

## **Empfänglichkeit**

Empfänglichkeit ist die Fähigkeit, das Göttliche Wirken zuzulassen und zu bewahren.

Empfänglichkeit: sich des Göttlichen Willens bewusst und ihm überantwortet zu sein.

*Die Mutter, Words of the Mother II*

\*\*\*

Integrale Empfänglichkeit: Das gesamte Wesen ist sich des Göttlichen Willens bewusst und gehorcht ihm.

Psychische<sup>1</sup> Empfänglichkeit: Das Psychische antwortet freudvoll auf die emporsteigende Kraft.

Mentale Empfänglichkeit: immer bereit zu sein zu lernen.

Emotionale Empfänglichkeit: Emotionen, die vergöttlicht werden wollen.

Vitale Empfänglichkeit gibt es nur, wenn das Vital versteht, dass es transformiert werden muss. Das Vital erblüht im Sehnen nach dem Göttlichen.

Physische Empfänglichkeit: die [Empfänglichkeit], die man nur gegenüber dem Göttlichen haben sollte.

Supramentalisierte Empfänglichkeit: die Empfänglichkeit von morgen.

*Die Mutter, Words of the Mother II*

\*\*\*

Sie [die Stille<sup>2</sup>] ist nur die rechte Bedingung für Empfänglichkeit. Naturgemäß ist es genau das, was du tun musst, um empfänglich oder innerer Dinge bewusst zu werden. Solange das Mental umherspringt oder zu äußeren Dingen herausstürzt, ist es nicht möglich, im Inneren gesammelt, innerlich bewusst zu sein.

*Sri Aurobindo, Letters on Yoga III*

\*\*\*

### **(Meditation)**

Empfänglich sein bedeutet, den Drang zu geben zu spüren – und die Freude, dem göttlichen Werk alles zu geben, was man hat, was man ist, was man tut.

*Die Mutter, Words of the Mother II*

\*\*\*

---

<sup>1</sup> = seelische

<sup>2</sup> im Sinne von Ruhe und Gelassenheit

Innigkeit, Vertrautheit mit dem Göttlichen: vollständige Überantwortung an das Göttliche und vollkommene Empfänglichkeit für Seinen Einfluss, ohne irgendwelche Bedingungen für diese Innigkeit.

*Die Mutter, Words of the Mother II*

\*\*\*

Meine Liebe ist immer mit dir; wenn du sie also nicht fühlst, liegt es daran, dass du nicht in der Lage bist, sie zu empfangen. Es fehlt an deiner Empfänglichkeit – sie sollte zunehmen. Dazu musst du dich öffnen, und man öffnet sich nur, wenn man sich gibt. Sicherlich versuchst du mehr oder weniger bewusst, die Kräfte und die göttliche Liebe zu dir hinzuziehen. Diese Methode ist schlecht. Gib dich selbst ohne Berechnung und ohne dafür etwas zu erwarten – und dann wirst du fähig sein zu empfangen.

*Die Mutter, Words of the Mother II*

\*\*\*

Versuche zufrieden zu sein mit dem, was du empfangen hast, denn es ist eine Frage der Empfänglichkeit. Ich gebe – das kannst du mir glauben – immer viel mehr als die Menschen empfangen können, und in zwei oder drei Minuten könnten sie vollkommen genug für einen ganzen Monat haben. Aber das Mental greift mit seinen unwissenden Forderungen ein, und die ganze Sache ist verdorben.

*Die Mutter, Words of the Mother II, 29. Januar 1964*

\*\*\*

In diesem Yoga besteht das ganze Prinzip darin, sich dem Göttlichen Einfluss zu öffnen. Er ist da, über dir, und wenn du dir dessen einmal bewusstwerden kannst, musst du ihn in dich hinabrufen. Er steigt in das Mental und in den Körper als Friede hinab – als ein Licht, als eine wirkende Kraft, als Gegenwart des Göttlichen mit oder ohne Form, als Ananda<sup>3</sup>. Bevor man dieses Bewusstsein hat, muss man Glauben haben und sich nach der Öffnung sehnen. Sehnen<sup>4</sup>, Ruf, Gebet sind Formen ein und derselben Sache und alle sind wirksam. Du kannst die Form wählen, die dir kommt oder die am einfachsten für dich ist. Ein anderer Weg ist Konzentration – du konzentrierst dein Bewusstsein im Herzen (manche tun dies im Kopf oder oberhalb des Kopfes) und du meditierst im Herzen auf die Mutter und rufst sie dort hinein. Oder man kann eines von beiden oder beide zu unterschiedlichen Zeiten tun – was immer auf natürliche Weise zu dir kommt oder wozu du gerade in diesem Moment bewegt wirst. Besonders zu Anfang besteht die eine große Notwendigkeit darin, das Mental ruhig zu stellen, während der Meditation alle Gedanken und Bewegungen zurückzuweisen, die der Sadhana<sup>5</sup> fremd sind. Im stillen Mental wird es eine fortschreitende Vorbereitung für die Erfahrung geben. Doch du darfst nicht ungeduldig werden, wenn nicht alles gleich geschieht. Es benötigt Zeit, vollständige Stille in das Mental zu bringen; du musst weitermachen, bis das Bewusstsein bereit ist.

*Sri Aurobindo, Letters on Yoga III*

---

<sup>3</sup> Glückseligkeit

<sup>4</sup> Aspiration

<sup>5</sup> spirituelle Praxis; hier: Praxis des Integralen Yoga

**(Meditation)**

Die Hilfe ist immer da.

Du selbst musst deine Empfänglichkeit lebendig halten. Die Göttliche Hilfe ist viel unermesslicher als das, was irgendein Mensch imstande ist zu empfangen.

*Die Mutter, Words of the Mother II*

\*\*\*

*Wie kann ich meditieren? Was ist mit „Öffnung“ gemeint? Wo sollte ich mich öffnen?*

Eine innere Reinheit und Empfänglichkeit, die den Einfluss der Mutter unbehindert hineinlässt. Beginne mit dem Herzen.

*Die Mutter, Words of the Mother II*

\*\*\*

Offenheit, Aufgeschlossenheit ist der Wille, die Kraft und den Einfluss zu empfangen und sie für den Fortschritt zu nutzen – das beständige Sehnen, mit dem Bewusstsein in Verbindung zu bleiben, der Glaube, dass die Kraft und das Bewusstsein immer mit dir sind, um dich herum, in dir sind, und dass du nur nicht zulassen darfst, dass etwas im Wege steht, sie zu empfangen.

*Die Mutter, Words of the Mother II*

\*\*\*

Es ist sehr gut, dass du die Ruhe wiedergefunden hast.

Denn in der Ruhe kann der Körper seine Empfänglichkeit steigern und die Kraft gewinnen [das, was kommt] zu halten.

*Die Mutter, Words of the Mother II*

\*\*\*

Um neu gefüllt zu werden, muss das Gefäß manchmal leer werden. Wir fühlen uns dann leer, wenn wir uns für größere Empfänglichkeiten vorbereiten.

*Die Mutter, Words of the Mother II*

\*\*\*

**(Meditation)**

Die Empfänglichkeit wächst mit der Weitung des Bewusstseins und der Zielgerichtetheit des Sehens<sup>6</sup>.

*Die Mutter, Words of the Mother II, 22. Dezember 1934*

\*\*\*

---

<sup>6</sup> ein Sehnen, das in allen Wesensteilen einheitlich ausgerichtet ist, engl.: one-pointedness

Um in der Lage zu sein, die Göttliche Kraft zu empfangen und sie durch dich im äußeren Leben wirken zu lassen, sind drei Voraussetzungen nötig:

1. Stille, Gleichheit<sup>7</sup> – durch nichts, was geschieht, gestört zu werden; das Mental still und fest<sup>8</sup> zu halten – ein Mental, das das Spiel der Kräfte sieht, selbst aber ruhig bleibt.
2. Absoluter Glaube – ein Glaube, dass das Beste geschehen wird; aber ebenso, dass wenn man sich selbst zu einem wahren Instrument machen kann, das Ergebnis [genau] das sein wird, was der durch das Göttliche Licht geführte eigene Wille als das sieht, was getan werden muss.
3. Empfänglichkeit – die Macht, die Göttliche Kraft zu empfangen und ihre Gegenwart und in ihr die Gegenwart der Mutter zu fühlen und ihr erlauben zu wirken, um die eigene Sicht, den eigenen Willen und das eigene Handeln zu führen. Wenn diese Kraft und Gegenwart fühlbar werden und diese Plastizität zur Regel für das handelnde Bewusstsein wird, ist das letztendliche Ergebnis gewiss – aber es muss eine Plastizität gegenüber der Göttlichen Kraft allein sein, ohne Vermischung mit irgendeinem fremden Element.

*Sri Aurobindo, Letters on Yoga II*

\*\*\*

Gier, Gier, immer Gier... es ist die Antwort der materiellen Natur. Wie auch immer das Göttliche sich dort manifestiert, es wird sofort zum Objekt von Habsucht. Eine Hast, es sich zu eigen zu machen, ein Bestreben, es zu rauben, auszubeuten, auszupressen, zu verschlucken und am Ende das Göttliche zu zerschlagen – dies ist die Empfänglichkeit von Materie gegenüber der göttlichen Berührung.

*Die Mutter, Words of the Mother II*

\*\*\*

Durch Auflehnung<sup>9</sup> schließen sich die Türen der Empfänglichkeit.

*Die Mutter, Words of the Mother II*

\*\*\*

### **(Meditation)**

Es gibt eine Liebe, in der die Emotion dem Göttlichen zugewandt ist – in einer zunehmenden Empfänglichkeit und wachsenden Vereinigung. Was sie vom Göttlichen empfängt, strömt sie auf Andere aus, doch wirklich ohne eine Antwort zu erwarten. Wenn ihr dazu in der Lage seid, dann ist das die höchste und befriedigendste Art zu lieben.

---

<sup>7</sup> Gleichheit gegenüber allem

<sup>8</sup> Im Sinne von klar, entschlossen, sicher, standhaft

<sup>9</sup> engl.: revolt