

De eerste vraag:

*Kunnen lafheid en huichelarij ook mooi zijn? Kan ik zelfs mijn lafheid, mijn hypocrisie, mijn gierigheid en een neiging tot privacy, die u zelf idiotie hebt genoemd, accepteren? En als ik zulke neigingen accepteer, die allemaal de neiging hebben om me op te sluiten, hoe kom ik dan vrij?*

Deva Ashoka, juist het verlangen om vrij te zijn houdt iemand onvrij. Elk verlangen is een ketting, een gebondenheid, een gevangenschap. Geen enkel verlangen kan ooit vervuld worden. Door het verlangen te laten vallen, gebeurt de vervulling ervan.

Nu, het grootste verlangen in de wereld is dat van innerlijke transformatie. Het verlangen naar geld is daar niets bij, het verlangen naar meer macht, prestige, zijn daar niets bij. Het grootste verlangen is het zogenaamde spirituele verlangen. En als je eenmaal gevangen zit in dat verlangen, zul je voor altijd ellendig blijven.

Transformatie is mogelijk, maar niet door ernaar te verlangen. Transformatie is alleen mogelijk door je te ontspannen in dat wat is, wat er ook is. Jezelf onvoorwaardelijk accepteren brengt transformatie. We zullen dieper op dit fenomeen moeten ingaan, want dit is niet alleen Ashoka's vraag, het is die van iedereen.

De mens leeft in ellende, de mens leeft in angst. Daarom is iedereen op zoek naar een staat van gelukzaligheid, een staat van eenheid met het bestaan. De mens voelt zich vervreemd, ontworteld. Daarom is het verlangen natuurlijk - om weer wortels te krijgen in het bestaan, om weer groen te zijn, om weer te bloeien.

Over deze paar dingen moet gemediteerd worden. Ten eerste: om die volmaakte eenheid tot stand te brengen, moet het bewustzijn zich eerst verenigen in termen van al zijn persoonlijke aspecten door niets te verwerpen dat op zichzelf ervaarbaar werkelijk is. Dit is het eerste dat begrepen moet worden.

Je voelt angst. Nu is de angst een existentiële realiteit, een ervaringswerkelijkheid; ze is er. Je kunt het verwerpen: door het te verwerpen zul je het onderdrukken. Door het te onderdrukken creëer je een wond in je wezen.

Je voelt lafheid. Je kunt besluiten om er niet naar te kijken. Maar het is een feit, een realiteit; door er gewoon niet naar te kijken, zal het niet verdwijnen. Je gedraagt je als een struisvogel: als hij de vijand ziet, als hij de dood voor ogen ziet, stopt hij zijn kop in het zand. Maar door zijn kop in het zand te steken, door zijn ogen te sluiten, verdwijnt de vijand niet. In feite wordt de struisvogel kwetsbaarder voor de vijand.

Door te denken dat er nu geen vijand is omdat niemand wordt gezien, door te denken dat het zien van de vijand hem bestaansrecht geeft, is de struisvogel nu van zijn angst verlost. Maar het gevaar is groter geworden: de vijand is machtiger omdat hij niet is opgemerkt. Er kan iets gedaan worden als de struisvogel zijn hoofd niet wegstopt.

Dat is wat mensen ook doen. Je ziet lafheid, je probeert het niet op te merken. Maar het is een feit. Door het niet op te merken, heb je een deel van je wezen gecreëerd dat je niet zult kunnen zien. Je hebt jezelf in segmenten verdeeld. Nu is er op een dag iets anders, woede, en je wilt niet accepteren dat er woede in je is. Je houdt ermee op om ernaar te kijken. Op een andere dag is er hebzucht, enzovoort, enzovoort. En alles waar je niet meer naar kijkt, blijft. Maar nu blijf je verder krimpen. Veel meer delen van je wezen worden van jou afgescheiden - je hebt ze van jezelf afgescheiden. En hoe fragmentarischer je bent, hoe ellendiger je zult zijn.

De eerste stap naar gelukzaligheid is om één te zijn. Dat is waar Hakim Sanai keer op keer op hamert: één zijn is zo hemels, veel zijn is in de hel zijn. Dus wat er ook werkelijk ervaren wordt, accepteer het. Door het te ontkennen kun je niets doen. Door het te ontkennen creëer je het probleem, en het probleem wordt complexer - het was eenvoudig.

Je voelt je een lafaard - nou en? Dus 'ik ben een lafaard.' Zie het punt: als je lafheid kunt accepteren, ben je al dapper geworden. Alleen een dapper persoon kan accepteren dat hij een lafaard is, geen enkele lafaard kan dat. Je bent al op de weg naar transformatie. Dus ten eerste: niets dat als een feit wordt ervaren, moet je als werkelijkheid ontkennen.

Ten tweede: om dat te bereiken moet het bewustzijn zich eerst distantiëren van alle vaste conceptuele zelden waarmee het zichzelf heeft geïdentificeerd, want als het vasthoudt aan een of ander vast en blijvend conceptueel zelf te zijn, zal er geen tolerantie zijn voor die ervaringswerkelijkheden die met dit vaste, conceptuele, officiële zelf in tegenspraak zijn. Als je een bepaald idee hebt van hoe je zou moeten zijn, dan kun je de ervaringswaarheden van je wezen niet accepteren. Als je het idee hebt dat je een dapper man moet zijn, dat dapperheid een waarde is, dan is het moeilijk om je lafheid te accepteren. Als je het idee hebt dat je een Boeddha-achtig persoon moet zijn, mededogend, absoluut mededogend, dan kun je je woede niet accepteren. Het is het ideaal dat het probleem creëert. Als je geen idealen hebt, is er helemaal geen probleem. Je bent een lafaard, dus ben je een lafaard.

En omdat er geen ideaal is om een dapper man te zijn, veroordeel je het feit niet - je verwerpt het niet, je onderdrukt het niet, je gooit het niet in de kelder van je wezen zodat je er nooit meer naar hoeft te kijken.

Maar alles wat je in je onbewuste gooit zal van daaruit blijven functioneren, het zal problemen voor je blijven creëren. Het is als een ziekte die je naar binnen hebt geduwd. Het kwam aan de oppervlakte, en aan de oppervlakte was er een mogelijkheid dat het zou kunnen verdwijnen. Als een wond naar de oppervlakte komt, is dat goed, hij is op weg naar genezing, want alleen aan de oppervlakte komt hij in contact met frisse lucht en de zon en kan hij genezen. Als je het naar binnen dwingt, als je het niet naar de oppervlakte laat komen, dan wordt het een kankergezwell. Zelfs een kleine ziekte die onderdrukt wordt, kan een gevaarlijke ziekte worden. Geen enkele ziekte zou ooit onderdrukt mogen worden.

Maar de onderdrukking is natuurlijk als je een ideaal hebt. Elk ideaal voldoet. Als je het ideaal koestert om celibatair te zijn, een BRAHMACHARI, dan wordt seks het probleem. Je kan er niet naar kijken. Als je niet het ideaal hebt om een BRAHMACHARI, een celibatair, te worden, dan wordt seks niet verworpen. Dan is er geen scheiding tussen jou en je seksualiteit. Dan is er verbondenheid en die verbondenheid brengt vreugde. Zelf-verbondenheid is de basis van alle vreugde.

Dus het tweede dat je moet onthouden is: draag geen idealen met je mee. Als je een ideaal hebt dat je drie ogen moet hebben, ontstaat er onmiddellijk een probleem omdat je maar twee ogen hebt terwijl het ideaal zegt dat je er drie moet hebben. Nu verlang je naar de derde. Je hebt een onmogelijk probleem voor jezelf geschapen; het zal niet opgelost worden. Je kunt hoogstens een derde oog op je voorhoofd schilderen. Maar het geschilderde derde oog is maar een geschilderd derde oog; het is huichelarij.

Idealen creëren huichelarij in mensen. En kijk nu naar de absurditeit: mensen hebben het ideaal om geen huichelaar te zijn - en huichelarij komt door idealen. Als alle idealen verdwijnen zal er geen huichelarij zijn. Hoe kan hypocrisie dan bestaan? Het is de schaduw van het ideaal. Hoe groter het ideaal, hoe groter de huichelarij.

Daarom vind je in India meer huichelaars dan waar ook ter wereld, omdat India eeuwenlang met grote idealen heeft geleefd. Vreemde, gestoorde idealen...

Bijvoorbeeld, een Jaina MUNI kan niet tevreden zijn tenzij hij, zoals de mythologische Mahavira, in staat is om slechts af en toe te eten. Er wordt gezegd dat Mahavira in twaalf jaar slechts één jaar at. Dat betekent één keer na twaalf dagen: één dag eten en twaalf dagen vasten. Als dit nou je

ideaal is dan blijf je in diepe ellende zitten. Als dit niet je ideaal is, is er geen probleem. Zie het in: het probleem komt voort uit het ideaal. Een christelijke monnik is hier niet nu verbaasd over, hij heeft er geen probleem mee. Maar de Jaina monnik lijdt voortdurend omdat hij het ideaal niet kan bereiken; hij schiet tekort. Als je echt zuiver bent, dit is het Jaina idee, zal je lichaam niet transpireren. Daar heb je nou een stom idee. Het lichaam zal blijven zweten en jij zult blijven lijden.

Hoe meer idealen je hebt, hoe meer je zult lijden en hoe meer je een huichelaar zult zijn, want als je je idealen niet kunt vervullen, moet je tenminste doen alsof. Dat is hoe huichelarij ontstaat. De wereld zal helemaal niet huichelachtig zijn als we ervaringsfeiten zonder oordeel accepteren. Wat is, is. Hoe kan huichelarij ontstaan als we leven met de is-heid van het bestaan en niet met wat moet en wat hoort?

Onlangs nog vroeg iemand: 'Geliefde meester, bent u geen huichelaar? Want u leeft comfortabel, u woont in een mooi huis, u rijdt in een mooie auto, u leeft als een koning.'

Nou begrijpt hij niet wat het woord 'huichelarij' betekent. Dit is mijn hele leer - om zo mooi mogelijk te leven. Ik ben geen huichelaar. Ik leef in feite wat ik onderricht. Als ik zou onderwijzen om in armoede te leven en ik zou in een paleis wonen, dan zou dat huichelachtig zijn. Maar ik onderwijs niet om in armoede te leven; armoede is niet mijn doel.

Je kunt Morarji Desai gaan vertellen dat hij een huichelaar is. Of zeg tegen Sanjiva Reddy, de president van dit land: 'U bent een huichelaar.' Dat kun je niet tegen mij zeggen. Je kunt wel tegen de president, Sanjiva Reddy, zeggen: 'U bent een huichelaar, want u onderwijst het Gandhiïsme en toch blijft u vlees eten. U praat over geweldloosheid en u blijft vlees eten! Dit is huichelarij - pure huichelarij, onvervuilde huichelarij!'

Maar dat kun je van Jezus niet zeggen. Hij eet vlees, maar hij heeft nooit vegetarisme gepropageerd; hij heeft nooit gesproken over dat soort geweldloosheid. Je kunt van hem niet zeggen dat hij een huichelaar is. Jezus drinkt wijn; je kunt van hem niet zeggen dat hij een huichelaar is, tenzij hij iets anders leert.

Mijn hele benadering van het leven is die van totale aanvaarding, is die van viering, niet van verzaking. Hoe kun je zeggen dat ik een huichelaar ben? Ik ben misschien wel de enige persoon op deze aarde die geen huichelaar is, want ik heb geen idealen.

De eerste vereiste voor een huichelaar is dat hij idealen heeft. Ik heb er geen; ik ben een niet-idealist. Ik leef natuurlijk - en het is heel natuurlijk om in comfort en gemak te leven. Het is gewoon dom om niet in comfort te leven als dat voorhanden is. Als het niet beschikbaar is, is dat iets anders. Wat je dan tot je beschikking hebt, leef er comfortabel in, slaag erin comfortabel te leven.

Ik heb in veel verschillende situaties geleefd, maar ik heb altijd comfortabel geleefd. Toen ik nog studeerde, liep ik elke dag vier kilometer naar de universiteit. Maar ik vond dat heerlijk. Ik liep die vier mijl elke dag met veel gemak; ik genoot ervan. Toen ik leraar was, ging ik op de fiets naar de universiteit; ook daar genoot ik van.

Wat de situatie ook was, of ik nu alleen een fiets had of een Mercedes Benz, het maakte niets uit: ik heb in comfort geleefd. Comfort is een mentale instelling, het is een levenshouding. Ik heb in heel erg arme huizen gewoond. Toen ik docent werd aan een universiteit, woonde ik in een eenpersoonskamertje zonder ramen, zonder ventilatie. De huur was maar twintig roepies per maand. Maar ik hield ervan, ik genoot ervan, het was geen enkel probleem.

Wat het moment ook toelaat, ik heb het moment helemaal uitgeperst. Ik heb vol van het moment gedronken, ik heb nooit berouw gehad en ik heb nooit naar iets anders verlangd; als iets anders zich voordeed, genoot ik daar ook van.

Je kunt nooit tegen me zeggen dat ik een huichelaar ben. Het is onmogelijk voor mij om een

huichelaar te zijn, want ik heb geen idealen te vervullen, niets wat moet, niets wat hoort. Het 'is' is alles wat er is, en ik leef erin.

Dus het tweede dat je moet onthouden, Ashoka, is: heb geen bepaalde ideeën over jezelf. Je draagt vast veel ideeën met je mee over hoe je zou moeten zijn. Vandaar het probleem: *Kunnen lafheid en huichelarij ook mooi zijn?*

Als je het idee hebt dat je een dapper man moet zijn, dan lijkt het lelijk om een lafaard te zijn.

Maar lafheid is een feit, en het ideaal is slechts een ideaal, een fantasie van de mind.

Offer fantasieën op aan de werkelijkheid, laat alle idealen vallen en dan begint het leven geïntegreerd te worden. Alle verworpen fragmenten beginnen weer thuis te komen, wat je verdrongen hebt begint boven te komen. Voor het eerst begin je een soort samenzijn te voelen; je valt niet langer uit elkaar.

Bijvoorbeeld, als ik mezelf als een vriendelijk persoon beschouw, zal ik niet in staat zijn om mezelf toe te staan om boze gevoelens te herkennen en te accepteren wanneer ze in het bewustzijn opkomen, omdat vriendelijke mensen gewoon niet boos worden.

Daarom, om een persoonlijke eenheid in bewustzijn te krijgen, moet ik eerst het standpunt innemen dat ik niets vast of blijvends ben, maar mezelf alleen de van moment tot moment ervaringswerkelijkheid te beschouwen die ontstaat in het bewustzijn.

Dus ben ik sommige momenten boos, dan ben ik sommige momenten verdrietig, dan ben ik sommige momenten jaloers, dan ben ik sommige momenten blij. Van moment tot moment wordt geaccepteerd wat er ook gebeurt. Dan word je één. En deze eenheid is het meest fundamentele wat je moet begrijpen.

De meester moet de leerling helpen om die afgewezen ervaringsaspecten van zichzelf te confronteren en te integreren die hij op een bepaald moment werkelijk IS, in plaats van te proberen hem te helpen het compenserende tegendeel ervan te actualiseren of wat de leerling voelt dat hij zou MOETEN zijn, of dat wat hij probeert te beschermen, te verbeteren of te bevestigen over zichzelf.

Mijn doel hier, mijn functie hier, is om alle idealen van jullie weg te nemen. Je bent hier gekomen met idealen; je wilt dat ik je idealen versterk, je wilt dat ik je ondersteun en je help dat te worden wat je wilt worden. Dat is misschien je motivatie om hier te komen, maar dat is niet mijn werk hier.

Mijn werk is precies het tegenovergestelde: je helpen te accepteren wat al het geval is en je fantasieën helemaal te vergeten. Ik wil dat je realistischer en pragmatischer wordt. Ik wil je wortels geven in de aarde, maar jij verlangt naar de hemel en je bent de aarde helemaal vergeten.

Ja, de hemel is ook beschikbaar, maar alleen voor diegenen wiens wortels diep in de aarde zijn gegaan. Als een boom hoog in de lucht wil komen en met de wolken wil fluisteren en met de wind wil spelen en enige verbondenheid met de sterren wil hebben, dan zal de boom diepere en diepere wortels in de aarde moeten sturen.

Het eerste is wortels in de aarde sturen, het tweede gebeurt vanzelf. Hoe dieper de wortels gaan, hoe hoger de boom gaat; het is niet nodig om iets anders te doen. Wat ik hier probeer is om je wortels diep in de aarde van de waarheid te sturen. En de waarheid is dat wat jij bent.

Dan zullen er plotseling dingen beginnen te gebeuren: je zult beginnen te rijzen. De idealen waar je altijd naar hebt gestreefd en die je nooit hebt kunnen bereiken, zullen vanzelf gaan gebeuren.

Als iemand zijn werkelijkheid kan accepteren zoals die is, verdwijnt in die acceptatie alle spanning. Angst, bezorgdheid, wanhoop - ze verdampen allemaal. En wanneer er geen angst, geen spanning, geen fragmentarisering, geen verdeeldheid, geen schizofrenie is, dan is er plotseling vreugde, dan is er plotseling liefde, dan is er plotseling mededogen. Dit zijn geen idealen, dit zijn heel natuurlijke fenomenen.

Het enige wat nodig is, is die idealen verwijderen, want die idealen werken als blokkades. Hoe idealistischer iemand is, hoe meer geblokkeerd hij is.

Hoe eigenaardig en tegenstrijdig het ook mag klinken, vrede vind je alleen midden in de pijn en nooit door te vechten tegen of weg te lopen van wat als negatief of pijnlijk wordt beschouwd. Ja, lafheid geeft je pijn, angst geeft je pijn, woede geeft je pijn - dit zijn negatieve emoties. Maar vrede kan alleen bereikt worden door het pijnlijke te accepteren en te absorberen, niet door het af te wijzen. Door het af te wijzen zul je kleiner en kleiner en kleiner worden, en zul je steeds minder kracht hebben. En je zult voortdurend in een innerlijke oorlog zijn, een burgeroorlog, waarin de ene hand met de andere vecht, waarin je simpelweg je energie verspilt.

Iets heel fundamenteels moet je onthouden: alleen verbondenheid met psychische pijn opent de deur tot de bevrijding en transcendentie ervan - alleen verbondenheid met psychische pijn. Alles wat pijnlijk is moet geaccepteerd worden; er moet een dialoog mee gecreëerd worden. Jij bent het. Er is geen andere manier om er voorbij te gaan, de enige manier is het te absorberen.

En het heeft een enorm potentieel. Woede is energie, angst is energie, lafheid ook. Alles wat je overkomt heeft een groot momentum, een grote hoeveelheid energie die erin verborgen zit. Als je het eenmaal accepteert, wordt die energie van jou. Je wordt sterker, je wordt ruimer, je begint ruimer te worden. Dan heb je een grotere innerlijke wereld.

Alleen een overgave of volledige acceptatie maakt er een einde aan. Psychische pijn eindigt alleen door haar in haar totaliteit te accepteren. Psychologische pijn bestaat niet louter en alleen door de aanwezigheid van een of andere stimulus of werkelijkheid die als pijnlijk wordt aangeduid. De pijn wordt veeleer veroorzaakt door de interpretatie van het feit of de realiteit die de neiging veroorzaakt om dat feit te vermijden of zich ertegen te verzetten.

Probeer dat te begrijpen: psychologische pijn is je eigen creatie. Lafheid is niet pijnlijk - alleen jouw idee dat lafheid verkeerd is, jouw interpretatie dat lafheid er niet zou moeten zijn.

Ashoka zegt vast tegen zichzelf: 'Ashoka, jij, een lafaard? Nee. Hoe kun je een lafaard zijn? Je bent een dapper man.'

Je hebt een bepaald ego: dat bepaalde ego blijft lafheid veroordelen. Het is door die veroordeling en interpretatie dat pijn ontstaat. En de lafheid is er, dus wordt het een wond. Je kunt het niet accepteren en je kunt het niet vernietigen door het af te wijzen. Niets wordt vernietigd door afgewezen te worden; vroeg of laat zul je ermee om moeten leren gaan. Steeds weer zal het tot uitbarsting komen, steeds weer zal het je vrede verstoren.

Alleen wanneer de mind terugdeinst voor een feit of werkelijkheid, is er pijn. Je deinst terug voor de feiten van lafheid, angst, woede en verdriet. Deinst niet terug. Terugdeinzen voor een feit creëert pijn.

Psychologische pijn hoort bij het proces van ontsnappen en weerstand bieden. Pijn is niet inherent aan een gevoel, maar ontstaat pas nadat de intentie ontstaat om het af te wijzen. Pijn ontstaat zodra je besluit iets af te wijzen.

Zie het binnen in jezelf, word een laboratorium van grote experimenten. Zie gewoon: je voelt angst. Het is donker en je bent alleen, en er is niemand in kilometers. Je bent verdwaald in een jungle, je zit onder een boom in een donkere nacht en de leeuwen brullen - en er is angst.

Nu zijn er twee mogelijkheden. De ene is: verwerp het. Houd jezelf stevig vast zodat je niet begint te beven van angst. Dan wordt de angst iets pijnlijks: het is er en het doet pijn. Zelfs als je jezelf heel stevig vasthoudt, is het er en doet het pijn.

Het tweede is, geniet ervan. Beef. Laat het een meditatie worden. Het is natuurlijk - leeuwen brullen, de nacht is donker, gevaar is zo dichtbij, de dood kan elk moment komen. Geniet ervan! Laat het beven een dans worden. Als je het eenmaal accepteert, is beven een dans. Werk samen

met het beven en je zult verrast zijn: als je samenwerkt met het beven, als je het beven WORDT, verdwijnt alle pijn.

Sterker nog, als je beeft, zul je in plaats van pijn een grote toename van energie in jezelf ervaren. Dat is precies wat het lichaam wilde doen. Waarom ontstaat beven bij angst? Beven is een chemisch proces: het maakt energie vrij, het bereidt je voor op vechten of vluchten. Het geeft je een grote plotselinge opleving - het is een noodmaatregel. Wanneer je begint te beven, begin je je op te warmen.

Daarom tril je als het koud is. Er is geen angst, dus waarom beeft je als het koud is? Het lichaam beeft automatisch in de kou zodat het warm wordt. Het is een soort natuurlijke oefening van het lichaam. De innerlijke weefsels beginnen te beven om op te warmen zodat ze de kou aankunnen. Als je het beven onderdrukt wanneer je kou voelt, wordt het pijnlijk. Dat is precies het geval wanneer je angstig bent, het lichaam probeert zich voor te bereiden: het laat chemische stoffen in het bloed vrij, het bereidt je voor op gevaar. Misschien moet je wel vechten, of misschien moet je wegrennen en vluchten. Beide hebben energie nodig.

Zie de schoonheid van angst, zie het alchemistische werk van angst. Het probeert je eenvoudigweg op de situatie voor te bereiden zodat je de uitdaging kunt aangaan. Maar in plaats van de uitdaging te aanvaarden, in plaats van angst te begrijpen, begin je het af te wijzen. Je zegt: 'Ashoka, je bent zo'n groot man, een groot sannyasin, en je beeft? Denk aan wat Osho altijd zei, dat er geen dood is, dat de ziel onsterfelijk is. Een onsterfelijke ziel en beven? Herinner je wat Krishna zei: "De dood kan je niet vernietigen, vuur kan je niet verbranden, wapens kunnen je niet penetreren." Onthoud dat! En beeft niet: houd jezelf onder controle!'

Nu creëer je een tegenstrijdigheid. Je natuurlijke proces is dat van angst en je brengt er een onnatuurlijk proces in om angst tegen te spreken. Je brengt idealen om zich met het natuurlijke proces te bemoeien. Er zal pijn zijn omdat er conflict zal zijn.

Maak je niet druk of de ziel onsterfelijk is of niet. Op dit moment is de waarheid dat er angst is. Luister naar dit moment en laat dit moment je helemaal in beslag nemen, laat dit moment je in bezit nemen. En dan is er geen pijn. Dan is de angst een subtiele dans van energieën in jou. En het bereidt je voor - het is een vriend, het is niet je vijand. Maar je interpretaties blijven iets verkeerd met je doen.

In wezen wordt het gevoel van psychologische pijn gecreëerd door de poging om het bewustzijn van zichzelf te scheiden, de splitsing van de eenheid van bewustzijn in de dualiteit van een conceptuele observerende entiteit die probeert weg te lopen van het verworpen gevoel, of het probeert te overheersen, en het geobserveerde gevoel zelf. Als bewustzijn in dualiteit de oorzaak van de pijn is, dan kan alleen bewustzijn in eenheid de opheffing van de pijn zijn. In eenheid is de beëindiging van pijn.

Deze splitsing die je creëert tussen het gevoel - de angst, de woede - en jezelf maakt dat je twee wordt. Je wordt de waarnemer en de waargenomene. Je zegt: 'Ik ben hier, de waarnemer, en er is pijn, het waargenomene. En ik ben niet de pijn.' Deze dualiteit creëert pijn.

Je bent niet de waarnemer, je bent niet het waargenomene, je bent beide. Je bent de waarnemer en de geobserveerde, beide.

Zeg niet 'ik voel angst,' dat is een verkeerde manier om het te zeggen. Zeg niet 'ik ben bang,' ook dat is een verkeerde manier om het te zeggen. Zeg gewoon: 'Ik ben angst. Op dit moment ben ik angst.' Creëer geen verdeeldheid.

Als je zegt 'ik voel angst,' dan houd je jezelf gescheiden van het gevoel. Jij bent daar ergens ver weg, en het gevoel is om je heen. Dit is de basis van verdeeldheid. Zeg: 'Ik ben angst.' En kijk - dat is eigenlijk het geval! Wanneer de angst er is, BEN je angst.

Het is niet zo dat je soms liefde voelt. Wanneer liefde er echt is, ben je liefde. En wanneer er boosheid is, ben je boosheid.



J. Krishnamurti

Dit is wat Krishnamurti bedoelt als hij steeds weer zegt: 'De waarnemer is het waargenomene.' De ziener is het geziene en de ervaarder is de ervaring. Creëer deze scheiding van subject en object niet. Dit is de hoofdoorzaak van alle ellende, van alle gespletenheid.

Je moet dus niet oordelen over goed of kwaad, je moet geen etiket opplakken of enig verlangen of doel hebben met betrekking tot wat in het bewustzijn opkomt. Er moet geen gevoel van vermijding, weerstand, veroordeling, rechtvaardiging, vervorming of gehechtheid zijn met betrekking tot wat zich voordoet, maar alleen een keuzeloos gewaarzijn, en zelfverbondenheid wordt gevestigd.

Een keuze-loos bewustzijn: dat is de ultieme sleutel om het diepste mysterie van je wezen te openen. Zeg niet dat het goed is, zeg niet dat het slecht is. Als je zegt dat iets goed is, ontstaat

gehechtheid, aantrekkingskracht. Als je zegt dat iets slecht is, ontstaat afkeer. Angst is angst, noch goed noch slecht. Evalueer niet, laat het gewoon zijn. Laat het zo zijn.

Wanneer je er zonder veroordeling of rechtvaardiging bent, dan verdampt in dat keuze-loze bewustzijn alle psychologische pijn simpelweg als dauwdruppels in de vroege ochtendzon. En wat achterblijft is een zuivere ruimte, wat achterblijft is maagdelijke ruimte.

Dit is de Ene, de Tao, of je kunt het God noemen. Dit Ene dat achterblijft wanneer alle pijn verdwijnt, wanneer je op geen enkele manier verdeeld bent, wanneer de waarnemer het waargenomene is geworden, dit is de ervaring van God, samadhi, of wat je maar wilt.

En in deze staat is er geen zelf als zodanig, omdat er geen waarnemer-controleur-beoordelaar is. Je bent alleen dat wat ontstaat en verandert van moment tot moment. Sommige momenten kan het uitgelatenheid zijn, andere momenten kan het verdriet, tederheid, vernietiging, angst, eenzaamheid, enzovoort zijn.

Je moet niet zeggen 'ik ben verdrietig', of 'ik heb verdriet', maar 'IK BEN verdriet' - omdat de eerste twee uitspraken een zelf impliceren dat losstaat van dat wat is. In werkelijkheid is er geen ander zelf met wie het specifieke gevoel gebeurt. Er is alleen het gevoel zelf.

Mediteer erover: er is alleen het gevoel zelf.

Er is geen Ashoka die angst voelt; Ashoka is angst op een bepaald moment. Op bepaalde andere momenten is Ashoka geen angst, maar Ashoka staat niet los van het moment, van dat wat ontstaat.

Er is alleen het gevoel zelf. Er kan dus niets gedaan worden aan wat er volgens ervaring ontstaat in het moment. Er is niemand anders om iets te doen.

Deze verbondenheid met pijn brengt geen grotere pijn, maar levert juist bevrijding en vreugde. In feite levert bewustzijn in verbondenheid met WAT DAN OOK vrede en vreugde op, niet alleen met psychologische pijn natuurlijk. Wees de waarheid en de waarheid zal je bevrijden.

Ik zal de vraag nogmaals herhalen: *Kunnen lafheid en huichelarij ook mooi zijn?*

Alles wat is, is mooi - zelfs lelijkheid.

*Kan ik zelfs mijn lafheid, mijn hypocrisie, mijn gierigheid en een neiging tot privacy, die u zelf idiotie hebt genoemd, accepteren?*

Wat is, is, of je het nu accepteert of niet. Jouw acceptatie of afwijzing maakt geen enkel verschil.

Dat wat is, is. Als je het accepteert ontstaat er vreugde in je, als je het verwerpt heb je pijn.

Maar de werkelijkheid blijft dezelfde. Je kunt pijn hebben, psychologische pijn: dat is jouw creatie omdat je niet in staat was om iets dat zich aandiende te accepteren en te absorberen. Je hebt de waarheid afgewezen; door die afwijzing ben je een gevangene geworden. De waarheid bevrijdt, maar je hebt haar afgewezen. Daarom ben je geketend. Weiger de waarheid en je zult meer en meer gevangen blijven.

De waarheid blijft; het maakt niet uit of je haar verwerpt of aanvaardt. Het verandert niets aan het feit, het verandert je psychologische realiteit. En er zijn twee mogelijkheden: ofwel pijn ofwel vreugde, ofwel ziekte ofwel gezondheid. Als je het verwerpt, zal er ziekte zijn, ongemak, omdat je een stuk van je wezen wegsnijdt; het zal wonden en littekens op je achterlaten. Als je het accepteert, zal er feest zijn en gezondheid en heelheid.

*En als ik zulke neigingen accepteer, die allemaal de neiging hebben om me op te sluiten, hoe kom ik dan vrij?*

Ze sluiten jou niet op, dat is jouw interpretatie, Ashoka. Geen enkele waarheid bindt ooit iemand; dat is niet de kwaliteit van waarheid. Maar wanneer je ze verwerpt, word je in je afwijzing gesloten en BEN je opgesloten. In die afwijzing word je een kreupele, raak je verlamd.



*En als ik zulke neigingen accepteer, die allemaal de neiging hebben om me op te sluiten, hoe kom ik dan vrij?*

Dat idee van vrij worden is weer een ideaal. Vrijheid is geen ideaal, het is een bijproduct van het accepteren van wie je bent. Vrijheid is een bijproduct; het is geen doel van je inspanning en inspanning. Het wordt niet bereikt door grote inspanning, het gebeurt wanneer je ontspannen bent.

En hoe kun je ontspannen zijn als je je lafheid niet kunt accepteren? Als je je angst niet kunt accepteren, als je je liefde niet kunt accepteren, als je je verdriet niet kunt accepteren, hoe kun je dan ontspannen zijn?

Waarom kunnen mensen niet ontspannen? Wat is de basisoorzaak van hun voortdurende chronische spanning? Dit is de basisoorzaak. Door de eeuwen heen hebben jullie zogenaamde religies jullie geleerd om alles steeds af te wijzen.

Ze hebben jullie geleerd om te verloochenen, ze hebben jullie geleerd dat alles verkeerd is: je moet dit veranderen, je moet dat veranderen, alleen dan zul je aanvaardbaar zijn voor God. Ze hebben zoveel afwijzing gecreëerd, wat te zeggen van God? Je bent niet eens aanvaardbaar voor jezelf, je bent niet aanvaardbaar voor de mensen met wie je leeft: hoe kun je door God aanvaard worden? God accepteert je al, daarom besta je. Anders zou je hier niet zijn.

Dit is mijn basisonderricht aan jou: God aanvaardt je al. Je hoeft het niet te verdienen, je bent het al waard. Ontspan je, geniet van de manier waarop God je gemaakt heeft. Als Hij lafheid in je gestopt heeft, Ashoka, dan moet daar iets in zitten. Vertrouw erop en accepteer het. En wat is er mis met laf te zijn? En wat is er mis met om bang te zijn? Alleen idioten voelen geen angst, imbecielen zijn niet bang.

Als er een slang op je pad komt, spring je onmiddellijk op. Alleen de imbeciel, de domme, de idioot, zal niet bang zijn voor de slang. Maar als je intelligent bent, hoe intelligenter je bent, hoe sneller je zult springen. Dit is een deel van intelligentie! Dit is perfect goed; dit helpt je leven, het beschermt je.

Maar de mens heeft domme ideologieën gekregen en zelfs nu je hier bent, blijf je in je oude patronen volharden. Jullie luisteren niet naar mij, naar wat ik zeg. Ik zeg: Wat je ook bent, accepteer het onvoorwaardelijk, en acceptatie is de sleutel tot transformatie.

Ik zeg niet: accepteer jezelf om getransformeerd te worden - anders heb je jezelf helemaal niet geaccepteerd, want diep van binnen zit het verlangen naar transformatie. Je zegt: 'Oké, als dit transformatie brengt dan accepteer ik mezelf.' Maar dit is geen acceptatie; je hebt het hele punt gemist. Je verlangt nog steeds naar transformatie. Daarom vraag je uiteindelijk: hoe word ik vrij als ik accepteer...?

Je vraagt me: 'Kunt u garanderen dat het vrijheid zal brengen als ik mezelf accepteer?'

Als ik het je garandeer, en je accepteert jezelf vanwege de garantie, waar is dan de acceptatie? Je gebruikt acceptatie als middel - het doel is om getransformeerd te worden, om vrij te zijn, om tot God te komen, tot nirvana. Waar is de acceptatie?

Acceptatie moet onvoorwaardelijk zijn, zonder enige reden, zonder enige motivatie. Alleen dan bevrijdt het je. Het brengt enorm veel vreugde, het brengt heel veel vrijheid, maar de vrijheid komt niet als een einde. Acceptatie zelf is een andere naam voor vrijheid. Als je werkelijk geaccepteerd hebt, als je begrepen hebt wat ik met acceptatie bedoel, dan is er vrijheid - onmiddellijk, meteen. Het is niet zo dat je eerst jezelf accepteert, acceptatie beoefent, en dat er dan op een dag vrijheid zal zijn - nee. Accepteer jezelf en er is vrijheid, want psychologische pijn verdwijnt onmiddellijk.

Probeer het. Wat ik zeg is experimenteel. Je kunt het doen, het is geen kwestie van mij geloven. Je hebt met je angst gevochten - accepteer het en kijk wat er gebeurt. Zit gewoon stil en accepteer

het, en zeg: 'Ik heb angst, dus IK BEN angst.' In die meditatieve staat, 'IK BEN angst,' begint de vrijheid neer te dalen. Wanneer de acceptatie volledig is, is de vrijheid aangekomen.