Wees speels in je handelen

Osho: Het Boek der Geheimen – techniek 110.
De tweede techniek:

Gracieuze, speel.
Het universum is een lege schil
waar je mind oneindig in ronddartelt.



Gracieuze, speel. Het universum is een lege schil waar je mind oneindig in ronddartelt.
Deze tweede techniek is gebaseerd op de dimensie van spelen. Dat moet je begrijpen. Als je inactief bent, is het goed om te vallen in diepe leegte, in de innerlijke afgrond. Maar je kunt niet de hele dag leeg zijn en je kunt niet de hele dag passief zijn. Je zult iets moeten doen. Activiteit is een eerste vereiste, anders kun je niet leven.

Leven betekent activiteit. Je kunt dus wel een paar uur inactief zijn, maar vierentwintig uur lang zul je actief moeten zijn. En meditatie moet iets zijn dat je levensstijl wordt; het mag geen fragment zijn. Anders win je het en verlies je het weer. Als je één uur inactief bent, zul je drieëntwintig uur actief zijn. De actieve krachten zullen sterker zijn, en zij zullen alles vernietigen wat je in je inactiviteit bereikt. De actieve krachten zullen het vernietigen.

En de volgende dag doe je weer hetzelfde: drieëntwintig uur lang bouw je de ‘doener’ op en in één uur moet je die weer loslaten. Dat zal moeilijk zijn. Je mind moet dus zijn houding ten opzichte van werk en activiteit veranderen. Vandaar de tweede techniek.

Werk moet worden beschouwd als een spel, niet als werk. Werk moet worden beschouwd als een spel, gewoon een spelletje. Je moet het niet serieus nemen; doe gewoon alsof je als een kind speelt. Het heeft geen betekenis, er valt niets te bereiken; je geniet gewoon van de activiteit zelf. Je

kunt het verschil voelen als je af en toe speelt. Als je werkt, is het anders: dan ben je serieus, belast, verantwoordelijk, bezorgd, angstig, omdat het resultaat, het eindresultaat, de drijfveer is.

Het werk zelf is het niet waard om van te genieten. Het gaat alleen om de toekomst, om het resultaat. Bij spel is er eigenlijk geen resultaat. Het proces zelf is een genot. En je maakt je geen zorgen, het is niets ernstigs. Ook al zie je er serieus uit, dan is dat alleen maar doen alsof. Bij het spel geniet je van het proces zelf; bij werk wordt er niet van het proces genoten – het doel, het eindresultaat, is waar het om draait.

Het proces moet hoe dan ook worden verdragen. Het moet gebeuren omdat het einddoel bereikt moet worden. Als je het einddoel zonder dit zou kunnen bereiken, zou je de activiteit laten vallen en naar het einddoel springen. Maar bij het spelen zou je dat niet doen. Als je het einddoel zou kunnen bereiken zonder te spelen, dan zou het einddoel zinloos zijn. Dat heeft alleen betekenis door het proces.

Stel bijvoorbeeld, twee voetbalteams staan op het veld. Alleen al door een munt op te gooien kunnen ze beslissen wie er wint en wie er verliest. Waarom zou je je dan zo inspannen en jezelf onnodig uitputten? Het kan heel eenvoudig worden beslist door gewoon een munt op te gooien. Dan is het einddoel bereikt. Het ene team kan winnen, het andere kan verliezen. Waarom zou je er dan nog voor willen werken?

Maar dan zou het geen betekenis hebben, geen waarde. Het einddoel is niet zinvol; het proces zelf is van betekenis. Zelfs als niemand wint en niemand verliest, was de wedstrijd de moeite waard. Men geniet van de activiteit op zich.

Deze dimensie van het spel moet je op je hele leven toepassen: wat je ook doet, wees zo volledig aanwezig in die activiteit dat het eindresultaat er niet toe doet. Het komt misschien wel, het móet wel komen, maar je bent er niet mee bezig. Je speelt, je geniet.

Dat is wat Krishna bedoelt als hij tegen Arjuna zegt dat hij de toekomst in de handen van het goddelijke moet laten. Het resultaat van je handelen ligt in de handen van het goddelijke; jij doet het gewoon. Dit ‘gewoon doen’ wordt een spel. Dat is wat Arjuna moeilijk kan begrijpen, want hij zegt: als het alleen maar een spel is, waarom dan mensen doden, waarom dan vechten? Hij begrijpt wat werk is, maar hij kan niet begrijpen wat spelen is.

En Krishna’s hele leven is gewoon een spel. Je vindt nergens zo’n niet-serieuze man. Zijn hele leven is gewoon een spel, een spelletje, een drama. Hij geniet van alles, maar neemt het niet serieus. Hij geniet er intens van, maar maakt zich geen zorgen over het resultaat. Wat er gebeurt, doet er niet toe.Het is moeilijk voor Arjuna om Krishna te begrijpen, omdat hij altijd berekent, hij denkt in termen van het eindresultaat. Aan het begin van de Gita zegt hij: 'Dit hele gedoe lijkt absurd. Aan beide kanten staan mijn vrienden en mijn familieleden klaar om te vechten. Wie er ook wint, het zal een verlies zijn, want mijn familie, mijn verwanten, mijn vrienden, zullen worden vernietigd.

‘Zelfs als ik win, zal het niets waard zijn, want aan wie ga ik mijn overwinning laten zien? Overwinningen zijn zinvol omdat vrienden, familieleden en familie ervan zullen genieten. Maar er zal niemand zijn; de overwinning zal alleen maar boven dode lichamen hangen. Wie zal het waarderen? Wie zal zeggen: “Arjuna, je hebt een grote daad verricht?” Dus lijkt het absurd, of ik nu zegevier of verslagen word. Dit hele gedoe is onzin.'

Hij wil er afstand van doen. Hij is bloedserieus. En iedereen die er goed over nadenkt, zal net zo bloedserieus zijn. De context van de Gita is uniek: oorlog is de meest ernstige aangelegenheid. Je kunt er niet speels mee omgaan, want er staan levens op het spel, miljoenen levens – je kunt er niet mee spelen.

Maar Krishna benadrukt dat je zelfs daar speels moet zijn. Je denkt niet na over wat er uiteindelijk zal gebeuren, je bent gewoon hier en nu. Je bent gewoon een krijger die speelt. Maak je geen zorgen over het resultaat, want het resultaat ligt in de handen van het goddelijke. En het doet er zelfs niet toe of het resultaat in de handen van het goddelijke ligt of niet. Het punt is dat het niet in jouw handen moet liggen. Je moet het niet met je meedragen. Als je het met je meedraagt, kan je leven niet meditatief worden.

Deze tweede techniek zegt:

Gracieuze, speel. Laat je hele leven gewoon een spel zijn.
Het universum is een lege schil waar je mind oneindig in ronddartelt.

Je mind blijft eindeloos spelen: het geheel is net als een droom in een lege kamer. Tijdens het mediteren moet je kijken naar de mind die gewoon ronddartelt, net als spelende kinderen, die springen van overvloedige energie, dat is alles. Gedachten die springen, dartelen, gewoon een spel – neem ze niet serieus. Zelfs als er een slechte gedachte is, voel je dan niet schuldig. Of, als er een heel groot idee is, een heel goed idee – dat je de mensheid wilt dienen en de hele wereld wilt transformeren; en je de hemel op aarde wilt brengen – krijg er dan niet te veel ego door, voel niet dat je groot bent geworden.

Dit is gewoon een dartelende mind. Soms zakt hij weg, soms komt hij weer omhoog – het is gewoon overvloedige energie, die vele gedaanten en vormen aanneemt. De mind is gewoon een overvloedige bron, anders niets.

Wees speels, zegt Shiva, Gracieuze, speel. De houding van de speler betekent dat hij geniet van de activiteit; deze is op zichzelf al goed. Er is geen winstmotief bij betrokken; hij is niet berekenend. Kijk maar eens naar een zakenman. Wat hij ook doet, hij berekent de winst, wat hij eruit gaat halen. Er komt een klant. De klant is geen persoon, hij is alleen maar een middel.

Wat valt er aan winst uit hem te halen? Hoe kan hij worden uitgebuit? Diep van binnen berekent hij wat er gezegd moet worden, wat er gedaan moet worden. Alles wordt berekend, alleen maar om te manipuleren, alleen maar om uit te buiten. Hij is niet begaan met deze persoon, hij is niet begaan met de deal, hij is nergens mee begaan – hij is alleen begaan met de toekomst, met de winst.

Kijk eens naar het Oosten: in de dorpen is een zakenman nog steeds niet alleen maar iemand die winst maakt, en komt de klant niet alleen maar om iets te kopen. Ze genieten ervan. Ik herinner me mijn oude grootvader. Hij was een handelaar in stoffen en ik en mijn hele familie waren verbaasd omdat hij er zo van genoot. Urenlang was het een spel met de klanten. Als iets tien roepies waard was, vroeg hij er vijftig roepies voor, terwijl hij wist dat dit absurd was.

En zijn klanten wisten het ook; ze wisten dat het ongeveer tien roepies moest zijn, dus begonnen ze bij twee roepies. Dan volgde er een langdurig afdingen – urenlang. Mijn vader en mijn ooms werden dan boos. ‘Wat is er aan de hand? Waarom zeg je niet gewoon hoeveel het kost?’ Maar hij had zijn eigen klanten. Als die kwamen, vroegen ze: ‘Waar is Dada, waar is opa? Want bij hem is het een spel, een spelletje. Of we nu één roepie of twee verliezen, of het nu meer of minder is, daar gaat het helemaal niet om!’

Ze genoten ervan. De activiteit op zich was al de moeite waard. Twee mensen communiceerden door middel daarvan. Twee mensen speelden een spel en beiden wisten dat het een spel was – want natuurlijk was een vaste prijs wel mogelijk.

In het Westen hanteren ze tegenwoordig vaste prijzen omdat mensen daar meer berekenend zijn en meer op winst gericht. Ze kunnen zich niet voorstellen dat je tijd zou verspillen. Waarom zou je tijd verspillen? Het kan binnen enkele minuten worden afgehandeld. Het is niet nodig. Je kunt gewoon de exacte prijs opschrijven. Waarom zou je urenlang met elkaar in discussie gaan? Maar dan gaat het spel verloren en wordt het allemaal routine. Zelfs machines kunnen het doen. De zakenman is dan niet meer nodig; de klant is dan niet meer nodig.

Ik heb eens gehoord van een psychoanalyticus die het zo druk had en zoveel patiënten had dat het moeilijk was om met iedereen persoonlijk contact te hebben. Dus sprak hij zijn bandrecorder in voor een bepaalde patiënt en de bandrecorder zei dan alles wat die psychoanalyticus tegen de patiënt wilde zeggen.

Op een keer was het de afgesproken tijd voor een patiënt, een heel rijke man. De psychoanalyticus liep een hotel binnen. Plotseling zag hij de patiënt daar zitten. Dus vroeg hij: 'Wat doet u hier? U had een afspraak met mij.' De patiënt zei: 'Ik heb het zo druk dat ik zelf mijn woorden in mijn eigen bandrecorder heb ingesproken. De twee bandrecorders praten met elkaar. Wat u ook tegen mij te zeggen hebt, mijn bandrecorder heeft het opgenomen, en wat ik ook tegen u te zeggen heb, uw bandrecorder heeft het opgenomen vanaf mijn bandrecorder. Op ditzelfde tijdstip, en we hebben allebei onze tijd vrij.'

Als je te berekenend bent, verdwijnen mensen uit beeld en komt er steeds meer mechanisatie in het spel. Zelfs nu nog gaat het afdingen door in dorpen in India. Het is een spel en het is de moeite waard om ervan te genieten. Je bent aan het spelen. Het is een wedstrijd tussen twee intelligenties, en twee mensen komen in diep contact met elkaar. Maar het spaart geen tijd uit.

Spelletjes kunnen nooit tijdbesparend zijn. En bij spelletjes maak je je niet druk om de tijd. Je bent zorgeloos, en wat er ook gebeurt, je geniet ervan op dat moment. Speels zijn is een van de diepste fundamenten van alle meditatieve processen. Maar wij zijn zakelijk; daar zijn we op getraind. Dus zelfs als we mediteren, zijn we op zoek naar het einde, naar het resultaat. En dan zul je, wat er ook gebeurt, ontevreden zijn.

Mensen komen naar me toe die zeggen: 'Ja, meditatie groeit, er is vooruitgang. Ik voel me gelukkiger, in ieder geval wat stiller, maar verder gebeurt er niets.' Wat bedoel je met 'verder niets'? Ik weet dat dit soort mensen op een dag onvermijdelijk zullen komen zeggen: 'Ja, ik voel nirvana, maar verder gebeurt er niets. Ik ben gelukzalig, maar verder gebeurt er niets.'

Hoezo 'verder niets'? Hij is op zoek naar winst, en als hij geen zeer zichtbare winst in handen krijgt – iets wat hij op de bank kan zetten – kan hij niet tevreden zijn. Stilte en geluk zijn zo vaag; je kunt ze niet bezitten, je kunt ze aan niemand laten zien.

Elke dag komt er wel iemand naar me toe die zegt dat hij verdrietig is. Ze verwachten iets wat je zelfs in het bedrijfsleven niet zou moeten verwachten – en toch verwachten ze het tijdens hun meditaties. De zakelijke mind komt de meditatie binnen met de hele mentaliteit van het bedrijfsleven – wat valt er voor winst uit te halen?

De zakenman is niet speels. En als je niet speels bent, kun je niet meditatief zijn. Wees steeds speelser. Verspil tijd aan spelen. Gewoon met kinderen spelen is al genoeg. Zelfs als er niemand is, kun je in je eentje in de kamer springen en dansen en speels zijn. Geniet ervan. Maar je mind zal erop blijven aandringen: 'Wat doe je nou, tijd verspillen? Je kunt iets verdienen met deze tijd. Je kunt iets doen, en je bent alleen maar aan het springen, zingen en dansen. Wat doe je nou? Ben je gek geworden?'

Probeer het eens. Grijp elk moment aan dat je tussen je werk door kunt vinden, en wees speels. Wat dan ook. Je kunt schilderen, je kunt op een sitar spelen, wat je maar wilt – maar wees speels. Zoek er geen winst in, zie er geen toekomst in, zie alleen het heden. En dan, dan kun je ook van binnen speels zijn. Dan kun je op je gedachten springen, ermee spelen, ze alle kanten op gooien, ermee dansen, maar ze niet serieus nemen.

Veel mensen zijn zich gewoonweg niet bewust van wat er in hun mind omgaat. Wat er ook in hun mind gebeurt, ze zijn zich er niet van bewust; ze drijven erin rond zonder te weten waar de mind hen naartoe leidt. Als je je bewust kunt zijn van welk spoor van de mind dan ook, zul je daar versteld van staan.

De mind beweegt zich voort door associaties. Een hond blaft op straat. Het geblaf dringt tot je hoofd door – en nu ben je op gang gekomen. Door dit geblaf van de hond kun je helemaal naar het einde van de wereld reizen. Misschien herinner je je een vriend die een hond had. Dan verdwijnt die hond uit je gedachten en komt die vriend in je gedachten, en hij had een mooie vrouw en die vrouw was zo mooi… en nu ben je in beweging. Je kunt helemaal naar het einde van deze wereld gaan en je zult je nooit herinneren dat een hond je gewoon voor de gek heeft gehouden; hij blafte gewoon, zette je op het spoor, en jij begon te reizen.

Je zult je erg ongemakkelijk voelen bij wat wetenschappers hierover zeggen. Ze zeggen dat dit spoor in je mind is vastgelegd. Als dezelfde hond in dezelfde situatie weer blaft, zul je dit spoor opnieuw volgen: de vriend, de hond, de vrouw – de mooie vrouw – dan zul je weer dezelfde weg inslaan.

Er zijn inmiddels veel experimenten gedaan met elektroden in het menselijk brein. Ze raken een bepaald plekje in de hersenen aan en dan komt er een bepaalde herinnering vrij. Plotseling zie je jezelf als vijfjarige in een tuin spelen, achter een vlinder aan rennen. Dan is de hele reeks er: je voelt je prettig, alles is mooi, de lucht, de tuin, de geur, alles komt tot leven. Het is niet zomaar een herinnering, je beleeft het opnieuw.

Als de elektrode wordt weggehaald, stopt de herinnering. Raakt de elektrode opnieuw dezelfde plek aan, dan komt dezelfde herinnering weer terug. Het is net alsof je je iets mechanisch herinnert. En het begint altijd bij een bepaald begin en eindigt bij een bepaald einde; en dan begint het weer opnieuw. . . net zoals je iets opneemt op een bandrecorder. Je hersenen bevatten miljoenen herinneringen, miljoenen cellen die opnemen, en het is allemaal mechanisch.

Deze experimenten met het menselijk brein zijn heel vreemd en heel onthullend. Herinneringen kunnen keer op keer, steeds weer, tot leven worden gewekt. Een onderzoeker probeerde het driehonderd keer en steeds was de herinnering dezelfde – ze was vastgelegd. De persoon op wie het experiment werd uitgevoerd, werd zich hiervan bewust en hij vond het heel, heel raar, omdat hij er geen controle over had, hij kon er niets aan doen. Zodra de elektrode de plek raakte, begon de herinnering en moest hij ernaar kijken.

Gedurende die driehonderd keer werd hij gaandeweg een toeschouwer. Hij begon de herinnering te zien, maar toen werd hij zich ervan bewust dat hij zelf anders was dan deze herinnering. Dit experiment kan nuttig zijn, heel nuttig, voor mediteerders, want als je weet dat je mind niets anders is dan een mechanische registratie van wat er om je heen gebeurt, sta je er los van.

Deze mind kan worden aangeraakt. Wetenschappers zeggen nu dat we vroeg of laat alle centra zullen uitschakelen die je angst en onrust bezorgen, omdat steeds weer hetzelfde wordt aangeraakt en het geheel opnieuw moet worden beleefd.

Ik heb veel experimenten gedaan met veel discipelen. Doe hetzelfde en ze bewegen zich in dezelfde vicieuze cirkel, steeds weer, steeds weer – tenzij ze een getuige worden die ziet dat dit iets mechanisch is. Je bent je ervan bewust dat je vrouw zal reageren als je haar elke week hetzelfde zegt, steeds weer hetzelfde. Zeg na zeven dagen, als ze het vergeten is, hetzelfde: ze zal weer reageren. Neem het dan op – de reactie zal hetzelfde zijn. Jij weet het, je vrouw weet het: er ontstaat een vast patroon – en dat gaat maar door. Zelfs een hond kan je patroon in gang zetten door simpelweg te blaffen. Er is iets geraakt, er is een elektrode ingebracht. Je bent aan een reis begonnen.

Als je speels bent in het leven, dan kun je ook van binnen speels zijn, met je mind. Doe dan alsof je naar iets op een tv-scherm kijkt: je bent er niet bij betrokken, je bent slechts een toeschouwer, een omstander. Kijk, en geniet ervan. Zeg niet 'goed', zeg niet 'slecht', veroordeel niet, waardeer niet, want dit zijn serieuze zaken.

Als er een naakte vrouw op je scherm verschijnt, zeg dan niet dat dit slecht is, dat een of andere duivel je voor de gek houdt. Er is geen duivel die je voor de gek houdt. Bekijk het alsof het gewoon op het scherm gebeurt, een filmscherm. En ga er speels mee om: zeg tegen de dame: 'Wacht even.' Probeer haar niet weg te duwen, want hoe meer je haar wegduwt, hoe meer ze naar binnen zal komen – dames zijn lastig.

En volg haar niet. Als je haar volgt, kom je in de problemen. Volg haar niet, vecht er niet tegen – dat is de regel. Kijk gewoon en wees speels. Zeg gewoon 'hallo' of 'goedemorgen'. Kijk gewoon en laat je er helemaal niet door van je stuk brengen. Laat de dame wachten. Ze zal vanzelf weer weggaan, net zoals ze kwam: ze beweegt uit zichzelf. Ze heeft niets met jou te maken, ze is slechts iets in het geheugen. Door een of andere situatie is ze daar terechtgekomen, gewoon een beeld.

Wees er speels mee. Als je speels kunt zijn met je mind, zal die heel snel loslaten, want de mind kan er alleen zijn als je serieus bent. Serieusheid is de link, de brug.

Gracieuze, speel.
Het universum is een lege schil
waar je mind oneindig in ronddartelt.

Photo by Robert Collins on Unsplash