

## 'Psyche' is een prachtige wereld

*In het tijdschrift Hapinez staan regelmatig interessante weergaven, zoals wordt aangegeven over de kracht van de geest en luisteren naar je intuïtie, over spiritualiteit en liefde. Van mensen die op hun eigen manier reflecteren op de begrippen Body, Mind en Soul.*

*Osho zegt in Beyond Psychology: 'Mijn spreken naar jullie is niet het praten van een leraar, want ik leer geen theologie, geen enkele doctrine, geen enkele selectie, geen enkele gezindte. Ik spreek tegen jullie in een totaal andere context en op een zodanige manier dat het in jullie een synchroniciteit creëert, het in jullie een diepe snaar raakt.'*

*Vanuit deze innerlijke gerichtheid van Osho ga ik enkel gebruik maken van de teksten van Mind en Soul.*

*Prem Abhay*

*Nedra Tawwab, een Amerikaanse relatietherapeut en sociaal werker:*

*'Zelfbewustzijn is een les die nooit stopt. Het is belangrijk om jezelf goed te kennen en heel duidelijk te zijn over wie je bent. Wij mensen zijn zo geneigd onszelf van alles op te leggen. Voor mij werkt het goed om vroeg op te staan en even te mediteren. Dat kan trouwens van alles zijn: tuinieren, lezen, wandelen, autorijden in de stilte, naar vogels luisteren...*

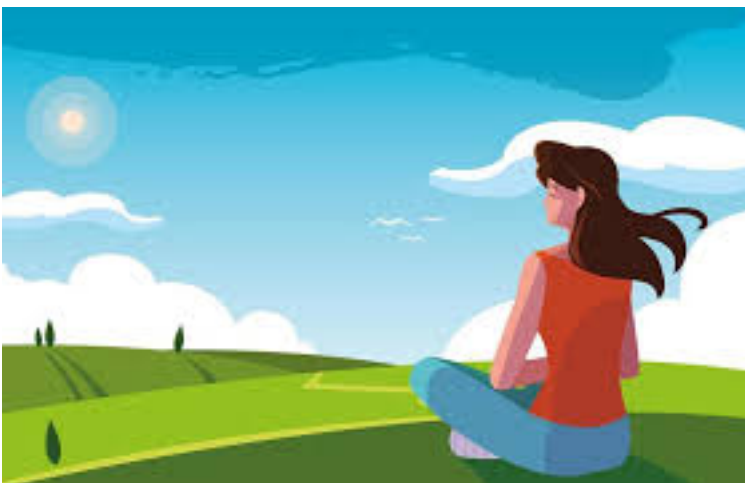
*Je hoeft niet in een hokje te passen.*

*Ik las een boek over 'ik ben' stellingen, zoals, 'Ik ben een ochtendmens', 'ik ben niet ambitieus', 'ik ben iemand die elke dag leest'. Als je dat soort dingen steeds tegen jezelf zegt, leg je jezelf beperkingen op, dan voel je druk om ernaar te leven. Het is veel fijner om flexibel te zijn.*

*Vrede en rust geven mijn leven betekenis, vrede in mezelf. Doe veel om dat te behouden. Neemt een onderdeel van mijn leven te veel ruimte in, dan probeer ik het in te perken. Want ik wil vooral graag een beetje drijven op het water, een leven zonder chaos. Natuurlijk gebeuren er soms dingen die golven veroorzaken. Pijn en verlies horen erbij, maar dat is iets anders dan chaos.*

*Voor de buitenwereld oogt het misschien helemaal niet alsof mijn leven kalm en vredig is. Heb inderdaad een drukke baan, maar *inner peace* heeft veel te maken met doen wat bij je past. Werk dat je blij maakt kan daarin een groot verschil maken.*

*Je moet zien uit te vinden hoe je jouw beste leven leeft. De kunst is om te voelen wat je voelt en daar gehoor aan te geven. Wat je voelt is niet goed of slecht, het *is* gewoon, en je kunt er maar beter naar luisteren.'*



## Osho over de ziel

'Psyche' betekent ziel. Het woord 'psychologie' komt uit de zelfde bron, alhoewel psychologie nog niet een wetenschap van de ziel is. Het Westen heeft dat nog niet ontwikkeld. Psychologie in het

Westen is heel rudimentair, primitief, want het gelooft in het lichaam. Het hoofdbestanddeel van de zogenaamde psychologieën is behaviouristisch; ze geloven enkel in de fysiologie, de biologie, de chemie. Ze geloven zelfs niet in mind, enkel in gedrag dat geobserveerd kan worden, waar mee geëxperimenteerd kan worden. Mind betekent een bijproduct: het wordt met het lichaam geboren en sterft ermee; het is een tijdverschijnsel.

De Oosterse benadering is *ware* psychologie omdat het gelooft in de ziel die niet geboren wordt bij de geboorte en niet sterft met de dood, wat betekent voorbij geboorte en dood. Ziel betekent dat wat eeuwig in je is. En tenzij de Westerse psychologie de ziel probeert te bereiken en grondig onderzoeken, blijft het een zeer gewoon iets met veel jargon. Het heeft een geweldig systeem ontwikkeld maar de essentiële kern ontbreekt.

'Psyche' is een prachtige wereld, het allerbelangrijkste woord in elke taal, want het geeft iets in je aan dat boven je uitstijgt. Je bent het lichaam niet, ook de mind niet: je bent de getuige van dit alles. Tenzij je jezelf meer en meer gaat ontwikkelen in getuige zijn, zal je niet weten dat je een ziel bent. Getuige zijn is de functie van de ziel. Dat is de zoektocht in het Oosten geweest; hoe van alles een getuige te worden, enkel een waarnemer, een pure waarnemer, zonder identificatie. Je kijkt gewoon naar het lichaam en de mind en al hun functies en activiteiten en bewegingen, maar je bent eenvoudig een waarnemer die langs de kant van de weg staat.



Dat is meditatie: het zien van je body-en-mind complex zonder ermee geïdentificeerd te raken. Dan gaat plotseling een nieuw centrum in je geïntegreerd worden. En al gauw wordt een totaal ander verschijnsel ervaren: het bestaan van de ziel. Dan weet je dat geboorte niet je begin was, dat je eerder bestond – en dat dan de dood niet het einde gaat zijn, dat je erna gaat bestaan. Met de ervaring van eeuwigheid ontstaat gelukzaligheid en angst verdwijnt; liefde ontstaat en haat verdwijnt; helderheid ontstaat en het duistere verdwijnt.

*Uit Osho: Scriptures in Silence en Sermons in Stones.*