

Breid je uit in alle richtingen

Osho: Het Boek der Geheimen – techniek 99.

De tweede techniek:

*Voel je alsof je alle richtingen doordringt,
ver weg en dichtbij.*



Tantra en yoga zijn beide van mening dat je bekrompenheid het probleem is. Omdat je jezelf zo bekrompen hebt gemaakt, zo strak en beperkt, voel je je altijd gebonden. Die gebondenheid komt nergens anders vandaan: die gebondenheid komt voort uit je bekrompen mind. En die wordt steeds bekrompener en je voelt je erg opgesloten. Die opsluiting geeft je het gevoel van gebondenheid. Je hebt een oneindige ziel en een oneindig wezen, maar dat oneindige wezen voelt zich gevangen.

Dus wat je ook doet, je voelt overal beperkingen. Waar je ook heen gaat, je komt altijd op een doodlopende weg terecht. Je kunt er niet aan voorbij komen. Overal is er een grens. Er is geen wijde hemel om in te vliegen. Maar die grens is door jou gecreëerd – die grens is jouw eigen creatie. Je hebt hem om bepaalde redenen gecreëerd: voor zekerheid, veiligheid. Je hebt een grens gecreëerd. En hoe smaller de grens, hoe veiliger je je voelt. Als je een heel grote grens hebt, kun je niet overal over waken, kun je niet overal alert en waakzaam zijn. Die wordt kwetsbaar.

Versmal de grens en je kunt erop letten, je kunt gesloten blijven, je bent niet kwetsbaar, je voelt je veilig. De veiligheid, de zekerheid heeft de grens gecreëerd. Maar dan voel je je gebonden. Zo is de mind paradoxaal. Je blijft vragen om meer veiligheid en je blijft vragen om meer vrijheid. Die twee kunnen niet samen gaan. Als je vrijheid wilt, zul je veiligheid moeten opgeven – in ieder geval is veiligheid slechts een illusie, ze is er niet echt.

Want de dood is onvermijdelijk – wat je ook doet, sterven zul je. Al je veiligheid is slechts schijn, daar helpt niets tegen. Maar uit angst voor onzekerheid creëer je grenzen, je bouwt grote muren om je heen en dan is de wijde hemel gesloten. En dan zul je lijden! En dan zeg je: ‘Waar is de wijde hemel?’ en ‘Ik wil vrijheid en ik wil bewegen!’ Maar jij hebt deze grenzen zelf gecreëerd.

Dit is dus het eerste wat je moet onthouden voordat je deze techniek doet, anders zal het niet mogelijk worden om het te doen. Met je grenzen intact kun je het niet doen. Als je niet stopt met het creëren van grenzen, zul je het niet kunnen voelen of doen.

... alsof je alle richtingen doordringt, ver weg en dichtbij.

Geen grenzen, oneindig worden, één worden met de oneindige ruimte... Dit is onmogelijk met je mind. Hoe kun je dat voelen? Hoe kun je dat doen? Eerst zul je moeten ophouden bepaalde dingen te doen.

Het eerste is dat als je te bezorgd bent over veiligheid en zekerheid, je in gebondenheid blijft. Echt, de gevangenis is de veiligste plek. Niemand kan je daar wat aandoen. Buiten de gevangenis is niemand zo veilig, zo bewaakt, als de gevangenen. Je kunt een gevangene niet doden, je kunt hem niet vermoorden. Dat is moeilijk. Hij wordt beter bewaakt dan een koning. Je kunt een president of een koning vermoorden, dat is niet zo moeilijk. Elke dag weer worden ze vermoord.

Maar je kunt een gevangene niet doden. Hij is zo veilig dat wie echt veilig wil zijn, in de gevangenis moet zitten en niet buiten de gevangenis moet leven. Buiten de gevangenis leven is gevaarlijk, dat zit vol risico's. Er kan van alles gebeuren. Dus hebben we mentale gevangenissen om ons heen gecreëerd, psychologische gevangenissen om ons heen, en we dragen die gevangenissen met ons mee, ze zijn draagbaar. Je hoeft daar niet bij te blijven, ze gaan met je mee. Waar je ook gaat, je gevangenis gaat met je mee.

Je zit altijd achter een muur. Alleen soms, zelden, steek je je hand uit om iemand aan te raken. Maar alleen een hand – je komt nooit uit je gevangenis. Dus wanneer we elkaar ontmoeten, is het gewoon een ontmoeting van handen uit gevangenissen. Uit ramen steken we een hand uit, bang, angstig en klaar om de hand elk moment terug te trekken. Beide partijen doen hetzelfde – alleen handen raken elkaar.

En nu zeggen psychologen dat zelfs dat slechts schijn is, omdat handen hun eigen pantser om zich heen hebben. Geen enkele hand is zonder handschoenen. Niet alleen koningin Elizabeth draagt handschoenen, ook jij draagt handschoenen zodat niemand je kan aanraken. Of zelfs als iemand je aanraakt, is er alleen een hand, dood. Je hebt je al teruggetrokken, bang. Omdat de ander angst opwekt.

Zoals Sartre zegt: ‘De ander is de vijand.’ De ander zal een vijand lijken als je zo gepantserd bent. Met een gepantserd iemand kan er geen vriendschap zijn. Vriendschap is onmogelijk, liefde is onmogelijk, gemeenschap is onmogelijk. Je bent bang. Iemand kan je tot bezit maken, iemand kan je overheersen, iemand kan je tot slaaf maken... uit angst hiervoor heb je een gevangenis gecreëerd, een veiligheidsmuur om je heen. Voorzichtig beweeg je, voorzichtig zet je elke stap. Het leven wordt een sleur, het leven wordt saai. Als je te voorzichtig bent, kan het leven geen avontuur zijn.

Als je jezelf te veel beschermt, te veel naar veiligheid hunkert, ben je al dood. Onthoud dus één basiswet: het leven is onzekerheid. En als je bereid bent om in onzekerheid te leven, alleen dan zul je echt leven. Onzekerheid is vrijheid. Als je bereid bent om onzeker te zijn, voortdurend onzeker, zul je vrij zijn. En vrijheid is de deur naar het goddelijke.

Als je bang bent, creëer je een gevangenis – je wordt dood, steeds meer dood. En dan roep je: 'Waar is God?' En dan vraag je: 'Waar is het leven? Wat is de zin van het leven? Waar is het geluk?' Het leven wacht op je, maar je moet het op zijn eigen voorwaarden ontmoeten. Je kunt niet je eigen voorwaarden stellen, het leven heeft zijn eigen voorwaarden. En de basisvoorwaarde is: blijf onzeker.

Daar kun je niets aan doen. Je kunt alleen een illusie creëren en in die illusie kun je je leven verspillen. Daar kun je niets aan doen. Wat je ook doet, het is alleen maar bedrog. Als je verliefd wordt, word je bang dat deze vrouw je kan verlaten of dat deze man je kan verlaten. De angst komt onmiddellijk. Je was nooit bang toen je niet verliefd was. Nu ben je verliefd: het leven is binnengekomen en daarmee ook de onzekerheid.

Iemand die nooit van iemand houdt, is nooit bang dat iemand hem zal verlaten. De hele wereld kan hem verlaten, hij is niet bang. Je kunt hem geen kwaad doen. Hij is veilig. Zodra je van iemand houdt, is er onzekerheid binnengekomen omdat het leven is binnengekomen. En met het leven is ook de dood binnengekomen. Zodra je liefhebt, ben je bang geworden: deze persoon kan sterven, deze persoon kan je verlaten, deze persoon kan van iemand anders gaan houden!

Om dingen veilig te stellen, moet je iets doen – je moet gaan trouwen. Er wordt een wettelijke verbintenis aangegaan, zodat het nu moeilijk is voor deze persoon om je te verlaten. Nu zal de maatschappij je beschermen, de wet zal je beschermen, de politieagent, de rechter, zullen je allemaal beschermen. Als deze persoon nu weg wil, kun je hem voor de rechter slepen, en als hij wil scheiden, zal hij iets tegen je moeten bewijzen. Zelfs dan duurt het drie tot vijf jaar. Nu heb je veiligheid om je heen gecreëerd. Maar vanaf het moment dat je trouwt, ben je dood. De relatie leeft niet meer. Nu is het een wet geworden, geen relatie. Nu is het iets wettelijks, niet iets levends.

De rechtbank kan het leven niet beschermen; de wet kan alleen wetten beschermen. Het huwelijk is nu iets dat dood is. Je kunt het definiëren. Liefde kun je niet definiëren. Het huwelijk is definieerbaar, liefde is ondefinieerbaar. Nu ben je terechtgekomen in de wereld van definities.

Maar het verschijnsel is al dood. Zodra je het veilig wilde maken, zodra je het wilde omsluiten zodat er niets nieuws mee zou gebeuren, ben je erin gevangen geraakt. Dan zul je lijden. Dan zul je zeggen dat deze vrouw voor jou een gebondenheid is geworden. De man zal zeggen dat deze vrouw voor hem een gebondenheid is geworden. En dan vechten jullie omdat jullie voor elkaar een gevangenschap zijn geworden. Nu vechten jullie. Nu is de liefde verdwenen, er is alleen nog maar conflict. Dat is wat er gebeurt door het verlangen naar zekerheid.

En dit is met alles gebeurd. Onthoud het als iets fundamenteels: het leven is onzeker. Dat is de aard ervan. Dus als er liefde is, lijd dan onder de angst dat de geliefde je kan verlaten, maar creëer geen zekerheid. Dan zal de liefde groeien. De geliefde kan sterven en je kunt er niets aan doen, maar dat zal de liefde niet doden. Zekerheid kan doden. Liefde zal nog meer groeien.

Echt, als de mens onsterfelijk was, zou de liefde onmogelijk zijn. Als de mens onsterfelijk was, zou het moeilijk zijn om van iemand te houden. Het zou zo gevaarlijk zijn om verliefd te worden. De dood is er en het leven is als een dauwdruppel op een trillend blad. Elk moment kan er een briesje komen en zal de dauwdruppel vallen en verdwijnen. Het leven is alleen maar een wankelen. Door dat wankelen, door die beweging, is de dood altijd aanwezig. Het geeft intensiteit aan de liefde.

De liefde is alleen mogelijk omdat er dood is. De liefde wordt intens omdat er dood is. Denk eens na... als je weet dat je geliefde het volgende moment zal sterven, zal alle kleinzieligheid verdwijnen, alle conflicten zullen verdwijnen. En dit ene moment zal een eeuwigheid worden. En er zal zoveel liefde zijn dat je hele wezen erin zal worden uitgestort. Maar als je weet dat je

geliefde zal blijven leven, is er geen haast. Je kunt ruzie maken en je kunt de liefde uitstellen tot later. Als het leven eeuwig is, als het lichaam onsterfelijk is, kun je niet liefhebben.

Hindoes hebben een prachtige mythe. Ze zeggen dat er in de hemel, waar Indra regeert – Indra is de koning van de hemel – geen liefde is. Er zijn mooie meisjes, mooier dan op aarde, en goden. Ze hebben seks, maar er is geen liefde omdat ze onsterfelijk zijn.

In een van de Indiase verhalen staat dat Urvashi, het hoofd van de hemelse meisjes, Indra om toestemming vroeg om een paar dagen naar de aarde te gaan om van een man te houden. 'Wat een onzin!' zei Indra. 'Je kunt hier liefhebben! En je zult op aarde niet zulke mooie mensen vinden.' Urvashi zei: 'Ze zijn mooi, maar ze zijn onsterfelijk, dus er is geen charme. Ze zijn eigenlijk dood.'

Ze zijn echt dood omdat er geen dood is om hen tot leven te brengen. Ze zullen er altijd zijn. Ze kunnen niet sterven, dus hoe kunnen ze dan leven? Dat leven bestaat in tegenstelling tot de dood. Een mens leeft omdat de dood er constant is, vechtend. Tegen de achtergrond van de dood bestaat het leven. Dus zei Urvashi: 'Geef me toestemming om naar de aarde te gaan. Ik wil van iemand gaan houden.' Ze kreeg toestemming, dus kwam ze naar de aarde en werd verliefd op Pururva, een jonge man.

Maar Indra stelde een voorwaarde. Indra stelde als voorwaarde dat ze naar de aarde mocht gaan en van iemand mocht houden, maar dat ze de man die van haar hield moest vertellen dat hij niets mocht vragen over wie ze was. Dat is moeilijk voor de liefde, want de liefde is nieuwsgierig. De liefde wil alles weten over de geliefde, alles. Het hele onbekende moet bekend worden gemaakt. Het hele mysterie moet worden ontrafeld en doorgrond.

Indra stelde dus op slinkse wijze een voorwaarde, waarvan Urvashi de sluwheid niet doorzag. Dus zei ze: 'Oké. Ik zal tegen mijn geliefde zeggen dat hij niet nieuwsgierig naar mij moet zijn, dat hij niet moet vragen wie ik ben. En als hij dat toch doet, zal ik hem onmiddellijk verlaten en terugkomen.' En tegen Pururva zei ze: 'Vraag nooit iets over mij, over wie ik ben. Zodra je dat doet, zal ik de aarde moeten verlaten.'

Maar de liefde is nieuwsgierig. Hierdoor moet Pururva nog nieuwsgieriger zijn geworden naar wie zij was. Hij kon er niet van slapen. Hij bleef maar naar Urvashi kijken. Wie is zij? Zo'n mooie vrouw, gemaakt van het spul waar dromen van gemaakt zijn, ziet er niet aards uit, ziet er niet substantieel uit. Misschien komt ze ergens anders vandaan, uit een onbekende dimensie. Hij werd steeds nieuwsgieriger.

Maar hij werd ook steeds banger, omdat ze misschien weg zou gaan. Hij werd zo bang dat hij 's nachts, als hij ging slapen, een stukje van haar sari in zijn hand nam, omdat hij zichzelf niet vertrouwde. Hij kon het haar elk moment vragen, de vraag zat altijd in zijn hoofd. Zelfs in zijn slaap zou hij het kunnen vragen. Maar Urvashi zei dat hij haar zelfs in zijn slaap niet over haar mocht vragen. Dus sliep hij met een stukje van haar sari in zijn hand.

Maar op een nacht kon hij zich niet meer inhouden – en hij dacht dat ze inmiddels wel zoveel van hem hield dat ze niet weg zou gaan. Dus vroeg hij het haar. En Urvashi moest wel verdwijnen – alleen een stukje van haar sari bleef achter in Pururva's hand. En ze zeggen dat hij nog steeds op zoek is naar haar.

In de hemel kan er geen liefde zijn, omdat er eigenlijk geen leven is. Het leven bestaat hier op aarde, waar de dood bestaat. Wanneer je iets veilig maakt, verdwijnt het leven. Blijf onzeker, dat is de essentie van het leven zelf. Daar kun je niets aan doen. En het is prachtig! Stel je voor dat je lichaam onsterfelijk was – dat zou afschuwelijk zijn. Je zou manieren gaan zoeken om zelfmoord te plegen. En als dat onmogelijk is, omdat het tegen de wet is, zou je onvoorstelbaar veel lijden.

Onsterfelijkheid is iets heel langdurigs. In het Westen wordt nu nagedacht over euthanasie omdat mensen steeds langer blijven leven. Iemand die de leeftijd van honderd jaar bereikt, wil het recht hebben om zichzelf van het leven te beroven. En dat recht moet hem ook worden gegeven. Toen het leven nog heel kort was, hebben we een wet gemaakt om zelfmoord te verbieden. In de tijd van Boeddha was veertig of vijftig jaar al heel oud.

De gemiddelde levensduur was maar ongeveer twintig jaar. In India was de gemiddelde levensduur twintig jaar geleden nog maar drieëntwintig jaar. Nu is de gemiddelde levensduur in Zweden drieëntachtig jaar. Mensen kunnen dus gemakkelijk honderdvijftig worden. In Sovjet-Rusland zijn er vijftienhonderd mensen die de leeftijd van honderdvijftig hebben bereikt. Als zij nu zeggen dat zij het recht hebben om zelfmoord te plegen, omdat het nu te veel wordt, zullen we hun dat recht moeten geven. Je kunt het hen niet ontzeggen.

Vroeg of laat zal zelfmoord een van de geboorterechten zijn. Je kunt het niet ontkennen als iemand wil sterven – niet om wat voor reden dan ook, maar gewoon omdat het leven nu geen betekenis meer heeft. Het heeft al te lang geduurd. Iemand die honderd jaar oud is, heeft geen zin meer om te leven. Niet omdat hij gefrustreerd is, niet omdat er geen eten is. Alles is er, maar het leven heeft geen zin meer.

Denk eens aan onsterfelijkheid. Het leven zal dan totaal zinloos zijn. De zin komt met de dood. Liefde heeft zin omdat liefde verloren kan gaan. Dan klopt het, trilt het, pulseert het. Het kan verloren gaan! Je kunt er niet zeker van zijn! Je kunt er niet over nadenken voor morgen, want misschien is het er dan niet meer. Je moet de minnaar en de beminde liefhebben met het idee dat er misschien helemaal geen morgen is. Dan wordt de liefde intens.

Dus trek eerst je inspanningen terug om een veilig leven te creëren. Alleen al door je terug te trekken, zullen de muren om je heen wegvallen. Voor het eerst zul je voelen hoe de regen rechtstreeks op je neerdaalt, de wind rechtstreeks in je gezicht waait, de zon rechtstreeks voor jou opkomt. Je bevindt je onder de open hemel. Het is prachtig. En als het je vreselijk lijkt, dan is dat alleen maar omdat je gewend bent geraakt aan het leven in een gevangenis. Je zult moeten wennen aan deze nieuwe vrijheid.

Deze vrijheid zal je levendiger, soepeler, opener, rijker en stralender maken. Maar hoe stralender je bent, hoe hoger de piek van je levendigheid, hoe dieper de dood om je heen zal zijn. Gewoon dichtbij. Je kunt alleen maar opstijgen tegenover de dood, de vallei van de dood. De piek van het leven en de vallei van de dood zijn altijd dichtbij en in verhouding. Daarom zeg ik altijd dat je het gezegde van Nietzsche moet volgen. Het is een heel religieus gezegde. Nietzsche zegt: 'Leef gevaarlijk.' Niet dat je actief op zoek moet gaan naar gevaar, dat is niet nodig.

Creëer geen bescherming. Creëer geen muren om je heen. Leef natuurlijk, en dat zal gevaarlijk genoeg zijn. Het is niet nodig om het gevaar op te zoeken. Dan kun je deze techniek toepassen.

Voel je alsof je alle richtingen doordringt, ver weg en dichtbij.

Dan is het heel gemakkelijk. Als er geen muren zijn, voel je jezelf al overal in doordringen. Dan is er geen punt waar je eindigt. Je begint gewoon in het hart en eindigt nergens. Je hebt een centrum en geen periferie. De periferie blijft zich uitbreiden – almaar door. De hele ruimte wordt erdoor omringd. Sterren bewegen zich erin. Werelden worden geboren en verdwijnen. Planeten komen op en gaan onder. De hele kosmos wordt je periferie.

Waar zal je ego zich bevinden in deze uitgestrektheid? Waar zal je lijden zich bevinden in deze uitgestrektheid? Waar zal je kleinzerige mind zich bevinden in deze uitgestrektheid? Waar zal de middelmatige mind zich bevinden? Die kan niet bestaan in zo'n uitgestrektheid, die verdwijnt

gewoon. Die kan alleen bestaan in een beperkt veld. Die kan alleen bestaan als hij ommuurd, omsloten, ingekapseld is. Die inkapseling is het probleem. Leef gevaarlijk en wees bereid om in onzekerheid te leven.

En het mooie is dat zelfs als je besluit om niet in onzekerheid te leven, je dat toch zult doen! Daar kun je niets aan doen!

Ik heb eens over een koning gehoord. Hij was erg bang voor de dood... Koningen zijn banger. Ze zijn banger omdat ze zoveel mensen hebben uitgebuit; ze hebben mensen onderdrukt en verpletterd; ze hebben veel politieke spelletjes gespeeld met zoveel mensen. Ze hebben veel vijanden gemaakt. Een echte koning heeft geen vrienden. Die kan hij niet hebben. Want zelfs zijn beste vriend is een vijand, die alleen maar wacht op een kans om hem te vermoorden en zijn plaats in te nemen. Een man met macht kan geen vrienden hebben. Een Hitler, een Stalin, een Nixon, zij kunnen geen vrienden hebben. Ze hebben alleen maar vijanden die zich als vrienden voordoen en wachten op het juiste moment om hen van de troon te stoten. Zodra ze de kans krijgen, doen ze er alles aan.

Nog maar even geleden waren ze vriendelijk, maar hun vriendelijkheid is een strategie. Hun vriendelijkheid is een tactiek. Een man met macht kan geen vrienden hebben. Daarom zegt Lao Tzu: 'Als je vrienden wilt, neem dan geen macht.' Dan zal de hele wereld vriendelijk tegen je zijn. Als je macht hebt, ben je zelf je enige vriend, iedereen is je vijand.

De koning was dus erg angstig. Hij was erg bang voor de dood, die overal om hem heen was. Hij werd gekweld door het idee dat iedereen om hem heen hem zou willen vermoorden. Hij kon niet slapen. Dus vroeg hij zijn wijzen, zijn raadgevers, om advies. Zij adviseerden hem een paleis te bouwen met maar één deur. Bij de deur moest hij zeven ringen van militairen plaatsen: de eerste ring bewaakte het paleis, de tweede bewaakte de eerste, de derde bewaakte de tweede. Met maar één deur kon niemand binnenkomen en zou de koning veilig zijn.

De koning liet het paleis bouwen met maar één deur en met zeven ringen van soldaten die elkaar in de gaten hielden. Het nieuws ging rond en een andere koning uit een naburig land kwam langs om dit te bekijken. Hij was ook bang. Hij had gehoord dat zijn buurman zo'n veilig paleis had gebouwd dat het onmogelijk was om hem te vermoorden. Hij kwam bij zijn buurman op bezoek en samen waren ze erg te spreken over het idee van slechts één deur en al die veiligheid; geen gevaar.

Terwijl ze naar de deur keken, begon een bedelaar op de hoek van de straat te lachen. Dus vroeg de koning, de eigenaar van het paleis, aan de bedelaar: 'Waarom lach je?' De bedelaar antwoordde: 'Ik moet lachen omdat u één fout hebt gemaakt. U moet naar binnen gaan en ook deze deur sluiten en verzegelen. Deze deur is gevaarlijk, iemand kan erdoor naar binnen komen. Een deur betekent dat iemand naar binnen kan komen. Dus doe één ding: ga naar binnen en laat ook deze deur sluiten. Dan bent u pas echt veilig, want dan kan de dood niet binnenkomen.'

Maar de koning zei: 'Dat betekent dat ik al dood zou zijn als ik ook deze deur zou sluiten.' De bedelaar zei: 'U bent al voor negenenegentig procent dood – u bent alleen nog maar zo levend als deze deur. Dat is het gevaar, zo levend. Laat ook deze levendigheid achter u.'

Iedereen creëert op zijn eigen manier een paleis om zich heen waar niets kan binnendringen en hij in vrede kan blijven. Maar dan ben je al dood. En vrede is alleen voorbehouden aan degenen die leven; vrede is niet iets dood. Blijf leven, leef gevaarlijk, leef een kwetsbaar leven, open, zodat alles je kan overkomen. En laat alles je overkomen. Hoe meer je overkomt, hoe rijker je zult zijn.

Dan kun je deze techniek beoefenen. Deze techniek wordt dan heel gemakkelijk, dan hoeft je haar niet eens te beoefenen. Denk gewoon, en je zult de hele ruimte doordringen.

Image by Enrique from Pixabay.