

## INHALTSVERZEICHNIS

|                   |  |    |
|-------------------|--|----|
| <b>2. Januar</b>  | Die Wonne des Seins<br>Um aus Zeit und Raum hinauszugehen, muß man die Manifestation verlassen<br>„Nicht ein gekreuzigter, sondern ein verherrlichter Leib wird die Welt erlösen.“<br>Das Bewußtsein und die materielle Welt umwandeln<br>Die neue Kraft selbst <i>ist</i> eure individuelle Anstrengung<br>Die Kraft der Wahrheit und die träge Passivität  | 9  |
| <b>9. Januar</b>  | Die Welt wurde in der Freude und für die Freude erschaffen<br>Die Spaltung, Ursache der Unwissenheit und aller Leiden<br>Nur die Wonne, die wahre göttliche Freude, kann den Sieg erringen<br>Das Spiel zwischen Gott und der Natur<br>Ein merkwürdiger Spaßvogel ist als Spielverderber gekommen: ein sehr kostspieliger Gewinn<br>Warum und wann Die Mutter ernst ist<br>Obere und untere Hemisphäre | 15 |
| <b>16. Januar</b> | Man denkt, fühlt, tut so vieles, ohne es zu wissen<br>Wenn man dieses göttliche Ich kennenzulernen versucht<br>„Was ist der eigentliche Grund meines Hierseins?“<br>Bewußt suchen heißt wirklich leben   | 23 |
| <b>23. Januar</b> | Der Endzweck<br>Wie soll man reine Wonne lernen?<br>Alle Dinge singen uns ihre Wonne<br>Selbstingabe, ohne irgendein Feilschen<br>Der „Honigtropfen“<br>Der göttliche Wille handelt, aber nicht offen  | 28 |
| <b>30. Januar</b> | Die Ketten<br>„Künstlerische Wirkung“<br>Die Menschen wollen die Freiheit, aber sie sind in ihre Ketten verliebt<br>Vor Schwierigkeiten und Hindernissen zählt die innere Haltung<br>„Will Gott, daß ich zwei Stücke Zucker in meinen Kaffee nehme oder nur eines?“<br>Wenn man etwas in Angriff genommen hat, muß man es beharrlich tun   | 80 |

|                    |   |    |
|--------------------|---|----|
|                    | <b>Wenn man sich auf eine mehr oder weniger verhängnisvolle Handlung einläßt, fühlt man <i>immer</i> ein Unbehagen in der Herzgegend</b>  | 35 |
| <b>6. Februar</b>  | <p>„Der Tod ist die Frage, die die Natur dem Leben fortwährend stellt...“</p> <p><b>Das größte Hindernis:</b> verhaftet sein mit den Dingen, so wie sie sind</p> <p><b>Das Spiel der Natur</b> harmonischer, wahrer machen</p>  | 41 |
| <b>7. Februar</b>  | <p>Unterschied zwischen gemeinsamer und individueller Meditation</p> <p><b>Initiationsgruppen</b></p> <p>Aktive und passive Haltung</p> <p>Die supramentale Kraft arbeitet nicht nur im Ashram</p>  | 45 |
| <b>13. Februar</b> | <p>Was ist das Geheimnis, zu dem der Schmerz hinführt?</p> <p><b>Das Geheimnis heißt:</b> aus dem Ego auftauchen, das Gefängnis verlassen, uns mit dem Göttlichen vereinen</p> <p>Wenn die physische Unordnung über einen kommt, braucht man keine Angst zu haben</p> | 49 |
| <b>20. Februar</b> | <p>„Die Begrenzungen des Körpers sind eine Gießform“</p> <p><b>Geistige Individualität</b></p> <p>Die Individualität ist eine Ausnahme, eine Leistung</p> <p><b>Einheit und Mannigfaltigkeit</b></p>  | 52 |
| <b>6. März</b>     | <p>In der Freiheit und zugleich in der Knechtschaft sein</p> <p>Der erste Ausdruck der Liebe ist das Dienen</p> <p>„Ich will unabhängig sein“</p>   | 57 |
| <b>8. März</b>     | Eine buddhistische Geschichte   | 60 |
| <b>13. März</b>    | <p><b>Der wahre Freund</b></p> <p>Ist nicht Gott der beste Freund?</p>  | 62 |
| <b>15. März</b>    | <p>Erinnerungen an Tlemcen</p> <p><b>Der Herr des Schnees</b></p>   | 66 |
| <b>20. März</b>    | <p>Gegen die menschliche Natur kämpfen</p> <p>Beim Vormarsch muß man die wahre Ruhe des vollständigen Vertrauens in die göttliche Gnade finden</p>  | 72 |
| <b>22. März</b>    | <p>Eine Einweihungsgeschichte</p> <p>Die höchsten Wahrheiten in seinem Alltag in die Tat umsetzen</p>   | 74 |

|           |   |     |
|-----------|---|-----|
| 27. März  | „Wenn nur die Menschheit einwilligte, sich spiritualisieren zu lassen“<br>Der Heldenmut, den Gott von uns will  | 79  |
| 3. April  | Die verschiedenen Gottesvisionen gehen ineinander auf<br>Eine neue Religion wäre unheilvoll<br>Ein neues <i>Leben</i> schaffen, ein neues <i>Bewußtsein</i> zum Ausdruck bringen  | 82  |
| 10. April | Wahre Haltung während der „Turniere“<br>Sport und Yoga<br>Ein Körper, der einen beherrscht, ist ein Feind<br>Sein Leben gestalten können  | 86  |
| 17. April | Umwandlung der Körperfunktionen<br>Spirituelle und materielle Beherrschung vereinen<br>Eine alte Aufteilung, die sich so festgesetzt hat!   | 91  |
| 24. April | „Vollkommenheit von oben“ und „Vollkommenheit von unten“<br>Yoga aus Lebensüberdruß<br>Es genügt nicht, daß der Spirit weht, das Instrument muß ihn auch offenbaren können<br>„Man muß von beiden Enden aus arbeiten, nicht das eine um des andern willen loslassen.“ | 95  |
| 1. Mai    | Wert sportlicher Wettkämpfe<br>Sei in jedem Augenblick das Höchste, das du sein kannst  | 101 |
| 8. Mai    | Spiele und vitale Befriedigung<br>Um seinen Körper zu vervollkommen, bedarf es einer strengen Disziplin<br>„Wenn man nicht raucht und nicht trinkt, lohnt sich das Leben nicht!“<br>Tiere vom Menschen angesteckt   | 104 |
| 15. Mai   | Differenzierung der Geschlechter: kein ewiges Symbol<br>Umwandlung des Körpers und Umwandlung des Geistes und des Vitalen<br>Wo ist der größte Widerstand? In deinem Kopf   | 109 |
| 29. Mai   | Anläßlich der fortschreitenden Umwandlung<br>„Ein göttliches Leben in einem göttlichen Körper...“<br>Wenn man sich im gewöhnlichen physischen Bewußtsein befindet, muß man mit gewöhnlichen physischen Hilfsmitteln auf seinen Körper einwirken                       |     |

|          |   |     |
|----------|---|-----|
|          | Öffnung gegenüber dem supramentalen Einfluß jetzt<br>auf der Erde realisierbar<br>„Du sein, ausschließlich, vollkommen ... ganz einfach“  | 113 |
| 5. Juni  | Wenn man aufmerksam läse, was Sri Aurobindo geschrieben hat, hätte man die Antwort auf alle Fragen<br>Das Wirken in der Stille ist <i>immer</i> viel wichtiger<br>Meditation: still sein, so vollkommen wie möglich in einer inbrünstigen Schwingung                        | 118 |
| 12. Juni | Fasten und spiritueller Fortschritt<br><i>Das einzige</i> wirklich Effektive ist die Bewußtseinsänderung<br>Die vollkommene Reinheit heißt <i>sein</i> , und das ist Aufrichtigkeit   | 122 |
| 19. Juni | Krankheiten und Yoga; Angst<br>Gebrauch von Medikamenten<br>Ein gedanklicher Entschluß, um gesund zu werden, genügt nicht<br>So viele Erklärungen wie es Bewußtseinsebenen gibt   | 125 |
| 26. Juni | Das Supramentale und die direkte Transmutationsmethode<br>Unterschied zwischen Mann und Frau<br>An die Seele mußt du dich wenden, nie an den Körper<br>Ein Urteil über jemanden fällen: geistige Überheblichkeit<br>Man muß in einer anderen Welt leben<br>Eine neue Geburt | 132 |
| 3. Juli  | Gemeinschaftsyoga: „Das Grandhotel“<br>Das schöpferische Bewußtsein der neuen Welt<br>Gnostische oder supramentale Gemeinschaft   | 141 |
| 9. Juli  | Die Schwatzhaftigkeit, ein spiritueller Selbstmord  | 147 |
| 10. Juli | Die Dinge auf neue Weise empfinden<br>Eine Schöpfung des Obergeistes<br>Eine neue Welt ist <i>geboren</i><br>In der supramentalen Schöpfung wird es <i>keine Religionen mehr</i> geben<br>„Ich lade euch zum großen Abenteuer ein“  | 148 |
| 17. Juli | Leibeserziehung und okkulte Verfahren<br>Alles was ihr tut, tut es bewußt   | 156 |

|                      |  |     |
|----------------------|--|-----|
| <b>24. Juli</b>      | <b>Das eingefaltete Supramentale</b><br>Unerlässlich ist in allen Fällen der <i>glühende Wille zum Fortschritt</i><br>Man schläft ein, man vergißt ...<br>Wir können diese neue Welt werden  | 160 |
| <b>31. Juli</b>      | <b>Wie man im Körper die Sehnsucht nach dem Göttlichen weckt</b><br>Das Kind träumt vom Wunder<br>Wenn der Glaube in den Körperzellen erwacht<br>Der Körper trägt in sich das Gefühl seiner Göttlichkeit<br>„Das Leben <i>soll</i> so sein, und <i>es wird so sein!</i> “  | 164 |
| <b>7. August</b>     | <b>Die Herabkunft des Übergeistes</b><br>Zwei sehr widerständige Punkte: Politik und Geld<br>Aus dem Chaos herauskommen<br>Eine Konzentration der Kraft, des Lichtes, der Wahrheit durchführen, daß der Orkan diese beginnende Verwirklichung nicht mit sich reißt   | 169 |
| <b>14. August</b>    | <b>Sri Aurobindo, eine ewige Geburt in der Geschichte der Welt</b>   | 175 |
| <b>21. August</b>    | <b>Sinken des allgemeinen Bewußtseinsniveaus im Ashram</b><br>Das individuelle Niveau hat sich gesenkt<br>Die Fortschrittsspirale  | 176 |
| <b>28. August</b>    | <b>Die Menschheit und der supramentale Einfluß</b><br>Freiheit und göttlicher Wille<br>Der Höchste, in die Betrachtung seines Bildes versunken   | 179 |
| <b>4. September</b>  | <b>Eine „ewige Geburt“: physische, mentale, psychische und spirituelle Erklärung</b>   | 181 |
| <b>11. September</b> | <b>Vitale Ähnlichkeiten; Anziehung, Abneigung</b><br>Alles mit einem Lächeln betrachten<br>Ziel der Evolution  | 183 |
| <b>18. September</b> | <b>Platz des Okkultismus im supramentalen Leben</b><br>Das supramentale Leben — ein Paradies, in dem alle das gleiche auf die gleiche Art tun?<br>Alle treiben Okkultismus, ohne es zu wissen<br>Auch in der vollkommensten supramentalen Verwirklichung wird es <i>immer</i> eine Differenzierung zwischen den Fähigkeiten eines jeden geben<br>Verschiedene Verwirklichungsebenen im Supramentalen | 188 |

|                      |   |     |
|----------------------|---|-----|
| <b>25. September</b> | Der Übergangsmensch zwischen der Menschheit in ihrem jetzigen Zustand und dem supramentalen Menschen<br>Die Umwandlung im Licht   | 194 |
| <b>2. Oktober</b>    | Der Lichtgeist<br>Der wahre Buddha<br>Buddhas Lehre und die Supramentalisierung<br>Man will von der Vergangenheit nichts fallen lassen  | 196 |
| <b>9. Oktober</b>    | Der Übergeist ist „hinter den Dingen verborgen“<br>Die Realität der Welt ist ganz subjektiv<br>Das Wahrheitsbewußtsein  | 203 |
| <b>16. Oktober</b>   | Die Involution des Spirits<br>Die Mutter erzählt die „Schöpfungsgeschichte“   | 207 |
| <b>23. Oktober</b>   | „Das bedeutsame Leitmotiv der irdischen Existenz“<br>Im Zentrum <i>jedes Atoms</i> dieser Materie ist die höchste göttliche Wirklichkeit verborgen<br>Vom Stein zum Menschen<br>Die Bewußtseinskraft geht im Menschen über sich selbst hinaus       | 211 |
| <b>30. Oktober</b>   | Doppelte Bewegung der Evolution<br>Erinnerung an frühere Leben<br>Das Verschwinden einer Gattung<br>Der große Kessel der Natur  | 216 |
| <b>13. November</b>  | Überlegenheit des Menschen über das Tier<br>Kein Universum ohne die Herabkunft des Bewußtseins<br>Herrschaft über das Feuer und die artikulierte Sprache:<br>Symbole der Überlegenheit des Menschen   | 221 |
| <b>27. November</b>  | Individuelle und universale Evolution<br>Sterben und wiedergeboren werden<br>Dauerndes Bewußtseinsprinzip: ein kostbares Steinchen, das immer kostbarer wird, indem es von einer Form in die andere geht<br>Warum hat sich das Göttliche versteckt? | 226 |
| <b>4. Dezember</b>   | Wird es dem Menschen genügen, ein Mensch zu sein, oder wird er zu der Notwendigkeit erwachen, etwas anderes zu sein?<br>Schaffung der höheren Form<br>Unendliche Möglichkeiten in allen Bereichen   | 232 |

|                     |  |     |
|---------------------|--|-----|
| <b>11. Dezember</b> | Wie ist der erste Mensch erschienen?<br>Das Bewußtsein geht der Form voraus  | 237 |
| <b>18. Dezember</b> | Die Welt ist eine Illusion: Was ist das Wahre dahinter?<br>Die supramentale Macht: erster sich manifestierender<br>Aspekt, um die neue Gattung zu beschützen<br>Echte Reinheit ist vollkommene Hingabe an den Höch-<br>sten<br>Versucht nie, die Kraft an euch zu ziehen, oder ihr werdet<br>dem Abgrund nahe sein | 240 |