

Kijk met liefde naar een voorwerp

Het Boek der Geheimen - Meditatietechniek 18.

De techniek maakt geen onderscheid tussen voorwerp en persoon. Begeerte is iets willen hebben, liefde is iets willen geven, dat gaat om de ander niet om jou. Bij lust, het meest onmenselijke, offer je de ander op, bij liefde jezelf, het is overgave. Kijk naar binnen en je kunt weten of je ooit met liefde naar iemand of iets hebt gekeken. Kijk je met liefde naar iets stoffelijks, een boom, krijgt het een ziel, wordt het een mens. Het tegendeel, kijk je met een begerige blik naar een persoon, wordt hij voorwerp, een ding. Met liefde verhef je hem, wordt hij uniek. Liefde maakt alles uniek. Word je bemind, voel je die uniekheid. Kijk naar een bloem, vergeet jezelf, en de bloem is er en jij niet, en vanuit je bewustzijn stroomt er liefde naar de bloem, met maar één gedachte, hoe de bloem te helpen tot grotere bloei te komen. Laat die wens je hele wezen doortrillen en dwaal niet af, blij bij die ene roos of het gezicht van je geliefde.



Je bent jezelf dan volkomen vergeten, je bewustzijn zoekt steeds die ander, met een groot gevoel van liefde en eensklaps ben je gecentreerd. En dan de paradox. Met het geluk van de ander voorop, jezelf volkomen vergeten, alleen nog de ander, wordt je plotseling vervuld van gelukzaligheid – de zegen. Want er komt ruimte in je vrij, je mind heeft het veld geruimd, geen gedachte meer, want menen iets te kunnen doen, is uitgaan van jezelf, je ego, en dat is dan een blokkade.

Liefde maakt hulpeloos, machteloos, houd van iemand en je bent verloren, overgave vindt plaats, je bent leeg, het maakt liefde tot een diepe meditatie. Liefde is de allerbeste methode, maar is moeilijk, het is jezelf wegdrücken uit je bewustzijn, waar je ego zat, en een ander ervoor in de plaats. Als je iemand probeert te bezitten, vernietig je alle schoonheid die de liefde bezit. De mind wil altijd bezit, wil altijd meer. Je kunt alleen bezeten zijn van iemand en niemand bezitten, want dat maakt je tot dingen. Opeens ben je jezelf vergeten en ben jij er niet meer, zal de ander er ook niet meer zijn. En tussen beiden valt de zegen. In verliefd samenzijn verdwijnen beiden op den duur, enkel een communio, in gelukzaligheid, onbewust in een diepe meditatie.

Kan ook met een roos, met een steen, met bomen. Weet je eenmaal wat nodig is, kan het met alles. Als je weet dat jij er niet bent, je bewustzijn je heeft verlaten, met intense liefde over naar de ander – bomen, hemel, sterren, wat dan ook – zal, in die afwezigheid, de zegening je te beurt vallen.

Verzameld en vertaald door Prem Abhay.