

Das Umgebungsbewusstsein

Jeder trägt um sich herum ein Umgebungsbewusstsein¹ oder eine Umgebungsatmosphäre, durch die er in Beziehung mit anderen oder mit den universalen Kräften tritt. Durch dieses Bewusstsein treten diese Kräfte oder die Gedanken oder Gefühle anderer in uns ein.

Sri Aurobindo, Letters on Yoga I

Das Individuum ist nicht auf den physischen Körper begrenzt – nur das äußere Bewusstsein empfindet dies so. Sobald man dieses Gefühl der Begrenztheit überwindet, kann man zunächst das innere Bewusstsein spüren, das mit dem Körper verbunden ist, aber nicht zu ihm gehört, dann die Ebenen des Bewusstseins oberhalb des Körpers – und ebenso ein Bewusstsein, das den Körper umgibt, das aber ein Teil von uns ist, Teil des individuellen Wesens, durch den man in Kontakt mit den kosmischen Kräften und anderen Wesen ist. Dieses letzte habe ich das Umgebungsbewusstsein genannt.

Sri Aurobindo, Letters on Yoga I

Das eigene persönliche Bewusstsein des Menschen ist in seinem Körper verwurzelt und tritt mit seiner Umgebung nur durch seinen Körper, seine Sinne und sein Mental in Berührung, das diese Sinne verwendet². Doch ständig strömen die universalen Kräfte in ihn hinein, ohne dass er dies weiß. Er ist sich nur Gedanken, Gefühlen, etc. bewusst, die zur Oberfläche aufsteigen, und er hält diese für seine eigenen. Tatsächlich aber kommen sie von außen – in mentalen Wellen, vitalen Wellen, Wellen von Gefühl und Empfindung etc. – die in ihm [dem Menschen] besondere Formen annehmen und an die Oberfläche emporsteigen, nachdem sie eingetreten sind. Doch diese Dinge gelangen nicht unmittelbar in seinen Körper. Der Mensch trägt um sich herum ein Umgebungsbewusstsein (die Theosophen nennen es „Aura“), in das diese Dinge zunächst hineintreten. Wenn du dir dieses Umgebungs-Selbstes bewusst werden kannst, kannst du den Gedanken, die Leidenschaft³, die Suggestion oder die Kraft einer Krankheit, oder was immer es auch sein mag, abfangen, bevor sie eintreten und damit verhindern, dass sie in dich selbst eintreten. Wenn Dinge aus dir herausgeworfen werden, gehen sie oft nicht vollständig, sondern sie finden Zuflucht in dieser Umgebungsatmosphäre, und sie versuchen von dort wieder hineinzukommen – oder sie wahren einen größeren Abstand, außerhalb dieser Atmosphäre, verweilen in den Außenbezirken oder vielleicht sogar in größerer Entfernung, und warten dort, bis sie eine Möglichkeit erhalten, einen erneuten Eintritt zu versuchen.

Sri Aurobindo, Letters on Yoga I

¹ Engl.: environmental consciousness

² Sri Aurobindo nennt es gewöhnlich „Sinnesmental“ (sense-mind)

³ engl.: passion

Das Umgebungsbewusstsein kann still werden, wenn die Weite da ist. Man kann sich dann dieses Umgebungsbewusstseins bewusst werden und mit den Dingen umgehen, die durch es hindurchgehen. Ein Mensch ohne Umgebungsbewusstsein wäre ohne Kontakt mit dem Rest der Welt.

Sri Aurobindo, Letters on Yoga I

Diese Dinge [Selbstwertgefühl⁴, Depression, etc.] verstecken sich gewöhnlich in den Tiefen des Vitals oder des Physischen, in denen noch nicht die volle Kraft des Friedens und des Lichtes ist. Wenn sie von dort einigermaßen – oder vollständig – vertrieben wurden, können sie im Unterbewusstsein sitzen und von dort ihre Suggestionen nach oben senden. Wenn sie auch dort vollständig herausgeworfen wurden, dann verbleiben sie im Umgebungsbewusstsein und versuchen von dort einzugreifen, aber sie sind dann nicht mehr länger Teil des eigenen Bewusstseins und werden auch nicht mehr so empfunden. Sie werden als etwas empfunden, das versucht, von außen einzudringen.

Sri Aurobindo, Letters on Yoga I

Man kann von [von den niederen vitalen Bewegungen] frei sein, aber man kann nicht sagen, dass diese Befreiung vollkommen vollständig oder gesichert ist, bis die vollständige Transformation stattgefunden hat. Denn diese Dinge verbleiben immer im Umgebungsbewusstsein oder sogar in einer gewissen Entfernung im Universalen – und sie ergreifen jede Gelegenheit, von dort hineinzukommen.

Sri Aurobindo, Letters on Yoga I

Dies [Kräfte von Depression, Trägheit des Mentals, etc.] sind Dinge, die in der Atmosphäre herumwandern und ohne Vorwarnung auf uns springen. Es ist oft schwer zu sehen, wo sie genau herkommen – und oft gibt es dafür überhaupt keinen Grund oder irgendeine einladende Ursache in uns selbst. Sie müssen einfach hinausgeworfen werden, als wenn etwas auf den Körper fallen würde.

Sri Aurobindo, Letters on Yoga I

[Die Macht der niederen Kräfte, anzugreifen], ist nichts Geheimnisvolles. Diese Dinge waren in dir lange Zeit virulent und hartnäckig – und du hast ihnen nachgegeben. Deshalb haben sie eine

⁴ i.S. von Ego

große Kraft erlangt zurückzukehren, selbst nachdem du begonnen hast, sie zurückzuweisen. Dies liegt erstens daran, dass es eine Gewohnheit geworden war, zweitens daran, dass sie glauben, ein Recht über dich erlangt zu haben, drittens an der regelmäßigen Zustimmung und passiven Antwort gegenüber ihnen oder an dem regelmäßigen Erdulden dieser Kräfte – Dinge, die dem physischen Bewusstsein aufgeprägt wurden. Dieses physische Bewusstsein ist noch nicht befreit. Es hat noch nicht begonnen, gegenüber der höheren Kraft so empfänglich zu sein wie das Vital – deshalb kann es ihrem Eindringen nicht widerstehen. So ziehen sich diese Kräfte, wenn sie hinausgeworfen werden, in das Umgebungsbewusstsein zurück und verbleiben und verbergen sich dort. Und bei jeder Gelegenheit greifen sie die Zentren an, die daran gewöhnt waren, sie zu empfangen (das äußere Mental und das äußere emotionale Wesen), und treten ein. Dies geschieht bei den meisten Sadhaks. Zwei Dinge sind notwendig: Erstens – das Physische vollkommen den höheren Kräften zu öffnen; zweitens – ein Stadium zu erreichen, in dem die Kräfte, selbst wenn sie angreifen, nicht vollständig eindringen können; in dem das innere Wesen still und frei bleibt. Selbst wenn es dann noch eine Schwierigkeit an der Oberfläche gibt, wird es nicht mehr zu dieser Überwältigung kommen.

Sri Aurobindo, Letters on Yoga I

Das Umgebungsbewusstsein und das Unterbewusstsein sind zwei sehr verschiedene Dinge. Was im Unterbewusstsein gespeichert ist – Eindrücke, Erinnerungen – steigt von dort in die bewussten Wesensteile auf. Im Umgebungsbewusstsein sind die Dinge nicht gespeichert und fixiert – obwohl sie sich dort herumbewegen. Es ist voller Beweglichkeit, ein Feld der Vibration oder des Durchgangs von Kräften.

Sri Aurobindo, Letters on Yoga I

Diese Gelüste und Begierden sind alte Gewohnheiten des Physischen, die aus der universalen Natur zu ihm gekommen sind und die es als Teil von sich selbst und seines Lebens angenommen hat. Wenn diese Dinge vom Wachbewusstsein zurückgewiesen werden, versuchen sie, im Unterbewusstsein Zuflucht zu suchen – oder anderenfalls in dem, was man das Umgebungsbewusstsein nennen könnte. Von dort üben sie Druck auf das Bewusstsein aus und versuchen, ihren Griff zu erneuern oder einfach für eine gewisse Zeit wieder zurückzukehren. Wenn sie im Unterbewusstsein sind, kommen sie gewöhnlich in Träumen hoch, aber sie können auch in das Wachbewusstsein emporsteigen. Wenn sie aus der Umgebung kommen, nehmen sie die Form von Gedanken-Suggestionen oder Impulsen oder die Form eines vagen ruhelosen oder beunruhigenden Drucks an. Wahrscheinlich fühlst du diesen Umgebungsdruck. Wenn der Körper gleichzeitig mit dem neuen Bewusstsein, dem Frieden und der Macht gefüllt ist, dann fühlt man diesen äußeren Druck, aber er kann nicht länger stören. Er zieht sich schließlich in

eine größere Entfernung zurück und drückt nicht mehr unmittelbar auf das physische Mental oder den Körper – und verschwindet entweder rasch oder nach und nach.

Mit Umgebungsbewusstsein meine ich etwas, das jeder Mensch um sich herumträgt, außerhalb seines Körpers, selbst wenn er sich dessen nicht bewusst ist – etwas, durch das er mit Anderen und mit den universalen Kräften in Berührung ist. Gedanken, Gefühle, und weitere Dinge, die von Anderen kommen, durchlaufen dieses Bewusstsein und treten in uns ein. Und auch Wellen der universalen Kraft – Begehren, Sex, etc. – kommen durch es hinein und nehmen das Mental, das Vital oder den Körper in Besitz.

Sri Aurobindo, Letters on Yoga IV

Wenn diese Dinge [niedere Gefühle wie Eifersucht] zurückgewiesen werden und eine Zeit lang verschwinden, dann mag es sein, dass ein Teil von ihnen in das Umgebungsbewusstsein hinausgeht und von dort in einer Welle aus der allgemeinen Natur zurückkehren kann. Wenn man bewusst ist, kann man sogar spüren, wie sie hereinkommen. Die Zurückweisung solcher wiederkehrender Wellen ist ein wichtiger Teil der Reinigung⁵ und diese ist nicht vollständig, solange diese Macht der Wiederkehr noch da ist. Doch es kann ebenso sein, dass ein Teil nicht zurückgewiesen, sondern durch mentale Kontrolle unterdrückt wurde. Dann sinkt er ins Unterbewusstsein, und wenn das Unterbewusstsein aktiv ist (wie im Traum oder in einem passiven Zustand des Mentals), oder auch wenn das Unterbewusstsein selbst zur Reinigung nach oben gebracht wird, mag er – sogar mit großer Gewalt – emporsteigen. Besonders dann mag im Sadhak der Eindruck entstehen, dass man mit allem neu beginnen muss und dass nichts getan wurde. Doch dies ist nicht wirklich so. Man muss standhaft bleiben und darf nicht verärgert sein, sondern man muss sich diesmal fest und vollständig davon lösen, um es vollständig aus der Natur zu entwurzeln.

Sri Aurobindo, Letters on Yoga IV

Was gerade geschieht – das Absinken der Welle unterbewusster Gedanken und Bewegungen und ihr Druck auf das Mental – ist genau das, was geschehen sollte. Es ist nicht eine Unterdrückung oder ein Sich-Zurückziehen ins Unterbewusstsein, sondern eine Vertreibung aus dem bewussten Selbst, in das sie emporgestiegen ist. Es ist richtig, dass noch mehr aus dem Unterbewusstsein aufsteigen mag, doch dies wird etwas sein, was dort noch vorhanden ist. Was jetzt zurückgewiesen wird – wenn es überhaupt irgendwo hinget und nicht beseitigt wird – wird nicht in das Unterbewusstsein, sondern in das Umgebungsbewusstsein gehen, das man um sich herum trägt. Wenn es einmal dort ist, gehört es nicht mehr länger zu einem selbst, in keiner Weise. Und wenn es versucht zurückzukehren, dann als etwas Fremdes, das man nicht mehr

⁵ engl.: purification

annehmen oder länger erlauben darf. Dies sind die beiden letzten Stadien von Zurückweisung, in denen man von den alten Dingen der Natur frei wird – sie gehen in das Unterbewusstsein hinunter und man muss sie von dort loswerden, oder sie gehen in das Umgebungsbewusstsein und sind nicht mehr länger unseres.

Die Idee, das, was aus dem Unterbewusstsein aufsteigt, sich ständig wiederholen zu lassen, bis es sich erschöpft hat, ist nicht die richtige Idee. Denn dies würde den gestörten Zustand unnötigerweise verlängern und könnte schädlich sein. Wenn diese Dinge aufsteigen, müssen sie beobachtet und dann hinausgeworfen, nicht behalten werden.

Sri Aurobindo, Letters on Yoga IV