



H e t M o s t e r d z a a d

O s h o

Toespraken naar gezegden van Jezus uit het Thomas Evangelie

De veertiende uitspraak

Jezus zei:

*“Gezegend is de mens die heeft geleden,
hij heeft het leven gevonden.”*

Jezus zei:

*“Kijk naar die ene levende zolang als je leeft,
opdat je niet sterft en probeert hem te zien
en het niet kunt.”*

Ze zagen een Samaritaan

op weg naar Juda die een lam droeg.

Hij zei tegen zijn discipelen:

“Waarom draagt die man het lam mee?”

Ze zeiden tegen hem:

“Opdat hij het kan doden en eten.”

Hij zei tegen hen:

*“Zolang het leeft zal hij het niet eten,
maar pas als hij het heeft gedood
en het een lichaam is geworden.”*

Ze zeiden:

“Anders kan hij het niet.”

Hij zei tegen hen:

*“Zoek een plaats voor jezelf om te rusten
opdat je geen lichaam wordt en wordt opgegeten.”*

Jezus zei:

*“Twee zullen er rusten op een bed:
de een zal sterven,
de ander zal leven”*

Vanaf het begin der tijden heeft de mens zich steeds weer afgevraagd waarom er *lijden* is in het leven. Waarom is er zoveel leed in de wereld als God de vader is? Als God liefde en medegevoel is, waarom bestaat er dan het lijden? En er is nog nooit een bevredigend antwoord op die vraag gegeven. Maar als je Jezus begrijpt, zul je het antwoord begrijpen. De mens *lijdt* omdat er geen andere manier is om volwassen te worden, om te groeien. De mens lijdt omdat hij alleen door lijden meer bewust kan worden. En bewust-zijn is de sleutel.

Let eens op je eigen leven: als je je prettig voelt, gerust, gelukkig, gaat het bewust-zijn verloren. Dan leef je in een soort van slaap, je leeft als gehypnotiseerd, je leeft als een slaapwandelaar; je beweegt en doet dingen – maar al slaapwandelend. En daarom verdwijnt de religie uit je leven als je niet lijdt. Waarom zou je tot God bidden?

Maar als je lijdt, ga je altijd naar de tempel, je heft je ogen op naar God, in je hart ontstaat een gebed. Iets dat verborgen ligt in het lijden, maakt je er meer van bewust van wie je bent, waar je heen gaat. In een ogenblik van lijden is je bewust-zijn intens.

Niets in deze wereld kan zonder *betekenis* zijn. Hij is een kosmos, geen chaos. Je begrijpt het misschien niet – dat is iets anders – omdat je alleen *de delen* kent, je kent *het geheel* niet. Je ervaring van het leven is net alsof je maar één verscheurde pagina van een roman hebt: je leest hem, maar hij heeft geen betekenis voor je, het is slechts een klein fragment, je kent het hele verhaal niet. Als je het hele verhaal kent, wordt die ene pagina begrijpelijk, dan krijgt die pagina samenhang, en wordt vol betekenis.

Wat *is betekenis*? Betekenis houdt in dat je het fragment kent in relatie met het geheel; betekenis is de relatie van het fragment met het geheel.

Snijd een stuk uit schilderij van Picasso: het heeft geen betekenis, het is een fragment en het fragment is dood. Plaats het terug in het schilderij en plotseling wordt de betekenis duidelijk. Het heeft samenhang gekregen omdat het deel geworden is van het geheel. Alleen als je deel bent van het geheel heb je betekenis. En als de moderne mens voortdurend het gevoel heeft dat hij



Detail uit "De Kat", Picasso

betekenisloos is geworden, dan komt dat doordat God wordt ontkend – of vergeten.

Zonder God kan de mens geen betekenis hebben, omdat *God* het *geheel* betekent en de mens niet meer dan een fragment.

Als God dood is, kan de mens niet leven. Als je gelukkig bent – vluchtige ogenblikken van geluk, geen echt geluk – als je je prettig voelt, gerust, als niets je rust verstoort, dan denk je dat je het geheel bent. Als je lijdt, word je plotseling bewust dat je *niet* bent zoals je zou moeten zijn; er *is* iets niet goed, de schoen wringt. Er is een transformatie nodig. Ziedaar de waarde van het lijden.

'Jezus zei: "Gezegend is de mens die heeft geleden, hij heeft het leven gevonden."'

Dat klinkt absurd en paradoxaal. Heb je ooit een mens ontmoet die nooit geleden heeft? Als je ooit zo iemand ontmoet, zul je tot de ontdekking komen dat hij absoluut onvolwassen is, kinderlijk, zonder enige groei, zonder enige diepte, zonder enig bewust-zijn – hij zal een idioot zijn. En je zult nooit kunnen zeggen dat hij gezegend is.

Alleen iemand die nooit heeft geprobeerd te leven, die het leven heeft ontweken, kan zonder lijden blijven. Jezus kan een vegeaterend leven niet gezegend noemen. Het is het grootste ongeluk dat een mens kan overkomen, omdat hij dan nooit in bewust-zijn en volwassenheid kan groeien; evenmin zal hij hogere bewustzijnsniveaus bereiken, omdat deze hogere niveaus alleen ontstaan als ze worden uitgedaagd.

Lijden is een *uitdaging*; als je lijdt word je uitgedaagd, als er een probleem is word je uitgedaagd. Alleen als je het probleem tegemoet treedt, groei je. Hoe meer onveiligheid, hoe sterker groei.

Als je ergens in faalt, dan betekent dat geen uiteindelijk falen, je kunt het te boven komen. De volgende keer hoef je het niet weer te doen, je hoeft de volgende keer niet dezelfde vergissing te begaan, de volgende keer hoef je niet te lijden.

Wees nooit bang voor het maken van fouten, bedenk alleen dat er geen enkele reden is twee

keer dezelfde fout te maken. Waarom maak je twee keer dezelfde fout? Omdat je er de eerste keer niets van hebt geleerd. Daarom moet je steeds weer dezelfde fout maken. En de mensen gaan door met het maken van dezelfde fouten, ze herhalen ze hun hele leven lang; ze draaien rond in een kring. Daarom noemen de hindoes deze wereld *sansar*.

Sansar betekent wiel: je herhaalt dezelfde fouten steeds weer. De omstandigheden verschillen misschien, maar de fout blijft dezelfde, van dezelfde kwaliteit. Wat toont dat aan? Het toont aan dat je niet waakzaam bent, waarom zou je anders dezelfde fout weer maken? Maak een andere, dan leer je wat. Niemand leert zonder fouten te maken. En steeds als je een fout maakt, moet je lijden. Niemand leert zonder lijden. De hindoes zeggen dat je steeds opnieuw geboren moet worden omdat je nog niet volgroeid bent.

Alle leren gaat langs de harde weg, je kunt hem niet afsnijden. Die harde weg is het lijden. Bescherm jezelf niet tegen leed, doe eerder het tegendeel, begeef je zo bewust mogelijk in het lijden. Accepteer de uitdaging, treed hem tegemoet. Je zult er door groeien. En dat is het mooie: steeds als je bewust bent, verdwijnt het lijden. Lijden brengt bewust-zijn, maar als je je verder in het bewust -zijn begeeft, verdwijnt het lijden.

Als je lijdt, word je onmiddellijk bewust. De maag ontstaat alleen door maagpijn. Daarvóór was hij er misschien, maar je was je er niet van bewust. Daarom definieert de medische wetenschap, speciaal de *Ayurveda*, gezondheid als lichaamsloosheid: als je het lichaam niet kent, ben je gezond; als je het lichaam kent, is er iets niet goed, omdat kennis alleen ontstaat als er iets verkeerd gaat. Als je een auto rijdt, maakt een licht geluid in de motor je bewust, want anders zoemt alles, alles is monotoon, alles is oké. Een klein geluid ergens in de motor, in een ander deel van de auto, en je wordt je ervan bewust dat er iets verkeerd is gegaan. Alleen als er iets verkeerd gaat, word je bewust.

En als je *werkelijk* bewust wordt, dan raak je niet verstrikt in het verkeerde, integendeel, je groeit steeds meer in bewust-zijn. Dan treedt er een *tweede* verschijnsel op: in je bewust-zijn kom je er achter dat de ziekte er is, het ongemak en het lijden er zijn – maar dat het *niet* in je zit, dat het alleen maar om je heen is, in de omtrek. In het midden is bewust-zijn, in de omtrek is het lijden, alsof het lijden van iemand anders is, je bent *niet geïdentificeerd*. Dan is er de hoofdpijn, maar hij is niet pijnlijk voor jou; hij is pijnlijk voor het lichaam en je bent eenvoudig bewust. Het lichaam wordt het object en jij wordt het subject – er is een kloof.

‘Gezegend is de mens die heeft geleden, hij heeft het leven gevonden.’

Jezus aan het kruis is niets anders dan een symbool van het uiteindelijke lijden, het absolute lijden, het toppunt van lijden. Op het laatste ogenblik aan het kruis wankelde Jezus even. Het lijden was te groot. Het was geen gewoon lijden, geen gewone lichamelijke pijn, het was een folterende pijn – niet alleen fysiek, maar diepe psychologische folterende pijn. En de pijn was deze: dat hij zich plotseling ging afvragen: ‘Heeft God mij verlaten? Waarom moet mij dit overkomen? Ik heb niets verkeerd gedaan. Waarom moet ik gekruisigd worden? Waarom die folterende pijn voor *mij*?’ En hij vroeg God: ‘Waarom?’



Het moet een intens dieptepunt van pijn zijn geweest, als de fundamenten wankelen en zelfs je vertrouwen wordt geschokt. Diezelfde mensen waarvoor hij geleefd had, voor wie hij gewerkt had, die hij had gediend, die hij had genezen – ze waren hem aan het vermoorden, en om geen enkele reden. Hij vroeg God: ‘*Waarom? Waarom overkomt me dit?*’ En toen plotseling realiseerde hij zich waarom, omdat hij zeer bewust werd; op het moment van de kruisiging werd hij het volmaakte bewust-zijn. Ik zeg altijd dat hij vóór dat ogenblik Jezus was, daarna werd hij Christus. Op dat moment had de volledige *transformatie* plaats.

Wat gebeurde er? Hij zei: “Waarom moet ik zo lijden? Hebt u mij verzaakt? Ben ik verlaten?” En direct na die zielsangst zei hij: “Nee! Uw wil geschiede.” Hij aanvaardde het. Het *waarom* was een verwerping, want vragen betekent twijfel. Maar direct daarop begreep hij het en hij zei: “Ik aanvaard het, en ik begrijp het. Uw wil, niet mijn wil geschiede, omdat mijn wil verkeerd zal zijn.” Toen ontspande hij, hij liet het gaan, de uiteindelijke overgave. Op het moment van de dood aanvaardde hij ook de dood. En door die aanvaarding werd hij het eeuwige leven – de sleutel was gevonden.

Als je weer lijdt, klaag dan niet, schep er geen angst uit. Sla het liever gade, voel het, zie het, bekijk het van alle

mogelijke kanten. Maak het tot een meditatie en wacht af wat er gebeurt: de energie die zich in de ziekte bewoog, de energie die het lijden schiep, wordt getransformeerd, zij verandert van kwaliteit.

Als je lijdt verspil je energie, in je angst ben je energie aan het verspillen, de energie lekt weg. Schud jezelf, als je lijdt. Sluit je ogen en bekijk het lijden. Wat het ook is – mentaal, fysiek, wezenlijk – wat het ook is, bekijk het, maak het tot een meditatie. Kijk ernaar alsof het een voorwerp is.

Als je naar je lijden kijkt als naar een voorwerp, ben je ervan gescheiden, je bent er niet langer meer mee geïdentificeerd, de brug is vernietigd. En dan beweegt de energie die bezig was zich in het lijden te begeven, zich niet meer, omdat er geen brug meer is. De brug is de identificatie: je hebt het gevoel dat je je lichaam bent, en dan beweegt de energie zich in het lichaam. Altijd als je wat dan ook voor identificatie voelt, begeeft de energie zich erin.

Misschien wist je dat niet, maar je kunt een eenvoudig experiment uitvoeren: als je een vrouw liefhebt, ga dan eens gewoon naast haar zitten en voel je met haar geïdentificeerd, alsof je de vrouw bent, de geliefde; en laat de vrouw voelen dat ze jou is, de minnaar. Wacht rustig en voel je geïdentificeerd. Plotseling zul je beiden een energieschok voelen. Je zult beiden voelen dat wat energie zich van de één naar de ander heeft begeven. Geliefden hebben het gevoel gehad alsof energie een sprong neemt, zoals een elektrische schok en de ander bereikt. Altijd als je je met iets identificeert is er een brug, en de energie kan zich over die brug begeven.

Als een moeder haar kind voedt, geeft ze het niet alleen melk. Er vloeit energie. Die energie is onzichtbaar – we hebben het liefde genoemd, warmte. Iets springt er over van de moeder naar het kind, en niet alleen van de moeder naar het kind, ook van het kind naar de moeder. Daarom is een vrouw nooit zo mooi als wanneer ze moeder wordt. Ze krijgt een zekere gratie, die afkomstig lijkt uit een of andere onbekende bron. Geen andere relatie als tussen moeder en kind is zo nabij. Zelfs geliefden zijn niet zo dicht bij elkaar, omdat het kind uit de moeder voortkomt, uit haar eigen bloed, haar vlees, haar beenderen; dat kind is een uitbreiding van haar wezen. Dat gebeurt nooit weer, want niemand kan zo dichtbij zijn. Een geliefde kan dicht bij je hart zijn, maar het kind heeft *binnenin* je



hart geleefd. Het hart van de moeder klopte, en dat was de hartslog van het kind, het had geen ander hart; heb bloed van de moeder circuleerde in hem, het had geen onafhankelijkheid, het was alleen maar een *deel* van haar. Negen maanden lang bleef het een deel van de moeder, organisch één. Het leven van de moeder was zijn leven, de dood van de moeder zou zijn dood geweest zijn. En zelfs daarna gaat het nog door; er bestaat een overdracht, een verbinding van energie.

Word altijd als je lijdt, bewust; dan wordt de brug vernietigd, dan is er geen overdracht van energie tot lijden. En langzaamaan slinkt het lijden, want het lijden is je kind.

Ik hoorde eens het volgende verhaal: Twee oude vrouwen kwamen elkaar op de markt tegen. De één vroeg de ander hoe ze zich voelde, want ze voelde zich altijd ziek. Ze vroeg dus: 'Hoe voel je je?'

De vrouw die altijd ziek was, of over ziekte sprak, begon. Ze zei: 'Heel slecht – ik heb me nog nooit zo beroerd gevoeld. De artritis wordt erger, ik heb een vreselijke hoofdpijn, en die maagpijn is ondragelijk, en mijn benen doen pijn....' en ze ging maar door.

De ander zei: 'Ga dan naar een dokter.'

De eerste vrouw zei: 'Ja, ja, dat zal ik doen als ik me wat beter voel.'

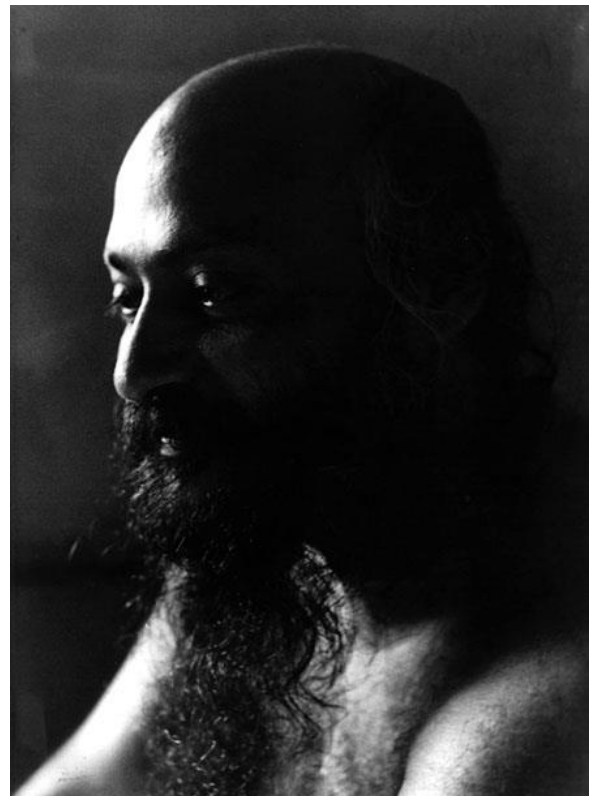
Ga naar de dokter als je lijdt, bid als je lijdt, mediteer als je lijdt. Zeg niet: 'Ik zal mediteren als ik me wat beter voel.' Dat helpt niet – je zult niet mediteren en je zult een gezegend ogenblik hebben gemist, een ogenblik van lijden. Mis de gelegenheid niet, ze is een zegen!

Gebruik al je lijden voor meditatie en dan zul je er al gauw achter komen dat het lijden verdwijnt, omdat de energie zich binnenwaarts gaat bewegen. Ze begeeft zich niet naar de buitenkant, naar het lijden, je voedt je lijden niet langer. Het klinkt onlogisch, maar dat is de conclusie waartoe alle mystici van de hele wereld komen; dat je je lijden voedt, en dat je er op een subtiele manier van geniet, je *wilt* je helemaal niet goed voelen – er moet iets van investering in zitten.

Boeddha's, Jezussen en Zarathoestra's hebben voor dovemansoren gepraat, je luistert niet naar hen. Zij zeggen dat er een mogelijkheid tot uiteindelijke zaligheid bestaat. Je luistert naar ze en zegt: 'Okay, ik zal te zijner tijd wel eens zien, als ik me wat beter voel.' Daarom blijft Boeddha er op hameren: 'het hele leven is lijden, *dukkha* – wacht niet. Er is geen geluk in het leven dat je leeft. Wees bewust, sla gade. Het is de smart zelf die je leven noemt.' De mensen denken dat hij een pessimist moet zijn geweest. Dat is niet zo, hij legde er alleen maar de nadruk op. En je bent zo aan je lijden gehecht geraakt dat je het niet weet.

Als een kind ziek is krijgt het meer aandacht. Dat scheidt een verkeerd verband: de moeder houdt meer van hem, de vader bekommert zich meer om hem; de hele familie plaatst hem in het middelpunt, hij wordt de allerbelangrijkste. Anders maakt niemand zich druk om een kind – het is gezond en oké, het is net alsof het er niet is. Als het ziek is, wordt het een dictator, het dicteert zijn eigen voorwaarden. En dan heb je dat foefje een keer geleerd, dat je iets bijzonders wordt als je ziek bent, dat iedereen dan aandacht aan je schenkt, omdat je kunt maken dat ze zich schuldig voelen als ze geen aandacht aan je schenken.

Een kind is heel sensitief in het te weten komen van dingen. Hij komt te weten dat 'zelfs vader niets is, moeder niets is – niemand is iets tegenover mij als ik ziek ben.' En dan wordt ziekte iets vol betekenis, ze wordt een investering. Steeds als het zich in het leven verwaarloosd voelt, als het voelt: 'Ik ben hulpeloos,' vlucht het in de ziekte, het scheidt die. En dat is het probleem: want wat kun je er tegen doen? Als een kind ziek is, *zal* iedereen er aandacht aan *moeten* besteden.



Maar psychologen geven nu in overweging voor een kind te zorgen als het ziek is, maar er niet te veel aandacht aan te schenken. Geef het niet de indruk dat ziekte voordelen oplevert, want dan zal het zijn leven lang, als het het gevoel heeft dat er iets niet goed is, ziek worden. Dan kan zijn vrouw hem niets zeggen; niemand kan hem iets verwijten, want hij is ziek.

Negentig procent van het lijden bestaat omdat je iets wat je aangenaam voorkomt met lijden hebt verbonden. Laat dat verband los. Dat kan niemand anders voor je doen. Laat dat verband volkomen los, snijd die verbinding door.

Je kunt het verband loslaten en wel door nooit over je lijden te praten. Lijd, maar praat er niet over. Waarom praten de mensen maar door over hun lijden? Wie kan het wat schelen? Iedereen lijdt zelf al genoeg.

Klaag niet, want dan vraag je genegenheid, medelijden, deernis, liefde. Vraag niet, verkoop je lijden niet – breng je investering terug. Lijd in het geheim, maak het niet publiek, dan wordt het tot *tapascharya*. Dan wordt het een versobering, één van de beste. Maar kijk eens naar je heiligen; als zij *tapascharya*, onthouding, beoefenen, roepen ze het van de daken. Ze kondigen aan dat ze lange tijd gaan vasten. Het zijn kinderen die dwazen geworden zijn.

Lijd in het geheim. En mediteer er dan over, gooi het niet van je af, verzamel het binnen in je, sluit de ogen en mediteer. Dan zal de brug in tweeën breken. Dat is de techniek van het lijden, gebruik lijden als methode.

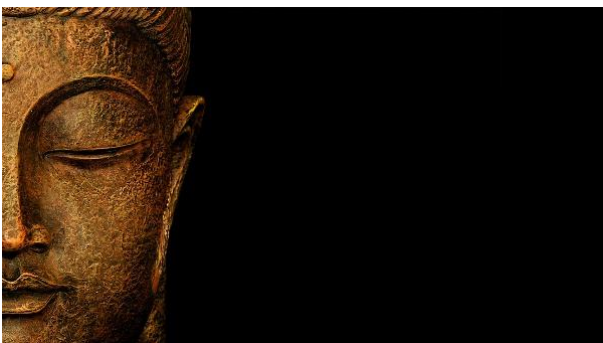
Pain in life is inevitable but suffering is not.

Gautama Buddha

‘Jezus zei: “Kijk naar die ene levende zolang als je leeft, opdat je niet sterft en probeert hem te zien en het niet kunt.”’

Er zijn technieken: In je is er één die leeft en één die al dood is. In je ontmoeten twee werelden elkaar, de wereld van de *materie* en de wereld van de *geest* – jij leeft aan de grens. In jou ontmoeten twee rijken elkaar, het rijk van de dood en het rijk van het leven – je leeft er tussen in.

Als je je leven lang je aandacht hebt gericht op het rijk van de dood – het rijk van de dingen, het rijk van de materie en de wereld – als je je aandacht alleen maar gericht hebt op het rijk van de dood, is het heel moeilijk, haast onmogelijk naar het rijk van het leven te kijken als je dood bent of stervende. Je kunt je rug, je hoofd, niet plotseling keren. Je leven lang was je buitenwaarts gericht. Een aanhoudende gerichtheid op de wereld van de onsterfelijken is nodig.



Sluit je ogen op een moment van stilte, kijk naar binnen, zodat je nek lenig blijft, anders zul je op het moment van sterven verlamd zijn.

Je moet niet langer worden geobsedeerd door de buitenwereld. Het heeft geen zin de bossen in te vluchten, gedurende de vierentwintig uur van de dag zijn er genoeg ogenblikken waarop je naar binnen kunt kijken. Loop ze niet mis. Sluit je ogen, als je maar even tijd hebt, al is het maar één enkel ogenblik, en kijk naar binnen naar de ene levende. Hij is daar, er is maar

een klein beetje oefening nodig om hem te kunnen zien. Raak in harmonie met het innerlijke duister. Nu is het er donker, omdat je je hebt aangepast aan het licht buiten. Als je in harmonie komt met het innerlijke licht, zul je merken dat het een diffuus licht is, geen duister; een heel stil, heel troostrijk, kalmerend licht, maar geen intens licht – het is een schemer. Er is geen intens licht, alleen maar diffuus licht, want het is niet afkomstig van de zon. Het is slechts natuurlijk licht, niet voortgebracht door iets anders. Het is je eigen licht, je eigen innerlijke aura - het is daar. Als je wat tijd kunt vinden, verspil die dan niet: en dan zullen er ogenblikken genoeg zijn; om te gaan slapen, om naar binnen te kijken; de dag is voorbij, de wereld van de dood bestaat niet meer, je trekt je terug – kijkt naar binnen. En 's morgens direct als je je bewust bent dat

de slaap je heeft verlaten, hoef je niet uit bed te springen in de wereld. Wacht even, sluit je ogen, kijk naar binnen; het is stil. De rust van de hele nacht is een hulp, je bent niet zo gespannen, het zal gemakkelijker zijn je naar binnen te begeven. Die ogenblikken zijn heel geschikt: 's avonds en 's morgens.

'Ze zagen een Samaritaan op weg naar Judea die een lam droeg. Hij zei tegen zijn discipelen: "Waarom draagt die man het lam mee?"

Ze zeiden tegen hem: "Opdat hij het kan doden en eten."

Hij zei tegen hen: "Zolang het leeft zal hij het niet eten, maar pas als hij het heeft gedood en het een lichaam is geworden."

Ze zeiden: "Anders kan hij het niet."

Hij zei tegen hen: "Zoek een plaats voor jezelf om te rusten opdat je geen lichaam wordt en wordt opgegeten."

Je lichaam wordt tot voedsel voor de wormen en de vogels. Dat wekt angstgevoelens bij je op, je wordt bang dat 'je zult worden opgegeten'. Daarom hebben de mensen overal op de wereld middelen geschapen om niet te worden opgegeten. Maar ze zijn dwaas.

Hindoes verbranden het dode lichaam om één ding te voorkomen: dat het wordt opgegeten.

Mohammedanen leggen het dode lichaam in een kist en begraven het, alleen maar om het te beschermen. Christenen doen hetzelfde. Alleen aanhangers van Zarathoestra deden dat niet; ze lieten het lichaam liggen om voedsel te worden. Ze handelen hierin het meest natuurlijk en het meest wetenschappelijk, want je moet geen voedsel vernietigen. Alleen deze Parsies zijn zich natuurlijk blijven gedragen, maar zelfs zij beginnen te twijfelen nu iedereen zegt: 'Het is verkeerd – je vader, je moeder zomaar te laten liggen. Wat zijn jullie voor mensen? Je bent heel wreed.' Maar is het niet wreed een lijk in het vuur te gooien? Is het niet wreed het diep in de aarde te begraven? Ze zijn zich meer bewust van het verband tussen mens, dier en plant, ze maken de cirkel rond. Hindoes, mohammedanen en christenen zijn zich minder bewust van het ecologisch verband, ze verbreken de cirkel en dat is verkeerd.

Jezus zei: 'Word je bewust van dat wat geen voedsel is in je, wat in je niet geschapen is door voedsel, voor je sterft, voor je wordt gegeten.'

En dan moet je nog een ding begrijpen. Alle religies kennen de vasten. Waarom? Omdat je bewust-zijn, dat geen deel uitmaakt van voedsel, intenser wordt als je vast. Heus, voedsel vernietigt het bewust-zijn, en als je niet eet word je bewuster, omdat voedsel een soort slaap verwekt, het is bedwelmend. Als je te veel eet ga je je direct slaperig voelen; je moet altijd gaan slapen als je gegeten hebt. Altijd als je vast, zul je tot de ontdekking komen dat het moeilijk is 's nachts te slapen. Je denkt dat dat komt door de honger? Dat is niet zo, het komt omdat je zonder voedsel in je, bewuster wordt.



En als je lange tijd vast, verdwijnt de honger na

de derde, vierde of vijfde dag, omdat het lichaam drie, vier of vijf dagen aandringt – het lichaam heeft geen erg langdurig geheugen – het houdt aan een oude gewoonte een paar dagen vast, en als je niet naar het lichaam luistert, maakt het een andere regeling. Als je het lichaam vijf, zes dagen niet te eten geeft, gaat het opslaan. Als het lichaam denkt dat je het geen voedsel zult geven, gaat het zijn eigen voorraad gebruiken. Daar is het bewustzijn helemaal niet bij betrokken.

Alle religies werden zich ervan bewust dat bewustzijn toeneemt als je vast, omdat de energie vrij is als er niets is om te verteren. Niets om op te nemen en niets om uit te werpen; alle werk stopt. Dan wordt alle energie die je ontvangen hebt tot bewustzijn. En daarom slaap je slecht als je vast.

Als je bewust wordt word je bewust van een andere dimensie binnen in je. Het zichtbare behoort tot de dood, het onzichtbare tot het onsterfelijke.

Jezus zei: *“Zoek een plaats voor jezelf om te rusten”... Zoek stilte, rust, kalmte, evenwicht, waar je je bewust kunt worden van de ene levende ‘opdat je geen lichaam wordt en wordt opgegeten.’*

‘Jezus zei: “Twee zullen er rusten op een bed: de een zal sterven, de ander zal leven.”’

In de Upanishads staat precies hetzelfde. Daar staat dat er twee vogels in een boom zitten, de een op een lage tak, de andere wat hoger. De vogel op de lage tak denkt, maakt zich bezorgd, verlangt, eist, verzamelt, vecht, wedijvert; hij is angstig, gespannen, hij springt van de ene tak op de andere, is altijd in beweging, rust nooit. De andere, op de hogere tak, is in rust. Hij is zo stil, hij droomt niet. Hij zit alleen maar, geniet, en hij kijkt naar de vogel op de lagere tak.

Dat zijn twee dimensies in jou. Jij bent de boom. En het lagere is je lichaam en de behoeften en wensen van het lichaam. Op de hogere top zit de andere vogel, die getuige is, die alleen maar naar beneden kijkt naar die domme vogel die springt, angstig beweegt, bang, boos, seks – alles overkomt hem. Die andere vogel is alleen maar een getuige, hij kijkt toe. En als je je helemaal in hem vergeet dan word je één. Jij bent de boom.

Jezus zegt hetzelfde op een andere manier: *“Twee zullen er rusten op een bed....”* Jij bent het bed. *“Twee zullen er rusten op een bed: de een zal sterven en de ander zal leven.”* Jij bent het bed, er zijn er twee op dat bed: *....“de een zal sterven, de ander zal leven.”* Nu gaat het er maar om aan welke je aandacht zult besteden. Tot wie je je begeeft, naar wie je al je energie laat vloeien.

Bekering betekent dat je je aandacht van het rijk van de dood keert naar het rijk van het leven. Het is een rechtsomkeert: kijken naar *de getuige*, één worden met de getuige, jezelf verliezen in de getuige, en dan weet je dat wat sterven moet, zal sterven. Het veroorzaakt geen moeilijkheden, geen problemen – omdat je weet dat jij *niet sterven* zult, je voelt geen angst.

Het is aan jou. Als je altijd angstig wilt blijven, blijf dan aan de periferie, kijk niet naar binnen.

Maar als je tot rust wilt komen, een eeuwigheid vol vrede, waarheid, als je de poorten van de hemel voor je wilt openen, kijk dan naar binnen. Het is moeilijk, het is moeilijk omdat het heel subtiel is. Het is heel subtiel waar het zichtbare en het onzichtbare, materie en geest elkaar ontmoeten. Materie kun je zien, maar je kunt de geest niet zien, die is onzichtbaar. Je kunt zien waar het zichtbare ophoudt, maar je kunt het onzichtbare niet zien, het is onzichtbaar.

Wat moet je doen? Blijf aan de grens van het zichtbare, kijk niet naar het zichtbare, kijk de andere kant uit. Langzaam zal je het onzichtbare kunnen voelen. Het is een gevoel, het is geen begrijpen; Je kunt het niet zien, je kunt het alleen maar voelen.

Blijf aan de grens van het zichtbare en kijk de andere kant uit. Dat houdt meditatie in. Als je, waar of wanneer dan ook, een rustig ogenblik kunt vinden, sluit je ogen, laat het lichaam en zijn zaken met de wereld van de dood achter je; de markt, je kantoor, je vrouw, je kinderen – laat ze allen achter.

In het begin zul je niets in je voelen. Hume heeft eens gezegd: ‘Waar ik ook kijk, ik vind niets – niets dan gedachten, verlangens, dromen die hier en daar rondrijven – niets dan een chaos.’ Je zult hetzelfde voelen. En als je dan tot de slotsom komt dat het niet de moeite waard is om steeds maar weer naar die chaos te kijken, dan zul je het mislopen.

In het begin zul je dat zien, omdat je ogen niets anders kunnen zien, ze moeten wennen. Blijf kijken naar die voortdrijvende dromen. Ze drijven als wolken aan de hemel, maar soms zie je tussen twee wolken door het



blauw; tussen twee dromen, twee gedachten, vang je een glimp op van de lucht erachter. Haast je niet. Je loop het mis, als je je haast.

In een zen-uitspraak staat: 'Haast je langzaam.' Zo is het. Haast je, want je zult sterven. Maar als je innerlijk teveel haast hebt, zul je het mislopen, omdat je te snel een conclusie zult trekken, vóór je ogen gewend zijn. Trek niet te snel een conclusie.

Zet je neer en wacht. Langzaam zal de nieuwe wereld van het onzichtbare zich aftekenen, tot je komen. Je raakt ermee in overeenstemming, dan kun je de harmonie, de melodie horen, de stilte krijgt zijn eigen muziek. Hij is er altijd, maar hij is zo stil dat er goed geoefende oren nodig zijn. Het is niet iets als geluid, het is stilte. Er is geen ruimte en tijd in, en alles wat je kent bevindt zich in de ruimte of de tijd.

Je kent niets anders dan ruimte en tijd. Je kent de wereld van het getuigen zelf niet. Dat gaat beide te boven, het beperkt zich niet tot enige ruimte of enige tijd. Er is duur zonder tijd, er is ruimte zonder hoogte, lengte of breedte – het is een totaal andere wereld. Je moet ermee in harmonie geraken, wees daarom niet ongeduldig.

Als je ongeduldig bent, kan het vele levens lang niet gebeuren, want dat ongeduld zelf maakt die rust, de kalmte waarover Jezus spreekt onmogelijk. Zelfs je verwachting werkt storend. Als je verwacht dat er verlichting zal komen, dan zul je falen. Verwacht niets. Alle verwachting behoort tot de wereld van de dood, de dimensie van ruimte en tijd.

Jezus heeft eens gezegd: "Kijk en heb geduld." En eens op een dag, plotseling, word je verlicht. Eens op een dag, als je goed bent afgestemd, als je gereed bent, zul je plotseling verlicht worden. Alle duisternis verdwijnt, je bent vervuld van het leven, het eeuwige leven, dat nooit sterft.

Osho

Poona, 4 september 1974

