

Voelen, niet denken

Osho: Het Boek der Geheimen – techniek 82.

Voel: mijn gedachte, ik-heid, innerlijke organen - ik.

Een heel eenvoudige en een heel mooie techniek.

Voel: mijn gedachte, ik-heid, innerlijke organen - ik.

Het eerste is niet denken maar voelen. Dit zijn twee verschillende dimensies. En we zijn zo intellectueel georiënteerd geworden dat zelfs als we zeggen dat we voelen, we eigenlijk niet voelen, maar denken. Het voelen is volledig gestopt; het is een dood orgaan in je geworden. Zelfs wanneer je zegt: "Ik heb lief," is dat geen gevoel, maar opnieuw een gedachte.

En wat is het verschil tussen voelen en denken? Als je voelt, voel je jezelf gecentreerd in de buurt van het hart. Als ik zeg: "Ik hou van je," zal dit gevoel van liefde uit mijn hart stromen, het centrum zal zich dichtbij het hart bevinden. Als het slechts een gedachte is, zal het uit mijn hoofd komen. Wanneer je van iemand houdt, probeer dan te voelen of het vanuit je hoofd komt of vanuit je hart.

Wanneer je diep voelt, ben je hoofdloos. Op dat moment is er geen hoofd; dat kan er niet zijn. Het hart wordt je hele wezen - alsof het hoofd verdwenen is. In het voelen is het centrum van je wezen het hart. Terwijl je denkt, is het centrum van je wezen het hoofd. Maar denken bleek heel nuttig om te overleven, dus zijn we met al het andere gestopt. Alle andere dimensies van ons wezen zijn gestopt en afgesloten. We zijn slechts hoofden en het lichaam is slechts een situatie waarin het hoofd kan bestaan. We blijven denken; zelfs over gevoelens blijven we denken. Probeer dus te voelen. Je zult eraan moeten werken, want dat vermogen, die kwaliteit, is achtergebleven. Je moet iets doen om die mogelijkheid te heropenen.



Je kijkt naar een bloem en zegt meteen dat ze mooi is. Reflecteer op het feit, blijf erbij stilstaan. Geef geen overhaast oordeel. Wacht - en kijk dan of het alleen uit je hoofd komt dat je gezegd hebt dat het mooi is, of dat je het gevoeld hebt. Is het gewoon iets routinematigs, omdat je weet dat een roos mooi is, mooi hoort te zijn? Mensen zeggen dat ze mooi is en jij hebt ook vaak gezegd dat ze mooi is.

Zodra je de roos ziet, voorziet de mind je; de mind zegt dat ze mooi is. Klaar. Nu is er geen contact meer met de roos. Het is niet nodig, je hebt het gezegd. Nu kun je overgaan naar iets anders. Zonder enige verbondenheid met de roos... de mind gunde je niet eens een glimp van de roos. De mind kwam tussenbeide en het hart kon niet in contact komen met de roos. Alleen het hart kan zeggen of het mooi is of niet, want schoonheid is een gevoel, geen concept.

Je kunt niet vanuit je hoofd zeggen dat het mooi is. Hoe kun je dat zeggen? Schoonheid is geen wiskunde, het is niet meetbaar. En schoonheid zit niet echt alleen in de roos, want voor iemand anders is ze misschien helemaal niet mooi; en weer iemand anders kan er gewoon aan voorbijgaan zonder ernaar te kijken; en voor nog iemand anders kan ze zelfs lelijk zijn. De schoonheid bestaat niet alleen in de roos; de schoonheid bestaat in een ontmoeting van het hart met de roos. Wanneer het hart de roos ontmoet, bloeit de schoonheid. Wanneer het hart in diep contact komt met iets, is dat iets geweldigs.

Als je diep in contact komt met iemand, wordt die persoon mooi. Hoe dieper het contact, hoe meer schoonheid zich openbaart. Maar schoonheid is iets dat zich voordoet in het hart, niet in de mind. Het is geen berekening en er is geen criterium waarmee het beoordeeld kan worden. Het is een gevoel.

Dus als ik zeg: "Deze roos is niet mooi", kun je daar niet over argumenteren. Je hoeft er niet over te argumenteren. Je zult zeggen: "Dat is jouw gevoel. En de roos is mooi - dat is mijn gevoel." Er is geen sprake van ruzie. Hoofden kunnen twisten. Harten kunnen geen ruzie maken. Het is klaar, punt uit! Als ik zeg: 'Dit is mijn gevoel,' dan is er geen sprake van argumenteren.

Met het hoofd kunnen we blijven argumenteren en tot een conclusie komen. Met het hart is de conclusie al gebeurd. Met het hart is er geen procedure om tot een conclusie te komen; de conclusie is onmiddellijk, ogenblikkelijk. Met het hoofd is het een proces - je argumenteert, je discussieert, je analyseert en dan kom je tot een conclusie over of dit zo is of niet. Met het hart is het iets onmiddellijks - de conclusie komt eerst. Kijk maar: met het hoofd komt de conclusie pas aan het eind. Met het hart komt de conclusie eerst, en dan kun je verder gaan om het proces te vinden - maar dat is het werk van het hoofd.

Dus wanneer zulke technieken geoefend moeten worden, zal de eerste moeilijkheid zijn dat je niet weet wat gevoel is. Probeer het te ontwikkelen. Wanneer je iets aanraakt, sluit dan je ogen; denk niet, voel. Als ik bijvoorbeeld je hand in mijn hand neem en tegen je zeg: "Sluit je ogen en voel wat er gebeurt," zul je onmiddellijk zeggen: "Je hand is in mijn hand." Maar dit is geen gevoel, dit is een denken.

Dan zeg ik opnieuw tegen je: "Voel. Niet denken." Dan zeg je, "Je drukt je liefde uit." Ook dat is weer denken. Als ik weer zeg: "Voel gewoon, gebruik je hoofd niet. Wat voel je op dit moment?" alleen dan zul je in staat zijn om te voelen en te zeggen: 'De warmte.' Want liefde is een conclusie. "Jouw hand is in mijn hand" - dit is een hoofdgerichte gedachte.

Het werkelijke gevoel is dat er een bepaalde warmte stroomt van mijn hand naar jouw hand, of van jouw hand naar mijn hand. Onze levensenergieën ontmoeten elkaar en het punt van ontmoeting is warm geworden, het is warm geworden. Dit is het gevoel, de sensatie, het echte. Maar we gaan voortdurend door met het hoofd. Dat is een gewoonte geworden; we zijn ervoor getraind. Dus zul je je hart opnieuw moeten openen.

Probeer met gevoelens te leven. Soms overdag als je niet met een bepaalde zaak bezig bent - want in zaken zal het in het begin moeilijk zijn om met gevoel te leven. Daar is het hoofd heel efficiënt gebleken en kun je niet afhankelijk zijn van het gevoel. Als je thuis met je kinderen speelt, is het hoofd niet nodig, het is geen zaak - maar ook daar ben je met het hoofd. Spelen met je kinderen of gewoon zitten met je vrouw, of niets doen, ontspannen in een stoel, voelen. Voel de textuur van de stoel.

Je hand raakt de stoel aan: hoe voel je hem? De lucht waait, er komt een briesje binnen. Het raakt je aan. Hoe voel je je? Er komen geuren uit de keuken. Hoe voel je je? Gewoon voelen. Denk er niet over na. Begin niet te piekeren dat deze geur aangeeft dat er in de keuken iets wordt bereid - dan ga je erover dromen. Nee, voel gewoon wat er ook het geval is. Blijf bij het feit; beweeg je niet in het denken. Je bent er overal door omringd. Overal verzamelt zich zoveel om je heen. Het hele bestaan komt je van overal tegemoet, vanuit al je zintuigen dringt het tot je door, maar je zit in je hoofd en je zintuigen zijn dood geworden; ze voelen niet.

Er is een zekere groei nodig voordat je dit kunt doen, want dit is een innerlijk experiment. Als je het uitwendige niet kunt voelen, zal het heel moeilijk zijn om het innerlijke te voelen, want het innerlijke is het subtiële.

Als je het grove niet kunt voelen, kun je het subtiële niet voelen. Als je de geluiden niet kunt horen, dan zal het moeilijk voor je zijn om de innerlijke geluidloosheid te horen - het zal heel moeilijk zijn. Het is zo subtiel.

Je zit gewoon in de tuin, het verkeer rijdt voorbij en er zijn veel lawaai en veel geluiden. Doe gewoon je ogen dicht en probeer het meest subtiële geluid om je heen te vinden. Een kraai kraait: concentreer je op het geluid van die kraai. Het hele verkeerslawaai gaat door. Het geluid is zo subtiel dat je er niet bewust van kunt zijn, tenzij je je bewustzijn erop focust. Maar als je je opmerkzaamheid concentreert, zal heel het verkeerslawaai ver weg gaan en zal het lawaai van de kraai het centrum worden. En je zult het horen, alle nuances ervan - heel subtiel, maar je zult in staat zijn om het te horen.

Groei in gevoeligheid. Wanneer je aanraakt, wanneer je hoort, wanneer je eet, wanneer je een bad neemt, sta dan toe dat je zintuigen open zijn. En denk niet - voel.

Je staat onder de douche: voel de koelte van het water dat op je valt. Denk er niet over na. Zeg niet meteen: "Het is erg koel. Het is koud. Het is lekker." Zeg niets. Verwoord niets, want zodra je iets verwoord, mis je het gevoel. Zodra er woorden komen, is de mind gaan functioneren. Verwoord niets. Voel de koelte en zeg niet dat het koel is. Je hoeft niets te zeggen. Maar onze mind is gewoon gek; we blijven maar iets zeggen.

Ik herinner me dat ik op een universiteit werkte en dat er een vrouwelijke professor was die altijd van alles zei. In geen enkele situatie kon ze stil zijn. Op een dag stond ik op de veranda van de universiteit en de zon ging onder. Het was ontzettend mooi. En ze stond naast me, dus ik zei tegen haar: "Kijk!" Ze zei iets, dus ik zei: "Kijk! Zo'n mooie zonsondergang." Dus, heel aarzelend gaf ze toe. Ze zei: "Ja, maar vind je niet dat er een beetje meer paars moet zijn aan de linkerkant?" Het was geen schilderij, het was een echte zonsondergang!

We blijven maar wat zeggen, ons niet eens bewust van wat we zeggen. Stop met verbaliseren; alleen dan kun je je gevoelens verdiepen. Als gevoelens worden verdiept, dan kan deze techniek wonderen voor je doen.

Voel: mijn gedachte.

Sluit je ogen en voel de gedachte. Er is een continue stroom van gedachten, een continuüm, een stroom; er stroomt een rivier van gedachten. Voel deze gedachten, voel hun aanwezigheid. En hoe meer je voelt, hoe meer er zich aan je openbaart - laag over laag. Niet alleen gedachten die alleen

maar aan de oppervlakte zijn; daarachter bevinden zich meer gedachten, en daarachter bevinden zich nog meer gedachten - laag over laag.

En de techniek zegt: *Voel: mijn gedachte.*

En we blijven zeggen: "Dit zijn mijn gedachten." Maar voel - zijn ze echt van jou? Kun je "mijn" zeggen? Hoe meer je voelt, hoe minder je kunt zeggen dat ze van jou zijn. Ze zijn allemaal geleend, ze zijn allemaal van buitenaf. Ze zijn naar jou toegekomen, maar ze zijn niet van jou. Geen enkele gedachte is van jou - alleen verzameld stof. Ook al kun je de bron niet herkennen vanwaar deze gedachte naar je toe is gekomen, geen enkele gedachte is van jou. Als je goed je best doet, kun je erachter komen waarvandaan deze gedachte tot jou is gekomen.

Alleen de innerlijke stilte is van jou. Niemand heeft die aan jou gegeven. Je bent ermee geboren en je zult ermee sterven. Gedachten zijn je gegeven; je bent erdoor geconditioneerd. Als je een hindoe bent, heb je een ander type, een andere reeks gedachten; als je een Mohammedaan bent, natuurlijk, een andere reeks gedachten; als je een communist bent, weer een andere reeks gedachten. Ze zijn je gegeven of je hebt ze vrijwillig aangenomen, maar geen enkele gedachte is van jou.

Als je de aanwezigheid van gedachten voelt, de menigte, kun je dit ook voelen - dat ze niet van jou zijn. Die menigte is naar je toegekomen, ze heeft zich om je heen verzameld, maar ze behoort jou niet toe. En als dit gevoeld kan worden - dat geen enkele gedachte van mij is - alleen dan kun je de mind weggooien. Als ze van jou zijn, zul je ze verdedigen. En juist het gevoel dat "deze gedachte van mij is", is de gehechtheid. Dan geef ik het wortels in mezelf. Dan word ik de voedingsbodem en kan de gedachte in mij geworteld blijven. Als iets waarvan ik kan zien dat het niet van mij is, ontworteld wordt, dan ben ik er niet aan gehecht. Het gevoel "van mij" creëert gehechtheid.

Je kunt strijden voor je gedachten, je kunt zelfs een martelaar worden voor je gedachten. Of je kunt een moordenaar worden voor je gedachten.

En gedachten zijn niet van jou. Bewustzijn is van jou, maar gedachten zijn niet van jou. En waarom zal dit helpen? Omdat als je in kunt zien dat gedachten niet van jou zijn, dan is niets van jou omdat gedachten de wortel van alles zijn. Het huis is van mij en het terrein is van mij en de familie is van mij - dat zijn de uiterlijke dingen. Diep van binnen zijn de gedachten van mij. Alleen als gedachten de mijne zijn, kunnen al deze dingen, de bovenbouw, de mijne zijn.

Als de gedachten niet van mij zijn, is er niets aan de hand, want ook dit is een gedachte - dat jij mijn vrouw bent, of dat jij mijn man bent. Ook dit is een gedachte. En als de gedachte zelf niet van mij is, hoe kan de echtgenoot dan van mij zijn? Of hoe kan de vrouw van mij zijn? Als gedachten ontworteld zijn, is de hele wereld ontworteld. Dan kun je in de wereld leven zonder erin te leven.

Je kunt naar de Himalaya gaan, je kunt de wereld verlaten, maar als je denkt dat je gedachten van jou zijn, dan ben je geen centimeter opgeschoven. Als je daar in de Himalaya zit, ben je evenzeer in de wereld als hier, want gedachten zijn de wereld. Je draagt je gedachten met je mee naar de Himalaya. Je verlaat het huis - maar het echte huis is innerlijk, en het echte huis is gebouwd door de stenen van de gedachten. Het is niet het uiterlijke huis.

Dit is dus vreemd, maar het gebeurt elke dag: Ik zie iemand die de wereld achter zich gelaten heeft, maar toch een Hindoe blijft. Hij wordt een sannyasin en toch blijft hij een Hindoe of blijft hij een Jaina. Wat betekent dat? Hij verzaakt de wereld maar hij verzaakt zijn gedachten niet. Hij is nog steeds een Jaina, hij is nog steeds een Hindoe - de gedachtenwereld wordt nog steeds megedragen. En die gedachtewereld is de echte wereld.

Als je kunt zien dat geen enkele gedachte van jou is En dat zul je zien, want jij zult de ziener zijn en de gedachten zullen de objecten worden. Wanneer je in stilte naar de gedachten kijkt, zullen gedachten de objecten zijn en zul jij de ziener zijn. Jij zult de ziener zijn, de getuige, en gedachten

zullen voor je uit stromen.

En als je diep kijkt en diep voelt, zul je zien dat er geen wortels zijn. Gedachten zweven als wolken in de lucht; ze hebben geen wortels in jou. Ze komen en gaan. Je bent slechts een slachtoffer en je raakt er onnodig mee geïdentificeerd. Over elke wolk die je huis passeert zeg je: "Dit is mijn wolk." Gedachten zijn als wolken: in de lucht van je bewustzijn blijven ze voorbijgaan en je blijft je aan elk ervan vastklampen. Je zegt: "Dit is van mij" - maar dat is alleen maar een voorbijtrekkende wolk. En die zal voorbijgaan.

Ga terug naar je kindertijd. Je had bepaalde gedachten en je klampte je eraan vast en je zei dat het jouw gedachten waren. Toen verdween je kindertijd en met die kindertijd verdwenen ook die wolken. Nu herinner je het je niet eens meer. Toen was je jong: toen kwamen er andere wolken naar je toe die aangetrokken worden als je jong bent en toen begon je je daaraan vast te klampen. Nu ben je oud: die gedachten zijn er niet meer, je herinnert je ze niet eens meer. En ze waren zo belangrijk dat je ervoor had kunnen sterven, en nu herinner je je ze niet eens meer. Nu kun je lachen om de hele onzin dat je ooit dacht dat je voor hen kon sterven, dat je een martelaar voor hen kon worden. Nu ben je niet bereid om er ook maar een cent voor te geven. Ze behoren je nu niet toe. Nu zijn die wolken verdwenen, maar er zijn andere wolken gekomen en je klampt je daaraan vast.

Wolken blijven veranderen, maar dat vastklampen van jou verandert nooit. Dat is het probleem. En het is niet zo dat ze pas veranderen als je geen kind meer bent; elk moment veranderen ze. Een minuut geleden was je gevuld met bepaalde wolken; nu ben je gevuld met andere wolken. Toen je hier kwam, zweefden er bepaalde wolken over je heen; wanneer je deze kamer verlaat, zullen er andere wolken over je heen zweven - en je blijft je aan elke wolk vastklampen. Als je uiteindelijk niets in je hand vindt, is dat natuurlijk omdat er niets uit wolken kan voortkomen - en gedachten zijn gewoon wolken.

Deze soetra zegt: *Voel*. Wees eerst geworteld in gevoel. Dan *Mijn gedachte*. Kijk naar die gedachte die je altijd *mijn* gedachte hebt genoemd. Geworteld in gevoel, terwijl je naar de gedachte kijkt, verdwijnt het *mijn*. En *mijn* is de truc, want uit vele *mijnen*, uit vele *ikken*, ontwikkelt zich het ik - dit is *van mij*, dit is *van mij*. Zoveel *mijnen*; daaruit ontwikkelt zich het ik.

Deze techniek begint bij de wortel. Gedachte is de wortel van alles. Als je het *mijn-gevoel* bij de wortel kunt afsnijden, zal het niet meer verschijnen, zal het nergens meer te zien zijn. Maar als je het daar niet afsnijdt, kun je overal blijven snijden en is het nutteloos; dan zal het steeds weer verschijnen.

Ik kan het wel doorsnijden. Ik kan zeggen: "Mijn vrouw? Nee, we zijn vreemden en het huwelijk is slechts een sociale formaliteit." Ik snij mezelf weg. Ik zeg: "Niemand is mijn vrouw" - maar dit is erg oppervlakkig. Dan zeg ik: "*Mijn* religie," dan zeg ik: "*Mijn* sekte." Dan zeg ik: "Dit is *mijn* religieuze boek. Dit is de Bijbel. Dit is de Koran. Dit is *mijn* boek." Dan gaat het *mijn* verder op een ander gebied en jij blijft hetzelfde.

Mijn gedachte, en dan *ik-heid*. Kijk eerst naar het verkeer van gedachten, het proces van gedachten, de rivierachtige stroom van gedachten, en ontdek of enige gedachte aan jou toebehoort of dat het slechts voorbijgaande wolken zijn. En wanneer je het gevoel hebt gekregen dat geen enkele gedachte van jou is, dat *mij* aan een gedachte hechten een illusie is, dan het tweede; dan kun je dieper gaan. Wees je dan bewust van *het ik-zijn*. Waar is dat ik?

Raman gaf zijn leerlingen altijd een techniek: ze moesten gewoon vragen: "Wie ben ik?" In Tibet gebruiken ze een soortgelijke techniek, maar nog steeds beter dan die van Raman. Ze vragen niet: "Wie ben ik?" Ze vragen: "Waar ben ik?" - omdat het *wie* een probleem kan creëren. Wanneer je vraagt: "Wie ben ik?" neem je als vanzelfsprekend aan dat je dat bent; de enige vraag waar het om

gaat is om te weten wie je bent. Je hebt voorondersteld dat je bent. Dat wordt niet betwist. Het wordt als vanzelfsprekend aangenomen dat je bent. Nu is de enige vraag *wie* je bent. Alleen de identiteit moet gekend worden, het gezicht moet herkend worden, maar het is er - niet erkend is het er.

De Tibetaanse methode gaat nog dieper. Ze zeggen dat je stil moet zijn en dan binnenin moet zoeken naar waar je bent. Ga verder in de innerlijke ruimte, beweeg naar elk punt en vraag: "Waar ben ik?" Je zult het nergens vinden. En hoe meer je zoekt, hoe meer het er niet zal zijn. En als je vraagt "Wie ben ik?" of "Waar ben ik?" komt er een moment waarop je op een punt komt waar je bent, maar geen ik - gewoon bestaan is je overkomen. Maar het gebeurt alleen wanneer gedachten niet de jouwe zijn. Dat is een dieper gebied - *ik-heid*.

We voelen het nooit. We blijven "ik" zeggen. Het woord "ik" wordt voortdurend gebruikt - het meest gebruikte woord is "ik" - maar je hebt geen gevoel. Wat bedoel je met 'ik'? Als je "ik" zegt, wat bedoel je dan? Wat wordt er met dit woord bedoeld? Wat wordt er uitgedrukt? Ik kan een gebaar maken. Dan kan ik zeggen: "Dit bedoel ik." Ik kan mijn lichaam laten zien - "Ik bedoel dit." Maar dan kan er gevraagd worden: "Bedoel je je hand? Bedoel je je been? Bedoel je je buik?" Dan zal ik moeten ontkennen, ik zal nee moeten zeggen. Dan zal het hele lichaam ontkend worden. Wat bedoel je dan wanneer je "ik" zegt? Bedoel je je hoofd? Diep van binnen, wanneer je 'ik' zegt, is het een heel vaag gevoel, en het vage gevoel is van je gedachten.

Geworteld in gevoel, losgekoppeld van gedachten, zie je het ik-zijn onder ogen, en als je het onder ogen ziet, ontdek je dat het niet bestaat. Het was slechts een nuttig woord, een taalkundig symbool - noodzakelijk, maar niet echt.

Zelfs een Boeddha moet het gebruiken, zelfs na zijn verlichting. Het is slechts een taalkundig hulpmiddel. Maar wanneer een Boeddha ik zegt, bedoelt hij nooit ik, want er is niemand.

Wanneer je dit ik-zijn onder ogen ziet, zal het verdwijnen. Angst kan je op dit moment in zijn greep houden, je kunt bang zijn. En het overkomt velen die zich in zulke diepgaande technieken bewegen dat ze zo bang worden dat ze eruit lopen. Dus onthoud dit: wanneer je je Ik-heid voelt en onder ogen ziet, zul je in dezelfde situatie zijn als wanneer je sterft - hetzelfde. Omdat het Ik verdwijnt en je voelt dat de dood je overkomt. Je zult een zinkend gevoel hebben, je zult voelen dat alsmaar dieper en dieper zinkt. En als je bang wordt, zul je weer naar buiten komen en je vastklampen aan gedachten omdat die gedachten je zullen helpen. Die wolken zullen er zijn: je kunt je eraan vastklampen en dan zal de angst je verlaten.

Onthoud dat deze angst heel goed is, een heel hoopvol teken. Het laat zien dat je nu diep gaat - en de dood is het diepste punt. Als je in de dood kunt gaan, zul je doodloos worden, want iemand die in de dood gaat, kan niet sterven. Dan is de dood ook alleen maar om ons heen; nooit in het centrum, alleen maar aan de rand. Wanneer ik-heid verdwijnt, ben je net als de dood. Het oude is niet meer en het nieuwe is tot ontwikkeling gekomen.

Dit bewustzijn dat zal ontstaan is absoluut nieuw, onbezoedeld, jong, maagdelijk. Het oude is niet meer - en het oude heeft het zelfs niet aangeraakt. Dat ik-zijn verdwijnt en je bent in je ongerepte maagdelijkheid, in je absolute frisheid. De diepste laag van je wezen is aangeraakt.

Denk er dus zo over: gedachten, dan daaronder ik-heid, en ten derde:

Voel: mijn gedachte, ik-heid, innerlijke organen - ik.

Wanneer gedachten verdwenen zijn of je je er niet aan vastklampt - als ze voorbijgaan gaat het je niets aan, je bent afstandelijk en onthecht en ongeïdentificeerd, en het ik-zijn is verdwenen - dan kun je naar de innerlijke organen kijken. Deze innerlijke organen.... Dit is een van de diepste dingen. We kennen de uiterlijke organen. Met handen raak ik je aan, met ogen zie ik je - dit zijn de uiterlijke organen.

De innerlijke organen zijn de organen waardoor ik mijn eigen wezen voel. De uiterlijke zijn voor anderen. Ik weet over jou via de uiterlijke organen. Hoe weet ik over mezelf? Zelfs dat ik ben - hoe weet ik dat? Wie geeft me het gevoel van mijn eigen wezen? Er zijn interne organen. Wanneer gedachten gestopt zijn en het ik-zijn niet meer bestaat, alleen dan, in die zuiverheid, in die helderheid, kun je de interne organen zien.

Bewustzijn, intelligentie - dat zijn innerlijke organen. Daardoor ben ik me bewust van mijn eigen wezen, van mijn eigen bestaan. Daarom kun je, als je je ogen sluit, je lichaam helemaal vergeten, maar je eigen gevoel dat je bent, blijft. En het is denkbaar dat wanneer iemand sterft.... Het is een feit. Wanneer iemand sterft, is hij voor ons dood, maar het duurt even voordat hij herkent dat hij dood is, omdat het innerlijke gevoel van zijn hetzelfde blijft.

In Tibet hebben ze speciale oefeningen voor het sterven en ze zeggen dat je klaar moet zijn om te sterven. Een van de oefeningen is het volgende: wanneer iemand stervende is, zal de meester of de priester of iemand die de Bardo oefeningen kent tegen hem blijven zeggen: "Denk eraan, wees alert, je verlaat het lichaam." Want zelfs wanneer je het lichaam hebt verlaten, zal het tijd kosten om te herkennen dat je dood bent omdat het innerlijke gevoel hetzelfde blijft; dit verandert niet.

Het lichaam is er alleen om anderen aan te raken en te voelen. Daardoor heb je jezelf nooit aangeraakt, daardoor heb je jezelf nooit gekend. Je kent jezelf via andere organen die intern zijn. Maar dit is de ellende - dat we ons niet bewust zijn van die interne organen en ons beeld in onze eigen ogen wordt gecreëerd door anderen. Wat anderen over mij zeggen, is mijn kennis over mezelf. Als ze zeggen dat ik mooi ben of als ze zeggen dat ik lelijk ben, dan geloof ik daarin. Wat mijn zintuigen tegen me zeggen via anderen, gereflecteerd via anderen, is mijn geloof over mezelf.

Als je de innerlijke organen kunt herkennen, ben je volledig bevrijd van de maatschappij. Dat is wat er bedoeld wordt wanneer er in oude geschriften gezegd wordt dat een sannyasin geen deel uitmaakt van de maatschappij, omdat hij zichzelf nu kent via zijn eigen innerlijke organen. Nu is zijn kennis over zichzelf niet gebaseerd op anderen, het is geen gereflecteerd iets. Nu heeft hij geen spiegel nodig om zichzelf te kennen. Hij heeft de innerlijke spiegel gevonden en hij kent zichzelf via de innerlijke spiegel. En de innerlijke realiteit kan alleen gekend worden wanneer je tot de innerlijke organen gekomen bent.

Innerlijke organen. Je kunt dan door die innerlijke organen kijken. En dan - de *ik*. Het is moeilijk om het in woorden uit te drukken, daarom wordt *ik* gebruikt. Elk woord zal verkeerd zijn - *ik* is ook verkeerd - maar het ik is verdwenen. Dus onthoud, dit *ik* heeft niets te maken met ik. Wanneer gedachten ontworteld zijn, wanneer *het ik-zijn* verdwenen is, wanneer de innerlijke organen gekend zijn, verschijnt het *ik*. Dan wordt voor het eerst mijn werkelijke wezen onthuld - dat werkelijke wezen wordt *ik* genoemd.

De buitenwereld is niet meer, gedachten zijn niet meer, het gevoel van ego is niet meer, en ik ben mijn eigen interne organen van weten, bewustzijn, intelligentie - of hoe je het ook noemt - gewaarzijn, alertheid gaan herkennen. Dan, in het licht van dit interne orgaan, wordt *ik* onthuld. Dit *ik* behoort niet aan jou toe. Dit *ik* is je diepste centrum, onbekend voor jou. Dit *ik* is geen ego. Dit *ik* is niet tegen *jou*. Dit *ik* is kosmisch. Dit *ik* heeft geen grenzen. In deze *ik* is alles geïmpliceerd. Dit *ik* is niet de golf. Dit *ik* is de oceaan.

Voel: mijn gedachte, ik-heid, innerlijke organen.

Dan is er een kloof, en plotseling wordt het ik onthuld. Wanneer dit ik geopenbaard wordt, dan kom je te weten, "Aham Brahmasmi. Ik ben de God." Dit weten is geen aanspraak van het ego; het ego is er niet meer. Je kunt jezelf door deze techniek muteren, maar raak eerst gevestigd in het gevoel.