



I

Leere deine Tasse

Der japanische Meister Nan-in empfing einen
Professor der Philosophie zu Besuch.

Nan-in schenkte seinem Besucher Tee ein,
doch als die Tasse voll war, goss er immer weiter.

Der Professor sah zu, wie die Tasse überfloss,
bis er nicht mehr an sich halten konnte:

»Halt! Die Tasse ist schon übervoll,
mehr geht nicht hinein!«

Nan-in sagte: »Wie diese Tasse bist auch du voll
von deinen eigenen Ansichten und Spekulationen.

Wie soll ich dir Zen zeigen,
bevor du nicht deine Tasse geleert hast?«

Du bist an einen viel gefährlicheren Mann geraten, als Nan-in es war. Denn mit einer leeren Tasse ist es nicht getan. Die Tasse muss ganz und gar zerbrechen. Selbst wenn du leer bist, bist du voll, denn du bist noch da. Sogar die Leere füllt dich. Wenn du meinst, leer zu sein, bist du alles andere als leer: Du bist noch vorhanden. Nur der Name hat sich geändert; jetzt bezeichnest du dich als »Leere«. Mit der leeren Tasse ist es nicht getan; sie muss restlos zerbrechen. Nur wenn du nicht bist, kann dir der Tee eingeschenkt werden. Wenn du nicht bist, ist es nicht einmal nötig, dir den Tee einzuschenken. Denn wenn du nicht bist, ergießt sich die ganze Schöpfung, und sie strömt von überall auf dich ein, aus allen Bereichen, aus sämtlichen Richtungen. Wenn du nicht bist, ist das Göttliche.

Die Geschichte ist wunderschön. So etwas konnte nur einem Philosophieprofessor passieren. Die Geschichte erzählt, dass ein Professor der Philosophie zu Nan-in kam. Er muss aus falschen Beweggründen gekommen sein, denn ein Philosophieprofessor liegt an und für sich schon falsch. *Philo-sophia* bedeutet »Liebe zur Weisheit«, aber sie bedient sich des Intellekts, des logischen Denkens und Nachsinnens, des Argumentierens und Disputierens. Daran ist schon von vornherein etwas falsch, denn du kannst die Existenz nicht in Liebe betrachten, wenn es dir um Argumente geht. Argumentieren ist die Barriere. Wenn du argumentierst, bist du verschlossen. Dann bleibt dir die ganze Existenz verschlossen. Dann bist du nicht offen, die Existenz steht dir nicht offen.

Wenn du argumentierst, behauptest du dich. Du vertrittst einen Standpunkt, und das ist offensiv und aggressiv. Doch ein aggressiver Verstand kann die Wahrheit nicht erkennen. Die Wahrheit kann nicht mit Gewalt aufgedeckt werden. Du kannst die Wahrheit nur erkennen, wenn du liebst. Aber Liebe streitet nicht. Die Liebe kennt kein Argumentieren, weil sie keine Aggression kennt.

Und wohlgemerkt: Es geht nicht bloß um diesen Philosophieprofessor. Du bist nicht anders als er. Jeder Mensch hat seine eigene Philosophie, und jeder ist auf seine Weise ein Professor. Ihr seid Profis im Dozieren von Meinungen und Vorstellungen. Ihr glaubt an sie. Ihr haltet an euren Vorstellungen und Konzepten fest. Das trübt euren Blick, und ihr könnt nicht sehen. Es beschränkt euren Geist, und er kann nicht erkennen.

Feste Vorstellungen machen dumm. Je mehr Vorstellungen ihr habt, umso mehr bürdet ihr eurem Verstand auf. Wie kann ein so befrachteter Verstand etwas erkennen? Je mehr Vorstellungen ihr habt, umso mehr verdecken sie eure Klarheit. Wie eine dicke Staubschicht, die einen Spiegel überzieht. Wie kann ein solcher Spiegel etwas spiegeln? Wie kann der Spiegel etwas reflektieren? Eure Intelligenz wird überdeckt vom Staub der Meinungen. Wer

mit Meinungen befrachtet ist, kann nur unintelligent und dumm sein. Darum sind Philosophieprofessoren fast ausnahmslos beschränkt. Sie wissen zu viel, um überhaupt etwas zu wissen. Ihr Geist ist zu sehr befrachtet. Sie können nicht zum Himmel fliegen, sie haben keine Flügel. Und weil sie zu viel im Kopf sind, fehlen ihnen auch die Wurzeln in der Erde. Sie sind weder in der Erde verwurzelt noch sind sie frei, in den Himmel zu fliegen.

Aber vergiss nicht, du bist genauso. Es mag quantitative Unterschiede geben, aber von der Grundqualität sind sich alle Köpfe gleich. Denn der Verstand denkt und grübelt, sammelt Wissen und speichert es, und so wird er dumm. Nur Kinder sind intelligent. Wenn du dir aber deine Kindlichkeit bewahren kannst, wenn du deine Kindlichkeit immer wieder einforderst, bleibst du unbelastet, unschuldig, intelligent. Sobald du Staub ansammelst, verlierst du diese kindliche Unschuld, und der Verstand wird trübe und dumm. Dann kannst du dich in irgendwelchen Philosophien bewegen. Je mehr Philosophie, umso weiter entfernst du dich vom Göttlichen.

Ein religiöser Geist ist ein nicht philosophischer Geist. Ein religiöser Geist ist ein unbelasteter, unschuldiger, intelligenter Geist: ein klarer Spiegel, auf dem sich kein Staub abgesetzt hat. Und jeden Tag wird er neu gereinigt. Das nenne ich Meditation.

Dieser Philosophieprofessor kam also zu Nan-in. Offenbar aus den falschen Gründen. Offenbar wollte er bestimmte Antworten. Diese Leute, die voller Fragen sind, suchen immer Antworten. Und Nan-in kann keine Antworten geben. Sich mit Fragen und Antworten abzugeben ist töricht. Nan-in kann dir ein neues Bewusstsein geben, Nan-in kann dir ein neues Sein geben, Nan-in kann dir ein neues Dasein geben, in dem keine Fragen mehr auftauchen. Aber Nan-in hat kein Interesse, irgendwelche speziellen Fragen zu beantworten. Er hat kein Interesse, Antworten zu geben. Genauso wenig wie ich.

Ihr seid sicher mit vielen Fragen zu mir gekommen. Das kann gar nicht anders sein, weil der Kopf ständig Fragen ausheckt. Er ist eine Fragenfabrik. Gib ihm irgendetwas ein, und er liefert dir eine Antwort, und viele weitere folgen. Gib ihm eine Antwort, und sofort werden neue Fragen daraus. Ihr kommt voller Fragen her. Eure Tasse ist bereits voll. Nan-in braucht nicht erst einzuschenken, ihr fließt bereits über.

Ich kann euch ein neues Dasein geben, dazu lade ich euch hier ein. Antworten gebe ich keine. Alle Fragen, alle Antworten sind zwecklos, reine Energieverschwendung. Aber ich kann euch transformieren – und das ist die einzige Antwort. Diese eine Antwort löst alle Fragen.

Die Philosophie hat viele Fragen, viele Antworten – unzählige. Religion hat nur eine Antwort. Was auch immer die Frage sein mag, die Antwort bleibt die gleiche. Wie Buddha es ausdrückte: »Der Geschmack von Meerwasser ist überall gleich salzig.«

Es ist tatsächlich unwesentlich, was für Fragen ihr stellt. Ich antworte immer mit dem Gleichen, denn ich habe nur eine Antwort. Aber diese eine Antwort ist wie ein Zentralschlüssel, der alle Türen öffnet. Sie braucht kein spezielles Schloss; sie ist der Schlüssel, der in jedes Schloss passt und es öffnet. Wahre Religion hat nur eine Antwort, und diese Antwort lautet: Meditation.

Meditation zeigt dir, wie du dich leer machen kannst.

Der Professor muss müde gewesen sein, als er nach langem Fußmarsch die Hütte von Nan-in erreichte. Und Nan-in sagte zu ihm: »Warte ein Weilchen«, denn er muss es wohl eilig gehabt haben. Der Kopf hat es immer eilig. Der Kopf ist immer auf schnelle Aha-Erlebnisse aus. Zu warten ist für den Kopf sehr schwierig, fast unmöglich.

Nan-in sagte: »Ich will dir einen Tee machen, du siehst müde aus. Warte ein bisschen, ruh dich ein wenig aus und trink erst mal eine Tasse Tee. Danach können wir reden.« Und Nan-in kochte Wasser und fing an, den Tee zu berei-

ten. Dabei hat er bestimmt den Professor im Auge behalten. Nicht nur das Wasser kochte, auch der Professor kochte, innerlich. Nicht nur der Teekessel summt, im Professor sprudelte es noch viel mehr; ein großer Redeschwall floss in ihm über. Offenbar bereitete er sich innerlich vor: Was sollte er fragen, wie sollte er fragen, womit sollte er anfangen? Er muss in ein tiefgründiges Selbstgespräch versunken gewesen sein. Nan-in wird ihn lächelnd beobachtet haben. Dieser Mann ist einfach zu voll! So voll, dass nichts zu ihm durchdringen kann. Die Antwort kann ihm nicht gegeben werden, weil da niemand ist, der sie in Empfang nehmen könnte. Der Gast kann nicht eintreten, es ist kein Platz im Haus. Nan-in wäre wohl gerne als Gast in diesen Professor eingetreten.

Aus Mitgefühl möchte ein Buddha immer Gast in euch sein. Er klopft von allen Seiten an, aber da ist keine Tür. Und selbst wenn er sich eine Öffnung bricht, was sehr schwierig ist, findet er keinen Platz. Ihr seid so voll von euch selbst. Mit all dem Müll und dem wertlosen Kram, den ihr seit vielen, vielen Leben in euch angesammelt habt, findet ihr nicht einmal Zugang zu euch selbst. Es ist kein Platz da, kein Raum. Ihr lebt draußen vor der Tür, auf dem Treppenabsatz. Ihr findet keinen Zugang zu eurem inneren Sein. Alles ist verammelt.

Und dann schenkte Nan-in den Tee ein. Dem Professor wurde es unbehaglich, denn Nan-in hörte nicht auf zu gießen. Der Tee floss über, gleich würde er auf den Boden fließen. Da rief der Professor: »Halt! Was machst du denn? Es geht doch kein Tee mehr in die Tasse, nicht ein Tropfen. Bist du verrückt? Was soll das?«

Nan-in sagte: »Genauso ist es mit dir. Wenn du so wach und aufmerksam bist, zu bemerken, dass die Tasse voll ist und nichts mehr hineingeht, warum bist du nicht genauso aufmerksam, was dich selbst betrifft? Du fließt über vor lauter Ansichten und Philosophien, Lehrsätzen und Zitaten. Du weißt schon viel zu viel. Ich kann dir gar nichts geben. Du hast die Reise umsonst gemacht. Bevor du zu

mir kamst, hättest du deine Tasse leer machen sollen. Dann könnte ich dir etwas einschenken.«

Aber lasst euch sagen: Ihr seid zu jemand noch Gefährlicherem gekommen. Nein, ich werde nicht einmal eine leere Tasse zulassen, denn solange die Tasse noch da ist, macht ihr sie wieder voll. Ihr seid so süchtig danach und habt euch so daran gewöhnt, dass ihr eine leere Tasse nicht einen Augenblick ertragen könnt. Sobald irgendwo Leere auftaucht, stopft ihr sie sofort zu. Die Leere macht euch Angst, ihr fürchtet sie so sehr. Die Leere erscheint euch wie der Tod. Ihr müsst sie mit irgendetwas füllen, egal was. Nein, ich habe euch hierher eingeladen, damit diese Tasse endgültig zerbrechen kann. Damit ihr sie nicht wieder füllen könnt, selbst wenn ihr es wolltet.

Leere bedeutet: Von der Tasse ist nichts mehr übrig. Die Wandung ist verschwunden, der Boden herausgefallen. Ein bodenloser Abgrund ... Jetzt kann ich meinen Tee in dich einschenken. Viel ist möglich, wenn du es zulässt. Aber es zuzulassen ist schwierig, denn um es zuzulassen, musst du dich hingeben. Leere heißt Hingabe.

Nan-in wollte dem Professor damit sagen: »Beuge dich nieder! Gib dich hin! Mach deinen Kopf leer! Ich bin bereit einzuschenken.« Dieser Professor hat noch nicht einmal die Frage gestellt, da hat ihm Nan-in schon geantwortet. Denn man braucht die Frage eigentlich nicht zu stellen. Die Frage bleibt immer die gleiche.

Ob ihr mich fragt oder nicht, ich kenne die Frage. Ihr könnt noch so viele sein, ich kenne die Frage. Denn im Grunde dreht sich die Frage immer um das Gleiche: die Angst, das Leid, die Sinnlosigkeit, die Nichtigkeit dieses ganzen Lebens ... Nicht zu wissen, wer du bist.

Aber ihr seid zu voll. Erlaubt mir, diese Tasse zu zerbrechen. Dieses Meditationscamp¹ ist ein Untergang, ein Tod. Wenn ihr bereit seid unterzugehen, wird etwas Neues entstehen. Jeder Untergang kann eine Neuerschaffung werden. Wenn ihr bereit seid zu sterben, könnt ihr ein neues Leben erlangen, eine neue Geburt.

Ich bin hier nur die Hebamme. Das hat Sokrates oft von sich gesagt: »Ein Meister ist nichts als eine Hebamme.« – Ich kann Hilfe geben, ich kann Schutz geben, ich kann Hinweise geben – das ist alles. Das Eigentliche, die Transformation, geschieht in euch. Es wird nicht schmerzlos sein, denn keine Geburt ist schmerzlos. Es wird viel Schmerz hochkommen, denn ihr habt ihn angesammelt und müsst ihn loswerden. Ein tiefer Reinigungsprozess wird nötig sein, eine Katharsis.

Eine Geburt ist wie ein Tod, aber es lohnt sich, dafür zu leiden. Aus der Finsternis des Leidens dämmert ein neuer Morgen, und eine neue Sonne geht auf. Die Morgendämmerung ist nah, wenn die Nacht am schwärzesten ist. Wenn das Leiden unerträglich wird, ist die Seligkeit nah.

Versuche also nicht, dem Schmerz zu entgehen. An dieser Stelle kannst du die Chance verpassen. Versuche nicht, das Leiden zu vermeiden; gehe mitten hindurch. Versuche nicht, einen Weg zu finden, der drum herumführt – nein, das wird nicht funktionieren. Durchleide es. Das Leiden wird dich verbrennen, es wird dich zerstören. Aber in Wirklichkeit bist du unzerstörbar.

Zerstört werden kann nur der Müll, den du angesammelt hast. Zerstört werden kann nur das, was du *nicht* bist. Wenn das alles zerstört ist, wirst du dich als unzerstörbar, als unsterblich erleben. Wer den Tod durchlebt, bewusst durch den Tod hindurchgeht, wird sich des ewigen Lebens bewusst.

In den wenigen Tagen, die ihr hier mit mir verbringt, kann vieles geschehen. Aber als ersten Schritt, der zu beachten ist, müsst ihr den Schmerz durchleiden. Viele Male werde ich Leiden für euch kreieren, viele Male werde ich Situationen herbeiführen, in denen alles Unterdrückte ans Licht kommen kann. Schiebt es nicht weg, drückt es nicht runter. Lasst es zu, lasst es frei werden.

Wenn du dein Leiden, all deinen unterdrückten Schmerz freizusetzen vermagst, wirst du frei davon. In den Zustand der Glückseligkeit gelangst du nur, wenn alles Lei-

den durchlitten, der unterdrückte Schmerz ausgedrückt und komplett fallen gelassen wurde.

Und ich kann in euch hineinschauen: Die Flamme der Glückseligkeit ist zum Greifen nah. Habt ihr einmal einen Blick darauf erhascht, wird sie zu eurer Flamme. Ich werde euch auf vielfache Weise schubsen, um euch eine Kostprobe davon zu geben. Wenn ihr es verpasst, ist niemand außer euch selbst dafür verantwortlich. Der Fluss strömt dahin, aber wenn ihr euch nicht beugen könnt, wenn ihr in eurer egoistischen Haltung verharrt, kann es sein, dass ihr durstig wieder weggeht. Dann gebt nicht dem Fluss die Schuld. Der Fluss war verfügbar, aber ihr wart blockiert durch euer Ego².

Darum sagt Nan-in: Leere die Tasse. Das heißt, leere den Geist. Aber da ist das Ego, voll bis zum Rand, und mit einem überfließenden Ego ist nichts zu machen. Die Fülle der Existenz umgibt dich, aber es ist nichts zu machen. Ringsum das Göttliche ... Du bist darin eingebettet, aber dennoch ist nichts zu machen. Gott, das Göttliche, kann von keiner Seite an dich herankommen. Du hast eine solche Bastion errichtet. Leere die Tasse. Oder noch besser: Wirf die ganze Tasse fort. Und wenn ich sage, wirf die ganze Tasse fort, meine ich damit: Mach dich so leer, dass nicht einmal das Gefühl »Ich bin leer« aufkommt.

Es geschah einmal, dass ein Jünger zu Bodhidharma kam und sagte: »Meister, du hast gesagt, ich müsste leer werden. Jetzt bin ich leer geworden. Was sagst du jetzt?«

Bodhidharma nahm seinen Stab und gab ihm einen festen Schlag auf den Kopf. Er sagte: »Geh und wirf auch noch diese Leere weg.«

Wenn jemand sagt: »Ich bin leer«, dann ist das »Ich« noch vorhanden, und dieses »Ich« kann nicht leer sein. Niemand kann die Leere für sich in Anspruch nehmen, niemand kann sagen: »Ich bin leer.« Genauso wenig, wie jemand sagen kann: »Ich bin bescheiden.« Sobald du sagst: »Ich bin bescheiden«, bist du es nicht. Wer ist es denn, der behauptet, bescheiden zu sein? Bescheidenheit

lässt sich nicht behaupten. Wenn du bescheiden bist, dann bist du es einfach, aber du kannst es nicht sagen. Nicht nur nicht sagen, du kannst nicht einmal das Gefühl haben, bescheiden zu sein, denn genau dieses Gefühl lässt wieder dein Ego entstehen. Sei leer, aber denke nicht, du seist leer, sonst machst du dir nur selbst etwas vor.

Ihr seid mit vielen Philosophien im Gepäck hierhergekommen. Werft sie weg! Sie haben euch überhaupt nichts gebracht, haben euch nicht geholfen. Es ist höchste Zeit, die richtige Zeit, sie loszuwerden. Werft sie komplett über Bord, nicht nur stückweise, nicht ein bisschen hier, ein bisschen da. In diesen paar Tagen, die ihr hier mit mir verbringt, seid einfach hier, ohne zu denken. Ich weiß, das ist schwierig, aber dennoch sage ich, es ist möglich. Und wenn ihr erst einmal den Dreh heraushabt, werdet ihr euch über den ganzen absurden Verstand, den ihr so lange als Gepäck mit euch herumgeschleppt habt, kaputt lachen.

Ich habe von einem Mann gehört, einem einfachen indischen Dorfbewohner, der zum ersten Mal mit der Eisenbahn fuhr. Er stieg in den Zug, mit seinem Gepäck auf dem Kopf, und dachte sich: »Wenn ich es abstelle, dann schafft es der Zug nicht. Und außerdem habe ich ja nur für mich bezahlt. Die Fahrkarte habe ich zwar gekauft, aber nicht für das Gepäck.« Also behielt er sein Gepäck auf dem Kopf. Und wisst ihr was? Der Zug transportierte ihn mitsamt seinem Gepäck. Dem Zug war es egal, ob er sein Gepäck auf dem Kopf trug oder es abstellte.

Das unnötige Gepäck ist euer Verstand. Dem Leben, das euch transportiert, ist es egal, ob ihr es auf dem Kopf tragt. Aber es ist unnötig, diese Last zu tragen. Darum sage ich euch: »Legt sie ab! Die Bäume leben ohne Verstand, und sie leben viel besser als irgendein Mensch. Die Vögel leben ohne Verstand, und sie leben viel ekstatischer als irgendein Mensch. Seht euch die Kinder an, wenn sie noch nicht dressiert sind, wenn sie noch unverdorben sind. Sie leben ohne Verstand, und selbst ein Jesus oder

Buddha würde sie um ihre Unschuld beneiden. Dieser Verstand ist zum Leben nicht nötig. Die ganze Welt spielt sich auch ohne ihn ab. Was schleppt ihr ihn also mit euch herum? Oder denkt ihr etwa, dass Gott, oder das Leben, es sonst nicht schafft?

Wenn ihr den Kopf abstellen könnt, und sei es auch nur für eine einzige Minute, wird es euer ganzes Dasein transformieren. Dann gelangt ihr in eine neue Dimension, die Dimension der Schwerelosigkeit.

Dies will ich euch geben: Flügel für die Lüfte, für den Himmel – Schwerelosigkeit gibt euch diese Flügel – und Wurzeln in die Erde, ein geerdetes Sein, ein Leben aus der Mitte. Diese Erde hier unten und dieser Himmel dort oben – beide sind Teile des großen Ganzen. In diesem Leben, eurem sogenannten Alltagsleben, braucht ihr Wurzeln. Und im spirituellen Leben, in eurem inneren All, braucht ihr Flügel, um schwerelos zu sein. Um frei zu fliegen, zu fließen, euch vom Göttlichen tragen zu lassen.

Wurzeln und Flügel, die kann ich euch geben, wenn ihr mich lasst. Denn ich bin hier nur die Hebamme. Ich kann die Geburt eures Kindes nicht erzwingen. Eine erzwungene Geburt wäre hässlich und ein gewaltsam herausgeholtetes Neugeborenes wahrscheinlich nicht lebensfähig. Aber lasst mich nur machen. Das Kind wartet schon, ihr seid bereits schwanger. Jeder Mensch ist schwanger mit Gott. Das Kind ist bereits vorhanden, und ihr geht schon viel zu lange mit ihm schwanger. Die neunmonatige Schwangerschaft ist längst überfällig. Vielleicht ist das der Hauptgrund für eure Qual: dass ihr mit etwas schwanger geht, das geboren werden will, das herauskommen muss, das auf die Welt gebracht werden soll. Denkt an eine Frau, eine werdende Mutter, die ihr Kind schon länger als neun Monate in sich trägt. Es wird immer beschwerlicher. Und wenn die Geburt nicht stattfindet, stirbt die Mutter, weil sie es nicht mehr tragen kann. Vielleicht ist das der Grund, warum ihr so unter Druck steht und so sehr in Angst und Sorge seid. Etwas will aus euch geboren wer-

den, ein neues Leben will aus eurem Mutterschoß hervorkommen. Dabei kann ich helfen.

Dieses Meditationscamp soll eine Hilfe für euch sein, damit das, was ihr schon als Samenkorn in euch tragt, aus eurem Boden hervorsprossen kann. Damit daraus etwas Lebendiges, eine lebendige Pflanze werden kann.

Das Wesentliche ist: Wenn ihr mit mir sein wollt, müsst ihr euren Kopf weglassen. Beides zusammen geht nicht. Sobald ihr im Kopf seid, seid ihr nicht mit mir. Sobald der Kopf weg ist, seid ihr mit mir. Und ich kann meine Arbeit nur tun, wenn ihr mit mir seid.

Leert die Tasse. Werft die Tasse fort. Lasst sie zerbrechen.³

Gibt es eine Frage?

Osho,

was du zuletzt gesagt hast, ist sehr schön und beglückend. Aber das davor hat mir Angst gemacht: die Tasse zerbrechen, leiden ... Sofort mischt der Kopf sich wieder ein. Er greift in seine Körpertrickkiste und sagt: »Aber hier tut's mir weh! Und da ist eine Blase am Zeh!«

Kannst du uns einen Tipp geben, wie wir die Hindernisse überwinden, die wir uns selbst aufbauen, wenn wir es mit der Angst zu tun bekommen?

Jeder Konflikt erzeugt noch mehr Hindernisse. Wenn Angst auftaucht und du anfängst, etwas daran ändern zu wollen, kommt eine neue Angst hinzu: die Angst vor der Angst. Das macht es noch komplizierter. Es gibt also nur eines: Wenn du Angst hast, nimm sie an. Tu gar nichts damit, denn was du auch anstellst, hilft nicht. Alles, was du aus Angst tust, erzeugt nur noch mehr Angst. Alles, was du aus Verwirrung tust, macht die Verwirrung größer. Tu gar nichts.

Wenn Angst da ist, stelle einfach fest, dass Angst da ist, und nimm sie an. Was kannst du machen? Nichts kannst

du machen. Du hast Angst. Sieh mal, wenn du einfach die Tatsache zur Kenntnis nimmst, dass du Angst hast, wo bleibt dann die Angst? Du nimmst sie einfach zur Kenntnis – und plötzlich ist sie weg. Annehmen bringt die Lösung. Nur Annehmen, sonst nichts. Sobald du dagegen angehst, schaffst du eine weitere Störung. Und das kann endlos so weitergehen. Dann ist kein Ende in Sicht.

Leute kommen zu mir, die sagen: »Wir haben solche Angst. Was sollen wir tun?« Würde ich ihnen etwas zu tun geben, dann würden sie es aus ihrem angstbesetzten Sein heraus tun. Ihr Handeln wäre von Angst bestimmt. Und jedes Handeln, das von Angst bestimmt wird, kann nichts anderes sein als Angst.

Mir ist zu Ohren gekommen, dass Adolf Hitler unter starken Depressionen und Schwermut gelitten haben soll. Die Psychologen meinten, es läge an einem verdrängten Minderwertigkeitskomplex. Sämtliche arischen Psychologen wurden konsultiert, und sie taten ihr Bestes, aber nichts half. Ihre Analyse brachte gar nichts. Schließlich schlug einer vor, einen jüdischen Psychoanalytiker zu Rate zu ziehen. Hitler hielt zunächst gar nichts davon, einen Juden zu holen, aber da er keinen anderen Ausweg sah, gab er schließlich nach. Ein bedeutender jüdischer Psychoanalytiker wurde gerufen. Er analysierte ihn, durchforschte Hitlers Seele bis in die hintersten Winkel seiner Träume und kam zu dem Schluss: »Eigentlich kein großes Problem. Sie müssen sich nur immer wieder sagen: ›Ich bin wichtig, ich bin bedeutend, ich bin unentbehrlich.‹ Wie ein *Mantra*⁴. Tag und Nacht, immer wenn es Ihnen einfällt, wiederholen Sie einfach: ›Ich bin wichtig, ich bin bedeutend, ich bin unentbehrlich.‹«

Hitler sagte: »Hören Sie auf! Das ist ein schlechter Rat, den Sie mir da geben.«

Der Psychoanalytiker verstand nicht. Er sagte: »Wieso? Warum soll das ein schlechter Rat sein?«

Hitler sagte: »Weil ich mir selbst nicht glauben kann, was ich sage. Ich bin ein solcher Lügner, dass ich mir kein

Wort abnehme. Ich bin ein solcher Lügner, dass ich kein Wort von dem glaube, was ich sage. Und jetzt sagen Sie, ich soll nur wiederholen: ›Ich bin unentbehrlich.‹ Aber ich weiß, dass das gelogen ist, weil ich es sage. Ich bin ein Lügner.«

Aus einer Lüge können nur Lügen entstehen, egal was du sagst. Aus Angst kann nur wieder Angst entstehen, egal was du tust. Aus Hass kann, selbst wenn du so tust, als würdest du lieben, nur verborgener Hass hervorkommen. Etwas anderes kann eine solche Liebe nicht sein, weil die Person voller Hass ist. Wenn du zu den Moralpredigern gehst, sagen sie: »Gib dir Mühe zu lieben.« Das ist Unsinn. Wie kann jemand, der voller Hass ist, versuchen zu lieben? Wenn er sich Mühe gibt zu lieben, ist seine Liebe nur eine Frucht des Hasses. Sie ist von vornherein vergiftet, an der Wurzel vergiftet. Und das ist die Misere mit allen Moralpredigern.

Mahatma Gandhi predigte gewalttätigen Leuten: »Bemüht euch um Gewaltlosigkeit.« Aber dann wurzelt ihr Versuch, gewaltlos zu sein, in der Gewalt. Ihre Gewaltlosigkeit ist reine Fassade, nur eine Show. Innerlich brodeln Gewalt. Wenn eure sexuelle Enthaltsamkeit, euer Zölibat, von einem Zuviel an sexueller Energie herrührt, ist es nichts anderes als pervertierter Sex.

Also erzeuge bitte keinen Konflikt. Wenn du ein Problem hast, schaffe dir nicht noch ein anderes. Bleibe bei dem einen. Kämpfe nicht und erzeuge kein zusätzliches Problem. Es ist leichter, das eine Problem zu lösen als ein zusätzliches. Das erste Problem ist näher an der Quelle, das zweite weiter davon entfernt. Je weiter entfernt es ist, umso schwieriger wird die Lösung.

Wenn du Angst hast, hast du eben Angst. Warum ein Problem daraus machen? Dann weißt du, dass du Angst hast, genauso wie du zwei Hände hast. Warum ein Problem daraus machen, als hättest du nur eine Nase statt zwei. Warum ein Problem daraus machen? Die Angst ist da. Nimm sie an, nimm sie zur Kenntnis. Nimm sie an und

kümmere dich nicht weiter um sie. Was geschieht dann? Irgendwann bemerkst du plötzlich, dass sie verschwunden ist. Es ist eine innere Alchemie.

Ein Problem verschwindet, sobald du es annimmst. Wenn du aber einen Konflikt erzeugst, wird das Problem immer größer und undurchschaubarer. Gewiss, Schmerz ist da, und plötzlich taucht Angst auf. Nimm sie an. Sie ist vorhanden, und daran ist nichts zu ändern. Und wenn ich sage, daran ist nichts zu ändern, denkt bloß nicht, dass ich euch Pessimismus predige. Wenn ich sage, daran ist nichts zu ändern, gebe ich euch den Schlüssel zur Lösung des Problems.

Der Schmerz ist da. Er gehört zum Leben, zum Wachsen. Das ist nicht weiter schlimm. Schmerz wird erst dann schlimm, wenn er zerstörerisch wird, statt schöpferisch zu sein. Leiden wird erst dann schlimm, wenn du leidest und nichts dadurch gewinnst. Aber ich sage euch: Durch Leiden kann das Göttliche erlangt werden. So wird es schöpferisch. Dunkelheit ist schön, wenn aus ihr bald der Morgen dämmt. Doch Dunkelheit ist gefährlich, wenn sie kein Ende nimmt, wenn sie nicht in eine Dämmerung übergeht, sondern einfach immer weitergeht. Dann bewegst du dich nur im Kreis, in einem Teufelskreis.

Aber genau das ist mit euch geschehen. Nur um dem einen Schmerz zu entkommen, schafft ihr euch einen neuen. Und aus diesem flüchtet ihr wieder in einen anderen und in den nächsten. Und so geht es immer weiter. Und alle Schmerzen, die ihr noch nicht durchlitten habt, warten auf euch. Ihr lauft davon, aber damit lauft ihr nur einem neuen Leid in die Arme. Denn der Kopf, der das alte Leid erzeugte, wird für ein neues sorgen. Ihr könnt also von einem Leid ins nächste flüchten, aber das Leiden wird bestehen bleiben, denn euer Kopf ist die treibende Kraft.

Nehmt den Schmerz an und geht hindurch. Weicht ihm nicht aus. Dies ist eine völlig neue Dimension, mit der ihr arbeiten könnt. Das Leiden ist eine Gegebenheit: Begegnet ihm, geht hindurch. Die Angst wird kommen: Nimm sie

an. Und wenn du zitterst, dann zittere halt. Warum so tun, als würdest du nicht zittern, als wärst du ohne Furcht? Wenn du feige bist, nimm es einfach hin.

Jedermann ist feige. Die Leute, die ihr tapfer nennt, sind es nur an der Oberfläche. Dahinter verbergen sich die gleichen, wenn nicht noch größere Angsthassen als alle anderen. Um ihre Feigheit zu verstecken, spielen sie die Helden. Und manchmal wollen sie mit ihrem Verhalten nur aller Welt beweisen, dass sie keine Feiglinge sind. Doch ihre Kühnheit ist nur Gehabe. Wie kann der Mensch kühn sein angesichts des Todes? Wie kann der Mensch tapfer sein, wo er doch nur ein Blatt im Wind ist? Wie kann das Blatt *nicht* zittern? Wenn der Wind bläst, muss das Blatt zittern. Aber es würde niemandem einfallen, dem Blatt zu sagen: »Du bist feige.« Wir finden es allenfalls lebendig. Wenn du also zitterst und die Angst dich packt, sei wie ein Blatt im Wind. Wunderbar! Warum ein Problem daraus machen?

Aber die Gesellschaft macht aus allem ein Problem. Fürchtet sich ein Kind im Dunkeln, sagen wir: »Hab keine Angst, sei tapfer!« Warum? Das Kind ist so unschuldig, natürlich fürchtet es sich im Dunkeln. Aber dann setzen wir es unter Druck: »Reiß dich zusammen!« Und es wird krampfhaft versuchen, sich nichts anmerken zu lassen. Es wappnet sich gegen die Dunkelheit und macht sich starr. Sein ganzes Wesen will zittern, aber das Kind unterdrückt es. Dieses unterdrückte Zittern wird es dann sein Leben lang begleiten. Es wäre völlig in Ordnung gewesen, im Dunkeln zu zittern; daran war nichts verkehrt. Es war gut, zu weinen und wegzulaufen, daran war nichts falsch. Das Kind wäre aus der Dunkelheit erfahrener, wissender hervorgegangen. Und wenn es zitternd und weinend und schluchzend durch die Dunkelheit gelaufen wäre, hätte es letztlich erkannt, dass es gar nichts zu fürchten gab.

Alles, was du unterdrückst, erfährst du nie in seiner Ganzheit, und so lernst du nichts daraus. Zur Weisheit gelangst du durch Leiden, zur Weisheit gelangst du durch

Annehmen. Was auch immer der Fall sein mag: Nimm es gelassen hin.

Und achte nicht auf die Gesellschaft mit ihren Urteilen. Hier wird niemand ein Urteil über dich fällen, und hier kann sich niemand zum Richter aufspielen. Urteile nicht über andere und lass dich nicht vom Urteil anderer verwirren und stören. Du bist allein und du bist einzigartig. Es hat dich noch nie zuvor gegeben und es wird dich nie wieder geben. Du bist schön. Nimm es an. Und was auch immer geschieht, lass es zu und geh hindurch. Dann wird aus dem Leiden bald ein Lernen werden. Dann ist es schöpferisch geworden.

Aus der Angst wird die Angstlosigkeit hervorgehen. Aus der Wut kommt das Mitgefühl. Aus dem Verstehen des Hasses wird die Liebe in dir geboren. Aber das geschieht nicht, wenn du im Konflikt bist, nur wenn du mit wacher Bewusstheit durch alles hindurchgehst. Nimm es an und durchlebe es. Und wenn es dir zur Übung wird, jede Erfahrung zu durchleben, dann stößt du schließlich auf den Tod, die intensivste Erfahrung überhaupt. Verglichen damit ist das Leben nichts, denn das Leben kann nicht so intensiv sein wie der Tod.

Das Leben erstreckt sich über eine lange Zeit: siebzig Jahre, hundert Jahre. Der Tod wird so intensiv erlebt, weil er keine Ausdehnung hat. Er geschieht in einem einzigen Augenblick. Das Leben verteilt sich auf siebzig oder auch hundert Jahre; es hat nicht diese Intensität. Der Tod kommt in einem einzigen Augenblick. Er kommt als Ganzes, nicht häppchenweise. Es wird eine so intensive Erfahrung sein, wie du sie noch nie erlebt hast. Wenn du ängstlich bist und dich davonmachst, bevor der Tod kommt, wenn du bewusstlos wirst aus Furcht vor dem Tod, dann wirst du eine goldene Gelegenheit verpassen, das goldene Tor. Hast du aber dein Leben lang alles angenommen, dann wirst du, wenn der Tod kommt, ihn geduldig und widerstandslos annehmen. Dann gehst du ohne Fluchtversuch hinein. Wenn du widerstandslos und still in den

Tod gehst, ganz mühelos, so verschwindet der Tod. Krishna und Christus, Buddha und Mahavira sagen, dass ihr todlos seid. Sie predigen kein Dogma, sie sprechen aus eigener Erfahrung.

Es kann auch hier, während dieses Meditationscamps, geschehen, denn *Samadhi*⁵ ist ein Tod, Meditation ist ein Tod. Gelegentlich wird es vorkommen, dass ihr in einem Moment plötzlich das Gefühl habt, als würdet ihr sterben. Weicht dem nicht aus. Lasst zu, dass es geschehen kann. Wenn ihr es zulässt, verschwindet der Tod. Dann gibt es keinen Tod mehr, und die innere Flamme, ohne Anfang und ohne Ende, wird geboren. Sie war schon immer da, aber jetzt könnt ihr sie erst wahrnehmen.

Nehmt dies als Richtlinie mit: Wenn Angst, Hass, Eifersucht, was auch immer, auftaucht: Macht kein Problem daraus! Nehmt es an, lasst es zu, durchlebt es. Dann werdet ihr alles Leiden, allen Tod besiegen.

Gibt es noch etwas?

Osho,

auf der einen Seite sagst du, dass wir leiden müssen, aber gleichzeitig forderst du uns auf, alles zu genießen. Es erscheint mir schwierig, diese beiden Dinge unter einen Hut zu bringen.

Wenn ich sage: »Leidet und genießt«, klingt das widersprüchlich. Der Verstand fragt sofort, wie sich beides unter einen Hut bringen lässt, denn für euch sind das Gegensätze. Sie sind es nicht. Das scheint nur so. Du kannst fröhlich leiden.

Was ist das Geheimnis? Wie soll man leidend fröhlich sein? Erstens: Wenn du nicht wegläufst, wenn du das Leiden zulässt und bereit bist, ihm ins Auge zu sehen, wenn du nicht versuchst, es irgendwie zu verdrängen, dann bist du schon von ihm getrennt. Das Leiden ist da, aber nur an der Oberfläche. Nicht in deiner Mitte, nur an der Periphe-

rie. Im Innersten kann es unmöglich Leiden geben. Das liegt nicht in der Natur der Dinge. Schmerz gibt es immer nur an der Peripherie. Du dagegen bist im Zentrum.

Wenn du es also geschehen lässt, wenn du nicht ausweichst, nicht wegläufst, nicht in Panik gerätst, stellst du plötzlich fest: Aller Schmerz ist dort draußen, am Rande, als ob er nicht dir, sondern einem andern geschieht, und du kannst zusehen. Dann breitet sich eine subtile Freude in dir aus, denn du hast eine Grundwahrheit des Lebens erkannt: *Du* bist Seligkeit, nicht Leid.

Wenn ich also sage: »Genieße es«, meine ich nicht, dass du ein Masochist werden sollst. Ich meine nicht, dass du dir Schmerz bereiten sollst, um dich darin zu weiden. Ich meine nicht: »Mach nur so weiter, stürze dich von einer Klippe, brich dir alle Knochen – und dann genieße es!«

Nein! Es gibt Leute von diesem Schlag; man findet sie unter den Asketen. Sie schaffen sich selbst ein Martyrium. Es sind Masochisten, sie sind krank. Diese Leute sind sehr gefährlich. Sie würden lieber andere quälen, aber dazu fehlt ihnen der Mut. Sie würden lieber andere töten, ihnen Gewalt antun, sie verkrüppeln, aber so mutig sind sie nicht. So hat sich ihre ganze Gewalttätigkeit nach innen gewandt. Nun verkrüppeln sie sich selbst, quälen sich selbst – und genießen es.

Ich sage nicht, dass du ein Masochist sein sollst. Ich sage einfach nur, dass Leiden vorhanden ist. Ihr braucht es nicht zu suchen. Es ist schon mehr als genug Leiden vorhanden, ihr braucht nicht danach zu suchen. Das Leiden ist schon da. Das Leben schafft von Natur aus Leiden. Es gibt Krankheit, es gibt Tod, es gibt den Körper. Das alles bringt von Natur aus Leid mit sich. Seht das einfach, betrachtet es mit unbeteiligten Augen. Seht euch an, was es ist. Was geschieht da? Lauft nicht weg. Denn der Verstand meldet sich sofort: »Nichts wie weg von hier! Bloß nicht hinsehen!« Aber wer wegläuft, wird niemals glücklich.

Wenn du das nächste Mal krank wirst und der Arzt dir Bettruhe verschreibt, nimm es als Segen an. Mach die

Augen zu und bleib still im Bett. Schau dir einfach die Krankheit an. Beobachte, was sie ist. Unternimm keinen Versuch, sie zu analysieren. Lass alle Theorien. Beobachte nur, was es ist. Der ganze Körper ist erschöpft, fiebert – beobachte es. Plötzlich wirst du spüren, wie das Fieber dich einhüllt, aber mitten in dir ist eine kühle Stelle, unberührt vom Fieber, unbeeinflusst von der inneren Hitze. Der ganze Körper mag brennen, aber diese kühle Stelle wird davon nicht berührt.

Ich habe von einer Zen-Nonne gehört, die im Sterben lag. Und ehe sie starb, fragte sie ihre Schüler: »Was schlägt ihr vor – wie soll ich sterben?«

Es ist eine alte Tradition im Zen, dass Meister so fragen. Sie sind in der Lage, bewusst zu sterben, darum können sie so fragen. Und sie gehen sogar mit dem Tod so spielerisch und humorvoll um, dass sie darüber lachen, Witze reißen und ihren Spaß daran haben, sich Varianten auszu-denken, wie man sterben könnte.

So hat es Schüler gegeben, die vorschlugen: »Meister, wäre es nicht eine gute Idee, beim Kopfstand zu sterben?« Oder ein anderer meinte: »Im Gehen! Wir haben noch nie jemanden im Gehen sterben sehen!« Diese Zen-Nonne fragte also: »Was schlägt ihr vor?«

Sie sagten: »Wir könnten ein Feuerchen machen, und du setzt dich rein und stirbst in Meditation.«

Die Nonne sagte: »Großartig! Das war noch nie da.« Also errichteten sie einen Scheiterhaufen, und die Nonne machte es sich im Lotossitz darauf bequem. Dann entzündeten sie das Feuer.

Ein Mann aus der Menge fragte: »Wie fühlst du dich dort? Es ist so heiß, dass ich nicht näher kommen kann, dich zu fragen. Deshalb muss ich schreien. Wie fühlt es sich dort an?«

Die Nonne lachte und sagte: »Nur ein Narr kann fragen, wie es sich dort anfühlt. Dort fühlt es sich immer kühl an, absolut kühl.«

Sie spricht von ihrem inneren Sein, von der Mitte. *Dort* ist es immer kühl, und nur ein Narr kann so fragen.

Warum sagt sie, dass nur ein Narr so fragen kann? Wenn jemand bereit ist, sich meditierend ins Feuer zu setzen, und wenn dann das Feuer brennt und er still darin sitzen bleibt, ist es offensichtlich: Dieser Mensch ist im innersten Zentrum angekommen, an dem kühlen Ort, der von keinem Feuer berührt werden kann. Anders ist es gar nicht möglich.

Wenn du also im Bett liegst, fiebernd, der ganze Körper in Flammen, dann beobachte es. Das Beobachten führt dich zurück bis an den Ursprung. Im Beobachten erlangst du eine Balance, einen Rhythmus. Nur durch deine Aufmerksamkeit, ohne irgendetwas zu tun. Denn was könntest du tun? Das Fieber ist da, und du musst es durchstehen. Es wäre zwecklos, dagegen zu kämpfen. Also ruhst du dich einfach aus. Wenn du dem Fieber Widerstand leistest, heizt du es nur an. Also beobachte es.

Indem du das Fieber beobachtest, wirst du kühl. Je länger du es beobachtest, umso kühler wirst du. Durch reines Beobachten erreichst du einen Gipfel, einen so kühlen Gipfel, dass selbst der Himalaja neidisch werden könnte. Nicht einmal seine Gipfel sind so kühl. Du hast den *Gourishankar*, den inneren Everest, erreicht. Und wenn du spürst, dass das Fieber weg ist ... in Wirklichkeit war es nie da. Es war nur in deinem Körper, weit weg von dir.

Zwischen dir und deinem Körper ist unendlich viel Raum. Unendlich viel Raum, sage ich. Ein unüberbrückbarer Abstand trennt dich von deinem Körper. Und alles Leiden ist nur an der Peripherie. Die Hindus bezeichnen es als einen Traum, denn die Entfernung ist so riesig, so unüberbrückbar. Es ist wie ein Traum, der irgendwo anders abläuft, wie in einer anderen Welt, auf einem anderen Planeten. Er hat nichts mit dir zu tun.

Wenn du zuschaust, wie du leidest, kommt ein Punkt, an dem du plötzlich nicht mehr der Leidende bist. Dann

beginnst du Freude zu empfinden. Das Leiden macht dir den Gegenpol bewusst: dein seliges inneres Sein.

Wenn ich also sage: »Genießt es!«, sage ich: »Beobachtet es!«, geht zurück zum Ursprung, geht mitten hinein. Dann gibt es plötzlich keine Agonie mehr, nur Ekstase. Wer an der Peripherie lebt, ist in Agonie. Für ihn gibt es keine Ekstase. Wer jedoch zu seiner Mitte vorgedrungen ist, für den gibt es keine Agonie. Für ihn gibt es nur noch Ekstase.

Wenn ich sage: »Zerbrecht die Tasse!«, spreche ich von der Auflösung der Peripherie. Und wenn ich sage: »Seid ganz leer!«, spreche ich von der Rückkehr zur ursprünglichen Quelle. Denn wir werden geboren aus der Leere und in die Leere kehren wir zurück. »Leere« ist eigentlich das Wort, das wir anstelle von »Gott« gebrauchen sollten. Denn bei »Gott« hat man immer das Gefühl, es handle sich um eine Person. Darum spricht Buddha nie von Gott. Er spricht stets von *Shunyata*, der Leere, dem Nichts.

Im Innersten bist du ein Nichtsein, ein Nichts, ein unermesslicher Raum, ewig kühl, still und selig.

Wenn ich also sage: »Genießt!«, meine ich: »Schaut zu!«, und ihr werdet es genießen. Wenn ich sage: »Genießt!«, meine ich: »Lauft nicht weg!«

Genug für heute.