

Bewaar het midden tussen twee uitersten

Het Boek der Geheimen – Meditatietechniek 59.

Alles heeft zijn tegenpool en de mind beweegt zich van de ene pool naar de andere zonder ooit daartussen tot rust te komen. Als je gelukkig bent, kom je vroeg of laat in een staat van ongelukkig zijn, verzamel je impuls om ongelukkig te worden. Al je je goed voelt, ga je je vroeg of laat slecht voelen. Zoals de slinger van een klok beweegt je je van rechts naar links en van links naar rechts. Daar gaat een geheime wet achter schuil. Gaat de slinger naar links, dan verzamelt hij voldoende impuls om weer naar rechts te gaan en andersom verzamelt hij energie om weer naar links te gaan.

Als een kind huilt en je probeert het stil te krijgen, stop je niet alleen zijn huilen maar ook de stap naar het gelukkig worden. Help hem harder te huilen, uit te huilen, zodat de impuls ontstaat weer gelukkig te zijn. Maar we kunnen geen van beide, zo zijn we geworden. Onze glimlach en onze tranen zijn niet van ganser harte. Dat is de natuurwet waaraan de mind onderhevig is, gaan van de ene pool naar de andere. Deze techniek dient ervoor om de natuurwet te veranderen. Probeer tussen die twee polen in te blijven. In geval van hoofdpijn, je ongelukkig voelen, blijf erbij, sluit je ogen, mediteer erop, wees er enkel getuige van, toeschouwer en probeer niet te ontsnappen. Vroeg of laat ga je als vanzelf van het ene naar het andere.



Als getuige blijf je in het midden. Boeddha noemt het de middenweg. Laat je nergens door aantrekken of afstoten, wees enkel een uitkijkpost op een heuvel die alles ziet. Als je kunt gadeslaan zonder ernaartoe of er vanaf te willen, val je in het midden, stopt de slinger in het midden en zie je de wereld voor het eerst zoals ze is.

Zolang je beweegt, kun je niet weten wat de wereld is. Zodra je niet meer beweegt, weet je wat de werkelijkheid is. Je mind is als een fototoestel, je vliegt van het ene naar het andere object en de foto's worden onscherp, omdat de camera beweegt.

Ons bewustzijn vliegt ook van het ene uiterste naar het andere en dat geeft verwarring. Blijf je in het midden en de slinger is gestopt, je bewustzijn scherp gesteld, dan weet je wat werkelijkheid is, wat waarheid is. Osho.

Verzameld en vertaald door Prem Abhay.