

Beyond Psychology #28 deel 1

Gewoon op weg met zijn fluit en een fles wijn.

26 april 1986 AM.

Vraag 1

*Geliefde Osho, Ik heb de soetra waarover u in Pune sprak vele jaren in me meegedragen. Het zegt: Het is beter een goed mens te voeden dan honderd slechte mensen te voeden.*

*Het is beter iemand te voeden die de vijf voorschriften van Boeddha naleeft dan duizend goede mensen te voeden.*

*Het is beter een srotapanna te voeden dan tien duizend mensen die de voorschriften van Boeddha naleven.*

*Het is beter een skridagamin te voeden dan een miljoen srotapannas te voeden*

*Het is beter een anagamin te voeden dan tien miljoen skridagamins te voeden.*

*Het is beter een arhat te voeden dan honderd miljoen anagamins te voeden.*

*Het is beter een pratyak Boeddha te voeden dan een miljard arhats te voeden.*

*Het is beter een van de Boeddha's van het heden, het verleden of van de toekomst te voeden dan tien miljard pratyak Boeddha's te voeden.*

*Het is beter er een te voeden die boven kennis, partijdigheid, discipline, en verlichting staat dan honderd miljard Boeddha's van het verleden, heden of toekomst te voeden.*

*Het zegt zo veel over uw hoogte en onze duisternis en heeft twee gevoelens in me opgeroepen: de zegening en vreugde om in uw grootsheid te mogen zijn, en de moeilijkheid van hoe ver we moeten reizen om slechts een beetje ervaring van uw bewustzijn te krijgen.*

*Wilt u er alstublieft nog eens over spreken.*

Een van de meest fundamentele dingen om te begrijpen is dat de afstanden slechts een droom verschijsel zijn, ze bestaan niet in werkelijkheid. Je kunt heel licht slapen, je kunt heel diep slapen, je kunt bijna in een coma zijn. Er zijn afstanden... Als je hen wilt wakker, dan zal de eerste, die licht in slaap is, half wakker, half in slaap, spoedig wakker zijn; maar elk van hen kan wakker worden. Het is enkel een kwestie van de intensiteit van inspanning die nodig is van buitenaf, en de intensiteit die nodig is vanaf de binnenkant.

Jullie allen moeten momenten van een nachtmerrie gehad hebben waarin je wakker wilde worden maar je niet kon bewegen. En dan een minuut later word je wakker. Het lijkt vreemd dat net een minuut ervoor het onmogelijk leek om zelfs maar je ogen open te doen of je handen te bewegen, en na een minuut ben je volledig wakker.

De afstand tussen mij en jou is slechts een droomafstand, dus het is niet nodig enige droefheid te voelen, niet nodig om te voelen dat het een hele zware en lange reis zal worden. Het is een erg eenvoudig en natuurlijk verschijsel. Als je kunt ontspannen – en niets kan makkelijker zijn dan ontspanning – zullen dingen vanzelf gaan gebeuren

Wat de soetra van Gautama Boeddha betreft... het is symbolisch. Iemand voeden betekent zorgen voor iemand, iemand respecteren, iemand liefhebben, iets doen voor iemand – uit compassie, vriendelijkheid, of uit liefde of respect. Dus dat voeden moet niet letterlijk genomen worden.

De soetra zegt: Het is beter een goed mens te voeden dan honderd slechte mensen. Wie is die goede mens? De goede mens is iemand die spontaan op de juiste manier handelt. Onthoudt het woord 'spontaan'. De goede mens is niet iemand die zich inspant om op een bepaalde manier te handelen welke door de maatschappij waarin hij geboren is als goed wordt geaccepteerd... het zou niet goed kunnen zijn. Er zijn honderden samenlevingen in de wereld, honderden beschavingen hebben bestaan, en er is niet één enkel ding dat niet of geprezen is als goed door iemand of veroordeeld als slecht door iemand anders.

Naakt zijn zullen de Jainas dus als een goede daad zien – het geeft aan dat iemand de wereld compleet achter zich heeft gelaten. Maar naakt zijn zal volgens andere samenlevingen als slecht worden beschouwd, zelfs ziek. Volgens Sigmund Freud wil de naakte man simpelweg zijn naakte

lichaam aan anderen laten zien; het is een erg perverse, dubieuze bevrediging van seksualiteit – het is perversie. En hij heeft een bepaalde naam aan deze ziekte gegeven: exhibitionisme.

Dus het is geen kwestie die wordt beslist door de moraliteit van buitenaf. De beslissing moet volgens jouw spontaniteit zijn. Wat je ook vanuit je hart doet – dus het is geen reactie maar een antwoord – dat maakt die daad goed.

Boeddha zegt, 'Het is beter een goed mens te voeden' – want het is erg moeilijk om zelfs één goed mens te vinden, een mens met spontaniteit, een mens wiens daden vanuit het hart komen – 'dan honderd slechte mensen te voeden.' Wat de slechte mens betreft, iedereen die in slaap handelt, onbewust, is slecht. Het slechte en het goede hebben geen betrekking op de daad; ze betreffen het bewustzijn waarmee ze gedaan zijn. Spontaan bewustzijn, een beetje alertheid, of bewustzijn... de daad kan misschien dezelfde zijn, maar de kwaliteit ervan verandert door de stijl van de man die haar doet.

Boeddha zegt dat om voor honderd slaperige mensen te zorgen, die onbewust zijn, niet wetend wie ze zijn, niet wetend waarom ze er zijn, niet wetend waarheen ze gaan, waar ze voor gaan, ze zijn enkel deel van de massa, ze zijn nog geen mensen, ze zijn schapen... Boeddha zegt dat het beter is om respectvol te zijn ten aanzien van de spontane, alerte mens.

Ik leg speciaal de nadruk op het woord 'respect', want gewoonlijk betekent het eenvoudig aanzien. Maar de oorsprong van het woord 'respect' is 're-spect' – een mens die je graag steeds weer opnieuw wilt zien; een mens die ergens jouw hart raakt, een magnetische invloed op je heeft, zodat je steeds opnieuw naar hem wilt kijken.

'Het is beter om één iemand te voeden die de vijf voorschriften van Boeddha onderhoudt dan duizend goede mensen te voeden.' Boeddha geeft je gewoon de uitgestrekte expansie aan van het bewustzijn, haar respons, en hoe jij je moet gedragen – want jouw gedrag zal een transformatie voor je zijn. De vijf voorschriften zijn eigenlijk erg eenvoudig, als ze precies volgens Boeddha's leer worden gedaan; anders worden ze een zelfkwalling. En hij zegt, 'Het is beter een mens te respecteren die de vijf voorschriften van Boeddha naleeft dan duizend goede mensen te voeden.'

De goede mens handelt spontaan; maar de mens met de vijf voorschriften heeft een zekere verantwoordelijkheid bij zijn spontaniteit, heeft een zeker doel met zijn spontaniteit, heeft een zeker zeer scherpomlijnde visie met zijn spontaniteit. Hij weet wat hij doet, waarom hij het doet en hij weet wat het resultaat ervan zal zijn. Hij handelt erg bewust. De vijf voorschriften zijn eenvoudig, maar bewustzijn moet er de basis van zijn... en dat moet zo zijn, want Boeddha zegt, 'Het is beter een mens te voeden die de vijf voorschriften van Boeddha naleeft dan om duizend goede mensen te voeden.'

De vijf voorschriften: de eerste is geweldloosheid, wat de situatie ook is hij moet niet gewelddadig handelen. Zijn respons moet altijd zonder geweld zijn, want we zijn deel van één bestaan. Wie je ook pijn doet, je doet er jezelf op den duur pijn mee. Vandaag zul jij je dit niet realiseren, maar op een dag als je meer bewust wordt, dan zul je zeggen, "Mijn God! Deze wond heb ik gemaakt – bij mezelf." Je had iemand anders pijn gedaan denkend dat mensen verschillend zijn. Niemand is een ander.

Deze hele existentie is een kosmische eenheid. Uit dit inzicht komt geweldloosheid voort.

Het tweede is bezitloosheid. Als de hele existentie één is, en als de existentie steeds doorgaat voor de bomen, de dieren, de bergen, en de oceanen te zorgen – vanaf de kleinste grasspriet tot de grootste ster – dan zal ze ook voor jou zorgen. Waarom zou je hebberig zijn? Bezitterigheid laat eenvoudig één ding zien: dat jij niet de existentie kunt vertrouwen; jij moet afzonderlijke zekerheid voor jezelf regelen, veiligheid voor jezelf. Jij kunt de existentie niet vertrouwen. Bezitloosheid is in de grond vertrouwen in de existentie. Het is niet nodig te bezitten, want het geheel is reeds van ons.

Het derde is niet stelen. Als het een kosmos is, dan is stelen eenvoudig net zo dwaas als... Ik hoorde dat een zakkenroller soms moeite had om mensen te vinden om hun zakken te rollen. Maar hij was er zo aan gewend, en het was zo moeilijk voor hem het feit te accepteren dat hij vandaag niet in staat was geweest iets te doen, dat hij zijn eigen zakken ging rollen! Mensen kunnen zichzelf op die manier bedriegen.

Ik hoorde van een man die 's avonds naar een vishandel ging en zei, "Ik wil die vis. Jij gooit hem en ik zal hem vangen."

De man zei, “Waarom moet ik hem gooien? Ik kan hem je geven.”

Hij zei, “Nee, je moet hem gooien en ik zal hem vangen – want ik wil nooit liegen. En als ik thuis kom zal mijn vrouw vragen, ‘waar ben je geweest?’ Ik was gaan vissen, maar kon niets vangen. En deze zal ik echt gevangen hebben. Ik heb hem niet gekocht; jij hebt hem gegooid en ik heb hem gevangen. Dus kan ik oprecht zeggen, ‘Dit is mijn vangst – een mooie vis.’ Maar ik kan niet liegen. Daarom moet je hem gooien, en ik moet hem vangen.”

In feite is dat wat we doen. Het is allemaal van ons en op een subtiele manier stelen we. Het houdt niet in dat je geld steelt of dat je dingen moet stelen; je kunt gedachten stelen, je kunt woorden stelen. En al je kennis is gestolen. Het is niet iets dat jij hebt ontdekt, het is iets wat je hebt opgepikt – hier wat, daar wat. En dan, zonder er zelfs nog maar bij te denken, zeg je met een stalen gezicht tegen de wereld, “Dit is mijn mening.” Het is niet jouw mening! Je bent je zelfs niet eens bewust van jezelf – wat voor mening kun jij hebben? Dus dit valt allemaal onder stelen.

Het vierde is geen smaak. Het werd een kwelling, maar het was niet zo bedoeld. Een man met een dusdanige gevoeligheid als Gautama Boeddha kan er geen zelfkwelling van maken. Zijn idee van geen smaak was eenvoudig om niet te hunkeren naar smaak. Voedsel is voor het voeden van het lichaam; smaak is bijkomstig – maak het niet het belangrijkste. En ten tweede, zijn discipelen waren allemaal monniken; ze moesten bedelen. En hij was een erg zorgvuldig man. Hij wilde nooit dat zijn mensen een last voor de maatschappij zouden worden. Als zij zouden vragen, “We willen dit, we willen dat... maak dit alsjeblieft morgen klaar als ik kom bedelen,” dan zullen ze een zware en drukkende last vormen.

Hij maakte er een regel van: vraag niet enkel van één huis. Jouw enige maaltijd – en de Boeddhistische monnik mocht slechts één keer eten – jouw ene maaltijd moet van vijf huizen komen. Hij probeerde eenvoudig de last te spreiden, anders... hij trok rond met tienduizend monniken, zijn discipelen, waarheen hij ook ging, en het zou werkelijk lastig geweest zijn als de duizend monniken in een kleine plaats zouden komen – wat misschien een inwonertal van tienduizend zou hebben – en ze met voorkeuren zouden beginnen. De arme mensen in die plaats zouden in moeilijkheden zijn. Boeddha’s hele poging betreffende geen smaak was dat je nooit onwelkom zou zijn waar je ook kwam. Mensen zouden weten dat je uit compassie naar vijf huizen ging – gewoon voor een enkele maaltijd. Hij stond niet meer dan één maaltijd toe. Het komt ons voor als ascetisme, dat het zelfkwelling is. Zelfs in de armste landen, hebben mensen twee maaltijden nodig. In rijkere landen zoals Amerika eten mensen vijf keer, of net zo vaak als ze bij de ijskast komen... de hele dag. Het is geen kwestie van een bepaalde tijd.

Er zijn dertig miljoen mensen in Amerika vandaag die zullen sterven vanwege te veel eten. Ze weten dat dit te veel eten hen zal doden, maar ze kunnen niet stoppen. Het is net als alcoholist zijn; ze zijn zo verslaafd geworden, dat ze iets moeten eten. Als ze niets hebben, dan maar kauwgom, zodat hun monden steeds wat te doen hebben. In zekere zin is het goed; anders zouden ze doorgaan met praten, doorgaan met ouwehoeren – want hoe dan ook moeten ze steeds doorgaan met hun mond te gebruiken. Hun praten is gewoon een substituut. Kauwgom kauwen houdt hen tenminste stil! Boeddha’s inzicht is werkelijk diep, want moderne experimenten, in het bijzonder door de psycholoog Delgado, hebben zonder meer bewezen dat met één maaltijd per dag het leven van de mens verdubbeld kan worden. Hoe meer je eet hoe korter zal je leven; hoe minder je eet hoe langer je zult leven. Hij probeerde een experiment uit... duizenden keren probeerde hij het, daarna gaf hij zijn conclusie.

Hij had twee groepen witte ratten. Een groep werd zoveel voedsel gegeven als ze wensten – Amerikaanse stijl. Het voedsel was altijd beschikbaar; ze konden eten zoveel ze wilden. En de tweede groep, de manier van de monnik, hadden slechts een maaltijd – voedszaam, compleet voor het lichaam. En duizenden keren werd het experiment uitgevoerd en altijd stierven de Amerikaanse stijl ratten in de helft van de tijd. De Boeddhistische monniken leefden twee keer zo lang als de Amerikanen. Dus Boeddha bezat een diep inzicht: Eet één keer en hunker niet naar smaak; anders zou je vele keren willen eten.

Het is bekend van Nero dat hij zo vaak at dat hij vier dokters bij zich moest hebben; zodat als hij at ze hem konden helpen alles weer uit te braken, zodat hij opnieuw kon eten. Gewoon krankzinnigheid...

maar hij hunkerde gewoon naar de smaak. En dat was de enige manier; anders kun je niet doorgaan met de hele dag te eten. Hij at van de morgen tot hij in de avond naar bed ging – hij was of aan het eten of aan het braken. En de dokters' enige doel was om hem zo makkelijk mogelijk te laten overgeven zodat hij weer kon eten.

Boeddha's inzicht is juist. Het is geen zelfkwellend. Het is eenvoudig een wijs inzicht in gezondheid, lang leven – en misschien zal vroeg of laat de kennis hierover maken dat iedereen slechts één keer eet. Natuurlijk moet de voeding voldoende zijn, zal alles moeten hebben wat het lichaam nodig heeft, maar slechts in één keer. Het lijkt ons een beetje moeilijk, maar het is slechts een kwestie van gewoonte. In Afrika zijn er vele stammen die nooit, -- duizenden jaren lang – meer dan één keer per dag hebben gegeten. Ze stonden gewoon verbaasd toen Christelijke missionarissen naar Afrika kwamen. Ze konden het niet geloven: ze begonnen met thee in bed, dan ontbijt, dan lunch, dan een koffiepauze, dan avondmaal, dan diner... en hier en daar een tussendoortje. Ze konden het niet geloven, "Wat zijn die mensen aan het doen? Leven ze of eten ze alleen maar?" Omdat zij slechts één keer aten, en ze waren veel gezonder en ze leefden langer.

Ze eten nog steeds één keer. Hun lichamen zijn meer proportioneel, ze leven langer, ze lopen harder – net als dieren, als herten kunnen ze rennen... En hun lichamen hebben precies de proportie die mensen in duizenden fitnesscentra overal ter wereld trachten te verkrijgen. Zij hebben het zonder enige inspanning, gewoon door één enkele maaltijd.

Geweldloosheid, bezitsloosheid, niet stelen, geen smaak... en het vijfde voorschrift is compassie. Wij leven in passie – onze levens zijn gepassioneerd. Passie geeft altijd beroering, ups en downs, de ene dag goed, de andere dag slecht, de dag volgt op de nacht... Op dezelfde manier is het leven van passie een voortdurend in plezier gaan, in pijn – en ze houden elkaar in evenwicht. Compassie is niet hartstochtelijk leven, maar kalm leven, rustig, stil. Compassie kan zonder ups en downs zijn -- een intense sereniteit. Wat er ook aan de buitenkant gebeurt maakt niet uit, maar het centrum van jouw wezen blijft stil, onverstoord.

Dus Boeddha zegt, 'Het is beter om een iemand te voeden die de vijf voorschriften van Boeddha naleeft dan om duizend goede mensen te voeden.

Het is beter een srotapanna te voeden dan tienduizend van hen die de vijf voorschriften van Boeddha volgen.'

Srotapanna is een erg mooi woord. Het betekent "hij die in de stroom is gestapt." Letterlijk betekent srot "de bron"; srotapanna betekent "die in de stroom gestapt is die naar de bron leidt." Hij staat niet langer aan de oever. De man die de vijf voorschriften volgt kan misschien nog steeds aan de oever staan.

Voor de srotapanna zegt Boeddha, 'tien duizend van hen die de vijf voorschriften volgen'... één srotapanna is van meer belang, meer waardevol. Hij heeft de reis aangedurfd. Hij is van de oever de rivier in gegaan; hij is klaar om naar de bron te gaan. Hij heeft de moedigste stap genomen die een mens ooit in zijn leven kan nemen.

De oever lijkt zo veilig, en je kunt het er zo behaaglijk maken. En in een onbekende stroom stappen – niemand weet waarheen hij gaat; hij gaat zeker naar het onbekende, en misschien uiteindelijk in het onkenbare. De man die de moed heeft erin te stappen, die srotapanna kun je beter voeden – enkel één srotapanna -- dan tienduizend die de vijf voorschriften van Boeddha volgen.