

Vecht niet tegen verlangen

Osho: Het Boek der Geheimen - techniek 103.

De tweede techniek:

*Met je volledige bewustzijn,
direct aan het begin van verlangen,
van weten, weet.*

Het belangrijkste aan deze techniek is *volledig bewustzijn*. Als je je volledige bewustzijn op iets kunt richten, wordt het een transformerende kracht. De transformatie vindt plaats wanneer je er volledig in bent – waar dan ook. Maar dat is moeilijk, want overal waar we zijn, zijn we er altijd maar gedeeltelijk, nooit volledig.



Je bent hier naar mij aan het luisteren. Het luisteren zelf kan een transformatie worden. Als je hier volledig bent, op dit moment, hier en nu, als luisteren je totaliteit is, dan wordt dat luisteren een meditatie: je zult een ander domein van extase binnengaan, een andere werkelijkheid. Maar je bent niet totaal.

Dat is het probleem met de menselijke mind, die is altijd gedeeltelijk. Een deel luistert. Andere delen zijn misschien elders, of slapen, of denken na over wat er gezegd wordt, of discussiëren inwendig. Dat creëert een splitsing, en splitsing is een verspilling van energie. Breng dus bij alles wat je doet je hele wezen in. Als je niets achterhoudt, als zelfs het kleinste deel niet afgescheiden is, als je een sprong hebt gemaakt, totaal, geheel, je hele wezen erin hebt gestort, dan wordt elke handeling meditatief.

Er wordt verteld dat Rinzai op een dag in zijn tuin aan het werk was – Rinzai was een zenmeester – en dat er iemand op hem afkwam. De man was gekomen om hem een aantal filosofische vragen te stellen. Hij was een filosofisch zoeker. Hij wist niet dat de man die in de tuin aan het werk was

Rinzai zelf was. Hij dacht dat het vast een tuinman was, een bediende, dus vroeg hij: 'Waar is Rinzai?'

Rinzai zei: 'Rinzai is altijd hier.' Natuurlijk dacht de man dat deze tuinman wel gek leek, omdat hij zei dat Rinzai altijd hier was. Dus besloot hij dat het niet verstandig was om deze man nog iets te vragen en liep weg om iemand anders te vragen. Rinzai zei: 'Ga nergens heen, want je zult hem nergens vinden. Hij is altijd hier.'

Maar hij vluchtte weg bij deze gek. Toen vroeg hij het aan anderen en zij zeiden: 'De eerste man die je tegenkwam, was Rinzai.' Dus kwam hij terug en zei: 'Vergeef me, het spijt me, ik dacht dat u gek was. Ik ben gekomen om iets te vragen. Ik wil weten wat de waarheid is. Wat moet ik doen om die te kennen?'

Rinzai zei: 'Doe wat je ook maar wilt doen, maar doe het volledig.'

Het gaat er niet om wat je doet, dat is irrelevant. Het gaat erom dat je het volledig doet.

'Als ik bijvoorbeeld dit gat in de aarde graaft,' zei Rinzai, 'dan is mijn volledigheid aanwezig in de handeling van het graven. Er blijft geen Rinzai achter. Het is in geheel in het graven opgegaan. Er is werkelijk niemand meer die graaft, alleen het graven. Als er iemand overblijft die graaft, dan ben je verdeeld.'

Je luistert naar mij. Als de luisteraar er nog is, dan ben je niet volledig. Als er alleen maar luisteren is en er geen luisteraar meer is, dan ben je volledig, hier en nu. Dan wordt dit moment zelf een meditatie.

In deze soetra zegt Shiva:

*Met je volledige bewustzijn,
direct aan het begin van verlangen,
van weten, weet.*

Als er een verlangen in je opkomt, zegt Tantra niet dat je ertegen moet vechten. Dat is zinloos. Niemand kan tegen een verlangen vechten. Het is ook dwaas, want wanneer je begint te vechten met iets in jezelf, vecht je tegen jezelf, word je schizofreen, raakt je persoonlijkheid gespleten. En al deze zogenaamde religies hebben de mensheid geholpen om gaandeweg schizofreen te worden.

Iedereen is gespleten, iedereen is verdeeld en vecht met zichzelf omdat zogenaamde religies je hebben verteld: 'Dit is slecht. Doe dit niet.' Als het verlangen opkomt, wat moet je dan doen? Je blijft vechten tegen het verlangen. Tantra zegt: vecht niet tegen het verlangen. Maar dat betekent niet dat je er een slachtoffer van wordt. Dat betekent niet dat je je eraan overgeeft.

Tantra geeft je een hele subtiele techniek. Als er een verlangen opkomt, wees dan vanaf het begin alert met heel je wezen. Bekijk het met heel je wezen. Word de blik. Laat de toeschouwer niet achter. Breng je totale bewustzijn naar dit opkomende verlangen. Dit is een heel subtiele methode, maar prachtig. De effecten zijn wonderbaarlijk.

Er zijn drie dingen die je moet begrijpen. Ten eerste: als het verlangen al is opgekomen, kun je niets meer doen. Dan zal het zijn volledige beloop hebben, het zal zijn cirkel rond maken, en dan kun je niets meer doen. Alleen in het begin kan er iets gedaan worden – het zaadje moet dan en daar verbrand worden. Zodra het zaadje is ontkiemd en de boom is gaan groeien, is het moeilijk, bijna onmogelijk, om iets te doen. Wat je ook doet, het zal meer angst, verspilling van energie, frustratie en zwakte veroorzaken.

Wanneer het verlangen opkomt, precies in het begin, bij de eerste glimp, de eerste flikkering dat er een verlangen opkomt, breng dan je totale bewustzijn, het geheel van je wezen, om ernaar te kijken. Niets doen. Meer heb je niet nodig. Met je hele wezen is de blik zo vurig dat het zaadje wordt verbrand, zonder strijd, zonder conflict, zonder vijandigheid. Gewoon een diepe blik met je hele wezen en het opkomende verlangen verdwijnt volledig.

En wanneer een verlangen zonder strijd verdwijnt, laat het je zo krachtig achter, met zo'n immense energie, met zo'n enorm bewustzijn, dat het niet te bevatten is. Als je vecht, zul je verslagen worden. Ook al word je niet verslagen en versla jij het verlangen, dan komt dat op hetzelfde neer. Er blijft geen energie over. Je zult je gefrustreerd voelen, of je nu wint of verslagen wordt. In beide gevallen zul je uiteindelijk zwak zijn, omdat het verlangen met jouw energie heeft gevochten en jij met dezelfde energie hebt gevochten.

De energie kwam uit dezelfde bron, je haalde het uit dezelfde bron – dus de bron zal verzwakt raken, wat het resultaat ook moge zijn. Maar als het verlangen al in het begin verdwijnt, zonder enig conflict – onthoud, dit is fundamenteel – zonder enige strijd, alleen met een blik, niet eens een vijandige blik, niet eens met de intentie om te vernietigen, zonder vijandschap, alleen een totale blik, dan wordt het zaad in de intensiteit van die totale blik verbrand.

En wanneer het verlangen, het opkomende verlangen, verdwijnt, net als rook in de lucht, blijf je achter met een enorme energie – die energie is zelf gelukzaligheid. Dat geeft je een eigen schoonheid, een gratie.

De zogenaamde heiligen die tegen hun verlangens vechten, zijn altijd lelijk. Als ik zeg lelijk, bedoel ik dat ze altijd gemeen zijn, vechtend. Hun hele persoonlijkheid wordt gratie-loos. En ze zijn altijd zwak, altijd zonder energie, omdat al hun energie wordt verbruikt in de innerlijke strijd. Een boeddha is totaal anders. En de gratie die in de persoonlijkheid van de Boeddha is gekomen, is de gratie van verlangens die verdwijnen zonder enige worsteling of strijd, zonder enig innerlijk geweld.

*Met je volledige bewustzijn,
direct aan het begin van verlangen,
van weten, weet.*

Weet op datzelfde moment gewoon, kijk, zie. Doe niets. Verder is er niets nodig. Het enige wat nodig is, is dat je hele wezen daar aanwezig is. Je totale aanwezigheid is nodig. Dit is een van de geheimen van het bereiken van de ultieme verlichting zonder enig geweld.

En onthoud: je kunt het koninkrijk Gods niet binnengaan met geweld. Nee, die deuren zullen nooit voor je opengaan, hoe hard je ook klopt. Klop en blijf kloppen. Je kunt je hoofd breken, maar die deuren zullen nooit opengaan. Maar voor degenen die diep van binnen geweldloos zijn en nergens tegen vechten, staan die deuren altijd open; ze zijn nooit gesloten geweest.

Jezus zei: 'Klop en de deuren zullen voor je worden geopend.'

Ik zeg je dat het zelfs niet nodig is om te kloppen. Kijk, de deuren staan open. Ze hebben altijd open gestaan. Ze zijn nooit gesloten geweest. Gewoon goed kijken, volledig, totaal, geheel.

Image by [Harmony Lawrence](#) from [Pixabay](#)