ist etwas ganz anderes, weil dort dem Sex-Impuls kein Zwang auferlegt wird, und selbst seine geheime Befriedigung ist allgemein üblich, obwohl die Menschen ihre Aufdeckung zu vermeiden suchen. In Bengalen, wo *pardah* besteht, ist die Berührung zwischen Männern und Frauen auf die Familie beschränkt, in Europa hingegen gibt es keine derartige Beschränkung, übermäßige Vertraulichkeit oder Anstößigkeit ausgenommen; doch herrscht in Europa jetzt praktisch sexuelle Freiheit. Hier hingegen wird jede Befriedigung des Sex-Impulses, innerlich oder äußerlich, als unerwünscht und als Hemmnis für die Sadhana betrachtet – was sie auch wirklich ist. Aus diesem Grund muss jede unangemessene Vertraulichkeit einer Berührung zwischen Männern und Frauen vermieden werden – auch jede Zärtlichkeit, weil dies dazu führt, sexuelle Gefühle oder sogar einen starken Sex-Impuls zu verursachen. Auch ein zufälliges Berühren muss vermieden werden, wenn es den Sex-Impuls auslöst. Das sind Regeln des gesunden Menschenverstandes, wenn man die Voraussetzung akzeptiert, dass dem Sex-Impuls nicht nachgegeben werden darf.

\*

In der stofflichen Welt begann die Natur mit der physisch-sexuellen Anziehungskraft zum Zweck der Zeugung und fügte die Liebe auf der Grundlage der sexuellen Anziehung hinzu – aus diesem Grund neigt das eine dazu, das andere zu erwecken. Nur durch harte Disziplin, einen starken Willen oder einen Wandel des Bewusstseins kann man die [sexuelle] Anziehungskraft eliminieren.

\*

Es ist nicht unmöglich, die Liebe (vom Sex-Begehren) frei zu halten, doch sind die beiden Dinge einander so nahe und waren in den animalischen Anfängen der Menschheit so eng miteinander verquickt, dass es nicht leicht ist, sie vollkommen getrennt zu halten. In der rein seelischen Liebe gibt es keine Spur eines sexuellen Verlangens, aber meist ist es so, dass sich vitale Zuneigung sehr stark mit der seelischen assoziiert, die dann vermischt, aber dennoch nicht sexuell ist; vitale Zuneigung und vital-physische Sex-Emotion liegen aber äußerst dicht beieinander, so dass in jedem Augenblick oder bei jeder Gelegenheit das eine vom anderen erweckt werden kann. Das tritt besonders deutlich hervor, wenn in einem Menschen die Sex-Kraft sehr stark ist, wie es bei den meisten vital-energisches Menschen der Fall ist. Ständig die Kraft der Seele zu verstärken, den Sex-Impuls zu kontrollieren und ihn in *ojas* zu verwandeln, die Liebe dem Göttlichen zuzuwenden, das sind die wahren Heilmittel für diese Schwierigkeit.

Samenkraft, die nicht auf sexuelle Weise verausgabt wird, kann immer in *ojas* verwandelt werden.

\*

Wenn die Seele ihren Einfluss auf das Vital ausübt, ist die geringste Vermengung einer falschen vitalen Bewegung mit der seelischen Bewegung das erste, was du unbedingt vermeiden musst. Wollust ist Perversion oder Herabwürdigung, welche die Liebe daran hindert, ihre Herrschaft zu errichten; wenn also im Herzen die Bewegung der seelischen Liebe herrscht, ist Wollust oder vitales Begehren etwas, dessen Einmischung man nicht zulassen darf – genauso wie persönlicher Stolz und Ehrgeiz weit zurückzuweisen sind, wenn die Stärke von oben herabkommt; denn jede Vermischung mit der Perversion wird das seelische oder spirituelle Wirken verderben und eine wahre Vollendung verhindern.

\*

Wie kommst du auf die Idee, dass dieses Begehren des Herzens, das nach der Liebe der Frauen verlangt, kein Sex-Begehren sei? Das und die physische Lust sind beides Ausdruck des Sex-Begehrens.

Warum sich verzehren, wenn es ein vitales Begehren ist? Es ist eine Form des Sex und ruft im allgemeinen ein noch stärkeres physisches Begehren hervor.

\*

Der Sex-Trieb ist nicht bloß der Impuls zum Sex-Akt – wie X vielleicht glaubt –, sondern der Drang, einen Menschen zu umklammern und zu erobern, zu besitzen und zu beherrschen. Das ist besonders bei den Frauen der Fall, für die der Sex-Akt sehr häufig weniger attraktiv ist als für Männer; doch immer wenn das Vital-Physische einen bestimmten Punkt erreicht, entsteht die Tendenz, dass die physische Sex-Bewegung folgt.

\*

Das Sex-Gefühl kann überall seinen Anfang nehmen. Als vitale Liebe entsteht es im vitalen Zentrum, im Herz oder Nabel – viele romantisch veranlagte Knaben erfahren dies und beginnen eine Liebschaft (oft im Alter von zehn oder sogar acht Jahren), bevor sie überhaupt irgend etwas über Sex-Beziehungen wissen. Bei anderen beginnt es bei den Nerven oder beim Sex-Organ selbst. Andere wiederum haben es nicht. Viele Mädchen würden es überhaupt nicht kennen, wenn es ihnen nicht beigebracht würde und sie von den Männern nicht dazu angeregt würden. Einige verabscheuen es selbst dann noch und dulden es nur aus einem gesellschaftlichen Zwang heraus oder um Kinder zu haben.

\*

Es gibt viele Frauen, die mit dem Mental, der Seele, dem Vital (Herzen) lieben können, aber vor einer Berührung des Körpers zurückschrecken; und selbst wenn sich das legt, bleibt der physische Akt für sie abstoßend. Sie mögen sich unter Zwang fügen, es veröhnt sie aber nicht mit dem Akt als solchem, der für sie immer tierisch und

erniedrigend bleibt. Frauen wissen dies, nur den Männern scheint es schwer zu fallen, dies zu glauben; es ist aber tatsächlich so.

Abnorm ist ein Wort, das du allem anheften kannst, was nicht ganz wohlfeil und gewöhnlich ist. So betrachtet ist auch das Genie etwas Abnormes, ebenso die Spiritualität oder der Versuch, sich von hohen Ideen lenken zu lassen. Die Neigung zu physischer Keuschheit bei den Frauen ist nichts Abnormes, sie ist ziemlich allgemein und umfasst einen sehr edlen Typ der Frau.

Das Mental ist der Sitz des Denkens und der Wahrnehmung, das Herz der Sitz der Liebe, das Vital der Sitz des Begehrens – doch inwiefern wird dadurch das Vorhandensein von mentaler Liebe verhindert? Genauso wie das Mental von den Gefühlen des Emotionalen oder des Vitals überflutet werden kann, so kann auch das Herz vom Mental beherrscht und von mentalen Kräften bewegt werden.

Es gibt eine vitale Liebe, eine physische Liebe. Das Vital [eines Mannes] kann eine Frau aus verschiedenen vitalen Gründen ohne Liebe begehren – um den Instinkt der Dominierung oder Besitzergreifung zu befriedigen, um die vitalen Kräfte einer Frau einzusaugen und damit das eigene Vital zu nähren, um vitale Kräfte auszutauschen, um die Eitelkeit, den Jagdinstinkt zu befriedigen, usw. (das alles vom Standpunkt des Mannes aus gesehen, aber auch die Frau hat ihre vitalen Motive). Es wird oft Liebe genannt, ist aber nur ein vitales Begehren, eine Art von Lust. Wenn jedoch die Emotionen des Herzens erweckt werden, wird es vitale Liebe – eine vermischte Angelegenheit mit einigen dieser vitalen Motiven oder mit ihnen allen, kraftvoll, aber dennoch vitale Liebe.

Es gibt auch physische Liebe, die Attraktion der Schönheit, der physische Sex-Appell oder dergleichen, wodurch die Emotionen des Herzens erweckt werden. Wenn das nicht der Fall ist, dann ist das physische Bedürfnis alles, und das besteht aus reiner Wollust und nichts anderem; physische Liebe aber ist möglich.

Ebenso kann es mentale Liebe geben. Sie erwächst aus dem Versuch, in dem anderen sein Ideal zu finden, oder aus einer starken mentalen Leidenschaft der Bewunderung und des Bestaunens oder aus dem Suchen des Mentals nach einem Gefährten, einer Ergänzung und Erfüllung der eigenen Natur, einen *sahadharmī* (jemand, der das gleiche *dharmā* hat), einen Führer und Helfer, einen Lenker und Meister oder aus hundert anderen mentalen Motiven. An sich ist es nicht Liebe, obwohl es manchmal so glühend ist, dass es von Liebe kaum unterschieden werden und sogar zu Selbstaufopferung, zu einem gänzlichen Selbstgeben usw. führen kann. Wenn es aber die Gefühle des Herzens erweckt, kann es sich zu einer sehr machtvollen Liebe entwickeln, die dennoch in ihren Wurzeln und ihrem dominierendem Charakter mental ist. Im allgemeinen jedoch sind es Mental und Vital, die sich verbinden; diese Kombination aber kann mit einer Abneigung oder einem ausdrücklichen Widerwillen gegen den physischen Akt und seine Begleiterscheinungen einhergehen. Zweifellos, wenn der Mann einen Druck ausübt, wird sich die Frau aller Wahrscheinlichkeit nach fügen, doch *contre coeur* – gegen ihre Gefühle und tiefsten Instinkte.

Es ist eine unwissende Psychologie, die alles auf die Triebkraft des Sex und den Sex-Impuls zurückführt.

※

Die Ärzte raten zur Heirat, weil sie glauben, dass die Befriedigung des Sex-Instinktes für die Gesundheit notwendig sei und eine Unterdrückung Störungen im Körper-System verursachen würde. Das stimmt nur dann, wenn die sexuelle Befriedigung nicht tatsächlich aufgegeben wird, sondern nur die Art und Weise der Befriedigung sich ändert. Eine neue Theorie wurde jetzt bekannt, welche die indische Lehre von [brahmacya](#) bestätigt, nämlich, dass durch Enthaltensamkeit *retas* in *ojas* gewandelt werden kann, wodurch die Stärke und Macht des Wesens gewaltig wächst.

Was du über die Stimulierung des vitalen Austausches sagst, trifft für das vitale Leben zu. Die Menschen verausgaben ständig vitale Energie und müssen sie erneuern; eine Art, das zu tun, besteht darin, dass man sie anderen im vitalen Austausch entzieht. Das ist jedoch nicht notwendig, wenn man weiß, wie man sie von der universalen Natur oder vom Göttlichen, das heißt von oben, empfangen kann. Außerdem geht, wenn die Seele aktiv ist, im vitalen Austausch immer mehr verloren als gewonnen wird.

\*

[Das Wort] „Zölibat“ bedeutet vor allem „Ehelosigkeit“ – die Bedeutung kann dahingehend erweitert werden, dass überhaupt keine sexuellen (physischen) Beziehungen zu Frauen bestehen, obwohl das im eigentlichen Sinn des Wortes nicht enthalten ist. Es ist nicht gleichbedeutend mit [brahmacya](#). Auf dem [bhakti](#)-Weg oder im [karma](#)-Yoga ist [brahmacya](#) nicht obligatorisch, wohl aber für einen asketischen [jnana](#)-Yoga sowie für den [raja](#)- und [hatha](#)-Yoga. Auch von den [grhastha](#)-Yogis wird [brahmacya](#) nicht verlangt [*grhastha* = Hausvater; jemand, der den Yoga in der Familie ausübt]. In diesem [Integralen] Yoga muss die Sexualität überwunden werden, da im anderen Fall keine Umwandlung des niederen Vitals und der physischen Natur stattfinden kann. Jede physisch-sexuelle Beziehung sollte aufhören, da man sich sonst ernsthaften Gefahren aussetzt. Auch der Sex-Impuls muss überwunden werden; es ist aber nicht richtig, dass man die Sadhana nicht ausüben kann oder dass Erfahrungen nicht stattfinden können, bevor man ihn völlig überwunden hat – nur kann man ohne seine Überwindung nicht bis zum Ende [des Yoga-Weges] gehen; er muss klar als eines der besonders ernst zu nehmenden Hemmnisse und seine Befriedigung als eine beträchtliche Störung [der Sadhana] erkannt werden.

\*

Zölibat ist die eine Sache und die Befreiung von den Sex-Trieben eine andere. Die letzteren müssen überwunden werden, und man muss sich davon befreien; wenn aber die Befreiung davon zu einem Test für die Tauglichkeit gemacht würde, den [Yoga-] Weg fortzusetzen, möchte ich nicht wissen, wie viele man für meinen Yoga als tauglich erklären könnte. Der Wille zur Überwindung muss vorhanden sein, die Eliminierung des Sex-Impulses aber ist eines der schwierigsten Dinge für die menschliche Natur, und wenn es lange dauert, so ist das ganz natürlich.

\*

Was die Frage der Ehe im allgemeinen anbelangt, so halten wir sie bei jemanden, der sich dem spirituellen Leben zuwenden will, für nicht ratsam. Eine Ehe bedeutet im allgemeinen jede Menge Sorgen, eine schwere Verantwortung, eine Bindung an das weltliche Leben und große Schwierigkeiten auf dem Weg des eingleisigen spirituellen Bemühens. Ihr einziger naturgemäßer Sinn wäre, eine Beschränkung und kontrollierte Befriedigung [des Sex-Impulses] zu erreichen, falls es nicht anders möglich ist, die sexuellen Neigungen zu bewältigen. Ich vermag aber nicht zu erkennen, auf welche Weise sie [die Ehe] dir dazu verhelfen könnte, dein Mental zu kontrollieren und zu zähmen; ein rastloses Mental kann nur von innen her beruhigt werden.

Hinsichtlich deiner Konzentration: wenn du daran gewöhnt bist, dich zwischen den Augenbrauen zu konzentrieren, und es förderlich findest, kannst du im allgemeinen damit fortfahren, versuche aber von Zeit zu Zeit die Konzentration im Herzzentrum (in der Mitte der Brust) und achte darauf, ob sie bei dir zum Erfolg führt.

\*

Wenn du dich einmal dem Göttlichen zugewendet hast, ist es nicht richtig, irgendeiner Verzweiflung stattzugeben. Wie groß auch immer die Schwierigkeiten und Sorgen sein mögen, dieses Vertrauen musst du bewahren, dass, indem du dich auf das Göttliche verlässt, das Göttliche dich durch alles hindurchführen wird. Nun beantworte ich die Fragen deines Briefes:

1. Wenn du dich entschlossen hast, dem spirituellen Pfad zu folgen, können Ehe und Familie diesen Entschluss nur durchkreuzen. Eine Ehe käme allein dann in Frage, wenn der sexuelle Drang so stark wäre, dass du nicht darauf hoffen kannst, ihn zu überwinden, außer durch eine kontrollierte und vernünftige Befriedigung während einer gewissen Zeit, in der er langsam dem Willen unterworfen werden könnte. Du sagst aber, dass seine Macht über dich nachlässt, weshalb das [eine Ehe] nicht unbedingt notwendig erscheint.

2. Alles aufzugeben und von dort fortzugehen kann nur dann geschehen, wenn eine klare und sichere Entscheidung in dir gereift ist. Es impulsiv zu tun würde bedeuten, dass du, nachdem du hierhergekommen bist, all den Sog der alten Dinge fühlst und ernste Störungen und Kämpfe in der Sadhana heraufbeschwörst. Wenn die anderen Dinge von dir abfallen oder abgetrennt werden, dann kannst du kommen. Sei beharrlich in deinem Streben, bestehe darauf, dass dein Vital Glauben hat und ruhiger wird. Es wird geschehen.

\*

Dein Gefühl ist richtig, dass der Schutz und die Gnade immer gegenwärtig sind und dass alles zum besten geschah. Bei dem Zustand deiner Frau war es das Beste, dass sie ihren Körper verließ; sie war in der Lage, das in einer Geistesverfassung zu tun, welche die für sie glücklichsten Voraussetzungen sowohl für die Periode nach dem Tod als auch für eine spätere Fortsetzung ihrer spirituellen Entwicklung geschaffen hat, nach der zu streben sie begonnen hatte. Es ist auch gut, dass du fähig warst, bei diesem Geschehen dein Gleichgewicht und deine freie Haltung zu bewahren.



Und ebenso hast du völlig recht in deinem Entschluss, nicht wieder zu heiraten; das zu tun würde in jedem Fall ernsthafte und wahrscheinlich unüberwindbare Schwierigkeiten auf deinem Yoga-Weg heraufbeschwören; und da es auf diesem Weg notwendig ist, sexuelles Begehren zu überwinden, wäre eine Ehe nicht nur sinnlos, sondern würde in krassem Widerspruch zu deinem spirituellen Leben stehen. Von uns kannst du volle Unterstützung und vollen Schutz für deinen Vorsatz erwarten, und wenn du einen aufrichtigen Willen, eine aufrichtige Entschlossenheit in dieser Sache bewahrst, kannst du sicher sein, dass dich die Göttliche Gnade erreichen wird.

\*

Wenn sie ihre Zustimmung zur Heirat gäbe, wäre es das beste. Alle diese vitalen Störungen entstehen aus einem unterdrückten Sex-Instinkt – unterdrückt, aber nicht zurückgewiesen und überwunden.

Ein mentales Akzeptieren der Sadhana oder Begeisterung dafür ist weder ein hinlänglicher Garant noch ein hinlänglicher Grund, um die Menschen, besonders junge Menschen zu ermutigen, mit der Ausübung der Sadhana zu beginnen. Später erheben sich diese vitalen Instinkte und es gibt nichts, das ausreicht, um sie auszugleichen oder sich dagegen zu behaupten – nur mentale Ideen, die gegen die Instinkte nichts ausrichten können, andererseits aber den natürlichen Weg der Befriedigung, wie er für die Menschen allgemein üblich ist, blockieren. Wenn sie jetzt heiratet und die Erfahrung des menschlich-vitalen Lebens macht, hat später ihr mentales Streben nach der Sadhana Aussicht auf Erfolg.

\*

Unterdrückung als solche wäre auf die Dauer nicht wirksam, weil der Samen dennoch vorhanden wäre, es sei denn, er würde durch eine Umwandlung des Sex-Impulses beseitigt; eine Unterdrückung aber kann diese Umwandlung unterstützen. In Europa erkennen jetzt die Ärzte – die früher zu sagen pflegten, dass Sex nur auf die Gefahr von körperlichen Komplikationen hin verboten werden könne –, dass im Gegenteil ein Teil der Zeugungskraft der Gesundheit, Stärke und Jugend dient (in *ojas* verwandelt, wie der Yogin sagt), während ein anderer Teil für die Zwecke des Sex vorgesehen ist; wenn ein Mann völlig keusch lebt, wandelt sich dieser letztere Teil mehr und mehr in den ersteren. Aber die rein äußerliche Unterdrückung trägt natürlich nicht zu dieser Wandlung bei, solange das Mental sich den sexuellen Gedanken oder das Vital oder der Körper sich dem unbefriedigten Sex-Begehren oder Sex-Gefühl hingibt. Wenn aber all dies zum Stillstand gebracht wird, ist das Verbot nützlich.

Was den anderen Punkt anbelangt, so ist die richtige Haltung die, sich weder über die Schwäche für den Sex zu grämen und von ihrer Bedeutung beherrscht zu sein, so dass man sich deshalb in ständigem Kampf und ständiger Verzweiflung befindet, noch zu achtlos zu sein, damit sie dadurch nicht zunimmt. Es ist vielleicht von allem das Schwierigste, sich gänzlich davon zu befreien; man hat in aller Ruhe ihre Bedeutung und ihre Schwierigkeiten zu erkennen und sich gelassen und stetig um ihre Kontrolle zu kümmern. Wenn einige unbedeutende Reaktionen zurückbleiben, so braucht man sich

darüber nicht zu beunruhigen, sie dürfen nur nicht zunehmen, da sie die Sadhana stören oder zu stark werden könnten für den zügelnden Willen des mentalen und höheren vitalen Wesens.

\*

Zuviel über den Sex nachzudenken, selbst um ihn zu unterdrücken, macht die Sache nur schlimmer. Du musst dich mehr einer positiven Erfahrung öffnen. Die ganze Zeit damit zuzubringen, mit dem niederen Vital zu ringen, ist eine sehr langwierige Methode.

\*

Hinsichtlich des Sex-Impulses: Betrachte ihn nicht als etwas Sündiges und Entsetzliches und zur gleichen Zeit Anziehendes, sondern als Fehler und falsche Bewegung der niederen Natur. Weise ihn gänzlich von dir, nicht indem du mit ihm kämpfst, sondern indem du dich davon zurückziehst, dich davon loslöst und deine Zustimmung verweigerst; betrachte ihn als etwas, das nicht zu dir gehört, sondern dir durch eine Naturkraft außerhalb von dir auferlegt wurde. Weise jedes Zugeständnis an diese Aufbürdung zurück. Wenn etwas in deinem Vital zustimmt, bestehe darauf, dass dieser Teil seine Zustimmung zurückzieht. Rufe die Göttliche Kraft, um dir bei deiner Lossagung und Weigerung zu helfen. Wenn du dies ruhig, entschlossen und geduldig zu tun vermagst, wird am Ende dein innerer Wille gegenüber der Gewohnheit der äußeren Natur die Oberhand behalten.

\*

Die kleinen Neigungen, rajasisch-vital, die du aufzählst, sind von geringer Bedeutung. Sie müssen aufgegeben werden in dem Sinn, dass das Verhaftetsein mit diesen Dingen aufhören muss; der vitale Teil des Wesens muss darauf vorbereitet werden, ihrem Verschwinden mit Ruhe und Gleichgültigkeit zuzustimmen, sie nur dann anzunehmen, wenn sie frei vom Göttlichen gegeben werden und ohne dass man sie fordert, beansprucht oder sich an sie klammert; im übrigen ist es keine sehr ernst zu nehmende Sache.

Die einzige ernst zu nehmende Sache ist die Neigung zum Sex. Sie muss überwunden werden. Aber sie wird leichter überwunden werden, wenn du, statt durch ihr Vorhandensein bestürzt zu sein, das innere Wesen davon loslöst, dich darüber erhebst und sie als eine Schwäche der niederen Natur betrachtest. Wenn du dich in völliger Neutralität im inneren Wesen davon loslösen kannst, wird sie dir mehr und mehr als etwas Fremdes, von äußeren Kräften Aufgebürdetes erscheinen. Dann wird es leichter sein, sie zu überwinden.

\*

Die Störung durch den Sex-Impuls muss zwangsläufig dahinschwinden, wenn es dir ernst damit ist, ihn loszuwerden. Das Problem ist, dass ein Teil deiner Natur (besonders das niedrigere Vital und das Unterbewusste, welches im Schlaf aktiv ist) die Erinnerung an diese Dinge bewahrt und ihnen verhaftet bleibt und du diese Teile nicht öffnest, damit sie zu ihrer Läuterung das Licht und die Kraft der Mutter annehmen. Wenn du das tun würdest und – statt zu lamentieren, beunruhigt zu sein und sich an die Vorstellung zu klammern, diese Dinge nicht loswerden zu können – ruhig, mit stillem Glauben und geduldiger Entschlossenheit auf ihrem Verschwinden beharren würdest, indem du dich von ihnen loslässt und dich weigerst, sie zu akzeptieren oder überhaupt als einen Teil von dir zu betrachten, würden sie nach einer Weile ihre Kraft verlieren und dahinschwinden.

\*

Die Schwierigkeit, dich von der Ursprünglichkeit deiner Natur zu befreien, wird anhalten, solange du versuchst, deinen vitalen Teil nur oder hauptsächlich durch die Kraft deines Mentals und mentalen Willens zu wandeln, und höchstens eine unbestimmte und unpersönliche göttliche Macht zu Hilfe rufst. Es ist eine alte Schwierigkeit, die niemals auf radikale Weise im Leben selbst gelöst wurde, weil man ihr nie in der richtigen Weise begegnet ist. In vielen Yoga-Methoden spielt es keine große Rolle, weil das Ziel nicht in einem umgewandelten Leben, sondern in einer Abkehr vom Leben besteht. Wenn dies das Ziel einer Bemühung ist, mag es genügen, das Vital durch einen mentalen und moralischen Zwang niederzuhalten, oder es kann beruhigt werden und in einer Art von Schlaf und Bewegungslosigkeit verharren. Es gibt sogar einige Menschen, die ihm erlauben, sich auszutoben und zu erschöpfen, wenn es kann, während sein Besitzer vorgibt, davon unberührt und unbetroffen zu sein; denn es ist nur die alte Natur, die durch den früheren Antrieb weiterläuft und mit dem Körper abfallen wird. Wenn keines dieser Ergebnisse erreicht werden kann, führt der Sadhak manchmal ein doppeltes inneres Leben, geteilt zwischen seinen spirituellen Erfahrungen und seinen vitalen Schwächen, mit dem Ergebnis, soviel wie möglich aus seinem besseren Teil und so wenig wie möglich aus dem äußeren Wesen zu machen. Keine dieser Methoden genügt jedoch für unseren Zweck. Wenn du die wahre Beherrschung und Umwandlung der vitalen Bewegungen willst, kann es nur unter der Bedingung geschehen, dass du deinem seelischen Wesen, der Seele in dir erlaubst, voll zu erwachen, ihre Herrschaft zu errichten und alle Wesensteile der dauernden Berührung durch die Göttliche *sakti* zu öffnen und ihnen den ihr [ der Seele] eigenen Weg der reinen Hingabe aufzuerlegen, sowie auf das Mental, das Herz und die vitale Natur mit rückhaltlosem Streben und vollständigem, unnachgiebigem Verlangen nach allem, was göttlich ist, einzuwirken. Es gibt keinen anderen Weg, und es ist sinnlos, nach einem bequemeren Pfad Ausschau zu halten. *Nānyaḥ panthā vidyate 'yanāya*. [Es gibt keinen anderen Pfad für den großen Übergang.]

\*

Es ist der Grund, warum die Schwierigkeit mit dem vitalen Sex am schwersten zu überwinden ist – selbst jene, die aufrichtig die mehr physische Form aufgegeben haben,

unterliegen noch der vitalen Form des Impulses. Dies ist aber schädlich, weil es eine feine Infiltration von Kräften erlaubt, die der Sadhana im Wege stehen. Man muss sich von ihnen befreien, wenn das Vital ganz rein und fähig werden soll, die göttliche Liebe und den [Ananda](#) aufzunehmen.

\*

Im Vital-Physischen hält die „Reaktion“ [auf Sex-Impulse] noch lange an, nachdem sich das Mental und höhere Vital davon abgewandt haben. Ich habe das bei Menschen bemerkt, die mental und emotional völlig aufrichtig waren. Einige können sich leicht davon befreien, doch ist es nur eine Minorität. Man sollte sich aber nicht nach dem Gesichtspunkt „was schadet es“ rechtfertigen – das ist ein Versuch des niederen Vitals, das Mental und höhere Vital auf seine Seite zu ziehen. Schaden kann immer entstehen, solange die Sex-Reaktion nicht in *beiden* [in Mental und höherem Vital] ausgemerzt ist – nicht nur in dir.

\*

Der sexuelle Drang ist etwas, das versucht, dich zu ergreifen, und keinerlei Spielraum für Verbot oder Kontrolle zulässt. Er hat die Möglichkeit einer zeitweiligen Bemächtigung, wie sie keine andere Leidenschaft oder kein anderer Lebensimpuls in gleichem Ausmaß hat, stärker sogar als Ärger, der gleich danach kommt. Das ist der Grund, warum es so schwierig ist, sich davon zu befreien – weil, selbst wenn das Mental und höhere Vital ihn zurückweist, das vitale Physische diese besitzgierige Kraft fühlt und eine tief eingewurzelte Neigung hat, ihrem Drängen gegenüber passiv zu sein.

\*

Coming inside [of sex] means taking hold of you so that there is a push for satisfaction. Pressure from outside however strongly felt is not coming inside.

\*

Die Schwierigkeit mit dem Sex ist nur ernst zu nehmen, solange sie die Zustimmung des Mentals und vitalen Willens erhalten kann. Wenn sie aus dem Mental vertrieben wird, das heißt, wenn das Mental seine Zustimmung verweigert, aber der vitale Teil darauf reagiert, kommt sie als eine große Woge vitalen Begehrens und versucht, das Mental gewaltsam mit sich fortzureißen. Wenn sie auch aus dem höheren Vital vertrieben wird, aus dem Herzen und der dynamischen, besitzgierigen Lebenskraft, sucht sie Zuflucht im niederen Vital und erscheint dort in Form von unbedeutenden Einflüssen und Trieben. Wenn sie von der niederen vitalen Ebene vertrieben wird, geht sie hinab in das dunkle, schwerfällig sich wiederholende Physische und tritt im Sex-Zentrum in Form von

Erregung auf und auch als mechanische Reaktion auf Einflüsse. Auch von dort vertrieben, geht sie hinab in das Unterbewusste und steigt in Träumen auf und in Form von nächtlichen Emissionen, die auch ohne Traum stattfinden können. Aber wohin auch immer sie sich zurückzieht, versucht sie, von der betreffenden Grundlage oder dem Zufluchtsort aus noch eine Zeitlang Störung zu verursachen und die Zustimmung der höheren Teile wiederzugewinnen – bis schließlich der Sieg vollständig ist und sie sogar aus dem uns umhüllenden oder umgebenden Bewusstsein vertrieben wird, welches unsere eigene Ausdehnung in die allgemeine oder universale Natur darstellt.

\*

Ist es so, dass der Körper die sexuellen Gedanken und Begierden nicht akzeptiert? Wenn das der Fall ist, kannst du sie als etwas Äußeres zurückweisen oder als etwas, das höchstens im Unterbewusstsein existiert. Denn nur dieses Etwas in uns, das akzeptiert, unterstützt, sich an etwas erfreut oder auf etwas mechanisch reagiert, kann als Teil von uns bezeichnet werden. Wenn es nichts dergleichen gibt, gehört es zur allgemeinen Natur, aber nicht zu uns. Natürlich kehrt es zurück und versucht, sein verlorenes Territorium wieder in Besitz zu nehmen, aber es ist eine fremde Invasion. Grundsätzlich gilt für diese Dinge, dass sie aus dem individuellen Bewusstsein hinausgedrängt werden müssen. Wenn sie vom Mental und höheren Vital zurückgewiesen wurden, versuchen sie, sich noch an das niedere Vital und Physische zu klammern. Wenn sie vom niederen Vital zurückgewiesen wurden, üben sie ihre Macht noch durch ein physisches Begehren auf den Körper aus. Vom Körper zurückgewiesen, ziehen sie sich in das uns umgebende Bewusstsein zurück (auch manchmal in das Unterbewusste, von wo sie in Träumen aufsteigen) und versuchen, von dorthin einzudringen. (Ich meine mit dem uns umgebenden Bewusstsein eine Art uns umgebende Atmosphäre, die wir mit uns herumtragen und durch die wir mit den universalen Kräften in Verbindung stehen.) Von dort zurückgewiesen, werden sie am Ende zu schwach, um mehr als nur äußerliche Suggestionen zu sein, bis auch das endet und sie erledigt und nicht mehr existent sind.

\*

Der Sex-Impuls ist die hauptsächliche Schwierigkeit auf deinem Weg. Wenn er weiterbesteht, so deshalb, weil ein Teil deines Wesens sich noch daran klammert und dein Mental und Wille unentschlossen sind und eine Art halbe Rechtfertigung für sein Fortbestehen gefunden haben. Als erstes haben das Mental und auch das höhere Vital ihre Zustimmung völlig zurückzuziehen; wenn das geschehen ist, findet nur noch eine mechanische Rückkehr von außen zum Physischen statt, und schließlich ist es nur noch eine lebendige Erinnerung, die verschwinden wird, wenn kein Teil der Natur sie mehr willkommen heißt.

\*

Nur wenn das ganze Bewusstsein erwacht und sich seiner verborgenen Bewegungen bewusst ist, können solche Sex-Reaktionen vermieden werden. Sie bedeuten nicht, dass du schlechter bist als andere, sondern dass in allen Menschen das sexuelle Element besteht, aktiv oder passiv, befriedigt oder unterdrückt. Es kann nur durch ein spirituelles Erwachen in *allen* Teilen der [menschlichen] Natur überwunden werden.

\*

Der Sex-Impuls ist tief im Unterbewussten verwurzelt, und es ist schwierig, sich davon zu befreien. Allein durch die volle Umwandlung des physischen Bewusstseins kann es geschehen – einige wenige ausgenommen, die damit nicht sehr stark belastet sind.

\*

Es ist natürlich das Physische, das sofort in der allerstofflichsten Weise auf Sex-Suggestionen reagiert. Was du tust, ist richtig. Da du es im Wachzustand kontrollierst, tritt es nachts hervor. Auch davon musst du dich befreien.

\*

Beharre auf der Konzentration im Herzen und bleibe angesichts der Hindernisse unbewegt. Die Suggestionen dürfen *niemals* angenommen werden – denn ihre Annahme gibt ihnen das Recht zurückzukehren oder weiterzubestehen. Wenn keine sexuelle Reaktion im Mental oder Vital stattfindet, die Erregung im organischen [Sex-] Zentrum isoliert ist und keine Unterstützung im Wesen findet, kann sie gesondert überwunden werden. Daher darf es keine mentale Zustimmung oder vitale Erwidern geben – das ist der erste erforderliche Schritt.

\*

Sex ist eng mit dem physischen Zentrum verbunden, aber auch mit dem niederen Vital – der größte Teil seiner Intensität und Erregung stammt vom niederen Vital. Er kann vom niederen Vital getrennt werden, und wird dann eine rein physische, mechanische Bewegung ohne große Kraft. Wenn auch das physische Zentrum befreit ist, hört der Sex-Impuls auf zu bestehen.

\*

Natürlich, es ist das Vital, welches dem Spiel des Sex seine Intensität und Macht gibt, das Bewusstsein in Beschlag zu nehmen.

\*

Es ist das physische Zentrum – Sex ist nur eine seiner Bewegungen. Natürlich, wenn der Sex aktiv ist, statt der Schönheit und dem Ananda Platz zu machen, und wenn die niederen Bewegungen aktiv sind, bildet das ein Hindernis für die Errichtung des höheren Bewusstseins. Doch kann das höhere Bewusstsein trotzdem herabkommen, sogar bevor die niederen Bewegungen endgültig verschwunden sind, wenn das Wesen überhaupt offen ist – es muss dann die Arbeit des Ersetzens vollenden.

\*

Durch [pranayama](#) und andere physische Praktiken, wie [asanas](#), wird sexuelles Begehren nicht unbedingt ausgerottet – manchmal können sie sogar, da sie die vitale Kraft im Körper ungeheuer mehren, auf ziemlich bestürzende Weise auch die Kraft der sexuellen Neigungen steigern, die, an der Basis des physischen Lebens gelegen, immer schwer zu überwinden ist. Das einzige, was man tun kann, ist, sich von diesen Bewegungen zu lösen, sein inneres Selbst zu finden und darin zu leben; dann ist es für immer vorbei, dass diese Bewegungen als Teile des eigenen Wesens erscheinen, sie sind vielmehr etwas, das die äußere [prakrti](#) dem inneren Selbst oder [purusa](#) auferlegt. Sie können dann leichter abgelegt werden und sich in Nichts auflösen.

\*

Dem Körper Schmerz zuzufügen ist kein Mittel gegen den Sex-Impuls, obwohl es eine zeitweilige Ablenkung darstellen kann. Es ist das Vital und meist das Vital-Physische, welches die sinnliche Wahrnehmung als Vergnügen oder als etwas anderes empfindet.

Die Nahrung zu verringern hat meist keine anhaltende Wirkung. Es mag die Empfindung von physischer oder vital-physischer Reinheit erhöhen, das Körpersystem leicht machen und gewisse Arten von *tamas* verringern. Der Sex-Impuls kann sich jedoch durchaus an eine verringerte Nahrungsmenge anpassen. Nicht durch physische Mittel, sondern durch eine Wandlung im Bewusstsein können diese Dinge überwunden werden.

\*

Es scheint das Beste zu sein, die Bewegung des Aufstiegs sich vollenden zu lassen; wenn du dort die Weite, den Frieden, die Ruhe, die Stille des Selbstes zu fühlen vermagst und all das durch die Zentren in den Körper herabkommen kann und in diesem Zustand des physischen Wesens das Wirken der [Yoga-] Kraft stattfindet, dann kannst du der vital-physischen Schwierigkeit begegnen. Die Bemühung, das durch persönliche [tapasya](#) zu erreichen, kann dich bis zu einem bestimmten Punkt führen und Sex usw. kann dadurch eliminiert werden, bei den meisten aber wird hierdurch nicht die Rückkehr [dieser Kräfte] durch eine Attacke verhindert – es sei denn die Stärke der [tapasya](#) wäre so groß und anhaltend, dass diese Kräfte keine Chance mehr hätten. Meiner Meinung nach können diese Dinge jedoch nur dann ausgemerzt werden, wenn das höhere Bewusstsein herabkommt – indem es seine selbstbestehende Ruhe und Weite mit sich bringt und die höhere Kraft und der Ananda alles bis hin zu den Zellen des Körpers

ergreifen. Diese drei Dinge zusammen würden zweifellos im Körper keinen Spielraum für den Sex lassen – auch wenn der Sex-Impuls aufkäme, würde er sofort auf eine Weise gewandelt werden, dass er nicht länger Sex wäre.

\*

Wenn Frieden und Schweigen *durch und durch* gefestigt sind, dann entsteht Reinheit, und durch die Reinheit werden die sexuellen Suggestionen hinausgestoßen.

\*

Es gibt eine Kraft der Reinheit – nicht die Reinheit der Moralisten, sondern eine essentielle Reinheit des Spirits – in der wahren Substanz des Wesens. Wenn sie sich einstellt, können sich die Sex-Wellen entweder nicht nähern oder sie verebben ohne einen Impuls auszulösen, ohne irgendwo eine Verbindung herzustellen.

\*

Du musst unbedingt die perverse Gewohnheit ablegen, die eine der hauptsächlichen Ursachen deiner Verzagtheit, vitalen Schwäche usw. ist. Es gibt nichts, das eine größere Kraft hätte, das [Körper-]System zu stören und zu schwächen. Wenn du nicht nur im Mental, sondern auch im Vital den Entschluss gefasst hättest, sie aufzugeben, hätte sie längst aufgehört zu bestehen.

\*

Es gibt den einen Weg, durch den es dir möglich wird, dich von der perversen Gewohnheit zu befreien: eine starke mentale Kontrolle, wodurch du dich der falschen Bewegung entledigst. Es ist nicht wahr, dass sie unbesiegbar ist; im Gegenteil, die Tatsache, dass du fähig warst, sie für einige Zeit zu unterbrechen, beweist, dass du ihrer Herr werden kannst. Sie kehrt deshalb zurück, weil diese Dinge eine Bewegung gewisser universaler Lebenskräfte darstellen, die, wenn ihnen einmal erlaubt wurde, eine falsche Reaktion im [Körper-]System zur Gewohnheit werden zu lassen, die Neigung haben, in dieser Form fortzudauern, und die, selbst wenn sie vertrieben wurden, stets versuchen zurückzukehren. Dein Mental hat sie abgewiesen, aber etwas in deiner vitalen Natur – jener Teil, der direkt auf die universalen Lebenskräfte anspricht – ergötzt sich noch daran und hat das Vermögen der falschen Reaktion sowie das Verlangen danach bewahrt. Eine entschlossene und beharrliche Bemühung des Willens kann am Ende die Zurückweisung des Begehrens erzwingen und schließlich sogar die Zurückweisung jeder gewohnten mechanischen Einwirkung auf diesen Teil der [menschlichen] Natur. Du darfst dich durch Rückschläge nur nicht entmutigen lassen; dein Wille muss standhafter sein als die Gewohnheit und ausharren, bis eine volle Überwindung stattgefunden hat.

\*



Erforderlich ist die volle innere Zurückweisung der Sex-Impulse und vitalen Impulse, eine Zurückweisung durch das ganze niedere Vital als solches – die äußere Zurückweisung kann nur dann wirksam sein, wenn sie durch diese innere Zurückweisung unterstützt wird. Im allgemeinen versuchen die Menschen mit der äußeren Zurückweisung, weil sonst (wenn man diesen Dingen nachgibt) die innere Zurückweisung aller Voraussicht nach nicht möglich ist, da die vitale Neigung immer durch die äußere Tat bestätigt wird – wenn aber das äußere Begehren zurückgewiesen wird, ist der Konflikt auf das innere Begehren beschränkt und wird dort ausgefochten. Eine äußere Enthaltung allein befreit natürlich nicht.

\*

Natürlich muss man fähig sein, mit Frauen in Verbindung zu treten, ohne dabei sexuelle Gefühle zu haben oder an Sex zu denken; doch den Kontakt zu suchen, um sich zu prüfen, ist nicht der richtige Weg; das kann allzu leicht in das Gegenteil umschlagen, wenn die Meisterung keine vollständige ist. Die Empfindung und Überwindung müssen ein innerer Vorgang sein – die tantrische äußere Methode ist nicht ratsam.

\*

All das geschieht, weil das Vital in der Annäherung sexbewusst ist und sofort die „Man-und-Frau“-Haltung einnimmt. Um davon frei zu werden, muss man fähig sein, eine Frau einfach als menschliches Wesen zu betrachten und zu empfinden. Das ist schwierig und bedarf einer gewissen Übung; denn das Mental mag fähig sein, diese Haltung einzunehmen, das Vital aber ist unzuverlässig, und man muss auf der Hut sein, dass es nicht plötzlich oder verstohlen sich seiner Vorliebe für sexuellen Austausch erinnert.

\*

Es wäre besser, du würdest dich von dem Einfluss befreien. Es wäre falsch, wenn man eine Frau oder das Bild einer Frau nicht ansehen könnte, ohne sexuelle Gefühle zu haben – davon musst du dich befreien.

\*

Wenn man alle schönen Dinge, nicht nur die Frauen, ohne Verlangen bewundern würde, wäre alles in Ordnung. Aber besonders im Hinblick auf die Frauen, ist es [das Verlangen] ein Überbleibsel des „Sex-Appeals“.

\*

Stärke und Reinheit im niederen Vital und Weite im Herzen stellen die beste Voraussetzung dar, um anderen zu begegnen, besonders den Frauen – wenn das immer gegenwärtig wäre, hätte der Sex kaum eine Chance.

\*

Wenn die tatsächliche Befriedigung des Vitals [am Sex] aufgegeben wird (äußerer Austausch, Berührung oder Kontakt), beschäftigt sich die Phantasie noch weiterhin damit. Wenn aber auch dies überwunden werden kann, hat man die ganze Sache überwunden. Eine äußere Befriedigung hingegen hält die Tätigkeit am Leben. Das ist die *raison d'être*, der Grund dafür, dass man sich äußerlich meidet. Wenn man sich von all dem befreien kann, ohne sich zu meiden, umso besser.

\*

Man hat darauf zu achten, dass eine sexuelle oder erotische Vorstellung nicht vom Bewusstsein Besitz ergreift und sich als spirituelle Wahrheit ausgibt.

\*

Wenn man den Kontakt aufgibt, kann er [der Sex-Impuls] auf zwei Formen reduziert werden – den Traum und die Phantasie. Der Traum ist nicht von großer Wichtigkeit, es sei denn er beeinflusst das Wachmental, was durchaus nicht der Fall zu sein braucht; im übrigen kann er verhindert werden, und wenn man ihm keine Beachtung schenkt, verblasst er am Ende. Von den Phantasien kann man sich nur durch eine *tapasya* des Willens befreien, indem man ihnen nicht freien Lauf lässt, sondern sie unterbindet, sobald sie auftreten. Sie kommen am leichtesten auf, wenn man nach dem Erwachen im *tamasischen* Zustand im Bett liegen bleibt. Man muss sie abbrechen, entweder indem man *tamas* abschüttelt oder das Mental leer werden lässt und sich wieder dem Schlaf zuwendet. Ansonsten sollte man fähig sein, sie abzustoppen, indem man die Gedanken auf etwas anderes richtet.

\*

Der gefährlichste Antrieb für sexuelle Dinge entsteht dann, wenn man unmittelbar nach dem Erwachen im Bett liegen bleibt; man sollte entweder versuchen wieder einzuschlafen, wenn man dazu Zeit hat, oder die Gedanken auf heilsame Dinge richten.

\*

Es gibt für die sexuelle Phantasie keinen gefährlicheren Zustand, als halbwach im Bett zu liegen oder sonst irgendwie entspannt und träge ohne irgendeine Arbeit oder Erfahrung zu sein.

\*

Untätigkeit ist eine Atmosphäre, in der sich leicht der Sex-Impuls einstellt.

\*

Die [sexuelle] Phantasie [spielen zu lassen], bedeutet eine Zustimmung des physischen oder vitalen Mentals. Ansonsten werden sexuelle Empfindungen oft nur durch physische Ursachen ausgelöst, und wenn sie durch diese automatische Zustimmung von einem Teil des Mentals nicht unterstützt werden, würde sich über kurz oder lang ihre Gewohnheit der Wiederkehr verringern.

\*

Du hast keinen Grund, deprimiert oder entmutigt zu sein. Die Mängel der Natur, von denen du sprichst, sind Gewohnheiten des niederen Vitals und des äußeren Wesens; wenn du sie voll und freimütig erkennst, aufdeckst und zurückweist, wann immer sie auf dich einwirken oder einzuwirken versuchen, werden sie mit der Zeit verschwinden. Die sexuellen Begierden weisen darauf hin, dass das Unterbewusste die alten Eindrücke, Bewegungen und Impulse noch bewahrt; mache die bewussten Teile des Wesens gänzlich frei davon, strebe danach und setze deinen Willen ein, dass das höhere Bewusstsein voll in das Unterbewusste kommt, so dass sogar im Schlaf und Traum etwas in dir bewusst und auf der Hut ist und diese Dinge abweist, wenn sie während dieser Zeit Form anzunehmen versuchen.

\*

Natürlich, wenn du über diese Dinge [die den Sex betreffen] etwas liest, treten sie in das Mental ein und wandern von dort in das Unterbewusste, wo sie ihren Eindruck hinterlassen. Wenn das Bewusstsein vom sexuellen Impuls nicht frei ist, kann dieser Eindruck aus dem Unterbewussten aufsteigen und im Mental wirken.

\*

Ich habe dir bereits gesagt, dass du dich nicht über diese Träume und Vorfälle im Schlaf aufregen sollst. Sie kommen von außerhalb, und etwas im Unterbewusstsein, wo auf lange Zeit hin all das bewahrt wird, was das bewusste Wesen zurückweist, reagiert

darauf. Erst in den späteren Stadien des Yoga kann dieser unterbewusste Teil bewusst gemacht und befreit werden. Es ist das Wachbewusstsein, das du von sexuellen Vorgängen und sexuellen Suggestionen freihalten musst. Wenn du das tust, kann später der unterbewusste Teil leicht befreit werden.

\*

Nachträume über Sex sind ein unfreiwilliges Aufwallen sexueller Eindrücke aus dem Unterbewusstsein; die meisten Menschen, selbst wenn sie sich nicht dem sexuellen Akt hingeben, haben sie von Zeit zu Zeit, und zwar in Abständen von einer Woche, zwei Wochen, einem Monat bis zu drei oder vier Monaten. Sie öfter zu haben weist entweder auf ein Schwelgen in sexuellen Vorstellungen hin, wodurch das Sex-Zentrum angeregt wird, oder aber auf eine nervöse Schwäche in diesem Teil, verursacht durch die Befriedigung in der Vergangenheit. Einige fanden es hilfreich, dem Körper nachts vor dem Einschlafen den Willen aufzuerlegen, dass diese Träume nicht stattfinden sollen; wenn es anfangs auch keinen Erfolg haben mag, so wird in den meisten Fällen nach einer gewissen Zeit eine hemmende Kraft auf das Unterbewusstsein einwirken, von dem diese Träume aufsteigen. Wenn Kinder sich dem hingeben, so ist das nicht etwas Ererbtes, sondern eine Sache, die sie in schlechter Gesellschaft lernen, und diese Kinder werden dadurch manchmal schon in sehr jungen Jahren verdorben.

\*

Es ist ein Fehler, wegen der Emissionen soviel Wesens zu machen – jeder hat sie. Das Unterbewusste hat seine eigene Bewegung, und der Mangel an Kontrolle dort ist eine Sache, von der man sich nur dann befreien kann, wenn das volle Licht nach dort gelangt ist. Dieses spezielle Element bekämpft man am besten dadurch, indem man dem Unterbewusstsein (dem Sex-Zentrum oder Sex-Organ selbst) einen Willen auferlegt, so dass sogar im Unterbewusstsein während des Schlafes etwas dagegen reagiert. Viele konnten auf diese Weise Rückfälle verringern und sich beinahe davon befreien, andere hingegen waren weniger erfolgreich. In einem Fall fand alle vierzehn Tage ein Rückfall statt, und das hielt trotz des eingesetzten Willens an. Wegen der Schwierigkeit im Wachsein solltest du nicht soviel Gedanken verschwenden. Treibe die positive Seite der Sadhana voran, der Verwirklichung entgegen – diese Dinge werden verblassen und verschwinden, wenn das höhere Bewusstsein in das Sex-Zentrum gelangt ist. Unterdessen hat man vor allem eine Kontrolle darüber auszuüben und sich möglichst weitgehend davon zu befreien.

\*

Es besteht kein Grund, in diesem Ausmaß niedergeschlagen zu sein oder derartige Vorstellungen von einem Fehlschlag im Yoga zu hegen. Es ist keinesfalls ein Zeichen deiner Untauglichkeit für den Yoga. Es bedeutet einfach, dass der sexuelle Impuls, der durch die bewussten Teile zurückgewiesen wurde, im Unterbewusstsein Zuflucht gesucht

hat, vermutlich irgendwo im niederen Vital-Physischen und im durch und durch physischen Bewusstsein, wo einige Bereiche für das Streben und Licht noch nicht offen sind. Das Fortbestehen von Dingen im Schlaf, die im Wachbewusstsein abgewiesen wurden, ist ein ziemlich allgemeines Vorkommnis im Verlauf der Sadhana.

Die Lösung ist die folgende:

1. zu erreichen, dass das höhere Bewusstsein, sein Licht und das Wirken seiner Macht in die dunkleren Teile der Natur herabkommen;
2. im Schlaf immer bewusster zu werden, mit einem inneren Bewusstsein, das sich des Wirkens der Sadhana sowohl im Schlaf als auch im Wachsein bewusst ist;
3. den wachen Willen und das Streben des Wachzustandes auch im Schlaf auf den Körper einwirken zu lassen.

Eine der Methoden für letzteres besteht darin, den Körper vor dem Einschlafen stark und bewusst zu beeinflussen, dass die Sache nicht geschehen soll; je konkreter und physischer und je direkter auf das Sex-Zentrum die Suggestion ausgeübt werden kann, desto besser. Die Wirkung mag zunächst keine sofortige oder gleichbleibende sein; meist aber, wenn du weißt, wie sie auszuüben ist, obsiegt am Ende diese Art der Suggestion; auch wenn sie den Traum nicht verhindert, erweckt sie das innere Bewusstsein doch sehr oft so rechtzeitig, dass unliebsame Konsequenzen vermieden werden.

Es ist ein Fehler zuzulassen, in der Sadhana deprimiert zu sein, selbst bei wiederholten Fehlschlägen. Man muss ruhig, ausdauernd und hartnäckiger als der Widerstand sein.

\*

Wenn das Wachbewusstsein die Befriedigung der sexuellen Begierden und Impulse zurückgewiesen hat, nehmen sie ihre Zuflucht zu Eindrücken, Erinnerungen und unterdrückten Begierden im Unterbewusstsein und steigen im Schlaf als Träume und unfreiwillige Schlafemissionen auf. Wenn das Wachbewusstsein selbst nicht geläutert ist – das heißt, wenn, obwohl keine physische Befriedigung stattfindet, dennoch Sex-Vorstellungen im Mental oder Begierden im Vital oder Körper aufkommen –, können diese Träume und Emissionen häufig sein. Selbst wenn das Wachbewusstsein geläutert ist, kann dieses Auftauchen aus dem Unterbewusstsein noch eine Zeitlang anhalten; doch wird es sich allmählich abschwächen. Einige Menschen sind fähig, sich davon zu befreien, indem sie vor dem Einschlafen einen starken unterbindenden Willen oder eine Kraft auf das Unterbewusste oder das Sex-Zentrum einsetzen – das hat aber nicht bei jedem Erfolg. Die Hauptsache ist, das Wachbewusstsein von der wachsenden Kraft des *brahmacharya* durchdringen zu lassen und alle Gedanken und Worte über sexuelle Dinge sowie das physische Verlangen oder den physischen Impuls vollständig zurückzuweisen – die unterbewussten Rückstände werden später, wenn man fähig ist, das höhere Bewusstsein nach dort herabzubringen, entweder absterben oder ausgeräumt werden.

\*

Um die Emissionen im Traum zu verringern oder zum Stillstand zu bringen, ist es notwendig, zuerst den Zustand des vollen *brahmacharya* zu erreichen, *kāyamanovākyena* [im Körper, Mental und in der Rede] – die Sexualität nicht nur aus den physischen Tätigkeiten zu verbannen, sondern auch das Vital- und Körperbewusstsein von sexuellen Impulsen und das Mental und die Rede von sexuellen Gedanken und Vorstellungen zu befreien. Die Träume erheben sich aus dem Unterbewussten, wo alle Eindrücke und Instinkte gespeichert werden und jedes dieser Dinge das Unterbewusste anregt und seinen Vorrat mehrt, was in die Träume aufsteigen kann. Wenn man das Wachbewusstsein gänzlich geläutert hat, indem man einen Willen oder eine Kraft auf das Unterbewusste einsetzt (besonders bevor man einschläft), kann man nach einiger Zeit die Sex-Träume und Emissionen eliminieren.

\*

Abgesehen von der völligen Zurückweisung der sexuellen Gedanken, Vorstellungen und des sexuellen Vollzugs, die dahin führt, dass sie auch im Unterbewussten wirkt, weiß ich kein Heilmittel gegen Sex-Träume, es sei denn das Einsetzen einer möglichst konkreten Kraft auf das sexuelle Zentrum und Organ, um diesen Drang und seine Folgen zu unterbinden; das hat beim Einschlafen zu geschehen und ist jedes Mal zu erneuern, wenn man aufwacht und wieder in Schlaf fällt. Aber all das [was *du* erwähnst], hat keinen Wert, denn es setzt einen mentalen Willen statt einer konkreten Kraft ein (der mentale Wille kann wirksam sein, ist es aber nicht immer). Außerdem wirkt diese Methode nur zeitlich bedingt, sie unterbindet, stellt aber, außer in seltenen Fällen, kein anhaltendes Heilmittel dar; sie befreit nicht von den sexuellen Eindrücken im Unterbewusstsein, was natürlich bedeutet, dass man, wenn auch im negativen Sinn, trotzdem an die ganze Sex-Affaire denkt.

Ich habe sagen hören, dass sogar sehr fortgeschrittene Yogis wenigstens einmal innerhalb von sechs Monaten Sex-Träume hätten – ich weiß nicht, inwieweit es stimmt oder was die Yogis selbst dazu sagen. Doch kann man sich von den sexuellen Prägungen im Herzen lange vor Lebensende befreien, und es ist durchaus nicht unmöglich, selbst den Keimzustand im Unterbewussten, der in die Träume aufsteigt und überaus zäh ist, zu beseitigen.

In keinem Fall sind Träume etwas, worüber man sich so große Sorgen zu machen braucht, außer sie sind häufig – es ist der Wachzustand, der rigoros geläutert werden muss. Hat man das getan, dehnt sich manchmal die Gewohnheit der Zurückweisung in das Unterbewusste aus, so dass, wenn der Traum kommen will, eine automatische Unterbindung einsetzt, die ihm ein Ende bereitet. Unter einer derartigen Kontrolle würde der sexuelle Druck meiner Meinung nach wenn auch nicht aufhören, so doch in seinem Keimzustand für immer zur Ruhe gebracht werden und wäre praktisch *non est* [nicht existent].

\*

Das erste Erfordernis bei solchen Dingen ist, absolut ruhig zu sein und die Erregung, die durch diese Schwierigkeiten entsteht, zurückzuweisen. Wenn sie sich einstellen, muss

man den Standpunkt einnehmen, dass es deshalb geschieht, damit sie verarbeitet werden. Wenn im Wachbewusstsein nichts die Sex-Schwierigkeiten stützt, kann es sich bei diesen Tag-Träumen und den Absonderungen ohne Traum nur um ein Aufsteigen von alten, ruhenden Eindrücken aus dem Unterbewusstsein handeln. Solch ein Aufsteigen findet häufig dann statt, wenn die [Yoga-] Kraft im Unterbewusstsein zu dessen Läuterung wirkt. Auf keinen Fall aber darf man sich beunruhigen lassen, sondern muss eine Kraft oder einen Willen auf das Sex-Zentrum oder Sex-Organ einsetzen, damit diese Dinge aufhören. Das kann unmittelbar vor dem Einschlafen geschehen. Es führt nach einiger Zeit bei regelmäßiger Übung meist zum Erfolg. Es muss durch einen ruhigen allgemeinen Druck des Willens oder der Kraft auf das physische Unterbewusste geschehen. Das Unterbewusste in seiner andauernden Beharrlichkeit kann sich lange widersetzen, es kann sich aber mehr oder weniger rasch dem Willen des bewussten Wesens anpassen und tut es auch.

\*

Die meisten deiner Träume fanden auf der vital-physischen Ebene statt. Wenn dort irgendein physischer Kontakt von sexueller oder anderer Art besteht, wirkt das stark auf das Sex-Zentrum oder ein Sinnesorgan ein – es kann, selbst ohne irgendein Lustgefühl auszulösen, eine Emission durch ein mechanisches, blindes und unterbewusstes Wirken von rein physischer (nicht einmal vital-physischer) Natur verursachen. Es wird erst dann unmöglich, wenn das Sex-Zentrum [durch die Yoga-Kraft] erstarkt ist.

\*

Wenn eine sexuelle Emission etwas Normales wäre, wie wäre es dann möglich, dass sie das Körper-System so sehr deprimiert und schwächt? Die Menschen klagen immer über diese Entkräftung, und wenn es häufig geschieht, haben sie ernsthafte Depressionen und werden tamasisch. Das muss natürlich nicht so sein, denn wenn man sich dagegen wehrt, kann die Depression oder Schwäche verhindert werden – doch leiden die meisten darunter. Dass es geschieht, ist in dem Sinn etwas Normales, als man die sexuelle Aktivität aufgegeben hat, ohne von sexuellen Vorstellungen und Impulsen befreit zu sein; aber auch später, wenn man nicht mehr vom Sex behelligt wird, kann sie [die Emission] noch eine Zeitlang fort dauern, da die Eindrücke im Unterbewusstsein noch nicht ausgemerzt sind. Zuweilen befreit sie von einem Sekretionsüberschuss, doch scheint die resultierende Schwäche eher einen Verlust der notwendigen Lebenskraft anzuzeigen. Der richtige Weg, mit dem Überschuss fertig zu werden, besteht darin, ihn in reine Energie zu wandeln, *retas* in *ojas*.

\*

Es ist offensichtlich eine Attacke auf dein Nervensystem über das Unterbewusste. Sie kommt deshalb im Schlaf, weil du im Wachbewusstsein mehr auf der Hut bist und dich

gegen Attacken wehren kannst. Meist findet diese Art von Traum und die Absonderung dann statt, wenn sich das physische Bewusstsein infolge von Ermüdung, Anstrengung oder irgendeiner anderen Ursache in einem tamasischen Zustand befindet, in einem schweren Schlaf, oder wenn es unter dem Druck von Trägheit leidet.

Das erste, was du zu tun hast, ist, die Nachwirkungen abzuweisen, wie du es diesmal getan hast – denn du sagst, dass du nicht die Empfindung irgendeiner Schwäche hättest, sondern eher die, als ob sich nichts ereignet hätte. Es ist durchaus nicht unvermeidlich, dass man nach einem Traum wie diesem Schwäche empfindet und dass eine Absonderung stattfindet; nur aufgrund der gewohnten Assoziation im physischen Mental können diese Kräfte Reaktionen von nervöser Schwäche mit sich bringen.

Die Absonderung kannst du nur dadurch verhindern, dass du im Schlaf bewusster wirst. Du warst dir all dessen, was geschah, bewusst, aber du musst außerdem die Kraft eines bewussten Willens entwickeln, der erkennt, was sich ereignen wird und der eingreift, um es zu verhindern, entweder indem er dich rechtzeitig weckt oder den Traum abbricht oder die Absonderung verhindert. All das ist durchaus möglich, es ist eine Frage der Gewohnheit, eine Frage von etwas Beharrlichkeit.

Vor dem Einschlafen einen Willen oder eine Kraft auf das Körperbewusstsein wirken zu lassen, dass es nicht geschieht, wird ebenfalls oft als sehr wirksam empfunden – es sollte besonders dann geschehen, wenn du den auslösenden Zustand der Schwere und Trägheit spürst. Dieser Wille ist nicht immer gleich erfolgreich, aber nach einer Zeit gewöhnt sich das Unterbewusstsein daran, auf den Willen oder die Kraft, die ihm auferlegt wurde, zu reagieren, und die Unannehmlichkeit nimmt ab und verschwindet letztlich ganz.

\*

Diese Art von sexueller Attacke im Schlaf hängt nicht so sehr vom Essen oder von irgend etwas anderem Äußerlichen ab. Es ist eine mechanische Gewohnheit im Unterbewusstsein; wenn der sexuelle Impuls zurückgewiesen und aus den Wachgedanken und Wachgefühlen verbannt wird, tritt er in dieser Form im Schlaf auf, weil dann nur das Unterbewusste tätig ist und es keine bewusste Kontrolle gibt. Es ist das Zeichen eines sexuellen Begehrens, das im Wachmental und Wachvital unterdrückt, aus der Substanz der physischen Natur aber nicht ausgemerzt wurde.

Um es auszumerzen, muss man zunächst darauf achten, keine sexuellen Vorstellungen oder Gefühle im Wachzustand zu hegen, als nächstes dem Körper, besonders dem Sex-Zentrum einen starken Willen aufzuerlegen, damit nichts dieser Art im Schlaf auftritt. Das mag nicht sofort zum Erfolg führen, wenn man es aber lange Zeit durchhält, hat es meist ein Ergebnis; das Unterbewusste beginnt zu gehorchen.

\*

Der Druck, der von den Nieren oder vom Darm ausgeht und Sex-Träume oder sexuelle Vorstellungen auslöst, ist die letzte und allerphysischste Form – sie hält oft an, wenn die anderen [Erscheinungsformen] verschwunden sind. Wenn der Körper dumpf und das Mental halbwach ist, so stellt das tatsächlich die beste Voraussetzung dar. Wenn es aber



nur einige Minuten anhält und keine Nachwirkung hinterlässt, dürfte die Neigung nach einiger Zeit verschwinden.

\*

Die Sex-Kräfte können bei Tag oder bei Nacht attackieren und daher auch bei elektrischem Licht. Nur das innere Licht wehrt die Attacken ab, obwohl es sie nicht ganz verhindern kann, es sei denn, die [Yoga-] Kraft würde dahinter stehen.

\*

Ja, natürlich, Hautkrankheiten haben viel mit sexuellen Begierden zu tun – selbstverständlich nicht immer, aber oft.

\*

Ich vermute, dass Pickel im Gesicht häufig das Ergebnis einer unterdrückten Sexualität sind – unterdrückt im Vollzug, aber innerlich noch aktiv. Diese Dinge wirken nicht bei allen Menschen auf die gleiche Weise, bei einigen wirkt es auf das Blut, bei anderen nicht oder zumindest nicht in dieser Form. Ich nehme aber nicht an, dass Sex die einzige Ursache für Pickel im Gesicht ist, es gibt andere Dinge, die sie hervorrufen können.

## IX.

Das Sprechen zu kontrollieren ist sehr notwendig für die physische Wandlung.

\*

*Mauna* [nicht zu sprechen] hat selten viel Sinn. Wenn es [die Zeit des Schweigens] vorüber ist, beginnt man wieder wie zuvor zu sprechen. Im Sprechen selbst muss sich das Sprechen ändern.

\*

Das ist nicht der Weg. Absolutes Schweigen und loses Geschwätz sind zwei Extreme; keines davon ist gut. Ich habe viele Menschen gekannt, die *maunvrata* [ein Schweigegelehnis] praktizierten, aber nachher genauso geschwätzig waren wie zuvor. Es ist die Herrschaft über dich selbst, die du erlangen musst.

\*

Im großen und ganzen hast du recht. Ein sinnloses Gespräch, welches das Bewusstsein senkt oder etwas von einem vergangenen Bewusstsein wiedererstehen lässt, sollte besser gemieden werden. Dazu gehört auch, über die Sadhana zu sprechen; wenn es sich nur um eine mentale Diskussion von oberflächlicher Art handelt.

\*

Es ist etwas sehr Äußerliches, das an leichter Unterhaltung Vergnügen hat, und nur wenn die Ruhe und mit ihr eine gewisse spontane Selbstkontrolle in der niederen vitalen Natur gefestigt sind, kann diese Veranlagung gänzlich überwunden werden.

Alle diese Dinge werden zu ihrer Zeit ausgearbeitet werden. Das Wichtigste ist, in das ganze Wesen die Ruhe herabzubekommen und damit die wahre Kraft, welche die Energie bringt, die du beschreibst.

\*

Wenn man sich unterhält, neigt man dazu, in ein niedrigeres und mehr äußerliches Bewusstsein abzusinken, weil die Unterhaltung vom äußerlichen Mental stammt. Es ist aber nicht möglich, sie ganz und gar zu vermeiden. Du musst lernen, sofort in das innere Bewusstsein zurückzukehren – all dies, solange du nicht fähig bist, stets vom inneren Wesen her zu sprechen oder zumindest solange das innere Wesen das Sprechen nicht stützt.

\*

Sprechen ist eine Tätigkeit, die mehr als das Schreiben äußerlich ist und mehr vom Physischen und seinem Bewusstseinszustand abhängt. Es ist daher in den meisten Fällen schwieriger, es aus der Gewalt des äußerlichen Mentals zu befreien.

\*

Eine Unterhaltung der üblichen Art macht sehr leicht zerstreut oder senkt den inneren [Bewusstseins]Zustand, weil sie im allgemeinen nur aus dem niederen Vital und dem physischen Mental stammt und diesen Teil des Bewusstseins zum Ausdruck bringt – sie hat die Neigung, das Wesen zu veräußerlichen. Aus diesem Grund flüchten so viele Yogis in das Schweigen.

\*

Der Redefluss einiger Menschen ist naturbedingt, und diejenigen, die sehr vital sind, können ohne ihn nicht auskommen. Letzteres aber (ohne ihn nicht auskommen zu

können) ist, vom spirituellen Standpunkt aus betrachtet, zweifellos eine Unzulänglichkeit. Es gibt gewisse Stadien der Sadhana, in denen man nach innen gehen muss, und das Schweigen zu dieser Zeit ist äußerst notwendig, weil unnötiges Sprechen zu einer Zerstreung der Energien führt oder das Bewusstsein veräußerlicht. Es ist besonders die Neigung, sich um der Unterhaltung willen zu unterhalten, die zu überwinden ist.

\*

Unterhaltung von dieser Art hat, wenn man bereits in den Strom der wahren Erfahrung eingetreten ist, tatsächlich eine sehr ermüdende Auswirkung, weil sie die Energie nutzlos vergeudet und die Mentalbewegung zu einer Sache von wertlosen Brocken und Fetzen macht, statt in sich gesammelt und ausgeglichen zu sein, um empfangen zu können.

\*

Es ist immer möglich, dass etwas Leichtfertiges und Unausgeglichenes in einen eintritt, wenn man sich der Frivolität um ihrer selbst willen hingibt. Das Bewusstsein fühlt sich in seinem Halt erschüttert, wenn nicht sogar nach außen gezogen. Wenn einmal das Bewusstsein innen gefestigt ist, wird die äußere Bewegung von innen her bestimmt, und es gibt keine derartige Störung mehr.

\*

Ja, die Rede muss von innen kommen und von innen her kontrolliert werden.

\*

Deine Schwierigkeit besteht deshalb, weil Sprechen etwas ist, das in der Vergangenheit sehr viel mehr als ein Ausdruck des Vitals im Menschen als des mentalen Willens gewirkt hat. Sprechen bricht hervor als Ausdruck des Vitals und seiner Gewohnheit, ohne auf die mentale Kontrolle zu warten; von der Zunge wurde als dem nicht lenkbaren Glied gesprochen. In deinem Fall wurde die Schwierigkeit größer durch die Gewohnheit, über andere zu reden – Klatsch, wozu dein Vital so sehr neigt, dass es noch nicht einmal jetzt das Vergnügen daran überwinden kann. Daher muss diese Neigung bereits im Vital zum Stillstand gebracht werden. Es ist ein dringend notwendiger Teil yogischer Selbstkontrolle, sich nicht vom Impuls der Rede beherrschen zu lassen, fähig zu sein, sich vom Zwang zur Rede zu befreien und nur dann zu sprechen, wenn man erkennt, dass es richtig ist, und wenn man das Richtige zu sagen weiß.

Allein durch Ausdauer, Wachsamkeit und einen festen Entschluss ist es möglich; ist aber einmal der Entschluss gefasst, kann es mit Hilfe der Göttlichen Kraft im Hintergrund in kurzer Zeit geschehen.

\*

Es ist ganz klar, dass Dinge, die eine seit langem bestehende Gewohnheit sind, nicht auf einmal verschwinden können. Besonders das Reden ist etwas, das bei den meisten Menschen größtenteils automatisch abläuft und nicht unter ihrer Kontrolle steht. Die Kontrolle wird durch Wachsamkeit errichtet; man muss also auf der Hut sein vor der Gefahr des Nachlassens der Wachsamkeit, von der du sprichst. Je mehr es sich um eine ruhige und reine und nicht um eine ängstliche Wachsamkeit handelt, desto besser.

\*

Die Gewohnheiten der physischen oder der vital-physischen Natur sind immer am schwierigsten zu verändern, weil ihre Tätigkeit eine automatische ist und vom mentalen Willen nicht gelenkt wird – daher fällt es ihm schwer, sie zu überwachen oder umzuwandeln. Du musst durchhalten und die Gewohnheit der Kontrolle entwickeln. Wenn es dir gelingt, das Sprechen häufig zu überwachen – wozu es einer ständigen Wachsamkeit bedarf – wirst du am Ende erkennen, dass die Kontrolle sich eingepreßt hat und auf die Dauer immer eingreifen kann. Das muss so lange geschehen, wie jene Bewegung [des Sprechens] für das Licht und die Kraft der Mutter noch nicht voll geöffnet ist – ist das aber einmal der Fall, kann die Sache schneller und manchmal sehr rasch überwunden werden. Auch das Eingreifen der Seele ist möglich – wenn die Seele erwacht und genügend aktiv ist, um jedes Mal einzuschreiten, sobald du im Begriff bist, aufs Geratewohl daherzureden, und es dir zu untersagen –, dann wird die Wandlung leichter möglich sein.

\*

Der Kopfschmerz und die Ermüdung sind stets ein Zeichen dafür, dass das Bewusstsein nicht länger dieses nach außen gerichtete Denken und Sprechen will und sogar physisch dadurch überfordert ist. Aber die unterbewusste Gewohnheit will fort dauern. Menschliches Denken und Sprechen vollzieht sich meistens mechanisch in bestimmten, sich immer wiederholenden Schablonen – es ist in Wirklichkeit nicht das Mental, das sie kontrolliert oder beherrscht. Daher kann diese Gewohnheit noch eine Zeitlang weiterbestehen, selbst nachdem das bewusste Mental seine Unterstützung und Zustimmung zurückgezogen und sich zu etwas anderem entschlossen hat. Wenn man aber durchhält, erschöpft sich diese unterbewusste mechanische Bewegung wie jeder Mechanismus, der nicht aufgezogen ist. Dann kann man die entgegengesetzte Bewegung im Unterbewussten formen, nur jenes Denken und Sprechen zuzulassen, zu dem das innere Wesen seine Zustimmung erteilt.

\*

Unnötiges Sprechen ermüdet das innere Wesen, weil es von der äußeren Natur kommt, während die innere [Natur] die Energie zu beschaffen hat, deren Vergeudung sie fühlt.

Selbst jene, deren inneres Leben stark ist, brauchen lange Zeit, bevor sie es mit der äußeren Rede und Tat verbinden können. Die äußere Rede gehört dem sich Ausdruck

verleihenden Mental an – daher ist es so schwierig, sie mit dem inneren Leben zu verbinden.

\*

Ja, natürlich, die volle Wahrheit in der Rede ist für den Sadhak sehr wichtig und eine große Hilfe, um die Wahrheit in das Bewusstsein zu bringen. Es ist aber gleichzeitig schwierig, das Sprechen unter Kontrolle zu bringen; denn die Menschen sind daran gewöhnt, das zu sagen, was ihnen in den Sinn kommt, ohne es zu überprüfen und zu kontrollieren. Im Reden liegt etwas Mechanisches, und es auf die Ebene des höchsten Bewusstseins zu erheben ist niemals leicht. Das ist einer der Gründe, warum es förderlich ist, mit dem Reden sparsam zu sein. Es verhilft zu einer bewussteren Kontrolle und verhindert, dass die Zunge mit einem durchgeht und tut, was sie will.

Zurückzustehen bedeutet, ein Betrachter des eigenen Mentals und der eigenen Rede zu werden, sie anzusehen, als würden sie nicht zu einem selbst gehören und sich nicht mit ihnen zu identifizieren. Wenn man sie als ein Betrachter beobachtet, getrennt von ihnen, gelangt man dahin zu erkennen, was sie sind, wie sie wirken, und kann dann eine Kontrolle über sie ausüben – zurückweisen, was man nicht billigt und nur das denken und sprechen, was man als die Wahrheit empfindet. Das kann natürlich nicht alles auf einmal geschehen. Es kostet Zeit, diese Haltung des Getrenntseins einzunehmen, und noch mehr Zeit, die Kontrolle zu errichten. Mit Übung und Beharrlichkeit jedoch ist es möglich.

\*

Das Sprechen kann nur dann kontrolliert werden, wenn du dich von dem Teil, der spricht, trennst und fähig bist, ihn zu beobachten. Es ist das äußere Mental, das spricht – man muss es vom inneren, wachsamem Mental her beobachten und kontrollieren.

\*

Es ist tatsächlich ein inneres Schweigen, dessen man bedarf – ein schweigendes Etwas im Inneren, welches das äußere Gespräch und Handeln betrachtet, es jedoch als etwas Oberflächliches und nicht als sich selbst empfindet, und das dem gegenüber völlig gleichgültig und davon unberührt ist. Es kann Kräfte hervorbringen, um das Sprechen und Handeln zu stützen oder es kann sie zum Stillstand bringen indem es sich zurückzieht oder es kann sie treiben lassen und beobachten, ohne sich darin zu verlieren oder davon bewegt zu werden.

\*

Es ist natürlich deshalb, weil das Bewusstsein in diese Dinge [Diskussion und Gelächter] hinausgetrieben wird und man aus dem inneren Gleichgewicht gerät und Schwierigkeit hat, es wieder zu erlangen – besonders weil eine Art Zerstreuung der Vital-Energie stattfindet. Wenn man einen Zustand erreicht, in dem man diese Dinge nur von der Oberfläche des Bewusstseins aus tun kann und im Inneren bleibt und das, was an der Oberfläche vor sich geht, beobachtet, ohne sich darin zu verlieren, dann hat man seine Ausgeglichenheit bewahrt. Es ist aber ein wenig schwierig, diese eigene Zweiteilung zu vollziehen – man schafft es jedoch mit der Zeit, besonders wenn der innere Friede und die innere Ruhe sehr intensiv und dauerhaft werden.

\*

Wenn der Friede im Inneren sehr stark ist, wird er durch das Sprechen nicht umwölkt – denn dieser Friede ist nicht mental oder vital, auch wenn er das Mental und Vital durchdringt – oder es handelt sich um eine rasch vorüberziehende Wolke, die nicht in der Tiefe berührt. Im allgemeinen jedoch wird das Bewusstsein durch solch ein Gespräch zerstreut, und man kann viel dabei verlieren. Nicht zu sprechen hat nur den Nachteil, dass es zu sehr isoliert, wenn es streng eingehalten wird – doch wenn man über derartige Dinge (wie Neuigkeiten usw.) nicht spricht, verliert man nichts.

\*

Darüber nachzudenken was gesprochen wurde, ist eine physische Gewohnheit des Mentals, die mit der Zeit abgelegt werden sollte. Das Mental sollte so frei sein, dass es sofort nach Beendigung des Gesprächs in der Lage ist, abzuschalten.

\*

Hastigkeit im Sprechen und Handeln – (das heißt im Übermaß, denn bis zu einem gewissen Grad besteht sie bei jedem) – ist eine Frage des Temperamentes. Ich glaube nicht, dass du mehr damit behaftet bist als andere hier. Natürlich muss man sich davon befreien, es ist aber eine der geringeren, nicht der hauptsächlichen Unvollkommenheiten der [menschlichen] Natur, mit denen die Yoga-Kraft sich auseinandersetzen hat. Das sich Ausdruck verleihende Mental muss diszipliniert werden, damit es nicht zu voreilig folgert oder sofort vom Gedanken zur Rede und Tat überspringt.

\*

Diese Diskussionen sind ganz und gar nutzlos, sie lenken lediglich das Mental ab und öffnen der Falschheit die Tore.

\*

Seelische Selbstkontrolle, die in dieser Umgebung und inmitten der Diskussion wünschenswert ist, würde unter anderem bedeuten:

1. Dem Rede-Impuls nicht zu erlauben, sich zu sehr geltend zu machen oder irgend etwas zu sagen, ohne nachzudenken, sondern immer über das Sprechen eine bewusste Kontrolle auszuüben und nur das zu sagen, was notwendig und nützlich ist.

2. Alles Debattieren, Disputieren oder zu angeregtes Diskutieren zu vermeiden und einfach das zu sagen, was gesagt werden muss, und es dabei zu belassen. Du solltest nicht darauf beharren, dass du im Recht bist und nicht die anderen, sondern es sollte das, was gesagt wird, nur als Beitrag eingeworfen werden, um die Wahrheit einer Sache zu erwägen.

3. Den Ton der Rede und der Worte sehr ruhig und still und unaufdringlich zu halten.

4. Sich überhaupt nicht darum zu kümmern, ob andere sich erhitzen und diskutieren, sondern ruhig und unbeeindruckt zu bleiben und selbst nur das zu sprechen, was zur Glättung der Dinge beitragen kann.

5. Sich keinem Klatsch und harter Kritik über andere anzuschließen – denn diese Dinge sind in keiner Weise förderlich und senken nur das Bewusstsein.

6. Alles zu vermeiden, was andere verletzen oder verwunden könnte.

\*

Tiraden und Ermahnungen berühren nur die Oberfläche des Mentals. Wenn das Mental damit übereinstimmt, ist es erfreut und angeregt; das aber ist alles. Wenn es nicht damit übereinstimmt, beginnt das Mental zu kritisieren oder wird ungeduldig und wendet sich ab. Wenn die Tirade sehr eindringlich ist, kann sie manchmal das Vital berühren und eine vorübergehende Wirkung erzielen.

\*

Anderen zu predigen, was einem selbst fehlt, hat nichts mit Heuchelei zu tun, sondern ist ein Konflikt zwischen zwei Teilen der Natur. Heuchelei ist es nur dann, wenn man eine Sache predigt, die man selbst nicht glaubt, oder wenn man bewusst vorgibt, etwas zu sein oder werden zu wollen, was man nicht ist und nicht werden will.

\*

Die Depression drang unterbewusst durch die Diskussion mit X in dich ein. Wenn du auf diese Weise mit Menschen diskutierst, geht etwas von dir auf sie über, aber gleichzeitig geht etwas von ihnen auf dich über. Da sich X in keinem sehr guten Zustand befand – wenn auch bei weitem nicht einem solchen wie während seiner Depression –, konnte dich leicht etwas berühren, und sobald das Unterbewusste eine übliche Ausrede finden konnte, sandte es sie zum Mental empor. Du solltest dich vor einem solchen mechanischen Austausch immer hüten. Etwas Achtsamkeit reicht aus – und keine überflüssige Diskussion.

\*

Während des Sprechens sollte immer eine Art instinktive Abwehr bestehen – außer bei jenen, die vom gewöhnlichen vitalen Impuls frei sind.

\*

Es ist die Nervenhülle, die labil ist – und das hast du erkannt. Die Tatsache, dass du dich nach dem Gespräch mit Leuten schwach fühlst, zeigt, dass der Ursprung des ganzen Kummers eine geschwächte Nervenkraft ist. Du musst sie stark werden lassen. Du solltest es vermeiden, viel mit anderen zu sprechen – du kannst dich auch ausruhen, wenn du die Symptome sehr ausgeprägt fühlst. Die grundlegende Haltung besteht jedoch in Glauben, Ruhe und in Offenheit gegenüber der höheren Kraft.

\*

Ja, ganz eindeutig; die Fähigkeit, „nein“ zu sagen, ist unerlässlich im Leben und noch viel mehr in der Sadhana. Es ist die Fähigkeit der Zurückweisung in der Rede.

\*

Das Denken und Sprechen muss in jeder Hinsicht kontrolliert werden. Rajasische Heftigkeit ist ausgeschlossen, doch ist manchmal eine ruhig kraftvolle Strenge im Denken und Sprechen dort, wo Strenge am Platz ist, unerlässlich.

\*

Die Gewohnheit des Kritisierens – meist ein unkundiges Kritisieren von anderen –, vermischt mit allen möglichen Einbildungen, Rückschlüssen, Übertreibungen, falschen Auslegungen, sogar groben Erfindungen, ist eines der universalen Leiden. Es ist ein Leiden des Vitals, unterstützt vom physischen Mental, das sich zum Handlanger des Vergnügens an dem seichten und schädlichen Treiben des Vitals macht. Wenn die innere Erfahrung eine wahrhaft umwandelnde Auswirkung auf das äußere Leben haben soll, ist es sehr notwendig, die Rede zu überwachen, sowie dieses Leiden und die Gelüste des Vitals zurückzuweisen.

\*

Es ist besser, mit sich selbst strenger zu sein und über andere weder zu sprechen, noch sie aus der Sicht des gewöhnlichen Mentals zu kritisieren. Das ist notwendig, um ein tieferes Bewusstsein und eine tiefere Einstellung zu den Dingen zu entwickeln, wobei man im Schweigen die Bewegungen der Natur in einem selbst und in anderen erkennt und weder



bewegt noch gestört noch oberflächlich interessiert wird, und sich nicht in eine äußerliche Bewegung hineinziehen lässt.

\*

Die Sadhaks des Ashrams sind nicht perfekt – sie haben viele Fehler und falsche Regungen. Das nicht zu erkennen wäre Blindheit; es sollte aber nicht zu einer kritischen oder verächtlichen Haltung gegenüber den Menschen führen – es sollte als das Spiel der Kräfte betrachtet werden, das überwunden werden muss.

\*

Es ist klar ersichtlich, dass dein seelisches Wesen im Inneren erwacht ist – es geht aus dieser inneren Kontrolle hervor, von der du fühlst, wie sie dich erleuchtet und führt, sowie dem Entschluss, den es dich fassen ließ, die Wahrheit zu sprechen.

Die Charakterschwäche, die du erwähnst, ist allgemein und beinahe universal in der menschlichen Natur. Es ist ein sehr allgemeiner Impuls, die Unwahrheit zu sprechen oder mindestens zu übertreiben oder zu untertreiben oder die Wahrheit zu entstellen, um der eigenen Eitelkeit zu schmeicheln, den Vorlieben und Wünschen zu entsprechen, oder um einen Vorteil zu ergattern oder die Erfüllung eines Wunsches zu sichern. Man muss jedoch lernen, nur die Wahrheit zu sprechen, wenn man die Natur wirklich erfolgreich wandeln will.

Sich dessen bewusst zu werden, was in der Natur gewandelt werden muss, ist der erste Schritt zur Wandlung. Diese Dinge müssen jedoch gewandelt werden, ohne dass man verzagt oder denkt „es ist hoffnungslos“ oder „ich kann mich nicht ändern“. Du tust recht daran, darauf zu vertrauen, dass die Wandlung kommen wird. Denn nichts ist unmöglich in der [menschlichen] Natur, wenn die Seele erwacht ist und dich führt und das Bewusstsein und die Kraft der Mutter dahinter stehen und in dir arbeiten. Das ist es, was jetzt geschieht. Sei dessen ganz gewiss, dass alles Nötige getan werden wird.

\*

Nutzlos oder nicht, Unwahrheit sollte vermieden werden.

\*

Wenn du das englische Original<sup>1</sup> von X erhältst, wirst du sehen, dass es vom höchsten Standpunkt aus geschrieben ist. Wenn du ein Instrument der Wahrheit sein willst, musst du immer die Wahrheit und darfst nie etwas Falsches sprechen. Das aber bedeutet nicht, dass du jedermann alles erzählen sollst. Die Wahrheit durch Schweigen oder Zurückweisung des Sprechens zu verbergen ist erlaubt, weil jene, die nicht auf sie vorbereitet sind oder sich ihr entgegenstellen, die Wahrheit missverstehen oder missbrauchen können – sie kann sogar zu einem Ausgangspunkt für Entstellung oder reine Falschheit gemacht werden. Etwas Falsches zu sagen ist dagegen eine andere Sache. Es sollte selbst im Scherz vermieden werden, denn es hat die Tendenz, das Bewusstsein zu senken. Auch der letzte Satz ist vom höchsten Standpunkt aus geschrieben – die Wahrheit, wie man sie mental erkennt, ist nicht genug, denn die Idee des Mentals kann unrichtig oder unzureichend sein –, es ist notwendig, das wahre Wissen im wahren Bewusstsein zu haben.

\*

Warum sollte es eine Lüge sein? Man ist nicht gezwungen, jedermann alles zu erzählen – es würde oft mehr schaden als nützen. Natürlich muss das, was gesagt wird, wahr und darf nicht falsch sein, und es darf niemals eine Absicht der Täuschung bestehen.

\*

„Wie man will“ ist niemals eine Formulierung, die zur Wahrheit führt, sie läuft darauf hinaus, das Vital und sein Begehren zum Maßstab zu erheben oder den Vorlieben des Mentals zu folgen – was sogar in jeder beliebigen mentalen Disziplin als Widerspruch zum eigentlichen Prinzip der Wahrheitssuche betrachtet wird.

\*

Erstens, es besteht ein großer Unterschied darin, etwas als Wahrheit auszugeben, was man für falsch hält oder wovon man weiß, dass es falsch ist, und etwas als Wahrheit auszugeben, was man nach seinem Gewissen für wahr hält, was aber in Wirklichkeit nicht wahr ist. Ersteres richtet sich ganz eindeutig gegen den Geist der Wahrheit, das zweite huldigt ihm. Das erste ist bewusste Falschheit, das zweite schlimmstenfalls ein Irrtum oder Unwissenheit.

Das ist vom praktischen Standpunkt aus betrachtet, die Antwort zum Problem „die Wahrheit zu sprechen“. Vom Standpunkt der höheren Wahrheit aus betrachtet, darf nicht vergessen werden, dass jede Bewusstseinsstufe ihre eigene Norm hat – was für das

---

<sup>1</sup> „Wenn wir einer Falschheit, wie geringfügig auch immer, erlauben, sich durch unseren Mund oder unsere Feder auszudrücken, wie können wir dann darauf hoffen, vollendete Boten der Wahrheit zu werden? Ein vollendeter Diener der Wahrheit sollte sich selbst der geringsten Ungenauigkeit, Übertreibung oder Entstellung enthalten.“ – Die Mutter

Mental Wahrheit ist, mag für ein höheres Bewusstsein nur eine teilweise Wahrheit sein, doch muss das Mental durch diese teilweise Wahrheit hindurch, um die umfassendere und vollendetere Wahrheit dahinter zu erreichen. All das braucht es, um flexibel und offen zu sein, um bereit zu sein, die höhere [Wahrheit], wenn sie kommt, zu erkennen, und es darf sich nicht an die niedrigere klammern, weil sie zu ihm gehört, es darf den vitalen Begierden und Passionen nicht erlauben, es [das Mental] blind zu machen für das Licht oder die Dinge zu verdrehen und zu entstellen. Wenn einmal das höhere Bewusstsein zu wirken beginnt, verringert sich die Schwierigkeit, und es findet ein klarer Fortschritt von der Wahrheit zu einer größeren Wahrheit statt.

\*

Alles was ein wahrheitsliebender Mensch sagt (im Sinne des Nicht-Lügens), braucht sich nicht wirklich zu ereignen. Hierfür muss er die Wahrheit kennen – mit der Wahrheit der Dinge in Berührung sein, nicht nur die Wahrheit sprechen, wie sein Mental sie kennt.

\*

Was die Zurückhaltung anbelangt, so gibt es zwei Arten, die eine, die egoistische, schämt sich, die Wahrheit auszusprechen oder ihr auf eine Weise die Treue zu bekunden, die andere nicht verstehen würden; die andere Art ist eine gewisse Verschlossenheit, ein Abgeneigtsein, die eigenen tieferen Gefühle vor den Augen der anderen zu enthüllen, der Wunsch, die Beziehungen der Liebe zum Göttlichen heilig und geheim zu halten – das ist ein seelisches Gefühl.

## **X.**

Ich glaube nicht, dass die Trance von X irgend etwas mit ihrem schlechten Gesundheitszustand zu tun hat. Es wäre mir völlig neu, dass die Veranlagung zu Trancen dieser Art eine derartige Auswirkung hätte; nur die gewaltsame Unterbrechung einer Trance kann ein ungutes Ergebnis zeitigen, muss aber nicht unbedingt eine Katastrophe hervorrufen. Wenn jedoch das bewusste Wesen den Körper in einer absolut vollständigen Trance verlässt, ist es möglich, dass der Faden, der es mit dem Körper verbindet, abreißt oder von einer feindlichen Kraft zertrennt wird, und es nicht fähig wäre, in sein physisches Gehäuse zurückzukehren. Ganz abgesehen von einer derartig fatalen Möglichkeit, könnte ein Schock entstehen, der eine zeitweilige Störung oder sogar eine gewisse Schädigung hervorrufen könnte; in der Regel jedoch wäre ein Schock die einzige Folge. Die allgemeine Frage ist eine andere. Es besteht seit altersher in vielen Menschen der Glaube, dass die Ausübung des Yoga für die Gesundheit des Körpers schädlich sei und die Neigung zu einer ungünstigen Auswirkung der einen oder anderen Art entstehen lässt und schließlich sogar zu einem vorzeitigen Aufgeben des Körpers führt. Ramakrishna scheint diese Ansicht vertreten zu haben, denn aus seinen Bemerkungen ist zu schließen, dass eine Verbindung zwischen Keshav Sens Fortschritt in der Spiritualität und der Krankheit bestand, die seine Gesundheit allmählich zerrüttete – das eine war das Ergebnis, das wünschenswerte Ergebnis des anderen, eine Befreiung und Erlösung vom

Leben dieser Welt, *mukti*. Das mag oder mag nicht so sein; es fällt mir jedoch schwer zu glauben, dass Krankheit und Verfall des Körpers das natürliche und übliche Ergebnis der Ausübung des Yoga sind oder dass diese Ausübung die Ursache einer unumgänglichen Zerrüttung der Gesundheit oder am Ende einer Krankheit ist, die zur Auflösung des Körpers führt. Wie wollen wir diese Annahme begründen oder beweisen, dass Nicht-Yogis an ihren Gebrechen leiden und aufgrund der Störungen in ihrer Natur sterben, während die Yogis an ihrem Yoga sterben? Wenn nicht eine unmittelbare Verbindung zwischen ihrem Tod und der Ausübung ihres Yoga bewiesen werden kann – und dies wäre nur in besonderen Fällen mit einiger Gewissheit möglich, nicht aber mit absoluter Gewissheit –, gibt es keinen Grund, an einen derartigen Unterschied zu glauben. Es ist vernünftiger anzunehmen, dass sowohl Yogis als auch Nicht-Yogis an natürlichen Ursachen und nach dem selben Gesetz der Natur erkranken und sterben; man könnte sogar die Ansicht weiterführen, dass – da die Yoga-Shakti ihnen zur Verfügung steht, sofern sie sich ihrer bedienen wollen – die Yogis nicht wegen, sondern trotz ihres Yoga erkranken und sterben. Ich glaube jedenfalls nicht, dass Ramakrishna (oder irgendein anderer Yogi) aufgrund seiner Trancen erkrankte; nichts weist darauf hin, dass er jemals nach einer Trance auf solche Weise gelitten hat. Ich glaube, irgendwo steht es, oder er sagte es selbst, dass das Krebsgeschwür seines Halses, an dem er [später] starb, dadurch entstanden sei, dass er die Sünden seiner Jünger und jener, die ihm nahestanden, hinunterschluckte; auch das ist möglich oder nicht möglich, doch handelt es sich um seinen eigenen speziellen Fall. Es ist zweifellos möglich, die Krankheiten der anderen auf sich zu ziehen und es sogar bewusst zu tun – der Fall des Griechenkönigs Antigonus und seines Sohnes Dimitrius ist ein berühmtes historisches Beispiel dafür; auch Yogis tun dies manchmal; oder aber die feindlichen Kräfte überfallen den Yogi mit Krankheiten und benützen die Menschen um ihn herum als Pforte oder Durchlass oder die bösen Wünsche der Menschen als eine instrumentale Kraft. Aber all dies sind spezielle Umstände, die ohne Zweifel mit seiner [des Yogis persönlicher] Ausübung des Yoga verbunden sind; dadurch wird aber die allgemeine Behauptung nicht zur absoluten Regel erhoben. Eine Neigung, wie sie bei X bestand, den Tod als Erlösung zu wünschen oder willkommen zu heißen oder zu akzeptieren, könnte aufgrund ihres [X] fortgeschrittenen spirituellen Bewusstseins eine Kraft haben, welche gewöhnlichen Menschen nicht zur Verfügung steht. Andererseits gibt es eine gegenteilige Anwendung und Konsequenz des yogischen Bewusstseins: eine Krankheit kann vom eigenen Körper abgewiesen, oder sie kann geheilt werden, selbst chronische oder tief verwurzelte Krankheiten und seit langem bestehende konstitutionelle Mängel können geheilt oder beseitigt und sogar ein vorherbestimmter Tod auf lange Zeit hinausgeschoben werden. Narayan Jyotishi, ein Astrologe aus Kalkutta, der damals nicht wusste, wer ich bin – in jener Zeit bevor mein Name politisch bekannt wurde –, sagte meinen Kampf mit den Mlechchha-Feinden sowie die drei folgenden Prozesse gegen mich und meine drei Freisprüche voraus, des weiteren, dass, obwohl mein Tod gemäß meinem Horoskop im Alter von 63 Jahren festläge, ich mein Leben durch yogische Kraft wesentlich verlängern und ein volles hohes Alter erreichen würde. Tatsächlich habe ich mich durch yogischen Druck von einer Anzahl chronischer Krankheiten befreit, die sich in meinem Körper festgesetzt hatten. Aber keines dieser Beispiele, weder die positiven noch die negativen, kann zu einer Regel erhoben werden; die Neigung des menschlichen Verstandes, die Relativität dieser Dinge in etwas Absolutes zu wandeln, ist nicht Rechtens. Abschließend kann zu den Trancen von X gesagt werden, dass sie im allgemeinen von der üblichen *savikalpa*-Art [eine

Trance mit Gestaltungen und Bewegungen des Bewusstseins] sind und für alle Arten von Erfahrungen öffnen; die großen, bleibenden Verwirklichungen im Yoga kommen jedoch meist nicht in der Trance, sondern durch eine beharrliche, wache Sadhana. Das gleiche kann von der Aufhebung der Bindungen gesagt werden; von einigen kann man sich manchmal durch eine Erfahrung in Trance befreien, häufiger aber hat es durch ein beharrliches Bemühen in der Sadhana des Wachbewusstseins zu geschehen.

\*

Hege vor allem nicht die Vorstellung, einen untauglichen Körper zu besitzen – alle Suggestionen dieser Art sind eine subtile Attacke auf den Willen zur *siddhi* und besonders gefährlich in physischen Dingen. Sie trat bei verschiedenen Menschen, die den Yoga ausüben, zutage, und das erste ist, sie mit Stumpf und Stiel auszurotten. Der Anschein und die Tatsachen mögen alle dafür sprechen, aber die erste Voraussetzung für den Erfolg des Yogi und in Wirklichkeit für jeden, der etwas Großes und Ungewöhnliches erreichen will, ist, über den Tatsachen zu stehen und äußeren Erscheinungen nicht zu trauen. Setze deinen Willen ein, von der Krankheit frei zu sein, selbst wenn sie in ihren Attacken noch so schrecklich, vielfältig oder beharrlich ist, und weise alle gegensätzlichen Suggestionen zurück.

\*

Alle Krankheiten werden offensichtlich durch die unvollkommene Natur des Körpers und die physische Natur ausgelöst. Der Körper kann nur dann immun sein, wenn er dem höheren Bewusstsein gegenüber offen ist und dieses in ihn herabkommen kann. Bis dahin ist das, was er [der die Anfrage stellte] schreibt, die beste Lösung – wenn er zudem die Yoga-Kraft herbeirufen kann, damit sie ihn von der Krankheit befreit, ist das die machtvollste Hilfe, die möglich ist.

\*

Der menschliche Körper hatte schon immer die Gewohnheit, auf alle Kräfte zu reagieren, die seiner habhaft geworden sind, und Krankheit ist der Preis, den er für seine Trägheit und Unwissenheit zahlt. Er hat zu lernen, allein auf die eine Kraft zu reagieren, aber das zu erkennen, ist nicht leicht.

\*

Anfälle von Krankheit sind Angriffe der niederen Natur oder feindlicher Kräfte, die sich eine gewisse Schwäche, ein Offensein oder eine Empfänglichkeit in der [menschlichen] Natur zunutze machen, und sie kommen wie alle anderen Dinge, die auftauchen und abgewiesen werden müssen, von außerhalb. Wenn man sie kommen fühlt und die Stärke

und Gewohnheit erlangt, sie vor ihrem Eindringen in den Körper abzuweisen, kann man von der Krankheit verschont bleiben. Selbst wenn die Attacke von innen aufzusteigen scheint, bedeutet das lediglich, dass sie vor ihrem Eindringen in das Unterbewusste nicht wahrgenommen wurde; wenn sie einmal in das Unterbewusste eingedrungen ist, wird sie dort durch die Kraft, durch die sie kam, früher oder später wachgerufen und dringt in das Körper-System ein. Wenn du sie unmittelbar nach ihrem Eindringen fühlst, so deshalb, weil sie direkt und nicht über das Unterbewusste in dich eingedrungen ist, du sie aber nicht entdecken konntest, solange sie sich noch außerhalb befand. Sehr häufig kommt sie auf diese Weise frontal und noch häufiger sprunghaft direkt von der Seite und erzwingt sich einen Weg durch die feinstoffliche vitale Hülle, unserem hauptsächlichen Abwehrpanzer; doch kann sie an dieser Stelle gestoppt werden, bevor sie in den stofflichen Körper eindringt. Dann kann man zwar eine Auswirkung spüren, zum Beispiel Fieberhaftigkeit oder einen Hang zur Erkältung, das volle Eindringen der Krankheit jedoch hat nicht stattgefunden. Wenn sie früher aufgehalten werden kann, oder wenn die vitale Hülle als solche widersteht und stark, kraftvoll und intakt bleibt, entsteht keine Krankheit; die Attacke zeigt keine physische Auswirkung und hinterlässt keine Spuren.

\*

Alle Krankheiten durchdringen die nervliche oder vital-physische Hülle des subtilen Bewusstseins und feinstofflichen Körpers, bevor sie in das Physische eintreten. Wenn man sich des feinstofflichen Körpers bewusst ist oder über das subtile Bewusstsein verfügt, kann man eine Krankheit auf ihrem Weg anhalten und daran hindern, in den physischen Körper einzudringen. Sie kann aber auch kommen, ohne dass man es bemerkt, während des Schlafes oder über das Unterbewusste oder in einem plötzlichen Anflug, wenn man nicht auf der Hut ist; dann bleibt nichts anderes übrig, als sie durch die Macht zu bekämpfen, die man bereits über den Körper gewonnen hat. Die Selbst-Verteidigung durch diese inneren Mittel kann so stark werden, dass der Körper praktisch immun wird, wie viele Yogis es sind. Dennoch ist dieses „praktisch“ nicht gleichbedeutend mit „absolut“. Die absolute Immunität kann nur mit der supramentalen Wandlung eintreten. Denn unterhalb des Supramentals ist sie das Ergebnis des Wirkens einer Kraft unter vielen Kräften, das durch eine Störung des erlangten Gleichgewichtes beeinträchtigt werden kann – im Supramental ist sie ein Gesetz der Natur; in einem supramentalisierten Körper wäre Immunität gegen Krankheit etwas Selbstbestehendes, das seiner neuen Natur innewohnt.

Es besteht ein Unterschied zwischen der yogischen Kraft auf den mentalen und darunterliegenden Ebenen und der supramentalen Natur. Was durch Yoga-Kraft im Mental- und Körperbewusstsein erlangt und bewahrt wird, wohnt dem Supramental von allein in ne und braucht nicht erreicht zu werden, sondern ist naturgegeben – es ist selbstbestehend und absolut.

\*

Das ist die Art, wie Krankheiten versuchen, von einer Person auf eine andere überzugehen – sie greifen durch eine Suggestion wie diese oder sonst wie das

Nervenwesen an und versuchen einzudringen. Auch wenn die Krankheit nicht ansteckend ist, geschieht das häufig auf diese Weise, leichter jedoch bei ansteckenden Krankheiten. Die Suggestion oder der Anflug muss sofort abgeschüttelt werden.

Der Körper ist von einem gewissen Schutz umgeben, den wir die Nervenhülle nennen; wenn diese stark bleibt und der Kraft der Krankheit den Eintritt verwehrt, kann man selbst inmitten von Pest oder anderen Epidemien gesund bleiben; wenn aber die Hülle durchstoßen oder schwach wird, kann die Krankheit eindringen.

Was angegriffen wurde, war in Wirklichkeit nicht der physische Körper, sondern diese Nervenhülle und der Nervenkörper (*prāṇakoṣa*), welche eine Ausdehnung oder Umhüllung [des physischen Körpers] darstellen.

\*

Sie [die feinen Kräfte der Krankheit] schwächen zuerst die Nervenhülle oder Aura oder durchbrechen sie. Wenn sie stark und heil ist, können viele Millionen Krankheitserreger nichts gegen dich ausrichten. Sobald die Hülle durchbrochen ist, greifen sie das unterbewusste Mental im Körper an, manchmal auch das vitale Mental oder das eigentliche Mental – sie bereiten die Krankheit durch Furcht vor oder indem man an sie denkt. Selbst die Ärzte sagen, dass bei Influenza oder Cholera im Fernen Osten 90% der Fälle aufgrund von Furcht erkranken. Nichts unterhöhlt den Widerstand so sehr wie die Furcht. Aber dennoch spielt das Unterbewusstsein [bei der Auslösung der Krankheit] die Hauptrolle.

Wenn die Gegenkraft im Körper stark ist, kann man sich inmitten von Pest und Cholera umherbewegen und wird nicht angesteckt.

\*

Physische Leiden werden durch die Attacken der Kräfte der Unwissenheit ausgelöst. Man kann sie aber zu einem Hilfsmittel der Läuterung machen, wenn man weiß, wie es zu geschehen hat. Es gibt jedoch bessere und weniger schwierige Mittel der Läuterung.

\*

Deine Krankheits-Theorie beruht auf einer ziemlich gefährlichen Überzeugung – denn Krankheit ist etwas, das zu eliminieren und nicht zu akzeptieren oder zu genießen ist. Etwas ist im Wesen, das die Krankheit genießt, und es ist sogar möglich, die Schmerzen einer Krankheit – wie jeden anderen Schmerz – in eine Form des Vergnügens zu wandeln; denn sowohl Schmerz als auch Vergnügen sind eine Degradierung eines ursprünglichen Anandas und gegenseitig austauschbar oder können in ihr ursprüngliches Prinzip des Anandas sublimiert werden. Es ist ebenso wahr, dass man fähig sein muss, die Krankheit mit Ruhe, Gleichmut und Geduld zu ertragen, da sie als etwas aufgetreten ist, das man im Laufe der Erfahrung zu bewältigen hat. Wenn man sie aber akzeptiert und genießt, trägt das zu ihrer Fortdauer bei, und das ist nicht richtig; denn Krankheit ist eine

Entstellung der physischen Natur, genauso wie Wollust, Ärger, Eifersucht usw. Entartungen der vitalen Natur sind, während Irrtum, Vorurteil und Nachgiebigkeit gegenüber der Falschheit Entartungen der mentalen Natur sind. Alle diese Dinge müssen ausgemerzt werden, und Zurückweisung ist die erste Voraussetzung für ihr Verschwinden – sie jedoch zu akzeptieren hat die völlig gegenteilige Wirkung.

\*

Es war das Mental, dass sie [die Krankheit] nicht wollte; dieses Vital [das vitale Physische], wenn es sich selbst überlassen ist, wünscht sich häufig die Krankheit, findet sie spannend und glaubt, dass es durch sie für andere interessant würde, gibt sich auch gern dem **tamas** hin, usw. usw.

\*

Auch das [die fortwährende Schwäche des Körpers] ist **tamas**. Wenn du die Idee der Schwäche abschütteln würdest, könnte die Stärke zurückkehren. Es besteht jedoch immer etwas im vitalen Physischen, dem es gefällt, schwächer und krank zu werden, so dass es die Tragik seines Falles fühlen und beklagen kann.

\*

Mit dem Willen zur Krankheit meinte ich, dass etwas im Körper sei, das in die Krankheit einwilligt und auf eine bestimmte Weise reagiert, so dass diese Einwilligung wirksam wird – daher muss immer ein Wille in den bewussten Teilen des Wesens herrschen, der dem entgegenwirkt, damit man sich von dieser höchst physischen Bereitwilligkeit befreien kann.

\*

Was ich meinte war, dass das Körperbewusstsein aufgrund einer alten Gewohnheit des Bewusstseins die Kraft der Krankheit zulässt und die Erfahrungen durchläuft, die damit verbunden sind – zum Beispiel eine Ansammlung von Schleim in der Brust und das Gefühl des Erstickens oder Schwierigkeiten beim Atmen, usw. Um sich davon zu befreien, muss man im Körper selbst einen Willen und ein Bewusstsein wachrufen, die nicht zulassen, dass sich diese Dinge ihm aufdrängen. Das aber zu erreichen und mehr noch, es vollständig zu erreichen, ist schwierig. Ein Schritt darauf zu ist, das innere Bewusstsein vom Körper zu trennen – zu fühlen, dass nicht du es bist, der krank ist, sondern nur, dass im Körper etwas geschieht, das auf dein Bewusstsein einwirkt. Dann ist es möglich, dieses gesonderte Körperbewusstsein zu erkennen – was es fühlt, wie es auf Dinge reagiert und wie es arbeitet. Man kann dann darauf einwirken, um sein Bewusstsein und seine Reaktionen zu wandeln.

\*



Je mehr sich das Körperbewusstsein der [Yoga-] Kraft öffnet (sein gänzlich Offensein ist immer das schwierigste und letzte), desto geringer wird diese wiederholte Belastung durch die Krankheit, so dass sie [schließlich] verschwindet.

\*

Jede Krankheit wird durch eine gewisse Trägheit oder Schwäche oder durch einen Widerstand oder eine falsche Bewegung ausgelöst – sie ist jedoch manchmal von mehr physischer und manchmal von mehr psychologischer Art. Medikamente können die physischen Folgen bekämpfen.

\*

Eine Krankheit deutet auf eine Unvollkommenheit oder Schwäche hin oder auf ein Offensein gegenüber feindlichen Kontakten in der physischen Natur, und oft ist sie auch mit Dunkelheit oder Disharmonie im niederen Vital, im physischen Mental oder sonst wo verbunden.

Es ist sehr gut, wenn man sich von der Krankheit völlig durch den Glauben und die Yoga-Macht oder das Einströmen der Göttlichen Kraft befreien kann. Sehr oft aber ist dies nicht völlig möglich, weil nicht die ganze Natur offen oder weil sie unfähig ist, auf die Kraft zu reagieren. Das Mental mag Glauben haben und darauf ansprechen, doch können das niedere Vital und der Körper vielleicht nicht Schritt halten. Oder wenn das Mental und Vital bereit sind, mag der Körper nicht reagieren oder nur teilweise, da er die Gewohnheit hat, auf Kräfte anzusprechen, die eine bestimmte Krankheit hervorrufen – und Gewohnheit ist eine sehr beharrliche Kraft im stofflichen Teil der Natur. In solchen Fällen kann man auf die Anwendung ärztlicher Mittel zurückgreifen – nicht als hauptsächlichstes Mittel, sondern als Hilfe oder stoffliche Stütze für das Wirken der [Yoga-] Kraft. Keine starken und gewaltsamen Arzneien, sondern solche, die zuträglich sind und den Körper nicht stören.

\*

Ja, wenn du Glauben hast und dich öffnen kannst, sind Medikamente nicht unerlässlich.

\*

Die Mutter erteilte X diesen Rat mehr für die Zeitspanne seines Aufenthaltes im Ashram und nicht als absolute Regel für die Zukunft. Wenn ein Sadhak die [Yoga-] Kraft zu seiner Heilung herabrufen kann, ohne die Notwendigkeit einer medizinischen Behandlung, so ist das immer das beste; es ist aber nicht immer möglich, solange nicht das ganze Bewusstsein, das mentale, vitale und physische bis hinab zum ganz Unterbewussten, offen und erwacht ist. Es schadet nichts, wenn ein Sadhak seinen Beruf

als Arzt weiterhin ausübt und seine medizinischen Kenntnisse verwertet; er sollte es jedoch im Vertrauen auf die Göttliche Gnade und den Göttlichen Willen tun; wenn er eine wahre Inspiration empfangen kann, die seine wissenschaftlichen Kenntnisse unterstützt, desto besser. Kein Arzt vermag alle Fälle zu kurieren. Es liegt an dir, dein Bestes zu tun und ein bestmögliches Ergebnis zu erzielen.

\*

Ja sicher, man kann von innen auf eine Krankheit einwirken und sie heilen. Es ist nur nicht immer einfach, weil in der Materie viel Widerstand vorhanden ist, ein Widerstand der Trägheit. Unermüdliche Beharrlichkeit ist notwendig; anfangs kann es durchaus misslingen; oder die Symptome [der Krankheit] können sogar zunehmen, langsam aber wächst die Fähigkeit, den Körper oder eine bestimmte Krankheit zu kontrollieren. Ich wiederhole: die Heilung eines gelegentlichen Anfalls von Krankheit durch innere Mittel ist verhältnismäßig einfach, aber den Körper für die Zukunft dagegen zu immunisieren ist schwieriger. Eine chronische Krankheit zu behandeln ist schwerer, und sie verschwindet zögernder als eine gelegentliche Störung des Körper-Systems. Solange die Kontrolle über den Körper noch nicht vollkommen ist, gibt es all diese und andere Mängel und Schwierigkeiten im Gebrauch der inneren Kraft.

Wenn du durch das innere Wirken eine Verschlimmerung verhindern kannst, bedeutet das allein schon etwas; dann musst du mit Hilfe von *abhyāsa* die [Yoga-] Macht stärken, bis sie zu heilen vermag. Denke daran, dass eine Unterstützung durch physische Mittel nicht völlig zurückzuweisen ist, solange du noch nicht ganz über die [Yoga-] Macht verfügst.

\*

Löse dich los von der ganzen Sache und rufe zu ihrer Heilung nach der Kraft der Mutter – oder aber gebrauche mit der Hilfe der Mutter hinter dir deine Willenskraft mit dem Glauben an die [Göttliche] Macht, die heilt. Wenn du keine dieser Methoden anwenden kannst, musst du dich auf die Wirkung der Arzneien verlassen.

\*

Wenn eine Krankheit im Körper entsteht und chronisch wird, ist häufig die ärztliche Behandlung unumgänglich und dient dann zur Unterstützung der Kraft. X verlässt sich bei seiner Behandlung nicht allein auf Arzneien, sondern gebraucht sie als ein Instrument für die Kraft der Mutter.

\*

Arzneien sind ein *pis aller* [eine Notlösung] – sie müssen dann angewendet werden, wenn etwas im Bewusstsein nicht oder nur oberflächlich auf die Kraft reagiert. Sehr oft ist es ein Teil des stofflichen Bewusstseins, der nicht empfangsbereit ist, ein andermal ist es das Unterbewusste, das im Wege steht, auch wenn das gesamte Wachmental, das Leben und das Physische dem befreienden Einfluss zustimmen. Wenn auch das Unterbewusste anspricht, kann bereits eine leichte Berührung durch die Kraft die jeweilige Krankheit nicht nur heilen, sondern auch diese Form und Art der Krankheit für die Zukunft ausschließen.

\*

Wenn hinter einer Krankheit eine starke Kraft des Widerstandes steht oder wenn sich in ihr etwas verbirgt, kann es unter dem Druck [der Yoga-Kraft] hervortreten. Es gibt jedoch keine starre Regel. Häufig wirkt die Kraft unmittelbar und ohne Gegenreaktionen, oder sie ruft eine Schwankung hervor, aber nicht eine Verschlimmerung oder Zunahme der Krankheit.

\*

Suggestionen, die eine Krankheit oder ungesunde Verfassung des physischen Wesens hervorrufen, treten im allgemeinen über das Unterbewusste auf – denn ein großer Teil des physischen Wesens, der stofflichste Teil, ist unterbewusst; das heißt, er hat ein eigenes, dunkles Bewusstsein, und zwar so dunkel und in sich selbst eingeschlossen, dass das Mental von seinen Bewegungen oder dem, was dort vorgeht, nichts weiß. Immerhin ist es ein Bewusstsein und kann Suggestionen von äußeren Kräften empfangen, genauso wie das Mental und Vital. Wäre das nicht der Fall, könnte es für die [Yoga-] Kraft weder geöffnet noch durch diese Kraft geheilt werden, und ohne dieses Bewusstsein wäre es [das physische Wesen] nicht fähig zu reagieren. In Europa und Amerika wird diese Tatsache jetzt von vielen Menschen erkannt, die ihre Krankheit in der Weise behandeln, dass sie auf den Körper durch bewusste mentale Suggestionen einwirken, welche den dunklen, geheimen Suggestionen der Krankheit im Unterbewussten entgegenwirken. Ein berühmter französischer Arzt kurierte Tausende von Menschen, indem er sie veranlasste, auf den Körper ständig solche Gegensuggestionen einwirken zu lassen. Das beweist, dass Krankheit nicht nur rein stoffliche Ursachen hat, sondern durch eine Störung des verborgenen Bewusstseins im Körper ausgelöst wird.

Ruhig und schweigend zu ertragen und das Vital zur Ruhe zu bringen, hilft tatsächlich von der Reaktion des Leides zu befreien; dies sollte aber gleichzeitig der Mutter dargebracht werden. Denn es ist nicht genug, die Mutter von innen her zu kennen; man muss sich ihr preisgeben und überlassen, damit die Reaktion verschwinden möge.

\*

Morphium betäubt örtlich und anderweitig das Bewusstsein sowie seine Reaktion auf den unterbewussten Druck und hebt auf diese Weise den Schmerz auf oder dämpft ihn. Selbst

das ist nicht immer der Fall – X erhielt hintereinander fünf Morphium-Injektionen, ohne dass die Schmerzen seiner Leber-Entzündung auch nur gelindert wurden. Was geschah in diesem Fall mit der Macht der Droge über das Unterbewusste? Der Widerstand war einfach zu stark, genauso wie der Widerstand des Unterbewusstseins von Y gegen die [Yoga-] Kraft.

In sehr ähnlicher Weise wurden Coués Patienten durch sein Suggestions-System geheilt, nur dass statt eines physischen ein mentales Mittel angewendet wurde. Das Körper-Bewusstsein reagiert auf die Suggestion der Arznei, und man wird für eine bestimmte Zeit geheilt – oder es reagiert nicht, und es gibt keine Heilung. Wie ist es möglich, dass die gleiche Arznei für die gleiche Krankheit bei dem einen Menschen zum Erfolg führt und bei einem anderen nicht, oder das eine Mal bei einem Menschen eine Wirkung hat und später gar nicht mehr? Die völlige Heilung einer Krankheit, so dass sie nicht mehr zurückkehren kann, hängt davon ab, inwieweit man das Mental-, das Vital- und das Körper-Bewusstsein von der psychologischen Reaktion auf die Kraft, welche die Krankheit herbeiführt, befreien kann. Manchmal geschieht es durch eine Art Befehl von oben (wenn das Bewusstsein bereit ist, es kann aber nicht immer so geschehen). Die volle Immunität gegen jede Krankheit, auf die unser Yoga abzielt, kann nur durch eine totale und andauernde Erleuchtung von oben kommen, die auf den unteren Wesensteil einwirkt, was zur Folge hat, dass die psychologischen Wurzeln der Krankheit beseitigt werden – anders kann es nicht geschehen.

\*

Warum machen die Menschen solche Vorhersagen? Beeinflussungen dieser Art sollten niemals stattfinden, nicht einmal mentale – sie könnten wie Suggestionen wirken und mehr Schaden anrichten, als Arzneien Gutes tun können.

Über Vorhersagen dieser Art sollte man nicht leichtfertig denken oder sprechen, besonders wenn sie die Mutter betreffen – in anderen Fällen, selbst wenn eine Möglichkeit oder Wahrscheinlichkeit [ihrer Richtigkeit] besteht, sollten sie vor der betreffenden Person geheimgehalten werden – außer es bestünde die Notwendigkeit einer Mitteilung. Der Grund hierfür ist der, dass der Bewusstseinszustand und die Suggestion bei der Krankheit eine große Rolle spielen.

\*

Das Gefühl, krank zu sein, ist zuerst nur eine Suggestion; sie wird zur Realität, weil dein physisches Bewusstsein sie akzeptiert. Es ist wie eine falsche Suggestion im Mental – akzeptiert das Mental, dann wird es umwölkt und verwirrt, und es muss sich in die Harmonie und Klarheit zurückkämpfen. Genauso ist es mit dem Körperbewusstsein und der Krankheit. Du darfst sie nicht akzeptieren, sondern musst sie mit Hilfe deines physischen Mentals zurückweisen und damit dem Körperbewusstsein helfen, sich von der Suggestion zu befreien. Stelle, wenn notwendig, eine Gegensuggestion auf: „Nein, ich werde gesund sein; alles ist mit mir in Ordnung und wird es auch weiterhin sein“. Rufe auf jeden Fall die Kraft der Mutter, damit sie diese Suggestionen sowie die Krankheit, die sie mit sich bringt, hinausstoße.

\*

Mit Suggestionen meine ich nicht nur Gedanken und Worte. Wenn der Hypnotiseur sagt „schlafe“, dann ist das eine Suggestion; wenn er aber nichts sagt, sondern nur seinen schweigenden Willen einsetzt, um Schlaf zu vermitteln, oder mit seinen Händen über dem Gesicht Bewegungen ausführt, dann ist das auch eine Suggestion.

Wenn eine Kraft oder die Vibration einer Krankheit in dich eindringt, wird dem Körper diese Suggestion übermittelt. Eine Welle dringt in den Körper ein und mit ihr eine bestimmte Vibration; der Körper erinnert sich der „Erkältung“ oder fühlt die Vibration einer Erkältung und beginnt zu husten, zu niesen oder zu frösteln; die Suggestion tritt in das Mental ein in der Form „ich bin schwach, ich fühle mich nicht wohl, ich bekomme eine Erkältung“.

Feindlich bedeutet hier, feindlich gegenüber dem Yoga. Eine Krankheit, die im gewöhnlichen Verlauf als Ergebnis physischer Ursachen entsteht – auch wenn feindliche universale Kräfte die primäre Ursache sind –, ist eine gewöhnliche Krankheit. Wenn eine Krankheit von Kräften verursacht wird, die dem Yoga feindlich gegenüberstehen, um das Körpersystem in Unordnung zu bringen sowie den Fortschritt zu verhindern oder zu stören – ohne jeden hinreichenden physischen Grund –, dann handelt es sich um eine feindliche Attacke. Sie kann den Anschein einer Erkältung oder einer anderen Krankheit haben, doch für das Auge, welches das Wirken der Kräfte erkennt und nicht nur die äußeren Symptome oder Folgen sieht, ist der Unterschied klar.

\*

Die Suggestion von Schwäche dringt in den unterbewussten Teil des Körperbewusstseins ein und wird daher vom Mental meistens nicht wahrgenommen. Wenn der Körper selbst wirklich bewusst wäre, könnten die Suggestionen rechtzeitig entdeckt und abgeschüttelt werden, bevor sie eine Wirkung auslösen. Auch würde die Zurückweisung durch das zentrale Bewusstsein von einer bewussten Zurückweisung im Körper unterstützt werden und damit unmittelbarer und rascher wirken.

\*

Eine Suggestion ist nicht ein eigener Gedanke oder ein eigenes Gefühl, sondern ein Gedanke oder ein Gefühl, das von außen kommt, von anderen, aus der allgemeinen Atmosphäre oder der äußeren Natur – wenn sie angenommen werden, klammern sie sich an dem Wesen fest, wirken auf es ein und werden für den eigenen Gedanken, das eigene Gefühl gehalten. Wenn sie als Suggestion erkannt werden, kann man sich leichter von ihnen befreien. Dieses Gefühl des Zweifels, des mangelnden Selbstvertrauens und der Hoffnungslosigkeit hinsichtlich der eigenen Person ist etwas, das in der Atmosphäre umherwandert und versucht, in die Menschen einzudringen und angenommen zu werden; ich möchte, dass du es zurückweist, denn es verursacht nicht nur Störung und Niedergeschlagenheit, sondern steht der Wiederherstellung der Gesundheit und der Rückkehr zur inneren Aktivität der Sadhana im Weg.

Was die medizinische Behandlung anbelangt, so ist sie manchmal unumgänglich. Wenn man durch die [Yoga-] Kraft zu heilen vermag, wie du es oft getan hast, ist es das beste – wenn aber der Körper aus irgendeinem Grund nicht fähig ist, auf diese Kraft zu

reagieren (zum Beispiel aufgrund von Zweifel, Abgespanntheit, Entmutigung oder aus Unvermögen, der Krankheit zu widerstehen), wird die Unterstützung durch eine medizinische Behandlung notwendig. Es ist aber nicht so, dass die Yoga-Kraft deshalb zu wirken aufhören und alles dem Medikament überlassen würde – sie wirkt weiterhin über das Bewusstsein, nimmt aber die [medizinische] Behandlung zu Hilfe, um so dem Widerstand im Körper direkt zu begegnen, da der Körper in seinem gewöhnlichen Bewusstsein bereitwilliger auf physische Mittel reagiert.

\*

Das sind die Wogen der feindlichen Kraft, die jeden zu erreichen versuchen. Wenn du eine Attacke dieser Art fühlst, musst du erkennen, dass sie von außen zu dir kommt und einen schwachen Punkt in dir berührt; und du musst so ruhig bleiben, wie du nur irgend kannst, musst sie zurückweisen und dich [der Yoga-Kraft] öffnen. Aus dem, was du schreibst, nehme ich an, dass es das physische und vital-physische Bewusstsein war, das [durch die Attacke] ruhelos wurde und dazu neigte zu revoltieren, und dass nicht die Gesamtheit deines Bewusstseins erfasst wurde. Wenn du sie, sobald sie kommt, auf diese Weise beschränken kannst, wenn du im Mental und Herzen ruhig bleibst und sie zurückweist, wird es nicht so schwierig sein, sie abzuschütteln. Der Friede und die Kraft müssen in diesen vital-physischen Nervenanteil und in den ganzen Körper herabgerufen werden, bis du fühlst, dass die Atmosphäre und Kraft [des Yoga] dich durchdringen und deinen ganzen Körper erfüllen und nicht nur über dir sind oder dich umgeben. Wenn du immer noch Schwierigkeiten hast, so deshalb, weil das Nervenwesen daran gewöhnt war zu reagieren und hier eine gewisse Schwäche besteht; halte jedoch durch, stimme nicht dem Eindringen der alten Kräfte zu. Die Gewohnheit wird sich abschwächen und verschwinden, und die wahre Kraft, die vom Körper Besitz ergriffen hat, wird die Schwäche auflösen.

\*

Es ist das rohe Vital-Physische, das auf diese Weise zu dir zurückkehrt, und diese Wiederkehr muss die Ursache all deiner Gefühle von Krankheit, Schwäche und *tamas* sein. Eine Läuterung dieses Teils durch das Herabkommen des höheren Bewusstseins in ihn ist eine dringende Notwendigkeit in deiner Sadhana.

\*

Es gibt zwei Orte, auf die sich das rohe Vital-Physische zurückziehen kann – das unterbewusste Vital unten oder das dich umgebende Bewusstsein. Wenn es das erstere ist, wallt es bei seiner Rückkehr von unten nach oben auf, wenn es das letztere ist, nähert es sich von außen und dringt ein.

\*

Diese Dinge bestanden lange Zeit heftig und hartnäckig in dir, und du hast sie gewähren lassen. Daher erwuchs ihnen große Kraft zur Wiederkehr, selbst nachdem du begonnen hattest, sie zurückzuweisen, und zwar erstens aufgrund der Gewohnheit, zweitens, weil sie glaubten, sie hätten nun ein Recht über dich erworben, und drittens, weil sich die Gewohnheit, ihnen zuzustimmen und passiv auf sie zu reagieren oder sie zu dulden, deinem physischen Bewusstsein eingeprägt hatte. Dieses physische Bewusstsein ist bis jetzt noch nicht befreit, es hat noch nicht begonnen, für die höhere Kraft ebenso empfänglich zu sein wie das Vital, und kann daher dem Eindringen dieser Dinge [von denen oben die Rede ist] keinen Widerstand entgegensetzen. Daher ziehen sich diese Kräfte, nachdem sie hinausgeworfen wurden, in das dich umgebende Bewusstsein zurück, bleiben dort verborgen und ergreifen jede Gelegenheit, um die Zentren, die daran gewöhnt waren, sie zu akzeptieren (äußeres Mental und äußeres Emotional), anzugreifen und in sie einzudringen. Das erfahren die meisten Sadhaks. Zwei Dinge sind erforderlich: (1.) das Physische voll den höheren Kräften zu öffnen, (2.) jenes Stadium zu erreichen, in dem die [Gegen-] Kräfte, selbst wenn sie angreifen, nicht voll eindringen können, weil das innere Wesen ruhig und frei bleibt. Dann wirst du [von diesen Dingen], selbst wenn noch eine Schwierigkeit an der Oberfläche besteht, nicht mehr überwältigt werden.

\*

Alle diese Suggestionen, die auf dich eindringen, waren natürlich ein Teil der Attacke auf das physische Bewusstsein – die Attacke auf den Körper hat den Zweck, diese Ideen entstehen zu lassen, und die Ideen haben den Zweck, die Erholung des Körpers zu erschweren. In einem gewissen Stadium [der Sadhana] befallen schwere Attacken den Körper deshalb, weil es für die Gegenkräfte schwieriger geworden ist, das Mental und Vital aus der Fassung zu bringen – daher überfallen sie das Physische in der Hoffnung zum Ziele zu kommen, weil es anfälliger ist. Die Sensibilität des Körpers gegenüber Attacken ist aber kein Beweis für Unfähigkeit [zur Sadhana], genauso wie die feinere Sensibilität des Mentals und Vitals gegenüber Attacken kein Beweis dafür war – es kann zur rechten Zeit überwunden werden. Was die Gefühle hinsichtlich der Mutter und [die Vorstellung] anbelangt, dass ihre Liebe nur gegen eine Rückerstattung in Arbeit erhältlich oder für jene bestimmt sei, die die Sadhana vorbildlich ausüben können, so ist das die übliche unsinnige Idee des vital-physischen Mentals, die keine Bedeutung hat.

Auf den Körper zu achten, um ihn gesund zu erhalten, ist keineswegs falsch, und wenn die Leber nicht in Ordnung ist, war der Instinkt richtig, zu süßes, zu fettes oder zu schweres Essen zurückzuweisen. Die Mutter hat weder etwas dagegen, dass du, solange die Krankheit anhält, keinen *dal* [ein Gericht aus Hülsenfrüchten] isst, noch hat sie darauf bestanden, dass du überhaupt *dal* isst. Ihr Einwand bezog sich auf etwas, was häufig vorkommt, nämlich dass die Menschen bezüglich dieser oder jener Nahrung bestimmte Vorstellungen hegen und sich dieser Nahrung auch dann enthalten, wenn sie nicht akut krank sind. Während eines akuten Leberleidens ist eine Diät oft notwendig. Man darf nur nicht zulassen, dass falsche Ideen eine nervöse Untauglichkeit des Magens oder eine chronisch-nervöse Dyspepsie entstehen lassen. Eine andere Bedeutung hatte es nicht.

Ich hoffe, du wirst bald in Ordnung sein. Wenn der Körper nicht zurechtkommt, musst du mich von Zeit zu Zeit darüber informieren.

\*

Die physische Schwierigkeit, die auf dir lastet, scheint aus zwei Elementen zu bestehen. Das erste ist die Leberstörung, die schwächt und noch mehr schwächen muss, wenn sie dich veranlasst, weniger Nahrung zu dir zu nehmen als der Körper benötigt, um für eine Reaktion stark genug zu sein – vermutlich ist auch die nervlich bedingte Neigung zu Schlaflosigkeit mit ihren Konsequenzen darauf zurückzuführen. Das zweite [Element] ist eine Trägheit des niederen vitalen und physischen Bewusstseins, die dich daran hindert, die Müdigkeit abzuschütteln, auf Attacken zu reagieren und dich stetig der [Yoga-] Kraft zu öffnen, welche diese Dinge beseitigen würde. All das wird ausgelöst durch den Zusammenbruch deiner Ausgeglichenheit, die du so lange Zeit bewahren konntest, durch die vitale Schwierigkeit, die den Zusammenbruch auslöste, und durch die Reaktion des niederen Vitals auf deine Beharrlichkeit, die Ursachen der Störung abzuschütteln. Bei dieser Reaktion scheint es sich um eine Unruhe gehandelt zu haben, jene Dinge, an die es sich noch klammerte, zu verlieren – eine derartige Reaktion hat immer die Trägheit des physischen Bewusstseins zur Folge, während im Gegensatz dazu die richtige Reaktion im niederen Vital ein Gefühl des Friedens, der Erlösung, der Ruhe auslöst, welches mit Sicherheit die niedersten physischen Teile dem höheren Bewusstsein und der höheren Kraft öffnet. Wenn du darüber hinwegkommen kannst und die alte Ausgeglichenheit zurückerhältst, dann können alle diese Dinge zum Verschwinden gebracht werden.

Sicher, man sollte auf den Körper achten – achten auf seine gute Verfassung, für Ruhe, Schlaf, angemessene Nahrung und ausreichende Körperübungen sorgen; es ist jedoch nicht gut, sich zu sehr damit zu beschäftigen, wegen einer Krankheit ängstlich oder verzagt zu sein, denn so etwas begünstigt nur die Verlängerung des Leidens oder der Schwäche. Bei einer Erkrankung der Leber zum Beispiel kann man sich, falls erforderlich, immer einer Behandlung unterziehen.

Die wahren Mittel für die Genesung bestehen jedoch immer in der richtigen inneren Haltung, der inneren und äußeren Ruhe, dem Glauben, dem Sich-Öffnen des Körperbewusstseins gegenüber der Mutter und ihrer Kraft – andere Dinge können nur untergeordnete Hilfen und Lösungen darstellen.

\*

Was X all den Kummer bereitet hat, ist das Beharren auf seinem Ego, seinen Ideen, Forderungen, Begierden, Absichten, sowie seine Aggressivität, ihnen Ausdruck zu verleihen, so dass er mit jedermann Streit hatte. Diese Streitsucht machte ihn offen für alle möglichen Kräfte der vitalen Ebene und ihre Angriffe. Sie ist auch die Ursache seines Leberschadens und seiner Verdauungsbeschwerden – denn Streitsucht und Ärger führen immer dazu, die Leber zu schädigen und hierdurch auch Magen und Darm. Und da seine Streitsucht riesenhaft ist, ist auch der Schaden an seiner Leber und seinen Verdauungsorganen außerordentlich. Er muss sich von seinem Egoismus, von seiner Streitsucht und seinen schlechten Gefühlen gegenüber anderen befreien, wenn er seine Gesundheit und seine Sadhana wieder in Ordnung bringen will.

\*



Es ist ein großer Gewinn, wenn sich durch die Attacke auf den Körper keine Depression bei dir einstellt.

Der Schmerz selbst hat deiner Beschreibung nach offensichtlich nervöse Ursachen und kann, wenn du in den mehr physischen Schichten des Wesens ein Offensein entwickelst, durch das Wirken der [Yoga-] Kraft beseitigt werden, oder du selbst wirst fähig sein, dich des Wirkens der Kraft zu bedienen, um ihn hinauszustoßen. Es ist eine Frage des Sich-Öffnens im Körperbewusstsein.

Bewusstsein oder Nichtbewusstsein hängt, wie du selbst bei den Studien in Französisch erfahren hast, vom Zustand [des Körpers] ab. Nicht dass du unbewusst bist, aber das physische Wesen neigt zu einem tamasischen Zustand (dem Zustand der Trägheit), und dann wird es entweder inaktiv oder dunkel, dumm oder unbewusst; wenn *tamas* sich auflöst, wird die Verfassung licht, und was schwierig war, wird natürlich und einfach. Die ganze Sache läuft darauf hinaus, dem Physischen abzugewöhnen, in seine Trägheit zurückzufallen, und das kann geschehen, indem man es dem Wirken der Kraft öffnet und sich daran anpassen lässt. Wenn das Wirken der Kraft anhält, gibt es kein *tamas* mehr.

\*

Es ist nichts Physisches, sondern eine vitale Depression, die verhindert, dass der Körper seine Elastizität zurückgewinnt. Ein Teil des Vitals widersetzte sich einer radikalen Wandlung und versuchte, was selbst deinem Mental verborgen blieb, den bestehenden Zustand aufrechtzuerhalten. Es hat nun durch diese letzte Sache einen Schock erlitten und wurde deprimiert, und wenn das Vital auf diese Weise deprimiert ist, greift das auf den Körper über. Du sagst ganz richtig, dass es Teil einer stattfindenden Wandlung oder Wende ist. Aber diese Auswirkungen von Trägheit oder Schwäche sollten nicht anhalten; sobald sich das Vital mit Freuden in die Wende oder Wandlung fügt, werden Elastizität und Energie zurückkehren.

\*

Die Schmerzen im Körper stammen aus der gleichen Quelle wie die Störung in der vitalen Natur; in beiden Fällen sind es Attacken der gleichen äußeren Kraft, die dich verleiten oder, wenn das nicht möglich ist, beunruhigen und stören will. Wenn du dich von diesem vitalen Angriff einmal befreien und seine Wiederkehr verhindern kannst, wird es leichter sein, die physische Schwierigkeit loszuwerden, die ihren Ursprung im Nervensystem (vital-physisch) hat; obwohl ihre Symptome die einer physischen Krankheit zu sein scheinen, handelt es sich im allgemeinen, wenn du Schmerzen hast, um eine Attacke auf den nervlichen Teil, die den Zweck hat, ihn zu schwächen.

Bleibe immer ruhig und fahre beharrlich fort, dich zu öffnen. Die Kraft, die dich von der vitalen Störung befreit, kann auch die Störung sowohl im nervlichen Teil als auch im physischen Körper beseitigen.

\*

Zuerst verhalten sich die Schmerzen immer so; wenn man sie von einem Ort vertreibt, wandern sie zu einem anderen. Es ist aber besser, als dass sie sich überall festsetzen.

\*

Weder dem Vital noch dem Körper wohnen diese Krankheiten inne – es ist eine Kraft von außen, die sie hervorruft, und das Nervensystem (physisch-vital) sowie der Körper reagieren aus Gewohnheit auf sie oder sind nicht fähig, sie hinauszustoßen. Es ist immer besser, nicht zu sagen: „Ab jetzt will ich nie mehr krank sein“; damit ziehst du die Aufmerksamkeit dieser missgünstigen Kräfte auf dich, die dann sofort beweisen wollen, dass sie den Körper immer noch zu stören vermögen. Wenn sie kommen, weise sie einfach zurück.

\*

Es ist eine Attacke auf dein physisches Bewusstsein, durch welche die alten Kräfte den falschen Zustand herbeiführen. So wie du früher die Macht empfangst, von der vitalen Bewegung zurückzutreten und sie örtlich zu begrenzen, während dein übriges Bewusstsein beobachtet hat und nicht überwältigt wurde, so hast du nun zu lernen, vom physischen Schmerz oder der Unpässlichkeit zurückzutreten und sie zu begrenzen. Wenn du das tun kannst, und zwar vollständig tun kannst, werden Schmerz und Unpässlichkeit leichter und ruhiger verschwinden, und das Gefühl der Schwäche wird dich nicht derartig überwältigen. Du vermagst zu erkennen, dass die [Yoga-] Kraft die Macht besitzt, die Schmerzen zu beseitigen; aber du lässt dich nervlich überwältigen, und daher ist es für sie schwierig, ein anhaltendes Ergebnis zu erzielen. Was damals im Vital möglich war, muss auch im Physischen geschehen. Es ist der einzige Weg, sich von den Attacken zu befreien.

\*

Du musst eine vollständige Trennung deines Bewusstseins von diesen Gefühlen des Körpers und seiner Billigung einer Krankheit erreichen, und von diesem separierten Bewusstsein her auf den Körper einwirken. Nur so kann man sich von diesen Dingen befreien oder sie zumindest neutralisieren.

\*

Wenn das Bewusstsein separiert ist, sollte es nicht daran [an den Schmerzen] leiden. Der Körper mag Schmerzen erdulden, aber das Bewusstsein sollte nicht leiden oder sich von ihnen überwältigt fühlen.

\*

Schmerz wird verursacht, weil das physische Bewusstsein in der [Welt der] Unwissenheit zu begrenzt ist, um die Attacken, die auf es einwirken, zu ertragen. Das kosmische Bewusstsein hingegen, in seinem Zustand des vollständigen Wissens und der vollständigen Erfahrung, erfährt alle Berührungen als Ananda.

\*

Um äußerste Hitze und Kälte ertragen zu können, ist es notwendig, zuerst Frieden in den Zellen zu erlangen, später dann die kompakte Kraft. Schmerz und Unbehagen rühren von einem physischen Bewusstsein her, das nicht kraftvoll genug ist, um seine eigenen Reaktionen auf Dinge zu bestimmen.

\*

Natürlich, der Körper [erleidet physischen Schmerz] – aber der Körper übermittelt ihn dem Vital und Mental. Im gewöhnlichen Bewusstsein wird das Vital gestört, angegriffen und seine Kräfte werden geschwächt; das Mental identifiziert sich damit und gerät aus der Fassung. Das Mental muss [jedoch] unbewegt, das Vital muss unbeeinflusst „bleiben“, und der Körper muss lernen, ihn [den Schmerz] mit Gleichmut zu ertragen, so dass die höhere Kraft in ihm wirken kann.

\*

Das Selbst ist niemals von irgendeiner Art von Schmerz betroffen. Die Seele nimmt ihn ruhig hin und bietet ihn dem Göttlichen dar, damit das Nötige geschehe.

\*

Das, was einen befähigt weiterzumachen als ob nichts geschehen wäre, ist das Losgelöstsein selbst des physischen Mentals vom Schmerz – aber dieses Losgelöstsein des physischen Mentals ist nicht so leicht zu erreichen.

\*

Die Hauptschwierigkeit scheint darin zu bestehen, dass du zu sehr einer Erregung der Nerven ausgeliefert bist – nur indem die Ruhe und Stille in das ganze Wesen gebracht werden, kann ein stetiger Fortschritt in der Sadhana gesichert werden.

Um wieder zur Ruhe zu kommen, muss man als erstes den nervlich bedingten Attacken Einhalt gebieten – je mehr du dich diesen Ideen und Gefühlen hingibst und dich damit identifizierst, desto mehr nehmen sie zu. Du musst dich zurückziehen und im Hintergrund in dir etwas finden, das von Schmerzen und Depressionen nicht

beeinträchtigt wird – dann kannst du dich von dort her von den Schmerzen und Depressionen befreien.

Wenn du darauf hörst, was andere sagen, und dein Handeln darauf ausrichtest, ihren Ideen zu genügen, wie willst du dann die rechte Haltung bewahren, die allein dir bei der Arbeit zu helfen vermag? Für die Mutter hast du zu arbeiten, um sie durch Arbeit in dir zu finden – nicht um dich vor der Kritik durch andere zu schützen.

\*

Ich freue mich zu hören, dass die Störung letzte Nacht vertrieben werden konnte – jetzt muss die Empfangsbereitschaft des Körperbewusstseins bewahrt werden, damit sie [die Störung] keinesfalls mehr zurückkehren kann oder, falls sie es versucht, sofort vertrieben wird. Du musst immer danach trachten, die Ruhe zu bewahren, musst deprimierenden oder quälenden Gedanken oder Gefühlen den Einlass verwehren oder dass sie von deinem Mental oder deiner Rede Besitz ergreifen; wenn man einmal die innere Ruhe und Weite gewonnen hat, gibt es keinen echten Grund zuzulassen, dass sie wieder entgleiten und diese Dinge eindringen. Und wenn das Mental seine Ruhe bewahrt und nur gegenüber den höheren Kräften aufnahmebereit ist, kann es mit Leichtigkeit diese Ruhe und Aufnahmebereitschaft auf das Körperbewusstsein und sogar auf die stofflichen Zellen des Körpers übertragen.

\*

Was immer es sein mag – die Macht der Krankheit, welche die Sadhana verhindert, sollte nicht bestehen. Das yogische Bewusstsein und sein Wirken sollten vorherrschen, ob du gesund oder krank bist.

\*

Wegen Rheumatismus die Arbeit aufzugeben ist zwecklos – es sei denn, er wäre so schlimm, dass du nicht mehr arbeiten kannst – es macht die Dinge nur schlimmer.

\*

Du hattest dein Bewusstsein geöffnet, weshalb der Schmerz aufhörte. Wenn er während des Schlafes zurückkehrte, dann muss es deshalb gewesen sein, weil du den Kontakt verloren hattest und in das gewöhnliche Bewusstsein zurückgefallen bist. Das geschieht oft.

\*

Ja, wenn du nicht genug schläfst, ist das physische System für diese Krankheiten eher anfällig. Wenn es sich in einem guten Zustand befindet, weist es sie meist automatisch zurück, und man bemerkt nicht einmal, dass eine Attacke stattgefunden hat.

\*

Was ich sagte, war, dass der Körper, wenn er sich in einem guten Zustand befindet, jede Attacke einer Krankheit, die in der Luft liegt, automatisch abweist, ohne dass das Mental überhaupt bemerkt, dass eine Attacke stattgefunden hat. Wenn eine Attacke automatisch zurückgewiesen wird, warum sollte es dann notwendig sein, sich damit auseinanderzusetzen?

\*

Die Gewohnheit eines Rückfalls im Körper zu bestimmten Zeiten oder gelegentlich wird durch einen feindlichen Druck bewerkstelligt. Diese Gewohnheit eines festgelegten Rückfalls gibt jeder Krankheit ein größeres Beharrungsvermögen, weil das Körperbewusstsein den Rückfall erwartet und diese Erwartung sein Eintreten begünstigt.

\*

Diese Erwartung des Mentals ist es, die am meisten dazu beiträgt, den Rhythmus der Attacke aufrechtzuerhalten. Wenn man sich davon befreien könnte, würde auch dieser Rhythmus zerstört.

\*

Ich glaube nicht, dass Stottern irgend etwas mit einer schwachen Lunge zu tun hat, und es wird auch nicht durch eine Missbildung der Sprachorgane hervorgerufen – im allgemeinen ist es eine nervliche Behinderung (physisch-nervös) und vollkommen heilbar. Mir ist kein besonderes Heilverfahren dafür bekannt – die Menschen haben verschiedene Mittel benutzt, um darüber hinwegzukommen; hinter all diesen aber steht das Erfordernis einer Willenskraft und geduldigen Disziplinierung des Sprechvermögens.

\*

Du musst bezüglich deiner Augen vorsichtig sein. Bei Nacht zu viel zu lesen ist nicht ratsam. Zwei Vorschläge jenes Mannes, der die Sonnenbehandlung empfiehlt, fand ich durchaus annehmbar. Erstens sollte man, wenn man Dinge betrachtet oder liest, reichlich blinzeln und nicht die Augen fixieren oder starr blicken. Zweitens verschafft das Auflegen der hohlen Handfläche eine sehr förderliche Ruhe – gemeint ist damit, die

Hände gekreuzt über die geschlossenen Augen zu legen, ohne sie auf die Augen zu pressen, um alles Licht auszuschließen.

\*

Was du beschreibst, ereignet sich sehr häufig, während einer Erkältung im Kopf, da man im allgemeinen für die Übermittlung des mentalen Gedankens von den Gehirnzellen abhängig ist. Wenn das Mental von den Gehirnzellen weniger abhängig ist, wird das klare Sehen und Denken durch die Trübung, welche die Erkältung verursacht, nicht beeinträchtigt, und man wird nicht in das mechanische Mental zurückgeworfen.

\*

Fieber ist natürlich meistens ein Kampf des Körpers, um eingedrungene Unreinheiten auszufechten, aber manchmal ist das Heilmittel ebenso schädlich, wenn nicht schädlicher als die Krankheit. Genauso ist es mit den Beschwerden; eine Krankheit hat manchmal zur Folge, dass einige Unreinheiten ausgestoßen werden, doch kann auch dies mehr Schaden anrichten als Gutes tun.

\*

Nach einer Attacke von Influenza: Das Wichtigste dabei ist, die ganze Zeit über vollkommenen Gleichmut zu bewahren und Gedanken von angstvoller Sorge oder Depression nicht in dich eindringen zu lassen. Es ist ganz natürlich nach dieser schweren Attacke von Influenza, dass sich Schwäche und gewisse Schwankungen im Fortschritt der Besserung abzeichnen. Was du zu tun hast, ist, ruhig und vertrauensvoll zu bleiben und dich nicht zu grämen oder ruhelos zu sein – sei vollständig ruhig und bereit, dich auszuruhen, solange du der Ruhe bedarfst. Es gibt nichts, worüber du dich zu beunruhigen brauchst; ruhe dich aus, dann werden Gesundheit und Stärke zurückkehren.

\*

Ischias ist etwas mehr als eine nervöse Störung – er beeinträchtigt die Bewegungen der Muskeln durch die Nerven. Du kannst dich jedoch sofort davon befreien, wenn du es fertigbringst, die [Yoga-] Kraft darauf zu lenken.

\*

Es gibt kein äußeres Mittel, Ischias ist eine Sache, die nur einer konzentrierten inneren Kraft nachgibt oder aber von selbst aufhört und von selbst kommt. Äußere Mittel können bestenfalls lindernd wirken.

\*

Die Trägheit rührt daher, dass in deinem äußeren Wesen immer eine sehr kraftvolle **tamas** bestand, und sie ist es, die vom Widerstand benützt wird. Auch fehlte es dem äußeren Mental an stetiger Willenskraft, wodurch es für die [Yoga-] Kraft schwieriger wurde herabzukommen. Wenn du gänzlich offen bist, kann die Kraft auf den Ischias einwirken, so dass er an Stärke verliert oder zum Verschwinden gebracht wird; wenn aber das Bewusstsein durch Trägheit blockiert ist, kommen diese Schwierigkeiten dazwischen.

\*

Wir haben immer wieder festgestellt, dass sich Ischias der [Yoga-] Kraft, wenn sie ruhig und beharrlich angewandt wird, nicht widersetzen kann. Andere Krankheiten können Widerstand leisten, nicht aber Ischias, der gänzlich tamasisch ist. Die Anwendung der Kraft ist für dich wahrscheinlich noch nichts Selbstverständliches; daher ist das Gefühl von Kampf damit verbunden und nicht das Gefühl ruhiger Beherrschung – daher die Rastlosigkeit usw.

Wenn du dich vom Ischias nicht durch innere Mittel befreien kannst, sollte dich das ärztliche Heilmittel (das nicht heilt, dich aber vom Schmerz solange wie möglich befreit) nicht ermüden. Der Ischias tritt periodisch auf und kann wochenlang anhalten; dann verschwindet er plötzlich wieder. Wenn du dich physisch ruhig verhältst und nicht zu aktiv bist, tritt er möglicherweise für lange Zeit nicht auf. Natürlich würde das bedeuten, ein inaktives, physisch behindertes Leben zu führen. Das meinte ich damit, als ich davon sprach, den Ischias zu verewigen – und die Trägheit auch.

\*

Tb. ist das Ergebnis einer starken seelisch-vitalen Depression. Sex kann nicht unmittelbar Tb. auslösen, obwohl er ein Faktor für den Verfall der vitalen Kräfte und das Zurückziehen der stützenden Seelenkräfte sein mag, was schließlich zu Tb. führen kann. Der Mangel an Vitalität, der leicht als eine [Begleit-] Erscheinung der modernen Zivilisation entsteht, gehört daher zu den stark auslösenden Ursachen. Die modernen Menschen haben nicht das solide Nervensystem und die natürliche Lebensfreude ihrer Vorfahren. Über die Soldaten weiß ich nicht Bescheid – doch könnte ich mir vorstellen, dass der schreckliche Krieg im Schützengraben mit all seinen grausigen Umständen und Begleiterscheinungen viel schwerer zu ertragen war als das Marschieren und Kämpfen im Freien zu Napoleons Zeiten.

\*

Der Tod in frühem Alter ist, wenn man den Angaben Glauben schenken darf, in Europa viel seltener, und die Menschen leben im allgemeinen länger. Gewisse Krankheiten aber haben trotz des Fortschritts in der Hygiene zugenommen – Influenza, Tb., Geschlechtskrankheiten. Es sind auch neue Krankheiten entstanden, die früher kaum existierten. Das scheint ganz offensichtlich das Werk der feindlichen Kräfte zu sein.

\*

Natürlich kann er [Krebs durch Yoga] kuriert werden – jedoch unter der Voraussetzung von Glauben oder Offensein [gegenüber der Yoga-Kraft] oder beidem. Selbst eine mentale Suggestion kann mit etwas Glück Krebs heilen, wie es der Fall der jungen Frau beweist, die erfolglos an Krebs operiert wurde; die Ärzte sagten nicht die Wahrheit und teilten ihr mit, dass die Operation gelungen sei: die Krebs-Symptome verschwanden – und viele Jahre später starb sie an einer ganz anderen Krankheit.

\*

Medizin ist genau genommen nicht Wissenschaft. Sie ist Theorie mit experimentellem Tasten und Glücksache.

\*

Die Theorie [der allopathischen Medizin] ist imponierend, aber wenn sie zur Anwendung kommt, gibt es zu viel Unsicherheiten und auf Mutmaßung gegründete Verfahren, als dass man sie als eine exakte Wissenschaft bezeichnen könnte. Es gibt viele Wissenschaftler, die sich dagegen sträuben, wenn sie hören, dass Medizin als [exakte] Wissenschaft bezeichnet wird. Anatomie und Physiologie sind natürlich [exakte] Wissenschaften.

\*

Injektionen sind große Mode; für alles gibt es Injektionen und wieder Injektionen. In der Neuzeit hat die Medizin drei Stadien durchlaufen – zuerst (in Molières Tagen) war es „Aderlass und Klistier“, dann „Medikament und Diät“ und jetzt ist es „Serum und Injektion“. Befiehl dich Gott – nicht wegen der Krankheiten, sondern der Ärzte wegen. Dennoch steckt hinter jeder dieser Formeln eine Teilwahrheit – mit Vorteilen und Nachteilen. So wie alle Religionen und Philosophien auf den Höchsten ausgerichtet sind, aber jede aus einer anderen Richtung, so sind alle medizinischen Moden Wege zur Gesundheit – obwohl sie sie nicht immer erreichen.

\*

Du kannst über die homöopathischen Theorien sagen was du willst, doch habe ich selbst gesehen, wie X sie Detail für Detail ausarbeitete, dort wo er ein freies und ungehindertes Tätigkeitsfeld hatte und sich des Vertrauens der Patienten und ihres unbedingten Gehorsams sicher wusste; und ich habe weiterhin gesehen, dass die Ergebnisse mit seinen Behauptungen übereinstimmten und seine Voraussagen, die darauf gründeten, sich nicht nur wortwörtlich erfüllten, sondern auch in genau der festgelegten Zeit – und all das nicht gemäß dem, was X berichtete, sondern gemäß den ausführlichen und genauen Berichten des diensttuenden allopathischen Arztes. Seitdem weigere ich mich, daran zu glauben –



auch wenn alle Allopathen einstimmig protestieren –, dass die homöopathische Theorie oder ihre Auslegung und Anwendung durch X reiner Quatsch und Blödsinn seien. Was die Fehler anbelangt, so ist festzustellen, dass alle Ärzte Fehler machen, sogar sehr schwerwiegende Fehler, und dass sie ebenso töten wie heilen ... Eine bestimmte Theorie ist so gut und so schlecht wie irgendeine andere – es kommt darauf an, wie sie in jedem einzelnen Fall angewandt wird. Es ist etwas anderes dahinter, das den Ausgang entscheidet.

\*

Ich habe einige Gedanken niedergelegt, um etwas kaltes Wasser auf dieses glühend heiße Eisen der Allopathie zu schütten. Doch scheinen mir jetzt alle diese Auseinandersetzungen von geringem Nutzen zu sein. Ich kenne das Wirken beider Systeme (Allopathie und Homöopathie) und anderer und kann nicht glauben, dass eines von ihnen die alleinige Wahrheit vertritt. Die, welche vom orthodoxen Standpunkt aus verdammenswert sind, da sie ihm gänzlich widersprechen, haben ihre eigene Wahrheit und damit Erfolg – und ebenso hat sowohl die orthodoxe als auch die heterodoxe Methode ihre Fehlschläge. Eine Theorie ist nichts anderes als eine konstruierte und festgelegte Idee, die eine unvollkommene Beobachtung einer Reihe von Vorgängen durch den Menschen darstellt, denen die Natur folgt oder folgen kann. Eine andere Theorie ist eine andere konstruierte und festgelegte Idee von anderen Vorgängen, denen sie ebenso folgt oder folgen kann. Allopathie, Homöopathie, Naturheilkunde, Osteopathie, Kaviraji, Hakimi – alle haben sich der Natur bemächtigt und sie auf gewisse Vorgänge festgelegt; jede Theorie hat ihre Erfolge und Misserfolge. Lass jede ihre Arbeit auf ihre Weise tun. Ich sehe keine Notwendigkeit für Kämpfe und Gegenbeschuldigungen. Für mich sind das alles nur äußere Mittel, denn was tatsächlich wirkt, das sind die unsichtbaren Kräfte im Hintergrund – und von ihrem Wirken hängen die äußeren Mittel mit ihrem Erfolg und Misserfolg ab; wenn man aus dem Vorgang einen richtigen Kanal für die richtige Kraft machen kann, erhält er seine volle Wirksamkeit – das ist alles.

\*

Es genügt nicht, dass es sich bei einer Arznei um eine spezielle Arznei handelt. Gewisse Arzneien haben andere Auswirkungen oder mögliche Auswirkungen, die vom Arzt, der nur seinen Fall heilen will, unbeachtet bleiben können, aber nicht übersehen werden dürfen, wenn man das Körpersystem und seine Reaktionen als ein Ganzes betrachtet. Die ungünstigen Auswirkungen des Chinins werden selbst aus ärztlicher Sicht zugegeben, und in Europa sucht man seit langem einen Ersatz für Chinin.

\*

Tumor, Syphilis usw. sind Besonderheiten, aber was ich aufgrund meiner psychophysischen Erfahrungen festgestellt habe, ist, dass die meisten Störungen des Körpers zusammenhängen, obwohl sie in Gruppen getrennt sind; es gibt aber auch eine

Verbindung unter den Gruppen. Wenn man sie an ihrer psycho-physischen Wurzel packen kann, ist eine Heilung möglich, auch ohne das pathologische Ganze der Sache zu erkennen und ohne sich mit den Symptomen als einer Möglichkeit zu beschäftigen. Einige Heilverfahren, die von Halb-Mystikern erfunden wurden, haben diese Macht. Was ich mir jetzt überlege, ist, ob Homöopathie eine psycho-physische Grundlage hat. War ihr Gründer ein Halb-Mystiker? Andernfalls wären bestimmte Eigentümlichkeiten in der Wirkungsweise der Arzneien, die von X angewandt werden, nicht zu verstehen.

\*

Du bist weit hinter der Zeit zurück. Weißt du nicht, dass jetzt sogar viele Ärzte zugeben und es öffentlich publizieren, dass Medikamente zwar ein Faktor sind, doch nur einer, und dass der psychologische Faktor ebenso wichtig ist oder sogar noch wichtiger. Ich habe die Ärzte das oft sagen hören und es in Artikeln mit Unterschriften angesehener Ärzte gelesen. Und sie sagen weiterhin, dass zu den wichtigsten psychologischen Faktoren der Optimismus und das Selbstvertrauen des Arztes gehören sowie das Vertrauen, die Hoffnung, die förderliche mentale Atmosphäre, die er auf seine Patienten einwirken lässt oder womit er sie umgibt. Ich habe die kategorische Behauptung gelesen, dass ein Arzt, der das zu tun vermag, weit erfolgreicher ist als einer, der die medizinische Wissenschaft besser kennt, aber das nicht tun kann ... Ich meinte nicht, dass es ohne Medikamente nicht geht. Wenn es aber mit Hilfe von Medikamenten zu geschehen hat, ist das richtige Medikament hilfreich, das falsche dagegen bringt offensichtlich eine Gefahr mit sich. Warum sollte sein Wissen die Intuition verhindern? Selbst ein allopathischer Arzt bedarf oft der Intuition, welches Medikament er zu geben hat oder in welcher Dosierung – und jene mit der besten Intuition haben den besten Erfolg. Selbst von der orthodoxen Wissenschaft wird nicht alles nach einer einzigen Regel oder einem einzigen Buch oder einer Faustregel getan.

\*

Welch eine absurde Behauptung! Selbstvertrauen sei eine angeborene Sache; es beruhe *nicht* auf Wissen und Erfahrung ... Wer sagt das? Ich habe nie gehört, dass Napoleon bei Waterloo aus Mangel an Selbstvertrauen versagte. Ich habe vielmehr immer gelesen, dass er deshalb versagte, weil er wegen seiner überstandenen Krankheit keine so rasche und selbstsichere Entscheidung mehr treffen konnte und in seiner Geistesgegenwart nicht mehr so beweglich war wie zuvor. Bitte schreibe keine Historie, es sei denn, dir stünden Tatsachen für deine neue Version zur Verfügung.

\*

Wunder können geschehen; es gibt aber keinen Grund, warum sie alle augenblicklich stattfinden sollen – ob sie nun von Göttern oder den Ärzten vollbracht werden.

\*

Diese Dinge sind beweisbar, und der Beweis für Coués Erfolg ist überwältigend. Es hat auf der ganzen Welt auch viele andere große Heiler gegeben, deren Erfolge durchaus bezeugt sind. Heilungen durch Glauben und Psychotherapie sind ebenfalls Tatsachen.

\*

Diese Autosuggestionen – in Wirklichkeit ist es Glaube in einer mentalen Form – wirken sowohl auf das Unterschwellige als auch auf das Unterbewusste ein. Im Unterschwelligen setzen sie die Kräfte des inneren Wesens in Tätigkeit, seine okkulte Fähigkeit, den Gedanken, Willen oder einfach die bewusste Kraft auf den Körper wirken zu lassen – im Unterbewussten bringen sie die Suggestionen von Tod und Krankheit zum Schweigen, welche die Wiederkehr der Gesundheit verhindern. Sie tragen auch dazu bei, die gleichen Dinge (feindliche Suggestionen) im Mental, Vital und Körperbewusstsein zu bekämpfen. Wo all dies vollständig oder mit einiger Vollständigkeit getan wird, können die Auswirkungen [der Autosuggestion] sehr bemerkenswert sein.

## 4. Die Umwandlung des Unterbewussten und Unbewussten

**S**olange die supramentale Wandlung bis hinab zum Unterbewussten nicht stattgefunden hat, und zwar voll und ganz, wird die niedere Natur auf irgendeinen Teil des Wesens immer einen Einfluss ausüben.

\*

Die unterbewusste Schwierigkeit ist jetzt *die* Schwierigkeit überhaupt – weil der ganze Kampf in der allgemeinen Sadhana dort stattfindet. Es ist im Unterbewussten und nicht mehr im Vital oder bewussten Physischen, wo sich aller Widerstand zusammenballt.

\*

Das innere Wesen hängt nicht vom Unterbewussten ab, doch in Tausenden von Leben war das äußere [Wesen] davon abhängig – das ist der Grund, warum das äußere Wesen und die Gewohnheit des physischen Bewusstseins, auf das Unterbewusste anzusprechen, ein gewaltiges Hindernis für den Fortschritt der Sadhana darstellen können – und bei den meisten ist das auch der Fall. Es erhält die Wiederholung der alten Bewegungen aufrecht, zieht stets das Bewusstsein nach unten, widersetzt sich der Stetigkeit des Aufstiegs und hemmt mit der alten Natur oder auch mit **tamas** (Nicht-Erleuchtung und Nicht-Aktivität) die Herabkunft. Nur wenn du voll und dynamisch im inneren Wesen lebst und das äußere als eine ziemlich oberflächliche Sache empfindest, vermagst du dich von dem Hemmnis zu befreien oder es zu verringern, bis die Umwandlung des äußeren Wesens vollständig ist.

\*

Das Unterbewusste ist ein dunkler und unwissender Bereich, weshalb es natürlich ist, dass die dunkleren Bewegungen der Natur dort mehr Macht haben. So ist es in der Tat mit allen niederen Teilen der Natur, das heißt vom niederen Vital abwärts. Doch sendet es [das Unterbewusste] auch gute Dinge empor, wenngleich seltener. Es muss im Lauf der Sadhana erleuchtet und zu einer Stütze des höheren Bewusstseins in der physischen Natur gemacht werden, statt eine Basis der instinktiven niederen Bewegungen zu sein.

\*

Das Unterbewusste muss vom Licht durchdrungen und zur Grundlage der Wahrheit gemacht werden, zu einem Speicher richtiger Eindrücke, richtiger physischer Erwidern auf die Wahrheit. Streng genommen wird es überhaupt nicht mehr unterbewusst sein, sondern eine Art Schatzkammer der wahren Werte darstellen, die für den Gebrauch bereitgehalten wird.

\*

Das Wirken [der Sadhana im Unterbewussten] ist nicht individuell, sondern von allgemeiner Natur, doch ist hier notwendigerweise jeder in gewissem Umfang davon betroffen. Wenn Bewusstsein und Licht nicht in das Unterbewusste gebracht werden, kann es dort keine Wandlung geben. Denn es ist das Unterbewusste, wo sich die Keime all der alten, niederen vitalen Instinkte und Bewegungen befinden, und so sehr sie auch im niederen Vital selbst eine Reinigung erfahren, so können sie doch von unten wiederum emporschießen. Das Unterbewusste muss dem höheren Bewusstsein und dem Licht der Wahrheit Einlass gewähren.

\*

Nur wenn das Mental schweigt, kann das Unterbewusste leer sein. Man muss an den alten unwissenden, unyogischen Stoff aus dem Unterbewussten entfernen.

\*

Wenn das Unterbewusste leer wird, würde das bedeuten, dass du über das gewöhnliche Bewusstsein hinausgelangt bist und das Unterbewusste selbst darauf vorbereitet ist, ein Instrument der Wahrheit zu sein.

\*

[Die ersten Auswirkungen des Lichtes, wenn es das Unterbewusste durchdringt und wandelt:]

1. Es wird leichter zu erkennen sein, was das Unterbewusste enthält.
2. Dinge, die von dort aufsteigen, werden vom Mental wahrgenommen, bevor sie das Bewusstsein berühren oder beeinträchtigen können.
3. Das Unterbewusste wird nicht so sehr Zufluchtsort unwissender oder dunkler Bewegungen sein, sondern mehr eine automatische Reaktion des Stofflichen auf das höhere Bewusstsein.
4. Es wird den Suggestionen der feindlichen Kräfte weniger Deckung und Durchlass gewähren.
5. Es wird leichter, im Schlaf bewusst zu sein und eine höhere Art von Traumerfahrung zu haben. Man kann feindlichen Träumen, zum Beispiel Sex-

Suggestionen, begegnen und [diesen Sex-Suggestionen] bereits im Traum Einhalt gebieten, wodurch Folgeerscheinungen, wie Emissionen, verhindert werden können.

6. Ein bewusster Wille, der vor dem Einschlafen auf den Traumzustand eingesetzt wird, wird immer wirksamer.

\*

Die bewussten Teile müssen zuerst vorbereitet werden, vorher ist es unmöglich, mit dem Unterbewussten erfolgreich umzugehen, außer in Einzelfällen. Genauso wie der Musiker zuerst mit seinem Mental, seiner vitalen (ästhetischen) Wahrnehmung und seinem Willen die rechte Grundlage und Ausführung seiner Musik erlernen und seinen Fingern die Ausübung beibringen muss, so wird später das Unterbewusste diese Arbeit seiner Finger erlernen und ganz von selbst das Richtige tun – zum Beispiel die richtige Tonlage anstimmen, ohne dass seine Augen zu folgen brauchen.

\*

Weil sich das Unterbewusste genau unter dem Physischen befindet, kann das erleuchtete Physische unmittelbar und vollständig darauf einwirken, und zwar in einer Weise, wie es Mental und Vital nicht können; und dieses direkte Einwirken kann auch für die Befreiung des Mentals und des Vitals förderlich sein.

\*

Es ist nicht wahr, dass formlose Dinge keine Macht haben können – notwendig ist nur, dass sie eine Kraft in sich bergen. Das Unterbewusste beeinflusst den Körper, weil alles im Körper sich aus dem Unterbewussten heraus entwickelt hat und für sich betrachtet erst halbbewusst ist und ein großer Teil seiner Tätigkeit als unterbewusst bezeichnet werden muss. Er wird daher viel leichter durch das Unterbewusste beeinflusst als durch das bewusste Mental und den bewussten Willen oder selbst durch das vitale Mental und den vitalen Willen, ausgenommen jene Dinge, in denen eine bewusste mentale oder vitale Kontrolle errichtet wurde und das Unterbewusste selbst sie akzeptiert hat. Wenn es nicht so wäre, könnte der Mensch seine Tätigkeiten und physischen Zustände vollständig kontrollieren, es gäbe keine Krankheiten, oder sie könnten, wenn es sie gäbe, sofort durch mentales Eingreifen kuriert werden. Aber das ist nicht der Fall. Aus diesem Grund muss das höhere Bewusstsein herabgebracht werden, müssen der Körper und das Unterbewusste durch es erleuchtet und daran gewöhnt werden, seiner Kontrolle zu gehorchen.

\*

Was du schreibst ist richtig. Wenn das physische Bewusstsein gewandelt werden soll, ist die Arbeit im Unterbewussten wesentlich, da es einen großen Einfluss auf das Physische ausübt, das sehr von ihm abhängig ist. Wenn auf das Unterbewusste eingewirkt wird, tritt anfangs natürlich eine Einbuße des [bereits erworbenen] Bewusstseins auf. Du hast darauf zu achten, dass dies nicht zur Gewohnheit wird. Wenn du mit dem Willen, diesen Hang zu verändern, darauf reagierst (ein Kampf ist unnötig), wird es beizeiten vorübergehen.

\*

Es [das unterbewusste Vital-Physische] ist mit der Seele überhaupt nicht in Verbindung. Es ist voller Finsternis, nicht bewusst, gänzlich unwissend.

\*

Das Stoffliche ist zum großen Teil unterbewusst – es hängt hinsichtlich seines wachen Bewusstseins von den subtilen Teilen ab.

\*

Es ist gut so. Leere und Schweigen des Bewusstseins bereiten das Wesen darauf vor, im Inneren zu leben und das äußere Bewusstsein nur als ein Mittel der Verbindung mit der physischen Welt und für das Einwirken auf sie zu benutzen.

So wie es ein Überbewusstsein über dem Kopf gibt (etwas über unserem gegenwärtigen Bewusstsein), von dem das höhere Bewusstsein in den Körper herabkommt, so gibt es auch ein Unterbewusstsein (etwas unter unserem Bewusstsein), unter den Füßen. Die Materie steht unter der Kontrolle dieser Macht, denn daraus wurde sie geschaffen – es ist der Grund, warum Materie uns ziemlich unbewusst erscheint. Aus dem gleichen Grund steht der stoffliche Körper sehr unter dem Einfluss dieser Macht, und wir sind uns deshalb größtenteils nicht bewusst, was im Körper vor sich geht. Wenn wir schlafen, sinkt das äußere Bewusstsein in dieses Unterbewusste ab und nimmt daher im Schlaf nicht wahr, was in uns vorgeht, einige wenige Träume ausgenommen. Viele dieser Träume erheben sich aus dem Unterbewussten und enthalten alte Erinnerungen, Eindrücke usw., die aufs Geratewohl zusammengefügt sind. Denn das Unterbewusste empfängt die Eindrücke von allem, was wir in unserem Leben tun oder erfahren, es bewahrt diese Eindrücke in sich und sendet Fragmente davon häufig in den Schlaf empor. Es ist ein sehr wichtiger Teil des Wesens, doch können wir mit dem bewussten Willen nicht viel damit anfangen. Es ist die in uns wirkende höhere Kraft, die in ihrer natürlichen Entwicklung [in dem natürlichen Verlauf ihres Herabkommens in die verschiedenen Wesensteile] sich das Unterbewusste erschließt und ihre Kontrolle und ihr Licht in es herabbringen wird.

Das nicht sprechende Mental ist in Ordnung. Es trägt in diesem Stadium im allgemeinen zur Konzentration bei.

\*

Dein Traum war tatsächlich ein Emporsteigen von vergangenen Gestaltungen oder Eindrücken aus dem Unterbewussten. Alles, was wir im Leben tun, fühlen oder erfahren, hinterlässt einen Eindruck, eine Art essentieller Erinnerung im Unterbewussten, und dies kann in Träumen aufsteigen, selbst lange nachdem diese Gefühle, Bewegungen oder Erfahrungen im bewussten Wesen zu existieren aufgehört haben – umso mehr wenn sie vor kurzem stattgefunden haben und erst jetzt oder unlängst vom Mental oder Vital hinausgestoßen wurden. Auf diese Weise geschieht es, dass lange nachdem man aufgehört hat, an alte Bekannte oder Verwandte zu denken, aus dieser Quelle immer wieder Träume von ihnen aufsteigen. Ebenso können noch, selbst wenn Zorn oder Sex das bewusste Vital nicht länger stören, Träume über Sex, Träume über Zorn oder Hader aufsteigen. Erst dann, wenn das Unterbewusste gereinigt ist, hören sie auf; sie haben jedoch keine große Bedeutung (vorausgesetzt man versteht, was sie darstellen, und ist davon nicht betroffen), solange den alten Bewegungen nicht erlaubt wird, in den Wachzustand zurückzukehren oder dort zu verbleiben.

\*

Sie [die Unaufrichtigkeit im unterbewussten Vital] kann nur dann gefährlich sein, wenn das Wachmental sie akzeptiert. Immerhin, solange sie im Unterbewussten bleibt, besteht der Keim einer Möglichkeit für sie – daher muss man sich ganz von ihr befreien.

\*

Gerade jetzt findet ein starkes Aufwallen des Unterbewussten statt, das die Keime oder kraftvollen Überreste der gewohnten Schwierigkeiten der Natur enthält. Seinem Wesen nach besteht es aus Verwirrenheit und Finsternis, ohne System oder klare mentale oder sonstige Ordnung – eine Wirrnis aus Depression, Entmutigung, Unfähigkeit zum Fortschritt, verbunden mit dem Gefühl: „Was tun wir eigentlich? Warum sind wir hier? Wie können wir weitermachen? Wird irgend etwas jemals erreicht werden?“ und den damit einhergehenden alten Schwierigkeiten, die in einer verworrenen, willkürlichen und oft heftigen und bedrückenden Weise wiederkehren.

Du kannst nicht wieder „von vorne“ anfangen; es wäre eine zu schwierige Sache in dieser Wirrnis. Du musst zu dem Punkt zurückkehren, an dem du vom Weg abgewichen bist. Wenn du zu dem Frieden zurückkehrst, der im Begriff war sich einzustellen, und in diesem Frieden nach der Freiheit und Weite des *purusa*-Bewusstseins strebst – das einen *point d'appui* der Loslösung und Trennung von all dieser Wirrnis der unterbewussten *prakrti* bildet –, dann wirst du festen Grund unter den Füßen haben, auf dem du stehen und fortschreiten kannst. Aber hierfür hast du eine entschlossene Wahl zu treffen und musst dich weigern, in jedem geeigneten Augenblick erregt zu sein und dich davon ablenken zu lassen.

\*



Es gibt im Unterbewussten immer viel zu tun. Aber wenn du es besonders spürst, ist sicher die Zeit für diese Reinigung gekommen. Wenn sich die anderen [Wesens-] Teile offen halten und zur Erwidern bereit sind, sollte dies nicht allzu viel Mühe verursachen.

\*

All das sind vermutlich Dinge, die sich aus dem Unterbewussten erheben – oder es wird vielleicht auf das Unterbewusste selbst eingewirkt, um einen Zustand des Lichtes und Friedens zu erreichen. Es [das Unterbewusste] tritt manchmal in einen glücklichen Zustand ein, manchmal in einen neutralen, manchmal lässt es grundlose Sorge aufkommen. Die Bewegungen des Unterbewussten finden sogar ohne Ursache statt, von selbst, aufgrund der innewohnenden Gewohnheit der Natur – daher hat Kummer oft keine erkennbare Ursache. Du kannst ihn nicht lokalisieren, weil er sich im Unterbewussten befindet. Wenn Kummer sich einstellt, musst du dich von ihm distanzieren, ihn zurückweisen, darfst ihn nicht als etwas Eigenes betrachten, und musst stattdessen den Frieden und Ananda der Mutter herabrufen, bis er [der Kummer] nicht mehr kommt.

\*

Es ist in Ordnung. Wir werden dir bestimmt in der Weise helfen, wie du es erbeten hast.

Was die Stimmung anbelangt, die dich überkam, so erhebt sie sich aus dem Unterbewussten, wohin die Dinge der alten Natur absinken, wenn sie zurückgewiesen werden. Wenn derartige Stimmungen aufkommen, musst du ruhig bleiben und die Mutter rufen, bis sie vorübergegangen sind. Nach einer Weile erschöpft sich die Macht der mechanischen, grundlosen Wiederkehr aus dem Unterbewussten und verschwindet – dann treten diese Stimmungen nicht mehr auf.

\*

Vermutlich ist es etwas, das von außen kam und es [das innere Wesen] verhüllte. Das kann in diesem Stadium vorkommen, wenn die Arbeit im Physischen und Unterbewussten stattfindet – denn es ist die Eigenart dieser Teile, im äußeren Wesen zu leben, während das innere durch eine Art natürlichen Schleier aus Finsternis verhüllt wird. Daher besteht die Neigung zur Rückkehr, wenn man die Öffnung durch diesen Schleier vollzieht. Wenn das geschieht, muss man unbeeinflusst bleiben und die Kraft und das Licht zur Beseitigung des Hindernisses herabrufen. Das muss so lange geschehen, bis das Sich-Öffnen andauernd und vollständig und ein Verhüllen nicht mehr möglich ist.

\*

So ist es immer mit Eindrücken, die im unterbewussten Physischen zurückbleiben. Einmal erscheinen sie als blasse, ferne Dinge, ohne Leben in sich; ein andermal scheinen sie eine gewisse Kraft zu besitzen. Es hängt davon ab, ob sie von einem Strom universaler Kraft erfasst werden oder von selbst aufsteigen, ohne innere Kraft, außer jener, die ihnen aus der Vergangenheit noch innewohnt.

\*

Es geschah vermutlich deshalb, weil zur Zeit auf das physische Bewusstsein eingewirkt wird – dabei erheben sich massenhaft alle vergangenen Eindrücke (die im allgemeinen im Unterbewussten bleiben und von Zeit zu Zeit aufsteigen, wobei sie das Denken, Handeln und Fühlen unbemerkt beeinflussen) und werfen sich auf das Bewusstsein. Das geschieht deshalb, damit der Sadhak sie erkennen, zurückweisen und gänzlich von seiner physischen Vergangenheit befreit werden kann (sowohl im Unterbewussten als auch in den bewussten Teilen). Aus diesem Grund hattest du später die Empfindung der Erleichterung. Der Hals ist das Zentrum des sich Ausdruck verleihenden Mentals (das physische Mental).

\*

Es kommt höchstwahrscheinlich aus dem Unterbewussten. Wenn sich diese Erinnerungen einstellen, sollten sie unter dem Gesichtspunkt behandelt werden, dass sie aufgestiegen sind, um aufgelöst und verbannt zu werden, damit durch ihre ständige Vernichtung verhindert wird, dass man durch die Eindrücke im Unterbewussten an die Vergangenheit gebunden bleibt (das ist der Mechanismus des [karma](#)), und man stattdessen frei ist für die ungebundene Zukunft des Spirits.

Das Beste ist, wenn du zur wahren Erkenntnis gelangen kannst, warum es geschah und welchem Zweck es diente; dann verschwindet es leicht.

\*

Dieser Rückblick auf die Vergangenheit ist ein sehr gutes Zeichen, denn er findet im allgemeinen dann statt, wenn das physische Bewusstsein und das Unterbewusstsein zur Wandlung vorbereitet werden. Man hat die Fehlritte der Vergangenheit nicht zu bedauern, sondern muss sie ruhig und mit Verständnis betrachten, denn alles, die Fehlritte mit eingeschlossen, war ein Teil der notwendigen Erfahrung, durch welche das Wesen lernt und durch Irren zum Licht und durch die Unvollkommenheiten der Natur zur göttlichen Vollendung gelangt.

\*

Was du beschreibst, scheint seinem Wesen nach ein unkontrolliertes Aufwallen aus dem Unterbewussten zu sein, das die Form einer mechanischen Wiederkehr alter Gedanken, Interessen oder Begierden annimmt, womit das physische Mental gewöhnlich beschäftigt ist. Wenn das alles wäre, gälte es nur eines zu tun, nämlich sie zurückzuweisen, sich loszulösen und sie vorbeigehen zu lassen, bis sie sich beruhigt haben. Doch entnehme ich deinem Bericht, dass ein Angriff stattfindet, dass eine dunkle Kraft diese Wiederkehr benützt, um in das Mental und den Körper einzudringen und sie zu quälen. Es wäre von Nutzen, wenn du die hauptsächlichste Eigenart der auftretenden Gedanken genau beschreiben könntest und um welche Dinge und Ideen es sich dabei handelt. In jedem Fall aber ist das einzige, was zu geschehen hat, dich durch Streben der Kraft der Mutter zu öffnen, oder indem du an sie denkst oder auf jede andere Weise, und hierdurch die Attacke zu vertreiben. Wir werden dir immerfort die Kraft senden, bis das geschehen ist. Es wäre gut, wenn du uns etwa alle drei Tage wissen ließest, wie du zurechtkommst, denn das wird dazu beitragen, ein gezielteres Wirken der Kraft herbeizuführen.

\*

Diese Sehnsüchte und Begierden sind alte Gewohnheiten des Physischen, die aus der universalen Natur stammen und die es als Teil seiner selbst und seines Lebens angenommen hat. Wenn diese Dinge durch das Wachbewusstsein zurückgewiesen werden, versuchen sie im Unterbewussten Zuflucht zu nehmen oder aber in dem, was man das [den Menschen] umgebende (*environmental*) Bewusstsein nennen könnte; und von dort üben sie einen Druck auf das Bewusstsein aus und versuchen, ihre Macht zurückzugewinnen oder einfach für eine gewisse Zeit zurückzukehren. Wenn sie im Unterbewussten sind, steigen sie am häufigsten in Träumen auf, doch können sie auch in das Wachbewusstsein empordringen. Wenn sie aus der Umwelt kommen, nehmen sie die Form von Gedanken-Suggestionen oder Impulsen an oder werden zu einem vagen, rastlosen oder störenden Druck. Es ist vermutlich dieser Druck aus der Umwelt, den du fühlst. Wenn der Körper vom neuen Bewusstsein erfüllt ist – Friede und Macht zur gleichen Zeit –, wird dieser äußere Druck zwar gefühlt, kann aber nicht länger stören, zieht sich schließlich weit zurück (wirkt nicht länger unmittelbar auf das physische Mental oder den Körper ein) und verschwindet entweder allmählich oder rasch.

Mit dem umgebenden Bewusstsein meine ich etwas, das jeden Menschen umgibt, außerhalb seines Körpers, selbst wenn er sich dessen nicht bewusst ist – durch das er mit anderen Menschen und den universalen Kräften in Kontakt steht. Durch dieses umgebende Bewusstsein treten Gedanken, Gefühle, usw. von anderen in ihn ein – auch die Wogen der universalen Kraft –, dringen Begehren, Sex usw. ein und ergreifen vom Mental, Vital oder vom Körper Besitz.

\*

Diese Gedanken, die dich im Schlaf oder in dem Stadium zwischen Schlaf und Wachen anfallen, gehören nicht zu irgendeinem Teil deines bewussten Wesens, sondern kommen entweder aus dem Unterbewussten oder von der dich umgebenden Atmosphäre durch das Unterbewusste. Wenn es Gedanken sind, die du in der Vergangenheit hattest und die von

dir hinausgestoßen wurden, muss es sich bei dem, was sich erhebt, um die Eindrücke handeln, die sie im Unterbewussten zurückgelassen haben – denn all das, was du gedacht, gefühlt oder erfahren hast, lässt solche Eindrücke zurück, die im Schlaf von dorthin aufsteigen können. Oder die Gedanken können aus dir gekommen und in das dich umgebende (*environmental*) Bewusstsein gewandert sein – das heißt in eine Atmosphäre des Bewusstseins, die sich rings um uns befindet und durch die wir mit der universalen Natur in Verbindung stehen –, von wo sie sich erheben, um zu dir zurückzukehren. Da es ihnen im Wachzustand nicht gelingt, benützen sie die Abwesenheit der bewussten Kontrolle im Schlaf und erscheinen dort. Wenn es aber etwas Neues ist, das nicht zu dir gehört, dann handelt es sich nicht um diese Dinge, sondern es ist die Attacke einer äußeren Kraft.

Es ist zu hoffen, dass sie [diese Gedanken] aufgrund deiner Zurückweisung nicht wiederkehren werden; wenn sie es aber dennoch tun, musst du vor dem Einschlafen einen bewussten Willen einsetzen, um zu verhindern, dass sie kommen. Eine Suggestion dieser Art auf das Unterbewusste hat oft Erfolg, wenn auch nicht sofort, dann doch nach einiger Zeit; denn das Unterbewusste lernt, dem Willen zu gehorchen, der ihm im Wachzustand auferlegt wurde.

\*

Das, was geschieht – das Verebben der Woge unterbewusster Gedanken und Bewegungen und ihres Druckes auf das Mental –, ist genau das, was zu geschehen hat. Es ist keine Unterdrückung oder Verdrängung in das Unterbewusste, sondern ein Vertreiben aus dem bewussten Selbst, in das diese Dinge aufgestiegen waren. Es ist richtig, dass sich noch mehr aus dem Unterbewussten erheben kann, aber es wird sich um etwas handeln, was dort noch übrig geblieben ist. Was du jetzt zurückweist, wandert – wenn es nicht ausgelöscht wird, sondern irgendwohin geht – nicht in das Unterbewusste, sondern in das dich umgebende Bewusstsein, das man um sich trägt; wenn es einmal dort ist, gehört es in keiner Weise mehr zu einem selbst, und wenn es zurückzukehren versucht, ist es etwas Fremdes, das man nicht länger akzeptieren oder zulassen darf. Dies sind die bei den letzten Stadien der Zurückweisung, durch die man sich von den alten Dingen der Natur befreit; sie wandern entweder in das Unterbewusste hinab, und man muss sich von dorthin von ihnen befreien oder sie wandern hinaus in das uns umgebende Bewusstsein und gehören nicht länger mehr zu uns.

Die Idee, dass man das, was sich aus dem Unterbewussten erhebt, solange wiederkehren lässt, bis es sich erschöpft hat, ist nicht die richtige Idee. Denn das würde unnötigerweise den gestörten Zustand verlängern und könnte schädlich sein. Wenn diese Dinge aufsteigen, müssen sie beobachtet, dann hinausgestoßen und dürfen nicht bewahrt werden.

\*

Sri Aurobindo war bis jetzt nicht in der Lage, deinen Brief zu beantworten, aber die Antworten, die nachfolgend Punkt für Punkt gegeben sind, werden dir dennoch gesandt, da er glaubt, sie könnten für deine künftige Sadhana von Nutzen sein:

## 1. „Widerwärtige Szenen usw.“

Es muss etwas sein, das sich aus dem Unterbewussten erhebt, wo es viele seltsame Dinge dieser Art gibt – oder aber es sind Gestaltungen, die von der entsprechenden Ebene der universalen Natur auf das niedere vitale Bewusstsein geworfen wurden, wo es Kräfte gibt, die sich an Schmutz, Widerwärtigkeit und allen Arten von Perversitäten ergötzen. In jedem Fall hat die erforderliche Reaktion in einer stetigen losgelösten Zurückweisung zu bestehen.

2. Es ist nichts dagegen einzuwenden, wenn man das eigene Bett als *āsana* benützt.

## 3. Schwierigkeiten in Verbindung mit Sex:

Das ist eine ganz allgemeine Erscheinung, wenn man die sexuelle Betätigung einstellt und sie aus dem bewussten Mental und Vital zurückweist. Sie nimmt Zuflucht im Unterbewussten, das nicht unter der unmittelbaren Kontrolle des Mentals steht, und tritt in Form von Träumen auf, welche Emissionen verursachen. Das ist solange der Fall, bis das Unterbewusste geläutert ist. Es wird manchmal dadurch erreicht, dass man vor dem Einschlafen einen starken Willen oder wenn möglich einen konkreten Kraftstrom auf das Sexzentrum lenkt. Man kann nicht immer einen sofortigen Erfolg verzeichnen, aber wenn es eindrucksvoll geschieht, wird das Ganze voraussichtlich nicht mehr so oft vorkommen und schließlich überhaupt aufhören.

Diese Dinge (Ansammlung von Urin, scharfes, anregendes Essen usw.) sind alles auslösende oder förderliche Ursachen oder können es sein. Das unterbewusste Aufwallen ist oft, wie beschrieben, einem Rhythmus unterworfen – es findet entweder zu einer bestimmten Zeit des Monats statt oder auch nach einer bestimmten Zeitspanne (eine Woche, zwei Wochen, einem Monat, sechs Monaten).

4. Die Klassifikationen des *samadhi*-Zustandes:

Für diesen Yoga sind diese Einteilungen nicht so wichtig.

5. Die Erfahrung des *samadhi*-Zustandes:

In diesem Stadium [der Sadhana] ist sie nicht unerlässlich; wenn sie aber von selbst eintritt, kann man ihre Weiterentwicklung zulassen. Wichtiger in diesem Yoga aber ist die Erfahrung im Wachzustand. Der *samadhi*-Zustand ist eine Hilfe, um die inneren Tiefen des Bewusstseins zu erreichen. Durch ihn kann man leichter nach innen gehen, unter das Oberflächenwesen, um den unmittelbaren Kontakt mit anderen überphysischen Ebenen der Erfahrung aufzunehmen, um in andere Welten einzutreten und zurückzukehren, um mit fernen Ereignissen in Raum und Zeit in Verbindung zu kommen, um zu erkennen, was sich im Überbewussten befindet und in das einzutreten, was für unseren mentalen Zustand überbewusst ist.

## 6. Das kosmische Bewusstsein – die Seele:

Mit diesen Dingen kann man sich in einem kurzen Überblick nicht zur Genüge auseinandersetzen. Das gewöhnliche Bewusstsein des Menschen ist auf seine Individualität begrenzt; er vermag in das Bewusstsein anderer Menschen und des Universals nur mit Hilfe indirekter Mittel oder durch ein oberflächliches und unvollständiges Erfassen einzutreten, durch Sinnenerfahrung, Kontakte, emotionelle Sympathie, durch mentale Auffassungen, durch die Übereinstimmung seiner eigenen Bewegungen mit der von anderen, durch Rückschlüsse. Im Yoga bricht an einem bestimmten Punkt diese Begrenzung zusammen, das Bewusstsein weitet sich, wird sich direkt des kosmischen Selbstes bewusst und weiß das individuelle Selbst im Einssein damit; es wird sich der kosmischen Energie bewusst und tritt mit dem Wirken der

kosmischen Kräfte in unmittelbaren Kontakt; auch mit dem des kosmischen Mentals und Lebens und der kosmischen Materie und fühlt zuerst einen Kontakt seines individuellen Mentals, Lebens und Körpers damit, dann ein Einssein, in dem die eigene individuelle Mentalität, Vitalität, Körperlichkeit nur als ein Teil des Universalen empfunden wird, als eine Woge im Ozean, ein Dynamo, der die universalen Kräfte empfängt und umformt. Schließlich verschmilzt das individuelle Bewusstsein mit dem kosmischen, man fühlt die ganze Welt in sich selbst und fühlt sich selbst von der Welt durchdrungen – das ist das kosmische Bewusstsein, das kosmische Mental und Leben, die stoffliche (kosmische) Energie, die durch die individuelle Tätigkeit wirkt. Das getrennte Ego hat entweder aufgehört zu bestehen oder ist nur ein Hilfsmittel für den universalen Spirit und sein Wirken. Das ist die wahre Vollendung des kosmischen Bewusstseins, die aber in ihrer Fülle nicht etwas allgemein Verbreitetes ist, sondern eigentlich zu dem gehört, was wir die Obermental-Verwirklichung nennen können; doch eine dauernde teilweise und wachsende Erfahrung davon oder ein wachsender Kontakt mit dem kosmischen Bewusstsein gehört normalerweise zum Yoga.

Das, was man in der Terminologie des Yoga unter „psychisch“ versteht, ist das Element der Seele in der Natur, die reine Seele oder der göttliche Nukleus, der hinter dem Mental, Leben und Körper steht (es ist nicht das Ego) und dessen wir uns nur undeutlich bewusst sind. Es ist ein Teil des Göttlichen, und er besteht fort von Leben zu Leben, wobei er die Lebenserfahrung durch seine äußeren Instrumente empfängt. In dem Maße, wie diese Erfahrung wächst, offenbart er eine sich entfaltende seelische Persönlichkeit, die immer auf dem Guten, Wahren und Schönen beharrt und schließlich bereit und stark genug wird, die [menschliche] Natur dem Göttlichen zuzuwenden. Sie kann dann gänzlich hervortreten und den mentalen, vitalen und physischen Schirm durchbrechen, die Instinkte beherrschen und die Menschennatur wandeln. Die Natur drängt sich nicht länger mehr der Seele auf; vielmehr ist es die Seele, der *purusa*, der der Natur seine Befehle auferlegt.

\*

Dich einer Psychoanalyse zu unterziehen war ein Fehler. Zumindest für den Augenblick hat es die Arbeit der Läuterung komplizierter und nicht einfacher gemacht. Die Psychoanalyse von Freud ist das letzte, was man mit dem Yoga in Verbindung bringen sollte. Sie befasst sich mit einem bestimmten Teil, dem dunkelsten, dem gefährlichsten, dem abträglichsten Teil der [menschlichen] Natur, mit der niederen vitalen, unterbewussten Schicht, isoliert einige ihrer krankhaftesten Erscheinungsformen und unterstellt ihnen einen Einfluss, der in keinem Verhältnis zu ihrer wahren Rolle in der Natur steht. Moderne Psychologie ist eine in den Kinderschuhen steckende Wissenschaft, sowohl unbesonnen als auch unsicher und unausgereift. Wie bei allen neu entwickelten Wissenschaften tobt sich die universale Gewohnheit des menschlichen Mentals hier aus: eine teilweise oder örtlich begrenzte Wahrheit ungebührlich zu verallgemeinern und zu versuchen, den gesamten Bereich der Natur mit ihren engen Begriffen zu erklären. Im übrigen ist es auf gefährliche Weise falsch, die Bedeutung unterdrückter sexueller Komplexe zu übertreiben; es kann einen schlimmen Einfluss haben und dahin führen, Mental und Vital grundlegend unreiner zu machen als vorher und nicht reiner.

Es ist richtig, dass das Unterschwellige [subliminal] im Menschen den größten Teil seiner Natur umfasst und das Geheimnis ungeahnter Dynamiken in sich birgt, wodurch seine Oberflächen-Tätigkeiten erklärt werden. Doch das niedere vitale Unterbewusste, das alles ist, was diese Psychoanalyse von Freud zu kennen scheint – und selbst hiervon kennt sie nur ein paar schlecht erhellte Winkel –, ist nicht mehr als ein begrenzter und sehr untergeordneter Teil des unterschwelligen Ganzen. Dahinter steht das unterschwellige Selbst und stützt den ganzen Menschen der Oberfläche; es birgt in sich ein umfassenderes und wirksameres Mental hinter dem Oberflächen-Mental, ein größeres und machtvolleres Vital hinter dem Oberflächen-Vital, ein feineres und freieres physisches Bewusstsein hinter dem Oberflächen-Dasein des Körpers. Und über diesen öffnet es sich dem höheren Überbewussten und darunter den niederen unterbewussten Bereichen. Wenn man die Natur läutern und umwandeln will, muss man sich der Macht dieser höheren Bereiche öffnen und sich zu ihnen erheben, um mit ihrer Hilfe sowohl das unterschwellige als auch das Oberflächen-Wesen zu wandeln. Auch das sollte nicht übereilt und unbesonnen, sondern mit Bedacht geschehen, indem man einer höheren Führung folgt und immer die rechte Haltung bewahrt; denn andernfalls könnte die Kraft, die herabgezogen wird, zu stark sein für das dunkle und schwache Gerüst der [menschlichen] Natur. Doch damit zu beginnen, das niedere Unterbewusste zu öffnen und zu riskieren, dass all das Verdorbene oder Finstere in ihm sich erhebt, bedeutet, vom Weg abzukommen und sich Kummer zu bereiten. Zuerst sollte man sich bemühen, dass das höhere Mental und Vital stark, beständig und voller Licht und Frieden von oben werden; dann erst kann man mit größerer Sicherheit und einiger Aussicht auf eine schnelle und erfolgreiche Wandlung das Unterbewusste öffnen und sogar in es hinabtauchen.

Die Methode, sich von den Dingen durch *anubhava* [Erfahrung] zu befreien, kann ebenfalls gefährlich sein; denn auf diese Weise kann man sich leicht noch mehr verstricken, statt die Freiheit zu erreichen. Hinter dieser Methode stehen zwei wohlbekannte psychologische Motive. Eines davon, das Motiv der absichtlichen Erschöpfung, hat nur in einigen Fällen Berechtigung, besonders dann, wenn eine angeborene Neigung [des Wesens] sich zu sehr festgesetzt oder einen zu ausgeprägten Charakter hat, als dass man sich durch *vicāra* [die intellektuelle Auseinandersetzung] oder durch Zurückweisung und Ersetzung durch die wahre Bewegung davon befreien könnte; wenn *anubhava* im Übermaß angewendet wird, muss der Sadhak manchmal sogar zur gewöhnlichen Tätigkeit des gewöhnlichen Lebens zurückkehren, um mit frischem Geist und frischer Willenskraft zur wahren Erfahrung zu gelangen, und dann, wenn das Hindernis ausgeräumt oder für die Ausmerzung reif ist, zum spirituellen Leben zurückkehren. Doch diese Methode des bewussten Nachgebens ist, wenngleich manchmal unvermeidlich, immer gefährlich. Sie hat nur dann Erfolg, wenn im Wesen ein sehr starker Wille zur Verwirklichung besteht; denn dann ruft dieses Nachgeben eine große Unzufriedenheit und Gegenwirkung hervor, *vairāgya* [Abscheu vor der Welt], und der Wille zur Vervollkommnung kann in den widerstrebenden Teil der Natur herabgebracht werden.

Das andere Motiv für *anubhava* ist von allgemeinerer Anwendbarkeit; denn um etwas vom Wesen zurückweisen zu können, muss man sich dessen erst bewusst werden, die klare innere Erfahrung seiner Wirkungsweise haben und seinen tatsächlichen Platz unter den Tätigkeiten der [menschlichen] Natur entdecken. Dann kann man darauf einwirken und es ausräumen, wenn es eine völlig falsche Bewegung ist, oder umwandeln,

wenn es nur die Entartung einer höheren und wahren Bewegung ist. Das oder ähnliches wird im System der Psychoanalyse auf unreife und falsche Weise mit rudimentärem und ungenügendem Wissen versucht. Die Methode, die niederen Bewegungen in das volle Licht des Bewusstseins zu heben, um sie kennenzulernen und sich mit ihnen auseinanderzusetzen, ist unvermeidlich; denn ohne das gibt es keine vollständige Wandlung. Wahrhaft erfolgreich kann es jedoch nur dann sein, wenn ein höheres Licht und eine höhere Kraft hinreichend am Werk sind, um früher oder später die Kraft der Veranlagung, die zur Wandlung dargeboten ist, zu überwinden. Viele wühlen unter dem Vorwand von *anubhava* nicht nur die feindliche Bewegung auf, sondern unterstützen sie auch durch ihre Zustimmung, statt sie zurückzuweisen; sie erfinden Ausflüchte, um sie fortzusetzen oder zu wiederholen, und fahren auf diese Weise fort, damit zu spielen, sich ihrer Wiederkehr hinzugeben, sie zu verewigen; später, wenn sie sich davon befreien wollen, hat sie sich derart festgesetzt, dass sie hilflos in ihrer Gewalt sind und nur ein furchtbarer Kampf oder ein Eingreifen der göttlichen Gnade sie befreien kann. Einige tun dies aus vitaler Verschrobenheit oder Perversion heraus, andere aus reiner Unwissenheit; aber sowohl im Yoga als auch im Leben wird Unwissenheit von der Natur nicht als rechtfertigende Entschuldigung akzeptiert. Diese Gefahr besteht immer, wenn man sich den unwissenden Teilen der Natur gegenüber falsch verhält; aber nichts ist unwissender, gefährlicher, unvernünftiger und hartnäckiger in seiner Wiederkehr als das niedere vitale Unterbewusste mit seinen Bewegungen. Es zur Erlangung von *anubhava* übereilt oder auf falsche Weise aufzurütteln, kann zur Folge haben, dass auch die bewussten Teile von seinem dunklen und schmutzigen Stoff überflutet und auf diese Weise das ganze Vital und selbst die mentale Natur vergiftet werden. Daher sollte man immer mit einer positiven und nicht mit einer negativen Erfahrung beginnen, indem man etwas von der göttlichen Natur – die Stille, das Licht, den Gleichmut, die Reinheit, die göttliche Stärke – in die zu verwandelnden Teile des bewussten Wesens herabbringt; erst wenn das zur Genüge geschehen und eine feste, positive Grundlage geschaffen ist, ist es ungefährlich, die verborgenen unterbewussten, feindlichen Elemente aufzurütteln, um sie durch die Stärke der göttlichen Stille, des Lichtes, der Kraft und des Wissens zu vernichten und auszurotten. Auch dann wird sich von selbst noch genug von dem niederen Stoff erheben, um dir so viel *anubhava* zu verschaffen, wie du zur Befreiung von den Hindernissen brauchst; dann aber kannst du dich mit ihnen wesentlich ungefährdeter und unter einer höheren inneren Führung auseinandersetzen.

\*

Es fällt mir schwer, diese Psychoanalytiker überhaupt ernst zu nehmen, wenn sie versuchen, spirituelle Erfahrung im Flackern ihrer Fackellichter zu prüfen – dennoch sollte man es vielleicht tun, denn Halbwissen ist eine machtvolle Sache und kann ein großes Hindernis für das Hervortreten der reinen Wahrheit sein. Diese modernen Psychologen kommen mir sehr wie Kinder vor, die ein abgekürztes und nicht ausreichendes Alphabet erlernen und jubelnd ihr A-B-C des Unterbewussten mit dem geheimnisvollen Untergrund „Super-Ego“ vermischen und sich einbilden, dass ihr erstes Schulheft dunkler Anfänge (K-A-T-Z-E=Katze, B-A-U-M=Baum) der eigentliche Kern wahren Wissens sei. Sie blicken von unten nach oben und erklären die höheren Formen



des Lichtes mit Hilfe der niederen Dunkelheit; aber die Grundlage dieser Dinge ist oben und nicht unten, *upari budhna eṣām*. Das Überbewusste, nicht das Unterbewusste ist die wahre Grundlage der Dinge. Die Bedeutung des Lotos kann nicht ergründet werden, indem man die Geheimnisse des Schlammes analysiert, aus welchem er hier wächst; sein Geheimnis muss im himmlischen Urbild des Lotos gefunden werden, der ewig in dem Licht blüht, das über uns ist. Außerdem ist der Bereich, den die Psychologen sich ausgewählt haben, unergiebig, dunkel und begrenzt; du musst das Ganze kennen, bevor du das Detail kennen kannst, und das Höchste, bevor du das Niederste wahrhaft verstehen kannst. Dies ist die Verheißung einer höheren Psychologie, die auf ihre Stunde wartet und vor der dieses armselige Umhertappen dahinschwinden und im Nichts zerrinnen wird.

## II.

Es gibt noch eine andere Ursache für die allgemeine Unfähigkeit zur Wandlung, die gegenwärtig den Sadhak belastet. Der Grund dafür ist, dass die Sadhana ganz allgemein, jetzt und schon seit langem, in das Unterbewusste herabgekommen ist; der Druck und der Ruf sollen die Wandlung in jenem Teil der Natur bewirken, der unmittelbar vom Unbewussten abhängig ist – die starren Gewohnheiten, die automatischen Bewegungen, die mechanischen Wiederholungen der Natur, die unwillkürlichen Reaktionen auf das Leben – von all dem, was zum festliegenden Charakter eines Menschen zu gehören scheint. Das muss geschehen, wenn es für die volle spirituelle Wandlung überhaupt eine Chance geben soll. Die (allgemeine und nicht individuelle) [Yoga-] Kraft ist am Werk, um das möglich zu machen; ihr Druck wirkt dahingehend – denn auf den anderen Ebenen wurde die Wandlung bereits ermöglicht (beachte aber, dass dies nicht für jedermann gilt). Das Unterbewusste dem Licht zu öffnen ist jedoch eine herkulische Aufgabe; die Wandlung auf anderen Ebenen ist viel leichter. Vorläufig hat diese Arbeit erst begonnen, und es überrascht nicht, dass sich in Dingen oder Menschen noch keine Veränderung erkennen lässt. Alles wird zu seiner Zeit kommen, aber nicht in Eile.

Was die Erfahrungen anbelangt, so ist es gut, wenn man sie hat; das Problem ist nur, dass sie die Natur nicht zu wandeln scheinen, sondern lediglich das Bewusstsein bereichern – selbst die Verwirklichung des Brahman [-Zustandes] auf der Mental-Ebene scheint die [menschliche] Natur beinahe dort zu lassen, wo sie ist – von wenigen Ausnahmen abgesehen. Aus diesem Grund bestehen wir auf der seelischen Umwandlung als dem vordringlichsten Erfordernis – denn sie ist es, die die Wandlung der Natur herbeiführt, und ihr hauptsächlichstes Hilfsmittel ist *bhakti*, Hingabe usw.

\*

Dem sonnenhellen Pfad kann man nur dann folgen, wenn sich die Seele fortwährend oder meistens im Vordergrund befindet oder wenn man eine natürliche Haltung des Glaubens und der Hingabe hat oder seine Augen ständig auf die Sonne richtet oder wenn eine seelische Empfänglichkeit (zum Beispiel der Glaube, dass man für den spirituellen Weg bestimmt ist) besteht oder die seelische Wandlung vollzogen ist. Das heißt nicht, dass der sonnenhelle Mensch keine Schwierigkeiten hätte; er kann viele haben, aber er betrachtet sie heiter als etwas, das „zur täglichen Arbeit gehört“. Wenn er schlimme Prügel erhält, vermag er zu sagen: Nun, das war eine seltsame Sache, aber offensichtlich

ist das Göttliche in seltsamer Stimmung, und wenn das seine Art ist, die Dinge zu tun, wird es wohl richtig sein. Ich selbst bin bestimmt ein noch seltsamerer Geselle, und es war vermutlich die einzige Möglichkeit, mich aufzuklären. Aber nicht jeder ist von diesem Schlag, und die Hingabe, die alles in Ordnung bringen würde, ist, wie du selbst sagst, schwierig zu vollziehen. Zumindest ist es schwierig, sie ganz zu vollziehen. Deshalb bestehen wir nicht auf einer sofortigen vollen Hingabe, sondern begnügen uns anfangs mit ein wenig und lassen das übrige wachsen, so gut es geht.

Ich habe dir erklärt, warum so viele Menschen (nicht etwa alle) sich in diesem düsteren Zustand befinden, dumpf und verzweifelt. Es ist *tamas*, die Trägheit des Unbewussten, die sie ergriffen hat. Es ist aber auch das kleine physische Vital, das sich nur für die kleinen und trivialen Dinge des gewöhnlichen täglichen und geselligen Lebens interessiert und für nichts anderes. Früher, als die Sadhana auf den höheren Ebenen stattfand (Mental, höheres Vital), gab es viel Energie, Begeisterung und Interesse sowohl für die Belange der Ashram-Arbeit und des Ashram-Lebens als auch für ein inneres Leben; das physische Vital wurde in diesem Strom mitgetragen. Bei vielen aber hat das aufgehört; sie leben im unbefriedigten vitalen Physischen und finden alles hoffnungslos langweilig, düster, ohne Reiz oder Ausweg. In ihrem inneren Leben hat der *tamas* des Unbewussten ein Hindernis oder einen Engpass geschaffen, und sie finden keinen Weg, der sie herausführt. Wenn man den richtigen Zustand und die richtige Haltung bewahren kann, ein starkes Interesse an der Arbeit oder an der Sadhana zu finden vermag, klingt das ab. Darin [in obigem] besteht das Übel. Das Heilmittel ist, den richtigen Zustand zu bewahren und allmählich – oder, wenn man kann, auch schnell – das Licht des höheren Strebens ebenfalls in diesen Wesens-Teil zu bringen, damit auch er, ungeachtet aller Umweltbedingungen, das Gleichgewicht bewahre. Dann würde der sonnenhelle Pfad weniger unmöglich erscheinen.

\*

Die außerordentliche Heftigkeit deiner Schwierigkeit wird durch den Yoga ausgelöst, der zum Grundgestein des Unbewussten vorgestoßen ist, welches sowohl im Einzelwesen als auch in der Welt die eigentliche Grundlage des Widerstandes ist gegenüber dem Sieg des Spirits und gegenüber dem Göttlichen Wirken, das zu diesem Sieg hinführt. Die Schwierigkeiten als solche sind von allgemeiner Art, sowohl im Ashram als auch in der äußeren Welt. Zweifel, Entmutigung, das Nachlassen oder der Verlust des Glaubens, das Verblasen des vitalen Enthusiasmus für das Ideal, Bestürzung sowie die Vereitlung der Hoffnung auf die Zukunft sind die allgemeinen Merkmale dieser Schwierigkeit. In der Welt draußen sind die Symptome viel schlimmer, wie die allgemeine Zunahme des Zynismus zeigt, die Ablehnung, überhaupt an etwas zu glauben, eine Abnahme der Ehrlichkeit, eine ungeheure Korruption, ein Beschäftigtsein mit Essen, Geld, Komfort, Vergnügen, die bis zur Ausschließung aller höheren Dinge führt, sowie die allgemeine Erwartung, dass immer schlimmere Dinge auf die Welt zukommen würden. All das, wie heftig es auch sein mag, ist eine vorübergehende Erscheinung, worauf jene vorbereitet waren, die nur irgend etwas vom Wirken der Weltenergie und vom Wirken des Spirits verstehen. Ich selbst habe vorhergesehen, dass es zum Schlimmsten kommen würde, zur Finsternis der Nacht vor der Dämmerung; ich habe deshalb nicht den Mut verloren. Ich weiß, dass sich etwas hinter der Finsternis vorbereitet und kann die ersten Zeichen seines

Kommens erkennen und fühlen. Jene, die das Göttliche suchen, müssen in ihrem Suchen eine feste Beharrlichkeit bewahren; nach einer Weile wird die Finsternis abnehmen und zerrinnen, und das Licht wird kommen.

\*

Ich weiß, dass dies für dich und jeden eine Zeit des Kummers ist. Das ist in der ganzen Welt so. Verwirrung, Sorge, Unordnung und Umsturz überall – das ist der allgemeine Zustand der Dinge. Die besseren Dinge, die kommen sollen, bereiten sich vor oder entwickeln sich unter einem Schleier, und die schlimmeren herrschen überall vor. Das einzige, was es zu tun gilt, ist durchzuhalten, bis die Stunde des Lichtes gekommen ist.

\*

Ich fürchte, ich kann deinen Briefpartnern, die den gegenwärtigen Zustand der Dinge beklagen – wenigstens für den Augenblick –, nur schwachen Trost bieten. Die Dinge stehen schlecht und werden schlimmer, und jeden Moment kann es zum Schlimmsten kommen oder schlimmer als zum Schlimmsten – wenn das überhaupt möglich ist; und alles, wie paradox es auch sei, scheint in der gegenwärtigen in Unruhe versetzten Welt möglich zu sein. Das Beste ist zu erkennen, dass all dies notwendig war, weil bestimmte Möglichkeiten hervortreten mussten, damit man sich davon befreie, wenn überhaupt eine neue und bessere Welt ins Dasein treten soll: es wäre nicht damit getan, es auf einen späteren Zeitpunkt zu verschieben. Es ist das gleiche wie im Yoga, wo die aktiven oder latenten Dinge im Wesen aktiv ins Licht hervortreten haben, so dass man sich damit auseinandersetzen oder sie hinausstoßen kann oder wo sie aus dem gleichen läuternden Grund aus der Verborgenheit der Tiefen auftauchen müssen. Deine Briefpartner können sich auch bestimmt der Redewendung erinnern, dass die Nacht vor der Dämmerung am dunkelsten ist, dass aber die Dämmerung unausweichlich kommt. Sie dürfen jedoch nicht vergessen, dass die neue Welt, deren Kommen wir entgegensehen, nicht von der gleichen Beschaffenheit sein wird wie die alte, dass sie sich von ihr nicht nur in der Form unterscheidet und dass sie auf eine andere Weise kommen muss – von innen und nicht von außen; daher ist es das Beste, sich nicht zu viel mit den bedauerlichen Dingen, die draußen geschehen, zu beschäftigen, sondern selbst innerlich zu wachsen, damit man bereit werde für die neue Welt, welche Gestalt auch immer sie annehmen wird.

\*

Bleibe fest in der Finsternis; das Licht ist da und wird siegen.

## 5. Die Schwierigkeiten des Pfades

**A**lle, die den spirituellen Pfad betreten, müssen den Schwierigkeiten und Prüfungen des Pfades die Stirn bieten – jenen, die sich aus ihrer eigenen Natur erheben und jenen, die von außen kommen. Die Schwierigkeiten in der [menschlichen] Natur erheben sich stets aufs neue, bis du sie überwunden hast; man muss ihnen sowohl mit Stärke als auch mit Geduld begegnen. Der vitale Teil aber neigt zu Depressionen, sobald Prüfungen und Schwierigkeiten auftauchen. Das ist nicht nur bei dir so, sondern bei allen Sadhaks – es bedeutet weder Untauglichkeit für die Sadhana, noch rechtfertigt es ein Gefühl der Hilflosigkeit. Du hast dich aber darin zu üben, diese Reaktion der Hilflosigkeit zu überwinden und die Kraft der Mutter anzurufen, damit sie dir helfe.

Alle, die sich standhaft an den Pfad halten, können ihrer spirituellen Erfüllung sicher sein. Wenn irgend jemand sie nicht erreichen sollte, kann das nur einen von zwei Gründen haben: Entweder weil er den Pfad verlässt oder weil er einer Verlockung von Ehrgeiz, Eitelkeit, Begehren usw. folgend das aufrichtige Vertrauen auf das Göttliche aufgibt.

\*

Allgemein kann gesagt werden, dass es nicht klug ist, sich zu sehr darum zu bemühen, alle möglichen Menschen, besonders sehr junge Menschen, für die Sadhana gewinnen zu wollen. Der Sadhak, der diesen Yoga aufnimmt, muss eine echte Berufung haben, und selbst dann ist der Weg oft schwierig genug. Wenn man aber die Menschen in einem Geist enthusiastischer Propaganda zur Aufnahme der Sadhana überredet, besteht die Gefahr, ein künstliches und unwirkliches Feuer zu entzünden, nicht den wahren Agni, oder aber ein kurzlebigen Feuer, das nicht andauern kann und vom Aufwallen vitaler Wogen überflutet wird. Das ist besonders bei jungen Menschen der Fall, die lenkbar sind und sich leicht von Ideen und übertragenen Gefühlen, die nicht die eigenen sind, fesseln lassen – später dann erhebt sich das Vital mit seinen unbefriedigten Forderungen, und sie pendeln zwischen zwei gegensätzlichen Kräften hin und her oder geben rasch dem starken Sog des gewöhnlichen Lebens und Treibens sowie der Befriedigung von Begierden nach, was ein natürlicher Hang im heranwachsenden Menschen ist. Oder aber der untaugliche [adhara](#) leidet unter dem Stress einer Berufung, für die er nicht bereit war oder noch nicht bereit war. Wenn man die wirkliche Sache in sich hat, geht man durch all das hindurch und nimmt am Ende die volle Sadhana auf – das trifft aber nur für eine Minderheit zu. Es ist besser, nur Menschen anzunehmen, die von selbst kommen, und von diesen nur jene, die wirklich eine eigene und anhaltende Berufung haben.

\*

Eine feste Regel für ein solches Leiden gibt es nicht. Nicht die Seele ist es, die leidet; das Selbst ist ruhig und gleichmütig gegenüber allen Dingen, und der einzige Kummer der seelischen Wesens ist der Kummer über den Widerstand der [menschlichen] Natur gegenüber dem Göttlichen Willen oder über den Widerstand der Dinge und Menschen gegenüber dem Ruf des Wahren, Guten und Schönen. Was vom Leiden betroffen wird, das ist die vitale Natur und der Körper. Wenn sich die Seele dem Göttlichen zuwendet, kann ein Widerstand im Mental auftreten, der meist in Form von Leugnung und Zweifel in Erscheinung tritt, was mentales und vitales Leiden hervorrufen kann. Es kann auch einen Widerstand in der vitalen Natur geben, deren hauptsächlichster Wesenszug das Begehren und das Verhaftetsein mit den Gegenständen des Begehrens ist, und wenn auf diesem Gebiet ein Konflikt zwischen der Seele und der vitalen Natur besteht, zwischen der Anziehungskraft des Göttlichen und dem Sog der Unwissenheit, dann leiden das Mental und der vitale Teil ganz offensichtlich. Auch das physische Bewusstsein kann Widerstand bieten, der im allgemeinen in einer grundlegenden Trägheit besteht, einer Dunkelheit im reinen Stoff des Physischen, in einem Nichtbegreifen, einer Unfähigkeit, auf das höhere Bewusstsein anzusprechen, sowie in der Gewohnheit, hilflos und mechanisch auf das Niedere zu reagieren, selbst wenn es nicht will; daraus kann sowohl vitales als auch physisches Leiden entstehen. Außerdem gibt es den Widerstand der Universalen Natur, die nicht will, dass das Wesen aus der Unwissenheit in das Licht entkommt. Das kann die Form eines leidenschaftlichen Beharrens auf der Weiterführung der alten Bewegungen annehmen, deren Wogen das Mental, Vital und den Körper erfassen, so dass die alten Ideen, Impulse, Begierden, Gefühle und Reaktionen fortbestehen – selbst nachdem sie hinausgeworfen und zurückgewiesen wurden – und wie eine Armee, die von außen angreift, zurückkehren können, bis schließlich die ganze dem Göttlichen hingeebene Natur sich weigert, sie anzunehmen. Das ist die subjektive Form des universalen Widerstandes; er kann aber auch eine objektive Form annehmen – Feindseligkeit, Verleumdung, Angriffe, Verfolgung, Unglück von vielerlei Art, feindliche Bedingungen und Umstände, Schmerzen, Krankheiten, Bedrohung von Seiten der Menschen oder Kräfte. Auch hier liegt die Möglichkeit des Leidens auf der Hand. Es gibt zwei Wege, all dem zu begegnen: erstens den des Selbstes, der Stille, des Gleichmuts – ein Spirit, Wille, Mental, Vital, ein physisches Bewusstsein, die entschlossen dem Göttlichen zugewandt bleiben und sich von all den Suggestionen des Zweifels, Begehrens, Verhaftetseins, von Depression und Kummer, Schmerz und Trägheit nicht erschüttern lassen. Das ist möglich, wenn das innere Wesen erwacht, wenn man sich des Selbstes bewusst wird, des inneren Mentals, des inneren Vitals, des inneren Physischen, denn sie können sich leichter dem göttlichen Willen anpassen; und dann findet eine Spaltung im Wesen statt, als ob es zwei Wesen gäbe, eines im Inneren, ruhig, stark, gleichmütig, gelassen, ein Kanal des Göttlichen Bewusstseins und der Göttlichen Kraft, und ein äußeres, das immer noch von der niederen Natur missbraucht wird; dann aber werden die Störungen durch letzteres etwas Oberflächliches sein – nicht mehr als ein äußerliches Kräuseln, bis auch dieses unter dem inneren Druck dahinschwindet und versinkt und auch das äußere Wesen ruhig, konzentriert und unangreifbar bleibt. Es gibt auch den Weg der Seele – er besteht darin, dass das seelische Wesen mit seiner ihm innewohnenden Kraft, seiner Weihung, Anbetung, seiner Liebe für das Göttliche, seiner Selbst-Hingabe und Überantwortung hervortritt und diese dem Mental, Vital und physischen Bewusstsein auferlegt und sie zwingt, all ihre Bewegungen auf Gott zu richten. Wenn die Seele stark und ganz und gar Gebieter ist, gibt es kein subjektives

Leiden mehr oder nur noch wenig, und das objektive kann weder die Seele noch die anderen Teile des Bewusstseins berühren – der Weg ist sonnenhell und eine große Freude und Süße werden zum Grundton der ganzen Sadhana. Was die äußeren Angriffe und feindlichen Umstände anbelangt, so hängt das von dem Wirken der [Yoga-] Kraft ab, die die Beziehung des Wesens zur äußeren Natur umwandelt; in dem Maß, in dem die Kraft ihren Sieg ausdehnt, werden sie eliminiert werden; aber sie können die Sadhana nicht behindern, wie lange auch immer sie andauern, denn dann werden selbst feindliche Dinge und Geschehnisse ein Mittel für ihren Fortschritt und für das Wachsen des Spirits werden.

\*

Die noch verbleibenden Schwierigkeiten, obwohl sie nicht identisch sind, gleichen in ihrer Ursache und grundlegenden Natur jenen, die du entweder zum großen Teil oder vollständig überwunden hast, und sie können auf die gleiche Weise überwunden werden; es ist eine Frage der Zeit und des inneren Sich-Fügens gegenüber dem Göttlichen Druck, der die Wandlung des Menschen bewirkt.

Bei der menschlichen Natur und dem Charakter des Individuums handelt es sich um ein Gebilde, das sich in und aus der Unbewusstheit der stofflichen Welt erhoben hat und vom Druck dieses Unbewussten niemals völlig frei werden kann. In dem Maß, in dem das Bewusstsein im Wesen wächst, das in diese stoffliche Welt hineingeboren wurde, nimmt es die Form einer Unwissenheit an, die langsam Wissen aufnimmt oder unter Schwierigkeiten danach strebt; aus dieser Unwissenheit besteht die menschliche Natur, und aus den Elementen der Unwissenheit besteht der Charakter des Einzelwesens. Es ist größtenteils ein mechanischer Vorgang wie alles übrige in der stofflichen Natur, und es besteht beinahe ausnahmslos ein Widerstand, meist sogar ein starker und hartnäckiger Widerstand gegenüber jeder von ihr geforderten Wandlung. Der Charakter setzt sich aus Gewohnheiten zusammen und klammert sich daran; er neigt dazu, sie für das eigentliche Gesetz seines Wesens zu halten, und es ist eine harte Aufgabe, ihn überhaupt zur Wandlung zu bewegen, wenn er nicht einem starken Druck von Umständen ausgesetzt ist. Dieser Widerstand besteht besonders in den physischen Teilen, im Körper, im physischen Mental und in den physischen Bewegungen des Lebens; das tamasische Element in der Natur ist dort machtvoll – das was die Gita als *aprakāśa* beschreibt –, Mangel an Licht und *apravṛtti*, die Tendenz zu Trägheit, Untätigkeit sowie Abgeneigtheit, sich anzustrengen, und als Folge davon, selbst wenn eine Anstrengung erfolgt, eine ständige Bereitschaft zu zweifeln, zu verzagen und die Hoffnung sowie das Ziel und die Bemühung aufzugeben, zusammenzubrechen. Glücklicherweise gibt es in der menschlichen Natur auch ein sattwisches Element, das sich dem Licht zuwendet, sowie ein rajasisches oder kinetisches Element, dessen Wunsch und Bedürfnis es ist zu handeln, und das man dazu bewegen kann, nicht nur die Wandlung, sondern auch ständigen Fortschritt zu wollen. Aber auch diese [Elemente] sind infolge der Begrenzungen durch die menschliche Unwissenheit und der Hemmnisse durch die grundlegende Unbewusstheit mit Kleinlichkeit und Spaltung behaftet und können das spirituelle Bemühen sowohl behindern als auch fördern. Die spirituelle Wandlung, welche der Yoga von der menschlichen Natur und ihrem individuellen Charakter fordert, ist daher sehr schwierig, man kann beinahe sagen, dass sie die schwierigste aller

menschlichen Bestrebungen und Bemühungen ist. Wenn die sattwischen und rajasischen Elemente veranlasst werden können, sie [die spirituelle Wandlung] zu unterstützen, vereinfacht das ihren Weg; doch selbst das sattwische Element kann sich durch sein Verhaftetsein mit alten Ideen, vorgefassten Meinungen, mentalen Vorlieben und einseitigen Beurteilungen sowie mit Ansichten und Gedankengängen, die sich der höheren Wahrheit in den Weg stellen, widersetzen. Das kinetische Element widersteht durch seinen Egoismus, seine Leidenschaften, Begierden und starken Bindungen, seine Eitelkeit und seinen Eigendünkel, seine ständige Gewohnheit zu fordern, und viele andere Hindernisse. Der Widerstand des Vitals hat einen ungestümeren Charakter, als ihn die übrigen [das sattwische und kinetische Element] haben, und unterstützt die anderen mit der ihm eigenen Heftigkeit und Leidenschaft, was die Ursache der ganzen akuten Schwierigkeit, des Aufruhrs, der Umwälzung und Störung ist und den Ablauf des Yoga beeinträchtigt. Das Göttliche ist da, aber Es missachtet nicht die Bedingungen, Gesetze und Umstände der Natur; diese Umstände sind es, unter denen Es all seine Arbeit tut, Seine Arbeit in der Welt und im Menschen und folglich auch im Sadhak, im Strebenden, selbst im Gott-Erkennenden und Gott-Liebenden; sogar der Heilige und der Weise haben weiterhin Schwierigkeiten und werden durch ihre menschliche Natur behindert. Eine vollständige Befreiung und Vollendung oder das vollständige Besitzergreifen des Göttlichen [durch den Sadhak] und die Besitzergreifung [des Sadhaks] durch das Göttliche sind möglich, sie geschieht aber meist nicht durch ein schlichtes Wunder oder eine Reihe von Wundern. Das Wunder kann geschehen und geschieht, aber nur wenn der Ruf voll gehört wird und das vollständige Selbstgeben der Seele und das gänzliche weiteste Sich-Öffnen der [menschlichen] Natur stattfindet.

Dennoch, wenn einmal der Ruf der Seele ergeht, auch wenn es nicht der volle Ruf ist, kann es, wie groß und hartnäckig die Schwierigkeiten auch sein mögen, keinen endgültigen, nicht wiedergutzumachenden Fehlschlag mehr geben; selbst wenn der Faden durchtrennt wurde, wird er wieder aufgenommen, zusammengefügt und bis zu seinem Ende verfolgt werden. In der [menschlichen] Natur selbst findet als Reaktion auf das innere Bedürfnis ein Wirken statt, das, wie langsam auch immer, das Ergebnis herbeiführt. Doch ist eine gewisse innere Zustimmung erforderlich; der Fortschritt, den du in dir selbst bemerkst hast, ist auf die Tatsache zurückzuführen, dass diese Zustimmung in der Seele und auch in einem Teil der Natur bestand; die Wandlung wurde durch das Mental beharrlich verlangt und von einem Teil des Vitals gefordert; der Widerstand in einem Teil des Mentals und Vitals machte sie langwierig und schwierig, konnte sie aber nicht verhindern.

Du fragst, was du meinem Wunsche folgend tun sollst. Mein Wunsch ist, dass du ausharrst und mehr jene innere Zustimmung erteilst, die den bereits erzielten Fortschritt herbeiführte, so dass auch hier der Widerstand sich verringern und schließlich verschwinden möge.

Und befreie dich von einem übertriebenen Beharren auf dem Gebrauch des Verstandes, der Richtigkeit deiner individuellen Vernunft und ihrem Recht, in allen Fragen die Entscheidung zu treffen. Der Verstand hat seine Befugnis, besonders hinsichtlich bestimmter physischer Dinge und allgemeiner weltlicher Fragen – obwohl er selbst dort ein sehr fehlbarer Richter ist – oder in der Formung von metaphysischen Folgerungen und Verallgemeinerungen; aber sein Anspruch, die entscheidende Autorität in Fragen des Yoga oder in spirituellen Dingen zu sein, ist unhaltbar. Die Tätigkeit des äußeren Intellektes führt hier nur zur Bildung von persönlichen Meinungen, nicht aber

zur Entdeckung der Wahrheit. In Indien wusste man immer, dass der Verstand und seine Logik oder sein Urteil nicht die Verwirklichung spiritueller Wahrheiten vermitteln, sondern nur zu einer intellektuellen Darlegung von Ideen beitragen können; Verwirklichung kommt durch Intuition und innere Erfahrung. Verstand und Intellektualität können nicht bewirken, dass du das Göttliche siehst – es ist die Seele, die sieht. Das Mental und die anderen Instrumente können an dieser Schau nur teilhaben, wenn sie ihnen durch die Seele übermittelt wird, und sie willkommen heißen und sich daran erfreuen. Das Mental kann die Verwirklichung auch verhindern oder zumindest ihr oder der Schau lange im Wege stehen. Denn seine Voreingenommenheiten, vorgefassten Meinungen und mentalen Vorlieben können einen Wall von Argumenten gegenüber der zu verwirklichenden spirituellen Wahrheit bilden und es [das Mental] kann sich weigern, sie anzunehmen, wenn sie sich in einer Form darbietet, die seinen eigenen Ideen von früher nicht entspricht; genauso kann es dich auch daran hindern, das Göttliche zu erkennen, wenn das Göttliche sich in einer Form zeigt, auf die der Intellekt nicht vorbereitet ist oder die in einer beliebigen Einzelheit seinen Voreingenommenheiten und Vorurteilen nicht entspricht. Man kann sich in anderen Dingen auf den Verstand verlassen, vorausgesetzt der Verstand versucht, offen und unparteiisch zu sein, frei von ungebührlicher Leidenschaft und bereit zuzugeben, dass er nicht immer recht hat und irren kann. In Fragen hingegen, für die er nicht zuständig ist, wie die spirituelle Verwirklichung, und in Fragen des Yoga, die einer anderen Wissenssebene angehören, ist es nicht ratsam, sich allein auf ihn zu verlassen.

\*

Es besteht kein Widerspruch zwischen meinen früheren Bemerkungen über den sonnenhellen Pfad und dem, was ich über die schwierigen und unerfreulichen Passagen sagte, welche der Yoga bei seiner normalen Entwicklung in der menschlichen Natur durchlaufen muss. Dem sonnenhellen Pfad können jene folgen, die fähig sind, die Hingabe zu vollziehen, zuerst eine zentrale Hingabe und später ein vollständigeres Selbstgeben in allen Teilen des Wesens. Wenn sie die Haltung der zentralen Hingabe einnehmen und aufrechterhalten können, wenn sie sich ganz dem Göttlichen überlassen können und freudig das annehmen, was immer vom Göttlichen auf sie zukommt, dann wird ihr Pfad sonnenhell werden und kann sogar gerade und einfach sein. Sie können nicht allen Schwierigkeiten entgehen, kein Suchender kann das, aber sie werden fähig sein, ihnen ohne Schmerz und Verzagtheit zu begegnen – so wie Yoga entsprechend der Empfehlung der Gita tatsächlich ausgeübt werden soll, *anirvinṇacetasā* – auf die innere Führung vertrauend und sie mehr und mehr wahrnehmend, oder aber auf die äußere Führung durch den Guru. Man kann ihm [dem sonnenhellen Pfad] auch dann folgen, wenn man kein Licht und keine Führung empfindet, aber ein lichter, fester Glaube und eine glückliche *bhakti* bestehen oder erworben werden können oder wenn man die Natur eines spirituellen Optimisten und den festen Glauben oder das feste Gefühl hat, dass alles, was durch das Göttliche geschieht, zum besten ist, auch wenn wir sein Tun nicht verstehen können. Doch haben nicht alle diese Natur; die meisten sind sehr weit davon entfernt, und die volle oder selbst die zentrale Hingabe ist nicht so leicht zu vollziehen, und sie immer zu bewahren ist schwer genug für unsere menschliche Natur. Wenn diese Dinge nicht gegeben sind, wird die Freiheit der Seele nicht erreicht, und wir



müssen uns statt dessen dem Gesetz unterwerfen oder eine harte und schwierige Disziplin erfüllen.

Das Gesetz wird uns durch die Unwissenheit auferlegt, aus welcher die Natur all unserer Teile besteht; unser physisches Wesen ist offensichtlich eine Masse von Unwissenheit, das Vital ist voller unwissender Begierden und Leidenschaften, auch das Mental ist ein Instrument der Unwissenheit, das sich eine Art von unvollständigem, im wesentlichen untergeordnetem und äußerem Wissen erkämpft. Der Pfad des Suchenden führt durch diese Unwissenheit hindurch; auf lange Zeit ist es ihm nicht möglich, das Licht einer zuverlässigen Erfahrung oder Verwirklichung zu entdecken; er hat nur die Hoffnungen, Ideen und Anschauungen des Mentals, die nicht das wahre spirituelle Sehen vermitteln; oder es werden ihm flüchtige Schimmer des Lichtes oder Zeiten des Lichtes zuteil; oft aber verlöscht es, und den lichten Perioden folgen häufige oder lange Zeiten der Finsternis. Es gibt fortwährende Schwankungen, nachhaltige Enttäuschungen, unzählige Stürze und Fehlschläge. Kein Yoga-Pfad ist wirklich leicht oder frei von diesen Schwierigkeiten oder Schwankungen; der Weg der *bhakti* wird als der einfachste betrachtet, dennoch werden immer wieder Klagen darüber laut, dass man [ auf ihm] ständig sucht, doch niemals findet und bestenfalls fortwährendes Ebben und Fluten herrschen, *milana* [Einung] und *viraha* [die Abwesenheit des Göttlichen Geliebten], Freude und Weinen, Ekstase und Verzweiflung. Wenn man den Glauben oder bei fehlendem Glauben den Willen hat hindurchzugehen, setzt man seinen Weg fort und tritt in die Freude und das Licht der Göttlichen Verwirklichung ein. Wenn man jedoch den Zustand der wahren Hingabe erlangen kann, ist all das nicht notwendig; man kann den sonnenhellen Weg beschreiten. Oder wenn man von der reinen *bhakti* berührt wird, *śuddhā bhakti*, dann ist das allein genug, was immer auch geschieht; der Weg wird einfach, oder es stellt, auch wenn er nicht einfach ist, doch einen ausreichenden Anfang dar, der uns bis zum Ende trägt, ohne die Leiden und Stürze auf uns nehmen zu müssen, die dem unwissenden Suchenden so oft widerfahren.

In allen Yoga-Systemen gibt es drei hauptsächliche Ziele, die durch den Suchenden erreicht werden müssen: die Einung oder der bleibende Kontakt mit dem Göttlichen, die Befreiung der Seele oder des Selbstes, des Spirits, und eine bestimmte Wandlung des Bewusstseins, die spirituelle Wandlung. Diese Wandlung, die notwendig ist, um die beiden anderen Ziele zu erreichen, zumindest in gewissem Umfang, ist die Ursache der meisten Kämpfe und Schwierigkeiten; denn es ist nicht leicht, sie zu vollziehen: es wird eine Wandlung des Mentals, eine Wandlung des Herzens, eine Wandlung der Gewohnheiten des Willens gefordert, dem unsere unwissende Natur einen hartnäckigen Widerstand entgegensetzt. Dieser Yoga ist auf eine volle Umwandlung der Natur ausgerichtet, weil das für die vollständige Einung mit dem Göttlichen und für die Befreiung nicht nur der Seele und des Spirits sondern auch der [menschlichen] Natur notwendig ist. Es ist auch ein Yoga der Werke und des integralen göttlichen Lebens; es liegt auf der Hand, dass hierfür die integrale Umwandlung der Natur notwendig ist; die Einung mit dem Göttlichen muss den vollen Eintritt in das Göttliche Bewusstsein und die göttliche Natur mit sich bringen; es darf nicht nur *sāyujya* [die absolute Einung des Göttlichen mit dem menschlichen Spirit] oder *sālokyā* [das Verweilen der Seele im Göttlichen] sein, sondern *sādṛśya* [die Ähnlichkeit mit dem Göttlichen] oder, wie es in der Gita genannt wird, *sādharmya* [die Einswerdung mit dem Göttlichen Gesetz des Seins und Handelns]. Der volle Yoga, Purna-Yoga, bedeutet einen vierfachen Pfad, einen

Yoga des Wissens für das Mental, einen Yoga der **bhakti** für das Herz, einen Yoga der Werke für den Willen und einen Yoga der Vervollkommnung für die ganze Natur. Wenn man aber mit ganzem Herzen einer dieser Richtungen zu folgen vermag, erreicht man im allgemeinen das Ergebnis von allen vieren. So nähert man sich zum Beispiel durch **bhakti** dem Göttlichen, wird sich seiner intensiv bewusst und gelangt zu Wissen; denn das Göttliche ist die Wahrheit und die Wirklichkeit, und wenn man Es kennt, sagt die Upanishad, kennt man alles. Durch **bhakti** wird der Wille auf den Pfad der Werke der Liebe, des Dienstes am Göttlichen gelenkt sowie der Kontrolle über die Natur und ihrem Tun durch das Göttliche – das ist der Karma-Yoga. Durch **bhakti** erfolgt auch die spirituelle Wandlung des Bewusstseins und der Tätigkeit der [menschlichen] Natur, welches ein erster Schritt auf ihre Umwandlung hin ist. So ist es mit allen anderen Richtungen des vierfachen Pfades. Es ist aber auch möglich, dass viele Hemmnisse im Wesen die Herrschaft der **bhakti** über das Mental, das Herz und den Willen sowie den sich daraus ergebenden Kontakt mit dem Göttlichen blockieren. Die zu große Aktivität des intellektuellen Mentals und sein Verhaftetsein mit der Überheblichkeit seiner eigenen Ideen, seinen Vorurteilen, festgefahrenen Vorstellungen und seinem unwissenden Verstand können die Türen zum inneren Licht verschließen und die volle Flut der **bhakti** daran hindern, alles zu überströmen; es [das intellektuelle Mental] kann sich auch an eine oberflächliche mentale Aktivität klammern, sich weigern, nach innen zu gehen und der seelischen Schau und den Gefühlen des inneren Herzens zu erlauben, es zu lenken; es sind aber diese Schau und dieses Gefühl, durch welche die **bhakti** wächst und siegt. Auch die Leidenschaften und Begierden des vitalen Wesens und seines Egos können den Weg blockieren und die Hingabe des Mentals und Herzens an das Göttliche verhindern. Die Trägheit, Unwissenheit und Unbewusstheit des physischen Bewusstseins, sein Verhaftetsein mit festen Gewohnheiten des Denkens, Fühlens und Handelns, sein Beharren darauf, im alten Fahrwasser weiterzumachen, kann der geforderten Wandlung sehr im Wege stehen. Unter solchen Umständen wird das Göttliche auf seine Zeit zu warten haben; wenn aber das wirkliche Verlangen im Herzen herrscht, kann all das die endgültige Verwirklichung nicht verhindern; dennoch wird sie sich möglicherweise Zeit lassen müssen, bis die Behinderungen beseitigt oder zumindest so sehr ausgeräumt sind, dass die Göttliche Macht ungehindert auf die Oberflächennatur einwirken kann. Bis dahin mag es Perioden einer inneren Entspannung geben, ein gewisses Licht im Mental, auch Perioden, in denen man das Gefühl der **bhakti** und des Friedens hat, Perioden voller Freude der Selbstweihung in den Werken und im Dienen; es wird aber lange Zeit benötigen, bis diese Dinge für immer verweilen können, und es wird viel Kampf, Unruhe und Leiden geben. Am Ende wird das Wirken des Göttlichen sichtbar werden, und man wird fähig sein, in seiner Gegenwart zu leben.

Ich habe die Schwierigkeiten des Yoga in ihrer schlimmsten Form beschrieben, wie sie selbst jene, die für die Verwirklichung ausersehen sind, behindern und anfechten können; ebenso oft aber wechseln Licht und Finsternis einander ab oder vermischen sich; vielleicht eine anfängliche Erreichung und nachfolgend tiefgreifende Schwierigkeiten; Fortschritt und dann Attacken und Verzögerungen, kraftvolle Vorwärtsbewegungen und ein ratloses Umherirren im Morast der Unwissenheit. Selbst große Verwirklichungen können sich einstellen, ein heller Glanz an Licht und spiritueller Erfahrung, und dennoch ist das Ziel nicht erreicht; denn, wie es im Rig-Veda heißt, „indem man Gipfel um Gipfel erklimmt, wird es sichtbar, wie viel noch zu tun übrigbleibt“. Es gibt aber immer etwas, das uns weiterträgt oder vorwärtstreibt. Das kann die Form von etwas Bewusstem im

Vordergrund annehmen, die Form einer beherrschenden spirituellen Idee, eines unanfechtbaren Strebens oder eines festen Glaubens, die manchmal gänzlich verhüllt oder in Zeiten der Finsternis oder schwerer Umwälzungen sogar vernichtet zu sein scheinen; stets aber treten sie wieder hervor, wenn der Sturm vorübergezogen ist oder die Dunkelheit des Himmels sich aufgeheit hat, und machen ihren Einfluss geltend. Es kann aber auch etwas in der eigentlichen Essenz des Wesens sein, tiefer als irgendeine Idee oder ein Wille im Mental, tiefer und dauerhafter als das Streben des Herzens, der eigenen Wahrnehmung jedoch verhüllt. Es kann sich jemand, der aus einer mentalen Neugierde oder selbst aus einem mentalen Bedürfnis nach Wissen heraus zum Yoga gedrängt wird, aus Enttäuschung oder irgendeiner anderen Ursache vom Pfad abwenden; viel mehr noch können sich jene von ihm abwenden, die ihn aus einem inneren Ehrgeiz oder vitalen Begehren heraus aufgenommen haben, aber dem Aufruhr, der Enttäuschung oder Mutlosigkeit über häufige Rückschläge und Versagen nicht standhalten konnten. Wenn aber diese tiefere Sache in dir ist, kannst du den Pfad des spirituellen Bestrebens nicht für immer verlassen: du magst zwar den Entschluss fassen, wirst aber innerlich daran gehindert, oder du verlässt ihn, wirst aber durch das geheime spirituelle Erfordernis im Inneren dazu gezwungen, zu ihm zurückzukehren.

All diese Dinge sind jedem Yoga-Pfad gemein; es sind die normalen Schwierigkeiten, Schwankungen und Kämpfe, die sich auf dem Pfad des spirituellen Bemühens einstellen. In diesem Yoga aber gibt es eine Ordnung oder Folge des Wirkens der geheimen Kraft, die in ihren Einzelheiten in jedem Sadhak völlig anders sein kann, aber dennoch eine allgemeine Linie aufweist. Durch unsere Evolution wurde das Wesen emporgeführt aus der unbewussten Materie in die Unwissenheit von Mental, Leben und Körper, die durch ein unvollkommenes Wissen modifiziert wird; sie [diese Evolution] versucht nun, uns in das Licht des Spirits hinauszuführen, uns in dieses Licht zu heben und es für uns herabzubringen, sowohl in den Körper und das Leben als auch in das Mental und das Herz, und damit unser ganzes Sein zu erfüllen. Dies und seine Folgeerscheinungen, deren größte die Einung mit dem Göttlichen und das Leben im göttlichen Bewusstsein ist, sind der Sinn der integralen Umwandlung. Das Mental ist gegenwärtig unsere höchste geistige Kraft; mit Hilfe des denkenden Mentals und des Herzens, mit der Seele, dem seelischen Wesen dahinter, müssen wir in den Spirit hineinwachsen; denn was die Yoga-Kraft zuerst zu erreichen versucht, ist, das Mental festzulegen in der richtigen zentralen Idee, im Glauben oder in der mentalen Haltung und im rechten Streben und Gleichmut des Herzens, und diese Dinge hinreichend zu stärken und zu festigen, damit sie ausharren, trotz der anderen Dinge im Mental und Herzen, die von ihnen verschieden sind oder in Widerspruch zu ihnen stehen. Damit einhergehend übermittelt sie [die Yoga-Kraft] alle Erfahrung, Verwirklichung, Herabkunft, alles wachsende Wissen, wofür das Mental des Einzelwesens zu dem entsprechenden Zeitpunkt bereit ist, oder soviel davon, wie unbedeutend es auch sei, wie für seinen weiteren Fortschritt notwendig ist; manchmal sind diese Verwirklichungen und Erfahrungen sehr groß und reich, manchmal geringfügig und klein oder unbedeutend; bei einigen Menschen scheint in diesem ersten Stadium nicht viel davon oder nichts Entscheidendes zu geschehen – die Kraft scheint sich allein auf die Vorbereitung des Mentals zu konzentrieren. In vielen Fällen scheint die Sadhana mit Erfahrungen im Vital zu beginnen und fortzuschreiten; aber ohne eine gewisse mentale Vorbereitung sollte dies nicht geschehen, selbst wenn es nichts weiter ist als eine Wende des Mentals oder eine Art Öffnung, welche die vitalen Erfahrungen möglich macht. Mit dem Vital zu beginnen

ist in jedem Fall eine gewagte Sache; die Schwierigkeiten dort sind zahlreich und heftiger als auf der mentalen Ebene, und die Gefahren sind unzählbar. Der Zugang zur Seele, dem seelischen Wesen, ist weniger einfach, weil es von einer dicken Schicht aus Ego, Leidenschaft und Begehren überdeckt ist. Man kann leicht von der Verworrenheit vitaler Erfahrungen, die nicht immer verlässlich sind, verschlungen werden, der Versuchung der kleinen Siddhis, der Anziehungskraft der Mächte der Finsternis auf das Ego. Man muss sich durch dieses Dickicht zum seelischen Wesen im Hintergrund hindurchkämpfen, um es nach vorne zu bringen; erst dann kann die Sadhana auf der vitalen Ebene sicher sein.

Wie dem auch sei, die Herabkunft der Sadhana, die Herabkunft des Wirkens der [Yoga-] Kraft auf die vitale Ebene unseres Wesens wird nach einiger Zeit notwendig. Die Kraft vollzieht, bevor dieser Schritt getan ist, keine globale Wandlung des mentalen Wesens und der [menschlichen] Natur und noch viel weniger eine integrale Umwandlung; wenn das geschehen könnte, würde die restliche Sadhana verhältnismäßig sicher und einfach sein. Aber da ist das Vital und übt immer einen Druck aus auf das Mental und das Herz, stört die Sadhana und gefährdet sie, und es kann nicht zu lange Zeit sich selbst überlassen werden. Mit dem Ego und den Begierden des Vitals, seinen Tumulten und Umwälzungen muss man sich auseinandersetzen, sie müssen, wenn auch nicht auf einmal verbannt, so doch zumindest beherrscht und für eine allmähliche Modifikation, Wandlung und Erleuchtung vorbereitet werden. Das kann nur auf der vitalen Ebene selbst geschehen indem man [mit dem Bewusstsein] auf diese Ebene herabkommt. Das vitale Ego muss sich selbst seiner Mängel bewusst werden und willens sein, sich davon zu befreien; es muss entschlossen seine Eitelkeiten, seinen Ehrgeiz, seine Begierden und Sehnsüchte, seinen Groll und seine Empörung und all den übrigen ungeläuterten Stoff sowie die unreinen Bewegungen hinausstoßen. Das ist die Zeit der größten Schwierigkeiten, Revolten und Gefahren. Das vitale Ego hasst es, wenn man seine Wünsche durchkreuzt, es verübelt Enttäuschung und ist wütend, wenn sein Stolz und seine Eitelkeit verletzt werden; der Vorgang der Läuterung ist ihm zuwider, und es ist durchaus möglich, dass es diesem gegenüber *satyagraha* erklärt – die Zusammenarbeit verweigert, seine eigenen Forderungen und Neigungen rechtfertigt, mancherlei passiven Widerstand leistet, die vitale Unterstützung, die sowohl für das Leben als auch für die Sadhana notwendig ist, zurückzieht und versucht, das Wesen vom spirituellen Pfad abzubringen. All dem hat man die Stirn zu bieten, und man muss es überwinden, denn der Tempel des Wesens muss rein gefegt werden, wenn der Gott unseres Wesens seinen Platz dort einnehmen und unsere Anbetung empfangen soll.

\*

Deine Frage wirft eines der schwierigsten und kompliziertesten aller Probleme auf, und sich hinreichend damit auseinanderzusetzen würde eine Antwort erfordern, die so lang ist wie das längste Kapitel des „*Life Divine*“. Ich kann nur meine eigene Erkenntnis darlegen, die sich nicht auf Überlegungen, sondern auf die Erfahrung gründet, dass es eine solche Führung gibt und in diesem Universum nichts vergebens ist.

Wenn wir nur äußere Tatsachen betrachten, so wie sie sich oberflächlich darstellen, oder wenn wir das, was um uns herum geschieht, als endgültig betrachten, nicht als Vorgänge eines Augenblicks in einem sich entwickelnden Ganzen, ist die Führung nicht ersichtlich; bestenfalls können wir ein gelegentliches oder auch ein

häufiges Eingreifen erkennen. Die Führung kann nur dann erkennbar werden, wenn wir hinter die Erscheinungsformen blicken und die Kräfte, die am Werk sind, sowie die Art ihres Wirkens und ihre verborgene Bedeutung zu verstehen beginnen. Schließlich können wir echte Erkenntnis – selbst wissenschaftliche Erkenntnis – nur dann erlangen, wenn wir hinter den Erscheinungsformen der Oberfläche ihre verborgene Entwicklung und ihre Ursachen zu entdecken versuchen. Es ist ziemlich offensichtlich, dass diese Welt voller Leiden ist und an Vergänglichkeit krankt, so sehr, dass ihre Beschreibung in der Gita als „diese unglückliche und vergängliche Welt“, *anityam asukham*, berechtigt zu sein scheint. Die Frage ist, ob es sich um eine reine Schöpfung des Zufalls handelt, ob sie von einem mechanischen, unbewussten Gesetz beherrscht wird oder ob ihr eine Bedeutung innewohnt, etwas, das über ihre gegenwärtige Erscheinungsform hinausgeht, auf das wir uns zubewegen. Wenn sie eine Bedeutung hat und wenn es etwas gibt, auf das sich die Dinge hinentwickeln, dann muss es unbedingt eine Führung geben; das aber bedeutet, dass ein stützendes Bewusstsein und ein stützender Wille vorhanden sind, mit denen wir einen inneren Kontakt aufnehmen können. Wenn es ein solches Bewusstsein und einen solchen Willen gibt, ist es nicht wahrscheinlich, dass sie sich selbst widerlegen, indem sie die Bedeutung der Welt annullieren oder sie einem immerwährenden oder möglichen Scheitern überlassen.

Diese Welt hat einen doppelten Aspekt. Sie scheint auf einer stofflichen Unbewusstheit zu beruhen, auf einem unwissenden Mental und Leben, voll von dieser Unbewusstheit – Irren und Kummer, Tod und Leiden sind die unumgängliche Folge. Es gibt aber offensichtlich auch ein teilweise erfolgreiches Bemühen und ein unvollkommenes Wachsen hin zum Licht, zu Wissen, Wahrheit, zum Guten und Glück, zu Harmonie und Schönheit – zumindest ein teilweises Blühen dieser Dinge. Die Bedeutung dieser Welt muss scheinbar in diesem Gegensatz liegen; es muss sich um eine Evolution handeln, die aus einer zuerst dunklen Erscheinungsform zu höheren Dingen führt oder sich zu ihnen durchringt. Welcher Art auch immer die Führung ist, sie muss unter diesen Bedingungen des Gegensatzes und Kampfes erfolgen und zu jenem höheren Zustand der Dinge hinführen. Das Einzelwesen wird mit Sicherheit und die Welt vermutlich dem höheren Zustand entgegengeführt, doch unter dem zweifachen Aspekt des Wissens und der Unwissenheit, des Lichtes und der Dunkelheit, des Todes und des Lebens, der Schmerzen und der Freuden, des Glücks und des Leidens; keines dieser Dinge kann ausgeschlossen werden, bis ein höherer Zustand erreicht und errichtet ist. Es ist nicht eine Führung, welche die dunklen Dinge mit einem Mal zurückweist, und kann es nicht sein, noch viel weniger aber ist es eine Führung, die uns einzig und allein nur Erfreuliches, Erfolg und Glück bringt. Ihr hauptsächliches Anliegen ist das Wachsen unseres Wesens und Bewusstseins, ein Wachsen auf ein höheres Selbst hin, dem Göttlichen entgegen, und schließlich auf ein höheres Licht hin, eine höhere Wahrheit und Seligkeit; das übrige ist zweitrangig, manchmal ein Mittel, manchmal ein Ergebnis, nicht ein eigentlicher Zweck.

Der wahre Sinn der Führung wird deutlicher, wenn wir tief nach innen gehen können und von dort her in einer inneren Sicht das Spiel der Kräfte betrachten und Andeutungen des Willens empfangen, der hinter ihnen steht. Das Oberflächenmental kann nur einen unvollkommenen Eindruck erhalten. Wenn wir mit dem Göttlichen oder mit einem inneren Wissen und einer inneren Schau in Kontakt sind, beginnen wir, alle Umstände unseres Lebens in einem neuen Licht zu sehen; wir können beobachten, wie sie alle ohne unser Wissen auf das Wachsen unseres Wesens und Bewusstseins

ausgerichtet waren, auf die Arbeit, die wir zu verrichten hatten, auf eine Entwicklung, die erfolgen musste – nicht nur auf das, was gut, günstig oder erfolgreich erschien, sondern auch auf die Kämpfe, Fehlschläge, Schwierigkeiten und Umwälzungen. Bei jedem Menschen aber wirkt die Führung anders – entsprechend seiner Natur, den Bedingungen seines Lebens, der Art seines Bewusstseins, dem Stadium seiner Entwicklung und dem Erfordernis seiner weiteren Erfahrung. Wir sind nicht Automaten, sondern bewusste Wesen, und unsere Mentalität, unser Wille und seine Entscheidungen, unsere Einstellung gegenüber dem Leben und unsere Anforderungen an dieses Leben, unsere Motive und Bewegungen tragen dazu bei, den Ablauf unseres Lebens zu bestimmen; sie können zu viel Leid und Bösem führen, doch macht sich die Führung all das zunutze für unser Wachsen an Erfahrung und folglich für die Entwicklung unseres Wesens und Bewusstseins. Durch allen Fortschritt, auf welchen Umwegen auch immer, und sogar trotz all dem, was eine Umkehr oder ein Abschweifen zu sein scheint, sammeln wir die Erfahrung, die für das Schicksal der Seele notwendig ist. Wenn wir in engem Kontakt mit dem Göttlichen sind, umgibt uns ein Schutz, der uns hilft oder uns unmittelbar führt oder bewegt; er beseitigt zwar nicht alle Schwierigkeiten, Leiden und Gefahren, doch trägt er uns durch sie hindurch und aus ihnen heraus – ausgenommen dort, wo für einen besonderen Zweck das Gegenteil erforderlich ist.

Das Gleiche trifft zu, wenn auch in größerem Maßstab und in einer komplexeren Weise, für die Führung in der Entwicklung der Welt. Sie [diese Entwicklung] scheint, den Bedingungen und Gesetzen oder Kräften des Augenblicks gehorchend, einem fortwährenden Wandel zu unterliegen, enthält aber dennoch etwas, das auf das evolutionäre Ziel zustrebt, obwohl es schwieriger ist, dies zu erkennen, zu verstehen und dem zu folgen als in dem kleineren und vertrauteren Bereich des individuellen Bewusstseins und Lebens. Was zu einem bestimmten Zeitpunkt des Weltgeschehens oder des Lebens der Menschheit stattfindet, wie katastrophal auch immer es sein mag, ist letztlich nicht entscheidend. Auch hier darf man nicht nur das äußere Spiel der Kräfte in einem bestimmten Fall oder einem bestimmten Augenblick sehen, sondern muss das innere und geheime Spiel erkennen, den weit entfernten Ausgang, das Ereignis, das jenseits davon [des Spiels der Kräfte] liegt, und den Willen, der in allem wirkt. Falschheit und Dunkelheit sind überall auf Erden stark, sind es immer gewesen und scheinen zeitweilig zu dominieren; es hat aber auch immer Zeiten gegeben; in denen das Licht nicht nur ein schwacher Schein war, sondern hervorgebrochen ist. Doch im Großen gesehen und im langen Ablauf der Zeit und wie immer auch die Erscheinungsform dieser oder jener Epoche oder Bewegung sein mag – das Licht wächst und das Ringen um die besseren Dinge hat kein Ende. Gegenwärtig haben Falschheit und Finsternis ihre Kräfte gesammelt und sind äußerst machtvoll; aber selbst, wenn wir die seit altersher gemachten Zusicherungen der Mystiker und Propheten von uns weisen, die besagen, dass solch ein Zustand der Dinge der Manifestation vorausgehen müsse, ja sogar ein Zeichen ihrer Ankunft sei, zeigt er ebensowenig den endgültigen Sieg der Falschheit an, nicht einmal einen vorübergehenden. Er bedeutet lediglich, dass der Kampf zwischen den Kräften seinen Höhepunkt erreicht hat. Das Ergebnis kann durchaus das kraftvolle Hervortreten des Bestmöglichen sein, denn die Entwicklung der Welt vollzieht sich oft auf diese Weise. Ich belasse es dabei und sage weiter nichts.

\*

Dieser Yoga ist bestimmt schwierig; gibt es aber irgendeinen Yoga, der wirklich einfach ist? Du sprichst vom Reiz der Befreiung in das transzendente Absolute, doch wie viele, die sich aufmachen, den Pfad des *nirvana* zu gehen, erreichen es in diesem Leben oder ohne ein langes, anstrengendes und schwieriges Bemühen? Welcher der Yoga-Pfade führt zum verheißenen Land nicht zuerst durch die dürre Wüste? Selbst der *bhakti*-Pfad, der für den einfachsten Pfad gehalten wird, ist voller Klagen der *bhaktas* darüber, dass sie zwar rufen würden, der Geliebte aber sich ihnen entziehe, dass der Ort der Begegnung vorbereitet sei, doch nicht einmal dann Krishna erscheine. Selbst der Freude eines flüchtigen Anblicks oder der Leidenschaft von *milana* folgen lange Zeitspannen von *viraha*. Es ist falsch zu glauben, dass irgendein Yoga-Pfad einfach sei, dass irgendeiner ein königlicher Weg oder eine Abkürzung zum Göttlichen sei; es gibt auch nicht – ähnlich der Methode „Französisch leichtgemacht“ oder „Französisch ohne Tränen“ – eine Methode „Yoga leichtgemacht“ oder „Yoga ohne Tränen“. Einige wenige große Seelen, vorbereitet in früheren Leben oder auf andere Weise die durchschnittliche spirituelle Veranlagung überschreitend, können die Verwirklichung rascher erreichen; einige können erhebende Erfahrungen in einem frühen Stadium haben, doch muss für die meisten die *siddhi* des jeweiligen Pfades das Ende eines langen, schwierigen und beharrlichen Unterfangens sein. Man kann die Krone des spirituellen Sieges nicht ohne Kampf erlangen oder die Höhen ohne den Aufstieg mit seinen Mühen erreichen. Für alle [Yoga-Systeme] gilt der Satz: „Schwierig ist der Weg und so mühsam zu beschreiten als ginge man auf des Messers Schneide“.

Du findest den Pfad genaugenommen deshalb trocken, weil du ihn noch nicht einmal betreten hast. Doch alle Pfade haben ihre dürren Strecken, und bei den meisten, nicht aber bei allen, liegen sie am Anfang. Es ist ein langes Stadium der Vorbereitung notwendig, um den inneren psychologischen Zustand zu erreichen, in welchem sich die Türen der Erfahrung öffnen können und man von einem Ausblick zum anderen wandert – obwohl selbst dann noch neue Schranken auftauchen können, die nicht weichen, solange nicht alles bereit ist. Diese Strecke kann trocken und wüsten gleich sein, außer man hätte das Bestreben der Selbstschau und Selbstmeisterung und fände jeden Schritt des Bemühens und Kampfes interessant oder man hätte oder empfinde das Geheimnis des Vertrauens und der Selbsthingabe, wodurch man die Hand des Göttlichen bei jedem Schritt auf dem Pfad und sogar in Schwierigkeiten die Gnade oder Führung erkennt. Die [allgemeine] Beschreibung des Yoga als „am Anfang bitter wie Gift“ wegen der Schwierigkeit und des Kampfes, „doch am Ende süß wie Nektar“ wegen der Freude der Verwirklichung, des Friedens der Befreiung oder des Göttlichen Anandas sowie die häufige Schilderung von Perioden der Dürre durch *Sadhaks* und *Bhaktas* zeigen deutlich, dass es sich nicht um eine einmalige Eigenart dieses Yoga handelt. Alle alten Disziplinen hatten dies erkannt, und es ist der Grund, weshalb die Gita sagt, der Yoga müsse geduldig und stetig ausgeübt werden, mit einem Herzen, das sich von Verzweiflung nicht überwältigen lässt. Diese Empfehlung kann man auf unseren Pfad beziehen, aber auch auf den Weg der Gita und den „messerscharfen Pfad“ des Vedanta sowie auf jeden anderen. Es ist ganz natürlich: je höher der Ananda ist, der herabkommen soll, umso schwieriger mag der Anfang des Weges sein und um so trockener sind die Wüsten, die auf ihm durchquert werden müssen.

Natürlich bringt die supramentale Manifestation nicht allein Frieden, Reinheit, Kraft, Macht oder Wissen; diese schaffen die notwendigen Voraussetzungen für die endgültige Verwirklichung, sind ein Teil davon; die Essenz ihrer Vollendung aber sind

Liebe, Schönheit und Ananda. Und obwohl der höchste Ananda zusammen mit der höchsten Vollendung kommt, gibt es keinen echten Grund, warum man Liebe, Ananda und Schönheit nicht auch auf dem Weg erfahren sollte. Einige haben sie in einem frühen Stadium erfahren, bevor irgendeine andere Erfahrung stattgefunden hatte. Das Geheimnis aber liegt im Herzen, nicht im Mental – das Herz, das seine innere Tür öffnet, und die Seele, die hervorleuchtet im hellen Schein des Vertrauens und der Hingabe. Vor diesem inneren Feuer verdorren die Debatten des Mentals sowie seine Schwierigkeiten, und der Pfad, wie lang und mühsam er auch sein mag, wird ein sonnenheller Pfad, der nicht nur in der Liebe und im Ananda endet, sondern durch Liebe und Ananda auch hindurchführt.

Immerhin kann es, selbst wenn das nicht als erstes kommt, durch geduldiges Ausharren erreicht werden – die seelische Wandlung ist tatsächlich die unerlässliche Vorstufe jeder Annäherung an den supramentalen Pfad, und der eigentliche Kern dieser Wandlung ist das Erblühen der inneren Liebe, Freude und **bhakti**. Manche mögen zuerst mit einem mentalen Sich-Öffnen beginnen, und dieses mentale Sich-Öffnen kann zuerst Frieden und Licht und ein anfängliches Wissen bringen, aber es ist unvollständig, wenn ihm nicht das Sich-Öffnen des Herzens nach innen folgt. Wenn du annimmst, dass der Yoga deshalb trocken und freudlos ist, weil durch die Kämpfe deines Mentals und Vitals deine erste Annäherung an ihn eine trockene Angelegenheit wurde, so ist das ein Missverständnis und ein Irrtum. Die verborgenen Quellen der Süße werden sich auftun, wenn du durchhältst, auch wenn sie jetzt noch von den Drachen des Zweifels und unbefriedigten Verlangens bewacht werden. Murre, wenn dich deine Natur dazu zwingt, aber halte durch.

\*

Das Supramental ist nicht, wie du glaubst, etwas Kaltes, Hartes und einem Felsen gleich. Es birgt in sich die Gegenwart der Göttlichen Liebe und Göttlichen Wahrheit, und seine Herrschaft hier würde für jene, die sie annehmen, den geraden und dornenlosen Pfad bedeuten, auf dem es keinen Wall, kein Hindernis gibt und den die alten Rishis als ferne Verheißung erblickten.

Es gibt den dunklen Pfad, und wie die Christen machen viele daraus ein Evangelium spirituellen Leidens; viele halten ihn für den unerlässlichen Preis des Sieges. Das kann unter bestimmten Umständen der Fall sein, so wie es in vielen Leben am Anfang war oder man mag sich dafür selbst entscheiden. Dann aber muss der Preis mit Ergebung, Stärke oder einer zähen Energie beglichen werden. So ertragen haben die Angriffe der dunklen Kräfte oder die von ihnen auferlegten Prüfungen zugegebenermaßen einen Sinn. Nach jedem Sieg, der über sie errungen wurde, ergibt sich dann ein fühlbarer Fortschritt; oft scheinen sie uns unsere inneren Schwierigkeiten aufzuzeigen, die wir überwinden müssen, und zu besagen: „Hier musst du dich einsetzen“; wie dem auch sei, es ist ein zu dunkler und schwieriger Weg, dem niemand folgen sollte, der nicht dazu gezwungen wird.

So viele haben den Yoga ausgeübt, indem sie sich auf **tapasya** oder irgend etwas anderes verließen, nicht aber auf die Göttliche Gnade. Doch ist es nicht das, was unerlässlich ist, sondern das Verlangen der Seele nach einer höheren Wahrheit oder einem höheren Leben. Wo das vorhanden ist, wird die Göttliche Gnade eingreifen, ob man an sie glaubt oder nicht. Wenn du daran glaubst, erleichtert und beschleunigt das die



Dinge; wenn du noch nicht daran zu glauben vermagst, wird sich dennoch das Streben der Seele rechtfertigen, unter welchen Schwierigkeiten und Kämpfen auch immer.

\*

Du hast ganz recht, in der Sadhana eine optimistische und nicht eine pessimistische Haltung einzunehmen; durch einen gesicherten Glauben und ein festes Vertrauen wird eine progressive Sadhana gewaltig unterstützt. Solch ein Vertrauen verhilft dir zur Verwirklichung, denn es ist dynamisch und neigt dazu, sich zu erfüllen.

\*

Hinsichtlich der Skeptiker – nun, Optimismus, selbst ein ungerechtfertigter Optimismus ist noch vertretbar, weil er Gelegenheit und Kraft vermittelt, dass die Dinge geschehen können, während Pessimismus, selbst wenn er durch [äußere] Erscheinungen durchaus gerechtfertigt ist, einfach ein Klotz und eine „nicht funktionierende“ Angelegenheit ist. Die richtige Einstellung ist, vorwärts zu gehen und das zuwege zu bringen, was möglich ist, zumindest das, was geschehen sollte, aber auf jeden Fall so viel, dass alles, was geschehen sollte, im Zuge des eigenen Handelns unweigerlich geschehen muss. Soweit die Propheten und das Evangelium.

\*

Wenn diese Dinge [falsche Bewegungen] schon aufgehört hätten, wäre der Sieg bereits errungen. Was ich meine<sup>1</sup>, ist die Gewissheit des sich einstellenden Sieges, was eine Frage des Glaubens und inneren Vertrauens in das Göttliche ist. Der Friede, der aus dieser Gewissheit geboren wird, trägt einen durch alle beharrlichen oder immer wiederkehrenden Schwierigkeiten hindurch.

\*

Ich stimme dir völlig zu, dass du nicht an der Idee einer weiteren Attacke dieser Art festhalten solltest. Ich selbst bin vermutlich eher ein Held aus Zwangsläufigkeit als aus eigener Wahl – ich finde keinen Gefallen an Stürmen und Schlachten, zumindest nicht auf der subtilen Ebene. Der sonnenhelle Weg mag eine Illusion sein obwohl ich mir nicht vorstellen kann, dass es so ist, denn ich habe erlebt, dass die Menschen ihm jahrelang gefolgt sind; aber ein Weg unter ganz normalen Wetterbedingungen oder höchstens maßvollen Ausbrüchen von stürmischen Gewittern, also ein Weg ohne Orkane, ist mit Sicherheit möglich; hierfür gibt es viele Beispiele; *durgam pathastat* [schwierig ist

---

<sup>1</sup> „Du musst jenen Frieden in dir wachsen lassen, der aus der Gewissheit des Sieges geboren ist“.

dieser Pfad zu beschreiten] mag allgemein betrachtet richtig sein, und ganz bestimmt ist der Pfad, der zu *laya* oder *nirvana* führt, für die meisten im höchsten Maße schwierig (in meinem Fall war es allerdings so, dass ich ins *nirvanawanderte*, ohne es überhaupt zu beabsichtigen, oder besser gesagt, *nirvana* wanderte unerwartet in mich hinein, ziemlich am Anfang meiner yogischen Laufbahn und ohne um Erlaubnis zu fragen). Der Pfad wird aber nicht zwangsläufig von periodisch heftigen Stürmen heimgesucht – dass es allerdings bei vielen so ist, ist eine nicht zu bestreitende Tatsache. Doch selbst bei diesen stelle ich fest, dass, wenn sie sich an den Pfad halten, die Stürme nach einem bestimmten Punkt an Kraft, Häufigkeit und Dauer nachlassen. Das ist der Grund, warum ich so sehr darauf bestand, dass du durchhalten solltest, denn wenn du durchhältst, muss der Wendepunkt kommen. Ich habe kürzlich einige erstaunliche Beispiele erlebt, wie diese orkanartige Periodizität nach vielen Jahren heftiger Wiederkehr abzuklingen begann.

Diese Dinge gehören nicht zu den normalen Schwierigkeiten der Natur, wie akut auch immer sie sein mögen, sondern sind besondere Formungen – Tornados, die (meist von einem bestimmten Punkt ausgehend, manchmal von einem anderen) im immer gleichen Kreis herumwirbeln, bis sie sich erschöpft haben ... Sie aufzulösen ist dann möglich, wenn man erkennt, welchem Zweck sie dienen, und sich dann entschlossen von ihnen befreit, niemals eine mentale Rechtfertigung dafür zulässt, wie logisch, richtig und plausibel sie auch zu sein scheint, stets auf alle mentalen Argumente oder vitalen Gefühle, die sie begünstigen, so reagiert wie einst Cato, der den Debattierenden zurief „*delenda est Carthago*“, („Karthago muss zerstört werden“), wobei in diesem Fall Karthago die Formung und ihr ruchloser Kreis ist.

Immerhin, die abschließende Idee in deinem Brief ist die richtige. „Das Göttliche ist es wert, aufgespürt zu werden, selbst wenn Ozeane von Dürsterkeit durchquert werden müssen“. Wenn du diesen festen Entschluss der Formung immer entgegenhalten könntest, würde der Sieg errungen werden.

\*

Das Dürsten nach dem Göttlichen ist die eine Sache und Depression eine ganz andere; auch ist die Depression nicht eine zwangsläufige Folge des ungestillten Durstes [nach dem Göttlichen], der zu einem noch heftigeren Dürsten führen kann oder zu einem festen Entschluss und hartnäckiger Anstrengung oder zu einem noch sehnsuchtsvolleren Ruf [nach dem Göttlichen] oder einer seelischen Betrübnis, die keinesfalls mit Depression und Verzweiflung identisch ist. Eine Depression ist ihrer Natur nach ein umwölker, düsterer Zustand, und es ist für das Licht schwieriger, Wolken und Dürsterkeit zu durchdringen als eine klare Atmosphäre. Es ist eine allgemeine Erfahrung, dass eine Depression das innere Licht behindert. Die Gita sagt ausdrücklich: „Yoga sollte unverdrossen und mit einem Herzen, das frei von Verzagtheit ist, ausgeübt werden“ – *anirvinñacetasā*. In [dem Buch von] Bunyan „*The Pilgrims Progress*“ [Der Fortschritt des Pilgers] wird sie [die Verzagtheit] als „Sumpf der Verzweiflung“ geschildert, eine der Gefahren des Weges, die überwunden werden müssen. Es ist ganz sicher unmöglich, den Attacken der Depression zu entgehen, und beinahe alle Sadhaks haben sie durchzustehen; prinzipiell jedoch sollte man dagegen angehen und ihnen nicht durch mentale Ermutigung oder das Akzeptieren ihrer Suggestionen erlauben anzudauern oder chronisch zu werden.

Man kann es schwerlich als Tatsache bezeichnen, dass Kummer notwendig sei, um die Seele zu bewegen, nach dem Göttlichen zu suchen. Es ist der Ruf der Seele im Inneren nach dem Göttlichen, der ihre Wende auslöst, und dieser kann unter mancherlei Umständen erfolgen – im vollen Wohlstand und Genuss, auf der Höhe der äußeren Errungenschaft und des äußeren Sieges, ohne jeden Kummer, ohne jede Enttäuschung, durch eine plötzliche oder allmähliche Erleuchtung, als ein Blitz der Erhellung inmitten sinnlicher Leidenschaft (wie bei Bilwamangal), durch die Erkenntnis, dass es etwas Größeres und Wahres gibt als dieses äußere Leben, das im Ego und in Unwissenheit gelebt wird. Keine dieser Wendungen braucht von Kummer und Depression begleitet zu sein. Oft wird die Wende ausgelöst, indem man feststellt: „Das Leben ist durchaus in Ordnung und als ein Spiel interessant, aber es ist eben nur ein Spiel; die spirituelle Wirklichkeit ist größer als das Leben des Mentals und der Sinne“. Auf welche Weise der Ruf auch immer ergeht, es ist der Ruf des Göttlichen oder der Ruf der Seele nach dem Göttlichen, auf den es ankommt, und seine Anziehungskraft ist etwas weit Größeres, als es jene Dinge sind, die im allgemeinen die [menschliche] Natur fesseln. Sicher, wenn man mit dem Leben zufrieden ist, wenn man davon gebannt ist, so dass dadurch die Empfindung der Seele im Inneren ausgeschlossen oder die Anziehungskraft zum Göttlichen behindert wird, dann kann eine Periode von *vairagya* [Abkehr von Leben], des Kummers, der Depression, eines leidvollen Abbruchs der vitalen Bindungen notwendig sein, und viele müssen da hindurch. Wenn aber einmal die Wende vollzogen ist, sollte dies nur in der einen Richtung geschehen, und ein fortwährendes *vairagya* ist nicht notwendig. Auch meinen wir, wenn wir von Freudigkeit als der besten Voraussetzung [für den Yoga] sprechen, nicht ein freudiges Aufnehmen des vitalen Lebens, sondern ein freudiges Aufnehmen des Pfades zum Göttlichen hin, was nicht unmöglich ist, wenn Mental und Herz den richtigen Standpunkt und die richtige Haltung einnehmen. Auch sollte man sich, wenn positive Freudigkeit im eigenen Fall nicht möglich ist, dennoch nicht ständiger Depression und Traurigkeit hingeben oder sie mental unterstützen. Das ist keinesfalls unerlässlich, um dem Göttlichen zugewandt zu bleiben.

Die Mutter, als sie von dem Buddhisten und seinen neun Jahren auf der Mauer und anderen Beispielen sprach, widerlegte lediglich die Ansicht, dass sieben oder acht Jahre der Erfolglosigkeit unbedingt Untauglichkeit und für die Zukunft die Vernichtung aller Hoffnungen bedeuten würden. Der Mann der Mauer steht für einen der größten Namen im japanischen Buddhismus, und seine lange Sterilität bedeutete nicht Unfähigkeit oder spirituelle Untauglichkeit; doch abgesehen davon gibt es viele, die lange Zeit aushielten und schließlich den Sieg davontrugen. Es ist die übliche und nicht die unübliche Erfahrung.

\*

Ich halte nicht viel von dieser Göttlichen Finsternis. Es ist eine christliche Idee. Für uns ist das Göttliche Frieden, Reinheit, Weite, Licht, Ananda.

\*

Buddhismus ist die Abkehr von *duḥkha* [der Kummer] und seinen Ursachen und die Hinwendung zur fesselnden Erscheinung von *nirvana*. Der *duḥkhavāda* existierte in Indien nicht, außer in der Theorie des Vaishnava-*viraha*; im übrigen wurde er nicht als ein Mittel oder gar als ein Stadium der Sadhana betrachtet. Das heißt aber nicht, dass *duḥkha* in der Sadhana nicht vorkommt; es kommt vor und muss zurückgewiesen, überwunden, überschritten werden – mit Ausnahme des seelischen Kummers, der das Vital weder stört noch deprimiert, sondern es vielmehr befreit. Ein *vāda* oder Evangelium des Kummers zu schaffen ist gefährlich, weil der Kummer, wenn man sich ihm hingibt, zur Gewohnheit wird und sich festsetzt – und wenn diese Dinge einmal festkleben, dann gibt es nur wenige, die noch klebriger sind.

\*

Leiden wird nicht als Strafe für Sünden oder Feindseligkeit verhängt – das ist eine falsche Vorstellung. Leiden ist wie Freude und Glück ein unumgänglicher Teil des Lebens in der Unwissenheit. Die Dualitäten von Freude und Leid, Fröhlichkeit und Schmerz, Glück und Unglück sind die unabwendbaren Folgen der Unwissenheit, die uns von unserem wahren Bewusstsein und vom Göttlichen trennen. Nur indem wir zu ihm zurückkehren, können wir uns vom Leiden befreien. Das *karma* vergangener Leben existiert tatsächlich, und viel von dem, was geschieht, wird dadurch ausgelöst, doch nicht alles. Denn mit Hilfe unseres eigenen Bewusstseins und unserer Bemühungen können wir unser *karma* verbessern. Leiden aber ist einfach eine natürliche Folge von verganginem Irren, nicht eine Strafe, genauso wie ein Brand die natürliche Folge des Spieles mit dem Feuer ist. Es ist ein Teil der Erfahrung, durch welche die Seele über ihre Instrumente lernt und wächst, bis sie bereit ist, sich dem Göttlichen zuzuwenden.

\*

Manchmal sind Schmerz und Leiden Mittel, durch welche die Seele erweckt und zum Göttlichen hingedrängt wird. Das ist die Erfahrung, welche X immer wieder hervorhebt, da er in seinem Leben viel gelitten hat – doch sind nicht alle dieser Meinung.

\*

Die Haltung, die in deinem Brief zum Ausdruck kommt, ist ganz die richtige – die Leiden auf dem Weg, welcher Art auch immer, sind ein nicht zu hoher Preis für den Sieg, der gewonnen werden muss, und werden sogar, wenn sie im rechten Geist hingenommen werden, zu einer Hilfe für den Sieg.

\*

Die Frage des Idealisten lautet: Warum muss es überhaupt Schmerz geben, selbst wenn er durch die grundlegende Daseinsfreude aufgewogen wird? Das eigentliche Problem aber ist: Warum stehen Unzulänglichkeit, Begrenzung und Leiden dieser natürlichen Daseinsfreude im Weg? Es bedeutet nicht, dass Leben seiner eigentlichen Natur nach grundsätzlich elend ist.

\*

Ich kann nicht behaupten, dass ich die Logik deiner Zweifel ganz verstehe. Inwiefern macht das Leiden eines edlen und selbstlosen Freundes die Hoffnung des Yoga zunichte? Es gibt viele bedrückende Dinge auf der Welt, doch ist das letzten Endes der eigentliche Grund, warum Yoga ausgeübt werden muss. Wenn die Welt ganz glücklich, schön und ideal wäre, wer würde dann den Wunsch haben, sie zu verändern, oder wer würde es für notwendig erachten, ein höheres Bewusstsein in das Erd-Mental und die Erd-Materie zu bringen? Dein anderer Einwand ist, dass die Arbeit des Yoga als solche schwierig ist, nicht einfach, kein leichter Galopp hin zum Ziel. Der Grund hierfür ist natürlich der, dass die Welt und die menschliche Natur so sind wie sie sind. Ich habe nie behauptet, dass er [der Yoga] leicht wäre oder dass es keine hartnäckigen Schwierigkeiten auf dem Weg des Strebens gäbe. Auch verstehe ich deine Bemerkung nicht, ob ich der Meinung sei, zur Erschaffung einer neuen Rasse beizutragen, wenn ich mich damit befasse, zehn Stunden täglich „triviale“ Briefe zu schreiben. Natürlich nicht, auch nicht wenn ich bedeutende Briefe schreiben würde; selbst wenn ich meine Zeit damit zubrächte, großartige Gedichte zu machen, würde dadurch keine neue Rasse erschaffen. Jede Tätigkeit ist an ihrem Platz wichtig – ein Elektron, Molekül oder ein Korn mögen für sich genommen kleine Dinge sein, aber für den Aufbau einer Welt sind sie an ihrem Platz unerlässlich; diese kann nicht nur aus Gebirgen, Sonnenuntergängen und dem Fluten der *aurora borealis* [Nordlicht] bestehen, obwohl auch diese Dinge einen Platz in ihr haben. Alles hängt von der Kraft ab, die hinter diesen Dingen steht, und dem Zweck ihrer Tätigkeit – und das ist dem kosmischen Spirit, der am Werk ist, bekannt; und er wirkt nicht, wie ich hinzufügen möchte, über das Mental oder entsprechend den menschlichen Normen, sondern über ein größeres Bewusstsein, das, von einem Elektron ausgehend, eine Welt aufbauen kann und, unter Zuhilfenahme eines Ganglienknotens, sie zur Grundlage für das Wirken des Mentals und Spirits in der Materie machen kann – das einen Ramakrishna, Shakespeare oder Napoleon hervorgebracht hat. Auch das Leben eines bedeutenden Dichters besteht nicht nur aus großartigen und wichtigen Dingen. Wie viele triviale Dinge mussten behandelt und getan werden, bevor ein „König Lear“ oder ein „Hamlet“ geschrieben werden konnte? Und wäre es nicht entsprechend deiner Logik gerechtfertigt, wenn sich die Menschen lustig machten über dein Aufhebens – wie sie es nennen würden, ich nenne es nicht so –, was Versmaß und Skandieren anbelangt und darüber, auf wie viele Arten eine Silbe gelesen werden kann? Warum, könnten sie sagen, verschwendet er seine Zeit auf solche triviale, prosaische Dinge, wenn er stattdessen eine schöne Lyrik oder erlesene Musik hätte schaffen können? Aber der Schaffende kennt und respektiert den Stoff, mit dem er zu arbeiten hat, und er weiß, warum er sich mit Lappalien und kleinen Einzelheiten abgibt und welche Bedeutung sie in der Fülle seines Werkes einnehmen.

Was den Glauben anbelangt, so schreibst du, als ob ich niemals Zweifel gehabt hätte. Ich hatte schlimmere als irgendein Mensch sich vorstellen kann. Nicht deshalb, weil ich die Schwierigkeiten ignoriert habe, sondern weil ich sie klarer gesehen, sie in größerem Ausmaß erfahren habe als irgend jemand anderer, der lebt oder gelebt hat und der ihnen die Stirn geboten und sie ausgelotet hat, bin ich mir bezüglich der Ergebnisse meiner Arbeit sicher. Doch selbst wenn ich die Möglichkeit gesehen hätte, dass alles vergebens ist [was nicht zutrifft], hätte ich ruhig weitergemacht, denn dann hätte ich die zu verrichtende Arbeit nach meinem besten Vermögen getan – und was auf diese Weise geschieht, hat immer seinen Wert im Haushalt des Universums. Doch warum sollte ich das Gefühl haben, dass all dies möglicherweise zu nichts führt, wenn ich jeden Schritt vor mir sehe, worauf er hinzielt, und wenn jede Woche und jeder Tag (einst war es jedes Jahr und jeder Monat und künftig wird es jeder Tag und jede Stunde sein) mich meinem Ziel so sehr viel näher bringt? Auf dem Weg, den man geht – mit dem größeren Licht von oben –, hilft sogar jede Schwierigkeit und hat ihren Wert, und selbst die Nacht trägt die Bürde des Lichtes, das kommen wird.

\*

Hinsichtlich der [Schicksals-] Schläge – nun, werden sie immer durch den Yoga veranlasst? Ist es nicht manchmal der Sadhak des Yoga, der sich selbst die Schläge zufügt? Meiner Erfahrung nach muss man im gewöhnlichen Leben eine Unmenge von Schlägen hinnehmen. Schläge gehören zur Ordnung des Daseins: sie werden uns zugefügt aufgrund unserer eigenen Natur und der Natur der Dinge, bis wir gelernt haben, ihnen einen Rücken zu zeigen, dem sie nichts mehr anhaben können.

\*

Es ist eine Lehre des Lebens, dass in dieser Welt ein Mensch von allem im Stich gelassen wird – nur nicht vom Göttlichen, wenn er sich gänzlich dem Göttlichen zuwendet. Nicht deshalb, weil etwas Schlechtes in dir ist, hast du unter Schlägen zu leiden – Schläge empfangen alle Wesen, weil sie voller Begierde sind nach Dingen, die nicht andauern können und die sie preisgeben müssen; und selbst wenn sie sie erhalten, bringt es ihnen Enttäuschung und befriedigt sie nicht. Die Hinwendung zum Göttlichen ist die einzige Wahrheit im Leben.

\*

Alle Probleme von X werden zum einen Teil durch ein früheres *karma* in einem anderen Leben, zum anderen Teil durch seine eigene Natur ausgelöst, die unfähig ist, eine Harmonie mit seiner Umgebung herzustellen oder sie durch einen starken Willen und ein klares Verständnis zu beherrschen oder aber ihr in ruhiger Haltung und Ausgeglichenheit entgegenzutreten. Der Sinn des Lebens liegt in, der Erfahrung und dem Wachstum [des Wesens], und bis man seine Lektion gelernt hat, geschehen immerfort Dinge, die aus dem eigenen unvollkommenen Ausgleich mit der Natur oder aus inneren

Unvollkommenheiten hervorgehen. Dass alles, was geschieht, zum besten geschieht, hat nur dann Gültigkeit, wenn wir mit dem kosmischen Auge sehen, welches die vergangene und künftige Entwicklung miteinbezieht und diese wird sowohl durch Unglück als auch durch Glück, sowohl durch Gefahr, Tod, Leiden und Unheil als auch durch Freude, Erfolg und Sieg gefördert. Es hat keine Gültigkeit, wenn es bedeutet, dass nur Dinge geschehen, die im menschlichen Sinne glückbringend oder offensichtlich gut sind für die betreffende Person.

\*

Allen diesen Schwierigkeiten sollte man in einem ruhigeren und weniger egoistischen Geist entgegenreten.

Dieser Yoga ist eine spirituelle Schlacht; allein der Versuch ihn auszuüben, rührt alle Arten von feindlichen Kräften auf, und man muss bereit sein, Schwierigkeiten, Leiden und Rückschlägen aller Art in ruhiger, unerschrockener Weise zu begegnen.

Die auftretenden Schwierigkeiten sind Feuerproben und Tests, und wenn man ihnen im rechten Geist entgegentritt, geht man stärker sowie spirituell reiner und größer daraus hervor.

Kein Unglück kann eintreten, die feindlichen Kräfte können dir weder etwas anhaben noch die Oberhand gewinnen, wenn nicht ein Fehler in dir selbst steckt, eine Unreinheit, Schwäche oder mindestens eine Unwissenheit. Man sollte dann diesen Fehler in sich herausfinden und berichtigen.

Wenn eine Attacke feindlicher Kräfte durch ihre menschlichen Handlanger erfolgt, sollte man versuchen, sie nicht mit einem Geist von persönlichem Hass, Ärger oder verwundetem Egoismus zu überwinden, sondern mit einem ruhigen Geist der Stärke und des Gleichmuts sowie durch einen Ruf nach der Göttlichen Kraft, damit sie wirke. Erfolg oder Versagen liegt beim Göttlichen.

Im Umgang mit anderen gibt es eine Art und Weise zu sprechen und zu handeln, die im höchsten Maße kränkend und durch die man dem größten Missverständnis ausgesetzt ist; es gibt aber auch eine Art, die ruhig und fest, doch versöhnlich ist gegenüber jenen, die zur Versöhnung bereit sind – alle jene also, die nicht ganz und gar übelwollend sind. Es ist besser, die letztere Art zu wählen als die erstere. Keine Schwäche, keine Arroganz oder Heftigkeit – das sollte die Haltung sein.

\*

Vitale Schwierigkeiten sind das allgemeine Los jedes menschlichen Wesens und jedes Sadhaks. Man muss ihnen mit ruhiger Entschlossenheit und mit Vertrauen in das Göttliche begegnen.

\*

Yoga hat immer seine Schwierigkeiten, um welchen Yoga es sich auch handelt. Außerdem wirkt Yoga auf jeden Suchenden anders. Einige haben zuerst die

Schwierigkeiten ihrer Natur zu überwinden, bevor ihnen irgendwelche nennenswerte Erfahrungen zuteil werden, andere haben einen glänzenden Beginn, und alle Schwierigkeiten kommen später, andere erleben für lange Zeit abwechselnd ein Aufsteigen zum Kamm der Woge und dann ein Absinken in den Schlund, und so fort, bis die Schwierigkeit abgebaut ist; andere wiederum haben einen ebenen Weg, was nicht bedeutet, dass sie keine Schwierigkeiten hätten – sie haben deren viele, aber es macht ihnen nichts aus, weil sie fühlen, dass das Göttliche ihnen dazu verhelfen wird, das Ziel zu erreichen, oder dass Es mit ihnen ist, auch wenn sie Es nicht fühlen – ihr Glaube macht sie unerschütterlich.

\*

Um eine völlig reibungslose Umwandlung zu haben, ist entweder ein ruhiger, entschlossener Wille notwendig, der das ganze Wesen beherrscht, oder sehr große *samata*. Wenn sie vorhanden sind, gibt es, auch wenn noch Schwierigkeiten herrschen, kein Aufbegehren, keine Attacken, nur eine bewusste Auseinandersetzung mit den Mängeln der [eigenen] Natur, keinen Sturz, sondern nur ein Berichtigen der falschen Schritte oder Bewegungen.

\*

Dein Kopfweh ist lediglich eine Folge davon, dass der Körper den Druck nicht gewöhnt ist oder dort ein Widerstand besteht. Die Schwierigkeiten erheben sich natürlich, aber nicht immer gleich am Anfang [des Yoga-Weges]. Manchmal ist die erste Auswirkung [des Yoga] die, dass man das Gefühl hat, als ob es keine Schwierigkeiten gäbe; sie erheben sich später, wenn der erste Triumph nachlässt und das normale Bewusstsein Gelegenheit erhält, sich gegenüber der Flut von Macht oder Licht von oben zu behaupten. Es besteht ein Widerstand, der ausgefochten oder abgebaut werden muss – ausgefochten, wenn die eigene Natur unständig oder sehr beharrlich ist, abgebaut, wenn der Wille stetig und die Natur in ihren Reaktionen gemäßigt ist. Wenn andererseits eine lange Vorbereitung stattgefunden hat und die Seele oder der erleuchtete mentale Wille sich bereits größtenteils mit den Widerständen der Natur auseinandergesetzt hat, gibt es anfangs und auch später keine Erschwernis, sondern die Wandlung setzt sich ruhig und stetig durch; und in dem Maß, in dem sich ein neues Bewusstsein formt, fallen die restlichen Schwierigkeiten von selbst ab, oder aber es gibt möglicherweise gar keine Schwierigkeiten, sondern nur eine notwendige Neuordnung und Wandlung.

\*

Der Andrang der Erfahrung zu Beginn ist oft sehr machtvoll, so machtvoll, dass die widerstrebenden Elemente sich ruhig verhalten; später erheben sie sich dann. Die Erfahrung muss dann herabgebracht und auch in diesen Teilen gefestigt werden.

\*



Ich habe niemals gesagt, dass Yoga oder dieser Yoga ein sicherer und leichter Weg sei. Ich behaupte vielmehr, dass jeder, der den Willen hat hindurchzugehen, hindurchgehen kann. Wenn du hoch hinaus willst, besteht immer die Gefahr eines tiefen Sturzes, sofern du dein Flugzeug falsch steuerst. Aber die Gefahr besteht nur für jene, die einem Zwiespalt in sich stattgeben, indem sie hoch hinauswollen, gleichzeitig aber ihrer niederen Einstellung und ihren niedrigen Begierden nachgeben. Was kannst du anderes erwarten, wenn die Menschen sich so verhalten? Du musst zielstrebig sein, dann werden die Schwierigkeiten des Mentals und Vitals überwunden. Jene aber, die zwischen ihren Höhen und Abgründen hin- und herpendeln, sind immer in Gefahr, bis sie zielstrebig geworden sind. Das trifft für den „Fortgeschrittenen“ ebenso zu wie für den Anfänger. Es sind Tatsachen der Natur; ich kann nicht, nur um irgend jemand zu beruhigen, etwas anderes behaupten. Es gilt aber auch die Tatsache, dass niemand sich in dieser Gefahr aufzuhalten braucht. Zielstrebigkeit, Hingabe an das Göttliche, Glaube, wahre Liebe für das Göttliche, vollständige Aufrichtigkeit des Willens, spirituelle Demut (die echte, nicht die äußerliche) – es gibt so viele Dinge, die einen Schutz gegen jede Möglichkeit eines Sturzes bieten. Ein Ausgleiten, ein Stolpern, Schwierigkeiten, Aufregungen kennt jeder; gegen diese Dinge kann man sich nicht absichern, wenn man diesen Schutz aber hat, sind sie etwas Vorübergehendes und helfen der [menschlichen] Natur zu lernen – es folgt ihnen dann ein rascherer Fortschritt.

\*

Ja, es ist aber mehr ein Mangel an eingleisigem Streben als an Willensstärke – sie [einige Sadhaks] gingen fort von hier, weil ein Begehren oder etwas anderes sich ihrer bemächtigte, was unvereinbar war mit einem standhaften, eingleisigen Streben nach der Göttlichen Verwirklichung.

Wenn Buddha nur die *tapasyā* gewollt hätte, warum ließ er dann auf der Suche nach der Wahrheit ohne zu zögern alles hinter sich und blickte kein einziges Mal zurück, bedauerte nichts und hatte keinerlei Kampf? Sein einziges Problem bestand darin, wie die Wahrheit zu finden sei, und sein zielstrebiges Wille, sie zu finden, geriet nie ins Wanken; die Intensität der *tapasyā* als solcher wäre unmöglich gewesen ohne jene Stärke des Willens. Menschen, die nicht so stark sind wie Buddha, haben ihn erst durch ihre Bemühung zu entwickeln. Jene, die dazu nicht in der Lage sind, müssen ihre Stärke im Vertrauen auf die Göttliche Mutter finden.

\*

Ein aufrichtiges Herz wiegt alle außergewöhnlichen [okkulten] Mächte der Welt auf.

\*

Wenn X ein Absinken in ihrem Bewusstsein und ihrer Tätigkeit zugelassen hat, das ihre Sadhana verzögert, und wenn sie noch nicht fähig ist, ihre Schwäche ganz zu

überwinden, so ist das kein Grund zuzulassen, dass *ihre* Schwierigkeit *deinen* Glauben und *dein* Bemühen überwältigt. Es gibt keine natürliche Verbindung zwischen beiden und keinen Grund, warum es eine solche geben sollte – es ist nur dein Mental, das eine solche herstellt. Jeder Sadhak hat für sich seine eigene Sadhana, seine eigenen Schwierigkeiten, hat seinem eigenen Weg zu folgen. Seine Sadhana ist eine Sache zwischen ihm und dem Göttlichen; niemand sonst nimmt daran teil. Auch besteht kein Grund, dass, selbst wenn jemand strauchelt oder versagt, der andere sich deswegen quält, seinen Glauben verliert und seinen Weg aufgibt. Der Kampf, den X auszufechten hat, von welcher Natur oder welchen Ausmaßen auch immer, ist ihr eigener und betrifft sie und die Mutter. Es ist nicht der deine und sollte dich überhaupt nicht berühren oder kümmern; wenn du zulässt, dass es dich berührt oder erschüttert, weil sie zufällig deine Schwester ist, fügst du eine unnötige Schwierigkeit deiner eigenen hinzu und behinderst deinen persönlichen Fortschritt. Halte dich fest an deinen eigenen Pfad, konzentriere dich auf die Überwindung deiner eigenen Hemmnisse. Was X anbelangt, so kannst du bestenfalls darum beten, dass die Göttliche Macht ihr helfen möge, und es dabei belassen.

\*

Es besteht kein Grund, düstere Zweifel bezüglich der eigenen Zukunft zu hegen, die sich lediglich auf dem Versagen anderer gründen. Das ist es, was X und Y immer tun und was ihren Fortschritt so sehr stört. Wenn man sich schon an die anderen hält, warum nicht statt dessen Hoffnung aus dem Beispiel jener schöpfen, die zufrieden sind und Fortschritte machen? Ich gebe allerdings zu, dass ihr Erfolg nicht so sichtbar ist wie das Versagen der anderen. Doch abgesehen davon, stellt sich Versagen aufgrund sehr eindeutiger Fehler ein und am häufigsten aus Mangel an einem unveränderlichen und unentwegten Streben oder Bemühen. Das Bemühen, das vom Sadhak gefordert wird, hat aus Streben, Zurückweisung und Hingabe zu bestehen. Wenn diese drei Dinge gegeben sind, wird das übrige durch die Gnade der Mutter und das Wirken ihrer Kraft in dir von selbst kommen. Von diesen drei Dingen ist das wichtigste die Hingabe, die notwendigerweise zuerst aus Vertrauen, Zuversicht und Geduld bei Schwierigkeiten bestehen muss. Es gibt keine Regel, dass Vertrauen und Zuversicht nur dann weilen können, wenn das Streben vorhanden ist. Im Gegenteil, wenn der Druck der Trägheit so groß ist, dass kein Streben aufkommt, können Vertrauen, Zuversicht und Geduld weiterhin bestehen bleiben. Wenn aber Vertrauen und Geduld versagen, wenn das Streben ruht, würde das bedeuten, dass der Sadhak sich allein auf seine eigene Bemühung verlässt – es würde bedeuten: „Oh, mein Streben hat versagt, daher gibt es keine Hoffnung für mich, und auch die Mutter kann nichts für mich tun“. Der Sadhak sollte aber im Gegenteil das Gefühl haben: „Mach dir nichts daraus, mein Streben wird zurückkehren. Auch weiß ich, dass die Mutter bei mir ist, selbst wenn ich sie nicht fühle; sie wird mich selbst durch die dunkelste Zeit hindurchtragen“. Das ist die völlig richtige Einstellung, die du haben solltest. Jenen, die diese Haltung einnehmen, kann eine Depression nichts anhaben, und wenn sie kommt, hat sie sich enttäuscht zurückzuziehen. Das hat mit tamasischer Hingabe nichts zu tun; tamasische Hingabe ist es, wenn man sagt: „Ich werde gar nichts tun; die Mutter wird alles machen. Selbst Streben, Zurückweisung, Hingabe sind nicht notwendig. Sie wird all das in mir bewerkstelligen“. Zwischen diesen beiden Haltungen besteht ein großer Unterschied. Die eine ist die des

Drückebergers, der nichts tun will, die andere ist die des Sadhaks, der sein bestes tut, wenn er aber eine Zeitlang zur Ruhe gezwungen wird und die Dinge sich gegen ihn richten, sein Vertrauen immer in die Kraft und Gegenwart der Mutter setzt, die hinter allem stehen, und mit Hilfe dieses Vertrauens die Gegenkraft abweist und das Wirken der Sadhana zurückruft.

\*

Die Gründe für den Sturz von X nach einem Jahr raschen Fortschritts liegen offensichtlich in *seinem* Charakter, den andere nicht haben. Die Möglichkeiten eines Sturzes sind allen Yogis durchaus bekannt, und die Gita spricht mehr als einmal davon. Wie aber sollte solch ein Sturz beweisen, dass spirituelle Erfahrung nicht wahr und echt sei? Der Sturz eines Menschen von einem hohen Gipfel beweist nicht, dass er den hohen Gipfel nie erreicht hat.

\*

Ein Mensch, der hoch aufgestiegen ist, kann tief fallen, besonders wenn seine Erfahrungen nur über das spirituelle Mental stattfinden und das Vital und das Physische bleiben, wie sie sind. Es ist aber absurd zu sagen, dass er mit Sicherheit tief fallen wird.

## II.

Jeder, der durch sein seelisches Wesen auf den spirituellen Pfad gerufen wird, hat eine Fähigkeit für diesen Pfad und kann zum Ziel gelangen, wenn oder sobald er einen zielstrebigsten Willen allein hierfür entwickelt. Jeder Sadhak aber ist in sich zwei Elementen gegenübergestellt, dem inneren Wesen, welches das Göttliche und die Sadhana will, und dem äußeren, vorwiegend vitalen und physischen Wesen, das sie nicht will, sondern den Dingen des gewöhnlichen Lebens verhaftet bleibt. Das Mental wird manchmal von dem einen und manchmal von dem anderen beeinflusst. Daher ist eines der wichtigsten Dinge, die er zu tun hat, grundlegend den Streit zwischen diesen beiden Teilen zu entscheiden, die widersetzlichen Elemente durch seelisches Streben, durch Stetigkeit im mentalen Denken und Willen und durch die Möglichkeiten des höheren Vitals in seinem emotionalen Wesen zu überzeugen oder dazu zu zwingen, zunächst zur Ruhe zu gelangen und dann die Zustimmung zu erteilen. Solange er nicht fähig ist, das zu tun, wird er entweder sehr langsam oder aber schwankend und wechselvoll fortschreiten, weil das innere Streben zu keinem anhaltenden Wirken bzw. keinem anhaltenden Ergebnis kommt. Solange das der Fall ist, wird das Vital voraussichtlich immer wieder aufbegehren, über den langsamen Fortschritt unzufrieden, verzweifelt und verzagt sein und den *adhara* für untauglich erklären; der Lockruf des alten Lebens wird ergehen; Umstände werden sich einstellen, die all das zu rechtfertigen scheinen, Suggestionen von Menschen und unsichtbaren Mächten werden auftauchen und den Sadhak von der Sadhana abdrängen und auf das frühere Leben hinweisen. Und dennoch wird er in jenem [äußeren] Leben wahrscheinlich keine echte Befriedigung mehr finden.

Die Umstände [deiner Sadhana] zu Beginn und lange Zeit danach unterscheiden sich nicht von denen anderer. Du hast dich vom Familienleben losgelöst, aber etwas in deinem Vital bewahrt noch die Gewohnheit, dafür empfänglich zu sein, und diese wird dazu benützt, dich von hier fortzuziehen. Durch die Ungeduld des Vitals wird das noch gefördert, weil du keinen raschen spirituellen Fortschritt oder eine anhaltend gute Verfassung zu verzeichnen hast – Dinge, die zu erwerben selbst bei den größten Sadhaks Zeit beanspruchen. Die [äußeren] Umstände verbinden sich, um den Sog zu unterstützen – Dinge wie die Krankheit von X oder das Ansuchen deines Gatten, der, wenn er besänftigt, schmeichelt, bittet und Versprechungen macht, statt beleidigend zu sein, dich mit Erfolg beschwichtigt und einen Zustand schafft, in dem du dich nicht mehr wirkungsvoll verteidigen kannst. Und dann die vitale Natur und ihre Mächte, welche dir dieses und jenes einflüstern – dass du nicht tauglich seiest, dass du nicht streben würdest, dass die Mutter und Sri Aurobindo dir nicht helfen würden, dass sie ungehalten seien, sich nicht um dich kümmern würden und es am besten wäre abzureisen.

Die meisten Sadhaks mussten durch all das hindurch und aus all dem wieder herauskommen und die alten Bindungen hinter sich lassen. Es gibt keinen Grund, warum du das nicht auch tun solltest. Unsere Hilfe ist immer da; es ist nicht so, dass sie einmal gewährt und ein anderes Mal versagt wird; auch wird sie nicht dem einen gewährt und den anderen versagt. Sie ist für alle da, die sich der Mühe unterziehen und den Willen haben, [zum Ziel] zu gelangen. Du musst aber in deinem Willen stetig sein und darfst dich von äußeren Suggestionen nicht einfangen oder dich von ihnen irreführen lassen, auch nicht von jenen, welche in Form deiner eigenen feindseligen Gedanken und Depressionen kommen – du musst sie bekämpfen und überwinden. Es mag kürzer oder länger dauern, entsprechend der Energie, die du einsetzt, um sie zu bekämpfen und zu überwinden. Aber jeder hat sich um die Meisterung zu bemühen und muss die alte vitale Natur überwinden.

Was deine Abreise anbelangt, so musst du in dich gehen und dir klar werden, was dich nach dort zieht. Die Feststellung, zur Sadhana nicht fähig zu sein, ist völlig wertlos. Sie ist lediglich ein Vorwand, der von den feindlichen Elementen im Vital vorgebracht und durch die Suggestion der feindlichen Kräfte verstärkt wird. Wenn du der Meinung bist, dass deine Bindung an Gatten und Sohn oder an andere so stark ist, dass deine Seele und dein Streben nichts dagegen ausrichten können, wenn du ferner glaubst, dass dein Zuhause der eigentliche Ort ist, wo du hingehörst, dann ist natürlich deine Abreise unumgänglich – eine derartige Behauptung kann in deinem Fall aber kaum als wahr hingenommen werden. Oder wenn du sagst, dass die Anziehungskraft noch immer so groß sei, dass du es für besser hältst, eine Zeitlang von hier fortzugehen, um dich zu prüfen und sie [die Anziehungskraft] erlahmen zu lassen, dann könnte das, wenn das Vital sich stark geltend gemacht hat, für eine Weile das Richtige sein; und wir würden nicht nein sagen, genausowenig wie wir nein sagten, als du fortgehen wolltest, um X zu pflegen. Aber selbst in diesem Fall wäre es klüger, dich ernsthaft zu prüfen und nicht aufgrund eines Umstandes, der auf andere Weise vorübergehen könnte, eine Entscheidung zu treffen. Die Briefe deines Mannes sind für uns wertlos; so hat er geschrieben, wann immer er hoffte, dich dazu bewegen zu können, von hier fortzugehen; ein anderes Mal schlägt er einen durchaus anderen Ton an.

Ich habe dir die ganze Sache ausführlich auseinandergesetzt. Für uns besteht der gerade Ablauf der Sadhana darin, dass man sich immer an den Weg hält, welcher Art die Schwierigkeiten auch seien, bis man die Meisterung erlangt hat und der Weg nicht mehr

so beschwerlich ist. Aber im Grunde muss die Entscheidung dem Sadhak selbst überlassen werden. Wir können auf die richtige Wahl Einfluss nehmen, aber wir können nicht befehlen, dass er sie treffen soll.

\*

Im allgemeinen gibt es zwei verschiedene Bestrebungen in den beiden Teilen des menschlichen Wesens, die eine ist die seelische oder die mentale, die durch die Seele unterstützt wird; diese Bestrebung sucht nach dem besseren Weg und den höheren Dingen; die andere hat ihr Schwergewicht im vitalen Teil des Wesens, der voller Instinkte und Wünsche des Lebens ist, den Dingen der niederen Natur verhaftet oder ihnen zugewandt, und den Leidenschaften, dem Ärger und Sex usw. unterworfen. Wenn der höhere Teil dominiert, wird der niedrigere unter Kontrolle gehalten, und er verursacht nicht viel Kummer. Aber oft wird der niedrigere von den äußeren Kräften und Mächten der niederen Natur im Universum gestützt, und manchmal dringen sie ein und verleihen dem übelsten Teil des Wesens eine gesonderte Personalität und eigene Unabhängigkeit. Dies mag die Erklärung für den Traum von dem ekligen Ungeheuer und für den Widerstand dieser anderen Personalität sein. Wenn das der Fall ist, darf sie nicht als ein Teil von einem selbst, sondern muss als ein dem wahren Wesen fremdes Element angesehen werden. Nur indem man beharrlich die Befehle des Höheren wählt und beharrlich die anderen zurückweist, verliert letzteres an Boden und weicht schließlich zurück. All dem sollte man so ruhig wie möglich begegnen, ohne dem Mental zu erlauben, durch einen Sturz oder ein Versagen beunruhigt zu sein, mit einer ausgeglichenen, stetigen Wachsamkeit und einem entschlossenen Willen.

\*

Es ist nicht notwendig, so viele Fragen zu stellen und auf alle eine gesonderte Antwort zu erhalten. Alle deine zehn Fragen münden in eine einzige. In jedem menschlichen Wesen gibt es zwei Teile; den seelischen Teil, der vom denkenden Mental und höheren (emotionalen, mehr dynamischen) Vital all das enthält, was der Seele zugekehrt ist, an den Zielen der Seele festhält und die höheren Erfahrungen zulässt; und auf der anderen Seite das niedere Vital und das physische und äußere Wesen (äußeres Mental und Vital eingeschlossen), die mit der unwissenden Personalität und Natur verbunden sind und sich nicht wandeln wollen. Der Konflikt zwischen diesen beiden Teilen verursacht alle Schwierigkeiten in der Sadhana. Alle Schwierigkeiten, die du aufzählst, erheben sich von dorthin und von nirgendwo anders. Nur wenn man die Dualität heilt, kann man sie [die Schwierigkeiten] überwinden. Das geschieht dann, wenn man [erstens] innerlich zu leben vermag, seines inneren Wesens gewahr wird, sich damit identifiziert und das übrige nicht als das eigene Selbst betrachtet, sondern als eine Schöpfung der unwissenden Natur, von der man sich getrennt hat und die sich auflösen muss, und zweitens, wenn man sich fortwährend dem Göttlichen Licht, der Göttlichen Kraft und der Gegenwart der Mutter öffnet, wodurch ein dynamisches Wirken der Sadhana aufrechterhalten wird, das die Bewegungen der Unwissenheit stetig hinausstößt und durch die Bewegungen der inneren und höheren Natur ersetzt – selbst im niederen Vital und physischen Wesen. Dann gibt es

keinen Kampf mehr, sondern nur noch ein automatisches Wachsen der göttlichen Elemente und ein Verblässen der ungöttlichen. Die Hingabe des Herzens und die wachsende Aktivität des seelischen Wesens, die am besten durch Weihung und Selbstgeben unterstützt werden, sind die machtvollsten Hilfsmittel, um diesen Zustand zu erlangen.

\*

Jeder Mensch hat eine doppelte Natur [das äußere Wesen und die Seele], außer jene, die geborene Asuras, Rakshasas oder Pishachas sind, und selbst diese haben ein seelisches Wesen, das sich kraft ihres latenten Menschseins irgendwo verbirgt. Ein doppeltes Wesen (oder eine doppelte Natur im besonderen) bezieht sich aber auf jene, die aus zwei stark gegensätzlichen Teilen bestehen, ohne dass bislang eine sich damit verbindende Kontrolle über sie errichtet werden konnte. Manchmal sind sie alle nach oben gerichtet und dann ist alles in bester Ordnung – aber manchmal zielen sie auf die Abgründe, dann bedeuten ihnen die Höhen nichts, ja sie verachten und verfluchen sie sogar und geben die volle Herrschaft dem niederen Menschen in die Hand. Oder sie ersetzen die Höhen durch den rußigen Krater eines Vulkans. Dies sind extreme Beispiele, doch andere, bei denen die Gegensätze nicht so krass sind, sind einmal das eine und dann das andere. Wenn sie den niederen Burschen bekehren oder ein zentrales Wesen in sich entdecken, kann ein wahrhaft harmonisches Ganzes geschaffen werden.

\*

Das Problem ist, dass in jedem Menschen zwei Personen stecken (mindestens) – eine im äußeren Vital und Physischen, die sich an das vergangene Selbst klammert und versucht, die Zustimmung des Mentals und inneren Wesens zu erhalten oder zu sichern, und die andere, die Seele, die nach einer neuen Geburt verlangt. Das, was in dir gesprochen und gebetet hat, ist das seelische Wesen, das sich mit Hilfe des Mentals und höheren Vitals Ausdruck verschaffte, und dieses ist es, das sich immer in dir erheben sollte durch das Gebet und die Hinwendung zur Mutter, um dir die richtige Vorstellung und den richtigen Impuls zu geben.

Es ist wahr, dass, wenn du die Tätigkeit, die der alte Adam vorschlägt, immer zurückweist, das ein großer Schritt vorwärts sein wird. Der Kampf wird dann auf die psychologische Ebene verlegt, wo es viel leichter ist, die Sache auszufechten. Ich leugne nicht, dass es eine Zeitlang Schwierigkeiten geben wird; aber wenn die Tätigkeit kontrolliert wird, muss sich notwendigerweise auch die Kontrolle des Denkens und Fühlens einstellen. Bei Nachgiebigkeit hingegen wird mit dem alten Selbst ein neuer Pachtvertrag geschlossen.

\*

Der Grund für diese schwankenden Stimmungen liegt in zwei verschiedenen Elementen in dir. Auf der einen Seite versucht das seelische Wesen in dir, sich zu entwickeln, das,

sobald es erwacht, dir das Gefühl der Nähe der Mutter oder Einung mit ihr und das Gefühl des Ananda gibt; auf der anderen Seite besteht deine alte vitale Natur, rastlos und voller Begierden und zugleich unglücklich wegen dieser Rastlosigkeit und Begierden. Es ist diese alte vitale Natur, die du akzeptiert und der du nachgegeben hattest, und sie ließ dich Falsches tun und stand deinem Fortschritt im Weg. Wenn das Begehren und die Rastlosigkeit des Vitals zurückgewiesen werden, kommt die Seele in dir hervor, und dann wandelt sich selbst das Vital und fühlt die volle Freude und Nähe. Wenn das alte, unglückliche und rastlose Vital erneut hochkommt, fühlst du dich untauglich, ohne an irgend etwas Freude zu haben. Wenn es zurückkehrt, darfst du es nicht annehmen, sondern musst die Nähe der Mutter herbeirufen und das seelische Wesen in dir wachsen lassen. Wenn du das ausdauernd tust und die Rastlosigkeit sowie das Begehren zurückweist, wird sich dein vitaler Teil ändern und für die Sadhana tauglich werden.

\*

Es sind verschiedene Teile des Wesens, in denen diese verschiedenartigen Bewegungen stattfinden. Es ist, wie du sagst, etwas in dir, etwas im Vital, das „unaufrichtig“ ist oder von dem falschen, verworrenen Zustand angezogen wird; das aber solltest du nicht als etwas betrachten, das zu dir gehört, sondern als einen Teil der alten Natur, der umgewandelt werden muss. Genauso ist etwas im Physischen, das finster und unbewusst ist; auch dies solltest du nicht als etwas Eigenes betrachten, sondern als etwas, das in der äußeren Natur geformt wurde, das gewandelt werden muss und gewandelt werden wird. Das wirkliche „Du“ ist das innere Wesen, die Seele, das seelische Wesen, welches den Frieden, die Ruhe und das Wirken der Kraft ruft.

Mit anderen zu diskutieren, besonders wenn sie in schlechter Verfassung sind, ist immer ein Fehler. Ihre Unruhe kann, während du mit ihnen sprichst, sehr leicht auf dich übergehen, ohne dass du es auch nur bemerkst; hinterher fühlst du es dann. Aus diesem Grund habe ich dir geraten, X und das, was er sagt, zu ignorieren, wenn er in schlechter Verfassung ist.

\*

Das Wesen besteht aus vielen Teilen. Der eine Teil mag Wissen haben, dem anderen mag an Wissen nichts liegen, oder er handelt dementsprechend. Das ganze Wesen muss eins werden im Licht, so dass alle Teile harmonisch und entsprechend der Wahrheit handeln können.

\*

Jeder ist eine Mischung nicht nur aus zwei, sondern aus vielen Persönlichkeiten. In diesem Yoga gehört es zur yogischen Vollendung, sie abzustimmen und zu verwandeln, um die Persönlichkeit zu integrieren.

\*

Ich glaube nicht, dass man sagen kann, du hättest keine Individualität. Bei vielen Menschen gibt es keine Koordinierung und Harmonisierung der Teile [des Wesens]; das ist etwas, das man erreichen oder aufbauen muss. Zudem besteht in einem bestimmten Stadium der Sadhana fast immer eine Ungleichheit oder Gegensätzlichkeit zwischen den Teilen, die sich bereits der Wahrheit zugewandt haben und der Erfahrung fähig sind, und jenen anderen, bei denen das nicht der Fall ist und die dich auf eine niedrigere Ebene herabziehen. Dieser Gegensatz ist nicht in allen Fällen gleichmäßig akut, aber in dem einen oder anderen Ausmaß ist er beinahe universal. Koordinierung und Aufbau können nur dann zur Zufriedenheit bewerkstelligt werden, wenn dies überwunden ist. Bis dahin sind Schwankungen unvermeidlich. Das aber sind nicht Schwierigkeiten, die dich daran hindern sollten, über sie hinauszublicken, hin zum höchsten spirituellen Ausweg aus diesem Strom von ringenden Kräften der Natur.

\*

Du darfst nicht vergessen, dass dein Wesen nicht nur ein einfaches Ganzes ist, alles von einer einzigen Art oder einem einzigen Stück, sondern dass es komplex ist, aus vielen Dingen besteht. Es gibt die inneren Teile des Wesens, denen es nicht schwerfällt, sich der Wahrheit und des Göttlichen bewusst zu sein – wenn diese hervortreten, ist alles in Ordnung. Da ist das äußere Wesen, das voll von früherer Unwissenheit, Mangelhaftigkeit und Schwäche ist, aber bereits begonnen hat, sich zu wandeln. Es ist noch nicht genügend oder in all seinen Teilen gewandelt. Wenn irgendein Teil, der teilweise gewandelt ist, sich dem Frieden und der Kraft sehr stark öffnet, wird alles übrige entweder ganz ruhig oder ist nicht sehr aktiv, und du wirst dir des Friedens und der Kraft bewusst und bist ausgeglichen oder gewahrt nur undeutlich irgendwo eine Verwirrung o. ä. Wenn aber etwas Unwissendes von unten emporkommt oder ein wenig hervortritt (oder aber eine alte, hinausgestoßene Bewegung des Bewusstseins zurückkehrt und dich umwölkt), dann empfindest du den Frieden und die Kraft als etwas dir Fremdes oder Nicht-Existentes oder als etwas außerhalb von dir oder weit Entferntes. Wenn du beharrlich die Ruhe bewahrst, vermindert sich diese Unstetigkeit, die Kraft der Mutter gelangt überall hin und es wird eine feste Grundlage geschaffen für das, was noch getan werden muss.

\*

Ich habe dir erklärt, dass eine Teilung zwischen deinem inneren und äußeren Wesen besteht – und das ist bei den meisten Menschen der Fall. Dein inneres Wesen will die Wahrheit und das Göttliche und hat sie immer gewollt – wenn Frieden und Macht gefühlt werden, tritt es hervor, und du empfindest es, als wärest du es selbst, du verstehst die Dinge, und dein Wissen, Glücklichein und wahres Gefühl nehmen zu. Die äußere Natur wird durch den Einfluss des inneren Wesens gewandelt, doch kehrt das, was aus ihr hinausgestoßen wird, aus alter Gewohnheit immerfort zurück – und dann hast du das Gefühl, als ob diese alte Natur du selbst wärest. Diese äußere Natur ist, wie in beinahe allen menschlichen Wesen und den meisten Sadhaks hier, selbstsüchtig und voller Wünsche, sie verlangt die Erfüllung der eigenen Begierden und nicht die Wahrheit und das Göttliche. Wenn sie wie jetzt zurückkehrt und dich überlagert, versuchen alle diese



alten, immer gleichen Ideen und Gefühle dich zu ergreifen und zur Verzweiflung zu treiben – denn es ist eine feindliche Kraft, die sie in dich zurücktreibt. Die Schwierigkeit ist, dass dein physisches Bewusstsein noch nicht weiß, wie all das, wenn es eintritt, zurückgewiesen werden kann. Das innere Wesen weist es zurück; wenn aber das physische Bewusstsein es einlässt, wird das innere Wesen für die betreffende Zeit zurückgedrängt. Du hast unbedingt zu lernen, diese Sache nicht hereinzulassen, nicht nachzugeben und sie, wenn sie kommt, nicht zu unterstützen. Es ist eine Falschheit und kann nichts anderes sein – und mit Falschheit meine ich etwas, das nicht nur gegen die Sadhana und Göttliche Wahrheit gerichtet ist, sondern gegen die Wahrheit deines eigenen inneren Wesens, gegen das Streben deiner Seele und das Begehren deines Herzens. Wie kann so etwas wahr sein? Es existiert, macht aber nicht die Wahrheit deines Wesens aus. Es ist die Seele, das innere Wesen, welches das wahre Selbst in jedem Menschen ist. Diese hast du als dein Selbst zu erkennen und das andere als etwas Falsches zurückzuweisen, das dir durch die niedere, unwissende Natur aufgedrängt wurde.

\*

Ich glaube, es ist notwendig, dir zu zwei oder drei Dingen etwas zu sagen, die dein spirituelles Leben sowie deine Schwierigkeiten betreffen.

Als erstes hatte ich es für wünschenswert, dass du dich von der Vorstellung befreist, wonach alles, was die Schwierigkeiten verursacht, so sehr ein Teil deines eigenen Selbstes ist, dass ein wahres inneres Leben für dich unmöglich ist. Das innere Leben ist immer möglich, wenn in der Natur, wie sehr sie auch stets durch andere Dinge überlagert sein mag, eine göttliche Möglichkeit besteht, durch die sich die Seele manifestieren und ihre eigene wahre Form im Mental und Leben aufbauen kann – ein Teil des Göttlichen. In dir besteht diese göttliche Möglichkeit in einem ausgeprägten und außergewöhnlichen Maß. Es gibt in dir ein inneres Wesen aus spontanem Licht, intuitiver Vision, Harmonie und schöpferischer Schönheit, das sich unverkennbar jedes Mal gezeigt hat, wenn es fähig war, die Wolken zu vertreiben, die sich in deiner vitalen Natur ansammeln. Dieses [innere Wesen] war es, von dem die Mutter immer wollte, dass es in dir wächst und hervortritt. Wenn man das in sich hat, besteht kein Grund zur Verzweiflung, kein echter Grund, um von einer Unmöglichkeit zu sprechen. Wenn du das einmal als dein wahres Selbst akzeptieren könntest (was es tatsächlich ist, denn dein inneres Wesen ist dein wahres Selbst, und das äußere – die Ursache der Schwierigkeiten – ist immer etwas Erworbenes und Vorübergehendes und kann gewandelt werden) und wenn du seine Entwicklung zu deinem festen und ständigen Ziel im Leben machen könntest, würde der Pfad klar sein und deine spirituelle Zukunft wäre nicht nur eine zwingende Möglichkeit, sondern eine Gewissheit.

Sehr oft geschieht es, dass, wenn eine außergewöhnliche Macht wie diese in der Natur besteht, im äußeren Wesen ein gegenteiliges Element herrscht, durch welches sie einem ganz entgegengesetzten Einfluss geöffnet wird. Das lässt das Bemühen um ein spirituelles Leben so oft zu einem schwierigen Kampf werden; doch macht solch ein Widerstand, selbst in intensiver Form, dieses spirituelle Leben nicht unmöglich. Zweifel, Kampf, Bemühen und Versagen, Entgleisungen, Wechsel zwischen glücklichen und unglücklichen oder guten und schlechten Zuständen, zwischen Zuständen des Lichtes und der Finsternis sind das allgemeine Los menschlicher Wesen. Sie werden nicht durch den

Yoga ausgelöst oder durch die Bemühung um Vollendung; nur wird man sich im Yoga ihrer Bewegungen und Ursachen bewusst, statt sie nur blind zu fühlen, und am Ende findet man seinen Weg aus ihnen heraus, in ein klareres und glücklicheres Bewusstsein hinein. Das gewöhnliche Leben bleibt bis zuletzt eine Folge von Störungen und Kämpfen, doch lässt der Sadhak des Yoga die Störung und den Kampf hinter sich und gelangt zu einem Bereich essentieller Heiterkeit, die zwar durch oberflächliche Störungen noch beeinträchtigt, aber nicht mehr zerstört werden kann – und schließlich hört alle Störung überhaupt auf.

Selbst die dich so erschreckende Erfahrung von Bewusstseinszuständen, in denen du Dinge sagst und tust, die deinem wahren Willen zuwiderlaufen, ist kein Grund zur Verzweiflung. In der einen oder anderen Form ist es eine allgemeine Erfahrung aller, die versuchen, sich über ihre gewöhnliche Natur zu erheben. Nicht nur diejenigen, welche den Yoga ausüben, sondern auch religiöse Menschen und sogar jene, die nur eine moralische Kontrolle und Selbst-Verbesserung suchen, sind dieser Schwierigkeit gegenübergestellt. Und es ist hier wiederum nicht der Yoga oder die Bemühung um Vollendung, wodurch dieser Zustand hervorgerufen wird – es gibt gegensätzliche Elemente in der menschlichen Natur und in jedem menschlichen Wesen, die es veranlassen, auf eine Weise zu handeln, welche sein besseres Mental missbilligt. Das widerfährt jedem, dem allgewöhnlichsten Menschen im allgewöhnlichsten Leben. Es wird nur dann für unser Mental sichtbar und deutlich, wenn wir versuchen, uns über unser gewöhnliches, äußeres Selbst zu erheben, denn dann können wir erkennen, dass es die niederen Elemente sind, die dazu veranlasst werden, bewusst gegen den höheren Willen zu revoltieren. Es scheint dann eine Zeitlang eine Teilung in der menschlichen Natur zu bestehen, weil das wahre Wesen und alles, was es stützt, zurücktritt und sich von diesen niederen Elementen trennt. Das eine Mal beherrscht das wahre Wesen den Bereich der Natur, ein anderes Mal stößt die niedere Natur, die von einer Gegenkraft benützt wird, es zurück und besetzt das Feld – jetzt aber erkennen wir den Vorgang, während, wenn es früher geschah, wir uns über die Natur des Geschehnisses nicht im klaren waren. Wenn der feste Wille zum Fortschritt besteht, wird diese Teilung überwunden; und wenn auch in der um diesen Willen geeinten Natur andere Schwierigkeiten auftauchen können, so wird diese Art von Missklang und Kampf aufhören. Ich habe deshalb so ausführlich über diesen Punkt geschrieben, weil ich dachte, du hättest irgendwie die falsche Vorstellung, dass der Yoga diesen Kampf auslösen würde und dass dieser Widerspruch oder diese Teilung in der Natur auch das Zeichen für Untauglichkeit sei oder für die Unmöglichkeit, bis zum Ende durchzuhalten. Beide Vorstellungen sind völlig falsch, und die Dinge werden einfacher sein, wenn du sie ganz aus dem Bewusstsein weisst.

Es ist aber richtig, dass in deinem Fall und auch bei anderen dieser Widerspruch eine besondere und sehr unangenehme Intensität angenommen hat durch eine vererbte Schwäche deines Nervenwesens, was in dir immer durch Anfälle von Verzagtheit, Trübsinn, Unruhe und selbstquälerischer Finsternis zum Vorschein kam und dir die Freude am Leben verdorben hat. Dein Fehler ist zu glauben, dass es etwas ist, an das du gefesselt bist und dem du nicht entkommen kannst, ein Schicksal, das eine spirituelle Wandlung deiner Natur unmöglich macht. Ich habe andere Familien gekannt, die auch von dieser Art Nervenschwäche befallen waren, aber oft begleitet von außergewöhnlicher Intelligenz, außergewöhnlichen künstlerischen Fähigkeiten oder spirituellen Möglichkeiten. Ein oder zwei [der Familienmitglieder] mögen der Schwäche erlegen

sein, andere aber haben, manchmal nach einer Periode akuter Beeinträchtigung, die durch diese Schwäche verursachten Störungen überwunden; entweder sie verschwand völlig oder nahm eine untergeordnete und harmlose Form an, die der Entwicklung des Lebens und seiner Fähigkeiten nicht im Weg stand. Warum also deine Verzweiflung oder ohne jeden echten Grund die Überzeugung hegen, dass du dich nicht wandeln kannst und dich diese Sache immer hindern wird? Diese Verzagtheit, diese negative Gesinnung sind eine echte Gefahr für dich; sie hindern dich daran, eine ruhige und feste Entscheidung zu treffen und eine anhaltend wirksame Anstrengung zu machen; sie sind die Ursache, dass die Rückkehr dieses dunkleren Zustandes dich rasch nachgeben lässt und du die äußere feindliche Kraft zulässt, welche diesen Fehler benützt, um mit dir zu spielen und ihren Willen auf dich auszuüben. Diese falsche Vorstellung macht den überwiegenden Teil der Störung aus.

Es gibt keinen echten Grund, warum du diesen Mangel deines äußeren Wesens nicht überwinden solltest, wie viele andere es getan haben. Es ist nur ein Teil deiner vitalen Natur, der betroffen ist, obwohl er häufig das übrige überschattet; die anderen Teile deines Wesens können leicht zu tauglichen Instrumenten der göttlichen Möglichkeit gemacht werden, von der ich gesprochen habe. Du hast besonders eine klare und hervorragende Intelligenz, die zu einem einsatzbereiten Instrument des Lichtes werden und für dich von großem Nutzen sein kann, um diese vitale Schwäche zu überwinden. Und diese Göttliche Möglichkeit, diese Wahrheit deines inneren Wesens kann, wenn du sie annimmst, von sich aus deine Befreiung und die Wandlung deiner äußeren Natur herbeiführen.

Akzeptiere diese göttliche Möglichkeit in dir; habe Glauben an dein inneres Wesen und sein spirituelles Schicksal. Mach seine Entwicklung als Teil des Göttlichen zum Ziel deines Lebens – denn ein großes und ernsthaftes Ziel im Leben ist die machtvollste Hilfe, um sich von einer solchen Störung oder dieser unfähig machenden nervösen Schwäche zu befreien; es verleiht dir Festigkeit, Ausgeglichenheit, dem ganzen Wesen eine starke Stütze und dem Willen einen machtvollen Grund zu handeln. Akzeptiere auch die Hilfe, die wir dir geben können; verschließe dich nicht dagegen durch Unglauben, Verzweiflung und unbegründeten Aufruhr. Für den Augenblick kannst du dich nicht durchsetzen, weil in dir kein Glaube gefestigt ist, weil du kein Ziel, kein festes Vertrauen hast; die Schwermut vermochte dein ganzes Bewusstsein zu umwölken. Wenn du aber diesen Glauben in dir festigst und dich daran halten kannst, wird die Wolke nicht lange bestehen bleiben können, und das innere Wesen wird dir zu Hilfe kommen. Und dann wird sogar das bessere Selbst fähig sein, im Vordergrund zu bleiben, dich für das Licht offenzuhalten und den inneren Bereich für die Seele zu bewahren, selbst wenn das Äußere teilweise umwölkt oder beeinträchtigt ist. Wenn das geschieht, ist der Sieg gewonnen, und die restlose Eliminierung der vitalen Schwäche ist dann nur noch eine Frage von etwas Ausdauer.

\*

Ich werde deine Fragen kurz beantworten. (1.) Wenn du wieder in Ordnung kommen willst, hast du deine Natur in Ordnung zu bringen und dich zum Meister deines vitalen Wesens und seiner Impulse zu machen. (2.) Deine Stellung in der menschlichen Gesellschaft ist oder kann die gleiche sein, wie sie viele andere innehaben, die sich in

jugen Jahren mancherlei Ausschweifungen hingegeben und später die Kontrolle über sich selbst erlangt und den ihnen gemäßen Platz im Leben gefunden haben. Wenn du etwas mehr Lebenserfahrung hättest, würdest du begreifen, dass dein Fall nicht außergewöhnlich, sondern im Gegenteil ganz alltäglich ist und dass viele diese Dinge getan haben, später jedoch nützliche Bürger wurden und in den verschiedenen Tätigkeitsbereichen sogar die Führung von Menschen übernommen haben. (3.) Es ist durchaus möglich, dass du deine Eltern belohnst und die gehegten Erwartungen von früher erfüllst, wenn das dein Ziel ist. Du musst dich nur zuerst von deiner Krankheit erholen und die richtige Ausgeglichenheit deines Mentals und Willens erlangen. (4.) Das Ziel deines Lebens hängt von deiner eigenen Wahl ab, und der Weg, es zu erreichen, von der Art des Zieles. Auch wird deine Stellung [in der Gesellschaft] so sein, wie du sie gestaltetest. Zuerst ist deine Gesundheit wiederherzustellen; später kannst du deinen Fähigkeiten und Neigungen entsprechend in Ruhe dein Lebensziel festlegen; es ist nicht meine Sache, die Entscheidung für dich zu treffen. Ich kann dir nur andeuten, was ich selbst für die eigentlichen Ziele und Ideale halte.

Abgesehen von den äußerlichen Dingen gibt es zwei mögliche innere Ideale, denen ein Mensch folgen kann. Das erstere ist das höchste Ideal des gewöhnlichen menschlichen Lebens und das andere ist das Göttliche Ideal des Yoga. Ein bedeutender Mensch zu sein ist nicht das Ziel des Ersteren, und ein großer Yogi zu sein, ist nicht das Ziel des Letzteren. (Ich sage das nur im Hinblick auf eine Bemerkung, die du deinem Vater gegenüber gemacht zu haben scheinst.) Das Ideal des [gewöhnlichen] menschlichen Lebens besteht darin, das ganze Wesen einem klaren, starken und vernünftigen Mental sowie einem rechten, von der Vernunft geleiteten Willen zu unterwerfen, die das emotionale, vitale und physische Wesen beherrschen, eine Harmonie des Ganzen schaffen, alle möglichen Fähigkeiten entwickeln und im Leben einsetzen. Entsprechend dem hinduistischen Denken bedeutet das, das Gesetz der geläuterten und sattwischen *buddhi* zu errichten, dem *dharma* zu folgen, sein eigenes *svadharma* zu erfüllen und die Arbeit zu tun, die den eigenen Fähigkeiten entspricht, sowie *kāma* und *artha* unter der Kontrolle von *buddhi* und *dharma* zu befriedigen. Das Ziel des göttlichen Lebens andererseits, ist sein höchstes Selbst zu verwirklichen oder Gott zu verwirklichen und das ganze Wesen mit der Wahrheit des höchsten Selbstes oder dem Gesetz der göttlichen Natur in Einklang zu bringen, seine eigenen göttlichen Fähigkeiten zu entdecken, ob groß oder klein, und sie im Leben als Darbringung an den Höchsten oder als ein wahres Instrument der göttlichen Shakti zu vollenden. Über das letztere Ideal werde ich vielleicht zu einem späteren Zeitpunkt mehr schreiben. Für den Augenblick möchte ich nur etwas über die von dir empfundene Schwierigkeit sagen, das gewöhnliche Ideal zu erfüllen.

Dieses Ideal richtet sich auf die Formung von Mental und Charakter, was stets ein langwieriger und schwieriger Prozess ist, der eine geduldige Arbeit von Jahren erfordert und manchmal den größten Teil des Lebens beansprucht. Die hauptsächlichste Schwierigkeit dabei für fast jeden besteht darin, die Begierden und Impulse des vitalen Wesens unter Kontrolle zu bringen. In vielen Fällen, wie auch bei dir, richten sich gewisse starke Impulse fortwährend gegen das Ideal und die Forderung des Willens und Verstandes. Der Grund hierfür liegt beinahe immer in einer Schwäche des vitalen Wesens selbst, denn wenn diese Schwäche besteht, vermag es den Anforderungen des höheren Mentals nicht zu folgen und muss statt dessen unter dem Andrang von Impulsen handeln, die von bestimmten Kräften in der Natur stammen. Diese Kräfte befinden sich in

Wirklichkeit außerhalb der Person, begegnen aber in diesem [vitalen] Teil von ihr einer gewissen mechanischen Bereitschaft, sie zu befriedigen und ihnen zu gehorchen. Die Schwierigkeit vergrößert sich, wenn das Zentrum der Schwäche im Nervensystem liegt. Dann entsteht das, was von der europäischen Wissenschaft als neurasthenische Veranlagung bezeichnet wird und unter bestimmten Umständen zu nervlichen Zusammenbrüchen und Versagen führt. Das ist der Fall, wenn die Nerven zu sehr angestrengt werden oder eine übermäßige Nachgiebigkeit gegenüber sexuellen oder anderen Neigungen besteht, manchmal auch wenn ein zu harter und langer Kampf zwischen dem zügelnden Willen und diesen Neigungen stattgefunden hat. Das ist die Krankheit, an der du leidest, und wenn du all diese Dinge in Betracht ziehst, wirst du den wahren Grund erkennen, weshalb du in Pondicherry einen Zusammenbruch erlitten hast. Das Nervensystem in dir war schwach; es vermochte weder dem Willen zu gehorchen noch der Forderung der äußeren vitalen Kräfte zu widerstehen; zu dem Kampf gesellte sich noch die Überanstrengung des Mentals und der Nerven sowie ein Zusammenbruch aufgrund einer akuten Attacke von Neurasthenie. Diese Schwierigkeiten bedeuten nicht, dass du [am Ende] nicht die Oberhand gewinnen, die Kontrolle deiner Nerven und deines vitalen Wesens zustande bringen sowie eine Harmonie zwischen Mental und Charakter aufbauen kannst. Du musst die Sache nur richtig in die Hand nehmen, darfst falschen und morbiden Ideen nicht nachgeben und musst die richtigen Mittel anwenden. Erforderlich ist ein ruhiges Mental und ein ruhiger Wille, die sich geduldig und beharrlich weigern, jeglicher Erregung oder Entmutigung nachzugeben, und immer ruhig darauf beharren, dass sich die notwendige Wandlung im Wesen vollzieht. Ein ruhiger Wille dieser Art kann letzten Endes nicht versagen. Seine Wirkung ist unabwendbar. Die Zurückweisung durch ihn [den Willen] muss zuerst im Wachzustand erfolgen – eine Zurückweisung nicht nur des gewohnten Handelns durch das vitale Wesen, sondern auch der Impulse dahinter – die er als etwas erkennen muss, das sich außerhalb der Person befindet, jedoch in ihr zutage tritt – und auch der Suggestionen, die hinter den Impulsen stehen. Wenn all das auf diese Weise zurückgewiesen wird, können sich diese einst gewohnten Gedanken und Bewegungen zwar noch im Traumzustand offenbaren, denn es ist ein wohlbekanntes psychologisches Gesetz, dass das, was im Wachzustand unterdrückt oder zurückgewiesen wird, im Schlaf und Traum wiederkehren kann, weil es im unterbewussten Wesen fortbesteht. Wenn aber der Wachzustand gründlich geläutert wurde, müssen diese Traumbewegungen langsam aufhören, weil sie nicht mehr gefördert werden und die Eindrücke im Unterbewusstsein allmählich erlöschen. Das ist die Ursache der Träume, vor denen du dich so sehr fürchtest. Versuche, sie lediglich als ein nebensächliches Symptom zu betrachten, das dich nicht zu alarmieren braucht, wenn du einmal die Kontrolle über deinen Wachzustand erlangt hast.

Du musst dich aber von den Ideen befreien, die der Selbstüberwindung im Wege gestanden haben.

1. Erkenne, dass diese Dinge nicht aus irgendeiner echten moralischen Verworfenheit herrühren, denn diese kann nur dann bestehen, wenn das Mental selbst verworfen ist und die perversen vitalen Impulse unterstützt. Wenn das Mental und der Wille sie zurückweisen, dann ist das moralische Wesen gesund, und es handelt sich nur um einen Fall von Schwäche oder Krankheit der vitalen Teile oder des Nervensystems.

2. Grüble nicht über die Vergangenheit nach, sondern wende dich mit geduldiger Hoffnung und geduldigem Vertrauen der Zukunft zu. Dein Grübeln über früheres Versagen wird dich daran hindern, deine Gesundheit wiederzuerlangen, es wird dein

Mental und deinen Willen schwächen und sie bei der Arbeit der Selbstüberwindung und der Neuformung des Charakters behindern.

3. Lass dich nicht entmutigen, wenn du nicht sofort Erfolg hast, sondern mache geduldig und unerschütterlich weiter, bis die Sache getan ist.

4. Quäle dich nicht, indem du immer über deine Schwächen nachdenkst. Bilde dir nicht ein, dass sie dich für das Leben oder die Erfüllung des menschlichen Ideals untauglich machen. Wenn du einmal ihr Vorhandensein erkannt hast, dann suche nach deinen Quellen der Stärke und denke lieber *darüber* nach sowie über die Gewissheit des Sieges.

Deine vordringlichste Aufgabe ist, für die Wiederherstellung der Gesundheit deines Mentals und Körpers zu sorgen, wofür die Ruhe des Mentals und für eine gewisse Zeit eine ruhige Lebensweise erforderlich sind. Zermartere dein Mental nicht mit Fragen, die zu lösen es noch nicht reif ist. Grüble nicht immer über die eine Sache nach. Beschäftige dein Mental so gut du kannst mit vernünftigen und normalen Dingen und gib ihm soviel Ruhe wie möglich. Später, wenn du deinen normalen mentalen Zustand und dein Gleichgewicht wiedererlangt hast, kannst du mit klarem Urteilsvermögen entscheiden, wie du dein Leben gestalten willst und was du in Zukunft zu tun haben wirst.

Ich habe dir so gut ich kann geraten und dargelegt, was mir gegenwärtig am wichtigsten erscheint. Was deine Rückkehr nach Pondicherry anbelangt, so würde ich für den Augenblick davon abraten. Ich könnte dir nichts anderes sagen als das, was ich dir geschrieben habe. Solange du krank bist, ist es am besten, dich nicht der Obhut deines Vaters zu entziehen; vor allem gilt bei Krankheiten wie der deinen die feststehende Regel, nicht zu dem Ort und der Umgebung des Zusammenbruchs zurückzukehren, solange man nicht völlig erholt ist und die mit dem Zusammenbruch verbundenen Assoziationen ihre Intensität nicht eingebüßt sowie ihre Macht über das Mental nicht verloren haben, so dass sie nicht länger einen störenden oder gewaltsamen Einfluss darauf ausüben können.

\*

Ja, die Lösung besteht mit Sicherheit in der Göttlichen Gnade – sie kommt von selbst, wenn alles bereit ist, indem sie plötzlich oder mit zunehmender Kraft eingreift. Bis dahin bleibt sie im Hintergrund aller Kämpfe, und das „unbezähmbare Streben nach dem Licht“, von dem du sprichst, ist das äußere Anzeichen dafür, dass sie eingreifen wird. Was die zweifache Natur anbelangt, so ist sie nur eine Form der immerwährenden Dualität in der menschlichen Natur, der niemand entgeht, sie ist etwas so Universales, dass viele [philosophische] Schulen sie als feststehende Tatsache betrachten, der man in der jeweiligen Disziplin Rechnung tragen muss – zwei Personen in jedem menschlichen Wesen, die eine Licht, die andere dunkel. Wenn das nicht so wäre, wäre der Yoga ein leichter Spaziergang, und es gäbe keinen Kampf. Diese Dualität ist jedoch kein Grund anzunehmen, dass man untauglich sei; auch die Hartnäckigkeit des weltlichen Elementes ist kein Grund dafür, denn es ist seiner eigentlichen Natur nach immer hartnäckig. Es gleicht den Deutschen in ihren Schützengräben, die jedes Mal, wenn ihre Pläne vereitelt wurden, zurückweichen und sich für einen neuen Massenangriff wieder eingraben. Trotz allem aber: Wenn die lichte Person fest entschlossen ist, sich ohne die Krone des Lichtes

nicht zufriedenzugeben, wenn sie stark genug ist, das Wesen zu veranlassen, nicht an geringeren Dingen Genüge zu finden, kann man das als ein Zeichen für die Berufung des Wesens betrachten, einer der Erwählten zu sein, trotz aller äußeren [gegenteiligen] Anzeichen, trotz aller Zweifel und Verzweiflung – und wer hätte sie nicht, nicht einmal ein Christus oder ein Buddha waren frei davon –, und dass der innere Spirit am Ende den Sieg davonträgt wird. Es besteht also in dieser Hinsicht keinerlei Grund zu irgendeiner Besorgnis.

\*

Was du über die „üble Person“ sagst, hat mich sehr interessiert, da es mit meiner eigenen Erfahrung übereinstimmt, dass einem Menschen, der in hohem Maße für die Arbeit [der Umwandlung] befähigt ist, immer oder beinahe immer – man sollte besser keine zu starre und universale Regel hinsichtlich dieser Dinge aufstellen – ein Wesen anhaftet, das manchmal wie ein Teil von ihm erscheint, aber genau das Gegenteil dessen ist, was er in der zu verrichtenden Arbeit zentral verkörpert. Oder aber es tritt, wenn es anfangs nicht vorhanden und nicht an seine Person gebunden ist, eine Kraft dieser Art in seinen Umkreis, sobald er beginnt, seine Bewegung zu verwirklichen. Ihre Aufgabe scheint zu sein, Widerstand zu schaffen, Straucheln und falsche [Bewusstseins-] Zustände zu verursachen – in einem Wort, ihm die ganze Schwierigkeit der begonnenen Arbeit deutlich zu machen. Es scheint, als ob das Problem im okkulten Haushalt der Dinge auf andere Weise nicht gelöst werden kann als dadurch, dass das ausersehene Instrument die Schwierigkeit zu seiner eigenen macht. Das würde viele Dinge erklären, die von der Oberfläche her betrachtet recht beunruhigend erscheinen.

\*

Ich habe dich bereits wissen lassen, dass ich beiden Leuten zustimme, deren Fotos du mir gesandt hast. Was A anbelangt, so schließe ich mich deiner Meinung an, dass er ein geborener Yogi ist. Sein Gesicht hat den Ausdruck eines Sufis oder arabischen Mystikers, und er muss es in einem früheren Leben sicherlich gewesen sein und viel von seiner einstigen Persönlichkeit in sein gegenwärtiges Dasein mitgebracht haben. Es gibt Mängel und Begrenzungen in seinem Wesen. Die Enge des physischen Mentals, die du erwähnst, wird auf dem Foto deutlich, obwohl sie in seinem Gesichtsausdruck nicht in Erscheinung tritt; sie treibt ihn möglicherweise in die Richtung eines an Armut gebundenen Asketizismus, anstatt sich weit der Fülle des Göttlichen zu öffnen und sich darin zu entfalten. Unter anderen Umständen könnte es ihn auch zu einer Art Fanatismus führen. Wenn er aber den richtigen Weg einschlägt und sich den richtigen Mächten öffnet, können diese Dinge in wertvolle Elemente gewandelt werden, die asketische Fähigkeit in eine Kraft, die gegen physisch-vitale Gefahren nützlich eingesetzt werden kann, und das, was in Fanatismus hätte ausarten können, in eine innige Hingabe an die ihm geoffenbarte Wahrheit. Aller Wahrscheinlichkeit nach wird es eine gewisse Störung im physisch-vitalen Wesen geben. Ich kann aber noch nicht sagen von welcher Art. Es handelt sich nicht um einen Fall von völlig sicherer Entwicklung, die nur dann gegeben wäre, wenn eine starke vitale und physische Grundlage und ein gewisses natürliches Gleichgewicht in

den verschiedenen Teilen des Wesens bestünden. Dieses Gleichgewicht muss hier geschaffen werden, was durchaus möglich ist. Welches Risiko auch immer vorhanden ist, er hat es auf sich zu nehmen; denn diese Natur hier ist für den Yoga geboren, und es sollte ihr die Gelegenheit dazu nicht versagt werden. Er muss lernen, das Wesen und die Forderungen des Integralen Yoga voll zu verstehen.

Als nächstes zu B. Er ist ohne Zweifel, wie du sagst, der Typ eines wohlhabenden und erfolgreichen Menschen, aber die beste Art dieses Typs, auf einer vernünftigen und großzügigen Linie. Außerdem weist sein Gesicht und sein Ausdruck auf Feinheit sowie auf eine Fähigkeit zum Idealismus hin, die nicht allzu weit verbreitet sind. Es versteht sich von selbst, dass wir die Menschen nicht um ihres Reichtums willen veranlassen, den Yoga aufzunehmen; andererseits dürfen wir nicht dazu neigen, jemanden aufgrund seines Reichtums abzuweisen. Reichtum mag ein großes Hindernis sein, ist aber auch eine große Gelegenheit, und es gehört zum Ziel unserer Arbeit, die vitalen und stofflichen Mächte, einschließlich der des Reichtums, die jetzt anderen Einflüssen unterliegen, nicht zurückzuweisen, sondern zu gewinnen, damit sich das Göttliche dadurch ausdrücken kann. Wenn dann solch ein Mensch mit ernstem und echtem Willen bereit ist, zusammen mit seiner Macht vom anderen Lager zu dem unseren überzuwechseln, besteht kein Grund, ihn abzuweisen. Natürlich ist er nicht der Typ, der für den Yoga geboren ist, wie zum Beispiel C, er ist aber jemand, der für das spirituelle Erwachen offen ist und, wie ich glaube, von einer Natur, die aufgrund bestimmter Unzulänglichkeiten zwar versagen kann, aber nicht aufgrund eines feindlichen Elementes in seinem Wesen. Das Notwendigste ist, dass er das, was der Yoga von ihm fordert, versteht und annimmt – als erstes das Suchen nach einer höheren Wahrheit, zweitens die Hingabe seiner selbst, seiner Fähigkeiten und seines Wohlstandes, um ihr [der Wahrheit] zu dienen, und schließlich die Umwandlung seines ganzen Lebens, damit es den Bedingungen der Wahrheit entspricht –, und dass er nicht nur eine enthusiastische Wende seines Idealismus vollzieht, sondern einen festen und entschlossenen Willen für dieses Ziel einsetzt. Es ist besonders für diese reichen Menschen notwendig zu erkennen, dass es in unserem Yoga nicht genügt, einerseits ein spirituelles Bestreben zu haben und andererseits die verbleibenden Energien gewöhnlichen Motiven unterzuordnen, sondern dass das ganze Wesen und Leben dem Yoga geweiht werden muss. Vermutlich ist dieses geteilte Leben der Grund dafür, dass Menschen wie D trotz einer natürlichen Veranlagung keinen Fortschritt erzielen. Wenn er das verstehen und annehmen könnte, würde die Selbst-Weihung, die er erwähnt, unter seinen Voraussetzungen offensichtlich der erste Schritt auf dem Pfad sein. Wenn er den Yoga aufnimmt, wäre es vermutlich ratsam, dass er bald nach Pondicherry käme, um mich zu treffen. Das kann aber natürlich später entschieden werden ...

PS. Nach Beendigung dieses Briefes erhielt ich dein Schreiben vom 12. Was du darin über E sagst, hatte ich bereits vermutet; du hast es nur präzisiert. Ich glaube nicht, dass diese Dinge sehr wichtig sind. Alle starken Naturen haben die rajasisch-aktive, nach außen drängende Kraft in sich, und wenn das ausreichen würde, um sie für den Yoga untauglich zu machen, hätten nur sehr wenige von uns eine Chance. Was den Zweifel des physischen Mentals anbelangt, ob die ganze Sache überhaupt möglich ist – wer hätte ihn nicht gehabt? Er verfolgte selbst mich jahrelang, und erst in den vergangenen beiden Jahren ist sein letzter Schatten von mir gewichen – und es war letztlich nicht ein Zweifel an der theoretischen Durchführbarkeit der Sache, sondern an der praktischen Gewissheit ihres Zustandebringens im gegenwärtigen Zustand der Welt und der menschlichen Natur.



[Dies schrieb Sri Aurobindo am 16. April 1923.] Das gleiche kann vom Egoismus gesagt werden, dass beinahe alle Menschen von starker Natur eine stark egoistische Haltung haben. Vom Foto her zu urteilen handelt es sich aber nicht um den gleichen halb-Stier, halb-Hund Typ wie bei F. Diese Dinge verschwinden erst im Laufe der spirituellen Entwicklung und Erfahrung, und dann erweist sich die Stärke, die hinter ihnen steht, als nützlich. Aus deinem Bericht über seine frühere Erfahrung der Stimme und Weite geht hervor, dass, wie ich schon vermutete, ein seelisches Etwas in ihm hart und dem spirituellen Erwachen nahe ist. Ich glaube, er wartet auf die intellektuelle Überzeugung und, um sie herbeizuführen, auf eine Art Bestätigung durch die innere Erfahrung. Auch hierzu ist nichts zu sagen. Die Frage ist nur – und es scheint mir in seinem Fall die einzige zu sein –, ob er bereit ist, den festen, vollen und absoluten Willen für den Yoga aufzubringen sowie die Weihung, die erforderlich ist, um ihm über alle Kämpfe und Krisen der Sadhana hinwegzuhelfen. Die Unvereinbarkeit seiner mentalen Haltung mit seinem Handeln ist ganz natürlich, besonders weil es eine mentale Haltung ist. Es muss eine spirituelle Haltung werden, bevor Leben und Ideal eins werden können. Hat die Verwöhnung durch Luxus und weltliches Leben, die du erwähnst, in ihm die Möglichkeit erstickt, einen ganz auf Gott gerichteten Willen zu entwickeln? Wenn das nicht der Fall ist, kann man ihm eine Chance geben. Ich vermag nicht mit Sicherheit zu sagen, dass er der *adhikārī* ist oder sein wird. Ich kann nur sagen, dass eine Fähigkeit im besten Teil seiner Natur besteht. Ich vermag auch nicht zu sagen, dass er zu den „Besten“ zählt. Doch scheint er mir zumindest eine mehr ursprüngliche Fähigkeit zu besitzen als einige andere, die angenommen worden sind. Als ich von den „Besten“ sprach, meinte ich nicht einen *ādhāra* ohne Mängel und Gefährdungen, denn ich glaube nicht, dass ein solcher gefunden werden kann. Meine Feststellungen gründen sich natürlich auf einen allgemein günstigen Eindruck, der durch seine Physiognomie und Erscheinung hervorgerufen wurde, sowie auf gewissen Betrachtungen und seelischen Anzeichen, die vermischt, aber im allgemeinen günstig sind. Ich sehe den Mann nicht so wie du. Nimm die dargebotene Summe an, verlange von ihm für den Augenblick nicht mehr und gib ihm nicht nur klar zu verstehen, was Yoga ist, sondern auch welche großen Forderungen er an die Natur stellt. Beobachte, wie er sich entwickelt und ob man ihm nicht eine Chance geben soll.

### III.

Es gibt nur drei grundlegende Hindernisse, die im Weg stehen können:

1. Fehlender oder ungenügender Glaube.
2. Egoismus – das Mental, das sich an seine eigenen Ideen klammert; das Vital, das seine eigenen Begierden einer wahren Hingabe vorzieht; das Physische, das an seinen eigenen Gewohnheiten haftet.
3. Eine gewisse Trägheit oder ein grundlegender Widerstand im Bewusstsein, das sich nicht wandeln will, weil es zu mühsam ist oder weil es nicht an seine Fähigkeit oder an die Macht des Göttlichen glauben will – oder aus einem anderen, mehr unterbewussten Grund. Du musst selbst herausfinden, welches von all diesen Hindernissen es ist.

\*

Die Hauptschwierigkeit in der Sadhana besteht in den Bewegungen der niederen Natur, den Ideen des Mentals, den Begierden und der Anziehungskraft des Vitals, den Gewohnheiten des Körperbewusstseins, die dem Wachsen des höheren Bewusstseins im Wege stehen – es gibt noch andere Schwierigkeiten, doch machen diese [von mir aufgeführten] den Großteil des Widerstandes aus.

\*

In der einen oder anderen Form ist der Widerstand des Mentals und des *prana*, die unter dem Vorwand der spirituellen Verwirklichung versuchen, unabhängig zu sein und das Ego zu befriedigen, ein häufiges Hindernis im Yoga.

\*

Jeder Teil der [menschlichen] Natur will mit seinen alten Bewegungen fortfahren und weigert sich so sehr er kann, eine radikale Wandlung und einen radikalen Fortschritt zuzulassen, denn das würde ihn etwas Höherem als er selbst ist unterwerfen und der obersten Gewalt in seinem eigenen Bereich berauben – seiner Alleinherrschaft. Das ist es, was aus der Umwandlung einen so langwierigen und schwierigen Vorgang macht.

Das Mental wird schwerfällig, weil sich an seiner unteren Basis das physische Mental mit dem Prinzip des *tamas* oder der Trägheit befindet – denn die Trägheit ist in der Materie das grundlegende Prinzip; Eine anhaltende oder lange Folge höherer Erfahrungen verursacht in diesem Teil des Mentals ein Gefühl der Erschöpfung oder eine Reaktion des Unbehagens oder der Dumpfheit. Die Trance oder der *samādhi*-Zustand ist ein Ausweg – der Körper kommt zur Ruhe, das physische Mental befindet sich in einem Stadium der Lethargie, und das innere Bewusstsein kann ungehindert seine Erfahrungen fortsetzen. Der Nachteil besteht darin, dass die Trance zu einer Unerlässlichkeit wird, ohne dass das Problem des Wachbewusstseins eine Lösung findet; es bleibt unvollkommen.

\*

Die Starrheit lag an der Hartnäckigkeit, mit der dein Mental und Vital, die sich nicht wandeln wollten, sich an ihre eigenen Ideen und vitalen Gewohnheiten klammerten. Die Folge davon war eher eine Laxheit, eine allgemeine Schläffheit, durch die die Natur sich mit dem spirituellen Bestreben nicht in Einklang bringen, sondern nach Belieben alle möglichen Dinge auf ihren Saiten spielen ließ. Plastizität des Bewusstseins ist notwendig, aber eine Plastizität gegenüber der wahren Berührung durch die [Göttliche] Macht, nicht gegenüber einer gewöhnlichen Berührung durch Kräfte der Natur. Dein Ziel sollte sein, alles auf das Höhere abzustimmen – dann wird die wahre Poesie des Spirits möglich, nicht nur im Schreiben, sondern auch im Leben.

\*

Das Vorhanden sein von Unvollkommenheiten, selbst vieler und schwerwiegender Unvollkommenheiten, kann kein *bleibendes* Hindernis für den Fortschritt im Yoga sein. (Ich meine nicht die Wiedererlangung des früheren Sich-Öffnens, denn meiner Erfahrung nach ist das, was nach einer Zeit der Behinderung oder des Kampfes kommt, meist ein neues und weiteres Sich-Öffnen, ein umfassenderes Bewusstsein und ein Fortschritt gegenüber dem bereits Gewonnenen, das für den Augenblick verloren scheint – aber nur scheint.) Das einzige Hindernis, das dauerhaft sein kann – aber nicht sein muss, denn auch das kann sich ändern –, ist Unaufrichtigkeit, und damit bist du nicht behaftet. Wenn Unvollkommenheit ein Hemmnis wäre, könnte niemand im Yoga erfolgreich sein, denn alle sind unvollkommen, und ich bin mir nach all dem, was ich beobachten konnte, nicht sicher, ob jene, die die größten Fähigkeiten zum Yoga haben, nicht auch sehr oft mit den größten Unvollkommenheiten belastet sind oder waren. Du kennst vermutlich den Kommentar von Sokrates über seinen eigenen Charakter; das gleiche könnte man von vielen großen Yogis über ihre ursprüngliche menschliche Natur sagen. Aufrichtigkeit im Yoga ist die einzige Sache, die letzten Endes zählt, und mit ihr die Geduld, auf dem Pfad auszuharren – viele schlagen sich durch, sogar ohne diese Geduld, denn trotz Aufruhr, Übereifer, Niedergeschlagenheit, Verzweiflung, Ermüdung und der zeitweiligen Einbuße des Glaubens treibt sie eine Kraft, die größer ist als ihr äußeres Selbst, die Kraft des Spirits, das drängende Bedürfnis der Seele durch Wolken und Nebel dem vor ihnen liegenden Ziel entgegen. Unvollkommenheiten können ein Hemmschuh sein und für den Augenblick zu einem schlimmen Sturz führen, doch sind sie kein dauerndes Hindernis. Hemmnisse infolge eines Widerstandes in der [menschlichen] Natur können ernsthaftere Ursachen der Verzögerung darstellen; aber auch sie währen nicht ewig.

Auch die lang anhaltende Dumpfheit ist kein hinreichender Grund dafür, den Glauben an deine Eignung oder deine spirituelle Bestimmung zu verlieren. Ich glaube, dass Wechsel von lichten und dunklen Zeiten eine nahezu universale Erfahrung des Yogi darstellen und Ausnahmen sehr selten sind. Wenn man nach den Ursachen dieses Phänomens forscht – ein für unsere ungeduldige menschliche Natur sehr unliebsames Phänomen –, dürften sich, wie ich meine, hauptsächlich zwei abzeichnen. Die erste ist, dass das menschliche Bewusstsein weder eine andauernde Herabkunft des Lichtes, der Macht oder des Anandas ertragen noch auf einmal empfangen und in sich aufnehmen kann; es braucht Zeiten der Assimilation; diese Assimilation jedoch geht hinter dem Schleier des Oberflächen-Bewusstseins vor sich; die herabgekommene Erfahrung oder Verwirklichung zieht sich hinter den Schleier zurück und lässt dieses äußere oder Oberflächen-Bewusstsein brachliegen und für eine neue Herabkunft bereit werden. In den höher entwickelten Stadien des Yoga werden diese dunklen oder dumpfen Zeitspannen kürzer, sind weniger ermüdend und werden durch die Empfindung des größeren Bewusstseins angehoben, welches, wenngleich nicht für den unmittelbaren Fortschritt wirkend, dennoch bestehen bleibt und die äußere Natur stützt. Die zweite Ursache ist ein gewisser Widerstand, etwas in der menschlichen Natur, das die erfolgte Herabkunft nicht gefühlt hat, das nicht bereit, vielleicht nicht willens ist, sich zu wandeln – oft ist es auch eine starke gewohnheitsmäßige Prägung des Mentals oder des Vitals oder eine zeitweilige Trägheit des physischen Bewusstseins und nicht genau genommen ein Teil der [menschlichen] Natur –, und hierdurch wird, erkennbar oder nicht, das Hindernis geschaffen. Wenn man die Ursache in sich selbst auffinden, sich eingestehen, ihr Wirken erkennen und die [Göttliche] Macht zu ihrer Beseitigung herabrufen kann, ist es möglich, die Zeiten der Finsternis weitgehend zu verkürzen und ihre Härte zu mildern. Im

Hintergrund jedenfalls wirkt die Göttliche Macht immer; und eines Tages, vielleicht wenn man es am wenigsten erwartet, bricht das Hindernis zusammen, die Wolken weichen zurück, und es herrschen wieder Licht und Sonnenschein. In diesem Fall ist es das beste, sich nicht zu quälen, nicht zu verzagen, sondern ruhig und beharrlich weiterzumachen, sich offen zu halten, ausgebreitet für das Licht und in vollem Glauben darauf zu harren, dass es kommt; meiner Erfahrung nach werden so diese Bewährungsproben verkürzt. Später, wenn das Hindernis verschwunden ist, erkennt man, dass ein großer Fortschritt erzielt wurde und das Bewusstsein wesentlich fähiger ist aufzunehmen und zu bewahren als vorher. Im spirituellen Leben bringt jede Heimsuchung und Prüfung einen Gewinn.

\*

Der Yogi erreicht eine Art Teilung seines Wesens, bei welcher der innere *purusa* gefestigt und ruhig die Störungen im äußeren Menschen beobachtet, so wie man die Ausbrüche eines unvernünftigen Kindes betrachtet; wenn das einmal erreicht ist, kann er darüber hinaus auch den äußeren Menschen kontrollieren; die völlige Kontrolle des äußeren Menschen aber bedarf einer langen und anstrengenden *tapasya*.

Doch selbst von einem *siddha*-Yogi kannst du nicht immer eine vollkommene Vollkommenheit erwarten: vielen ist sogar an der Vollkommenheit der äußeren Natur gar nichts gelegen, was aber ihre Verwirklichung und Erfahrung nicht widerlegt. Wenn du es auf deine Weise betrachtest, müsstest du eine große Zahl von Yogis der Vergangenheit ausschließen, und auch die Rishis der alten Zeiten.

Ich gebe zu, dass sich darin das Ideal meines Yoga [von anderen Yoga-Systemen] unterscheidet, kann aber andere spirituelle Menschen, ihre Leistungen und ihre Disziplin nicht darauf festlegen. Mein eigenes Ideal ist die Umwandlung der äußeren Natur – Vollkommenheit so vollkommen wie möglich. Du kannst aber nicht behaupten, dass jene, die das nicht erreicht haben oder denen daran nichts gelegen war, keine Spiritualität besessen hätten. Ein gutes Verhalten – nicht Höflichkeit, die eine äußere, wenn auch schätzenswerte Sache ist –, Schönheit, die sich auf einer spirituellen, in das Leben projizierten Verwirklichung der Einheit und des Gleichklangs gründet, ist bestimmt ein Teil der vollendeten Harmonie.

\*

Doch wann gehörten Höflichkeit und gute gesellschaftliche Manieren je auf dieser Welt zur spirituellen Erfahrung oder wahren Yoga-*siddhi* oder galten als Test dafür. Sie sind ebensowenig ein Test wie die Fähigkeit, gut zu tanzen oder sich geschmackvoll zu kleiden. So wie es sehr gute und wohlwollende Menschen gibt, die flegelhafte und rüde Manieren haben, kann es sehr spirituelle Menschen geben (ich meine hiermit Menschen, die tiefe spirituelle Erfahrungen hatten), die das physische Leben und Treiben nicht beherrschen – was übrigens auch bei vielen Intellektuellen der Fall ist –, und die auf ihr Benehmen überhaupt nicht achten. Ich glaube, man wirft auch mir ein grobes und arrogantes Benehmen vor, weil ich es ablehne, Leute zu empfangen, Briefe zu beantworten, und mich einer Unmenge anderer Vergehen schuldig mache. Ich habe von

einem berühmten Einsiedler gehört, der jeden, der sich seiner Klause näherte, mit Steinen bewarf, weil er keine Jünger wollte und sich nicht anders zu helfen wusste, um die Flut von Bewerbern abzuwehren. Ich zumindest würde zögern zu behaupten, dass solche Menschen kein spirituelles Leben oder keine spirituelle Erfahrung hätten. Natürlich ist es mir lieber, wenn die Sadhaks untereinander einigermaßen rücksichtsvoll sind, das aber ist eine Regel für das kollektive Leben und die Harmonie, gilt aber nicht für die *Yoga-siddhi* oder als ein untrügliches Zeichen innerer Erfahrung.

So wie du schreibst, müsste man in dem Augenblick, in dem man irgendeine spirituelle Erfahrung oder Verwirklichung erlangt, gleichzeitig eine vollendete Person ohne Mängel oder Schwächen sein. Das heißt, eine Forderung zu erheben, der unmöglich zu entsprechen ist, und es heißt ferner, die Tatsache zu ignorieren, dass spirituelles Leben ein Wachsen und nicht ein plötzliches und unerklärliches Wunder ist. Kein Sadhak kann so beurteilt werden, als ob er bereits ein *siddha*-Yogi wäre, am allerwenigsten jene, die erst ein Viertel oder noch weniger eines sehr langen Weges zurückgelegt haben. Selbst große Yogis beanspruchen nicht, die Vollendung erreicht zu haben, und man darf nicht behaupten, dass sie, weil sie nicht durch und durch vollendet sind, ihre Spiritualität unecht oder für die Welt ohne Wert sei. Im übrigen gibt es alle Arten von spirituellen Menschen: Einige geben sich mit ihrer spirituellen Erfahrung zufrieden und suchen nicht eine äußere Vollendung oder äußeren Fortschritt; einige sind Heilige, andere suchen keine Heiligkeit, wiederum andere sind zufrieden, im kosmischen Bewusstsein in Berührung und Einung mit dem All zu leben, lassen sich aber von allen Arten von Kräften durchdringen, wie es zum Beispiel in der Beschreibung des typischen *paramahamsa* [die vollendete spirituelle Person] zum Ausdruck kommt. Das Ideal, das ich für unseren Yoga aufgestellt habe, ist die eine Sache, die aber nicht alles bestehende spirituelle Leben und Bemühen bindet. Das spirituelle Leben ist nicht etwas, das in einer starren Definition formuliert oder durch eine starre mentale Regel festgelegt werden kann; es ist ein weiter Bereich der Evolution, ein unermessliches Königreich, das potentiell größer ist als alle Königreiche darunter – mit hundert Provinzen und tausend Arten, Stadien, Formen, Pfaden, Verschiedenheiten des spirituellen Ideals und Abstufungen des spirituellen Fortschritts. Von der Grundlage dieser Wahrheit müssen die Dinge, welche die Spiritualität und ihre Sucher betreffen, betrachtet werden, wenn es mit Kenntnis geschehen soll. Nur indem man Spiritualität so auffasst, kann man sie wahrhaft verstehen – entweder in ihrer vergangenen oder künftigen Form oder indem man statt dessen die spirituellen Menschen der Vergangenheit und Gegenwart betrachtet oder eine Beziehung zwischen den verschiedenen Idealen, Stadien usw. herstellt, die in der spirituellen Evolution des Menschen in Erscheinung traten.

\*

Ich beantworte deinen Brief, weil die Mutter noch zu sehr beschäftigt ist, um dir zu schreiben.

Was sie damals meinte, war eine Vollendung in Form von Eigenschaften und Taten, die einen mentalen Idealismus befriedigen würden und für andere besonders sichtbar und wahrnehmbar wären – in der Psychologie des indischen Yoga eine „sattwische“ Vollendung genannt. Das ruft oft eine Art Stolz und Selbstgerechtigkeit, einen „sattwischen“ Egoismus hervor, der das Bewusstsein starr macht, so dass es

gegenüber dem Göttlichen Willen nicht flexibel und formbar ist. Die wahre spirituelle Vollendung ist nicht so sehr eine Sache der Form, sondern der Substanz des Bewusstseins als solchem, und da sie [die spirituelle Vollendung] an ihrer Basis aus einer vollen Harmonie mit dem Göttlichen Bewusstsein besteht, aus einer freien und plastischen Selbstanpassung an den Göttlichen Willen in jedem Augenblick, sind ihre Formen und die Formen ihrer Tätigkeit [äußerlich] nicht so leicht sichtbar oder abschätzbar. Das Wort „rechtschaffen“ ist auf ihre Bewegungen nicht anwendbar, sie sind ganz einfach deshalb recht, weil sie in Einklang mit dem Göttlichen stehen.

Es liegt auf der Hand, dass man echten Unvollkommenheiten nicht nachgeben soll – [es doch zu tun und] das als Prinzip aufzustellen, wäre gefährlich; die sichtbaren Schwächen sind jene, die nur einer äußerlichen Betrachtungsweise so erscheinen würden. Ein „rechtschaffener“ Ärger könnte leicht Teil jener Selbstgerechtigkeit sein, welche die Mutter meinte; und sich mit der Bewegung des Ärgers zu identifizieren, ob rechtschaffen oder nicht, ist spirituell unerwünscht. Eine Bewegung wie die, die du meinst, könnte von außen betrachtet eine Bewegung der Unvollkommenheit in der [menschlichen] Natur sein, im Sinne der Rechtschaffenheit jedoch, wie oben beschrieben, völlig zu Recht bestehen. Es geht nicht um die Frage einer bestimmten Tätigkeit oder einzunehmenden Haltung, sondern um das innere Bewusstsein, das dem Göttlichen Willen, der in ihm wirkt, freien und plastischen Ausdruck verleiht.

Chakya-muni ist ein Name Buddhas; „der Weise der Chakyas“ – das ist die Sippe, welcher der Buddha von Geburt angehörte und deren König sein Vater war.

#### IV.

Es spielt keine Rolle, welche Mängel in deiner Natur bestehen. Es kommt einzig darauf an, dass du dich für die Kraft offen hältst. Niemand vermag sich selbst durch die eigenen, durch nichts unterstützten Bemühungen umzuwandeln; allein die Göttliche Kraft ist es, die dich umwandeln kann. Wenn du dich offen hältst, wird alles übrige für dich getan werden.

\*

Alle Begrenzungen können überwunden werden; wenn sie aber in der Gestaltung des gegenwärtigen Wesens tief verwurzelt sind, kann es nur dann geschehen, wenn man eine Macht und ein Bewusstsein herabrufen, die höher sind als das persönliche Mental und der persönliche Wille. Das höhere Bewusstsein kann durch das, was es mit sich bringt, die Defekte der persönlichen Natur korrigieren oder umformen.

\*

Kaum irgendjemand ist stark genug, nur durch sein eigenes Streben und seinen eigenen Willen die Kräfte der niederen Natur zu überwinden; selbst jene, die es versuchen, erlangen nur eine gewisse Kontrolle, nicht aber die volle Meisterung. Wille und Streben sind notwendig, um die Hilfe des Göttlichen herabzubringen, und damit das menschliche Wesen in seiner Auseinandersetzung mit den niederen Mächten auf seiner [des

Göttlichen] Seite bleibt. Allein die Göttliche Kraft, die den spirituellen Willen und das seelische Streben des Herzens erfüllt, kann den Sieg herbeiführen.

\*

Wie ich dir bereits schrieb, hat es keinen Wert mehr, über richtiges Verstehen und falsche Bewegungen nachzudenken und sich aufzuregen, wenn man der Meinung ist, es [das richtige Verstehen] sei nicht vorhanden oder unvollkommen. Niemand kann sich selbst wandeln – selbst die besten Sadhaks hier haben das erkannt. Ihr Bestreben ist darauf gerichtet, den Frieden, die Kraft, das Licht und den Ananda der Mutter in sich eintreten zu lassen, wachsen zu lassen – denn sie wissen, dass sie dadurch gewandelt werden. Solange das noch nicht besteht, noch nicht berührt, nicht wächst, kämpfen sie mit dem Mental und Vital, weil sie nicht anders können und es nötig ist, das Bewusstsein ein wenig vorzubereiten, um den Frieden und die Kraft einzulassen. Wenn aber einmal die Berührung [von Frieden, Kraft, Licht usw.] stattgefunden hat, bleibt nur das eine zu tun, alle Kraft darauf zu verwenden, darauf zu vertrauen, sich zu überantworten und hinzugeben – denn dann ist der gerade Weg gefunden und die wahre Macht sowie das wahre Bewusstsein konnten erfahren werden.

\*

Ich möchte, dass du offen und mit dem Frieden, der Gegenwart und der Kraft des Göttlichen in Kontakt bist. Dann wird alles übrige kommen und man braucht sich keine Sorgen mehr zu machen über die erforderliche Zeit, die es in Anspruch nimmt in den *peripeties*[Wechselfälle] der Sadhana.

\*

Das einzig Wahre an deiner anderen Erfahrung – die dir, wie du sagst, zu jenem Zeitpunkt so gültig erschien – ist, dass weder für dich noch für irgend jemand Hoffnung besteht, durch die eigene, nicht unterstützte Bemühung aus dem niederen Bewusstsein herauszukommen. Daher erscheint dir, wenn du in dieses Bewusstsein absinkst, alles so hoffnungslos – weil dir eine Zeitlang das wahre Bewusstsein abhanden gekommen ist. Diese Befürchtung jedoch ist unbegründet, denn du hast eine Bereitschaft für das Göttliche und bist nicht daran gebunden, im niederen Bewusstsein zu verbleiben.

Wenn du im wahren Bewusstsein lebst, kannst du erkennen, dass alles getan werden kann, auch wenn gegenwärtig erst ein kleiner Anfang gemacht wurde; aber ein Anfang genügt, wenn einmal die [Göttliche] Kraft und Macht gegenwärtig sind. Denn durch sie kann tatsächlich alles geschehen, und für die volle Wandlung und Vollendung der Seele ist nur Zeit und das Streben der Seele erforderlich.

\*

Durch mentale Kontrolle etwas zu erreichen ist immer schwierig, wenn das, was versucht wird, sich gegen den Hang der menschlichen oder persönlichen Natur richtet. Ein starker Wille, der geduldig und beharrlich auf sein Ziel gerichtet ist, kann eine Wandlung bewirken, doch dauert es meist lange Zeit, und der anfängliche Erfolg mag nur ein teilweiser und von vielen Fehlschlägen begleitet sein.

Alle Tätigkeiten automatisch in Anbetung zu wandeln kann nicht allein durch Kontrolle im Denken geschehen; im Herzen muss ein starkes Streben herrschen, wodurch eine gewisse Verwirklichung oder das Gefühl der Gegenwart des Einen, dem man die Anbetung darbringt, ausgelöst wird. Der *bhakta* verlässt sich nicht nur auf die eigene Bemühung, sondern auf die Gnade und Macht des Göttlichen, das er anbetet.

\*

Diese Hemmnisse sind in den ersten Stadien der Sadhana nichts Ungewöhnliches. Sie sind der [menschlichen] Natur zuzuschreiben, die noch nicht genügend empfängsbereit ist. Du solltest herausfinden, wo das Hemmnis liegt, im Mental oder Vital, und versuchen, dort das Bewusstsein zu weiten, und um mehr Reinheit und Frieden bitten; in dieser Reinheit und diesem Frieden bringe den entsprechenden Teil deines Wesens aufrichtig und voll der Göttlichen Macht dar.

\*

Der wahre Grund der Schwierigkeit und des fortwährenden Wechsels ist der Kampf zwischen dem verhüllten wahren Wesen im Inneren und der äußeren Natur, besonders dem niederen Vital voller Begierden und dem physischen Mental voller Finsternis und Unwissenheit. Der Kampf ist unvermeidlich in der menschlichen Natur, und kein Sadhak kann ihm entinnen; jeder muss sich mit dieser Finsternis und diesem Widerstand auseinandersetzen, mit ihrer Hartnäckigkeit und ständigen Rückkehr; es ist nicht nur die niedere Natur, die in ihren Wiederholungen und ihrer Wiederkehr so beharrlich ist; denn selbst wenn sie im Begriff ist, sich zu wandeln, versuchen die allgemeinen Mächte dieser Ebene in der universalen Natur den Widerstand aufrechtzuerhalten, indem sie die alten Bewegungen bei jedem Schritt zurückholen, um zu verhindern, dass der Fortschritt für immer gefestigt und endgültig sei. Es trifft daher zu, dass eine beharrliche und ununterbrochene Sadhana notwendig ist, wenn man schnell vorankommen will; doch selbst im anderen Fall wird man am Ziel anlangen, wenn an die Seele im Inneren der Ruf ergeht; denn die Seele harrt aus, und nach jeder Verfinsternung oder jedem Straucheln bringt sie das Licht zurück und treibt dich auf dem Pfad voran, bis sie sich schließlich eines glatten und leichten Marsches zum Ziel gewiss ist.

\*

Wie soll man sich mit einer Schwierigkeit oder einer Stockung in einer Bewegung, die begonnen hat oder bereits eine Zeitlang durchgeführt wurde, auseinandersetzen? Denn solch eine Stockung ist zwangsläufig nur allzu häufig, nicht nur bei dir, sondern bei



jedem Suchenden; man könnte beinahe sagen, dass jedem Schritt vorwärts eine Stockung folgt – das zumindest ist eine sehr allgemeine, wenn nicht universale Erfahrung. Man muss sich damit auseinandersetzen, indem man immer ruhiger und der Wille zum Durchhalten immer fester wird; indem man sich mehr und mehr öffnet, so dass jede Hemmung durch fehlende Empfangsbereitschaft in der Natur sich abschwächt oder schwindet; indem man den Glauben stärkt, selbst inmitten der Finsternis, den Glauben an die Gegenwart einer Macht, die hinter der Wolke und dem Schleier wirkt, den Glauben an die Führung durch den Guru; indem man sich selbst beobachtet, um jede Ursache der Stockung ausfindig zu machen, nicht in einer Haltung der Niedergeschlagenheit oder Entmutigung, sondern mit dem Willen, sie zu finden und zu beseitigen. Das ist die einzig richtige Haltung, und wenn man sie immerfort einnimmt, werden die Zeitspannen der Stockung zwar nicht ausgeschaltet – denn das ist in diesem Stadium nicht möglich –, aber stark verkürzt und leichter. Manchmal handelt es sich bei diesen Stockungen um mehr oder weniger lange Perioden der Assimilation oder unsichtbaren Vorbereitung und ihr äußerer Anschein einer fruchtlosen Unbeweglichkeit täuscht; wenn man die richtige Haltung einnimmt, kann man nach einiger Zeit durch ein Sich-Öffnen, durch Beobachtung, durch gesammelte Erfahrung das, was vorbereitet wird oder geschieht, zu fühlen oder zu ahnen beginnen. Manchmal ist es eine Zeitspanne echter Behinderung, in der die wirkende Macht sich mit den Hindernissen auf dem Weg auseinandersetzen muss, den Hindernissen in einem selbst, den Hindernissen der sich widersetzenden kosmischen Kräfte oder irgendwelcher anderer oder aller zusammen, und diese Art von Stillstand kann kurz oder lang sein, entsprechend der Stärke, Hartnäckigkeit oder Vielfalt der Behinderungen, denen man begegnet. Doch vermag auch hier die richtige Haltung auszugleichen oder zu verkürzen, und, wenn man sie dauernd einnimmt, zu einer radikaleren Beseitigung der Schwierigkeiten führen und die Notwendigkeit eines gänzlichen Stillstands später verringern.

Im Gegenteil, eine Haltung der Niedergeschlagenheit oder des fehlenden Glaubens gegenüber der Hilfe oder Führung oder des sicheren Sieges der führenden Macht, ein Sich-Einschließen in das Gefühl der Schwierigkeiten verzögert die Gesundung, verlängert die Schwierigkeit, verhilft den Widerständen zu einer kraftvollen Rückkehr, statt dass sich ihr Auftreten allmählich vermindert. Es ist eine Haltung, deren Beharrlichkeit oder Rückkehr du entschlossen verhindern musst, wenn du den Widerstand, den du so sehr empfindest, überwinden willst – jenen Widerstand, der durch die Haltung der Niedergeschlagenheit, solange sie besteht, nur noch spürbarer wird.

\*

Ich glaube nicht, dass irgendein Sadhak, wie fortgeschritten er auch sei, die ganze Zeit über das volle [höhere] Bewusstsein hat. Diese Wechselhaftigkeit kommt, und man kann sie nicht verhindern, denn etwas vom gewöhnlichen Bewusstsein ist immer noch vorhanden und tritt hervor, damit man sich damit auseinandersetzt. Man muss das verstehen und nicht beunruhigt sein – denn wenn man sich erregt, verzögert das den Prozess. Wenn das wahre Bewusstsein in seiner Fülle ohne Unterbrechung verweilen würde, wäre die Sadhana beendet, und das wäre die *siddhi*. Das kann nicht sofort kommen.

\*

Wie ich dir schon immer gesagt habe, kannst du nicht erwarten, dass alles sofort erleuchtet ist. Selbst die größten Yogis können nur schrittweise vorankommen, und erst am Ende nimmt die ganze Natur am wahren Bewusstsein teil, das sich zuerst im Herzen oder dahinter oder im Kopf oder darüber festigt. Langsam kommt es herab oder dehnt sich aus und erobert jede Schicht des Wesens, eine nach der anderen; aber jeder Schritt dauert seine Zeit.

\*

Du solltest begreifen, dass diese Perioden der Umwölkung nicht durch eine besondere Unfähigkeit oder Abnormität deinerseits ausgelöst werden – selbst die besten Sadhaks werden davon heimgesucht. Es liegt an der Schwierigkeit der menschlichen Natur, die Umwandlung zu erlangen. Diese Schwierigkeit nimmt manchmal irgendwo im Vital die Form eines bösen Willens an oder im Physischen die Tendenz, sich an alte Fehler und Gewohnheiten zu klammern, oder vor der Mühe der Umwandlung zurückzuschrecken – doch hast du in dieser Hinsicht einen großen Fortschritt gemacht. Was noch verblieben ist, ist die mechanische Gewohnheit der niederen Natur im allgemeinen – mechanisch, aber nicht vorsätzlich –, die alten Bewegungen zu wiederholen, an die sie immer noch bis vor kurzem gewöhnt war, wenn sie in einer starken Welle aus der umgebenden universalen Natur eingedrungen sind. Das schafft so etwas wie einen wiederholten Rückfall in Zustände, die durch den spirituellen Fortschritt hinausgestoßen werden, und es ist nicht leicht, diese Wiederkehr völlig loszuwerden. Das Beste ist, nicht bedrückt oder beunruhigt zu sein, wenn es geschieht, sondern zu erkennen, worum es sich handelt und sehr ruhig zu bleiben sowie nach der Kraft der Mutter zu rufen, um davon befreit zu werden. Auf diese Weise nimmt die Gewohnheit dieser Rückfälle ab, auch ihre Kraft und Intensität, während man andererseits fähig wird, immer leichter und schneller das wahre Bewusstsein und die wahre Kraft zurückzurufen sowie den lichten, glücklichen, friedvollen, offenen Zustand. Man kann dann auf einer gesicherten Basis einen immer positiveren Fortschritt erreichen.

\*

Diese Zeiten der Schwierigkeiten kommen zwangsläufig – niemand wird davon verschont, denn die niedere Natur ist in allen. Was du zu tun hast ist, die Standhaftigkeit, von der du sprichst, zu bewahren und durchzuhalten, bis die Göttliche Macht zusammen mit deinem Willen sich mit dem auseinandergesetzt hat, was von unten aufsteigt. Warum betrachtest du das, was aufsteigt und sich zeigt, als ob es nur dir eigentümlich wäre? Es gehört zur eigentlichen Substanz des niederen Vitals des menschlichen Wesens, und niemand ist frei davon. Sein Vorhandensein bedeutet keinesfalls, dass du die Mutter nicht erreichen kannst. Wenn das Mental und die Seele das Ziel gewählt haben, muss das übrige zwangsläufig folgen; der Widerstand dort ist nur deshalb blinder und hartnäckiger, weil es [das niedere Vital] dunkler ist. Doch selbst in deinem Vital ist jetzt der Wille gefestigt, das Ziel zu erreichen; es ist nur ein noch niedrigerer Teil dort, der die Gewohnheit hat, auf diese Dinge anzusprechen, und wenn daher eine Welle kommt, weiß er nicht, wie er ihr entgehen kann, und wird von ihr für eine Weile aufgeschluckt. Es

kann sich aber nur um etwas Vorübergehendes handeln, da diese Dinge nicht mehr wirklich zu dir gehören, weil dein zentrales Wesen und der größere Teil deiner Natur sie nicht länger begehren. Du hast nur entschlossen weiterzugehen, dann wird die Zeit kommen, in der sich diese Wellen nicht länger erheben.

\*

Es ist zweifellos der Druck der Seele in dir, wovon du in deinem Brief schreibst. So will die Seele es haben. Es ist aber ein Fehler anzunehmen, dass ein Mangel an Selbstvertrauen oder eine Unfähigkeit die Schuld daran trägt, dass es noch nicht so weit ist oder nicht immer so ist. Diese Dinge dauern lange Zeit, selbst nachdem sie begonnen haben. Es ist unmöglich, von der vermischten und verworrenen Natur des menschlichen Wesens zu erwarten, dass sie sich fortwährend in einem Zustand glühenden Strebens, vollkommener Glaubens und vollkommener Liebe oder in voller Offenheit gegenüber der Göttlichen Kraft befinde. Da ist das Mental mit seinem begrenzten Wissen und seinen Bedenken, da ist das Vital mit seinen Begierden, seinem Widerwillen und seinen Kämpfen, da ist das Physische mit seiner Dunkelheit, Schwerfälligkeit und Trägheit. Das Feld allein für eine beginnende Erfahrung hinreichend zu klären, ist im allgemeinen eine sehr langwierige Arbeit. Nachher aber, wenn der Friede einsetzt oder irgendein anderer wahrer Zustand sich einstellt, kommt sie [die Erfahrung] und bleibt eine Zeitlang – später wallt das empor, was von der niederen Natur noch übrig ist, unter irgendeinem Vorwand oder unter keinem Vorwand, und verhüllt den [wahren] Zustand. Friede und Sich-Öffnen können so stark sein, dass es den Anschein hat, als ob alle Schwierigkeiten vorüber seien und nie mehr zurückkehren könnten – das aber ist nur ein Anzeichen, ein Versprechen. Es zeigt, dass es so sein wird, wenn der Friede und das Sich-Öffnen unwiderruflich in der ganzen Natur gefestigt sind. Denn das, was erforderlich ist, ist die Ausdauer, ohne Entmutigung vorwärtszugehen, zu erkennen, dass der Ablauf des Natur-Prozesses und die Kraft der Mutter sogar durch die Schwierigkeit hindurch wirken und alles Erforderliche tun werden. Unsere Unfähigkeit – es gibt kein menschliches Wesen, das in [den verschiedenen] Teilen seiner Natur nicht unfähig ist – spielt keine Rolle, denn es gibt auch die Göttliche Kraft. Wenn man darauf vertraut, wird sich Unfähigkeit in Fähigkeit wandeln. Selbst Schwierigkeiten und Kampf werden dann zu einem Mittel für die Vollendung.

\*

Die Erfahrung ist richtig. Alles wird oben [das heißt, in den höheren Bereichen über uns] vorbereitet und dann durch das innere Wesen ausgearbeitet, bis die Ergebnisse in der äußeren Person erreicht und vollendet sind. Daher sollte der Sadhak nicht zulassen, beunruhigt, bestürzt oder bekümmert zu sein oder wegen irgendwelcher Schwierigkeiten des Augenblicks zu verzweifeln. Er muss wissen, dass alles oben vorbereitet wurde, muss es ruhig und vertrauensvoll beobachten und zu seiner Ausarbeitung hier beitragen.

\*

Das Wirken des höheren Bewusstseins beginnt im allgemeinen nicht mit der Wandlung der äußeren Natur; es wirkt auf das innere Wesen ein, bereitet es vor und wendet sich dann nach außen. Vorher muss jede Wandlung in der äußeren Natur durch die Seele bewerkstelligt werden.

\*

Lass nicht zu, dass du durch diese Dinge erschüttert oder beunruhigt wirst. Das, was du stets zu tun hast, ist, in deinem Streben nach dem Göttlichen fest zu bleiben und allen Schwierigkeiten und allen Widerständen mit Gleichmut und Loslösung zu begegnen. Für diejenigen, die ein spirituelles Leben führen wollen, hat das Göttliche immer an erster Stelle zu stehen, alles übrige muss zweitrangig sein.

Bleibe losgelöst und betrachte diese Dinge mit der ruhigen, inneren Schau desjenigen, der sich innerlich dem Göttlichen geweiht hat.

\*

Es ist nicht möglich zu sagen, ob der Sieg nah ist oder nicht; man muss stetig damit fortfahren, die Sadhana auszuüben, ohne an nah oder fern zu denken, ausgerichtet auf das Ziel, darf nicht freudig erregt sein, wenn es nahe scheint, und nicht niedergeschlagen sein, wenn es noch in weiter Ferne scheint.

## V.

Die Göttliche Macht kommt nicht deshalb herab, um die niederen Kräfte aufzuwühlen, sondern wie sie gegenwärtig zu arbeiten hat, ist dieses Aufwühlen eine Reaktion auf ihr Wirken. Erforderlich ist die Errichtung eines stillen und weiten Bewusstseins am Grunde der ganzen Natur, so dass, wenn das niedere Wesen zum Vorschein kommt, es nicht einem Angriff oder Kampf gleichzusetzen ist, sondern als ob ein Meister der Kräfte die Mängel des gegenwärtigen Getriebes sieht und Schritt für Schritt das Nötige tut, um sie zu beheben und zu wandeln.

\*

Wenn ich dich recht verstehe, besteht die von dir erwähnte Methode darin, die Schwierigkeiten aufzuwühlen zu dem Zweck, sie kennenzulernen und zu erschöpfen oder zu vernichten. Wenn man einmal den Yoga aufgenommen hat, ist es unvermeidlich, dass sich Schwierigkeiten erheben, und das bleibt so, solange noch irgendein Rest davon im [menschlichen] System besteht. Man könnte daher zu der Annahme neigen, dass es besser sei, sie selbst alle auf einmal aufzurühren, damit die Sache ein für allemal erledigt ist. Aber wenn das auch in einigen Fällen erfolgreich sein mag, ist es nicht einmal im [äußeren] mentalen und vitalen Leben eine sichere und zuverlässige Methode. Eine Erschöpfung [der Schwierigkeiten] ist natürlich unmöglich; das, was die Schwierigkeiten

schafft, sind kosmische Kräfte, Kräfte der kosmischen Unwissenheit, die nicht erschöpft werden können. Die Menschen sprechen von Erschöpfung, weil diese Kräfte nach einiger Zeit ihre Intensität einbüßen und verfallen; ihre Erschöpfung ist aber nur durch die Kraft der Zurückweisung des *purusa* möglich und mit Hilfe des Göttlichen Eingreifens, das diese Zurückweisung unterstützt und die Schwierigkeit, jedes Mal wenn sie sich zeigt, zerstört oder auflöst. Selbst dann ist die Befreiung von Schwierigkeiten mit einem Schlag selten möglich; etwas davon bleibt oder kehrt zurück, bis plötzlich ein endgültiges göttliches Eingreifen oder eine Wandlung des Bewusstseins stattfindet, wodurch die Rückkehr der Schwierigkeit unmöglich wird. Immerhin, im Mental und Vital kann es geschehen.

Im Physischen ist es viel gefährlicher, weil das, was hier angegriffen wird, der physische *ādhāra* selbst ist, und eine zu große Menge von physischen Schwierigkeiten kann zerstören oder unfähig machen oder auf die Dauer schädigen. Das einzige, was man hier tun kann, ist das physische Bewusstsein bis hinab zu den allerstofflichsten Teilen der [Göttlichen] Macht zu öffnen, es daran zu gewöhnen, dass es darauf reagiert und ihr gehorcht und für jede sich erhebende physische Schwierigkeit die Göttliche Kraft einsetzt oder ruft, um die angreifende Kraft hinauszustoßen. Die physische Natur besteht aus Gewohnheiten; aus Gewohnheit reagiert sie auf die Kräfte der Krankheit; man muss sie veranlassen, die gegenteilige Gewohnheit anzunehmen und allein auf die Göttliche Kraft zu reagieren. Das gilt natürlich nur, solange ein höchstes Bewusstsein, das Krankheit nicht kennt, noch nicht herabgekommen ist.

\*

Sicher ist es möglich, Kräfte von unten heraufzuziehen. Es können die verborgenen göttlichen Kräfte von unten sein, die durch deinen Sog emporsteigen, und diese Aufwärtsbewegung ergänzt dann die Bewegung und Bemühung der göttlichen Kraft von oben, was besonders dazu beiträgt, sie in den Körper zu bringen. Es können aber auch die dunklen Kräfte von unten sein, die auf den Ruf reagieren, und dann hat diese Art des Herbeiziehens [der Kräfte] entweder *tamas* oder eine Störung zur Folge – manchmal Unmengen von Trägheit oder eine gewaltige Umwälzung und Störung.

Das niedere Vital ist eine sehr dunkle Ebene und kann nur dann mit Gewinn voll geöffnet werden, wenn sich die anderen Ebenen darüber weit dem Licht und Wissen aufgetan haben. Jemand, der sich auf das niedere Vital ohne diese höhere Vorbereitung und ohne Wissen konzentriert, wird voraussichtlich in heilloser Verwirrung geraten. Das bedeutet nicht, dass Erfahrungen dieser Ebene nicht schon früher kommen können oder sogar zu Beginn; tatsächlich kommen sie von selbst, es sollte ihnen jedoch keine zu große Wichtigkeit beigemessen werden.

\*

Wenn du in die niederen Ebenen oder Teile deiner Natur hinabsteigst, musst du immer darauf achten, eine wachsame Verbindung mit den höheren, bereits neu geformten Bewusstseins Ebenen aufrechtzuerhalten und durch sie das Licht und die Reinheit in diese

niederen, noch nicht erneuerten Bereiche herabzubringen. Ohne diese Wachsamkeit wird man von der unregenerierten Bewegung der niederen Schichten ganz in Anspruch genommen, und es stellen sich Trübung und Störung ein.

Der sicherste Weg ist der, im höheren Teil des Bewusstseins zu verbleiben und von dort zur Wandlung des niedrigeren einen Druck auszuüben. Auf diese Weise kann es geschehen, nur musst du wissen, wie man das bewerkstelligt und zur Gewohnheit werden lässt. Wenn du die Kraft hast, dies zu tun, macht es den Fortschritt einfacher und weniger leidvoll.

\*

Es kann kein Zweifel bestehen, dass du hindurchzugehen vermagst – jeder hat diese Kämpfe auszufechten; um hindurchzugehen sind Aufrichtigkeit und Ausdauer erforderlich.

Es hat keinen Sinn, diese Kämpfe heraufzubeschwören, wie es viele tun, oder sie sogar anzunehmen, um sie auszufechten, denn sie wiederholen sich ständig. Nur dann, wenn sie nicht vermieden werden können, hat man ihnen die Stirn zu bieten. Man kommt nicht gänzlich ohne sie durch, besonders in einem frühen Stadium des Yoga; wenn du dich ihnen aber ruhig entziehen kannst, ist das bereits ein Vorteil. Ruhig zu werden und ruhig den wahren seelischen Zustand zurückzurufen, bis er etwas Normales wird und den Kampf entweder ausschließt oder verringert – das ist der beste Weg für den Fortschritt.

\*

Es ist besser, durch eine ruhige Zurückweisung und ein ruhiges Wachsen im Bewusstsein voranzukommen und keinen Kampf heraufzubeschwören; wenn dir aber ein Kampf aufgezwungen wird, dann begegne ihm mit Ruhe und Mut.

\*

Es ist die alte Gewohnheit des äußerlichen Bewusstseins, von der es nicht befreit werden will. Zwar wirkt die [Yoga-] Kraft, bis dieser Wille, die alten Bewegungen zu wiederholen, verbannt ist, doch nur unter Schwierigkeiten und im Hintergrund, statt das frontale Bewusstsein miteinzubeziehen, was der Fall wäre, wenn auch in der äußeren Natur ein Aufstieg zu verzeichnen wäre. Auch besteht die alte, beharrliche Gewohnheit, die Schwierigkeiten aufzuwühlen und sie hervorzuheben, statt sie zurückzuweisen – die falsche Idee, dass der einzige Weg, sich von ihnen zu befreien, darin besteht, sie anzunehmen, zu billigen und auf ihrem Vorhandensein zu bestehen. Ich habe dir bereits gesagt, dass das nicht der Weg ist und nur den Kampf verlängert.

\*

Es ist nichts dagegen einzuwenden, die Sadhana auszuüben; sie muss aber ruhig ausgeübt werden, ohne ständigen Kampf und ständige Unruhe – man darf nicht daran Anstoß nehmen, wenn es lange dauert, und darf nicht in einen immerwährenden Rhythmus des „Kämpfens gegen Schwierigkeiten“ geraten. Das ist meine Meinung.

\*

Dagegen ist nichts einzuwenden – es ist eine sehr gute Sache, die Arbeit im höheren Bewusstsein aufrechtzuerhalten. Es ist wirksamer, als die ganze Zeit mit den niederen Kräften zu ringen.

\*

Es gibt höhere und niedrigere Kräfte – die letzteren müssen durch den Kontakt mit den höheren abgebaut werden, und dabei treten sie manchmal hervor und manchmal verschwinden sie, bis es um sie geschehen ist. Es ist nicht notwendigerweise auf einen Fehler oder ein Verschulden zurückzuführen, wenn sie sich erheben.

\*

Mir ist kein Fall bekannt, dass sich die niederen Kräfte nicht erhoben hätten. Wenn das geschehen würde, wäre es das erste Mal in der menschlichen Geschichte.

\*

All diese Schwierigkeiten verschwinden mit Sicherheit rechtzeitig unter dem Einwirken der [Yoga-] Kraft. Sie erheben sich, denn wenn das nicht der Fall wäre, wäre das Einwirken nicht vollkommen – man muss allem entgegentreten und es abbauen, damit nichts zurückbleibt, was später dann aufsteigen könnte. Das seelische Wesen selbst kann das Licht bringen, wodurch das volle Bewusstsein kommt und nichts in der Finsternis bleibt.

\*

Alles kommt zu seiner Zeit. Man muss ruhig und stetig weitergehen, das höhere Bewusstsein wachsen lassen, bis es vom vitalen und physischen Teil Besitz ergreift.

**VI.**

Sobald sich eine Schwäche zeigt, solltest du sie als Gelegenheit betrachten, um zu erfahren, was noch getan werden muss, und die Stärke in diesen Teil herabrufen. Verzagtheit ist nicht der richtige Weg, dem zu begegnen.

\*

Was immer du erlebst, lass dich nicht stören oder deprimieren. Wenn man einen Defekt sieht, muss man ihn mit äußerster Ruhe betrachten und nach mehr Kraft und Licht rufen, um sich davon zu befreien.

\*

Fehler sind immer möglich, solange irgendein Teil des Mentals (selbst sein unterbewusster Teil) nicht gründlich gewandelt ist. Man braucht sich dadurch nicht beunruhigen zu lassen.

\*

Natürlich darf man keinen Fehler begehen, nur damit er sich zeigt, und man darf auch den einmal gemachten Fehler nicht akzeptieren – wenn er sich aber zeigt, sollte man sich das zunutze machen, um ihn zu wandeln.

\*

Ein Vorkommnis dieser Art sollte immer als Gelegenheit zur Selbsteroberung betrachtet werden. Setze deinen Stolz und deine Würde darein, dich nicht von den Leidenschaften überwältigen zu lassen, sondern sie zu beherrschen.

\*

Lass dich von diesen kleinen Dingen weder erschüttern noch berühren. Betrachte die Dinge von einem inneren Standpunkt aus und versuche, aus allem was geschieht Nutzen zu ziehen. Wenn du einen Fehler machst, verzage deshalb nicht, mache ihn dir vielmehr zunutze, indem du seine Ursache erkennst und in Zukunft die richtige Bewegung aufnimmst. Das aber kannst du nur dann tun, wenn du ihn ruhig von deinem inneren Wesen her betrachtest, ohne besorgt oder beunruhigt zu sein.

\*



Warum sich über diese geringfügigen Dinge erregen oder sich durch sie stören lassen? Wenn du ruhig bleibst, werden die Dinge viel leichter vorbeigehen, und wenn eine Schwierigkeit auftaucht, wirst du mit ruhigem Mental, das dem Frieden und der Macht geöffnet ist, leichter einen Weg finden, der herausführt. Das ist das Geheimnis des Fortschritts, nicht zuzulassen, dass Dinge oder Geschehnisse, selbst echte Fehler dich beunruhigen, vielmehr sehr ruhig zu bleiben, dich der Macht anzuvertrauen, damit sie dich leite und die Dinge mehr und mehr in Ordnung bringe. Wenn man das tut, werden die Dinge tatsächlich immer besser in Ordnung gebracht, und selbst die Schwierigkeiten und Fehler werden ein Mittel zum Lernen und Stufen für den Fortschritt.

\*

Dass du diesen Frohsinn immer bewahren mögest, das ist es, was wir wünschen. Es ist das Glück der Seele, die ihren Weg gefunden hat und die sich dessen sicher ist, welcher Art die Schwierigkeiten auch seien, dass sie vorwärts geleitet wird und das Ziel erreicht. Wenn ein Sadhak sich dessen immerfort bewusst ist, wissen wir, dass er die schlimmste Schwierigkeit überwunden hat und nun auf dem sicheren Pfad gefestigt ist.

\*

Du fragst, wie du das Unrecht, das du anscheinend begangen hast, wieder gutmachen kannst. Vorausgesetzt dass es so ist, wie du sagst, scheint mir die Wiedergutmachung genau darin zu bestehen, dich zu einem Gefäß für die Göttliche Wahrheit und Liebe zu machen. Und die ersten Schritte in dieser Richtung liegen in einer völligen Selbst-Weihung und Selbst-Läuterung, einem gänzlichen Sich-Öffnen gegenüber dem Göttlichen und in der Zurückweisung all dessen, was der Vollendung im Wege steht. Eine andere Wiedergutmachung eines Fehlers gibt es im spirituellen Leben nicht – keine andere, die voll wirksam wäre. Zu Beginn sollte man um keinen anderen Gewinn, kein anderes Ergebnis bitten als um dieses innere Wachsen, diese innere Wandlung – denn sonst setzt man sich schweren Enttäuschungen aus. Erst wenn man selbst frei ist, kann man andere befreien, und im Yoga ist es die innere Bewältigung, aus welcher der Sieg hervorgeht.

\*

Es wäre leichter, dich von falschen Bewegungen zu befreien, wenn du einen gefestigten Frieden und Gleichmut in jenen Teil des Wesens herabbrächtest. Dann würden solche Bewegungen eher automatisch zurückgewiesen und [tapasya](#) wäre nicht so sehr vonnöten.

\*

Wenn ein Teil in dir die Ruhe bewahrt – das innere Wesen –, dann kannst du dich mit dem übrigen auseinandersetzen. Lass also nicht zu, dass das Vital aus der Fassung gerät und die Störung das innere Selbst verhüllt, das ist das Wichtigste. Halte immer die Zurückweisung aufrecht.

\*

Erforderlich ist einfach eine stetige und ruhige Zurückweisung und ein ruhiges und stetiges Herabrufen der wahren Kraft. Diese ganze emotionelle Erregbarkeit muss besänftigt werden, denn dadurch wird das Vital diesen Kräften geöffnet. Wenn es nicht so wäre, könnten alle Fehler der Natur ruhig beobachtet und ruhig behoben werden.

\*

Sicher, alle erdenkliche Hilfe wird dir zuteil werden. Was die Methode anbelangt, so sind immer zwei Wege möglich – der eine besteht darin, die Schwierigkeit in ihrem eigenen Feld zu überwinden, der andere, die innere Verwirklichung zu entwickeln, bis sie so stark ist, dass die Wurzeln, von denen du sprichst, keinen Halt mehr haben, um sich festzuklammern, und sich durch eine spontane seelische Wandlung leicht loslösen.

\*

Es ist das wahre Bewusstsein, das innerlich reift, welches die Macht verleiht. In dem Maße, in dem es wächst, werden diese vitalen Kräfte mehr und mehr nach außen gedrängt und der Natur entfremdet. Nur durch die Macht der vergangenen Gewohnheit erheben sie sich wieder.

\*

Die eigenen Schwächen und falschen Bewegungen zu erkennen und sich von ihnen abzuwenden ist der Weg, sich von ihnen zu befreien.

Es ist ein ausgezeichneter Grundsatz, über niemanden zu urteilen, außer über sich selbst, bis man die Dinge mit ruhigem Mental und ruhigem Vital betrachten kann. Erlaube auch weder deinem Mental, sich aufgrund einer gewissen äußeren Erscheinungsform ein voreiliges Bild zu machen, noch deinem Vital [aufgrund dieser Meinung], auf sie einzuwirken.

Es gibt im inneren Wesen einen Ort, an dem man immer still bleiben und von wo man mit Ausgeglichenheit und Einsicht auf die Störungen des Oberflächen-Bewusstseins blicken und darauf einwirken kann, um es zu verändern. Wenn du lernen kannst, in dieser Stille des inneren Wesens zu leben, hast du eine feste Grundlage gefunden.

\*

Was du schreibst, ist ohne Zweifel richtig, und es ist notwendig, es so zu sehen, um fähig zu sein, die wahre, für die Sadhana notwendige Haltung zu verstehen und zu erfassen. Doch darf man wie gesagt nicht betrübt oder niedergeschlagen sein, wenn man die Schwäche, die der menschlichen Natur innewohnt, und die Schwierigkeit, sich davon zu befreien, wahrnimmt. Die Schwierigkeit ist natürlich, denn sie besteht schon seit Tausenden von Leben und ist die eigentliche Natur der vitalen und mentalen Unwissenheit im Menschen. Es überrascht nicht, dass sie die Macht besitzt, sich anzuklammern, und dass es lange dauert, bis sie verschwindet. Aber es gibt ein wahres Wesen und ein wahres Bewusstsein in uns, die durch die Oberflächen-Gestaltungen der Natur verdeckt sind und, wenn sie einmal hervorgetreten sind, diese [Oberflächen-Gestaltungen] abzuschütteln vermögen. Wenn man die richtige Haltung der selbstlosen inneren Weihung einnimmt und darin trotz der störenden Wiederholungen der Oberflächennatur verharrt, ermöglicht man es diesem inneren Wesen und Bewusstsein hervorzutreten und befreit mit der in ihnen wirkenden Kraft der Mutter das Wesen von jeder Wiederkehr der Bewegungen der alten Natur.

\*

Lass den Frieden und das Selbstgeben stärker werden, bis sie auch jene Teile erfassen, in denen es Unvollkommenheiten gibt, damit sie davon befreit werden. Was die Unvollkommenheiten anbelangt, so ist es richtig, sich durch sie nicht beunruhigen zu lassen; man muss sich ihrer nur bewusst sein und den steten und ruhigen Willen haben, dass sie verschwinden sollten.

\*

Wenn du in einem voll bewussten Zustand verbleibst, sollte die Läuterung deiner Natur nicht schwierig sein – später kann die positive Arbeit der Umwandlung in ein vollkommenes Instrument in Angriff genommen werden.

\*

Natürlich, Bewusstsein wächst in dem Maß, wie das Offensein zunimmt, und eines der Ergebnisse des [anwachsenden] Bewusstseins ist, fähig zu sein, in sich selbst hineinzublicken – nicht nur die Schwächen zu sehen, sondern das ganze Spiel der Kräfte. Nur sieht man im richtigen Bewusstsein die Schwächen in einer nicht so persönlichen Weise, als dass man sich entmutigen ließe. Man muss sie als ein Spiel der Natur betrachten, der mentalen, vitalen und physischen Natur, welche allen menschlichen Wesen gemein ist – so muss man sie sehen, muss ruhig und losgelöst bleiben, die Kraft und das Licht der Mutter rufen, damit sie dieses fehlerhafte Spiel in die wahre Natur umwandle, darf nicht ungeduldig werden, wenn es nicht sofort geschieht, sondern muss stetig fortschreiten und der Wandlung Zeit lassen. Die volle Wandlung kann tatsächlich nicht kommen, solange nicht alles bereit ist für die Herabkunft eines größeren, stilleren

und weiteren Bewusstseins von oben – das aber ist nur dann möglich, wenn das gewöhnliche Bewusstsein gründlich dafür vorbereitet wurde.

Intensive Liebe und *bhakti* kommen nicht sofort. Sie kommen in dem Maß, in dem die Macht der Seele im Wesen mehr und mehr zunimmt. Es ist aber richtig, danach zu streben, und das wahre Streben wird mit Sicherheit erfüllt werden. Stetig vorwärtszuschreiten in Ruhe, Freude und Vertrauen, das ist die hilfreichste Haltung. Höre nicht auf gegenteilige Einflüsterungen von außen.

\*

Das Erkennen der Göttlichen Macht und das Abstimmen der eigenen Natur darauf ist nicht möglich, ohne die Unvollkommenheiten in dieser Natur zu erkennen; doch ist es eine falsche Haltung, sie [die Unvollkommenheiten] oder die Schwierigkeiten, die durch sie ausgelöst werden, zu sehr zu betonen oder wegen der Schwierigkeiten, die man erfährt, dem Göttlichen Wirken zu misstrauen oder, die dunkle Seite der Dinge fortwährend hervorzuheben. Dies zu tun mehrt die Kraft der Schwierigkeiten und verleiht den Unvollkommenheiten ein größeres Recht fortzubestehen. Ich beharre nicht auf einem Optimismus á la Coué, obwohl übermäßiger Optimismus hilfreicher ist als übermäßiger Pessimismus; jener von Coué hat die Tendenz, Schwierigkeiten zu verhüllen, und außerdem sollte man in allen Dingen immer ein gewisses Maß einhalten. Bei dir aber besteht nicht die Gefahr, dass du sie verhüllst und dich mit einer zu optimistischen Betrachtungsweise Illusionen hingibst; ganz im Gegenteil, du betonst stets zu sehr die Schattenseiten und intensivierst sie dadurch und blockierst deine Fluchtwege in das Licht. Glaube, mehr Glaube! Glaube an deine Möglichkeiten, Glaube an die Macht, die hinter dem Schleier wirkt, Glaube an das Werk, das getan werden muss, sowie an die dargebotene Führung.

Es gibt kein hohes Bestreben, am wenigsten im spirituellen Bereich, das nicht schwere Hemmnisse von sehr beharrlicher Art hervorruft. Sie sind sowohl von innerlicher als auch von äußerlicher Art, und es kann, obwohl sie im großen und ganzen grundsätzlich für alle gleich sind, ein großer Unterschied in ihrem Schwergewicht oder ihrer äußeren Form bestehen. Die einzig wirkliche Schwierigkeit jedoch ist die Abstimmung der [eigenen] Natur auf das Wirken des Göttlichen Lichtes und der Göttlichen Macht. Löse dieses Problem und alle anderen werden entweder verschwinden oder einen untergeordneten Platz einnehmen; und selbst jene Schwierigkeiten von mehr allgemeinem Charakter, die anhaltender sind, weil sie dem Werk der Umwandlung innewohnen, werden nicht so schwer wiegen, weil das Gefühl der stützenden Kraft und eine größere Macht vorhanden sein werden, die ihrer Bewegung folgen.

\*

Nun ja, das stimmt. Die Schwierigkeit der Schwierigkeiten ist selbstgeschaffen; ein Knäuel von Unwissenheit; wenn eine bestimmte innere Erkenntnis das Knäuel entwirrt, ist die schlimmste Schwierigkeit überstanden.

\*

Es ist notwendig, dass du die falschen Bewegungen in dir beobachtest und erkennst; denn sie sind die Quelle deiner Unruhe und müssen beharrlich zurückgewiesen werden, wenn du frei sein willst.

Denke aber nicht immer an deine Mängel und falschen Bewegungen. Konzentriere dich lieber auf das, was du sein willst, auf das Ideal, und da es das vor dir liegende Ziel ist, glaube daran, dass du es erreichen wirst und musst.

Fehler und falsche Bewegungen immer zu beobachten führt zu Niedergeschlagenheit und erschüttert den Glauben. Richte dein Augenmerk mehr auf das kommende Licht und weniger auf irgendeine augenblickliche Finsternis. Glaube, Frohsinn und Vertrauen auf den höchsten Sieg sind Dinge, die helfen – sie erleichtern und beschleunigen den Fortschritt.

Nütze deine guten Erfahrungen besser aus; eine einzige Erfahrung dieser Art ist wichtiger als die Entgleisungen und Fehlschläge. Wenn sie [die gute Erfahrung] aufhört, beklage dich nicht, lass dich nicht entmutigen, sondern sei innerlich ruhig und strebe nach ihrer Erneuerung in stärkerer Form, die zu einer noch tieferen und volleren Erfahrung führen wird.

Strebe immer, aber mit Ruhe – öffne dich dem Göttlichen, einfach und ganz.

\*

Die Mängel sollten bemerkt und zurückgewiesen werden, die Konzentration aber sollte positiv sein – auf das gerichtet, was du sein willst, zum Beispiel eher auf die Entwicklung des neuen Bewusstseins als auf diese negative Seite.

\*

Du musst dir der falschen Bewegungen bewusst sein, darfst dich aber nicht ausschließlich damit beschäftigen.

\*

Es [die Projizierung vom Mental in das Vital] geschah deshalb, weil du zu sehr mit den Schwierigkeiten deiner Natur beschäftigt warst. Es ist immer besser, auf die gute Seite der Dinge in sich einzugehen. Ich meine nicht in einer egoistischen Weise, sondern mit Glauben und freudigem Vertrauen, indem du die positive Erfahrung herabrufst, wofür deine Natur bereits fähig ist, so dass durch ein immerwährendes echtes Wachsen all das zurückgewiesen wird, was zurückgewiesen werden muss. Man wird aber tatsächlich oft in einem frühen Stadium in vitale Schwierigkeiten versetzt, und dann muss man, statt den Weg vom Mental (über das Herz) in die Seele zu nehmen, durch das aufgewählte Vital hindurch.

Es [das Zurückverfolgen des Weges vom Vital in die Seele] kann dann geschehen, wenn du dich von der Vorstellung deiner Schwierigkeiten nicht zu sehr in Anspruch nehmen lässt und dich auf wirklich hilfreiche und positive Dinge konzentrierst. Sei freudig und vertrauensvoll. Zweifel, Begehren & Co. sind vorhanden, ganz sicher,

doch ist auch das Göttliche in dir. Öffne deine Augen und schau, schau bis der Schleier zerrissen ist und du IHN oder SIE erblickst.

\*

Von Schwierigkeiten und Verworrenheit kann man sich niemals mit Hilfe des Mentals befreien, das darüber nachgrübelt und auf diese oder jene Weise versucht, aus ihnen herauszukommen; diese Gewohnheit des Mentals [zu grübeln] lässt sie nur wiedererstehen, ohne eine Lösung zu schaffen, und erhält sich am Leben, indem sie das hartnäckige Durcheinander fördert. Die Lösung muss durch etwas kommen, das über und außerhalb des Durcheinanders steht. Die Schwierigkeit des physischen Mentals – nicht der wahren denkenden Intelligenz – besteht darin, dass es nicht an dieses größere Bewusstsein außerhalb seiner selbst glauben will, weil es sich dessen nicht bewusst ist; und es bleibt in sich wie in einer Schachtel verschlossen und lässt das Licht, das es umgibt und eintreten will, nicht ein. Es ist ein subtiles Gesetz des Wirkens des Bewusstseins, dass, wenn du Schwierigkeiten betonst – du musst sie natürlich beobachten, aber kein Aufhebens davon machen, denn das tun sie zur Genüge selbst –, sie dazu neigen, sich festzuklammern oder gar zu vermehren; wenn du im Gegenteil dein ganzes Gewicht auf Glauben und Streben legst und dich auf das konzentrierst, wonach du strebst, dann wird das früher oder später dazu neigen, sich zu verwirklichen. Diese Verlagerung des Schwergewichtes, die Wandlung in der Haltung und Einstellung des Mentals ist der hilfreichere Vorgang.

Was die Einzelheiten anbelangt, so ist die Methode des Mentals, das sich auf Einzelheiten konzentriert und versucht, sie in Ordnung zu bringen, langsam und schleppend; es muss getan werden, aber wie ein untergeordneter Vorgang, nicht als der hauptsächliche. Wenn die Methode überhaupt Erfolg hat, dann deshalb, weil nach einer Zeit des Kampfes und der Anspannung etwas befreit wird, ein Sich-Öffnen stattfindet, das größere Bewusstsein durchdringt und ein gewisses allgemeines Ergebnis zeitigt. Aber der Fortschritt ist viel rascher, wenn man das Sich-Öffnen zur Hauptsache machen kann und die Auseinandersetzung mit den Einzelheiten zu etwas, was daraus hervorgeht und zweitrangig ist. Wenn dieses Sich-Öffnen besteht, kann ein wesentlicher (und daher allgemeiner) Fortschritt erzielt werden und, wie du selbst sagst, „sich in Einzelheiten ausdrücken und übertragen“. Das Mental versucht immer, sich mit Einzelheiten auseinanderzusetzen und aus ihnen ein allgemeines Ergebnis zu konstruieren; das [Bewusstsein] hingegen, das über dem Mental ist, und sogar die besten Mächte der höheren Mental-Ebenen neigen eher dazu, eine essentielle Wandlung zu bewerkstelligen, und diese sich in den erforderlichen Einzelheiten ausdrücken oder übertragen zu lassen.

Ich möchte jedoch hinzufügen, dass die essentielle Wandlung auch empfunden werden kann, ohne dass sie sich in Einzelheiten ausdrückt; zum Beispiel kann man einen weiten, schweigenden Frieden oder ein Stadium von Freiheit und Freude fühlen und still und sicher darin verharren, ohne das Bedürfnis zu haben, sie in mannigfache Einzelheiten zu übertragen, um den erzielten Fortschritt zu spüren.

Das ist nicht Theorie, sondern eine ständige Erfahrung und, wenn sie eintritt, sogar eine sehr greifbare Erfahrung, dass sich über uns, über dem Bewusstsein im physischen Körper, gleichsam eine große, stützende Weite von Frieden, Licht, Macht und Freude befindet; wir können sie wahrnehmen und in das physische Bewusstsein

herabbringen, sie kann bestehen bleiben – anfangs für eine gewisse Zeit, später häufiger und für längere Zeit und zuletzt für immer – und die gesamte Grundlage unseres täglichen Bewusstseins verändern. Noch bevor wir sie über uns wahrnehmen, können wir plötzlich fühlen, wie sie herabkommt und in uns eindringt. Erforderlich ist das Streben nach einem ruhigen Mental, so dass das Sich-Öffnen möglich wird. Ein beruhigtes Mental (nicht notwendigerweise reglos und schweigend, obwohl es gut ist, wenn man das nach Belieben haben kann) und ein beharrliches Streben im Herzen sind die beiden hauptsächlichsten Schlüssel zum Yoga. Es mit Hilfe eines aktiven Mentals zu tun, ist ein viel langsamerer Prozess und führt nicht von sich aus zu entscheidenden Ergebnissen. Der Unterschied ist damit zu vergleichen, dass man sich einer Sache auf geradem Weg nähert oder auf ständigen Kreisen, Spiralen und Schlangenlinien.

\*

Die negativen Mittel sind nicht schlecht; sie sind nützlich für ihr Ziel, das darin besteht, sich vom Leben abzuwenden. Vom positiven Standpunkt aus betrachtet sind sie jedoch nachteilig, denn durch sie befreit man sich von den Kräften des Wesens, statt sie für die Umwandlung des Lebens zu vergöttlichen.

\*

Mit negativ meine ich lediglich die Unterdrückung der Begierden, falschen Bewegungen und des Egoismus; mit positiv meine ich das Herabbringen von Licht, Frieden und Reinheit von oben in jene Teile. Ich meine nicht, dass diese Bewegungen nicht zurückgewiesen werden sollen – es sollte aber nicht die ganze Energie nur auf die Zurückweisung verwendet werden. Sie muss auch auf die positive Ersetzung der falschen Bewegungen durch das höhere Bewusstsein gerichtet werden. Je mehr sich dieses Bewusstsein ausbreitet, desto leichter wird auch die Zurückweisung sein.

\*

Die Aussage<sup>1</sup> ist eine allgemeine und wie alle allgemeinen Aussagen aufgrund der jeweiligen Umstände einer Einschränkung unterworfen. Meine Absicht war, das zu missbilligen, was manche tun, nämlich immer nur ihre Schwierigkeiten und Mängel zu betonen, da sie sich dadurch wie Eichhörnchen in einem Käfig immer im gleichen Kreis von Schwierigkeiten drehen, ohne dass das geringste Licht durch die Wolken bricht. Der Satz wäre genauer oder allgemein anwendbar, wenn es hieße: „zu sehr“ oder „ausschließlich aufhalten“. Natürlich kann ohne Zurückweisung nichts geschehen. Und in schweren Zeiten oder Augenblicken ist eine Konzentration auf die Schwierigkeiten

---

<sup>1</sup> Man sollte sich nicht bei der niederen Natur und ihren Hindernissen aufhalten. – Sri Aurobindo

unerlässlich. Auch in den frühen Stadien [der Sadhana] ist oft eine große Läuterungsarbeit zu leisten, damit man dem Weg überhaupt zu folgen vermag.

\*

Wenn eine Unvollkommenheit besteht, muss man sie erkennen. Man muss lernen, im inneren Selbst zu leben und von dort her die Unvollkommenheit zu sehen und zu wandeln.

\*

Von den Schwierigkeiten nicht berührt oder beunruhigt zu werden, sich von ihnen getrennt zu fühlen, ist der erste Schritt zur Freiheit.

\*

In der Auseinandersetzung mit deinen Schwierigkeiten und den dich anfechtenden falschen Bewegungen machst du vermutlich den Fehler, dich zu sehr mit ihnen zu identifizieren und sie als Teil deiner eigenen Natur zu betrachten. Du solltest dich eher von ihnen zurückziehen, loslösen, trennen, sie als Bewegungen der universalen, niederen, unvollkommenen und ungeläuterten Natur betrachten, als Kräfte, die in dich eindringen und versuchen, dich zu einem Instrument ihres Selbstausdrucks zu machen. Wenn du dich auf diese Weise loslöst und trennst, wird es dir eher möglich sein, einen Teil deines Wesens zu entdecken und immer stärker darin zu leben – dein inneres oder seelisches Wesen, das von diesen Bewegungen weder angefochten noch gestört wird, sie als fremd empfindet, ihnen automatisch die Zustimmung verweigert und sich immer den göttlichen Kräften und höheren Bewusstseinssebenen zugewandt oder sich mit ihnen in Kontakt fühlt. Entdecke diesen Teil deines Wesens und lebe in ihm; die Fähigkeit, das zu tun, ist die wahre Grundlage im Yoga.

Wenn du dich auf diese Weise zurückziehst, ist es auch leichter, hinter dem Ringen an der Oberfläche in dir selbst eine ruhige Ausgeglichenheit zu finden, in der du wirksamer die Hilfe zu deiner Befreiung herbeirufen kannst. Die Gegenwart und Ruhe, der Friede, die Reinheit, die Kraft, das Licht, die Freude und Weite des Göttlichen warten über dir darauf, in dich herabzukommen. Entdecke diese Ruhe im Hintergrund, wodurch dein Mental ruhiger wird; und über das ruhige Mental kannst du zunächst die Reinheit und den Frieden herabrufen und später die göttliche Kraft. Wenn du zu fühlen vermagst, wie dieser Friede und diese Reinheit in dich herabkommen, kannst du sie immer wieder herabrufen, bis sie sich zu festigen beginnen; du wirst auch fühlen, wie die [Göttliche] Kraft in dir wirkt, um diese Bewegungen zu verändern und das Bewusstsein umzuwandeln. In diesem Wirken nimmst du die Gegenwart und Macht der Mutter wahr. Ist das einmal geschehen, ist alles übrige eine Frage der Zeit und fortschreitenden Entfaltung der wahren und göttlichen Natur in dir.

\*



Er kann mit seiner Bemühung fortfahren und uns wissen lassen, ob irgendein Ergebnis erzielt wurde. Die Schwierigkeiten, die sich in ihm erhoben haben, sind durchaus üblich und eine natürliche Reaktion auf seine Bemühung. Es ist normal, dass sich diese Widerstände erheben, denn sie müssen sich offenbaren, damit man sich mit ihnen auseinandersetzen und sie hinausstoßen kann. Wenn er durchhält, wird das früher oder später geschehen. Es ist aber das Beste, nicht mit Widerständen zu ringen, sondern sich von ihnen loszulösen, sie als Betrachter zu beobachten, diese Bewegungen zurückzuweisen und die Göttliche Macht zu rufen, damit sie sie beseitigt. Die Überantwortung der [menschlichen] Natur ist keine einfache Sache und kann lange Zeit beanspruchen; die Überantwortung des Selbstes ist leichter, sofern man sie vollziehen kann, und wenn das einmal geschehen ist, wird die [Überantwortung] der Natur früher oder später folgen. Hierfür aber ist es notwendig, sich vom Wirken der **prakṛti** loszulösen und sich als etwas Gesondertes zu betrachten. Die Bewegungen als Betrachter zu beobachten, ohne entmutigt oder beunruhigt zu sein, ist der beste Weg, die notwendige Loslösung und Trennung zu bewerkstelligen. Das würde auch dazu beitragen, die Empfangsbereitschaft für alle gewährte Hilfe zu erhöhen und das Vertrauen zu erwecken.

\*

Zur Wandlung der Natur: Der erste Schritt besteht darin, sich der alten Oberflächennatur bewusst zu werden und sich von ihr zu trennen. Denn diese rajasisch-vitale Natur ist eine Oberflächenschöpfung der **prakṛti**, sie ist nicht das wahre Wesen; wie ausdauernd sie auch erscheint, so ist sie doch nur eine vorübergehende Kombination von vitalen Bewegungen. Dahinter steht das wahre mentale und vitale Wesen, das von der Seele gestützt wird. Das wahre Wesen ist ruhig, weit und voller Frieden. Indem man sich [von der Oberflächennatur] zurückzieht und sich von ihr löst, schafft man die Möglichkeit, im Frieden dieses inneren **purusa** zu leben und nicht länger mit der Oberflächen-**prakṛti** identifiziert zu sein. Später ist es viel einfacher, sich durch die Kraft der seelischen Wahrnehmung zu wandeln sowie durch den Frieden, die Macht und das Licht, die sich über dem Oberflächenwesen befinden.

\*

Diese Dinge erheben sich, weil sie entweder im bewussten Teil des [menschlichen] Wesens als Gewohnheiten der Natur bestehen oder aber sich dort verbergen, um im geeigneten Augenblick hervorzutreten, oder weil es Suggestionen der allgemeinen oder universalen Natur sind, auf welche das persönliche Wesen reagiert. In jedem Fall erheben sie sich deshalb, damit man ihnen begegne, sie hinausstoße und schließlich zurückweise, so dass sie die Natur nicht länger stören können. Das Ausmaß der durch sie verursachten Störung hängt von der Art und Weise ab, in der man ihnen begegnet. Als erstes hat man sich von ihnen loszulösen, sich nicht mit ihnen zu identifizieren, sie nicht länger als Teil der eigenen wirklichen Natur zu betrachten, sondern als Dinge, die einem auferlegt sind und zu denen man sagt: „Das bin nicht ich, das gehört nicht zu mir, es ist etwas, das ich völlig zurückweise“. Man beginnt im Inneren einen Teil des Wesens wahrzunehmen, der mit diesen Suggestionen nicht identisch ist, der fest bleibt und sagt: „Das kann zwar an

der Oberfläche eine Störung verursachen, soll mich aber nicht berühren“. Wenn dieses getrennte Wesen innerlich wahrgenommen werden kann, ist die halbe Arbeit geschehen – Voraussetzung dafür ist ein Wille, sich von den Unvollkommenheiten der Oberflächennatur nicht nur loszulösen, sondern auch davon zu befreien.

\*

Du musst dir immer des Selbstes bewusst bleiben; die dunkle Natur darf nicht als das Selbst empfunden werden, sondern muss als ein Instrument betrachtet werden, das mit dem Selbst in Einklang zu bringen ist.

\*

Egoismus, Begierden, Fehler der Natur sind in jedem Menschen ziemlich die gleichen. Wenn man aber einmal beginnt, sich ihrer bewusst zu werden, und den Willen hat, sich davon zu befreien, braucht man diesen Willen nur aufrechtzuerhalten, und es besteht dann keine wirkliche Gefahr mehr. Denn wenn man auf eine Weise wie du bewusst zu werden beginnt und im Inneren etwas besteht, das alles Verborgene sich erheben lässt, so bedeutet das, dass die Gnade der Mutter über deiner Natur waltet, dass ihre Kraft wirkt und dein inneres Wesen der Kraft der Mutter hilft, dich von diesen Dingen zu befreien. Sei daher nicht bekümmert, mutlos oder voll Furcht, sondern betrachte alles, was kommt, mit Ruhe und habe den Willen, dass es völlig und für immer verschwinde. Durch das Wirken der Kraft der Mutter und das seelische Wesen, das diese Kraft unterstützt, kann alles geschehen, und es wird mit Sicherheit alles geschehen. Diese Läuterung findet deshalb statt, damit in Zukunft keine Störung entsteht, wie es bei manchen der Fall war, die nicht geläutert waren – damit das höhere Bewusstsein in eine geläuterte Natur eintreten und die innere Umwandlung gesichert vonstatten gehen kann. Mach daher weiter und verlass dich voller Glauben und Vertrauen auf die Mutter.

\*

Alles, was du hier geschrieben hast, ist vollkommen richtig. Indem man sich von diesen Kräften loslöst, von ihnen weder angezogen noch beunruhigt wird, erlangt man die Freiheit, nimmt ihre Falschheit und Unvollkommenheit wahr und ist fähig, sich über sie zu erheben und sie zu überwinden. Das Bewusstsein, das sich bei dir zeigt, kann entweder die Seele oder das spiritualisierte Mental sein – wahrscheinlich ist es das erstere.

\*

Was die Mutter meinte war weder eine Selbst-Analyse noch eine Selbst-Sektion – das sind mentale Dinge, die sich mit dem Unbelebten befassen oder das Lebendige töten –, es sind nicht spirituelle Methoden. Die Mutter meinte nicht Analyse, sondern

Selbstbetrachtung, ein Sehen aller lebendigen Bewegungen des Wesens und der Natur, eine intensive Beobachtung der Personalitäten und Kräfte, die sich auf der Bühne unseres Wesens bewegen, ihre Motive, Impulse und Fähigkeiten – eine Beobachtung, die genauso interessant ist wie das Erleben und Verstehen eines Schauspiels oder einer Erzählung, eine lebendige Schau und Wahrnehmung, wie sich die Dinge in uns abspielen, womit auch eine echte Meisterung dieses inneren Universums verbunden ist. Solche Dinge werden nur dann langweilig, wenn man sie mit dem analytischen und rationalen Verstand betrachtet, nicht aber wenn man ihnen als einer Bewegung des Lebens durch Erkennen und Intuition begegnet. Wenn du diese Betrachtungsweise übernehmen würdest (vom inneren, spirituellen und nicht vom äußeren, intellektuellen und ethischen Standpunkt aus), dann wäre es verhältnismäßig einfach für dich, aus deinen Schwierigkeiten herauszukommen; du würdest zum Beispiel sofort erkennen, woher dieser irrationale Impuls zu fliehen stammt, und er hätte keine Gewalt mehr über dich. Natürlich geschieht all das am besten dadurch, dass du dich vom Spiel deiner Natur zurückziehst und zum Betrachter-Überwacher wirst oder zum Zuschauer-Darsteller-Spielleiter. Das aber geschieht, wenn du diese selbstbetrachtende Haltung einnimmst.

Die Furcht, dass dies langweilig oder leidvoll sein wird, ist eine Idee des nicht-begreifenden Intellektes.

\*

Du bleibst bei deiner intellektuell-ethischen Version der inneren Selbstschau? Langweilig? Polizist? Übeltäter? Großer Gott! Wenn dem so wäre, würde es keine Selbstschau mehr sein – denn in der wahren Selbstschau gibt es weder Polizei noch Übeltäter. All das gehört zum intellektuell-ethischen Tugend-und-Sünde-Mechanismus, der lediglich eine mentale Konstruktion von praktischem Wert für das äußere Leben ist, nicht aber eine Wahrheit echter innerer Werte darstellt. In der wahren Selbstschau erkennen wir nur Harmonien und Disharmonien, stimmen die falschen Töne richtig und ersetzen sie durch die wahren Noten. Das aber sage ich um der Wahrheit willen, nicht um dich zu überreden, dass du dich um die Selbstschau bemühst; denn wenn es mit dieser Vorstellung geschähe, würdest du es zwangsläufig auf der Polizisten-Grundlage tun und in Schwierigkeiten geraten. Außerdem bist du im Yoga offensichtlich lieber das Piano als der Pianist, was soweit ganz in Ordnung ist, aber ein volles Selbstgeben miteinbezieht sowie die Leitung durch den höchsten Musiker und Komponisten. Möge es so sein!

Jedermann ist voll von diesen Widersprüchen, weil er, obwohl zweifelsohne eine Person, aus vielen verschiedenen Personalitäten besteht, die im allgemeinen untereinander nicht einig sind – auch die Psychologen erkennen diese Tatsache jetzt an. Solange man nicht versucht, sie [die Personalitäten] in dem einzigen, beherrschenden Vorhaben der Gottsuche und der Hingabe an das Göttliche zu vereinen, kommen sie recht und schlecht miteinander aus – sie wechseln sich gegenseitig ab oder streiten miteinander oder wursteln sich irgendwie durch oder es übernimmt eine die Führung und zwingt die anderen sich unterzuordnen; wenn du aber einmal versuchst, sie in einem einzigen Ziel zu vereinen, wird die Schwierigkeit offenbar.

## VII.

Du solltest von äußeren Dingen nicht so abhängig sein; diese Abhängigkeit ist es, die dich den [äußeren] Umständen eine so übertriebene Wichtigkeit beimessen lässt. Ich behaupte nicht, dass die [äußeren] Umstände nicht helfen oder behindern können – aber es sind nur Umstände, und es ist nicht die grundlegende Sache, die in uns selbst ist, und ihre Hilfe oder die Behinderung durch sie sollte nicht von vordringlicher Wichtigkeit sein. Im Yoga wie bei jeder anderen großen oder ernsthaften menschlichen Bemühung gibt es zwangsläufig ein Übermaß an feindlicher Einmischung und ungünstigen Umständen, die überwunden werden müssen. Ihnen eine zu große Wichtigkeit beizumessen steigert ihren Einfluss sowie ihre Macht, sich zu vervielfältigen, es stärkt gleichsam ihr Selbstvertrauen und lässt sie die Gewohnheit annehmen, sich einzustellen. Ihnen mit Gleichmut zu begegnen – wenn man ihnen nicht die freudige Beharrlichkeit eines vertrauensvollen und entschlossenen Willens entgegensetzen kann – vermindert hingegen ihre Bedeutung und Wirkung und befreit schließlich, wenn auch nicht sofort, von ihrer Beharrlichkeit und Wiederkehr. Es ist daher ein Prinzip im Yoga, die bestimmende Macht in uns zu erkennen; denn das in Ordnung zu bringen und die innere Stärke gegen die Macht der äußeren Umstände einzusetzen, das ist die tiefere Wahrheit. Die Stärke ist vorhanden, selbst im Schwächsten; man hat sie zu entdecken, zu enthüllen, im Vordergrund zu bewahren während der ganzen Reise und der ganzen Schlacht.

\*

Ein Verteidigungs-System [zu schaffen] bedeutet zuzugeben, dass ein Bürgerkrieg stattfindet. Vom Standpunkt des Sadhaks aus gesehen sollte man nicht zugeben, dass die Möglichkeit eines Bürgerkrieges besteht. Ein Sadhak sollte immer daran denken, dass alles von der inneren Haltung abhängt; wenn er einen vollkommenen Glauben an die Göttliche Gnade hat, wird er erkennen, dass die Göttliche Gnade ihn bei jedem Schritt das Richtige tun lässt. Er wird zum Beispiel veranlasst, aus dem Haus zu gehen, wenn es gefährlich ist, im Haus zu bleiben; und er wird im Haus bleiben, wenn es gefährlich ist hinauszugehen. Die Gnade wird ihn genau das tun lassen, was ihn der Gefahr entkommen lässt. Damit aber die Dinge auf diese Weise geschehen, musst du einen tief eingewurzeltten Glauben haben, der dein ganzes Wesen durchdringt und gegen den sich keine andere Bewegung in dir richtet. Das ist natürlich schwierig. Auch kannst du für dich den Glauben haben, während die Menschen deiner Umgebung deine Einstellung nicht teilen. Und du kannst, solange du unter ihnen bist, gezwungen sein, äußere Maßnahmen anzuerkennen, dich, wie du es nennst, einem Verteidigungs-System anzuschließen. Dennoch darfst du nicht vergessen, dass nur deine innere Haltung, dein innerer Glaube zählen. Alle äußeren Mittel bedeuten nichts, sie können sich als absolut nutzlos erweisen und zu nichts führen; es ist allein die Göttliche Gnade, die dich beschützt.

\*

Das ist das Problem, wenn man vor einer Schwierigkeit davonläuft – sie läuft einem nach, oder besser, man trägt sie mit sich herum, denn die Schwierigkeit ist in Wirklichkeit im Inneren und nicht außerhalb. Äußere Umstände verschaffen ihr nur die Gelegenheit, sich zu offenbaren, und solange die innere Schwierigkeit nicht bewältigt ist, werden die Umstände immer auf die eine oder andere Weise auftauchen.

\*

Das ist der wahre Grund dafür, warum X all diese Dinge widerfahren. Wenn etwas in der Natur ist, das überwunden werden muss, zieht das immer Vorkommnisse auf sich, die sie [die Natur] auf die Probe stellen, bis der Sadhak es überwunden hat und frei ist. Es geschieht zumindest häufig so, besonders wenn sich der Betreffende aufrichtig bemüht, diese Sache zu überwinden. Man weiß nicht immer, ob es die feindlichen Mächte sind, die versuchen, ihn von seinem Entschluss abzubringen, oder die ihn prüfen (denn sie beanspruchen, das Recht darauf zu haben), oder ob es vielleicht die Götter sind, die das tun, um den Fortschritt zu erzwingen oder zu beschleunigen oder weil sie Sicherheit und Gründlichkeit der erstrebten Wandlung verlangen. Es ist vielleicht hilfreicher, wenn man es vom letzteren Standpunkt aus betrachtet.

\*

Du hast ganz recht – du musst es so sehen, dass hier eine Gelegenheit geboten wird, dieses Hindernis in deiner Natur zu überwinden. Bei der Ausübung der Sadhana erkennt man immer wieder, dass, solange irgendwo [in der menschlichen Natur] ein bedeutender Defekt besteht, sich auf eine Weise Umstände ergeben, die diesem Defekt solange Gelegenheit bieten, in Erscheinung zu treten, bis er aus dem Wesen hinausgestoßen ist. Wenn man das Eintreten dieser Umstände mit klarem Blick als Ruf und Gelegenheit dafür erkennen kann, den Defekt zu überwinden, vermag man sehr rasch weiterzukommen.

Andererseits ist es sehr nützlich, dass du nunmehr die richtige Haltung und Auffassung gegenüber der Kritik seitens anderer hast; das muss aber auch auf ihre falsche Handlungsweise ausgedehnt werden, wenn eine solche besteht. Denn wenn ihre Defekte aus ihrer Natur stammen – welche die allen gemeinsame menschliche Natur ist –, stammt ihre Handlungsweise aus der gleichen Quelle, und es reicht aus, zu sehen und zu verstehen; für beide Dinge gilt die gleiche Regel.

\*

Die Schwierigkeit kann nicht überwunden werden, indem du vor ihr davonläufst.

All das rührt daher, weil du den für dich falschen Weg eingeschlagen hattest. Nicht indem du dich mit Reue und peinigenden Gedanken quälst, kannst du Herr der Angelegenheit werden, sondern indem du dich mit ehrlichem Blick selbst betrachtest, sehr ruhig, mit einer stillen und festen Entschlossenheit, und dann freudig und tapfer weitergehst, in voller Zuversicht und vollem Vertrauen, dich auf die Gnade verlassend,

heiter und wachsam, fest verbunden mit deinem seelischen Wesen, und indem du immer stärker Liebe und Ananda herabrufst sowie dich immer ausschließlicher zur Mutter hinwendest. Das ist der wahre Weg, und es gibt keinen anderen.

\*

Es ist gut, dass du dich mit dem Ort befreunden konntest und dich stark genug fühlst, um dich mit der Situation dort auseinanderzusetzen. Eine gewisse Kraft der Anpassung an die Umgebung und der Harmonisierung mit ihr ist notwendig – das war dir in sehr ausgeprägtem Maße eigen, und deshalb warst du auch erfolgreich, wo immer du hinkamst. Die Abwehr gegen deine frühere Position machte dich nervös und deprimiert und beeinträchtigte für einige Zeit das Wirken dieser Kraft in dir. Mit deiner neuen Einstellung wird sie hoffentlich bald zurückkehren und die Lösung all deiner Schwierigkeiten bringen.

Wir senden dir unseren Segen. Halte dich immerfort offen für die Kraft von oben und für unsere Hilfe und bleibe fest und stark gegenüber allen noch verbleibenden Schwierigkeiten, sei es im äußeren Leben oder in der Sadhana. Unter diesen Voraussetzungen ist der Sieg auf jeden Fall sicher.

\*

Verzweiflung ist absurd, und über Selbstmord zu sprechen völlig fehl am Platz. Wenn ein Mensch auch noch so sehr strauchelt, die Göttliche Gnade ist da, solange er danach strebt, und wird ihn schließlich durch alles hindurchführen.

\*

Selbstmord ist eine absurde Lösung; er [der die Anfrage stellt] unterliegt einem großen Irrtum, wenn er glaubt, dass er hierdurch zum Frieden gelangt. Er wird seine Schwierigkeiten lediglich in eine schlimmere jenseitige Daseinsform mitnehmen und sie in ein anderes Leben auf Erden zurückbringen. Die einzige Lösung ist, diese krankhaften Ideen abzuschütteln und dem Leben mit dem klaren Willen zu begegnen, eine bestimmte Arbeit als Lebensziel sowie mit ruhigem und aktivem Mut zu verrichten.

\*

Die Sadhana muss im Körper ausgeübt werden, sie kann von der Seele nicht ohne den Körper getan werden. Wenn der Körper stirbt, geht die Seele auf Wanderschaft in andere Welten und kommt schließlich in ein anderes Leben und einen anderen Körper zurück. Dann begegnet sie allen Schwierigkeiten, die sie nicht gelöst hatte, im neuen Leben wieder. Worin besteht also der Vorteil, den Körper [freiwillig] zu verlassen?

Übrigens, wenn man den Körper vorsätzlich verlässt, hat man in den anderen Welten sehr zu leiden, und wenn man wiedergeboren wird, geschieht es unter schlechteren, statt besseren Bedingungen.

Die einzig vernünftige Sache besteht darin, in diesem Leben und mit diesem Körper den Schwierigkeiten entgegenzutreten und sie zu bewältigen.

\*

Der Tod [durch Selbstmord] ist nicht der Weg, um in der Sadhana Erfolg zu haben. Wenn du auf diese Weise stirbst, wirst du nur später wieder die gleichen Schwierigkeiten haben, vermutlich jedoch unter weniger günstigen Umständen.

Der Weg zum Erfolg in der Sadhana besteht darin, Entmutigung zurückzuweisen, einfach und aufrichtig zu streben, so dass die Kraft der Mutter in dir wirken und das herab bringen kann, was über uns ist. In dieser Sadhana hatte noch nie jemand aufgrund seiner eigenen Verdienste Erfolg. Offen und formbar für die Mutter zu werden – das ist die einzig wichtige Sache.

\*

Wenn du das Leben fortwirfst, werden die Aussichten für das nächste dadurch nicht verbessert. Die Dinge müssen in diesem Leben und in diesem Körper getan werden.

\*

Nun, das ist wohl nicht die richtige Art von Ruhe. Der Frieden des *nirvana* hätte einen gewissen Sinn, aber der Tod in der Ruhe einer erschöpften *prakrti* ist keinesfalls eine Befreiung.

\*

Die echte Ruhe ist im inneren Leben und gründet sich auf Frieden und Schweigen und dem Nicht-Vorhandensein des Begehrens. Es gibt keine andere Ruhe – denn ohne sie läuft die Maschine weiter, ob man daran interessiert ist oder nicht. Die innere *mukti* ist die einzige Lösung.

## VIII.

Es besteht kein Grund, warum du die Hoffnung auf Erfolg im Yoga aufgeben solltest. Der Zustand der Niedergeschlagenheit, den du jetzt fühlst, ist vorübergehend und überkommt selbst die stärksten Sadhaks dann und wann oder kehrt sogar häufig wieder. Das einzig Erforderliche ist, sich fest an den erwachten Teil des Wesens zu halten, alle entgegengesetzten Einflüsse zurückzuweisen und, indem du dich so weit wie möglich

gegenüber der [Göttlichen] Macht öffnest, zu warten, bis die Krise oder Veränderung, die in dieser Depression ihren Ausdruck findet, zu Ende ist. Die Eingebungen, die dein Mental empfängt und die dir sagen, dass du nicht geeignet seist und zum gewöhnlichen Leben zurückkehren solltest, sind Suggestionen feindlichen Ursprungs. Ideen dieser Art müssen als Erfindungen der niederen Natur immer zurückgewiesen werden; sie sind falsch, selbst wenn sie sich auf Erscheinungsformen gründen, die auf das unwissende Mental überzeugend wirken, denn sie überbewerten eine vorübergehende Bewegung und stellen sie als die entscheidende und endgültige Wahrheit hin. Es gibt nur eine einzige Wahrheit in dir, an die du dich immer halten musst, das ist die Wahrheit deiner göttlichen Möglichkeiten und der Ruf des höheren Lichtes an deine Natur. Wenn du dich stets daran hältst oder wenn du vorübergehend diesen Halt verlierst, immer wieder dahin zurückkehrst, wird sie [diese Einstellung] sich am Ende trotz aller Schwierigkeiten und Hindernisse, trotz allen Strauchelns rechtfertigen. Alles, was Widerstand leistet, wird mit der fortschreitenden Entfaltung deiner spirituellen Natur allmählich verschwinden.

Die Bekehrung und Hingabe des vitalen Teils ist das, was notwendig ist. Er muss lernen, nur die höchste Wahrheit zu begehren und alles Beharren auf Befriedigung seiner niederen Impulse und Begierden aufzugeben. Die Einwilligung des vitalen Wesens ist es, die die volle Befriedigung und Freude der ganzen [menschlichen] Natur im spirituellen Leben mit sich bringt. Wenn das gegeben ist, ist es unmöglich, an die Rückkehr zum gewöhnlichen Leben auch nur zu denken. In der Zwischenzeit müssen der mentale Wille und das seelische Streben deine Stütze sein; wenn du beharrlich bist, wird das Vital schließlich nachgeben, bekehrt werden und sich überantworten.

Festige in deinem Mental und Herzen den Entschluss, für die Göttliche Wahrheit zu leben und nur für sie allein; weise alles zurück, was dem entgegengesetzt und damit unvereinbar ist, und wende dich von den niederen Begierden ab. Strebe danach, dich nur der Göttlichen Macht zu öffnen und keiner anderen. Tu dies in aller Aufrichtigkeit, und die [immer] gegenwärtige und lebendige Hilfe, die du brauchst, wird dich nicht im Stich lassen.

\*

Nur ein fester Wille zum spirituellen Leben kann alle Hindernisse überwinden.

\*

Es gibt keinen Grund zur Hoffnungslosigkeit, solange sich der Wille nicht zum falschen Weg entscheidet.

\*

Warum vermagst du nicht zu erkennen, dass dieser Zustand nicht das wahre Bewusstsein, sondern nur eine Trübung der Wahrheit ist, von der du dich jederzeit befreien kannst, wenn du dazu fest entschlossen bist? Was du hier [in diesem Brief] zum Ausdruck bringst, ist nicht ein Mangel an Verstehen, sondern ein Mangel an Wille – und dieser



Mangel an Wille stammt nicht von dir, sondern wurde dir durch ein niedrigeres Bewusstsein aufgedrängt, das dich überwältigt hat und zwingt, alle wahren Werte des Fühlens und Wissens auf den Kopf zu stellen. Dein Wesen will frei, friedvoll und glücklich sein im Licht – es ist diese Falschheit, die sich deines äußeren Mentals bemächtigt hat und bewirkt, dass du dich dunkel und elend fühlen möchtest, voller Aufbegehren, dass du dich hasst und nicht leben willst. Solche Gefühle, solch ein pervertierter Wille sind ganz das Gegenteil der normalen Gefühle der [menschlichen] Natur und können nicht „wahr“ und richtig sein. Niemand bittet dich darum, etwas vorzutäuschen – was wir von dir verlangen, ist, Entstellungen, falsche Gefühle und Unwissenheit zurückzuweisen und nicht damit fortzufahren, sie zu unterstützen, wie sie es von dir fordern. Diese Dinge als das Gesetz deiner Natur anzunehmen hat weder etwas mit Mut und Würde zu tun, noch ist es Niederträchtigkeit und Feigheit, nach einer höheren Wahrheit zu streben und zu versuchen, ihr gemäß zu handeln und sie zum Gesetz deiner Natur zu machen.

\*

Was seine Schwierigkeiten und Sorgen anbelangt, so besteht wenig Hoffnung, dass er sie überwindet, solange er nicht erkennt, dass sie aus seinem Inneren und nicht von außen kommen. Schuld daran ist die Schwäche seiner vitalen Natur, die schwächliche Hilflosigkeit seines Nervenwesens, das immer weint und klagt und jammert, statt dem Leben entgegenzutreten und seine Schwierigkeiten zu meistern – es ist diese sentimentale, weinerliche Haltung, die bewirkt, dass seine Probleme ungelöst und am Leben bleiben. Einer solchen Natur werden die Götter nicht beistehen, weil sie wissen, dass jede Hilfe nutzlos ist, da sie entweder nicht angenommen oder aber verworfen und vergeudet wird; und alles Rajasische und Asurische auf der Welt wird eine solche Natur verachten und auf ihr herumtrampeln.

Wenn er sich eine stille Stärke und einen ruhigen Mut angeeignet hätte – ohne Schwäche und ohne Aufregung und Heftigkeit –, vertrauend auf die Hilfe, die er immer von uns hätte empfangen können, und voller Offenheit für die Kraft der Mutter, wären die Dinge inzwischen in günstiger Weise bereinigt worden. Er ist aber nicht in der Lage, aus einer ihm gewährten Hilfe irgendeinen Nutzen zu ziehen, weil seine vitale Natur sich an ihre Schwäche klammert, ihr stets nachgibt und rhetorischen Ausdruck verleiht, statt sie verachtungsvoll als etwas für die menschliche Natur Unwürdiges und für einen Sadhak Unpassendes hinauszustoßen. Nur wenn er sie so zurückweist, kann er Stärke empfangen und im Leben stehen oder in der Sadhana vorwärtskommen.

\*

Nur deshalb weil du selbst so zappelig, nervös, gespalten und unentschieden bist, können wir keine endgültige Entscheidung treffen.

\*

Wenn du deine Schwäche akzeptierst, was gleichbedeutend damit ist, die Sache als solche zu akzeptieren – ein Teil deiner Natur nimmt sie an, und diesem Teil gibst du nach –, worin bestünde dann der Nutzen, dir zu sagen, was du zu tun hast? Dieser Teil deines Vitals wird dem immer entgegenhalten: „Ich war zu schwach, um es auszuführen“. Der einzige Weg, der [aus dieser Situation] herausführt, besteht darin, dass du deine Schwäche überwindest, diesen deinen sentimental Teil ablegst und die Stärke herabrufst, um die Schwäche zu ersetzen, und all das mit einem festen und ernsthaften Ziel vor Augen zu tun. Wenn wir nicht einmal *dich*, der du eine gewisse Grundlage in der Sadhana hattest, dazu bewegen können, dieses Element in dir zu überwinden, wie kannst du dann erwarten, dass es uns bei X gelingt, der behauptet, dass er keine Grundlage hat, sondern noch immer schwankt.

\*

Die Hilfe der Mutter und die meine sind immer für dich da. Du musst sie nur voll annehmen, dann wird sie ihre Wirkung nicht verfehlen.

Was dazwischen gekommen ist, das sind diese falschen Vorstellungen von deiner Untauglichkeit, von schlechten Dingen in dir, die dich davon abhalten, die Gnade der Mutter zu empfangen, Vorstellungen von einem Mangel an Streben, wodurch du verhindert wirst, eine Verwirklichung und Erfahrung zu haben. Diese Gedanken sind völlig falsch und irrig – es sind nicht einmal deine eigenen Gedanken, es sind Suggestionen, die sich dir ebenso wie den anderen Sadhaks aufdrängen mit dem Ziel, in dir eine Depression hervorzurufen. Du bist nicht untauglich, in deinem Inneren ist nichts Schlechtes, das dazwischen kommen könnte, es mangelt dir nicht an Streben, wodurch die Erfahrung beendet werden könnte. Die einzige Ursache ist die Depression, der Mangel an Selbstvertrauen, die Bereitschaft zur Verzweiflung – eine andere [Ursache] gibt es nicht. Wie ich dir bereits schrieb, erfahren alle Sadhaks, selbst die besten und stärksten, diese Unterbrechungen im Ablauf der Sadhana; das ist kein Grund, sich deshalb für untauglich zu halten und in der Vorstellung fortgehen zu wollen, dass alles hoffnungslos sei. Mit ein wenig Ruhe würde das Fließen zurückkehren. Du hattest [bereits] die notwendigen Erfahrungen, den notwendigen Fortschritt, und nur durch das Hervortreten einiger Schwierigkeiten des physischen Bewusstseins wurden die Erfahrungen für einige Zeit unterbrochen. Das widerfährt allen und ist, wie ich dir bereits erklärt habe, nicht allein dir eigentümlich. Diese Schwierigkeiten treten immer auf und müssen überwunden werden. Wenn sie einmal durch das Wirken der [Yoga-] Kraft überwunden wurden, nimmt die Sadhana ihren Fortgang wie zuvor. Du aber beginnst auf die falsche Idee der Untauglichkeit und des Mangels an Streben als der Ursache [deiner Schwierigkeit] einzugehen, und lässt dich dadurch völlig deprimieren. All das musst du ablegen und musst dich weigern, den eindringenden gedanklichen Suggestionen Glauben zu schenken. Kein Sadhak sollte jemals Gedanken von Untauglichkeit und Hoffnungslosigkeit hegen – sie sind völlig fehl am Platz, weil nicht die eigene persönliche Tauglichkeit, der eigene Wert zum Erfolg verhelfen, sondern die Gnade und Macht der Mutter sowie die Zustimmung deiner Seele zu ihrer Gnade und dem Wirken ihrer Kraft.

Wende dich von diesen dunklen Gedanken ab und achte allein auf die Mutter, nicht ungeduldig ein Ergebnis erwartend, sondern mit Vertrauen und Zuversicht; lass zu,

dass ihr Wirken dir Ruhe bringt sowie neuen Fortschritt auf das seelische Sich-Öffnen und die Verwirklichung hin. Das wird mit Sicherheit und ohne Zweifel den volleren Glauben und die Liebe herbeiführen, wonach du suchst.

\*

Was ich mit der Wandlung ausdrücken wollte, war die große Besserung in deiner mentalen und vitalen Haltung sowie in den Reaktionen gegenüber äußerlichen Dingen und dem Leben, was in deinen Briefen und dem Bericht über die Geschehnisse deutlich zum Ausdruck kam und ihnen eine ganz neue Atmosphäre verlieh – warm und klar und seelisch. Natürlich ist die Wandlung noch nicht absolut und integral, sie scheint aber doch grundlegend zu sein. Zudem hat sie sicherlich ihre Ursache in einer wachsenden inneren *bhakti*, besonders in der Annahme der *bhakti* als deinem [erwählten] Pfad und allem, was damit verbunden ist. Das Mental hat eine neue Haltung eingenommen, weniger intellektuell und mehr seelisch. Was dich daran hindert, das Wachsen der *bhakti* zu erkennen (manchmal hast du es erfahren und darüber geschrieben), ist die Tatsache, dass das physische Mental weitermacht und bei der geringsten „Depression den ständigen, immer gleichen Wirbel seiner festgefahrenen Ideen in Gang setzt. Eine dieser Ideen ist, dass du nicht vorankommst, nicht vorankommen wirst und niemals vorankommen kannst – das alte Lied, das immer wiederholt: „Yoga ist nicht für jemanden wie mich“, usw. Die Tätigkeit des physischen Mentals ist es, die gleich nach der falschen Aktivität des Vitals das eigene Bewusstsein am meisten an der Oberfläche hält und es daran hindert, im Inneren und bei den inneren Vorgängen bewusst zu sein; es kann zwar teilweise die Geschehnisse an der Oberfläche der Natur erkennen, die Resultate der inneren Bewegung, doch nicht die Ursache dieser Geschehnisse, welche die innere Bewegung selbst ist. Das ist *ein* Grund, warum ich es gern sehe, wenn sich das physische Mental mit Poesie und Musik usw. beschäftigt sowie mit anderen zuträglichen Tätigkeiten, die zum inneren Wachsen beitragen und in denen sich die innere *bhakti* Ausdruck verleihen kann; denn es beschäftigt das physische Mental, hält es frei von den mechanischen, kreisenden Bewegungen und erlaubt und fördert das innere Wachsen. Die Kreisbewegung hat sich gegenüber früher vermindert, und ich rechne damit, dass sie sich dieser Tage erschöpft und ganz aufhört.

\*

Solche Ideen sind nichts als Suggestionen, die immer dann aufkommen, wenn du es zulässt, dass die Traurigkeit in dir zunimmt; du solltest sie, statt ihnen nachzugeben, sofort zurückweisen. Es gibt kein „warum“ für dein Gefühl, dass wir fern und gleichgültig seien, denn das trifft nicht zu; solche Gefühle entstehen automatisch, ohne jede wahre Ursache, zusammen mit dieser Welle des falschen Bewusstseins. Wann immer dies aufkommt, solltest du dir sofort sicher sein, dass es etwas Falsches ist, es anhalten und all seine typischen Einflüsse zurückweisen. Wenn du das lange Zeit hindurch tun könntest, hättest du einen großen Fortschritt erzielt und sowohl ein richtiges Bewusstsein und richtige Ideen als auch die wahre seelische Haltung entwickelt. Du hinderst weder unsere Arbeit, noch stehst du anderen, die hierherkommen, im Weg; du

betrügst dich nicht, indem du dich trotz aller Schwierigkeiten an die Sadhana hältst, sondern tust im Gegenteil das Richtige und täuschst mit Sicherheit das Göttliche nicht, das dein Streben und auch deine Schwierigkeiten sehr gut kennt. Es gibt also nicht den geringsten Grund dafür, von hier fortzugehen. Die Tatsache, dass „du den Yoga aufrichtig tun willst“ – und darüber kann kein Zweifel bestehen –, ist ein durchaus hinreichender Grund für dein Hiersein. Dass du bislang noch keine okkulten Erfahrungen hattest, wie zum Beispiel das Aufsteigen der Kundalini usw., ist ohne Bedeutung – einigen wird sie bald zuteil, anderen spät; außerdem haben verschiedene Naturen diese Erfahrungen auf verschiedene Weise. Du solltest nicht nach ihnen trachten oder über ihr Ausbleiben enttäuscht oder verzagt sein. Man kann sicher sein, dass diese Dinge von selbst kommen, sobald das Bewusstsein bereit ist. Wonach du streben musst, ist **bhakti**, die Läuterung der Natur, das rechte seelische Bewusstsein und Hingabe. Strebe nach **bhakti**, und sie wird sich in dir entfalten. Sie ist bereits in deinem Inneren, und sie ist es, die sich in deiner Dichtung und Musik ausdrückt. In dem Maß, in dem **bhakti** und die Reinheit in der Natur zunehmen, wird auch das richtige seelische Bewusstsein wachsen und dich zur vollen Hingabe führen. Bleibe jedoch standhaft, gib diesen Ideen von Unfähigkeit, Enttäuschung und Versagen nicht nach; sie sind die eigentliche Substanz des **tamas** und nur dazu da, beiseite geschleudert zu werden.

\*

Niemand verlangt von dir, etwas zu tun, dessen du nicht fähig bist; es ist etwas, das durch dich bereits getan wurde und folglich bist du dazu auch fähig. Niemand verlangt von dir, durch eigene Bemühung deine Natur zu wandeln; du hast dich lediglich von diesen Ideen und Gedanken loszulösen, dich zu weigern, ihnen nachzugeben, hast innerlich ruhig zu bleiben und der Kraft, die du wiederholt gefühlt hast, zu erlauben, dich zu wandeln. Fortwährend zu wiederholen: „Ich bin schwach, ich bin untauglich, ich bin schlecht“ führt zu nichts.

\*

Erinnere dich immer, dass die Göttliche Kraft da ist, dass du sie bereits gefühlt hast und dass sie, selbst wenn du sie für eine Zeitlang nicht wahrnimmst oder sie dir als etwas Fernes erscheint, dennoch da ist und mit Sicherheit den Sieg davontragen wird. Denn diejenigen, welche von der Kraft einmal berührt und ergriffen wurden, gehören fortan dem Göttlichen.

\*

Es ist gut. Je mehr du dieses dominierende Gefühl der Kraft und Stille bewahrst und mehrst, um so mehr wird das andere Gefühl sich verringern und dahinschwinden. Es ist immer so, dass Macht und Friede zuerst nur sanft drängen, dich berühren, an bestimmten Stellen eindringen, bis eine Zeit kommt, in der sich ein Teil des Wesens immer in diesem Zustand weiß, auch wenn eine noch so heftige Störung die Oberfläche ergreift. Später

wird die Störung mehr und mehr hinausgestoßen, bis sie außerhalb und nicht mehr innerhalb des Wesens gefühlt wird. Wenn auch das aufhört, ist der volle Friede und die volle Grundlage [der Sadhana] vorhanden.

\*

Im Laufe der Sadhana ist es unvermeidlich, dass sich einige Wesensteile als weniger offen, weniger fortgeschritten erweisen und weniger den Frieden und die [Yoga-] Kraft wahrnehmen als andere. Auf diese Teile muss eingewirkt und sie müssen gewandelt werden, was aber nur dann problemlos geschehen kann, wenn du von ihnen losgelöst bist, wenn du fähig bist, sie nicht als dein eigentliches Selbst, sondern als Teil der Natur zu betrachten, den du zu wandeln hast. Dann wirst du nicht bestürzt sein, wenn sie ihre Mängel hervorkehren, wirst dich von ihren Bewegungen nicht fortreißen lassen und das Gefühl des Friedens und der Kraft nicht verlieren; du wirst vielmehr fähig sein, auf sie einzuwirken (oder besser gesagt, die Yoga-Kraft auf sie einwirken zu lassen), so wie man es mit einer zu reparierenden Maschine tun würde oder mit einer mangelhaften Arbeit, die dieses Mal besser zu tun ist. Wenn du dich mit diesen [weniger bewussten] Teilen identifizierst, ist es sehr mühsam. Dennoch wird die Arbeit getan und die Wandlung vollzogen, doch mit Verzug und üblen Überraschungen, auf schmerzhaft und nicht auf reibungslose Art und Weise. Das ist der Grund, warum wir den Menschen immer sagen, dass sie ruhig und losgelöst sein und diese Dinge nicht als ihr wahres Selbst betrachten sollen, sondern als einen äußeren Wesens-Teil, auf den ruhig eingewirkt werden muss, bis er so ist, wie er sein sollte.

\*

Es ist natürlich ein Schwanken des mentalen Willens, das ein Wissen verhindert, welches aus der Praxis gewonnen wird. Wenn der eigene Wille nicht stark genug ist, muss der größere Wille im Hintergrund – der Wille der Mutter, ihre bewusste Kraft, in der sich Wissen und Wille vereinen – herbeigerufen werden, um ihn zu stärken und zu stützen. Sehr häufig jedoch, selbst wenn sowohl Wille als auch Wissen vorhanden sind, bringt die Gewohnheit der vitalen Natur die alten Reaktionen zurück. Das kann allein durch ein stetiges, nicht entmutigtes Streben überwunden werden, wodurch die Seele mit ihren wahren Bewegungen mehr und mehr in den Vordergrund tritt und die falschen Bewegungen hinausgestoßen und verdrängt werden. Die Natur der Umwandlung, die in diesem Yoga zu vollziehen ist, besteht aus der allmählichen und stetigen Ersetzung des alten, unwissenden Bewusstseins und seiner Bewegungen durch das wahre seelische und spirituelle Bewusstsein. Das aber dauert lange Zeit, es kann nicht mühelos oder auf einmal geschehen. Man sollte sich daher nichts daraus machen oder nicht entmutigt sein, wenn man feststellt, dass die alten Bewegungen trotz des erworbenen Wissens zurückkehren. Man sollte nur versuchen, sich mehr und mehr von ihnen loszulösen, damit ihnen, selbst wenn sie wiederkehren, das Wesen nicht zustimmt.

\*

Die Schwierigkeiten des Charakters bleiben bestehen, solange man ihnen, sobald sie sich erheben, in seinem Verhalten nachgibt. Man muss es sich zur strengen Regel machen, nicht aus einem Impuls heraus zu handeln, der auf Ärger, auf das Ego oder wie immer die Schwäche sein mag, die man loswerden will, zurückzuführen ist; oder wenn man in der Hitze des Augenblicks handelt, die Tat weder zu rechtfertigen noch auf ihr zu beharren. Dann lässt die Schwierigkeit nach einer Weile nach oder beschränkt sich einzig auf eine subjektive Bewegung, die man beobachten, von der man sich ablösen und die man bekämpfen kann.

\*

Man ist immer offen für die unwissenden Kräfte der Natur, solange nicht die endgültige Wandlung stattgefunden hat. Wenn Dinge in das Bewusstsein nicht eindringen können, so deshalb, weil es wachsam ist oder die Seele sich im Vordergrund befindet; doch das geringste Nachlassen der Wachsamkeit oder eine Zerstreuung kann bewirken, dass etwas eindringt.

\*

Man sollte nicht ängstlich, aber auch nicht nachlässig sein, das heißt, der Wille oder Verstand sollte diesen Bewegungen nicht zustimmen. Denn jede Zustimmung verlängert ihr Wirken oder fördert ihre Wiederkehr. Wenn sie trotz der Zurückweisung durch das Mental und den Willen weiterbestehen, so deshalb, weil die weniger bewussten Teile der Natur noch gewohnheitsmäßig reagieren. Sie müssen bewusst werden, indem sie das Licht und die Kraft empfangen, bis auch sie sich weigern, auf den Ruf der niederen Natur zu reagieren.

\*

Das ist ganz in Ordnung. Wenn du diesen Zustand bewahrst und nicht zulässt, dass er völlig verfinstert oder für lange Zeit getrübt ist, wirst du rasch auf eine neue Geburt deiner Natur zugehen sowie die Verankerung deines Lebens und all deiner Gedanken, Taten und Bewegungen in deinem wahren Wesen, dem seelischen Wesen erreichen. Stimme niemals diesen Ideen, Suggestionen und Gefühlen zu, welche den Schatten, die Verwirrung und den Aufruhr zurückbringen. Diese Zustimmung ist es, die sie für eine Wiederkehr erstarken lässt. Weise die Zustimmung zurück, und sie werden sich zurückziehen müssen, entweder sogleich oder nach einiger Zeit.

Bleibe im Sonnenlicht des wahren Bewusstseins gefestigt – denn nur dort ist das Glück und der Friede, die von äußeren Ereignissen nicht abhängig sind.

**IX.**

Es ist der übliche Ablauf des Prozesses, durch den die Wandlung des Bewusstseins bewirkt wird. Ohne langwierigen und wiederholten Kampf weichen die niederen Kräfte selten zurück. Das Gewonnene mag verhüllt sein, ist aber niemals verloren.

\*

Warum gibst du dich diesen übertriebenen Gefühlen von Reue und Verzweiflung hin, sobald diese Dinge aus dem Unterbewusstsein aufsteigen? Sie helfen nicht und machen das Ausmerzen dessen, was kommt, nur schwieriger und nicht leichter. Solch eine wiederholte Rückkehr einer alten Natur, die längst aus den bewussten Wesenteilen verbannt ist, ist in der Sadhana nichts Neues. Sie bedeutet keinesfalls, dass die Natur nicht zu wandeln sei. Versuche, die innere Ruhe wiederzugewinnen, ziehe dich von diesen Bewegungen zurück, betrachte sie gelassen und reduziere sie auf ihre wahren Proportionen. Deine wahre Natur ist das, worin du Frieden findest und den Ananda und die Liebe des Göttlichen fühlst. Dieses Andere ist nur eine Randerscheinung deiner äußeren Persönlichkeit, die trotz wiederholter Rückkehr abfallen muss, wenn das wahre Wesen sich ausbreitet und wächst.

\*

Es besteht kein Grund, derartig niedergeschlagen zu sein oder an deinem Fortschritt zu zweifeln. Offensichtlich fand ein Aufwallen der alten Bewegungen statt, doch ist das immer möglich, solange nicht die alte Natur sowohl im Bewusstsein als auch in den unterbewussten Teilen gänzlich gewandelt ist. Etwas hatte dich aus dem Gleichgewicht gebracht und ließ dich in vergangene Gefühle abschweifen. Der einzige Ausweg besteht darin, dich zu beruhigen und das wahre Bewusstsein und Gleichgewicht zurückzuerlangen.

\*

Die Befreiung, die du empfindest, ist wahrscheinlich grundlegend und endgültig. Man muss aber selbst nach der Befreiung hierin wachsam bleiben, denn oft verlassen dich diese Dinge, bleiben in weiter Ferne und warten, bis sie sich irgendwelche Umstände und Bedingungen zunutze machen können, um ihr Königreich im Sturm zurückzuerobern. Wenn eine volle Läuterung bis hinab in die Tiefen stattgefunden hat, und nichts mehr vorhanden ist, wodurch das Tor geöffnet werden könnte, sind sie hierzu nicht mehr in der Lage. Doch erst lange Zeit nach der Befreiung kann man sagen: „Es ist vorbei, alles ist für immer in Ordnung.“

\*

Was deine innere Haltung anbelangt, so muss sie bleiben wie sie ist: Sich durch solche „Vorkommnisse“ des äußeren Lebens oder durch das Eindringen neuer Elemente weder erregen noch nach außen ziehen zu lassen; hat als Grundsatz zu gelten; wenn sie in dich eintreten, muss es sein als ob Wellen in eine ruhige See gleiten, damit verschmelzen und dabei selbst ruhig und klar werden.

Dein gegenwärtiger Zustand ist ganz so, wie er sein sollte – du musst nur immer auf der Hut sein. Denn wenn du bei guter Verfassung bist, flauen die niederen Bewegungen allmählich ab und werden ruhig, verstecken sich gleichsam – oder sie verlassen die [menschliche] Natur und warten in einiger Entfernung. Wenn sie aber feststellen, dass der Sadhak in seiner Wachsamkeit nachlässt, dann beginnen sie, sich langsam zu erheben oder näherzukommen, meist unbemerkt; und wenn er gänzlich unachtsam ist, schießen sie plötzlich hoch oder versuchen, unvermutet einzudringen. Das dauert so lange, bis die ganze Natur, mental, vital, physisch, bis hinab zum eigentlichen Unterbewussten, erleuchtet, bewusst und voll vom Göttlichen ist. Bis dahin hat man immer in schlafloser Wachsamkeit zu verbleiben.

\*

Die von dir eingenommene Haltung, innerlich die Ruhe zu bewahren, langsam all das zu wandeln, was gewandelt werden muss, und gewisse Dinge auf später zu verschieben – an sich keine falsche Haltung –, machte dich etwas nachlässig und erlaubte gewissen Dingen (Begierden usw.), die du hättest in Schach halten sollen, sich an der Oberfläche herumzutreiben. Diese Haltung hat es wahrscheinlich den alten Bewegungen ermöglicht, sich über jenen Teil hinaus zu erheben, der noch keinesfalls für die Wandlung bereit war; und die feindlichen Kräfte nützten deine Unachtsamkeit aus und trieben den Angriff voran. Sie halten immer nach Gelegenheiten Ausschau, und der Sadhak hat sehr wachsam zu sein, um ihnen diese Gelegenheit nicht zu bieten. Eine andere Möglichkeit ist, dass die [Yoga-] Kraft, die in die allgemeine Atmosphäre herabkommt, einen Druck auf das Bewusstsein der Sadhaks ausübt, damit sie eher bereit, aufmerksamer und in die Bewegungen ihrer gewöhnlichen Natur weniger vertieft sind, als es jetzt der Fall ist; die Kraft trifft auf diesen [Wesens-] Teil, und der Widerstand in ihm, der über lange Zeit hinweg passiv gewesen war, wird unter ihrem Druck plötzlich aktiv.

\*

Alle diese Bewegungen bedeuten ganz einfach, dass ein gewisser Teil deiner Natur, voller gewohnheitsmäßiger emotionaler Bewegungen – der unterdrückt war, auf den aber noch nicht nachhaltig eingewirkt wurde –, sich jetzt mit aller erdenklichen Kraft erhoben hat und aus der Herabkunft des Bewusstseins von der Ebene des Friedens und Anandas Nutzen zieht. Es ist eine altgewohnte Bewegung des egoistischen Vitals, die sich wiederholt. Du hattest sie in das Unbewusste hinabgestoßen und in die Außenbereiche deiner Natur verbannt, konntest aber deine Natur dadurch nicht völlig davon befreien. Es ist nicht überraschend, dass dadurch das innere Selbst und seine Erfahrungen während dieser Zeit zurückgedrängt wurden; wenn das nicht der Fall gewesen wäre, hätte sie [die Bewegung] nicht einen einzigen Augenblick lang anhalten können. Es ist aber kein



Grund, dass du darüber sprichst, als ob es ein Sturz sei, der alle Hoffnung begräbt. Erkenne es als das, was es ist, und versuche, dich von dem Sog zu befreien und ihn abzuschütteln. Beruhige dich und betrachte offen und ehrlich das Geschehene, ohne seine Bedeutung zu übertreiben, dann wird alles schneller vorübergehen.

\*

Tatsächlich sind diese Dinge keine ausreichenden Gründe, um traurig und niedergeschlagen zu sein. Es ist durchaus normal, dass Schwierigkeiten auf diese Weise zurückkehren, und es beweist nicht, dass kein Fortschritt erzielt wurde. Diese Rückkehr (nachdem man geglaubt hatte, es sei überwunden) ist nichts Ungewöhnliches. Ich habe in meinen Schriften dargelegt, was geschieht. Wenn eine gewohnte Bewegung, die in der [menschlichen] Natur lange Zeit verankert war, hinausgestoßen wird, nimmt sie ihre Zuflucht in einem weniger erleuchteten Teil der Natur, und wenn sie aus der restlichen Natur hinausgestoßen wird, flüchtet sie in das Unterbewusste und steigt von dort her auf, wenn du es am allerwenigsten erwartest; oder sie erscheint in Träumen oder plötzlichen unbewussten Bewegungen, oder sie verlässt dich und wartet im Hinterhalt des dich umgebenden Wesens, durch welches die universale Natur wirkt, und greift von dorthier als eine Kraft von außen an, um mit Hilfe einer Suggestion oder der Wiederholung alter Bewegungen ihr Königreich zurückzuerobern. Man hat standhaft zu sein, bis die Kraft zur Rückkehr nachlässt. Diese wiederholte Rückkehr oder diese Angriffe dürfen nicht als Teile von einem selbst betrachtet werden, sondern als Invasionen, die man ohne jede Depression oder Entmutigung zurückweisen muss. Wenn das Mental sie nicht billigt, wenn das Vital es ablehnt, sie willkommen zu heißen, wenn das Physische standhaft bleibt und sich weigert, dem physischen Drängen zu gehorchen, wird die Rückkehr des Gedankens, des vitalen Impulses, des physischen Gefühls ihren letzten Halt verlieren und schließlich zu schwach sein, um irgendeine Störung auszulösen.

\*

Es besteht kein Grund zur Verzweiflung. Wenn man so weit fortgeschritten ist wie du – das heißt so weit, um die Stille zu empfinden und zu bewahren –, wenn man soviel seelische Einsicht und seelisches Gefühl besitzt, hat man kein Recht, an seiner spirituellen Zukunft zu verzweifeln. Du hast noch nicht vermocht, die Einsicht bis zu einer gänzlichen seelischen Wandlung zu führen, weil noch ein großer Teil des äußeren physischen Bewusstseins an den alten Bewegungen Vergnügen empfand und ihre Wurzeln im Unterbewussten daher am Leben blieben. Als du unachtsam warst, erhob sich die ganze Geschichte, und es gab einen vorübergehenden heftigen Sturz. Das aber bedeutet nicht, dass deine Natur nicht wandelbar ist; nur sollte die ruhige innere, bewusste Haltung, die seelische Einsicht und vor allem ein Wille zur Wandlung, stärker und beständiger als zuvor, derart gefestigt sein, dass weder ein Aufwallen noch ein Angriff auch nur teilweise diese [seelische] Einsicht trüben oder den Willen außer Kraft setzen können. Du hattest die Wahrheit erkannt; doch dieser Teil der alten Natur, der sich erhob, wollte dem nicht zustimmen – er wollte sein Spiel und zwang es dir auf. Diesmal musst du auf der vollen Wahrhaftigkeit im ganzen Wesen beharren, das sich weigern

wird, irgend etwas abzulehnen, was durch die seelische Einsicht erkannt wurde, oder irgend etwas zu bejahen oder ihm zuzustimmen, was von ihr missbilligt wird – spirituelle Demut und das Aufgeben der Selbstgerechtigkeit, der Selbstrechtfertigung und des Wunsches, sich anderen aufzudrängen, der Neigung, andere zu beurteilen, usw. Alle diese Mängel sind, wie du weißt, in dir; sie auszurotten mag lange Zeit dauern; wenn aber der Wille, dem inneren Selbst gegenüber in jeder Weise wahrhaft zu sein, stark, ausdauernd und wachsam ist und immer die Kraft der Mutter ruft, kann es rascher geschehen als es jetzt möglich erscheint.

\*

Solange du aus der Lektion, welche die Vergangenheit dich lehrte, nicht gelernt hast, musst du sie wiederholen. Beobachte sorgsam, welche Art von Erinnerungen aufkommt, und du wirst erkennen, dass sie mit gewissen psychologischen Bewegungen in dir verbunden sind, von denen du dich befreien musst. Daher solltest du gewillt sein, all das zu erkennen, was in dir nicht in Ordnung und noch nicht berichtigt ist, und nicht zulassen, dass Eitelkeit oder Selbstgerechtigkeit deine Erkenntnis trübt.

## **X.**

Unsere Hilfe ist da. Sie kann ungeachtet deines physischen Mentals zur Auswirkung kommen – wenn aber dein immer reger Wille ihr als Instrument dient, wird sie noch wirksamer sein. Es gibt stets zwei Elemente für den spirituellen Erfolg – der eigene stetige Wille und das eigene Bemühen sowie die Göttliche Macht, welche auf die eine oder andere Weise hilft und das Ergebnis des Bemühens herbeiführt.

\*

In dir bestand die Neigung, [zu höheren Ebenen] aufzusteigen und es dem höheren Bewusstsein zu überlassen, sich mit der niederen Natur zu befassen, ohne deine persönliche Bemühung. Das hätte unter zwei Voraussetzungen funktionieren können: 1. dass der Friede und die Kraft herabkommen und bis hinab zum Physischen alles in Beschlag nehmen; 2. dass du dein inneres Wesen durch die äußere Natur verhüllen lässt. Dem Physischen gelang es nicht, den Frieden aufzunehmen, statt dessen breitete sich die Trägheit aus; die Kraft konnte nicht herabkommen; die Suggestionen der äußeren Natur erwiesen sich als zu stark für dich, und an diesem Punkt, zwischen diesen Suggestionen und der Trägheit, wurde die Sadhana unterbrochen.

\*

Ich habe nicht gesagt, dass du einen Fehler begangen hättest. Ich habe ganz einfach festgestellt, was geschah und warum es geschah. Wenn du fähig gewesen wärest, oben zu bleiben und die Kraft herabkommen und wirken zu lassen, solange du von der äußeren

Natur losgelöst warst, wäre es in Ordnung gewesen. Weil der Friede herabkam, warst du fähig aufzusteigen; weil der Friede das Physische nicht hinlänglich erfassen konnte und die Kraft nicht zur Genüge herabkam, konntest du nicht oben bleiben. Mittlerweile erhob sich die Trägheit; du hast zugelassen, mehr und mehr durch die vitalen Suggestionen in der äußeren Natur und den Andrang der Trägheit gestört zu werden, und warst daher unfähig, losgelöst zu bleiben und die [Yoga-] Kraft immer mehr herabkommen zu lassen oder herabzurufen. Daher der Abfall in das physische Bewusstsein. In all dem, was ich sage, ist kein Tadel enthalten oder die Anschuldigung, dass du einen Fehler begangen oder gegen den Willen der Mutter gehandelt hättest. Diese Vorstellungen, Fehler zu begehen oder ihren Willen nicht zu erfüllen, sind deine eigenen und nicht die meinen.

\*

Wenn das Mental und das Vital das Physische in Beschlag nehmen und es zu ihrem Instrument machen, kommt keine Trägheit auf. In diesem Fall aber ist das physische Bewusstsein bekämpft worden. Wenn es den Frieden des Selbstes in sich hätte aufnehmen können, ohne ihn mit Trägheit zu überdecken, wäre es in Ordnung gewesen. Aber es kam irgendwie das Vital mit seiner Forderung und Unzufriedenheit dazwischen, wodurch diese Behinderung sowie die Unfähigkeit entstand, sich weiterzuentwickeln. Das geschieht in der Sadhana oft, und man muss die Kraft haben, es entweder auf dynamische Weise zurückzuweisen oder aber losgelöst zu bleiben, bis es sich selbst erschöpft hat. Dann kann die wahre Bewegung von neuem beginnen.

\*

Du erwartest immer, dass die Mutter es tut, und deshalb kommen Faulheit und Trägheit auf, der Geist der tamasischen Hingabe. Selbst wenn dich die Mutter wieder in einen guten Zustand versetzte, würde dich dein Vital erneut herunterziehen. Wie soll das aufhören, solange du zum Vital „ja“ sagst und seine Entmutigung und Heftigkeit und alles übrige als dein eigen akzeptierst? Loslösung ist unbedingt erforderlich.

\*

Ich möchte zwei [wesentliche] Dinge hervorheben, weshalb ich so viel schon darüber geschrieben habe:

1. Die Hingabe gegenüber der Mutter darf nicht tamasisch (träge, passiv) sein, denn die Reaktion darauf wäre eine passive, träge Hilflosigkeit gegenüber den niedrigen oder feindlichen Kräften oder Suggestionen, eine widerstandslose oder hilflos widerstrebende Einwilligung zu diesen Angriffen oder ihre Duldung. Ein passiver Zustand kann viel Frieden, Ruhe, sogar Freude bringen, aber er zerstreut das Wesen, statt es in der Weite zu konzentrieren, und der Wille verkümmert. Die Hingabe muss leuchtend sein, aktiv, eine gewollte Darbringung an die Mutter, das Empfangen ihrer Kraft sowie die Unterstützung ihres Wirkens und zur gleichen Zeit ein starker, wachsamer Wille, der alles zurückweist, was nicht von ihr stammt. Zu viele Sadhaks

rufen angesichts der Attacke ihrer niederen Natur: „Ich bin hilflos, ich komme nicht dagegen an, es kommt und macht mit mir, was es will“. Das ist falsche Passivität.

2. Man darf sich nicht an einen Zustand gewöhnen, in welchem man immer mit Suggestionen und Kräften ringt. Die Menschen verfallen dem sehr leicht und machen es sich zur Gewohnheit – der vitale Teil findet eine Art glühender Befriedigung darin auszurufen: „Ich werde angegriffen, überwältigt, ich leide und bin elend! Wie tragisch ist mein Schicksal! Warum hilfst du nicht, oh Gott? Gibt es keine Hilfe, keine Göttliche Gnade? Ich bin meinem Elend und Niedergang ausgeliefert“, usw. usw. Ich will nicht, dass noch ein weiterer Sadhak in diesen Zustand verfällt – aus diesem Grund rufe ich „Halt!“, bevor du in diese Gewohnheit eines ständigen Kampfes verfällst. Das ist es, was diese Kräfte wollen – dass du dich hilflos fühlst, geschlagen, überwunden. Du darfst es nicht zulassen.

\*

All das ist das physische Mental, das sich der Mühe und dem notwendigen Kampf um die spirituelle Vollendung nicht unterziehen will. Es will das Höchste erreichen, will aber auf dem ganzen Weg einen glatten Verlauf – „Wer zum Teufel wird sich so viel Mühe machen, um das Göttliche zu erreichen?“, das ist das zugrundeliegende Gefühl. Durch die Schwierigkeit mit den Gedanken muss jeder Yogi hindurch, und ebenso kennt er die Tatsache eines geringen Erfolges nach Tagen der Bemühung. Erst dann, wenn man das Feld gejätet und gepflügt, wenn man gesät und darüber gewacht hat, kann man auf große Ernten hoffen.

Man muss entweder die Bemühung einsetzen, und dann muss man geduldig und ausdauernd sein, oder man kann sich auf das Göttliche verlassen durch einen ständigen Ruf und ein ständiges Streben. Dieses Vertrauen [auf das Göttliche] hat dann aber wahrhaft zu sein und darf nicht auf einem sofortigen Ergebnis beharren.

\*

Die [Göttliche] Macht vermag alles, kann alles wandeln und wird es tun, aber nur dann vollständig und leicht und dauerhaft, wenn dein eigener Wille, mental, vital und physisch auf der Seite der Wahrheit steht. Wenn du dich auf die Seite der vitalen Unwissenheit stellst und gegen deine eigene spirituelle Wandlung kämpfst, bedeutet das ein leidvolles und schwieriges Ringen, bevor die Arbeit getan ist. Daher bestehe ich zuallermindestens auf Ruhe und dem damit einhergehenden geduldigen Vertrauen, so gut es dir möglich ist, damit du einen ruhigen und stetigen Fortschritt erzielst, statt dich in einer leid- und qualvollen Bewegung voller Rückschläge und Kampfe zu verlieren.

\*

Auch die [Yoga-] Kraft bringt kein endgültiges und anhaltendes Ergebnis hervor, wenn im Sadhak nicht der Wille und die Entschlossenheit bestehen, es zu erreichen.

\*

Du hattest geschrieben: „Ich brauche mich nicht darum zu kümmern – wenn der Friede erforderlich ist, kommt er von selbst“. Sicher, das Hauptgewicht sollte auf der [Yoga-] Kraft liegen, doch ist die aktive Zustimmung des Sadhaks notwendig; in bestimmten Dingen kann sein Wille auch als Instrument der Kraft benötigt werden.

\*

Das höhere Wirken schließt den Einsatz des Willens nicht aus – der Wille ist ein Element des höheren Wirkens.

\*

So können diese Dinge nicht getan werden. Wenn die Umwandlung durchgreifend sein soll, muss die Schwierigkeit vonseiten aller [Wesens-] Teile zurückgewiesen werden. Die [Yoga-] Kraft kann nur unterstützen oder sie dazu befähigen, es zu tun, doch kann sie diesen erforderlichen Prozess nicht durch ein Schnellverfahren ersetzen. Dein Mental und dein inneres Wesen müssen ihren Willen dem Ganzen auferlegen.

\*

Der mentale Wille ist notwendig, solange nicht ein fortwährendes Wirken der [Yoga-] Kraft oder aber des tieferen Willens von innen besteht.

\*

Die [Yoga-] Kraft kann den Willen hervorbringen und benützen.

\*

Im Mental besteht nicht nur die Fähigkeit des Denkens, sondern auch ein Wille.

\*

Bewusst zu sein ist der erste Schritt [in dem Bemühen], zu überwinden – hierzu aber ist Stärke erforderlich sowie Losgelöstsein und der Wille zur Überwindung.

\*

Die Energie, welche das Handeln diktiert oder das falsche Handeln verhindert, ist der Wille.

\*

Ohne den Willen gibt es keine Ausdauer oder Beharrlichkeit.

\*

Der Wille kann von sich aus tätig sein – er ist seiner Natur nach eine Kraft oder Energie.

\*

So etwas wie einen trägen, passiven Willen gibt es nicht. Der Wille ist seiner Natur nach dynamisch. Selbst wenn er nicht kämpft und sich müht, ist bereits sein Vorhandensein dynamisch, und er wirkt auf den Widerstand dynamisch ein. Das, was *du* meinst, ist ein passiver Wunsch – ich wünschte, dass es so wäre, ich möchte, dass es so ist. Das ist nicht Wille.

\*

Dann ist es nicht die richtige Art von Willenskraft; wahrscheinlich gebrauchen sie eine Art kämpfender oder angestrenzter Willenskraft, statt des ruhigen und dennoch starken Willens, der das höhere Bewusstsein und die [Yoga-] Kraft herabrufte.

\*

Friede ist nicht eine erforderliche Voraussetzung für das Wirken des Willens. Wenn das Wesen unruhig ist, ist es oft die Aufgabe des Willens, die Ruhe aufzuerlegen.

\*

Wille ist Wille, ob er ruhig oder rastlos ist, ob er in einer yogischen oder unyogischen Weise wirkt, für ein yogisches oder nicht-yogisches Ziel. Glaubst du etwa, dass Napoleon oder Caesar keinen Willen gehabt hätten oder dass sie Yogis gewesen wären? Du hast seltsame Ideen. Genauso gut könntest du sagen, dass Gedächtnis nur dann Gedächtnis sei, wenn es sich des Göttlichen erinnere, und dass es kein Gedächtnis sei, wenn es sich anderer Dinge erinnere.

\*

Es gibt keinen Prozess. Der Wille ist selbsttätig, sofern Mental und Vital ihm zustimmen, wie im Fall eines Begehrens. Wenn das Begehren nicht befriedigt wird, fährt er damit fort zu hämmern, versucht oder besteht darauf, die Sache zu bekommen, wiederholt die Forderung, gebraucht diese oder jene Person, dieses oder jenes Mittel, veranlasst das Mental, ihn mit Gründen zu unterstützen, stellt sie [die Sache] als Erfordernis dar, das befriedigt werden muss, usw. usw., bis das Begehren schließlich befriedigt wird. All das beweist, dass ein Wille wirkt. Wenn du den Willen für die Sadhana einzusetzen hast, hat er nicht die gleiche Beharrlichkeit; das Mental erfindet Gründe, wenn es mit der Bemühung nicht weiterkommt, und sie wird aufgegeben, sobald die Schwierigkeit zunimmt; es gibt keine Stetigkeit, kein Festhalten des Willens am Ziel.

\*

Im Laufe seiner Entwicklung wird er [der Wille] fähig, mit dem Willen der Mutter zu verschmelzen. Ein Wille, der nicht stark ist, ist ein großes Hindernis für die Sadhana.

\*

Wenn der Wille stetig eingesetzt wird, lernt das übrige Wesen, wenn auch noch so langsam, dem Willen zu gehorchen, und schließlich entwickelt sich eine Übereinstimmung des Handelns mit dem Willen, und nicht mit den vitalen Impulsen und Begierden. Was das übrige anbelangt (die Gefühle und Begierden usw. selbst), so beginnen sie, nach einem gewissen Kampf ihre Kraft zu verlieren und dahinzuschwinden, wenn man ihnen weder im Handeln noch in der Phantasie freien Lauf lässt und der Wille sie nicht mehr stützt – wenn man sie, sobald sie sich einstellen, lediglich betrachtet und zurückweist.

\*

Es ist vermutlich deshalb, weil du nicht daran gewöhnt warst, deinen Willen einzusetzen, um die anderen Teile deiner Natur zu zwingen. Jetzt weigern sie sich, einer Kontrolle zu gehorchen, an die sie nicht gewöhnt sind und die auch keinen gewohnheitsmäßigen Einfluss auf sie hat.

Der Wille ist ein Teil des Bewusstseins und sollte in den Menschen das Hauptelement sein, welches die Tätigkeiten der Natur kontrolliert.

\*

Das [der Mangel an Wille] ist eine Suggestion, die dir durch die physische Trägheit eingeprägt wurde. Sie hat deinen Willen überlagert und dich überzeugt, dass du keinen Willen mehr hast und auch keine Möglichkeit für irgendeinen Willen mehr besteht.

\*

Du kannst nicht erwarten, dass eine beharrliche Trägheit wie diese in drei Tagen verschwindet, weil du eine Art anfängliche Bemühung gemacht hast, ihr zu widerstehen.

\*

(Die Quelle der Unfähigkeit, sich gegenüber widersetzlichen Kräften zur Wehr zu setzen.) Es ist die Lässigkeit des Willens, der sich über längere Zeit hinweg nicht anstrengen will. Du gleichst jemandem, der sein Bein für eine Sekunde in Bewegung gesetzt hat und sich dann wundert, warum er nicht bereits hundert Meilen weiter und damit am Ziel sei, nachdem er eine derart gigantische Anstrengung gemacht hat.

\*

Es bedeutet ganz einfach, dass dein Wille schwach und kein echter Wille ist. Ein zweifelhafter Wille! Du kannst ihn vielleicht mit einem Auto vergleichen, das nicht anspringen will und das man anschieben muss.

\*

Wenn du fühlst, dass ein guter Zustand vorherrscht, dass Friede und Kraft wirken, ist es besser, diese Kraft wirken zu lassen und sich selbst still und ruhig zu verhalten und nicht zu versuchen, über das Mental die Dinge zu tun.

Wenn Wirrnis oder ein falscher Zustand besteht, musst du die Ruhe herabrufen, musst versuchen, zur wahren Haltung zurückzukehren und nicht auf falsche Gedanken zu hören, sondern sie zurückzuweisen. Auch wenn du das nicht unmittelbar tun kannst, bleibe dennoch so ruhig wie möglich, strebe und bringe dich [der Mutter] dar. Die Göttliche Kraft kann immer mehr tun, als es die persönliche Bemühung vermag; das einzige also, was zu tun bleibt, ist, ruhig zu werden und sie herab- oder in den Vordergrund zurückzurufen – denn sie ist immer hinter oder über dir.

\*

X ist immer so gewesen. Es ist die Tätigkeit seines Mentals, das sehr rastlos ist; manchmal ist seine Seele offen, und alles ist in Ordnung; dann wiederum mischt sich das Mental ein, und er ist verwirrt und elend. Von hier fortzugehen, würde ihn nicht heilen; „über die Dinge nachzudenken“ würde ihn nur noch verwirrter machen und verlorenere sein lassen. Er ist ein Mensch, der allein durch ein vollständiges und dauerndes seelisches Sich-Öffnen von all dem errettet werden kann – über das Herz und nicht über das Mental.

\*



Welcher Widerstand auch immer im äußeren Wesen ist, er wird aufhören; nur dauert es einige Zeit. Diese Gewissheit zu haben, ist immer das Beste, und gleichzeitig Ruhe und Standhaftigkeit im Mental zu bewahren, selbst wenn man nicht wirksam gegen die Schwierigkeit angehen kann. Denn durch den ruhigen passiven Widerstand wird es schneller vorübergehen, auch wenn man beunruhigt und besorgt ist.

Selbst wenn man die Kraft der Mutter nicht aktiv rufen kann, muss man das Vertrauen bewahren, dass sie kommen wird.

\*

Die Art und Weise, wie die Schmerzen aufhören, zeigt dir, wie du mit deiner ganzen Natur umzugehen hast – denn es ist das Gleiche sowohl mit den mentalen und vitalen als auch mit den physischen Ursachen von Unbehagen und Unruhe. Man hat innerlich ruhig zu bleiben, den Glauben zu bewahren und sich an die Erfahrung zu halten, dass der einzig mögliche Weg der ist, ruhig und offen zu sein und die [Yoga-] Kraft wirken zu lassen. Natürlich ist dein volles Offensein noch nicht möglich, doch sie [die Kraft] zu fühlen, sich zu öffnen, sie wirken zu lassen, ihr Ergebnis zu beobachten, das ist das Erste. Es ist der Beginn des Bewusstwerdens und der Weg zum vollständigen Bewusstsein.

\*

Halte dich immer an unsere Hilfe – wenn du sie nicht fühlen kannst, rufe nach ihr und bleibe ruhig, bis du sie wiederum fühlst. Es ist nur diese von dir erwähnte Trübung, die zwischen dich und das Gefühl ihrer Gegenwart tritt – denn sie ist immer da.

\*

Wenn du sonst nichts tun kannst, musst du zumindest losgelöst bleiben; es gibt stets einen Teil des Wesens, der losgelöst bleiben kann und beharrlich die Kraft von oben herabrufft.

\*

Um welche Schwierigkeit es sich auch immer handelt, sie kann durch die Wahrheit im Herzen, die Aufrichtigkeit, den Glauben an das Unterfangen tatsächlich leicht gemacht werden – selbst das, was unmöglich ist, kann möglich werden. Oft ist es auch so, dass nach einem bestimmten Maß an Übung und ehrlichem Bemühen etwas von ihnen eingreift und das, was hätte lange dauern können, in entscheidender Weise und schnell getan ist.

Your prayer will surely be answered, for it is to that you are moving.

\*

Die Hilfe wird auf die erforderliche oder mögliche Weise gewährt. Sie ist nicht auf die Kraft, das Licht, das Wissen beschränkt. Wenn man mit Kraft natürlich irgendetwas oder alles meint, dann stimmt die Behauptung.

\*

Wenn das Bewusstsein auf der Seite des Wissens entwickelt ist, wird es dich nur warnen; wenn es auf der Seite des Willens oder der Macht entwickelt ist, wird es dir helfen, etwas durchzuführen.

\*

Das Bedürfnis, nach der Hilfe zu rufen, wird immer geringer, je höher man aufsteigt oder, besser gesagt, je erfüllter man wird, so dass es mehr und mehr durch das selbsttätige Wirken der [Yoga-] Kraft ersetzt wird.

\*

Es gibt keinen Grund, warum du ganz aufhören solltest, Briefe zu schreiben – es geht nur um eine *bestimmte Art* von Briefen, denn sie sind kein sehr guter Weg, sich auszutauschen; du selbst hast empfunden, dass die Reaktion nicht vorteilhaft war. Ich forderte dich zum Schreiben auf, weil dein Bedürfnis, dich der gefährlichen Sache in dir zu entledigen, zu jener Zeit sehr groß war, und wenn es dir auch keine unmittelbare Erleichterung verschaffte, so war ich doch über den Verlauf des Kampfes genau informiert, und es half mir, in einem kritischen Augenblick auf die angreifenden Kräfte einen gewissen Druck auszuüben. Ich glaube aber nicht, dass irgend etwas Derartiges jetzt noch notwendig ist. Es erscheint vielmehr erforderlich, den Ursprung dieser Bewegungen in dir einzudämmen; sie in Worte zu kleiden würde ihnen, wie ich bereits sagte, mehr Gewicht und Substanz verleihen.

Es ist eine unbestrittene Tatsache, in Hunderten von Fällen bewiesen, dass es für viele das beste und oft, wenn auch nicht immer, ein unmittelbares, sofort wirkendes Mittel der Erleichterung ist, wenn sie uns ihre Schwierigkeiten genau schildern. Das wurde immer wieder von Sadhaks festgestellt, nicht nur hier, sondern auch von solchen, die weit entfernt von hier leben, und es bezog sich nicht nur auf ihre inneren Schwierigkeiten, sondern auch ihre Krankheiten und den Druck ungünstiger Umstände. Doch ist hierfür eine bestimmte Haltung erforderlich – entweder ein starker Glaube im Mental und Vital oder das Annehmen und Erwidern im inneren Wesen. Wo dies zur Gewohnheit wurde, ist es, wie ich festgestellt habe, beinahe ausnahmslos wirksam, selbst wenn der Glaube unsicher oder der äußere Ausdruck im Mental unklar, unkundig oder in seiner Form fehlerhaft oder ungenau war. Zudem hat diese Methode meist dann Erfolg, wenn der Schreibende wie ein Betrachter seiner eigenen Bewegungen schreiben kann und sie mit sorgfältiger und möglichst unbefangener Präzision zu schildern vermag als ein Phänomen seiner Natur oder die Bewegung einer Kraft, die auf ihn einwirkt und von der er befreit sein will. Wenn dagegen während des Schreibens sein Vital von dem

Gegenstand, den er schildert, erfasst wird und für ihn die Feder ergreift – und dabei Zweifel, Aufruhr, Depression und Verzweiflung zum Ausdruck bringt und häufig unterstützt –, sieht die Sache ganz anders aus. Doch wirkt selbst hier die Tatsache des Sich-Aussprechens entschlackend; es ist aber auch möglich, dass durch die Beschreibung des eigenen Zustandes der Attacke Kraft verliehen wird, zumindest momentan, und dass sie verstärkt und verlängert erscheint, sich aber schließlich durch ihre eigene Heftigkeit erschöpft und auf diese Weise eine Erleichterung herbeigeführt wird – doch um den hohen Preis von Umbruch und Aufruhr und unter der Gefahr einer zurückkehrenden unendlichen Bewegung; denn die Befreiung hat [nur] durch eine zeitweilige Erschöpfung der angreifenden Kraft stattgefunden und nicht mit Hilfe von Zurückweisung und Läuterung durch das Eingreifen der Göttlichen Kraft und die bedingungslose Zustimmung und Unterstützung des Sadhaks. Es war ein verworrener Kampf, eine tumultartige Intervention, kein klares Ausrichten von Kräften, und in der Wirnis und dem Wirbel wird das Eingreifen der helfenden Kraft nicht gefühlt. Das ist es, was sich in deinen Krisen zu ereignen pflegte; das Vital in dir war stark in Mitleidenschaft gezogen und begann die Argumentationen der attackierenden Kraft zu unterstützen und ihnen Ausdruck zu verleihen; und statt die Schwierigkeit klar zu beobachten und ihr durch das wachsame Mental Ausdruck zu verleihen, um den Sachverhalt aufzudecken, damit das Höhere Licht und die Höhere Kraft darauf einwirken können, erfolgte eine leidenschaftliche Darlegung des Falles für die Opposition. Viele Sadhaks (sogar „fortgeschrittene“) haben sich diese Art und Weise, ihre Schwierigkeiten zum Ausdruck zu bringen, zur Gewohnheit gemacht, und manche haben sie bis jetzt beibehalten; sie haben nicht verstanden, dass dies nicht der richtige Weg ist. Es gab eine Zeit im Ashram, in der es eine Art Evangelium war, dass die Sache so zu geschehen habe – ich weiß nicht weshalb, denn es war niemals in meiner Yoga-Lehre enthalten; die Erfahrung jedoch hat gezeigt, dass es nicht wirksam ist; es führt zu einer endlosen Aufzeichnung [von Schwierigkeiten], zu einem unaufhörlichen Kreis des Kämpfens. Es hat gar nichts zu tun mit der Bewegung des Sich-Öffnens, die erfolgreich ist (wenn auch nicht unbedingt in einem einzigen Augenblick, aber dennoch fühlbar und fortschreitend) und welche diejenigen im Auge haben, die darauf beharren, dass alles dem Guru gegenüber offen sein muss, damit die Hilfe wirksamer sei.

Es ist unvermeidlich, dass Zweifel und Schwierigkeiten auftreten würden in einem so schwierigen Unterfangen wie der Umwandlung der normalen Natur des Menschen in seine spirituelle Natur, der Ersetzung seines Systems von veräußerlichten Werten und oberflächlichen Erfahrungen durch tiefere, innere Werte und Erfahrungen. Zweifel und Schwierigkeiten können aber nicht überwunden werden, indem man ihnen volle Kraft verleiht; es muss viel eher in der Weise geschehen, dass man lernt, sich von ihnen loszulösen, statt fortreißen zu lassen; dann hat die noch leise Stimme aus dem Inneren eine Chance, gehört zu werden und die lauten und fordernden Stimmen und Bewegungen von außen zu übertönen. Dem Licht von innen musst du Platz machen; das Licht des äußeren Mentals reicht nicht aus für die Entdeckung der inneren Werte, oder um die Wahrheit spiritueller Erfahrung beurteilen zu können.

\*

Man sollte vom Göttlichen Schutz nicht zu viel erwarten, denn so wie wir geartet sind und die Welt geschaffen ist, hat der Göttliche Schutz innerhalb von Grenzen zu wirken. Natürlich finden Wunder statt, aber wir können keinen Anspruch darauf erheben.

\*

Die Haltung, die du eingenommen hast, ist die richtige. Dieses Gefühl und diese Haltung helfen dir, die Attacken, denen du manchmal ausgesetzt bist und die dich aus dem rechten Bewusstsein bringen, rasch zu überwinden. Wie du richtig sagst, werden Schwierigkeiten, die man auf diese Weise angeht, zu Gelegenheiten [voranzukommen]; wenn man der Schwierigkeit in der rechten Haltung begegnet und sie überwindet, erkennt man, dass ein Hindernis gewichen ist und ein Schritt nach vorne getan wurde. Zweifel und Widerstand in einem Teil des Wesens verstärken die Mühe und die Schwierigkeiten – das ist der Grund, weshalb in den alten indischen Yoga-Systemen ein bedingungsloses Annehmen der Anweisungen des Gurus als unerlässlich festgelegt war – nicht wegen des Gurus, sondern wegen des *sisyas* [Schülers].

\*

Diese Art von akutem Kampf hat ein Sadhak sehr häufig auf sich zu nehmen, wenn er einen vollen und entscheidenden Fortschritt erzielen will, statt der langsamen Eliminierung [der Schwierigkeiten], welche der allgemeine Prozess der Natur ist; dem starken Drang nach oben widersetzt sich ein heftiger Sog von unten. Wenn man aber ausharrt und überwindet, würde durch den Kampf viel gewonnen und in jenem Teil des Wesens, der Widerstand leistet, ein entscheidender Fortschritt erzielt werden. Halte daher durch und gräme dich nicht über ein gelegentliches Schwanken oder Straucheln, was in einem derart zähen Gefecht leicht vorkommen kann. Der Sadhak sollte es sich stets zur Regel machen, bei solchen Dingen nicht zu verweilen, sondern sich aufzuraffen und entschlossen weiterzugehen.

Unsere Hilfe, unsere Kraft, unser Segen werden immer mit dir sein und jeden deiner Schritte bis zum endgültigen Sieg unterstützen.

\*

Die Gnade und der Schutz sind immer mit dir. Wenn du in irgendeiner inneren oder äußeren Schwierigkeit oder Bedrängnis bist, dann lass nicht zu, dass sie dich niederdrückt; suche Zuflucht in der schützenden Göttlichen Kraft.

Wenn du das stets voller Glauben und Wahrhaftigkeit tust, wirst du sehen, dass etwas sich in dir öffnet, das immer ruhig und friedvoll bleibt, trotz aller Störungen an der Oberfläche.

\*

Ja, das stimmt. Jeder Sieg, den du über dich selbst erringst, bedeutet neue Kraft für neue Siege.

\*

Es stimmt tatsächlich, dass, wenn man eine Schwierigkeit bewältigt oder einen Fortschritt erzielt hat, in der Atmosphäre eine gute Schwingung geschaffen wird. Und nach jedem Mal, wenn man sich zu öffnen vermag, kann es dauerhafter werden.

\*

Ein großer Fortschritt sollte dich nur zu einem noch größeren Fortschritt anspornen, neben dem ersterer wie ein Nichts erscheint.

\*

Man sollte seinen Blick immer der Zukunft zuwenden – zurückzublicken ist selten förderlich, da es dich einem früheren Bewusstsein öffnet.

\*

Nimm den Frieden und die Ruhe und die Freude an und bewahre sie, indem du immer an das Göttliche denkst.

Wenn sich Gedanken über die Vergangenheit und Zukunft lediglich als Erinnerungen und Phantasien einstellen, sind sie nutzlos, und du solltest dein Mental in Ruhe von ihnen abwenden und dem Göttlichen und dem Yoga zukehren. Wenn sie irgendwie zweckdienlich sind, dann verweise sie auf das Göttliche, halte sie in das Licht der Wahrheit, damit du ihre Wahrheit erkennst oder für die Zukunft die rechte Entscheidung oder Anordnung triffst, falls dies nötig ist.

Die Tränen, die du erwähnst, schaden nicht; sie kommen aus der Seele, dem seelischen Wesen und sind eine Hilfe und kein Hindernis.

\*

Man kann nicht zur Vergangenheit zurückkehren, man muss immer der Zukunft entgegengehen.

\*

Man sollte seinen Blick besser auf die Zukunft richten und nicht der Vergangenheit zuwenden.

\*

Das Vergangene braucht nicht bewahrt zu werden – man muss auf die künftige Verwirklichung zugehen. Alles Vergangene, das für die Zukunft erforderlich ist, wird aufgenommen werden und eine neue Form erhalten.

## 6. Der Widerstand der Feindlichen Kräfte

**E**s ist eine allen Yogis und Okkultisten in Europa und Afrika sowie in Indien seit undenklichen Zeiten bekannte Tatsache, dass, wo immer Yoga ausgeübt oder ein Yagna (**yajna** = Opfer) dargebracht wird, sich die feindlichen Kräfte sammeln, um es unter allen Umständen zu unterbinden. Es ist bekannt, dass es eine niedrigere Natur und eine höhere, spirituelle Natur gibt, es ist bekannt, dass beide nach verschiedenen Richtungen ziehen und dass zuerst die niedrigere und dann die höhere stärker ist. Es ist bekannt, dass sich die feindlichen Kräfte die Bewegungen der niedrigeren Natur zunutze machen und durch sie die **siddhi** zu zerstören oder zu verzögern suchen. Es steht schon in den Upanishaden geschrieben („Es ist schwer, dem Pfad zu folgen, der scharf ist wie des Messers Schneide“), und später sagte Christus, „schwer ist der Weg und schmal das Tor, durch welches man das Königreich des Himmels betritt“ und wiederum, „viele werden gerufen, doch wenige sind auserwählt“ – wegen dieser Schwierigkeiten. Doch ist es ebenso seit altersher bekannt, dass jene, die im Herzen aufrichtig und ehrlich sind und so bleiben, sowie jene, die trotz aller Schwierigkeiten, Fehltritte oder Stürze auf ‚das Göttliche bauen, [am Ziel] anlangen werden.

\*

Die üblichen menschlichen Unvollkommenheiten sind die eine Sache – sie sind auf das Wirken der niedrigeren Natur in der Unwissenheit zurückzuführen. Das Wirken der feindlichen Kräfte hingegen ist ein besonderes Eingreifen, das heftige innere Konflikte schafft, ungewöhnliche Depressionen, Gedanken und Impulse von einer Art, die man leicht als Suggestionen erkennen kann, wie zum Beispiel, den Ashram zu verlassen, den Yoga aufzugeben, gegen das Göttliche aufzubegehren, Eingebungen von scheinbar unabwendbaren Verhängnissen und Katastrophen, irrationale Impulse und so weiter. Es ist eine ganz andere Kategorie, die nichts mit den üblichen menschlichen Schwächen zu tun hat.

\*

Der normale Widerstand der niederen Natur im menschlichen Wesen und das Wirken der Feindlichen Kräfte sind zwei grundverschiedene Dinge. Ersteres ist etwas Naturbedingtes, jeder [Sadhak] ist dem unterworfen; letzteres ist ein Übergriff aus der nicht-menschlichen Welt. Dieser Übergriff kann zwei Formen annehmen. 1. Sie [die feindlichen Kräfte] benutzen die Kräfte der niederen Natur, üben einen Druck auf sie aus und veranlassen sie, Widerstand zu leisten, während sie sich sonst ruhig verhalten hätten, oder lassen den Widerstand heftig werden, wo er andernfalls leicht und unbedeutend

gewesen wäre, oder steigern seine Heftigkeit noch, wenn er bereits heftig ist. Außerdem kann man, wenn die Feindlichen Kräfte auf diese Kräfte [der Natur] einwirken, eine böswillige Schläue, ein bewusstes Planen und bewusstes Kombinieren erkennen, was im normalen Widerstand der Kräfte nicht besteht. 2. Manchmal fallen sie [die feindlichen Kräfte] mit ihren eigenen Kräften ein. Wenn das geschieht, tritt oft eine zeitweilige Besessenheit auf oder es findet zumindest eine unwiderstehliche Beeinflussung statt, die die Gedanken, Gefühle und Taten des betreffenden Menschen abnorm werden lässt – eine schwarze Umwölkung des Gehirns, ein Wirbel im Vital, die auf eine Weise wirken, als hätte der Betreffende die Macht über sich verloren und würde von einer zwingenden Kraft getrieben. Andererseits kann statt der Besessenheit auch nur eine starke Einwirkung bestehen; dann sind die Symptome weniger deutlich, doch kann jeder, der mit der Eigenart dieser Kräfte vertraut ist, leicht erkennen, was geschieht. Und schließlich kann es sich auch nur um eine Attacke handeln und nicht um Besessenheit oder eine Einwirkung; die Person kann dann ihr Getrenntsein bewahren und wird nicht fortgerissen; sie widersteht.

Es gibt Menschen, die niemals von feindlichen Kräften berührt werden.

\*

In der gewöhnlichen menschlichen Natur besteht im stofflichen Bewusstsein eine naturbedingte Bewegung, die loszuwerden viel Zeit beansprucht. Wir bezeichnen sie zwar als Kräfte der niederen Natur, dürfen sie aber nicht als feindliche, sondern nur als gewöhnliche [Kräfte] ansehen. Sie müssen gewandelt werden, was meist [viel] Zeit in Anspruch nimmt, aber in Ruhe getan werden kann. Man sollte mehr mit der positiven Seite der Sadhana beschäftigt sein als mit ihnen. Wenn man ständig an sie als etwas Feindliches denkt, sich durch ihr Auftreten beunruhigen lässt, sie als feindliche Besessenheit betrachtet, ist das nicht gut.

Wirklich feindliche Dinge gibt es nur wenige, und sie müssen von den gewöhnlichen Bewegungen der [menschlichen] Natur unterschieden werden. Erstere müssen zurückgewiesen, auf letztere muss ruhig eingewirkt werden, ohne dass man sich durch ihr Auftreten stören oder entmutigen lässt.

\*

Die Mängel der Natur sind Nichtigkeiten; man kann sich mit ihnen nach und nach auseinandersetzen. Es sind die äußeren Attacken, diese Suggestionen und das Einschleusen falscher Kräfte, denen gegenüber sich der Sadhak ganz verschließen muss.

\*

Die niedere Natur an sich ist nicht feindlich, sondern unwissend und ungöttlich. Die feindlichen Kräfte hingegen sind antigöttlich, nicht nur ungöttlich; sie machen sich die niedere Natur zunutze, verderben sie, erfüllen sie mit irregeleiteten Bewegungen,



beeinflussen hierdurch die Menschen und versuchen sogar, in sie einzudringen und von ihnen Besitz zu ergreifen oder zumindest sie völlig zu beherrschen.

Befreie dich von jeder übertriebenen Herabwürdigung deiner selbst sowie von der Gewohnheit, dich durch das Gefühl von Sünde, Schwierigkeit oder Fehlschlag entmutigen zu lassen. Diese Gefühle helfen in Wirklichkeit nicht; im Gegenteil, sie sind ein riesiges Hindernis und hemmen den Fortschritt. Sie gehören der religiösen, nicht der yogischen Denkweise an. Der Yogi sollte alle Fehler der Natur als Bewegungen der niederen Prakriti betrachten, die allen gemeinsam sind, und sie in vollem Vertrauen auf die Göttliche Macht ruhig, entschlossen und beharrlich zurückweisen – ohne Schwäche, Niedergeschlagenheit oder Nachlässigkeit und ohne Aufregung, Ungeduld oder Heftigkeit.

\*

Es [das vitale Ego] ist ein Teil der gewöhnlichen menschlichen Natur, mit dem jeder behaftet ist. Er muss geläutert und umgewandelt und das Ego durch das wahre vitale Wesen ersetzt werden, dessen entstellter Schatten es ist. Die Kräfte der niederen Natur sind oft rebellisch und widersetzen sich der Umwandlung, weil sie mit den ihnen gewohnten Bewegungen der Unwissenheit, des Begehrens, der Eitelkeit, des Stolzes, der Lust, des Eigenwillens usw. verbunden sind – ihrer Natur nach aber sind sie nicht feindlich. Die feindlichen Kräfte sind jene, deren eigentlicher *raison d'être* [Daseinsgrund] der Aufruhr gegen das Göttliche, gegen das Licht und die Wahrheit ist sowie die Feindseligkeit gegenüber dem Göttlichen Werk.

\*

Die Kräfte der Unwissenheit sind eine Perversion der Erd-Natur, und die feindlichen Mächte machen von ihnen Gebrauch. Sie geben ihre Herrschaft über die Menschen nicht ohne Kampf auf.

\*

Die feindlichen Kräfte haben eine bestimmte selbstgewählte Aufgabe: sie besteht darin, den Zustand des Einzelwesens, der Arbeit, der Erde selbst und ihre Bereitschaft für die spirituelle Herabkunft und Erfüllung zu prüfen. Bei jedem Schritt der [spirituellen] Reise greifen sie voller Ungestüm an, kritisieren und beeinflussen dich, lassen dich verzagen oder stacheln zu Empörung auf, erwecken Unglauben und häufen Schwierigkeiten an. Kein Zweifel, dass sie ihre Rechte, die ihnen aufgrund ihrer Aufgabe eingeräumt wurden, sehr frei auslegen und einen Berg aus dem machen, was uns wie ein Maulwurfshügel erscheint. Ein kleiner, unbedeutender Fehltritt oder Irrtum, und sie stellen sich in den Weg und türmen einen ganzen Himalaya als Behinderung darüber auf. Aber dieser Widerstand wird seit altersher geduldet, nicht nur als Test oder Bewährungsprobe, sondern auch als ein uns auferlegter Zwang, eine größere Stärke zu suchen, eine vollkommenere Selbsterkenntnis, eine intensivere Reinheit und Kraft des Strebens, einen

Glauben, den nichts erschüttern kann, eine machtvollere Herabkunft der Göttlichen Gnade.

\*

Was den Kontakt mit der Welt und den feindlichen Kräften anbelangt, so ist das natürlich immer eine der Hauptschwierigkeiten des Sadhaks, doch ist die Umwandlung der Welt und der feindlichen Kräfte eine zu große Aufgabe, auf welche die persönliche Umwandlung nicht warten kann. Du musst dahin gelangen, in der Macht zu leben, damit diese Dinge, diese beunruhigenden Elemente nicht eindringen oder, wenn sie eindringen, nicht stören können, und musst durch sie [diese Macht] derart geläutert und gestärkt sein, dass nichts in dir auf irgend etwas Feindliches reagiert. Wenn eine schützende Hülle, eine innere, läuternde Herabkunft besteht, und wenn sich als Ergebnis davon das höhere Bewusstsein im inneren Wesen festigt und schließlich das alte, unwissende Bewusstsein ersetzt, selbst in den alleräußerlichsten tätigen Teilen, dann haben die Welt und die feindlichen Kräfte keine Bedeutung mehr – zumindest nicht für die eigene Seele; denn die Auseinandersetzung mit ihnen ist eine größere Aufgabe und keine persönliche; das also braucht im gegenwärtigen Stadium nicht das hauptsächliche Anliegen zu sein.

\*

Es besteht immer ein Druck [von oben] auf die Kräfte der niederen Natur, damit sie sich wandeln; dieser Druck wird von den feindlichen Kräften wahrgenommen; doch scheint die Wahl, ob sie sich wandeln oder zerstört werden wollen, zum großen Teil ihnen überlassen zu sein.

\*

So wie die Dinge liegen, scheint die vitale Falschheit zeitweilig die Oberhand über die höhere sattwische Natur zu gewinnen.

\*

Es stimmt, dass in dieser Welt die Falschheit regiert, und das ist der Grund, warum diese Schwierigkeiten zutage treten. Du darfst dich aber nicht erschüttern lassen. Du musst ruhig und stark bleiben, den geraden Weg gehen, die Macht der Wahrheit gebrauchen, während die Göttliche Kraft dich unterstützt, um diese Schwierigkeiten zu überwinden und das zu begradigen, was durch die Falschheit krumm wurde.

\*

Wann immer etwas zu geschehen hat, tauchen Kräfte auf, die sich einmischen wollen. Vermutlich wollen sie uns zeigen, dass das leichte Dahinwandern und der breite, weit offenliegende und dornenlose Pfad nur dem vedischen *ṛtam satyam br̥hat* [das Recht, die Wahrheit, die Weite] angehören und dass wir uns nach dorthin aufmachen müssen – wenn wir können.

\*

Welchen Punkt auch immer die feindlichen Kräfte für ihren Angriff wählen, wie geringfügig er auch dem äußeren Mental erscheinen mag, er wird zu einem kritischen Punkt, und ihn preiszugeben könnte bedeuten, ihnen einen der Schlüssel zur Festung zu überlassen. Selbst wenn er nur eine kleine Hintertüre sperrt, genügt es ihnen, um sich Eingang zu verschaffen.

Nichts ist in Wirklichkeit klein und unwichtig auf dem Großen Pfad. Besonders wenn der Kampf auf die physische Ebene herabgekommen ist, haben solche Unterscheidungen keine Gültigkeit mehr; denn dort haben die „kleinen“ Dinge einen nicht leicht berechenbaren Messwert und sind von großer Bedeutung. Auf dieser Ebene einen unwichtigen Posten zu verlieren kann dazu führen, dass der Verlust der großen Schlacht zur Gewissheit wird.

Alle mussten die Feuerprobe und Prüfung, welche du zu bestehen hast, auf sich nehmen. Wir hätten sie dir erspart, wenn es möglich gewesen wäre; da sie aber eingetreten ist, achten wir darauf, dass du durchhältst und den Sieg davonträgst. Geduld, ruhige Ausdauer, feste Entschlossenheit bis zum Ende auszuharren und zu siegen, das sind die Eigenschaften, die jetzt von dir gefordert werden – jene weniger spektakulären, aber mehr substantiellen Tugenden des Kriegers.

Auch Scharfblick und Wachsamkeit. Verschließe deine Augen nicht gegenüber der Schwierigkeit in dir, kehre ihr nicht den Rücken, doch lass dich durch sie auch nicht entmutigen. Der Sieg ist sicher, wenn wir durchhalten – und welcher Preis in Form von Schwierigkeiten und eigenem Einsatz wäre zu hoch für einen solchen Sieg?

\*

Die Menschen werden nahezu unausgesetzt von diesen feindlichen Kräften überfallen, und eine große Anzahl von ihnen steht teilweise oder gänzlich unter ihrem Einfluss. Einige sind von ihnen besessen, andere (wenige) sind Inkarnationen von feindlichen Wesen. Zum gegenwärtigen Zeitpunkt sind sie sehr aktiv auf der ganzen Erde. Natürlich, in der äußeren Welt draußen gibt es kein Bewusstsein, wie es im Yoga entwickelt wird, durch welches man entweder die Attacken wahrnehmen oder sie bewusst zurückweisen kann – dort geht der Kampf zwischen den seelischen und den feindlichen Kräften meist hinter dem Schleier vor sich, oder er wird, soweit er in Erscheinung tritt, vom Mental nicht verstanden.

\*

Als erstes versucht das beherrschende Wesen, die Person von ihrer Seele zu trennen – und das ist es, was den Kampf auslöst. Alles hängt von dem Ausmaß und der Beharrlichkeit des Beherrschtwerdens ab – wie viel es vom Menschenwesen erfasst und ob es auf die Dauer ist oder nicht.

\*

Kennst du nicht die Geschichte vom Elefanten Brahman? Alles ist Brahman, im Handeln jedoch musst du den Elefanten als Elefanten-Brahman und den Asura als Asura-Brahman behandeln und keinen von ihnen schlicht und einfach als Brahman. Man muss entweder den Rakshasa meiden oder ihn überwinden; im anderen Fall könnte der Rakshasa den Menschen verschlingen, obwohl beide Brahman sind. Die Brahman-Verwirklichung ist eine innere, statische Verwirklichung; wenn man aber das dynamische Instrument des Göttlichen Bewusstseins und der Göttlichen Kraft geworden ist, dann erhebt sich das Problem Elefant und Rakshasa nicht mehr; denn das, was in jedem einzelnen Fall zu geschehen hat, wird das Göttliche Bewusstsein wissen und die Göttliche Kraft vollbringen. Es ist nicht nötig, innerlich *vaira* [Hass] zu hegen, doch dem Rakshasa freundlich zu begegnen ist nicht klug, da er dafür unzugänglich ist – er wird zu seinem eigenen Zweck Nutzen daraus ziehen.

\*

Dinge zu erkennen, ist die eine Sache, und sie in sich eindringen zu lassen, eine ganz andere. Man muss viele Dinge erfahren, sehen und beobachten, sie in den Bereich des Bewusstseins bringen und erkennen, was sie sind. Es gibt jedoch keinen Grund dafür, zuzulassen, dass du sie in dich eindringen und von dir Besitz ergreifen lässt. Allein dem Göttlichen oder all dem, was vom Göttlichen stammt, darfst du erlauben, in dich einzudringen.

Zu sagen, dass alles Licht gut sei, wäre das gleiche, als würdest du sagen, dass jedes Wasser gut sei – oder gar, dass jedes klare und durchsichtige Wasser gut sei; es wäre nicht wahr. Man muss die Natur des Lichtes erkennen, woher es kommt oder was es enthält, bevor man sagen kann, dass es das wahre Licht sei. Es gibt viele Arten von falschem Licht und irreführendem Glanz, auch von niederem Licht, die zu den untergeordneten Bereichen des Wesens gehören. Daher muss man auf der Hut sein und unterscheiden; das wahre Unterscheidungsvermögen muss durch das Wachsen des seelischen Gefühls, durch ein geläutertes Mental und die Erfahrung kommen.

\*

Die reine Intensität der Kraft beweist nicht, dass es sich um eine schlechte Kraft handelt; die Göttliche Kraft wirkt oft mit großer Intensität. Alles hängt von der Natur der Kraft und ihrem Wirken ab: was tut sie, was scheint ihr Zweck zu sein? Wenn ihr Wirken läutert oder das [Körper-] System öffnet oder Licht und Frieden mit sich bringt oder die

Wandlung der Gedanken, Ideen und Gefühle, des Charakters im Sinne einer Hinwendung zum höheren Bewusstsein vorbereitet, dann ist es die richtige Kraft. Wenn sie dunkel oder düster ist oder das Wesen durch rajasische oder egoistische Suggestionen aufwühlt oder die niedere Natur erregt, dann ist es eine feindliche Kraft.

## II.

Es ist mir nicht ganz klar, weshalb ich gesagt haben soll, dass du für diesen Yoga nicht taugen würdest, wo du doch Erfahrungen hattest und immer noch hast, die typisch für den Yoga sind. Die Hemmnisse im Bewusstsein und die Attacken sind kein Beweis, dass ein Mensch für den Yoga nicht taugt. Niemand übt den Yoga aus, ohne von ihnen heimgesucht zu werden. Selbst jene, die große Siddha-Yogis geworden sind, haben sie während ihrer Sadhana erfahren.

\*

Es trifft nicht zu, dass der Raja-Yogi oder andere [Yogis] von den sie umgebenden Kräften nicht angegriffen würden. Ob *moksa* [Befreiung] oder Umwandlung das Ziel ist, alle werden angegriffen – denn die vitalen Kräfte wollen weder die Befreiung noch die Umwandlung. Die Yogis sprechen davon lediglich in allgemeinen Redewendungen wie *raksasi-maya* [die Illusion der Mächte der Finsternis] oder die Attacken von *kama*, *krodha*, *lobha* [Lust, Ärger, Gier] – sie nehmen sich nicht die Mühe, diesen Dingen auf den Grund zu gehen oder zu beobachten, wie sie aufkommen –, die Sache als solche jedoch ist allen bekannt.

\*

Feindliche Kräfte greifen jeden Sadhak an; manche sind sich dessen bewusst, andere nicht. Ihr Ziel ist, entweder die Person zu beeinflussen oder sich ihrer zu bedienen oder ihre Sadhana oder Arbeit zu verderben, oder irgendein anderes Motiv dieser Art. Es ist nicht ihr Ziel, den Sadhak zu prüfen, aber ihre Attacke kann von der Macht, die [den Sadhak] lenkt, als Prüfung benutzt werden.

\*

Diese kritische feindliche Stimme meldet sich in der Natur eines jeden; sie stellt in Frage, argumentiert, leugnet selbst die Erfahrung, lässt an einem selbst oder am Göttlichen zweifeln. Man muss sie als die Stimme des Gegners erkennen, der den Fortschritt zu verhindern sucht, und darf ihr keinerlei Glauben schenken.

\*

Es gibt keine Sadhaks, die niemals durch falsche Kräfte angegriffen wurden – doch wenn man den vollen Glauben hat und sich selbst zu weihen vermag, kann man die Attacke ohne allzu große Schwierigkeit abschütteln.

\*

Wenn Glaube und Hingabe in allen Teilen des Wesens vollkommen sind, ist eine Attacke ausgeschlossen. Bei einem starken zentralen Glauben und der Hingabe in jedem Augenblick können zwar Attacken stattfinden, doch haben sie keine Aussicht auf Erfolg.

\*

Es gibt zwei Dinge, die es ihnen [den feindlichen Kräften] unmöglich machen, auch nur vorübergehend mit einem Angriff auf das Mental oder Vital Erfolg zu haben: erstens, eine uneingeschränkte Liebe, Weihung und volles Vertrauen, die durch nichts erschüttert werden können; zweitens, Ruhe und Gleichmut im Vital und im Mental, die zu einem grundlegenden Wesenszug der inneren Natur geworden sind. Suggestionen können sich dann noch einstellen, äußerliche Dinge können schief gehen, aber das Wesen bleibt ungefährdet. Jedes einzelne der beiden Dinge reicht aus, und in dem Maß, in dem sie zunehmen, nimmt die Existenz der feindlichen Kräfte als ein Phänomen des inneren Lebens ab, obwohl sie in der äußeren Atmosphäre noch weiterbestehen können.

\*

Es sind Menschen mit einer hohen sattwischen Natur, die der Invasion oder den Attacken der feindlichen Kräfte im Mental und im Vital entgehen, besonders wenn ihre Hingabe gegenüber der Mutter sehr stark ist. Das heißt nicht, dass sie den Schwierigkeiten der niederen menschlichen Natur oder der Sadhana entgehen, doch werden diese Schwierigkeiten nicht durch die wirksame Unterstützung seitens der feindlichen Kräfte verstärkt. Nicht dass sie ihnen keinen Angriffspunkt bieten würden, auf den diese einen Druck ausüben könnten, doch können sie diesen Punkt nicht voll erreichen, weil die Natur in ihrem Aufbau durch den großen Anteil von *prakāśa* [Licht] und *sukha* [Glücklichsein], welches das Sattwische mit sich bringt, ihnen gegenüber gewappnet ist. Auch besteht eine innere Klarheit, Ausgeglichenheit, eine glückliche Synthese im Wesen, welches das Sonnenlicht mühelos reflektiert und durch das Aufkommen von Wolken und Sturm kaum berührt wird, wodurch die feindlichen Kräfte ihre Möglichkeiten einbüßen. Die [sattwische] Natur weist es zurück, sich heftig aufwühlen, beunruhigen oder erregen zu lassen. Die Gegner können höchstens den Körper attackieren, und selbst dann kann bei einem ruhigen Nervenwesen der Angriff nur über das rein Stoffliche erfolgen.

\*

Vitale Reinheit ist notwendig; es ist aber nicht leicht, sie gegenüber Attacken zu schützen, wenn nicht die Weite vorhanden ist sowie eine solide *spirituelle* Reinheit und ein Friede, die in diese Weite herabkommen. Natürlich Weite allein genügt nicht.

\*

Sie [die feindlichen Kräfte] attackieren deshalb, weil sie in der Vergangenheit freies Spiel hatten – daher wollen sie ihre Tätigkeit erneuern und fortsetzen. Die Art und Weise, ihnen zu begegnen, besteht in einer vollen Zurückweisung und in der Hinwendung zum Göttlichen.

\*

Üble Kräfte können in Augenblicken der Unbewusstheit oder Halbbewusstheit immer angreifen, oder auch über das Unterbewusste oder äußere Physische – solange nicht alles supramental umgewandelt ist. Nur durch die [Yoga-] Kraft können sie sofort zurückgestoßen werden.

\*

Die feindlichen Kräfte brauchen für ihren Angriff keinen Grund – sie greifen an, wann und wo immer sie können. Worauf man zu achten hat, ist, dass nichts auf sie reagiert oder sie zulässt.

\*

Du fragst, ob die feindliche Kraft stärker sei als die Göttliche [Kraft]. Die Folgerung deiner Frage ist, dass der Mensch für sein Tun nicht zur Rechenschaft gezogen werden kann, und für alles, was er tut oder wie sehr er auch irrt und folglich strauchelt, die Göttliche Kraft verantwortlich ist. Wenn dem so ist, dann ist es weder nötig noch nützlich, die Sadhana auszuüben. Man braucht nur still dazusitzen und die feindliche Kraft oder die Göttliche Kraft tun zu lassen, was sie will. Dieser Theorie zufolge hatte der Teufel ganz recht, als er zu Christus sagte: „Stürze dich von diesem Berg und lass Seine Engel kommen, damit sie dich auffangen“; und Christus hatte völlig unrecht, als er die Einflüsterung zurückwies und sagte: „Es steht geschrieben, du sollst den Herrn, deinen Gott, nicht versuchen“! Er hätte hinunterspringen sollen, und wenn er zerschmettert worden wäre, hätte das nur bewiesen, dass die feindlichen Kräfte mächtiger wären als die Göttlichen Kräfte.

Wenn eine feindliche Kraft auftritt, darf man sie nicht akzeptieren und ihre Suggestionen willkommen heißen, sondern muss sich der Mutter zuwenden und durch nichts von ihr abwenden lassen. Ob man sich öffnen kann oder nicht, man muss loyal und treu sein. Loyalität und Treue aber sind keine Eigenschaften, wofür man den Yoga

auszuüben hat. Es sind einfach Dinge, die jeder Mann und jede Frau, die nach der Wahrheit streben, erreichen sollten.

Das ist es, was jedermann erkennen sollte. Es ist die seelische Treue, welche die Macht bringt, sich gegen den Asura zu stellen, und die den Schutz [der Mutter] wirksam werden lässt.

### III.

Zu den Attacken und dem Wirken der kosmischen Kräfte: Diese Attacken werden gewöhnlich dann heftig, wenn der Fortschritt rasch und im Begriff ist, eine entscheidende Wende zu nehmen – sie versuchen besonders dann durch äußere Überfälle zu erschüttern, wenn sie erkennen, dass ein wirksamer Angriff auf das innere Wesen nicht möglich ist. Man muss es als eine Kraftprobe ansehen, als ein Signal, alle seine Möglichkeiten an Ruhe und Offenheit gegenüber dem [Göttlichen] Licht und der [Göttlichen] Macht zu sammeln, um sich zu einem Instrument zu machen für den Sieg des Göttlichen über das Ungöttliche, des Lichtes über die Finsternis im Weltengewirr. Das ist die Haltung, in der du den Schwierigkeiten zu begegnen hast, bis die höheren Dinge in dir so gefestigt sind, dass dich diese Kräfte nicht länger attackieren können.

\*

Er hat ganz recht, wenn er sagt, dass die Heftigkeit dieser Angriffe durch die Tatsache ausgelöst wurde, dass du die Sadhana ernsthaft aufgenommen und dich gleichsam den Pforten zum Königreich des Lichtes genähert hattest. Das lässt diese Kräfte immer wüten, und sie zehren an jedem Nerv und benützen alle Gelegenheiten oder schaffen welche, um den Sadhak zur Umkehr zu bewegen oder wenn möglich ganz vom Pfad abzudrängen durch ihre Suggestionen, ihre gewaltsame Einflussnahme und dadurch, dass sie alle Arten von Geschehnissen ausnützen, die sich unter diesen Umständen immer häufiger einstellen, damit er jene Pforten nicht erreiche. Ich habe in meinen Briefen an dich mehr als einmal auf diese Kräfte hingewiesen, aber diesen Punkt nicht weiter hervorgehoben, weil ich erkannte, dass in dir wie in den meisten Menschen, deren Mental durch eine moderne europäische Erziehung rationalisiert worden war, keine Neigung bestand, an ein solches [okkultes] Wissen zu glauben oder ihm zumindest irgendeine Bedeutung beizumessen. Heutzutage suchen die Menschen die Erklärung für alles mit ihrem unwissenden Verstand, ihrer Oberflächen-Erfahrung und in äußeren Geschehnissen. Sie sehen nicht die verborgenen Kräfte und inneren Ursachen, die der traditionellen indischen und der yogischen Erkenntnis durchaus bekannt waren. Natürlich finden diese Kräfte ihren *point d'appui* im Sadhak selbst, in den unwissenden Teilen seines Bewusstseins und in seiner Zustimmung zu ihren Suggestionen und Einflüssen; im anderen Fall könnten sie nicht handeln oder mindestens nicht mit Erfolg handeln. Bei dir waren die hauptsächlichsten *point d'appui* die äußerste Empfindsamkeit deines niederen vitalen Egos und jetzt auch des physischen Bewusstseins mit all seinen starren und gewohnten Meinungen, Vorurteilen und Befangenheiten, mit seinen üblichen Reaktionen, persönlichen Neigungen und dem Festhalten an alten Ideen und Assoziationen, seinen störrischen Zweifeln und der Aufrechterhaltung all dieser Dinge, die wie eine Mauer aus Hemmung und Widerstand das größere Licht ausschließen. Diese Tätigkeit des



physischen Mentals ist das, was die Menschen Intellekt und Verstand nennen, obwohl es nur einer Maschine gleicht, die sich im Kreis mentaler Gewohnheiten dreht und sich durchaus unterscheidet vom wahren und freien Verstand, von der höheren *buddhi*, die der Erleuchtung fähig ist, und noch mehr vom höheren spirituellen Licht oder von jener Einsicht und jenem Feingefühl des seelischen Bewusstseins, welches sofort erkennt, was wahr und recht und was dagegen unwahr und unrecht ist. Diese Einsicht hattest du sehr beständig stets dann, wenn du in einer guten Verfassung warst und besonders wenn die *bhakti* in dir stark wurde. Wenn der Sadhak in das physische Bewusstsein herabkommt und die mentalen und vitalen Ebenen verlässt, auf denen er sich zuerst dem Göttlichen zugewandt hatte, werden diese entgegengesetzten Dinge sehr stark und zäh, und da sich die positiven Zustände und Erfahrungen hinter den Schleier zurückziehen und man sich kaum mehr vorstellen kann, sie jemals gehabt zu haben, wird es schwierig, aus diesem [jetzigen] Zustand herauszukommen. Die einzige Lösung besteht dann darin, was X dir geraten hat und worauf auch ich bestanden habe, nämlich es durchzustehen. Wenn man einmal den Entschluss fassen und aufrechterhalten kann, sich zu weigern die Suggestionen dieser Kräfte anzunehmen, wie einleuchtend sie auch zu sein scheinen, kann dieser Zustand rasch oder allmählich überwunden werden und damit ganz beendet sein. Den Yoga aufzugeben ist keine Lösung.

\*

Du hast recht. Die feindlichen Kräfte mit ihren Attacken und Suggestionen sollten jetzt in dieser Sadhana in den Ruhestand versetzt werden – sie sind überholt und unangebracht. Wenn jemand das erkennen und in seiner Sadhana durchführen würde, könnten die anderen vielleicht die Kraft gewinnen, dem zu folgen. Gegenwärtig bestehen diese Dinge noch, weil sich die Sadhaks ihnen gewohnheitsmäßig öffnen, einem Begehren folgend, angezogen von dem Drama des Vitals, aus Furcht oder aus passiver Erwidern und widerstandsloser Trägheit. Sie [die feindlichen Kräfte] werden aber *hier* [in dieser Sadhana] tatsächlich nicht länger benötigt, und ihr Vorhandensein ist nicht mehr gerechtfertigt – in der äußeren Welt ist es etwas anderes. Es sollte und könnte durchaus möglich sein, dass die Sadhana ihren Fortgang nimmt als ein Entfalten, als ein natürliches Dahinschwinden der Mängel und Schwierigkeiten, als das Eintreten eines immer größeren Lichtes und der Macht und der Umwandlung.

\*

Als ich sagte „nicht mehr notwendig“, wollte ich nicht zum Ausdruck bringen, dass die feindlichen Kräfte ihre Tätigkeit nicht fortsetzen könnten – ich glaube, ich habe ausdrücklich gesagt, dass dann, wenn die Sadhaks sich ihnen weiterhin öffneten, sie ihre Tätigkeit fortsetzen würden. Es besteht ein Unterschied zwischen dem Wirken der feindlichen Mächte und dem gewöhnlichen Wirken der niederen Natur. Letzteres dauert natürlich fort, bis sie [die niedere Natur] gewandelt ist, was aber nicht notwendigerweise die Form von feindlichen Attacken und Umstürzen anzunehmen braucht; man kann sie [die niedere Natur] wie eine Maschine behandeln, die in Ordnung gebracht werden muss und mit Hilfe des höheren Lichtes und der höheren Macht auch in Ordnung gebracht

werden kann. Es gibt einige Sadhaks, die einst feindlichen Attacken ausgesetzt waren und jetzt den Punkt erreicht haben, von wo aus sie dieser Methode folgen können, andere nähern sich ihm erst – einige natürlich haben diese Methode immer schon angewandt und wurden niemals angegriffen, zumindest nicht in ihrem Mental und Vital. Aber viele sind noch sehr weit davon entfernt, weshalb die Tätigkeit der feindlichen Kräfte ihren Fortgang nimmt.

\*

Ich schrieb das deshalb, weil jetzt genügend Licht und Macht herabkommt, um den Feuerproben und Prüfungen nicht mehr [zwangsläufig] ausgesetzt zu sein, die zu stellen den Feindlichen Mächten erlaubt ist, solange man zur Unterstützung des eigenen Fortschritts nur über die mentalen oder gewöhnlichen spirituellen Kräfte auf der Mental-Ebene verfügt. Wenn du näher hinsiehst, wirst du erkennen, dass das Wirken dieser Kräfte jetzt in einer völlig irrationalen, instinktiven Weise vor sich geht, immer die gleichen Bewegungen wiederholend und ohne irgendeine intellektuelle oder höhere vitale Macht hinter sich zu haben. Sie haben jetzt eine irrationale, mechanische Methode übernommen, die im untersten Physischen und im Unterbewusstsein mehr verhüllt als irgend etwas anderes es tut. Das bedeutet, dass sie dort keine echte Daseinsberechtigung mehr haben.

\*

Die Dinge, die du aufzählst, lösen die Attacken nicht aus, sie stellen vielmehr die Gelegenheit, die Schwäche in den Sadhaks dar, durch die sie Einlass finden, obgleich sie durchaus abgewiesen werden könnten. Die feindlichen Kräfte sind in der Welt, um die Unwissenheit aufrechtzuerhalten – sie haben ihren Platz in der Sadhana, weil sie Anspruch darauf haben, die Aufrichtigkeit der Sadhaks in ihrem Vermögen und ihrem Willen zu testen, sich an das Göttliche zu klammern und alle Schwierigkeiten zu überwinden. Das hatte aber nur Gültigkeit, solange das höhere Licht nicht in das Physische herabgekommen war; nun kommt es herab, und es ist zur Genüge für jeden vorhanden, um immer mehr davon zu empfangen, so dass der Weg eben wird und sich aufbaut – eine progressive Entwicklung statt eines Kampfes.

\*

Es ist nicht der Druck von oben, der die Schwierigkeiten auslöst. Es besteht vielmehr ein starker Widerstand gegen die Wandlung auf den niederen Ebenen, und gewisse Kräfte nützen das aus, um einen Wirbel von Störungen zu verursachen und so viele Menschen wie möglich durcheinanderzubringen. Der Druck [der Yoga-Kraft] von oben wirkt allein dahingehend, sie [die Störungen] aus der Atmosphäre der betroffenen Person hinauszustoßen oder aus der Atmosphäre überhaupt. Nach einer gewissen Zeit sind sie aus der Atmosphäre der Person verdrängt und können nicht länger mehr auf sie einwirken, es sei denn aus der Ferne, mit sehr geringer Auswirkung. Wenn das allgemein

geschehen kann – sie in eine weite Entfernung zur Atmosphäre des Ashrams zu verdrängen –, sind wir alle Sorge los.

\*

Nicht der Druck, der durch den Yoga verursacht wird, ist der Grund dafür, dass sie den Ashram verlassen, vielmehr übt irgendetwas in ihnen einen Druck aus, den Yoga abzulehnen. Wenn man seinem seelischen Wesen und dem höheren mentalen Ruf folgt, kann kein noch so starker Druck durch den Yoga solche Ergebnisse hervorrufen. Die Menschen tun so, als wohne dem Yoga eine böartige Kraft inne, welche diese Ergebnisse zeitigt. Das Gegenteil aber trifft zu; die Ursache liegt im Widerstand gegenüber dem Yoga.

#### IV.

Ein erzielter Fortschritt regt die feindlichen Kräfte häufig zur Aktivität an; sie wollen seine Auswirkung so sehr wie möglich verringern. Wenn du eine entscheidende Erfahrung dieser Art hast, solltest du konzentriert bleiben und sie assimilieren – jede Zerstreuung und Veräußerlichung des Bewusstseins ist zu vermeiden.

\*

Die Wesen der vitalen Welt versuchen sehr häufig anzugreifen und zu drohen, nachdem eine gute Erfahrung stattgefunden hat oder ein entscheidender Fortschritt erzielt wurde ... Sie haben immer die Hoffnung, den Sadhak durch ihre Attacken und Drohungen von seinem Pfad ablenken zu können.

\*

Es geschieht oft auf diese Weise. Wenn ein Fortschritt erzielt wurde (in diesem Fall hat sich die innere Schau geöffnet), greifen die feindlichen Kräfte wuterfüllt an. Besonders nachdem du einen Fortschritt gemacht hast, gilt es, auf der Hut zu sein – um die Attacke abzuwehren, bevor sie sich Eingang verschafft.

\*

Das übrige ist das Überbleibsel der Attacke – ein Angriff, plötzlich und heftig, wie er tatsächlich häufig stattfindet, wenn man zum geraden offenen Weg hin voll ausschreitet. Er kann nicht für immer den Fortschritt abwenden, und wenn er vorbei ist, kann man meist standhafter und schneller auf das Ziel zugehen. Das ist es, was jetzt zu geschehen hat.

\*

Natürlich, die feindlichen Kräfte halten immer Ausschau, um so viel wie möglich von den Dingen zu rauben, die durch den Sadhak empfangen wurden – nicht dass sie selbst daraus Nutzen ziehen würden, aber sie verhindern, dass sie [diese Dinge] dazu verwendet werden, das Göttliche im Leben aufzubauen.

\*

Es findet immer ein Kampf zwischen den Kräften des Lichtes und den entgegengesetzten Kräften statt; wenn eine wahre Bewegung, ein wahrer Fortschritt zu verzeichnen ist, versuchen letztere eine falsche Bewegung einzuschleusen, um den Fortschritt anzuhalten oder zu verzögern. Manchmal geschieht das, indem sie alte Bewegungen in dir aufwühlen, die noch die Macht zur Wiederkehr besitzen; manchmal gebrauchen sie Bewegungen und Gedanken aus der Atmosphäre, Dinge, die von anderen gesagt werden, um das Bewusstsein zu stören. Wenn im Physischen ein stetiger Friede, das Wirken der Yoga-Kraft und das Selbst-Geben des Wesens gefestigt werden können, entsteht eine sichere Grundlage; dann gibt es keine derartigen Schwankungen mehr, obwohl Schwierigkeiten an der Oberfläche noch andauern können.

\*

Entweder muss das höhere Bewusstsein in das Vital und das Physische herabkommen, oder man muss durch das Hervortreten des seelischen Bewusstseins die Unvollkommenheiten im Vital entdecken und sie zurückweisen.

Feindliche Kräfte versuchen immer, die Erfahrung zu unterbrechen oder zu zerstören. Die Tatsache, dass sie eindringen können, ist ein Zeichen dafür, dass etwas im Wesen – im Vital oder Physischen – entweder auf sie anspricht oder zu träge ist, um ihnen zu widerstehen.

\*

Deine Beschreibung ist zu unklar. Nach dem, was du schreibst, kann es genauso gut die Reaktion sein, die häufig einer Erfahrung folgt, indem die feindliche Kraft mit einer entgegengesetzten Bewegung eindringt. Prüfungen stammen manchmal von den feindlichen Kräften, manchmal kommen sie aus der eigenen Natur. Ich vermute, dass sie notwendig sind, da sie in der Sadhana immer wieder auftreten.

\*

Sich zu testen ist gänzlich sinnlos; die erforderliche Prüfung kommt von selbst auf ganz normale Weise – indem man seine Fähigkeiten gebraucht und stufenweise fortschreitet –, andere [Tests] sind nicht notwendig. Abgesehen davon stammen die auftretenden Prüfungen von den feindlichen Kräften, doch besteht ihre Art zu testen darin, jeden

schwachen Punkt auszunützen und mit aller Kraft auf diesen Punkt loszugehen, um die Sadhana zunichte zu machen, oder aber alle gegnerischen Kräfte auf das Bewusstsein zu schleudern, solange es sich noch in einem Übergangsstadium befindet und noch nicht reif ist, all dem zu begegnen. Es handelt sich nicht um einen echten Test, sondern um eine reine Zerstörung, welche an die Stelle der aufbauenden Methode tritt. Indem man unnötigerweise „testet“, fordert man auf gefährliche Weise diesen feindlichen Druck heraus und wühlt Dinge auf, die zu verbannen sind. Bewusst zu sein ist notwendig, doch reicht hierfür eine ruhige Selbsterforschung aus – Schwierigkeiten mit der Absicht des Testens heraufzubeschwören ist die völlig falsche Methode.

\*

Die Göttliche Manifestation wirkt durch Stille und Harmonie, nicht durch eine katastrophenartige Umwälzung. Letztere ist das Zeichen eines Kampfes meist von gegensätzlichen vitalen Kräften – auf jeden Fall aber eines Kampfes auf der unteren Ebene.

Du denkst zu viel an die feindlichen Kräfte. Diese Art der Inanspruchnahme verursacht viel unnötigen Kampf. Richte dein Mental auf die positive Seite. Öffne dich der Macht der Mutter, konzentriere dich auf ihren Schutz, bitte um Licht, Stille, Frieden, Reinheit und das Wachsen [des Wesens] in das göttliche Bewusstsein und Wissen hinein.

Ebensowenig ist die Vorstellung von Bewährungsproben eine heilsame Idee und sollte nicht zu weit getrieben werden. Prüfungen werden nicht vom Göttlichen verhängt, sondern von den Kräften der niederen Ebenen – den mentalen, vitalen und physischen –, sie werden vom Göttlichen zugelassen, weil das zur Vorbereitung der Seele gehört und ihr dazu verhilft, sich selbst und ihre Fähigkeiten kennenzulernen sowie die Begrenzungen, denen sie entwachsen muss. Die Mutter prüft dich nicht in jedem Augenblick, sondern hilft dir vielmehr in jedem Augenblick, dich über die Notwendigkeit von Prüfungen und Schwierigkeiten, die dem unteren Bewusstsein angehören, zu erheben. Sich dieser Hilfe immer bewusst zu sein ist dein bester Schutz gegen alle Angriffe, ob von feindlichen Mächten oder deiner eigenen niederen Natur.

\*

Wenn man weiß, wie man aus einer Erfahrung Nutzen ziehen kann, können selbst die feindlichen Kräfte und ihre Attacken nützlich sein; das heißt natürlich nicht, dass diese Attacken herausgefordert werden sollten. Im allgemeinen konzentrieren sie sich mit all ihrer Kraft auf einen schwachen Punkt unserer Natur, und wenn wir wachsam sind, können wir diese Schwäche erkennen und aus uns hinausstoßen. Nur ist die Attacke dieser Kräfte zu heftig und aufwühlend und gefährdet auch die guten Dinge in einem, wie Glauben, Frieden usw. – man muss sie daher sorgsam vor allen Attacken bewahren.

\*

Wenn die feindlichen Kräfte den Yoga nicht durch positive Mittel zugrunde richten können, durch echte Versuchungen oder vitale Ausbrüche, sind sie durchaus bereit, es auf negative Weise zu tun; zunächst durch Depressionen, dann durch gleichzeitige Zurückweisung sowohl des gewöhnlichen Lebens als auch der Sadhana.

\*

Indirekte Attacken sind nicht von dieser Art, sind nicht ein gewaltsames Anstürmen von feindlichen Kräften und ein Überlagern durch sie; sie finden vielmehr durch verhüllte Suggestionen statt, Halb-Wahrheit, Halb-Falschheit, durch den Versuch, die Falschheit im Gewand der Göttlichen Wahrheit darzustellen oder das niedere Bewusstsein auf schlaue Weise mit dem höheren zu vermischen. Sie versuchen, eher durch Arglist zu verleiten als durch Kraft zu siegen.

\*

Wenn die vitalen Kräfte oder Wesen einen Einfluss ausüben, verleihen sie ihm gewisse Formen des Denkens und Wirkens und verlagern sie in das Mental und Vital der Menschen, so dass sie in einer besonderen Weise fühlen, denken, handeln und sprechen. Wer immer sich ihrem Einfluss öffnet, lässt sich von diesen Gestaltungen leiten, vielleicht mit Abweichungen entsprechend dem eigenen vitalen Temperament.

\*

Es gibt keine bestimmte Zahl [von feindlichen Kräften] – aber manchmal gibt es besondere vitale Wesen, die sich an einen Menschen festklammern, sofern er es ihnen erlaubt.

## **V.**

Attacken wandern immer umher, und jetzt ist eine Zeit, in der sie manchen heimsuchen. Doch mit einem starken Glauben, dessen Stütze die Mutter ist, und einem ernsthaften Streben, kann keine Attacke ein anhaltendes Ergebnis zurücklassen.

\*

Die beiden üblichen Wege, sich mit einer Attacke auseinanderzusetzen, bestehen darin, sie entweder mit Hilfe dynamischer Mittel zurückzuweisen oder unberührt zu bleiben und sie vorübergehen zu lassen.

\*

Dieser Zustand, der dich überkommen und von dir Besitz ergreifen will, gehört nicht zu deinem wahren Selbst, sondern ist ein fremder Einfluss. Ihm nachzugeben und Ausdruck zu verleihen hätte daher nichts mit Aufrichtigkeit zu tun, sondern würde etwas ausdrücken, das deinem wahren Wesen fremd ist – etwas, das dir immer fremder wird, je mehr du fortschreitest. Weise ihn stets zurück, wenn er sich einstellt, selbst wenn du fühlst, dass seine Berührung stark ist; öffne dich der Mutter in deinem Mental und deiner Seele, bewahre deinen Willen und Glauben, und du wirst sehen, dass der Einfluss zurückweicht. Und selbst wenn er beharrlich wiederkehrt, dann wende dich ebenso beharrlich und noch beharrlicher dagegen und sei standhaft in der Zurückweisung – das wird ihn entmutigen, und er wird sich erschöpfen; schließlich wird er nur noch schwach sein, ein Schatten seiner selbst, und aufhören zu bestehen.

Sei deinem wahren Selbst gegenüber immer treu – das ist die wahre Aufrichtigkeit. Harre aus und siege!

\*

Sie [die niederen Kräfte] hoffen, dich durch Beharrlichkeit zu erschöpfen oder durch reine Hartnäckigkeit in dich eindringen zu können – oder zumindest die Verwirklichung durch ihre Attacken zu verzögern. Das ist stets ihre Methode. Wenn sie den Glauben, den Frieden und die *samatā* erschüttern können, halten sie sich für reichlich entschädigt.

\*

Es wäre ganz falsch, dich von ihnen [den feindlichen Kräften] überwältigen zu lassen. Wenn du in dir selbst standhaft bleibst, kannst du die Attacke zurückweisen, oder sie wird sich selbst erschöpfen und vorübergehen. Unter solchen Umständen musst du wie ein Felsen sein, der von einer stürmischen See bedrängt wird, aber niemals untergeht.

\*

Es hat nichts mit Aufrichtigkeit zu tun, nur das auszudrücken, was die feindlichen Kräfte dir eingeben oder was du empfindest, wenn du in schlechter Verfassung bist – voller Finsternis und falscher Anschauung. Wenn du in der Wahrheit lebst, empfindest du genau das Gegenteil, und es hat nichts mit Unaufrichtigkeit zu tun, sich an sie zu klammern und ins Gedächtnis zurückzurufen. Die Wahrheit kann nur dann in dir wachsen, wenn du sie zurückholst.

Die Beschwerde in deiner Brust rührt lediglich von einem vitalen Widerstand her und hält an, weil du dich mit diesem Widerstand identifizierst. Nur durch Ruhe und ein Sich-Öffnen gegenüber der Mutter können diese Dinge verschwinden. Es gibt keinen anderen Weg weiterzukommen.

Wenn du die Ruhe noch nicht erlangt hast, strebe zuerst – ein aufrichtiges Streben wird sie dir zurückbringen.

\*

Ich kann mir nicht vorstellen, welche Gründe so subtil wären, dass sie etwas rechtfertigen oder auch nur zu rechtfertigen scheinen, was der Sadhana widerspricht und sie zu zerstören versucht. Das, was dem spirituellen Fortschritt im Wege steht, muss etwas Falsches sein, welche Gründe es auch immer zu seiner Rechtfertigung anführt. Das Beste ist, überhaupt nicht auf seine Gründe zu hören.

\*

Aus deinem letzten Brief geht hervor, dass es nicht dein eigener Wille ist, der dich zum Fortgehen drängt, sondern etwas, das sich deines Mentals bemächtigt hat, die Umklammerung einer Kraft, die eine alte Bewegung deines äußerlichen Mentals und Vitals benutzt, um die Sache voranzutreiben. Um so mehr ein Grund, diese Sache als etwas zurückzuweisen, das den wahren Gefühlen der Seele und des Herzens widerspricht. Der Stolz, der sagt: „Ich gehöre zu jenen, die brechen können, sich aber nicht beugen werden“, ist eine armselige Sache und verhüllt die Tatsache, dass man sich in Wirklichkeit unwissenden und dunklen Kräften und Impulsen beugt. Es läuft darauf hinaus wie du am Ende deines Briefes selbst einsehst, dass man sich den niederen Kräften der Natur unterwirft und weigert, sich dem Göttlichen zu unterwerfen.

Wenn die Sadhana ein Kampf zwischen dem höheren Willen und den alten Kräften deiner Natur ist, der Leiden und innere Qual verursacht, wollen wir nicht, dass du diese Art von Sadhana ausübst. Das ist nicht der Geist unseres Yoga. Unser Wunsch ist, dass du deine Ruhe wiedererlangst und in ihr weitermachst. Die beste Methode ist, die Grundlage der Ruhe zu haben und zuzulassen, dass die Göttliche Kraft klar und still in dir wirkt – es ist nicht notwendig, den Fortschritt mit großen persönlichen Anstrengungen, Störungen und Kämpfen zu erringen. Wende dich dorthin zurück, öffne dich noch einmal, wie du es vorher getan hast – dann würdest du Schlaf und Gesundheit in ein oder zwei Tagen wiedergewinnen und dein inneres Wachsen würde ohne übermäßige Störung vorstatten gehen; lass dich von der Macht und Gnade der Mutter leiten.

Ich werde alles tun, um dir zu helfen und dich herauszuziehen, aber das was sich in dir geschlossen hat, muss sich für meine Hilfe öffnen, damit sie wie damals rasch wirken kann. Auch im anderen Fall vermag sie dich herauszuziehen; doch wenn dieser starke Widerstand besteht, der aufgelöst werden muss, wird es lange Zeit dauern. Wenn du deine mentale Einstellung von Grund aus ändern könntest, würde das, wie ich glaube, den ganzen Unterschied ausmachen – es war auch damals so.

\*

Du solltest erkennen, dass diese Dinge Attacken sind, die von einer feindlichen Kraft herrühren und auf die deine Natur aufgrund ihres vitalen Begehrens und Egos reagierte – was du Selbstsucht nennst. Wenn sie sich einstellt, musst du begreifen, dass es sich um eine Attacke handelt, und sie zurückweisen, statt sie anzunehmen – und um hierzu fähig zu sein, hast du Begehren und Selbstsucht in dir stets zu missbilligen sowie alles, was daraus entsteht, wie Eifersucht, Ansprüche, Ärger usw. Es hat keinen Sinn einzuwenden, dass es gute Gründe dafür gibt, wenn sich diese Dinge einstellen; selbst wenn alle von dir vorgebrachten Gründe wahr wären, würde es die Tatsache nicht rechtfertigen, dass du



ihnen nachgegeben hast – denn in einem Sadhak lässt sich das durch nichts rechtfertigen. Es ist nicht notwendig, dass du es verstehst, denn es gilt nur eines zu verstehen: Begehren, Selbstsucht, Eifersucht, Forderungen, Ärger haben im spirituellen Leben keinen Platz – ob zu Recht oder zu Unrecht.

Wenn du dich daran hältst, wozu du dich entschlossen hast, wird alles in Ordnung gehen – und das rechte Wissen wird kommen, nicht über das Mental mit seinen Argumenten, sondern über die Seele mit ihrer wahren Schau der Dinge.

\*

Ja, das Problem, dass etwas in der menschlichen Natur der Attacke eine Angriffsfläche bietet, besteht immer. Dieses Etwas gibt entweder der Attacke nach oder genießt sie sogar oder es ist, selbst wenn es davon frei sein will, viel zu sehr daran gewöhnt, die alten Gefühle, Gedanken und Suggestionen anzunehmen und auf sie zu reagieren – es hat noch nicht gelernt, wie man *nicht* darauf reagiert. Für das mentale Wesen ist das wichtigste zurückzutreten, die Annahme zu verweigern, zu sagen: „Damit habe ich nichts mehr zu tun“. Dann kann, selbst wenn das vitale Wesen auf die Attacke reagiert, ein Teil der Natur frei bleiben, sie beobachten und missbilligen. Die nächste Sache für diesen freien Teil ist, den gleichen Willen der Loslösung dem Vital aufzuerlegen, so dass nach einiger Zeit auch dieses fühlt, dass, wenn die Attacke sich einstellt, sie etwas Fremdes ist und nichts mit ihm zu tun hat – so als hätte ein Fremder den Raum betreten und versucht, seine Anschauungen oder seinen Willen den Anwesenden aufzudrängen, Hernach wird es einfacher sein, sich ganz davon zu befreien. Natürlich wirkt die Kraft der Mutter, aber diese Zustimmung des Mentals und Vitals führt zu einem raschen und leicht zu erzielenden Ergebnis; im anderen Fall dauert es lange Zeit und kostet mehr Mühe und Kampf.

\*

Wenn ein Kampf stattfindet oder ein Widerstand besteht, mag das Rufen nach der Mutter oder das Denken an sie nicht sogleich zum Erfolg führen; selbst der Wille, sich von der Attacke oder dem Widerstand zu befreien, braucht nicht sofort erfolgreich zu sein; dennoch muss man durchhalten, bis das Ergebnis sich einstellt – und wenn man durchhält, muss das Ergebnis zwangsläufig kommen.

Man sieht die negative Seite nur während der Attacken, denn das erste, was die Attacken oder der Widerstand versuchen, ist, die Intelligenz des Mentals zu trüben. Wenn das nicht möglich ist, ist es schwierig, dass sie auch nur zeitweilig die Oberhand gewinnen. Denn wenn das Mental wachsam ist und sich an die Wahrheit hält, bietet lediglich das Vital der Attacke eine Angriffsfläche; obwohl das schmerzhaft genug sein kann, wirkt doch die richtige Haltung des Mentals wie ein Korrektiv, wodurch es leichter wird, das Gleichgewicht wiederzugewinnen, und die wahre Verfassung des Vitals kehrt rascher zurück. Wenn das Vital sein Gleichgewicht bewahrt, kann die Attacke das physische Bewusstsein lediglich durch Suggestionen beeinträchtigen, sie wirkt mehr an der Oberfläche und vermag lediglich eine zeitweilige Rastlosigkeit, ein Unbehagen oder eine Unpässlichkeit im Körper auszulösen – das übrige Bewusstsein bleibt unberührt. Es

ist daher sehr wichtig, sich daran zu gewöhnen, die richtige mentale Einstellung beizubehalten, selbst inmitten einer Attacke, wie stark sie auch sei. Den Glauben zu bewahren, ist hierfür die beste Hilfe – den Glauben, dass das Göttliche immer gegenwärtig ist, dass ich zu ihm gelangen werde, wie groß die Prüfungen auch sein mögen. Das lässt dich auch andere Dinge im wahren Licht sehen.

Mit tamasischem Ego ist das Ego der Schwäche gemeint, der Selbstverachtung, der Verzweiflung, des Unglaubens. Das rajasische Ego ist durch Stolz und Eigendünkel aufgebläht oder setzt sich ständig oder wo immer es kann hartnäckig durch; das tamasische Ego hingegen hat immer das Gefühl: „Ich bin schwach, ich bin elend, ich bin machtlos, ich werde vom Göttlichen weder geliebt, noch bin ich von ihm auserwählt, ich bin so schlecht und unfähig – was kann das Göttliche für mich tun?“ Oder auch: „Ich bin in besonderem Maß für Unglück und Leiden ausersehen; jeder andere wird mir vorgezogen, alle machen Fortschritte, nur ich bleibe zurück; alles lässt mich im Stich, vor mir liegt nichts als Flucht, Tod oder Verhängnis“, usw. usw., oder etwas von allem oder alles zusammen gemischt. Manchmal vermengen sich der rajasische und tamasische *ahankar* miteinander und unterstützen sich gegenseitig auf subtile Weise. In beiden Fällen ist es das „Ich“, das ein Spektakel veranstaltet und die wahre Schau trübt. Die wahre spirituelle oder seelische Schau ist diese: „Was immer auch geschehen mag, meine Seele ist ein Kind des Göttlichen und muss das Göttliche früher oder später erreichen. Ich bin unvollkommen, suche aber die Vollendung des Göttlichen in mir – das aber wird nicht durch mich, sondern durch die Göttliche Gnade zuwege gebracht; wenn ich mich an das halte, wird die Göttliche Gnade selbst alles tun“. Das „Ich“ muss den ihm angemessenen Platz einnehmen, als ein kleiner Teil, ein kleines Instrument des Göttlichen, etwas, das ohne das Göttliche nichts ist, aber mit der [Göttlichen] Gnade all das sein kann, was das Göttliche will, dass es sei.

Die Hilfe der Mutter ist immer gegenwärtig, du bist dir dessen nur nicht bewusst, außer wenn die Seele aktiv und das Bewusstsein nicht umwölkt ist. Wenn Suggestionen auftreten, ist das kein Beweis dafür, dass die Hilfe nicht vorhanden ist. Alle [Sadhaks] sind Suggestionen ausgeliefert, selbst die größten Sadhaks oder die Avatare – wie es bei Buddha oder Christus der Fall war. Hindernisse sind vorhanden, sie sind ein Teil der Natur und müssen überwunden werden. Was erreicht werden muss, ist, nicht diese Suggestionen zu akzeptieren, sie nicht als die Wahrheit oder die eigenen Gedanken anzuerkennen, sondern sie als das zu sehen, was sie sind, und sich von ihnen getrennt zu halten. Hindernisse müssen als etwas Falsches im Mechanismus der menschlichen Natur betrachtet werden, was geändert werden muss, und nicht als Sünden und Fehlritte, die einen an sich selbst und der Sadhana verzweifeln lassen.

\*

Wenn die Suggestionen auftreten, ist es zweifellos möglich, aus ihrem Charakter zu schließen, von welcher Art sie sind – und das als solches beweist, dass sie von falschen vitalen Kräften stammen. Die einzig richtige Reaktion darauf ist, sie sofort zurückzuweisen und ihnen nicht zu erlauben, in dein Mental und Vital einzudringen – das heißt, ihr Einfluss darf weder angenommen noch zugelassen werden. Nur sehr wenige können die Kräfte, die hinter den Suggestionen wirken, auf okkulte Weise wahrnehmen – zumindest muss sich erst das kosmische Bewusstsein voll geöffnet haben, denn dann wird

die direkte Wahrnehmung leichter möglich –, aber auch mentales Verstehen kann mit gutem Erfolg angewandt werden.

\*

Lass nicht zu, dass diese Suggestionen die Oberhand gewinnen. Jedes Mal, wenn die [feindlichen] Kräfte angreifen und du sie in Schach hältst, gewinnst du zusätzliche Kraft für den Fortschritt. Sie greifen dich an und drängen dir eine falsche Auffassung auf, in der Hoffnung, dass, wenn du sie akzeptierst, ihre Macht, dich immer wieder heimzusuchen, länger anhalten wird. Lass nicht zu, dass sie, wenn auch für noch so kurze Zeit, die Oberhand gewinnen.

\*

Es genügt, wenn du mit der Kraft in Verbindung bleibst und jede heftige Attacke von Verworrenheit zurückweist. Das übrige wird durch die Kraft selbst geschehen – denn niemand ist wirklich stark genug, um sich selbst zu wandeln – es geschieht durch die Göttliche Kraft, die herabgerufen wird.

\*

Ja, die [Göttliche] Macht mit ihrer Hilfe und ihrem Wirken ist immer bei dir und wird es immer sein. Während der stärksten Attacken und dunkelsten Stunden war sie verhüllt und verborgen, aber niemals abwesend oder fern und wird es niemals sein.

\*

Die ursprünglichen Wurzeln all dieser Schwierigkeiten liegen natürlich im Vital mit seinen Erwartungen aller Art. Wenn man sich von ihnen befreien will, widersetzt sich das Vital und ist nicht willens, sich davon zu trennen; das aber würde an sich nichts anderes bedeuten als eine Arbeit der Wandlung, Anpassung, Neuordnung, die Zeit beanspruchen mag, aber keine ernsthaften Konflikte und Umwälzungen auslöst. Denn wenn einmal das Mental und der innere Wille gereift sind, von diesen Bewegungen frei zu sein, würde sich auch der Wille des höheren Vitals anschließen; das übrige aber, das einer Wandlung gegenüber hartnäckiger ist, weil es sich um gewohnheitsmäßige Bewegungen handelt, die im Unterbewussten wurzeln und nicht von der Vernunft oder dem Wissen gelenkt werden, wäre nicht fähig, dauernd oder heftig dem Druck des höheren Willens im Wesen zu widerstehen. Seine Kraft des Widerstandes würde abnehmen, die gewohnten Reaktionen würden sich erschöpfen oder fortfallen. Doch die anhaltende Dauer der Schwierigkeit und ihre Heftigkeit rühren von der Tatsache her, dass es Kräfte in der Natur gibt – nicht persönliche oder individuelle, sondern universale –, die sich von diesen Bewegungen nähren und mit ihrer Hilfe lange Zeit hindurch die individuelle Natur

beherrscht haben. Sie wollen ihre Herrschaft nicht aufgeben; und wenn diese Bewegungen hinausgestoßen werden, werfen sie sie in starken Wellen oder mit großer Heftigkeit auf den Sadhak zurück. Oder sie lösen im Vital tiefe Niedergeschlagenheit, Entmutigung und Verzweiflung aus – das ist ihre bevorzugte Waffe –, weil es seinen einstigen Begierdenbereich verloren und noch nichts Sicheres, das ihn ersetzen würde, dafür erhalten hat – die gefestigte und anhaltende seelische und spirituelle Verfassung oder Erfahrung, die zu verhindern das ganze Anliegen dieser Kräfte ist. Daher schaffen sie diesen Aufruhr, und das Vital erlaubt es ihnen, weil es seine alte Gewohnheit ist, auf die niederen Kräfte zu reagieren. Gleichzeitig flößen sie dem Mental Suggestionen ein, damit auch es die Störung, Entmutigung und Niedergeschlagenheit akzeptiere. Das meinte ich damit, als ich sagte, dass dies Attacken von außen seien, die zurückgewiesen werden müssten. Wenn sie nicht ganz zurückgewiesen werden können, muss man dennoch versuchen, mit einem Teil des Mentals bewusst zu bleiben, der sich weigern wird, die Suggestionen zuzulassen oder an der Depression und dem Kummer teilzuhaben – der entschlossen sagt: „Ich weiß, was das ist, und weiß, dass es vorübergeht; ich kann meinen Weg zum Ziel wieder aufnehmen, und nichts kann mich daran hindern, es zu erreichen, da der Wille meiner Seele darauf gerichtet ist und es immer sein wird“. Diesen Punkt, an dem du das immer sagen kannst, musst du erreichen; dann wird die Macht dieser Kräfte abnehmen und dahinschwinden. Unsere Kraft ist mir dir und wird nicht nachlassen, dir zu helfen und dich zu stärken. Die Suggestion, dass wir gleichgültig seien, hat offensichtlich keinen anderen Zweck, als die Depression zu unterstützen und zu nähren. So solltest du es betrachten, und es nicht als etwas Wahres oder als deine eigenen Gedanken anerkennen; denn es kann keinesfalls wahr sein. Dein Erfolg, den Frieden und das Licht zu erreichen, ist ebensowohl unser Anliegen, wie es das deine ist – und sogar noch mehr.

\*

Es gibt beinahe immer einige Teile des Wesens, die entweder unwillig sind oder sich zu der Bemühung, die von ihnen gefordert wird, unfähig fühlen. Es ist die Seele, das Mental und meist das höhere Vital, die sich für den Yoga vereinigen – denn wenn diese drei sich nicht vereinen, ist es schwierig, überhaupt irgendeinen Yoga auszuüben, der etwas weiter reicht als von Zeit zu Zeit einige Erfahrungen zu haben. Im niederen Vital steckt beinahe immer etwas Widerspenstiges und ein großer Teil des Physischen ist zu dunkel. Wenn der Sadhak sich selbst überlassen wäre, könnte das ohne große Schwierigkeiten behoben werden, doch kommt hier die Feindseligkeit der universalen (niederen) Kräfte ins Spiel – sie wollen ihre Herrschaft über das Wesen nicht aufgeben. Das Ergebnis ist, dass sich der Widerstand des niederen Vitals verschlimmert und sich die Hemmung (Trägheit, passiver Widerstand) im Physischen verstärkt, wodurch diese Suggestionen der Selbsterstörung, Depression oder Verzweiflung Einlass finden.

## VI.

Sie [die feindlichen Attacken auf das äußere Wesen] werden als Suggestionen oder als eine Berührung an der Oberfläche des Mentals, Vitals oder des Physischen oder als Bewegungen in der Atmosphäre (das persönliche oder das allgemein umgebende

Bewusstsein) empfunden – das innere Wesen jedoch empfindet sie nur als Windböen oder Stürme, die draußen toben. Dringen sie zufällig in das Haus, dann werden sie sofort ausgewiesen und Türen und Fenster krachend hinter ihnen zugeschlagen – denn im Innern gibt es nichts, was sie akzeptieren oder tolerieren würde.

\*

Es muss ein Hinweis auf die Quelle oder den Ort der Suggestion oder des Einflusses gewesen sein. Das Eindringen von Gedanken oder Vibrationen oder der Druck einer falschen Kraft kann, wenn das Bewusstsein offen ist, in sehr konkreter Weise gefühlt werden. Wenn es nicht offen ist, dringen diese Dinge unbemerkt ein, und erst das Ergebnis ist wahrnehmbar.

\*

Vom höheren Mental aufwärts ist alles frei vom Wirken der feindlichen Kräfte. Denn alle [diese Ebenen] gehören zum spirituellen Bewusstsein, wenngleich sie verschiedene Abstufungen von Licht, Macht und Vollkommenheit aufweisen.

\*

Vitale Kräfte können das Mental angreifen und tun es auch. Viele erhalten Suggestionen von ihnen über das Gehirn, so dass es durchaus möglich ist, dass man sie von oben durch den Kopf kommen fühlt. Das bedeutet aber nicht, dass sie von den Regionen *überdem* Mental kommen (vom höheren Mental, der Intuition, dem Obermental). Richtiges Folgern bedeutet nichts anderes als eine klare Beweisführung, die von einem bestimmten Standpunkt ausgeht und einen Ausbruch von Ärger nicht gelten lässt.

\*

Das wahre Bewusstsein war bis in dein Vital herabgekommen; doch als sich die alte Schwierigkeit im Physischen erneut einstellte, ereignete sich wiederum die vitale Attacke. Das Zeichen der vollständigen Befreiung wird sein, wenn dein Vital dieser Attacke stets ohne Erregung oder Aufschrei begegnen kann und ihre Macht durch eine ruhige, abwehrende Stärke von innen zurückweist.

\*

Ein Fortschritt hat in allen diesen Teilen stattgefunden, doch scheinen sie immer noch auf die Suggestionen der feindlichen Kräfte zu reagieren. Jeder wird von solchen Suggestionen erfasst, doch sollte man sie nicht in sich eindringen lassen, besonders nicht

in das Herz, oder erlauben, dass das Vital sie akzeptiert. Offensichtlich verschaffen sie sich Eingang durch das physische Mental und beeinflussen das Oberflächen-Vital und das emotionale Wesen, Du musst die Macht erlangen, sie von dort zurückzuweisen durch eine dauernde und standhafte Ablehnung und Abweisung ihrer Vorschläge. Solange irgend etwas in dir „ja“ sagt oder annimmt, besteht immer die Möglichkeit einer Wiederkehr.

\*

Wie ich bereits sagte, ist die Reaktion des physischen Mentals oder Vitals auf diese Kräfte eine Gewohnheit. Sobald sie eines von ihnen berühren, erregst du dich und verlierst die Kontrolle über dich. Die Konzentration im Herzen ist der Weg, sich von ihnen zu befreien; aber auch das Bewusstsein muss losgelöst sein, so dass es von der Attacke zurücktreten und sich davon getrennt fühlen kann.

\*

Wenn sich durch die Konzentration im Herzen die Angriffe der feindlichen Kräfte abschwächen (oder weniger häufig werden), hast du diese Konzentration fortzusetzen, bis du fähig bist, Kopf und Herz zu verbinden, das seelische mit dem höheren Bewusstsein. Davon hängt alles ab. Die Seele muss stark genug sein, um das Vital und das Physische zu zwingen, sich dem Göttlichen hinzugeben; oder das höhere Bewusstsein muss auf eine Weise herabkommen und alles in Beschlag nehmen, dass die alten Bewegungen höchstens noch die Oberfläche berühren, aber nicht mehr eindringen oder die innere Ruhe antasten können; oder beides zusammen, das seelische und das höhere Bewusstsein müssen das ganze Wesen einnehmen. Das sind die drei Möglichkeiten für den Yoga. Wenn die Konzentration im Herzen, also das Erwachen der Seele das wirksamste Mittel gegen die Attacken ist, dann musst du dem [dieser Methode] folgen.

\*

Wenn du sogar während dieser Attacken den Teil in dir fühlen kannst, in dem fortwährend Friede herrscht, selbst inmitten von Schmerz und Finsternis, und wenn du das immer bewahren kannst, dann ist dies ein großer Gewinn. Dieses Etwas in dir, welches dies nicht immer fühlt, das unentschieden auf halbem Weg bleibt, muss ebenfalls den Schritt der vollen Hingabe vollziehen. Es ist nur ein Teil deines physischen Mentals, der nicht versteht, der immer wieder für die alten Ideen offen ist – er muss umgewandelt werden. Schwäche und Unfähigkeit spielen keine Rolle, denn wenn der volle Friede und die volle Macht im Physischen herrschen, werden sie verschwinden. Die neue Geburt in dir wird mit Sicherheit stattfinden – die erwachte Seele ist damit zum ersten Mal bereits in Berührung gekommen, das übrige wird zwangsläufig folgen.

\*

Ich glaube, die Ursache ist mehr im Mangel an Schlaf zu suchen; auch im übermäßigen Kampf, den der fortwährende Druck durch die vitalen Störungen und das physische *tamas* mit sich bringen, wodurch die Nerven geschwächt werden.

Ebenso wie die vitale Störung ist auch die physische Trägheit mit all ihren Symptomen eine Attacke der feindlichen Kräfte zu dem Zweck, das höhere Sich-Öffnen zu unterbrechen und zu verhindern. Die Ideen, die sich einstellen, um dies zu rechtfertigen, sind ohne Wert – es ist nicht wahr, dass physische Arbeit minderwertiger ist als mentale Bildung; es ist die Arroganz des Intellektes, welche diese Behauptung aufstellt. Jede Arbeit, die für das Göttliche geschieht, ist gleichermaßen göttlich; und die Arbeit der Hände, die für das Göttliche geschieht, ist göttlicher als mentale Bildung zur eigenen Weiterentwicklung, für den eigenen Ruhm oder die eigene mentale Befriedigung.

Diese Trägheit, Dumpfheit und der Schmerz sollten mit der gleichen Entschlossenheit abgeschüttelt werden wie die vitalen Störungen. Das einzig Besondere in deinem Fall ist die hartnäckige Heftigkeit der Attacke auf das Vital – ansonsten ist es genauso wie bei anderen; doch rufe jedes Mal, wenn du zurückweist, die Mutter an und werde frei – nach einer kleinen Weile, wenn es sich um einen heftigen Angriff handelt, und sofort, wenn er weniger heftig ist.

Wenn ein zeitweiliges physisches Unvermögen besteht, kann man ausruhen, doch nur, um die physische Energie zurückzugewinnen. Die Idee, physische Arbeit zugunsten mentaler Selbstentwicklung aufzugeben ist eine Erfindung des mentalen Egos.

\*

Die Trägheit verschafft den feindlichen Kräften für ihr Handeln Spielraum und Macht.

\*

Die Attacken, von denen du sprichst, können überall auftreten. Es handelt sich um eine Attacke auf die Nervenzentren und das Nervensystem durch gegensätzliche vitale Kräfte. Die Tatsache, dass sie dein Hierherkommen verhinderte, aber sich zu verflüchtigen begann, als du dich in die Atmosphäre und die Ideen von „*The Yoga and its Objects*“ versenkt hattest, ist bezeichnend für ihren Ursprung. Die anderen Symptome gipfelten in einer höchsten Rastlosigkeit des Nervensystems; in solchen Fällen ist dies eine durchaus bekannte Erscheinung. Der Wunsch fortzulaufen, irgendwohin, ist ein ganz normales Symptom. Hysterie ist ebenfalls eine Attacke von Seiten ähnlicher Kräfte, ist aber nur eine von verschiedenen Formen; die Attacke braucht nicht die Form irgendeiner Krankheit anzunehmen. Die Ärzte betrachten es im allgemeinen als eine Art Neurasthenie, Nervenschwäche; das aber lokalisiert die Sache nur, ohne ihre tatsächliche Natur und Ursache zu erklären. In beiden Fällen, hier wie dort, war es ein Versuch [der feindlichen Kräfte], dein spirituelles Leben zu stören, indem sie einen Zustand des Unvermögens und der Behinderung im vital-physischen Teil des Wesens schufen. Immerhin, die Tatsache, dass du von hier nicht fortzugehen vermochtest und die ganze Sache durch uns sofort ausgeräumt werden konnte, nachdem du dich durch das Gefühl der Sorge über das Weggehen etwas geöffnet hattest, zeigt, dass das spirituelle Leben in

dir mächtiger und tiefer ist – wenn auch verdeckt – als es die gegnerischen Kräfte in ihrer Stärke sind.

\*

In dir besteht noch die Eigenschaft, auf diese Suggestionen zu reagieren, da sich die frühere Gewohnheit dem Physischen, besonders aber dem unterbewussten Physischen eingepägt hat. Ich habe dir erklärt, was geschieht – dass diese Dinge, wenn sie vom Mental und Vital zurückgewiesen werden, in das Unterbewusste herabkommen oder in das dich umgebende Bewusstsein hinauswandern; von dorthin können sie zurückkehren, wenn sie von den feindlichen Kräften dazu gedrängt werden. Auf diese beiden Weisen versuchen die feindlichen [Kräfte] ihren Halt zurückzugewinnen. Das Aufsteigen [dieser Dinge] aus dem Unterbewussten ist aber nicht so schwerwiegend, außer wenn es lange anhält – es ereignet sich in Träumen oder geschieht bruchstückhaft im Wachbewusstsein. Wenn es aber aus dem dich umgebenden Bewusstsein stammt, kann es eine starke Attacke sein, und offensichtlich ist es das, was jetzt stattfindet.

Ich glaube, dass das, was diesen Attacken Kraft verleiht und dazu neigt, dich zu beunruhigen, irgendwo ein Gefühl der Ungeduld ist, dass die Dinge nicht vorankommen, dass ein entscheidender Fortschritt noch nicht erzielt wurde und all dies noch nicht für immer bewältigt ist. Die Periode eines scheinbaren Stillstandes ist nicht notwendigerweise eine nachteilige Angelegenheit, es kann die Vorbereitung für einen neuen Fortschritt von entschiedenerem Charakter sein – was in der Sadhana häufig der Fall ist; du musst aber sorgsam den Fortschritt hüten, den du trotz der Attacken erzielt hast. Der nächste Fortschritt sollte die Herabkunft der vollen spirituellen Ruhe und des Friedens von oben sein – ein Sich-Öffnen des Bewusstseins in die Weite. Sei standhaft, bis das eintritt, und lass nicht zu, dass diese Attacken deine Grundlage erschüttern.

\*

Das äußere Bewusstsein kann von all dem überflutet werden, was aus dem Unterbewussten emporsteigt oder von außen eindringt und kann aufgrund der erneuten Vibration einer früheren Gewohnheit reagieren – das heißt aber nicht, dass der Wille des Vitals oder des physischen Mentals diese Dinge will. Wenn etwas in ihnen enthalten wäre, das normalerweise in der Richtung von Sex oder Gewalttätigkeit liegt, könntest du davon sprechen, dass Unreinheiten bestünden. Wenn dem so wäre, würde sich mehr ereignen als diese Attacken, es wäre ein täglicher Kampf mit Ärger und Begehren.

Wenn man auf die absolute Reinheit zu warten hätte, frei von jeder Möglichkeit dieser Attacken, bevor man damit beginnen könnte, das Göttliche zu verwirklichen, wäre bisher noch niemand zu dieser Verwirklichung fähig gewesen. In dem Maß, in dem die Verwirklichung fortschreitet, findet auch die grundlegende Umwandlung statt.

\*



Diese Attacken sollten dich nicht entmutigen. Es gibt immer Augenblicke, wenigstens solange die volle Grundlage im Physischen noch nicht geschaffen ist, in denen die alten Bewegungen wieder aufzuleben scheinen. Solange es sich aber nur um den Ansturm einer äußeren Kraft handelt, die das Unterbewusstsein vorübergehend aufwühlt, hat es keineswegs die Bedeutung, dass kein Fortschritt zu verzeichnen sei. Wir haben es mit der ganzen Vielfalt des menschlichen Bewusstseins zu tun, sowohl in seinen verborgenen Teilen als auch an der Oberfläche – und es gibt Ebenen um Ebenen des Bewusstseins, in denen alte Reaktionen lauern können; doch jeder Sieg lässt die Kontrolle stärker werden und bringt die volle Läuterung näher.

\*

Du brauchst dich über die Sache nicht aufzuregen; es genügt, wenn du Bewegungen wie diese bemerkst und wachsam bist, damit sie nicht wieder neuen Boden in dir finden. Die Ursache dafür ist wahrscheinlich in deinem Kontakt mit der äußeren Welt zu suchen, wodurch gewisse Möglichkeiten des alten Adam in dir geweckt werden. Wenn ein Absacken oder ein Nachlassen des Bewusstseins stattfindet oder es da und dort schwächer wird, schaltet sich mit all seiner Macht der Feind oder Zensor ein, der immer Ausschau hält nach jedem schwachen Punkt, der deinem eigenen Blick verborgen ist; und plötzlich schießt eine falsche Bewegung mit unvermuteter Kraft hoch. Werde bewusst und schließe die Möglichkeit ihrer Erneuerung aus – das ist alles, was zu geschehen hat.

\*

Diese [Kräfte der Stumpfheit, Niedergeschlagenheit usw.] sind Dinge die in der Atmosphäre umherwandern und dich anspringen, ohne sich vorher anzukündigen. Es ist oft schwierig, genau zu erkennen, woher sie kommen, und manchmal gibt es in einem selbst überhaupt keinen Grund oder keine herausfordernde Ursache. Sie müssen einfach abgeschüttelt werden, so als ob etwas auf den Körper gefallen wäre.

\*

So ist es bei jedem, solange keine endgültige *siddhi* der Umwandlung eingetreten ist, wodurch es für das [gewandelte] Instrument unmöglich wird, auf diese Vibrationen zu reagieren, weil sie ihm fremd geworden sind. Bis dahin hängt alles von der Wachsamkeit des Bewusstseins und seinem Willen ab. Eine Wiederholung der Reaktion lässt die Schwierigkeit nicht anwachsen – sie verzögert nur das Freiwerden von den eindringenden Kräften.

\*

Der reagierende Mechanismus ist in jedermann gleich; nicht durch etwas Schockierendes, sondern durch etwas, das weitet und emporhebt, kann er aus dem Trott seiner Gewohnheit herauskommen.

\*

Es ist besser, sich wegen der feindlichen Kräfte nicht zu beunruhigen. Bewahre ein starkes und aufrichtiges Streben, rufe das Göttliche zur Unterstützung für jede Sache und in jedem Augenblick herbei, und halte dich in all deinen Empfindungen uns gegenüber offen. Das ist der einfachste Weg zum Göttlichen. Wenn du anfängst, dich mit den feindlichen Kräften zu befassen, wird das den Pfad nur erschweren.

\*

Die feindlichen Suggestionen müssen mit Desinteresse und Gleichgültigkeit betrachtet werden. Das hebt die Notwendigkeit eines ständigen Kampfes auf, der als solcher eine Form von Interesse ist, und entmutigt diese Suggestionen.

\*

Das stimmt genau. Über seine eigenen Erfahrungen mit anderen zu sprechen trägt dazu bei, dass sich die Macht der Erfahrung vermindert. Auch wenn du zu viel über die feindlichen Mächte nachdenkst, wirst du ihre Atmosphäre heraufbeschwören. Wenn sie kommen, hat man sie als solche zu erkennen und zurückzuweisen; aber viel über sie nachzudenken, sie zu fürchten, sie zu erwarten oder nach ihnen Ausschau zu halten ist falsch.

\*

Das Schlimmste für die Sadhana ist, wenn du in einen morbiden Zustand gerätst und immer an „niedere Kräfte und Attacken“ denkst. Wenn die Sadhana für eine Weile zum Stillstand gekommen ist, dann lass es dabei bewenden, bleibe ruhig, tue gewöhnliche Dinge, ruhe dich aus, wenn Ruhe nötig ist – warte, bis das physische Bewusstsein bereit ist. Meine eigene Sadhana, als sie weit fortgeschrittener war als deine, pflegte für ein halbes Jahr zum Stillstand zu kommen. Ich machte nicht viel Aufhebens davon, sondern verhielt mich ruhig, bis die leere oder dumpfe Periode beendet war.

\*

Ja, die feindlichen Kräfte nützen jede Störung dieser Art aus, denn sie öffnet sozusagen ihrem Wirken einen Durchgang. Man sollte vor ihnen niemals Furcht haben, denn das lässt sie dreist und aggressiv werden.

Zudem ruft die Furcht, wie du richtig bemerkt hast, die gefürchtete Sache herbei – sie muss daher ganz und gar hinausgestoßen werden.

\*

Das ist sehr interessant, denn es stimmt mit dem überein, was die Mutter immer wieder sagt, dass es nämlich äußerst gefährlich ist, Sympathie oder irgendwelche Gefühle von labiler philanthropischer Art für jene zu haben, die von vitalen Kräften besessen sind, da die Attacke, die jede mögliche Form annehmen kann, einen selbst zu ergreifen vermag. Man hat das zu tun, was zu tun ist, aber jede derartige Schwäche von sich zu weisen.

## VII.

So etwas wie einen reinen Unfall gibt es nicht. Es besteht eine gewisse, möglicherweise eine sehr leichte Unbewusstheit im Physischen, die von diesen kleinen Wesen auf der vital-physischen Ebene ausgenützt wird – sie sind eher mutwillig als bewusst feindlich.

\*

Es handelt sich nicht um eine böse *sakti*, die in dich eindringt und von dorther all diese Dinge tut; es sind die kleinen Kräfte von außen, denen es Spaß macht, geringfügige Unfälle dieser Art zu verursachen, indem sie eine Unaufmerksamkeit oder Vergesslichkeit usw. ausnützen.

\*

Du hast recht hinsichtlich der Unfälle. Es ist hauptsächlich die Unbewusstheit des physischen Mentals, die es diesen boshafte Kräfte leicht macht, solche Unfälle zu verursachen oder sich einzumischen.

\*

Diese Unfälle ereignen sich nur, um dich zu beunruhigen. Du solltest dich nicht beunruhigen lassen.

Ja, weil sie [die feindlichen Kräfte] wissen, dass Friede die Grundlage ist und alles übrige [von selbst] kommen wird, wenn der volle Friede vorhanden ist – deshalb wollen sie ihn unter allen Umständen verhindern.

\*

Ja, es war eine Attacke; die feindlichen Kräfte nehmen oft die Gestalt von dieser oder jener Person an, um mit Hilfe des physischen Kontaktes eine konkretere Macht auf das physische Bewusstsein auszuüben.

\*

Es kommt manchmal vor, dass durch eine sorgfältige Anordnung wie diese und durch die Mitwirkung einer dritten Person, deren Handeln sie kontrollieren, die feindlichen Kräfte die bewusste Wachsamkeit durchbrechen und einen Unfall wie diesen verursachen. Sie erreichen das über das Unterbewusste, da das Unterbewusste weder die ganze Fülle der von oben herabgekommenen Macht assimiliert hat, um das anrollende Fahrrad stoppen und in eine andere Richtung lenken zu können, noch jene instinktive Sicherheit, um voraussehen zu können, was der Radfahrer zu tun beabsichtigte, und um genau das Richtige zu tun, damit es verhindert werde. Durch den Schutz [der Mutter] jedoch haben solche Unfälle, selbst wenn sie von schwerwiegender Art sind, keinen schlimmen Ausgang mehr.

\*

Es ist eine oft gemachte Erfahrung, dass, wenn an einem bestimmten Ort ein Unfall stattfindet, eine Zeitlang die Tendenz besteht, dass sich auch andere Unfälle dort ereignen. Das war so an einem Ort in der Nähe von Villianur vor einigen Jahren. Die gleiche Tendenz besteht mit Selbstmorden an einem bestimmten Ort. Es handelt sich um eine Art von machtvoller Gestaltung, die dort bestehen bleibt, mit oder ohne einem vitalen Wesen, das diese Gestaltung überwacht.

### VIII.

Ich muss jedoch feststellen, dass weder der Drang nach der Einung mit dem Göttlichen noch die Göttliche Kraft zum Wahnsinn führen; was zum Wahnsinn führt, ist die Verhaltensweise der Menschen in ihrer Forderung nach diesen Dingen. Um mich genauer auszudrücken: es ist mir noch nie ein Fall von Zusammenbruch im Yoga bekannt geworden – im Gegensatz zu einem Fall von reiner Schwierigkeit oder von Versagen –, der Fall einer dramatischen Katastrophe, der nicht eine oder mehr der drei [folgenden] Ursachen gehabt hätte: Erstens, sexuelle Abirrung (ich meine hier nicht reine Sexualität, die in einer Natur sehr stark sein kann, ohne einen Zusammenbruch auszulösen) oder der Versuch, spirituelle Erfahrung bei einem Tier oder auf einer grob-stofflichen Basis zu sexualisieren; zweitens, übertriebener Ehrgeiz, Stolz oder Eitelkeit, die sich der spirituellen Kraft oder Erfahrung zur eigenen Glorifizierung zu bemächtigen suchen, was in Größenwahn sinn enden kann; drittens, ein unausgeglichenes Vital und ein schwaches Nervensystem, die dazu neigen, ihren eigenen Vorstellungen und störrischen Impulsen zu folgen, wobei kein echter oder starker mentaler Wille sie zur Vernunft bringen oder in die Schranken weisen kann; sie sind daher den Phantasien und Suggestionen der feindlichen vitalen Welt ausgeliefert, wenn sie über die Grenze hinaus in jenen Zwischenbereich geraten, über den ich in einer kürzlichen Botschaft sprach. Alle Ursachen eines

Zusammenbruchs lassen sich auf diese drei zurückführen – meist sind es die ersten beiden. Nur drei oder vier Fälle endeten in Wahnsinn, und bei diesen handelte es sich unweigerlich um sexuelle Abirrung; die Folge davon ist meist eine gewaltsame Abkehr vom Yoga-Pfad. X ist keine Ausnahme von der Regel. X wurde nicht deshalb wahnsinnig, weil er auf die Einung mit dem Göttlichen drängte, sondern weil er trotz meiner wiederholten und eindringlichen Warnungen das, was herabkam, für eine mystische Sexualität und die Befriedigung eines großenwahnsinnigen Stolzes missbrauchte.

\*

Meist ist es einer gewissen erblich bedingten Anfälligkeit zuzuschreiben oder der Geburt (aufgrund bestimmter Geburtsumstände) oder einer ungenügenden nervlichen Ausgeglichenheit. Oft besteht im Vital übermäßiger Ehrgeiz, Lust oder sonst ein starker *ripu*. Diese jedoch, obgleich sie die Sadhana entstellen oder zerstören können, indem sie sie unerwünschten Kräften ausliefern, könnten keinen Wahnsinn herbeiführen – es sei denn, es bestünde ein gewisser Makel oder ein mangelhaftes nervliches Gleichgewicht. Auch Furcht oder übermäßige Anstrengung in der Meditation könnten ihn [den Wahnsinn] nicht herbeiführen, wenn sie sich nicht auf eine prädisponierte Schwäche richten. In einigen Fällen wird Besessenheit durch Wesen der vitalen Welten verursacht, auch ohne eine solche Anfälligkeit, doch ist das leichter heilbar. Es gibt jedoch Menschen, die ihr nervliches Gleichgewicht durch falsche Praktiken zerstören – in solchen Fällen hat aber der Wahnsinn wirklich nichts mit der Sadhana zu tun.

\*

Was die Dankbarkeit anbelangt, so ist sie ein seelisches Gefühl, und alles, was seelisch ist, trägt zum Blühen der Seele bei. Vom spirituellen Standpunkt aus betrachtet, ist die Emotion nichts Falsches, nur sollte sie auf dem Pfad nicht zur Fessel werden.

Dass die Herabkunft der Göttlichen Gnade Übelkeit und Nervosität hervorruft ist ganz ausgeschlossen – so etwas zu denken, widerspricht sich selbst. Manchmal, wenn man [die Yoga-Kraft] herabgezogen oder sich angestrengt bemüht hat, entsteht Kopfschmerz oder ein Gefühl; das dem Kopfschmerz gleicht; oder es kann, wenn man zu viel von der [Göttlichen] Kraft herabzieht, ein Schwindelgefühl entstehen – wenn man sich aber ruhig verhält, wird dies durch die Assimilierung des Herabgekommenen oder anderswie von selbst in Ordnung gebracht. Es entsteht niemals eine ungünstige oder beunruhigende Nachwirkung.

Die Vorstellung, dass X durch eine Göttliche Kraft wahnsinnig wurde, ist eine Absurdität und ein irrationaler Aberglaube. Menschen werden wahnsinnig, weil sie physisch dafür anfällig sind, was entweder erblich bedingt oder auf eine organische Ursache oder geheime Krankheit, wie Syphilis, zurückzuführen ist, wobei oft ein psychologischer Faktor die Wirkung auslöst (Ehrgeiz, der in Größenwahn mündet, Hypochondrie, Melancholie usw.). All das ereignet sich nicht nur im Yoga, sondern auch im täglichen Leben und hat dort die gleichen Ursachen. Es ist allerdings möglich, dass durch das Eindringen einer fremden Kraft eine Störung ausgelöst werden kann, doch ist

es nicht die Göttliche Kraft, die eindringt, sondern eine vitale Kraft. Die Herabkunft der Göttlichen Kraft kann nicht Wahnsinn verursachen, genausowenig wie sie die Ursache eines Schlaganfalls oder irgendeiner anderen physischen Krankheit sein kann. Wenn keine Anfälligkeit [zum Wahnsinn] besteht, kann man zwar alle Arten von Attacken haben, die von vitalen oder anderen Kräften oder von den eigenen Bewegungen der niederen Natur stammen und so heftig sein können, dass es nicht überboten werden kann, aber Wahnsinn werden sie nicht verursachen.

\*

Eine Herabkunft kann keinesfalls Übelkeit oder Brechreiz verursachen. Es ist möglich, dass, wenn man zu viel Kraft herabzieht, Kopfschmerz oder ein Schwindelgefühl entsteht; beides hört auf, wenn man sich ruhig verhält, nicht mehr [an der Yoga-Kraft] zerrt und [ das Herabgekommene] assimiliert. Eine Herabkunft kann keinesfalls [hohen] Blutdruck, Wahnsinn, einen Schlaganfall, Herzenschwäche oder irgendeine andere Krankheit auslösen.

Durch die Herabkunft der [Yoga-] Kraft tritt weder eine Krankheit noch eine erbliche Veranlagung, noch Wahnsinn zutage. Sie treten von selbst zutage wie im Fall X, der niemals und nirgendwo auch nur den geringsten Funken einer Herabkunft oder Kraft empfing. Erst nachdem er aus dem Gleichgewicht geraten war, haben wir eine Kraft auf ihn eingesetzt (nicht als Herabkunft, sondern als wirksames Mittel), um ihn so gut wie möglich im Zaum zu halten und gesund zu machen.

\*

Es ist durchaus möglich, dass das Körpersystem gestört wird, wenn man einen zu intensiven Ananda zulässt, bevor sich Reinheit und Friede in der Natur gefestigt haben; es ist mir aber kein Fall von Wahnsinn als Folgeerscheinung bekannt. Jedenfalls ist es eine Tatsache, dass der Ananda normalerweise nur gelegentlich kommt (ich meine im natürlichen Verlauf [der Sadhana] und nicht, wenn er herabgezogen wird), solange der Frieden und die Reinheit noch nicht die Grundlage bilden. Vermutlich ist das so in Ordnung.

\*

Jene, die geisteskrank werden, haben die wahre Verbindung verloren und den falschen Kontakt aufgenommen. Die Ursache hierfür ist entweder eine gewisse Unreinheit und ein nicht-spirituelles Begehren, womit der Suchende den Pfad betritt, oder eine gewisse Unaufrichtigkeit, ein Egoismus und eine falsche Haltung, oder eine Schwäche im Gehirn oder Nervensystem, welches die Macht, die es herabgerufen hat, nicht ertragen kann.

Der sicherste Weg ist, der Führung eines Menschen zu folgen, der selbst die Meisterschaft auf dem Pfad erlangt hat. Nur sollte dieser Führung vorbehaltlos und aufrichtig gefolgt werden; man darf nicht zulassen, dass sich das eigene Mental, seine

Ideen und Vorlieben einmischen. Es versteht sich natürlich von selbst, dass es eine wahre Führung sein muss, nicht die Führung durch einen Anfänger oder Betrüger.

\*

Epilepsie ist nicht Besessenheit – es ist eine Attacke oder höchstens ein vorübergehender Anfall. Geisteskrankheit weist immer auf eine Besessenheit hin. Die Erbumbstände schaffen eine Prädisposition. Einer vitalen Kraft oder einem vitalen Wesen ist es nicht möglich einzudringen oder vom Menschen Besitz zu ergreifen, solange nicht die Türen geöffnet sind, um sie einzulassen. Die Tür kann eine vitale Zustimmung oder Neigung oder ein physischer Defekt im Wesen sein.

\*

Epilepsie als solche ist das Zeichen einer vitalen Attacke, selbst wenn eine physische Ursache dafür besteht – die attackierende Kraft, die nicht fähig ist, das eigentliche Mental oder Vital zu stören, fällt den Körper an und benützt eine gewisse physische Ursache (latent oder zunehmend) zum Ausgangspunkt ihres Wirkens. Denn alles, was im Physischen verankert ist, bedarf einer physischen Unterstützung oder eines physischen Mittels, um sich Ausdruck zu verleihen.

\*

Geisteskrankheit wird immer durch eine vitale Attacke oder vielmehr ein Beherrschtwerden ausgelöst, obwohl auch oft eine physischer Grund besteht. Hysterie wird durch einen Druck aus der vitalen Welt hervorgerufen, auch manchmal durch eine vorübergehende Besessenheit. Das gleiche trifft für ein gewöhnliches Delirium nicht zu, dessen Ursache rein physisch ist – außer insofern, als jede Krankheit eine Attacke der niederen Kräfte der Natur ist; doch sind diese niederen Natur-Kräfte nicht vitale Wesen oder das, was wir spezifisch feindliche Kräfte nennen – sie spielen einfach ihre Rolle in der Natur; es besteht allerdings die Möglichkeit, dass ein Wesen von bestimmter Art über jeder Krankheit herrscht, und vermutlich ist es auch so. In Bengalen haben einige [dieser Wesen] spezielle Namen, und sie werden als Göttinnen verehrt, um die Heimsuchung abzuwenden. Aber wie gesagt, das sind Kräfte, nicht feindliche vitale Wesen.

Hinsichtlich des Interesses der vitalen Wesen, von Menschen Besitz zu ergreifen, ist zu sagen, dass die Wesen der vitalen Welt nicht den Menschen gleichen; sie haben ihre Freude an Kampf, Leid und Unordnung, welche ihre natürliche Atmosphäre darstellen. Außerdem wollen sie den Geschmack der physischen Welt kosten, ohne gezwungen zu sein, die Verpflichtung des Geborenwerdens auf sich zu nehmen, ein seelisches Wesen zu entwickeln und die Evolution zum Göttlichen hin zu durchlaufen. Sie wollen das bleiben, was sie sind, und dennoch an der physischen Welt und einem physischen Körper ihren Spaß haben.

\*

Bei diesen Fällen von Hysterie wird durch Aufheiterung oder Nachgeben normalerweise nichts erreicht – Festigkeit ist im allgemeinen besser, weil etwas vorhanden ist, das interessant sein will, um Sympathie wirbt und das Getue um die eigene Person liebt. Was die Heilung anbelangt, so ist das eine andere Sache – man muss sich von der subjektiven Ursache befreien, und das ist nicht leicht.

\*

Der Verlust von Ausgeglichenheit ruft Störungen im Bewusstsein hervor, und die feindlichen Kräfte benutzen dies, um anzugreifen, das ganze [Körper-] System durcheinanderbringen und ihre Arbeit tun zu können. Das ist der Grund, weshalb die Menschen hysterisch oder wahnsinnig werden oder sterben oder von hier fortgehen wollen.

\*

[Der Verlust von Ausgeglichenheit:] Eher bei Frauen als bei Männern, aber durchaus auch bei letzteren. Was ihn verursacht, ist eine Unfähigkeit, die vitalen Bewegungen durch die Vernunft zu kontrollieren, sowie eine Labilität des Vitals selbst, so dass es ohne Harmonie und Ordnung zwischen den Gefühlen und Impulsen hin und her schwankt.

\*

Ich möchte feststellen, dass X mir nicht wahnsinnig erscheint – es besteht kein Anzeichen einer Verwirrung des denkenden Mentals aufgrund einer Verletzung, eines Unfalls oder einer Krankheit. Was tatsächlich besteht, ist eine fixe Idee und das, was *folie de persécution* [Verfolgungswahn] genannt wird; aber das wird nicht durch Geisteskrankheit ausgelöst – es gibt Menschen, die sonst eine scharfe und durchaus gut geordnete Intelligenz besitzen und [trotzdem] darunter leiden. Von seinem Bild her zu urteilen scheint X ein zum Medium fähiges Element in sich gehabt zu haben und durch ein Missgeschick mit den Mächten der vitalen Welt in Kontakt gekommen zu sein, die fähig waren, ihn unter ihren Einfluss zu bringen – in jenem Teil des Bewusstseins, den wir das vitale Mental nennen; er ist daher unfähig, Dinge im richtigen Licht zu sehen, und wird von Suggestionen gequält, die ihre Spuren in ihm in Form von fixen Ideen hinterlassen haben, die ihn tyrannisieren und die er weder anzunehmen noch zurückzuweisen vermag. Unglücklicherweise ist dies eine Erkrankung des Bewusstseins, die sehr schwer zu heilen ist, weil der Patient selbst nichts zur Heilung beiträgt; er klammert sich vielmehr an seine fixe Idee und ruft sie sogar zurück, wenn ihm deren Einfluss entzogen wurde. Natürlich könnten wir ihm mitteilen, dass er weder wahnsinnig noch von Gott verflucht sei – das als solches genügt aber möglicherweise nicht, um ihn zu heilen.

\*



Ich schreibe dir heute bezüglich deines Sohnes X und seiner Krankheit, wenn man sie so bezeichnen kann. Ich werde zuerst ganz allgemein die Natur der Krankheit und ihre übliche Entwicklung beschreiben, das heißt den normalen Verlauf, wenn zu ihrer Heilung keine seelische oder spirituelle Kraft eingesetzt wird. Dann werde ich die beiden Möglichkeiten der Heilung andeuten.

Ich halte es für das beste, den Fall in seiner schlimmsten Form und nicht in seiner bestmöglichen darzulegen, weil es notwendig ist, dass du die volle Wahrheit kennst und Mut hast, ihr zu begegnen. Es handelt sich nicht um einen Fall echter physischer Erkrankung, sondern um den Versuch einer Beherrschung durch die vitale Welt; und die Ausbrüche und anderen physischen Symptome sind Zeichen nicht der Krankheit als solcher, sondern des Kampfes des natürlichen Wesens gegen den Druck des feindlichen Einflusses. Solch ein Fall bei einem Kind in diesem Alter weist auf eine gewisse Art von Anhäufung in der physischen Erbmasse hin, welche eine Gelegenheit oder Prädisposition schafft, die von der vitalen Invasion ausgenützt wird. Besonders das physische Bewusstsein und das physische Vital enthalten die Keime und Substanzen dieser Prädisposition. Das physische Wesen verändert ständig seine Komponenten, und in jeder Periode von sieben Jahren kommt es zu einer vollständigen Umwandlung. Wenn die Symptome dieser Veranlagung in der menschlichen Natur festgestellt werden und eine weise Einflussnahme und ein gutes Training von Seiten der Eltern ausgeübt wird, um sie zu eliminieren, und wenn das so wirksam geschieht, dass in den ersten sieben Jahren keine Krankheitskeime erkennbar sind, dann besteht im allgemeinen keine Gefahr mehr. Wenn sie hingegen bis zum siebten Jahr offenbar werden, dann ist die nächste Periode von sieben Jahren die kritische Periode, und im allgemeinen wird der Fall auf die eine oder andere Weise im oder vor dem vierzehnten Jahr entschieden.

Es gibt normalerweise drei Möglichkeiten. Die Schwierigkeit, den Fall eines so kleinen Kindes zu behandeln, besteht darin, dass sein Mental unentwickelt ist und zur Heilung nichts beitragen kann. Da sich aber das Mental in den zweiten sieben Jahren entwickelt, wird es, wenn es nicht abnorm schwach ist – was hier, glaube ich, nicht der Fall ist –, mehr und mehr dem Einfluss entgegenwirken. Wenn ihm dabei gute Lenkung und guten Einfluss geholfen wird, mag es durchaus erfolgreich sein, das feindliche Eindringen und seinen Druck zu bekämpfen. In diesem Fall hören die Ausbrüche auf, und es verschwinden auch die anderen Anzeichen des physischen Kampfes sowie die seltsamen sittlichen und vitalen Neigungen, und das Kind wird mental, sittlich und physisch ein gesundes normales Wesen.

Die zweite Möglichkeit ist, dass der Kampf zwischen dem natürlichen und dem eindringenden Wesen im seelischen Sinn unentschieden bleibt, das heißt, dass der Eindringling weder voll Besitz ergreifen noch gänzlich hinausgeworfen werden kann. In diesem Fall ist alles möglich – ein zerstörtes Mental, eine zerstörte Gesundheit, der Tod des Körpers oder eine gestörte, gesplante und dauernd abnorme Natur.

Die dritte und schlimmste Möglichkeit ist, dass das eindringende Wesen Erfolg hat und vollkommen Besitz ergreift. In diesem Fall werden die Ausbrüche und anderen Symptome verschwinden, das Kind mag physisch geheilt und gesund erscheinen, es wird aber ein abnormes und höchst gefährliches Geschöpf sein, das eine üble vitale Kraft mit all ihren schrecklichen Neigungen verkörpert und mit abnormen Mächten ausgestattet ist, um sie zu befriedigen.

Im Fall von X ist noch keine Besessenheit im vollen Sinn des Wortes zu verzeichnen, aber ein starker Druck und Einfluss, die durch die seltsamen Gewohnheiten,

über die du berichtet hast, deutlich werden. Diese werden durch das eindringende Wesen suggeriert und diktiert und stammen nicht von dem Jungen selbst. Die Furchtlosigkeit und Sicherheit, mit denen er diese Dinge tut, werden aus der gleichen Quelle eingegeben. Aber die Ausbrüche beweisen, dass es sich bislang noch nicht um Besessenheit handelt. Sie zeigen einen Kampf und eine zeitweilige Einflussnahme an, die wieder aufhören werden. Er befindet sich offensichtlich in einem früheren Stadium der kritischen Periode. Ich habe den Verlauf dargelegt, wie ihn die Krankheit normalerweise nimmt; es ist aber nicht notwendig, ihm zu folgen und das Risiko auf sich zu nehmen. Es gibt andere Mittel, die dem Kind helfen und eine völlige Heilung bewirken.

Das erste und einfachste [Mittel] besteht in der Heilung durch hypnotische Suggestion. Wenn diese in richtiger Weise angewandt wird, stellt sie ein absolut sicheres Heilmittel dar. Sie muss aber vor allem von jemandem praktiziert werden, der nicht selbst unter dem Einfluss von üblen Mächten steht, wie es bei manchen Hypnotisuren der Fall ist. Denn das würde zwangsläufig die Dinge verschlimmern. Vielmehr muss es jemand sein, der die richtige Ausbildung hat und gründlich Bescheid weiß; denn ein Fehler könnte verhängnisvoll sein. Das beste wäre, wenn jemand wie du selbst es tun könnte, der die notwendige Ausbildung und Kenntnis und zu dem Kind eine natürliche Beziehung hat und bereits einen Einfluss darauf ausübt.

Das andere Mittel der Heilung besteht in der Anwendung spiritueller Macht und der Ausübung spirituellen Einflusses. Wenn bestimmte seelisch-spirituelle Mittel angewandt werden könnten, wäre das so sicher und wirksam wie alles andere. Das ist aber nicht möglich, da es niemanden gibt, der das richtige Wissen besitzt. Der spirituelle Einfluss allein vermag es, doch wirkt er voraussichtlich nur langsam. Meist muss er durch jemanden am Ort übermittelt werden, und du selbst bist offensichtlich das richtige Instrument. Du hast an der Idee festzuhalten, dass ich dir zu diesem Zweck die Kraft sende, und dich dafür empfänglich zu machen und gleichzeitig deinen eigenen Willen und deinen natürlichen Einfluss auf das Kind zu einem direkten Kanal hierfür werden zu lassen. Der Wille muss ein ruhiger Wille sein, gelassen, vertrauensvoll und auf sein Ziel ausgerichtet, doch ohne Verhaftetsein; er muss unerschütterlich sein, auch angesichts eines noch so großen Widerstandes, und darf sich durch die Symptome der Krankheit weder beunruhigen noch entmutigen lassen. Deine Haltung dem Kind gegenüber muss die einer ruhigen und sicheren, schützenden Liebe sein, frei von emotioneller Schwäche und Unruhe. Es ist wichtig, als erstes solch einen Einfluss zu gewinnen, damit du die Fähigkeit hast, die Attacke abzuweisen, wenn sie kommt, und, wenn sie Boden gewinnt, stetig ihre Kraft und die Heftigkeit ihres Auftretens abzuschwächen. Ich ersehe aus deinem Brief, dass du bereits fähig warst, einen derartigen anfänglichen Einfluss auszuüben. Er muss aber aus der Entfernung ebenso wirken wie in seiner Gegenwart. Weiterhin musst du die Macht erwerben, um das Kind einen Schutzwall zu errichten, wenn du abwesend bist. Dann musst du lernen, einen fortwährenden Einfluss auf es auszuüben, welcher allmählich die eigenartigen und unerwünschten Gewohnheiten, die du in deinem Brief erwähnst, unterbindet. Das kann wirksam nicht durch irgendeinen äußeren Zwang geschehen, da dies diese Impulse vermutlich noch heftiger werden ließe. Es muss ein Wille, eine Suggestion und ein schweigender Einfluss sein. Wenn du findest, dass die Kontrolle zunimmt und diese Gewohnheiten abnehmen, ist es ein Zeichen, dass die Arbeit der Heilung begonnen hat. Es mag einige Zeit dauern, bis sie vollständig ist, denn diese vitalen Wesen sind sehr zäh und hartnäckig und nehmen die Attacke immer wieder auf. Die Heilung würde beschleunigt werden, wenn der Junge selbst in seinem

Mental einen Willen zur Umwandlung entwickeln könnte, denn das würde dem feindlichen Einfluss den Boden entziehen. Etwas in ihm erfreut sich an der Kraft, die mit dem Einfluss eindringt, und findet Gefallen daran, weshalb diese Dinge wiederkehren und fortdauern können. Dieses Element in ihm ruft die eindringende Gegenwart zurück, selbst wenn sie von innen her zurückgewiesen wurde. Ich werde natürlich versuchen, direkt und über dich auf ihn einzuwirken, aber die Mitwirkung eines Menschen, der sich am Ort befindet, verstärkt die Wirkung sehr und ist manchmal unerlässlich.

# ANHANG

## ***Zu den Briefen Sri Aurobindos***

Nachdem Sri Aurobindo sich 1926 nahezu völlig von der Außenwelt und auch von dem persönlichen Kontakt mit seinen Jüngern zurückgezogen hatte, forderte er diese auf, sich mit ihren Fragen und Problemen schriftlich an ihn zu wenden. Das taten sie und „schrieben ihm über alles, über ihre Heimsuchungen und Hoffnungen, ihre dunklen Nächte und verhangenen Tage, über plötzlichen Jubel, seltsame Ängste und bleierne Depressionen – oder sie stellten Fragen über Probleme der Philosophie, der Yogatechnik, über poetische Inspiration usw. usw.; und die Antwort kam und brachte den wahren Balsam spiritueller Hilfe, sie kam in Form einer Botschaft oder freundlicher Worte, sie kam als lange oder kurze Epistel, heiter oder ernst, doch immer dem Herzen oder der Wahrheit entspringend und in jeder Weise der Art der Anfrage sowie der Natur und Stimmung des Fragenden angemessen.“ So entstand in den Jahren zwischen 1927 und 1938 das gewaltige Werk und Lehrgebäude der „Briefe“, die in die Tausende gehen und jeden nur erdenklichen Aspekt des Integralen Yoga behandeln. Sie sind eine wahre Fundgrube Vielfältigster Unterweisung und in ihrer Unmittelbarkeit von größtem praktischen Wert für alle, die seinen Yoga ausüben und die Arbeit, zu der Sri Aurobindo aufruft, leisten wollen.

## ***Zeittafel***

- 1872 15. August, Aravinda Ghose wird in Kalkutta geboren.
- 1877 - 79 Besuch der Loretto-Schule in Darjeeling.
- 1878 21. Februar, Mira Richard – DIE MUTTER – wird in Paris geboren.
- 1879 Aravinda wird zur Ausbildung nach England geschickt.
- 1884 - 89 Besuch der St. Paul's Schule in London. 1889 macht er dort das Abitur.
- 1890 - 92 Studium in Cambridge.
- 1892 Tritt in den Staatsdienst des Maharaja Gaekwar von Baroda ein.
- 1893 12. Januar, er verlässt England und kehrt mit der S. S. Carthage nach Indien zurück.
  - 6. Februar, Ankunft am Apollo Bunder in Bombay. Eine „weite Stille“ senkt sich über ihn als er seinen Fuß auf indischen Boden setzt.
- 1895 Herausgabe der [Songs to Myrtila](#), eine Sammlung von Gedichten.
- 1896 Vermutliches Jahr der Herausgabe von [Urvasie](#), einem erzählenden Gedicht.
- 1898 Professor für Englisch am College von Baroda. Benützt seine freie Zeit ab 1902 für die Organisation, revolutionärer Tätigkeit und Propaganda in Bengalen.
- 1901 Heirat mit Mrinalini Bose.
- 1904 Anfänge im Yoga.
- 1906 Betätigt sich politisch in Kalkutta. Schreibt für die Zeitung [Bande Mataram](#).
- 1908 Begegnung mit dem Yogi Vishnu Bhaskar Lele in Baroda. Empfängt von ihm Unterweisungen und vermag die vollständige Stille in seinem Mental zu errichten. Erfahrung des Schweigenden [Brahman](#). Nach kurzer Zeit trennt er sich freundschaftlich von Lele. Inhaftierung im Gefängnis von Alipore unter der Anklage der Aufwiegelung.

- 1908 - 09 Im Gefängnis von Alipore; Verwirklichung des Kosmischen Bewusstseins und des Göttlichen (Sri Krishna) in allen Wesen und allem Dasein.
- 1909 Freispruch und Entlassung; die Uttara-Rede; Herausgabe der Zeitschrift [Karmayogin](#); Wiederaufnahme der politischen Tätigkeit.
- 1910 Zieht sich von der Politik zurück und verlässt Kalkutta; 4. April, Ankunft in Pondicherry, wo er sich fortan ganz dem Yoga widmet.
- 1914 29. März, erste Begegnung von Mira Richard und Sri Aurobindo; Gründung der Zeitschrift [Arya](#).
- 1914 - 21 In regelmäßiger Folge erscheinen im [Arya](#) Sri Aurobindos Hauptwerke.
- 1915 Herausgabe von „[Ahana and Other Poems](#)“. 21. Februar, Mira Richard feiert zum ersten Mal ihren Geburtstag in Pondicherry. 22. Februar, Mira Richard reist nach Frankreich ab.
- 1916 Mira Richard verlässt Frankreich, um einige Jahre in Japan zu verbringen.
- 1918 Tod von Mrinalini Ghose in Kalkutta.
- 1920 24. April, Mira Richard – DIE MUTTER – lässt sich, aus Japan kommend, in Pondicherry nieder.
- 1921 15. Januar, letzte Ausgabe des [Arya](#).
- 1922 DIE MUTTER übernimmt die Führung von Sri Aurobindos Haushalt; Gründung des Ashrams.
- 1926 24. November, Tag der [siddhi](#): die Herabkunft von Krishna, der Obermental-Gottheit, in das Stoffliche. Sri Aurobindo zieht sich von allen Kontakten mit der Außenwelt und seinen Jüngern zurück, um sich einer konzentrierten Sadhana zu unterziehen.
- 1928 Herausgabe des Buches [The Mother](#) (DIE MUTTER).
- 1930 - 38 Die beschränkte Korrespondenz, die Sri Aurobindo nach 1926 mit seinen Jüngern aufgenommen hatte, nimmt während dieses Zeitraumes sehr großen Umfang an. Die meisten dieser Briefe wurden später unter dem Titel [Letters on Yoga](#) (Briefe über den Yoga) veröffentlicht. In all diesen Jahren arbeitet Sri Aurobindo an seinem poetischen Werk, besonders an dem Epos [Savitri](#).
- 1933 Veröffentlichung von [The Riddle of this World](#) (Das Rätsel dieser Welt), eine Auswahl aus den Briefen.
- 1935 Veröffentlichung von [Lights on Yoga](#), eine Auswahl aus den Briefen.
- 1936 Veröffentlichung von [Bases of Yoga](#), eine Auswahl aus den Briefen.
- 1938 Durch einen Sturz verletzt sich Sri Aurobindo sein rechtes Bein und der regelmäßige Briefwechsel mit den Sadhaks findet ein Ende.
- 1939 - 40 Herausgabe des Werkes [The Life Divine](#) (Das Göttliche Leben).
- 1942 Herausgabe von [Collected Poems and Plays](#).
- 1943 2. Dezember, die Ashram-Schule wird gegründet.
- 1946 Herausgabe von [Hymns to the Mystic Fire](#).
- 1947 15. August, Indien erlangt die Unabhängigkeit an Sri Aurobindos 75. Geburtstag.
- 1948 Herausgabe von [The Synthesis of Yoga](#) (Die Synthese des Yoga).
- 1950 5. Dezember, Sri Aurobindos [Mahasamadhi](#). 9. Dezember, Sri Aurobindos Körper wird im Hof des Ashrams beigesetzt.
- 1950 - 51 Herausgabe seines Epos [Savitri](#).
- 1958 Herausgabe der beiden Briefbände [On Yoga](#).
- 1968 28. Februar, die Gründung von Auroville.
- 1972 Herausgabe der [Sri Aurobindo Centenary Edition](#) in 30 Bänden.

1973 17. November, **Mahasamadhi** DER MUTTER. 20. November, der Körper DER MUTTER wird im Hof des Ashrams beigesetzt.

## Glossar

### Erläuterungen zum Glossar

Zur Sanskritschreibweise

Sri Aurobindo verwendet für Sanskritbegriffe häufig eine allgemein gebräuchliche Transkription mit Großschreibung und ohne diakritische Zeichen. In dieser freieren Schreibweise wird zum Beispiel das Wort ‚*sraddha*‘ ‚Shraddha‘ geschrieben. Es handelt sich dabei meist um häufig vorkommende Worte, die er in den englischen Text einfügt. Er verwendet jedoch ebenso die Original-Sanskritschreibweise, in welcher die Worte klein geschrieben und mit diakritischen Zeichen versehen werden; im Druck wird dies kursiv hervorgehoben. Die deutsche Übersetzung folgt seiner Methode. Im Glossar werden beide Schreibweisen, zuerst der Original-Sanskritausdruck und in Klammern die Transkription angeführt.

Der Plural von Sanskritbegriffen wurde, abweichend vom eigentlichen Sanskrit, durch Anfügung eines "s" gebildet.

Bei der Erläuterung der Sanskritbegriffe im Glossar handelt es sich meist um Sri Aurobindos eigene Definition, welche die Bedeutung der Worte *nur so* wiedergibt, wie sie von ihm selbst gebraucht werden.

Zur deutschen Übersetzung:

Eckige Klammern bezeichnen Einfügungen entweder des Herausgebers der englischen Brief-Ausgabe oder des deutschen Übersetzers. Bei der Hervorhebung von Eigenschaftsworten, Fürworten usw. durch die Großschreibung folgt die deutsche Übersetzung dem englischen Text.

Das Wort „Geist“ wird sowohl in der deutschen philosophischen, religiösen und mystischen Überlieferung als auch in der Umgangssprache in ganz verschiedenem Sinn gebraucht. Es erschien daher angebracht für diesen zentralen Begriff in der Terminologie Sri Aurobindos das Wort „Spirit“ ins Deutsche zu übernehmen. Denn, wie Sri Aurobindo sagt: „... sowohl für spirituelles als auch für philosophisches Wissen ist es notwendig im Gebrauch der Ausdrücke klar und genau zu sein, um Verwechslungen von Gedanken und innerer Schau durch das Durcheinander der benutzten Worte zu vermeiden. „Spirit bezeichnet das Absolute, die alles durchdringende, allgegenwärtige Realität des Universums; es bezeichnet weiterhin den Atman, das Selbst, das wahre Wesen des Einzelnen, das rein und unberührt von den Wünschen und Mäkeln des Egos und der Welt der Unwissenheit ist.“

#### Erläuterungen der Sanskritbegriffe

*abhimāna* (Abhiman) Stolz, besonders verletzter Stolz, Hochmut;

*abhyāsa* fortwährendes Üben einer Methode;

*ādhāra* (Adhar) Gefährt, Gefäß, Stütze; das worin Bewusstsein jetzt enthalten ist;  
 Mental, Leben, Körper;  
*adhikārī* einer, der *adhikara* (Fähigkeit) für einen bestimmten Yoga-Weg hat;  
*adhyātma-sukham* spirituelles Glückseligkeit;  
*ahaṃkāra* (Ahankar) das teilende Prinzip des Ego;  
*ānanda* (Ananda) Seligkeit, Entzücken, spirituelle Ekstase;  
*ānandamaya* (Anandamaya) voller Ananda;  
*anirviṇṇacetasā* mit einem Bewusstsein, das frei von Verzagtheit ist;  
*anityam asukham* vergänglich und unglücklich;  
*anubhava* Erfahrung;  
*aprakāśa* Nicht-Vorhandensein von Licht; Dunkelheit, Vergesslichkeit;  
*apravṛtti* Trägheit;  
*apsaras* (Apsara) eine himmlische Nymphe;  
*artha* Interesse; stoffliche, wirtschaftliche und andere Ziele und Bedürfnisse des  
 Mentals und Körpers;  
*āsana* 1. Im Hatha-Yoga eine festgelegte Körperhaltung; 2. Ein Ort und eine  
 bestimmte Haltung, in welcher der Rishi sitzt, bis er die *siddhi* erlangt;  
*asura* ein feindliches Wesen;  
*ātman* (Atman) das Selbst, der Spirit; die ursprüngliche und essentielle Natur unseres  
 Daseins;  
*bhakta* jemand, der Gott liebt und anbetet;  
*bhāva* ein Seins-Zustand;  
*brahmacharya* (Brahmacharya) vollständige geschlechtliche Reinheit;  
*brahmaloka* die Welt des *brahman*, in der die Seele eins ist mit dem unendlichen  
 Dasein und dennoch fähig die Verschiedenheit im Einssein zu genießen;  
*dhyāna* Meditation, Kontemplation;  
*duḥkha* Leid;  
*duḥkhavāda* die Lehre des Leidens;  
*durgam paśhatat* „schwierig ist dieser Pfad zu beschreiten“;  
*gṛhastha* Hausvater – eines der vier Lebensstadien;  
*hāvabhāva* kokette Gesten, Schmeicheleien;  
*japa* Wiederholung eines Mantras oder eines der Namen Gottes;  
*jīvanmukta* der im Leben befreite Mensch;  
*jñāna* Wissen, Weisheit, höchste Selbstkenntnis;  
*jñāna-Yoga* der Yoga des Wissens;  
*kāma* Begehren;  
*kāmavāsānā* der Eindruck einer Lust oder eines Begehrens im Unterbewusstsein;  
*kāyamanovākyena* mit Körper, Mental und Rede;  
*krodha* Ärger;

*līlā* Spiel, das kosmische Spiel;  
*lobha* Gier;  
*madhura bhāva* „die süße Empfindung“, in der Vaishnava Bhakti die Beziehung zwischen dem Liebenden und dem Geliebten;  
*manomaya puruṣa* (Manomaya Puruṣa), die mentale Person, das mentale Wesen;  
*mauna* nicht zu sprechen;  
*maunavrata* ein Schweigegelöbnis;  
*milana* Kontakt, Einung;  
*namaskāra* eine indische Grußform;  
*nidrā* Schlaf;  
*nigraha* Unterdrückung;  
*nirvāṇa* Auslöschung; (Auslöschung des Egos, Begehrens und der egoistischen Tätigkeit und Mentalität)  
*nirvikalpa samādhi* vollständige Trance, in der es weder einen Gedanken noch eine Bewusstseinsregung gibt und auch keine Wahrnehmung von inneren und äußeren Dingen;  
*ojas* essentielle Energie;  
*paramahaṃsa* der befreite Mensch;  
*piśāca* (Pishacha) Dämon; ein feindliches Wesen des niederen Vitals;  
*prakāśa* (Prakasha) Licht, Erleuchtung, Ausstrahlung;  
*prakṛti* (Prakriti) Natur, Natur-Kraft; ausführende oder wirkende Kraft;  
*prāṇa* 1. Lebens-Energie; 2. Lebens-Alter;  
*praṇāma* (Pranam) sich verneigen;  
*prāṇāyāma* Beherrschung, Kontrolle des Atmens;  
*pravṛtti* (Pravritti) der Impuls zu Tätigkeit und Werken;  
*rākṣasa* (Rakshasa) ein feindliches Wesen der mittleren vitalen Ebene;  
*rākṣasī māyā* (Rakshasi Maya) die Illusion der Mächte der Finsternis;  
*rasa* Saft, Essenz, Geschmack;  
*retas* Samenkraft;  
*ripu* Feind;  
*ṛṣi* (Rishi) ein Seher, ein Weiser;  
*ṛtam* das Rechte, die Wahrheit, das Wahrheitsbewusstsein;  
*sādṛśya* Ähnlichkeit (mit dem Göttlichen)  
*sahadharmī* jemand, der das gleiche **dharmā** hat;  
*śakti* (Shakti) Energie, Kraft, die selbstwirkende und selbstbestehende Macht Gottes, die sich in dem Wirken der Prakriti ausdrückt;  
*sākṣī* Zeuge;  
*sālokya* das Weilen der Seele im Göttlichen;  
*samādhi* Yoga-Trance;



*samatā* Gleichmut, Ausgeglichenheit;  
*sāmrajya* Reich; die Meisterung der Umgebung und Umstände;  
*saṃyama* Selbstkontrolle, Konzentration;  
*sannyāsin* Asket;  
*śānti* Friede; spiritueller Friede;  
*satyāgraha* die indische nationale Bewegung des gewaltlosen Widerstandes unter Mahatma Gandhi trug diesen Namen;  
*śavāsana* eine Haltung im Hatha-Yoga, in welcher man auf dem Rücken liegt und völlig entspannt;  
*savikalpa* Trance Gestaltungen und Bewegungen des Bewusstseins;  
*sāyujya* die absolute Einung des Göttlichen mit dem menschlichen Spirit;  
*siddhi* Vollendung, Erfüllung;  
*śiṣya* Schüler, Jünger;  
*soma* die Pflanze, welche den mystischen Wein für das vedische Opfer lieferte; der Wein selbst, der die Berausung durch den Ananda darstellt;  
*suddhā bhakti* reine **bhakti**;  
*sukham* Glück;  
*sukhahāsyā* Freudigkeit;  
*suṣupti* Tiefschlaf; ein Traumzustand;  
*svadharma* (Swadharma) das Gesetz des Handelns des eigenen Wesens;  
*svapna* Traum, Traumzustand;  
*tamas* eines der **gunas**, das Prinzip der Trägheit;  
*tapasyā* spirituelle Disziplin, asketische Kraft, Askese;  
*upakāra* eine gute Wende;  
*upari budna eṣām* „ihre Grundlage ist über uns“;  
*utsīdeyur ime lokāḥ* „diese Welten würden in Stücke zerfallen“;  
*vāda* Lehre;  
*vaira* Feindseligkeit, Hass;  
*vairāgya* Abneigung, Ekel vor der Welt, Abkehr von der Welt;  
*vicāra* intellektuelle Überlegung;  
*yajña* Opfer; eine Tätigkeit, die den Göttern geweiht ist;  
*yuktāhārī yuktanidraḥ* jemand, der ausreichend isst und schläft.