

## De ruimte tussen wakker zijn en slapen

### Osho: Het Boek der Geheimen – techniek 55.

De derde zelf-herinnering techniek: *Op het punt van slapen, wanneer de slaap nog niet is gekomen en de naar buiten gerichte waakzaamheid verdwijnt, op dat punt wordt het Zijn geopenbaard.*



Er zijn wat keerpunten in je bewustzijn. Op die keerpunten ben je dicht bij je centrum dan op andere momenten. Je verandert van transmissie, en steeds als je een overdracht verandert, ga je door een neutrale transmissie. Die neutrale overdracht is dichterbij. 's Morgens als de slaap weggaat, verdwijnt en jij je wakker gaat voelen, maar nog niet wakker bent, precies op het punt er tussenin zit jij in een neutrale overdracht. Er is een punt wanneer je niet slaapt en niet wakker bent, precies er tussenin. Dan zit je in een neutrale transmissie. Van slaap naar wakker worden, verandert je bewustzijn de hele werkwijze. Het springt van de ene naar de andere. Tussen die twee is er geen werkwijze; er is een tussenruimte. Door die tussenruimte kun je een glimp opvangen van je wezen. Hetzelfde gebeurt 's nachts wanneer je opnieuw aan het overspringen bent van je wakende naar je slapende bezigheid, van je bewustzijn naar je onbewuste. Gedurende een enkel moment is er geen bezigheid, geen greep van het mechanisme naar jou, want je moet een sprong nemen van het ene naar de andere. Als je tussen de twee wakker kunt zijn, als je tussen de twee gewaar kunt zijn, als je tussen de twee jezelf kunt herinneren, dan kun je een glimp opvangen van je ware Zijn.

Hoe moet je het doen? Als je gaat slapen, ontspan je dan. Zorg dat de kamer donker is en sluit je ogen. En ga dan wachten. De slaap komt, wacht alleen maar, doe niets! Je lichaam ontspant zich, het lichaam wordt zwaar: voel het. Heb het gevoel ervan. Slaap heeft zijn eigen mechanisme, het gaat werken. Je waakbewustzijn is aan het verdwijnen. Besef het want het moment is heel subtiel en het is atomisch. Als je het mist, ontgaat het je. Het is niet een lange periode – een enkel moment, een hele kleine interval, en je wisselt van wakker zijn naar slaap. Wacht gewoon, volledig bewust. Blijf wachten. Dit vraagt tijd. Het vraagt tenminste 3 maanden. Pas dan kun je op een dag de glimp ervaren van het moment dat precies in het midden ligt. Heb dus geen haast. Je kunt het niet gewoon nu doen; je kunt het niet vanavond doen. Maar je moet een begin maken en je moet misschien maanden wachten. Gewoonlijk gebeurt het op een dag binnen 3 maanden. Het gebeurt op zich elke dag, maar je gewaar-zijn en het tegenkomen van die interval kan niet gepland worden.

Het is een proces. Je blijft gewoon wachten en op een dag gebeurt het. Op een dag word je plotseling bewust dat je noch wakker bent noch slaapt – een heel vreemd verschijnsel. Het kan zelfs zijn dat je bang wordt want je hebt alleen maar de twee gekend: je weet wanneer je slaapt en je weet wanneer je wakker bent. Maar je kent niet een derde punt in je wezen wanneer je noch

het ene noch het andere bent. Bij de eerste schok ervan kan het zijn dat je bang wordt en schrikt. Schrik niet en wees niet bang. Alles wat zo nieuw is, voorheen onbekend, is gedoemd je een zekere angst te geven want dit moment, wanneer je het steeds weer hebt ervaren, geeft je dan ook een ander gevoel: dat je noch in leven bent noch dood bent, noch dit noch dat. Dit is een afgrond.



Deze twee mechanismen zijn als twee heuvels, je springt van de ene top naar de andere. Als je er tussenin blijft, val je in de afgrond, en die afgrond is bodemloos: je blijft alsmaar vallen. Soefi's hebben deze techniek gebruikt en voordat ze deze techniek gaven aan een zoeker, gaven ze een andere praktijk, enkel om te beschermen. Steeds als deze techniek in de Soefi programma's wordt gegeven, wordt eraan vooraf een andere praktijk gegeven en dat is om je met gesloten ogen voor te stellen dat je in een diepe put valt – donker, diep en bodemloos. Stel je maar voor dat je in een diepe put valt - alsmaar vallen en vallen, eeuwig vallen. Er is geen bodem dus je kunt de bodem niet bereiken. Deze val kan nu nergens stoppen. Jij kunt wel stoppen; jij kunt je ogen openen en niet meer zeggen dat deze val in zichzelf niet kan stoppen. Ga je wel door dan is de put bodemloos en wordt het steeds donkerder.



In de Soefi technieken gaat deze put oefening – deze bodemloze donkere put oefening – eerst worden toegepast. Het is goed, hulpvaardig. Als je het hebt toegepast en je hebt je het mooie ervan gerealiseerd, de stilte, hoe dieper je dan de put ingaat, hoe stiller je wordt. De wereld wordt ver achter je gelaten en je voelt ook dat jij zelf ver weg, steeds verder weg bent gegaan. Stilte

neemt met duisternis toe en diep vanbinnen is er geen bodem. Vrees komt je mind binnen, maar je weet dat dit alleen maar verbeelding is, dus je kunt doorgaan.

Door deze oefening kun je deze techniek gaan doen, en dan, wanneer je in de put valt tussen wakker zijn en slapen, is het geen verbeelding; het is een waar feit. En het is bodemloos, de afgrond is bodemloos. Daarom heeft Boeddha dit niets zijn leegte genoemd –*shunya*. Er is geen einde aan. Zodra je het weet, ben je ook eindeloos geworden. Het is moeilijk om deze glimp op te vangen als je wakker bent. Het is dan natuurlijk onmogelijk als je slaapt, want dan werkt dat mechanisme en het is moeilijk jezelf van dat mechanisme los te maken. Maar er is 's avonds een moment en 's morgens nog een moment – in vierentwintig uur zijn er deze beide momenten – wanneer het heel gemakkelijk is, maar je moet er op wachten.

*Op het punt van slapen, wanneer de slaap nog niet is gekomen en de naar buiten gerichte waakzaamheid verdwijnt, op dat punt wordt het Zijn geopenbaard:* dan weet je wie je bent, wat je ware wezen is, wat je authentieke bestaan is. Wij zijn onecht terwijl we wakker zijn, en je weet dat heel goed. En jij bent onecht terwijl je wakker bent. Je glimlacht wanneer tranen echter zouden zijn geweest. Je tranen zijn ook niet geloofwaardig. Ze zijn mogelijk alleen maar een façade, ceremonieel, een plicht. Je glimlach is onecht en zij die gezichten bestuderen kunnen zeggen dat je glimlach gewoon een geportretteerde glimlach is. Er zit geen oorsprong in; de glimlach zit alleen maar op je gezicht, alleen maar op je lippen. Het zit nergens anders in je wezen. Er is geen oorsprong, er zijn geen ledematen. Het is opgelegd. De glimlach komt niet van binnen naar buiten; de glimlach is van buitenaf opgelegd.

Wat je ook zegt en wat je ook doet is verkeerd, en het is niet onvermijdelijk het geval dat je dit onjuiste gedoe van het leven alwetend uitvoert – het is niet noodzakelijkerwijs! Je bent waarschijnlijk volkomen onbewust – en dat ben je ook! Anders is het heel moeilijk om die valse onzin voortdurend met je mee te dragen. Het gebeurt automatisch. Deze onechtheid gaat alsmaar door terwijl je wakker bent, en het gaat zelfs door terwijl je slaapt – natuurlijk op een andere manier. Je dromen zijn symbolisch, niet echt. Het is verbazingwekkend dat zelfs in je dromen je niet echt bent, je zelfs in je dromen bang bent en je symbolen creëert.

Tegenwoordig blijven psychoanalisten deze zaak van het analyseren van je dromen uitvoeren. Ze hebben er goede zaken mee want je kunt je eigen dromen niet analyseren. Ze zijn symbolisch, ze zijn niet echt. Ze zeggen enkel iets in metaforen. Als jij je moeder wilt doden om van haar af te zijn, dan ga je haar zelfs niet in je droom doden. Je doodt dan iemand anders die op je moeder lijkt. Je doodt dan je tante of iemand anders, maar niet je moeder. Zelfs in dromen kun je niet echt zijn. Dan is psychoanalyse nodig; een deskundige is nodig om het uit te leggen – maar jij beschrijft de zaak misschien op een zodanige manier dat zelfs psychoanalyse wordt misleid.

Je dromen zijn ook volkomen onecht. Als je wakker zijnde echt bent, zullen je dromen waar zijn. Ze zijn dan niet symbolisch. Als jij je moeder wilt doden dan ga je een droom zien waarin je je moeder doodt, en er is geen tolk nodig om je te tonen wat je droom betekent. Maar we zijn zo onecht. Tijdens het dromen ben je alleen, maar nog altijd bang voor de wereld en de maatschappij.

Een moeder doden is de grootste zonde, en ik vraag me af of je er ooit over heb nagedacht waarom het doden van een moeder de grootste zonde is. Het is de grootste zonde want iedereen voelt een diepe onmin naar zijn moeder. Het is de grootste zonde, en het wordt je geleerd, je mind is geconditioneerd, dat zelfs eraan denken je moeder kwaad te doen een zonde is. Zij heeft je geboren laten worden. Overal ter wereld, in alle samenlevingen, wordt het zelfde geleerd. Er is geen enkele maatschappij op aarde die het met dit niet eens is, dat het doden van je moeder de grootste zonde is. Ze heeft je geboren laten worden en jij wilt haar doden?

Maar waarom deze leerwijze? Diep vanbinnen is er de mogelijkheid dat iedereen uit noodzaak tegen zijn moeder ingaat. Want de moeder heeft je niet alleen het leven geschonken, maar ze is

een instrument geweest om je te vervalsen, een instrument om je te dwingen onecht te zijn. Ze heeft je gevormd tot wat je nu bent. Als je leven een hel is, maakt zij er deel van uit, het grootste deel. Als je ellendig bent, is daar ergens je moeder, verborgen in je, want de moeder heeft je geboren laten worden, zij heeft je opgevoed – of, waarachtig, ze heeft je van de werkelijkheid afgehaald. Ze heeft je vervalst. De eerste onwaarheid gebeurde tussen jou en je moeder; de eerste leugen gebeurde tussen jou en je moeder – de allereerste leugen!

Zelfs wanneer er geen taal is en het kind nog niet kan spreken, kan het wel liegen. Het kind wordt zich vroeg of laat bewust dat zijn moeder niet akkoord gaat met veel van zijn gevoelens. Haar gezicht, haar ogen, haar gedrag, haar stemming, alles toont dat iets in hem niet wordt geaccepteerd, gewaardeerd. Dan begint hij met zijn onderdrukking. Iets is dan fout. Er is nog geen taal; zijn mind functioneert niet. Maar zijn hele lichaam begint met het te onderdrukken. Dan gaat hij voelen dat het soms heel erg wordt gewaardeerd door zijn moeder. Hij is afhankelijk van de moeder, zijn leven is afhankelijk van de moeder. Als de moeder hem verlaat, is het met hem gedaan. Zijn hele bestaan is gericht op de moeder.



Alles wat de moeder laat zien, wat ze doet en zegt en zich ernaar gedraagt, heeft betekenis. Als het kind glimlacht, en de moeder hem liefde en warmte geeft en melk aanreikt en hem omhelst, dan leert hij politiek. Hij glimlacht dan terwijl er geen glimlach in hem zit want nu weet hij dat hij de moeder kan overhalen. Hij doet dan een valse glimlach. Dan wordt de leugenaar geboren, de politicus is in het bestaan verschenen. Nu weet hij hoe hij moet vervalsen en dit leert hij in de relatie met zijn moeder. Wanneer hij bewust gaat worden van zijn ellende, van zijn hel, van zijn verwarringen, ontdekt hij dat zijn moeder ergens verborgen zit.

Er is alle mogelijkheid dat je je vijandig kunt gaan voelen ten aanzien van je moeder. Daarom benadrukt iedere cultuur dat het de grootste zonde is je moeder te doden. Zelfs in gedachte, zelfs in dromen kun je je moeder niet doden. Ik zeg niet dat je haar *zou moeten* doden, ik zeg eenvoudig dat je dromen ook bedrieglijk zijn - symbolisch, niet echt. Je bent zo onecht dat je zelfs geen ware droom kunt hebben.

Dit zijn onze twee valse gezichten: één is er als je wakker bent en één is er als je slaapt. Tussen die twee valse gezichten is er een hele kleine deur, een interval. In die tussenruimte kun je een glimp opvangen van je oorspronkelijke gezicht toen je nog niet verbonden was met je moeder, en via je moeder met de maatschappij; toen je alleen was, met jezelf; toen *jij was* – niet dit en dat, en er was nog geen verdeeldheid. Enkel het echte was er; het onechte was er niet. Je kunt een glimp hebben van dat gezicht, dat onschuldige gezicht tussen deze twee mechanismen.

Gewoonlijk zijn we niet geïnteresseerd in dromen, we zijn geïnteresseerd in de uren die we wakker zijn. Maar de psychoanalyse is meer geïnteresseerd in je dromen, niet in je uren van wakker zijn, want het heeft het gevoel dat je in de uren van wakker zijn een grotere leugenaar bent. In dromen kan nog iets worden achterhaald. Je bent minder bewust wanneer je slaapt, en je forceert niets, je bent niet aan het manipuleren. Dan kan er iets echts worden opgevangen. Je bent misschien in je waaktoestand een celibetair, een monnik, maar je hebt dan de seksuele drang onderdrukt. Dan dringt het zich op in je dromen; je dromen gaan dan seksueel worden. Het is heel moeilijk een monnik te vinden die zonder seksuele dromen is – eerder gezegd, onmogelijk. Je kunt een crimineel vinden zonder seksuele dromen, maar je kunt geen religieus mens vinden zonder seksuele dromen. Een wellusteling heeft misschien geen seksuele dromen, maar niet de zogenaamde heiligen, want alles wat je onderdrukt terwijl je wakker bent, breekt dan door in je dromen en geeft je dromen kleur.

Psychoanalytici zijn niet betrokken bij je wakende leven want zij weten dat het volkomen bedrieglijk is. Als van de werkelijkheid iets van een glimp kan worden opgevangen, kan dat alleen maar gebeuren door je dromen. Maar tantra zegt dat zelfs dromen niet zo werkelijk zijn. Ze zijn wel realistischer – en dit lijkt paradoxaal want we denken dat dromen onwerkelijk zijn – ze zijn waarachtiger dan je uren van wakker zijn want dan ben je minder op je hoede. De zedenmeester slaapt en dingen kunnen naar boven komen, het onderdrukte kan zichzelf weergeven – natuurlijk symbolisch, maar symbolen kunnen geanalyseerd worden.

Overal ter wereld zijn de menselijke symbolen hetzelfde. Je kunt een andere taal spreken als je wakker bent, maar tijdens het dromen spreek je allemaal dezelfde taal. Overal in de wereld is de droomtaal dezelfde. Als seks wordt onderdrukt dan komen dezelfde symbolen naar boven. Als de drang naar voeding, de drang naar eten, naar honger wordt onderdrukt, dan komen dezelfde symbolen naar boven – of identieke. De droomtaal is één, maar in dromen zijn er nog altijd problemen want ze zijn symbolisch. En een Freud kan ze op een andere manier interpreteren, en een Jung op een andere manier, en een Adler ook nog steeds op een andere manier. En als je door 100 psychoanalytici wordt geanalyseerd dan zijn er honderd interpretaties. Je raakt dan nog meer verward dan je voorheen was, meer verward met honderd uitleggingen van één ding.

Tantra zegt dat je noch in waaktoestand noch in slaaptoestand echt bent. Je bent alleen maar echt er tussenin. Dus wees niet betrokken bij het wakker zijn, en wees niet betrokken bij dromen en slaap. Wees gericht op de ruimte er tussenin; wees er bewust van. Terwijl je overgaat van de ene staat naar de andere heb er dan een glimp van. En zodra je weet wanneer die tussenruimte verschijnt, word je er de meester van. Je hebt de sleutel; je kunt die tussenruimte elk moment openen en er binnengaan. Een andere dimensie van zijn opent zich, de ware dimensie.