

---

## Die drei Ebenen des menschlichen Lebens

von  
W. Q. Judge

---

*The Path, August 1888*

Ich spreche von gewöhnlichen Menschen. Der Adept, der Meister, der Yogi, der Mahatma, der Buddha – sie alle leben in mehr als drei Zuständen, während sie in dieser Welt inkarniert sind und sie sind sich all dieser Zustände voll bewusst, während der gewöhnliche Mensch sich nur des Ersten bewusst ist – des Wachlebens, wie das Wort „bewusst“ heute verstanden wird.

Jeder ernsthafte Theosoph sollte die Bedeutung dieser drei Zustände kennen und insbesondere wissen wie wichtig es ist, dass man in Swapna nicht die Erinnerung an die Erfahrungen in Sushupti verliert und in Jagrata nicht die Erinnerung an Swapna und umgekehrt.

Jagrata, unser Wachzustand, ist der Zustand, in dem wir uns regenerieren müssen; in dem wir zu einem vollständigen Bewusstsein des Selbst, in unserem Inneren gelangen müssen, denn in keinem anderen Zustand ist Erlösung möglich.

Wenn ein Mensch stirbt gelangt er, entweder in den höchsten Zustand aus dem es keine Rückkehr gegen seinen Willen gibt, oder in die anderen Zustände – Himmel, Hölle, Avitchi, Devachan, was auch immer –, aus denen eine Rückkehr zur Inkarnation unvermeidlich ist. Aber er kann nicht in den höchsten Zustand gelangen, wenn er sich nicht selbst vervollkommnet und erneuert hat; wenn er nicht die wunderbaren und leuchtenden Höhen auf denen die Meister stehen, erreicht hat, während er in einem Körper ist. Diese so sehnlichst gewünschte Vollendung kann nur erreicht werden wenn das Wesen zu einem bestimmten Zeitpunkt seiner Entwicklung, die Schritte unternimmt die zum endgültigen Erreichen führen. Diese Schritte können und müssen unternommen werden. Im allerersten Schritt liegt die Möglichkeit des letzten, denn einmal in Gang gesetzte Ursachen bringen auf ewig ihre natürlichen Ergebnisse hervor.

Zu diesen Schritten gehört die Kenntnis und das Verständnis der drei zuerst erwähnten Zustände.

Jagrata wirkt auf Swapna ein, erzeugt Träume und Suggestionen und stört entweder die Anweisungen, die aus dem höheren Zustand kommen, oder hilft dem Menschen durch Wachruhe und Konzentration, die dazu neigen, die Verzerrungen der mentalen Erfahrungen des Traumlebens zu verringern. Swapna wiederum wirkt auf den Wachzustand (Jagrata) durch die guten oder schlechten Suggestionen, die ihm in Träumen gegeben werden. Alle Erfahrungen und alle Religionen sind voller Beweise dafür. Im sagenumwobenen Garten Eden flüsterte die listige Schlange dem schlafenden Sterblichen ins Ohr, damit er, wenn er aufwachte das Gebot übertreten würde. In Hiob heißt es, dass Gott den Menschen im Schlaf, in Träumen und in nächtlichen Visionen unterweist. Und das gewöhnliche introspektive und traumhafte Leben der meisten Menschen bedarf keiner Beweise.

Mir sind viele Fälle bekannt, in denen Menschen zu Handlungen verleitet wurden, gegen die sich ihre bessere Natur auflehnte, wobei die Anregung zu dieser Handlung ihnen im Traum kam. Das lag daran, dass der unheilige Zustand ihrer wachen Gedanken ihre Träume infizierte und sie für böse

Einflüsse empfänglich machte. Durch natürliche Aktion und Reaktion vergiftete er, sowohl Jagrata als auch Swapna. Es ist daher unsere Pflicht, diese beiden Ebenen zu reinigen und klar zu halten.

Der dritte Zustand, der allen gemeinsam ist, ist *Sushupti*, was mit „traumloser Schlaf“ übersetzt wurde. Die Übersetzung ist unzureichend, denn obwohl es traumlos ist, ist es auch ein Zustand in dem sogar Kriminelle durch ihre höhere Natur mit spirituellen Wesen kommunizieren und in die spirituelle Ebene eintreten. Es ist das große spirituelle Reservoir durch das die enorme Dynamik in Richtung eines bösen Lebens in Schach gehalten wird. Und weil es für sie unwillkürlich ist hat es eine ständig heilsame Wirkung.

Um das Thema besser zu verstehen, ist es gut, sich etwas genauer anzuschauen was passiert, wenn man einschläft, träumt und dann in *Sushupti* eintritt. Wenn die äußeren Sinne abgestumpft sind, beginnt das Gehirn, Bilder zu erzeugen, die Wiedergaben von Handlungen und Gedanken aus dem Wachzustand und bald schläft man ein. Man ist dann in eine Ebene der Erfahrung eingetreten die genauso real ist, wie die gerade verlassene, nur dass sie von anderer Art ist.

Wir können dies grob vom Wachleben durch eine imaginäre Trennwand auf der einen Seite und von *Sushupti* durch eine weitere Trennwand, auf der anderen Seite trennen. In diesem Bereich wandert er umher, bis er beginnt sich darüber hinaus in höhere Sphären zu erheben. Dort gibt es keine Störungen durch die Gehirnaktivität, und das Wesen nimmt soweit es seine Natur zulässt, am „Festmahl der Götter“ teil. Aber er muss in den Wachzustand zurückkehren und er kann nur auf dem Weg zurückkehren auf dem er gekommen ist, denn da sich *Sushupti* in alle Richtungen erstreckt und *Swapna* darunter ebenfalls in alle Richtungen, gibt es keine Möglichkeit sofort aus *Sushupti* in *Jagrata* zu gelangen. Und das gilt auch dann, wenn bei der Rückkehr keine Erinnerung an einen Traum erhalten bleibt.

Nun hat der gewöhnliche, unkonzentrierte Mensch aufgrund seines Mangels an Fokus, der auf vielfältige und verwirrte Gedanken zurückzuführen ist, sein *Swapna*-Feld oder seinen *Swapna*-Zustand in Unordnung gebracht, und beim Durchlaufen dieses Zustands werden die nützlichen und erhebenden Erfahrungen von *Sushupti* vermischt und verzerrt, was ihm als wachendem Menschen nicht den Nutzen bringt, auf den er sowohl ein Recht als auch eine Pflicht hat. Auch hier zeigt sich wieder die dauerhafte Wirkung, entweder nachteilig oder umgekehrt, des Verhaltens und der Gedanken im Wachzustand.

Es scheint also, dass er versuchen sollte, den *Swapna*-Zustand so zu klären und zu beleben, dass die dort bestehende Verwirrung und Verzerrung beseitigt wird, damit er beim Erwachen eine umfassendere und klarere Erinnerung an das hat, was in *Sushupti* geschehen ist. Dies geschieht durch eine verstärkte Konzentration auf hohe Gedanken, auf edle Ziele, auf alles, was in ihm im Wachzustand das Beste und Geistigste ist. Das beste Ergebnis kann nicht in einer Woche oder einem Jahr erreicht werden, vielleicht nicht einmal in einem Leben, aber einmal begonnen, wird es in einer späteren Inkarnation zur Vollkommenheit der spirituellen Kultivierung führen.

Durch diesen Kurs wird in ihm, im Wachzustand, ein Anziehungspunkt geschaffen zu dem alle seine Energien fließen, so dass wir uns das als einen Fokus im wachen Menschen vorstellen können. Zu diesem Fokuspunkt – von dieser Ebene aus betrachtet – laufen die Strahlen des gesamten wachen Menschen in Richtung *Swapna* zusammen und versetzen ihn mit größerer Klarheit in den Traumzustand. Durch diese Reaktion entsteht ein weiterer Fokus in *Swapna*, durch den er, in einem gesammelten Zustand, in *Sushupti* eintreten kann. Auf dem Rückweg geht er über diese Punkte durch *Swapna*, und dort wo die Verwirrung geringer ist tritt er in seinen gewohnten Wachzustand ein, zumindest bis zu einem gewissen Grad im Besitz der Vorteile und des Wissens von *Sushupti*.

Der Unterschied zwischen dem Menschen, der nicht konzentriert ist und dem der es ist, besteht darin, dass der erste durch die oben postulierten imaginären Trennwände von einem Zustand in den anderen übergeht, so wie Sand durch ein Sieb, während der konzentrierte Mensch von einem in den anderen übergeht, ähnlich wie Wasser durch ein Rohr oder die Sonnenstrahlen durch eine Linse. Im

ersten Fall ist jeder Sandstrom eine andere Erfahrung, eine andere Reihe verwirrender und unregelmäßiger Gedanken, während der gesammelte Mensch als Besitzer regelmäßiger und klarer Erfahrungen hin- und zurückkehrt.

Diese Gedanken erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit, aber soweit sie reichen werden sie für richtig gehalten. Das Thema ist sowohl von enormer Tragweite als auch von großer Bedeutung, und Theosophen werden aufgefordert, die Gedanken und Handlungen ihrer Wachstunden zu reinigen, zu erheben und zu konzentrieren, damit sie nicht Nacht für Nacht und Tag für Tag ständig und ziellos in diese natürlichen und weise bestimmten Zustände eintreten und aus ihnen zurückkehren, ohne weiser zu sein und ohne besser in der Lage zu sein, ihren Mitmenschen zu helfen. Denn auf diese Weise, wie durch den kleinen Faden der Spinne, können wir den freien Raum des spirituellen Lebens gewinnen.

