

Word gewichtloos

Osho: Het Boek der Geheimen - meditatietechniek 12.

Voel, terwijl je zit, dat je gewichtloos bent geworden. Je voelt dan wel dat er hier of daar gewicht is. En er komt een moment dat je voelt dat je zonder gewicht bent, dat van het lichaam, en je bent dan geen lichaam meer.

Voor de wetenschap kan niets gewichtloos zijn. Wetenschappers proberen bij sterfte de persoon te wegen. Zij kunnen dan zeggen dat iets uit het lichaam is verdwenen, een ziel of het zelf of iets anders dat er was.

Gewicht is fundamenteel voor alle materie. Zelfs zonnestrallen, die hebben op 8 km² een gewicht als een haar. Iets dat gewichtloos is, is immaterieel. Wanneer een mens sterft en iets het lichaam verlaat, moet het gewicht verschillen, maar het verschilt nooit, het blijft hetzelfde, en soms wordt de dode zelfs zwaarder, schijnt er iets te zijn binnengekomen.

Gewicht is materieel, maar jij bent dat niet, jij bent immaterieel. Als je deze techniek probeert, moet je jezelf voorstellen, en voelen, en ook blijven voelen, dat je lichaam gewichtloos is geworden en dan beseft je dat plotseling. Zelf ben je het al, je moet enkel een situatie creëren waarin je dat kunt voelen.



Je moet jezelf de-hypnotiseren van het geloof: 'Ik ben een lichaam en daarom voel ik gewicht.' Als je dat kunt, voel je geen gewicht en ben je voorbij de mind, zegt Shiva, want ook de mind heeft gewicht, per persoon verschillend. Ideeën als, hoe gewichtiger de mind, hoe intelligenter, is in algemene zin waar, maar niet absoluut, want soms hebben geniale mensen een kleine mind en domme idioten een mind die veel weegt. Maar je bewustzijn is gewichtloos. Om het te voelen, moet je gewichtloosheid voelen. Probeer het terwijl je loopt of zit.

Enkele waarnemingen... Het dode lichaam wordt soms voller van gewicht, want als het bewustzijn het lichaam verlaat, raakt het onbeschermd. Vele dingen en ook trillingen kunnen binnenkomen, wat niet gebeurde via jou en in jou. Daarom, als je ziek bent, begint er een opeenvolging: de ene ziekte na de andere, want je raakt onbeschermd, kwetsbaar, zonder weerstand en alles kan binnenkomen. Jouw aanwezigheid beschermt het lichaam. Als je het verlaat, kan er alles binnenkomen, dus een dood lichaam kan soms winnen aan gewicht.

Ben je gelukkig, voel je je altijd gewichtloos, en vergeet je het lichaam volledig, voel je je licht. Ben je droevig voel je meer gewicht, kun je het lichaam niet vergeten, het trekt je naar beneden, de zwaartekracht wordt groter.

In diepe meditatie, als je je lichaam volledig vergeet, kun je opstijgen. Zelfs het lichaam kan met je mee stijgen. Een geobserveerde mediterende vrouw verhief zich 1 meter boven de grond, de gravitatie werd nul. Wordt haar meditatie verstoord, dan valt ze naar beneden. In diepe meditatie vergeet je je lichaam volledig. Jij bent heel groot, hebt een oneindige kracht, het lichaam is een kleinigheid, heeft niets in vergelijking daarmee.

Jij bent oneindige kracht met een volkomen eindig lichaam. Zodra je bewust wordt van je zelf neemt gewichtloosheid toe en wordt het gewicht van het lichaam minder. Je kunt je dan verheffen, het lichaam kan opstijgen. Er zijn vele verhalen die wetenschappelijk nog niet bewezen kunnen worden, maar als een vrouw ruim een meter kan opstijgen, kan een ander 250 meter en weer een ander kan volledig de kosmos ingaan. Er zijn verhalen over Rama en vele anderen die volledig verdwenen met het lichaam.

Mohammed verdween volledig, ook met zijn paard, wordt gezegd. Die verhalen lijken onmogelijk, mythisch, maar zijn dat niet. Zodra je de kracht van de gewichtloosheid kent, ben je meester over de zwaartekracht. Je kunt volledig verdwijnen met je lichaam. De techniek van *siddhasana*, zoals Boeddha zit, is de beste manier om gewichtloos te zijn, want je voelt meer gewicht als je lichaam zich naar deze of gene zijde buigt. Zit op de grond, niet op een stoel, in de Boeddhahouding, zodat je het dichtst bij de natuur bent en naakt als het kan. Als je staat, wordt er minder oppervlakte geraakt, maar lang staan kun je niet. Mahavira mediteerde altijd staande. Enkel je voeten raken de grond, met de minste zwaartekracht.

Het helpt ook in een Boeddhahouding, met je benen en je armen op elkaar en je rug recht, dan wordt minder oppervlakte geraakt en word je innerlijke elektriciteit een circuit. Balanceer, centreer jezelf volledig, met gesloten ogen. Leun naar rechts en naar links, voorover en achterover, en voel de zwaartekracht. Ontdek dan het centrum waar je de minste zwaartekracht, het minste gewicht voelt en blijf daar. Vergeet vervolgens het lichaam en voel dat je geen gewicht bent, gewichtloos. Blijf dat voelen en plotseling word je gewichtloos, ben je niet het lichaam, bevind je je in een andere wereld van lichaam-loosheid, want gewichtloos is lichaam-loos. Dan overstijg je ook de mind, die deel uitmaakt van het lichaam, van materie, dat gewicht heeft. Houd de techniek een paar dagen vol zodat je kunt voelen of het werkt of niet.

Verzameld en vertaald door Prem Abhay.