

OSHO

SCHUHE AUF DEM KOPF

Innen Schweigen

ZEN

Außen Lachen

Inhalt

1. Mach die Schale leer 6
2. Werdet unwissend, werdet zu Kindern 24
3. Von Wurzeln und Flügeln 48
4. Gott ist unerklärbar – so einfach ist er 76
5. Die Wirklichkeit ist nichts Festgefahrenes 102
6. Wir suchen alle das Außergewöhnliche 126
7. Den Schlag willkommen heißen 154
8. Kleb nicht an Worten – mache Erfahrungen 180
9. Nur das, was tot ist, kann zerstört werden 206
10. Die Wahrheit kann nicht vermittelt werden 232
11. Zen – innen Schweigen, außen Lachen 264
- Über Osho 291

1.

Mach die Schale leer

Der japanische Meister Nan-in empfing
einen Professor der Philosophie.
Nan-in schenkte seinem Besucher Tee ein;
doch als die Schale voll war, goss er weiter.
Der Professor sah zu, wie die Schale überfloss,
bis er sich nicht mehr zurückhalten konnte:
„Halt! Die Schale ist übervoll, mehr geht nicht hinein.“
Nan-in sagte: „Wie die Schale Tee bist du voll deiner
eigenen Ansichten und Grübeleien. Wie kann ich dich
Zen lehren, ehe du nicht deine Schale geleert hast?“

Ihr seid an einen weit gefährlicheren Mann geraten, als es Nan-in
war. Denn mit einer leeren Schale ist es nicht getan. Die Schale
muss ganz und gar zerbrochen werden. Selbst leer, wenn du da bist,
bist du voll. Selbst Leere füllt dich. Bei dem Gefühl, leer zu sein, bist
du alles andere als leer, du bist da. Nur der Name hat sich geändert.
Jetzt nennst du dich Leere. Mit der leeren Schale ist es nicht getan.
Sie muss restlos zerbrochen werden. Allein wenn du nicht bist, kann
der Tee in dich eingeschenkt werden. Wenn du nicht bist, ist es
nicht einmal nötig, Tee in dich einzuschenken. Wenn du nicht bist,
ergießt sich die ganze Schöpfung. Die ganze Schöpfung strömt auf
dich nieder aus allen Bereichen, aus allen Richtungen. Du bist nicht,
und das Göttliche ist.

Die Geschichte ist wunderschön. Mit einem Philosophieprofessor
musste es so kommen. Es heißt: „Ein Professor der Philosophie kam
zu Nan-in.“ Er muss aus falschen Beweggründen gekommen sein,
denn ein Philosophieprofessor liegt an und für sich schon falsch. Phi-
losophie, das ist Intellekt, Vernünfteln, Grübeleien, Spitzfindigkeit. Und
damit liegst du schief, denn du kannst die Schöpfung nicht lieben,
wenn du vernünftelst. Mit Argumenten hältst du Abstand. Mit Ar-
gumenten verschließt du dich. Die ganze Schöpfung verschließt sich
dir. Weder bist du dann offen, noch ist die Schöpfung für dich offen.
Wer argumentiert, behauptet sich. Behauptung ist Gewalt, ist An-
griff, und ein gewaltsamer Geist kann die Wahrheit nicht erkennen.
Wahrheit kann nicht mit Gewalt aufgedeckt werden. Du kannst die

Wahrheit nur erkennen, wenn du liebst. Aber Liebe streitet nicht. Liebe kennt kein Argumentieren, weil sie keine Aggression kennt.

Vergiss nicht: Nicht nur dieser Mann ist ein Professor der Philosophie; jeder von euch ist einer. Jeder Mensch hat seine eigene Philosophie, und jeder ist auf seine Weise Professor. Denn ihr seid Profis in Vorstellungen. Ihr glaubt an sie. Ihr habt eure Ansichten und Begriffe. Und aufgrund von Ansichten und Begriffen sind eure Augen trübe, sie können nicht sehen; euer Kopf ist stumpf, er kann nicht erkennen.

Begriffe führen zu Stumpsinn, denn je mehr Begriffe du im Kopf hast, umso mehr wird er belastet. Und wie kann ein solch belasteter Kopf erkennen? Je mehr er sich mit Vorstellungen füllt, umso mehr Staub sammelt sich: wie Staub auf dem Spiegel. Wie kann der Spiegel da spiegeln? Wie kann der Spiegel widerspiegeln? Eure Intelligenz ist verschüttet unter dem Staub eurer Eigensinnigkeit und jeder, der eigensinnig ist, ist notgedrungen stumpf und dumm.

Darum sind Professoren der Philosophie fast ausnahmslos beschränkt. Sie wissen zu viel, um überhaupt zu wissen. Sie sind zu belastet. Sie können nicht zum Himmel fliegen: Sie haben keine Flügel. Und sie sind so im Kopf, dass sie wurzellos sind. Sie wurzeln nicht in der Erde und sie sind nicht frei, in den Himmel zu fliegen.

Vergesst nicht: Ihr seid genauso. Es mag Unterschiede der Quantität geben, aber in der Qualität sind alle Köpfe gleich; denn der Kopf denkt, er sinniert, rafft und speichert Wissen und wird dumm.

Nur Kinder sind intelligent. Und wer sich seine Kindheit erhält, wer unbeirrt seine Kindheit verteidigt, wird unschuldig bleiben und intelligent. Wer Staub ansammelt, verliert seine Kindheit, verliert seine Unschuld, und sein Kopf wird stumpf und dumm. Nun kannst du deine Philosophien entwickeln. Je mehr Philosophie, umso weiter weg bist du von Gott.

Ein religiöser Geist ist ein nicht-philosophischer Geist. Ein religiöser Geist ist ein unschuldiger, intelligenter Geist: ein klarer Spiegel; ohne Staub. Und jeden Tag wird er neu gereinigt.

Das ist es, was ich Meditation nenne.

Dieser Philosophieprofessor kam also zu Nan-in. Offenbar aus falschen Gründen. Offenbar wollte er bestimmte Antworten. Diese Leute, die voller Fragen sind, suchen immer Antworten. Und Nan-in konnte keine Antworten geben. Es ist töricht, sich mit Fragen und Antworten abzugeben. Nan-in kann dir einen neuen Kopf aufsetzen. Nan-in kann dir ein neues Sein geben. Nan-in kann dir ein neues Dasein geben, eins, in der es keine Fragen mehr gibt, aber Nan-in ist nicht versessen darauf, irgendwelche Fragen zu beantworten. Antworten zu geben, war nicht seine Sache. Meine auch nicht.

Ihr seid sicher mit vielen Fragen zu mir gekommen. Das ist unvermeidlich, weil der Kopf nichts als Fragen ausheckt: Er ist eine Fragenfabrik. Füttere irgendwas ein, heraus kommt eine Frage; und viele Fragen folgen. Beantworte eine, und sofort werden neue Fragen daraus. Ihr kommt voller Fragen her. Eure Schale ist bereits voll. Nan-in braucht nicht erst einzuschenken, ihr fließt bereits über.

Ich kann euch ein neues Dasein geben. Antworten gebe ich keine. Alle Fragen, alle Antworten sind zwecklos, Energieverlust. Aber ich kann euch umformen – und das ist die einzige Antwort. Und diese eine Antwort löst alle Fragen.

Philosophie hat viele Fragen, viele Antworten – unzählige. Religion hat nur eine Antwort. Was auch immer die Frage sein mag, die Antwort bleibt die gleiche. Buddha hat oft gesagt: Koste das Wasser des Meeres, wo immer, es schmeckt überall gleich: überall salzig.

Was ihr auch fragen mögt, es ist wirklich gleich: Ich werde das Gleiche antworten, denn ich habe nur eine Antwort. Aber diese eine Antwort ist wie ein Dietrich: Sie öffnet alle Türschlösser. Sie passt in kein bestimmtes Schloss – irgendein Schloss, und dieser Schlüssel öffnet es. Religion hat nur eine Antwort, und diese Antwort heißt: Meditation. Meditation zeigt dir, wie du dich leermachen kannst.

Der Professor muss müde gewesen sein, lange unterwegs, als er zu Nan-ins Hütte kam. Und Nan-in sagte: „Warte ein Weilchen.“ 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 ein bisschen aus, trink erst eine Schale Tee. Und dann können wir sprechen.“

Und Nan-in kochte Wasser und fing an, den Tee zu bereiten. 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 mehr, fortwährend mit sich selbst schwafelnd. Der Professor bereitete sich offenbar innerlich vor – was sollte er fragen, wie sollte er fragen, wo beginnen? Er muss in einem tiefgründigen Selbstgespräch gewesen sein. Nan-in muss ihn beobachtet und gelächelt haben: Dieser Mann ist zu voll, so voll, dass nichts zu ihm durchdringen kann. Die Antwort kann ihm nicht gegeben werden. Da ist niemand, sie in Empfang zu nehmen.

Der Gast kann nicht hinein, es ist kein Platz im Haus. Nan-in muss gewünscht haben, in diesem Professor Gast zu sein. 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 Tür erbricht, was sehr schwierig ist, ist kein Platz da. Ihr seid so voll von euch selbst. Bei all dem Gerümpel und wertlosen Krempel, den ihr seit vielen, vielen Leben in euch angesammelt habt, findet ihr nicht einmal Zugang zu euch selber. Es ist kein Platz da, kein Raum. Ihr lebt draußen vor der Tür, auf der Treppe. Ihr könnt nicht in euch hinein. Alles ist versperrt.

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 zu Boden fließen.

Da rief der Professor: „Halt! Die Schale ist übertoll, mehr geht nicht hinein.“

Und Nan-in sagte: „Genau so sieht es in dir aus. Wenn du so genau aufpassen kannst und merkst, dass die Schale voll ist und nichts mehr hineingeht, warum bist du nicht genauso aufmerksam mit dir selbst? Du fließt über vor Ansichten und Philosophien, Lehrsätzen und Zitaten. Du weißt schon viel zu viel. Ich kann dir unmöglich noch

mehr geben. Du hast die Reise umsonst gemacht. Bevor du zu mir kamst, hättest du deine Schale leermachen sollen. Dann könnte ich dir etwas einschenken.“

Aber lasst euch sagen: Ihr seid zu einem noch Gefährlicheren gekommen. Nein, eine leere Schale erlaube ich nicht, denn solange die Schale bleibt, füllt ihr sie. Ihr seid so süchtig, und ihr seid so daran gewöhnt, volle Schalen zu haben, dass ihr sie leer nicht einen Augenblick ertragen könnt. Sobald ihr irgendwo etwas Leeres entdeckt, stopft ihr es augenblicklich voll. So groß ist eure Angst vor der Leere. Ihr habt solche Angst. Leere erscheint wie Tod. Ihr füllt sie mit irgendwas aus, ganz gleich, aber ihr füllt. Nein, ich habe euch hierher eingeladen, um diese Schalen endgültig zu zerbrechen. Damit ihr sie nie wieder füllen könnt, selbst wenn ihr wolltet.

Leere heißt, es bleibt keine Schale zurück. Die Wandung ist verschwunden, der Boden ist herausgefallen. Du wirst zum Abgrund, jetzt kann ich mich in dich einschenken. Viel ist möglich, wenn ihr das zulasst. Aber es zuzulassen, ist mühsam. Um es zuzulassen, müsst ihr euch ausliefern. Leere heißt Auslieferung. Nan-in wollte dem Professor sagen: Beuge dich, liefere dich aus, entleere deinen Kopf. Ich bin bereit einzuschenken.

Dieser Professor hat noch nicht einmal die Frage gestellt, da hat ihm Nan-in schon geantwortet; denn wirklich, man braucht die Frage nicht erst zu stellen. Die Antwort ist sowieso die gleiche. Ob ihr mich fragt oder nicht, ich kenne die Frage. Ihr könnt noch so viele sein, ich kenne die Frage. Denn tief drinnen ist die Frage ein und dieselbe: die Angst, die Qual, die Sinnlosigkeit, die Nichtigkeit dieses ganzen Lebens, nicht wissend, wer ihr seid. Aber ihr seid randvoll. Erlaubt mir, diese Schale zu zerbrechen.

Jede Zerstörung kann zu einer Neuerschaffung führen. Wenn ihr bereit seid zu sterben, könnt ihr ein neues Leben erlangen, könnt ihr wiedergeboren werden. Ich bin nur als Hebamme hier. Das hat Sokrates oft von sich gesagt: dass ein Meister nur Hebamme ist. Ich kann helfen, ich kann fördern, kann lenken, aber das ist alles. Das Eigentliche, die Umformung, findet in euch statt. Ohne Leiden geht

es nicht, keine Geburt geht ohne Wehen ab. Viele Qualen werden hochkommen; sie haben sich in euch angesammelt, und sie müssen ausgemistet werden. Ein tiefer Reinigungsprozess, eine Katharsis ist notwendig.

Geburt ist wie Tod, aber das Leiden lohnt sich. Aus der Dunkelheit des Leidens steigt ein neuer Morgen auf, geht eine neue Sonne auf. Und die Morgendämmerung ist nah, wenn die Nacht am schwärzesten ist. Wenn die Qual unerträglich ist, ist die Seligkeit nah. Versucht also nicht, dem Leiden auszuweichen. Das ist genau die Stelle, wo ihr es verpasst. Versucht nicht auszuweichen, geht durch. Versucht nicht, einen Weg drumherum zu finden. Nein, damit ist es nicht getan: Du musst durch.

Die Qual wird dich verbrennen, zerstören; aber in Wirklichkeit kannst du gar nicht zerstört werden. Das, was zerstört werden kann, ist nur der Unrat, der sich angesammelt hat. Alles, was zerstört werden kann ist etwas, das du nicht bist. Wenn das alles vernichtet ist, dann erfährst du, dass du unzerstörbar, todlos bist. Wer durch den Tod geht, bewusst durch den Tod geht, weiß um das ewige Leben.

Aber der erste Schritt ist: nicht zu vergessen, dass ihr leiden müsst. Oft lasse ich euch absichtlich leiden. Oft stelle ich eine Situation her, in der alles Unterdrückte in dir hochkommen kann. Stoße es nicht wieder zurück, verdränge es nicht wieder. Lass es zu, lass es los. Wenn du dein Leiden loslassen kannst, dein unterdrücktes Leiden, dann wirst du frei davon. Und zum Zustand der Seligkeit gelangst du nur, wenn du durch all deine Leiden hindurchgegangen bist, wenn du sie endgültig hinausgeworfen, fallengelassen hast.

Und ich kann durch dich hindurchsehen. Die Flamme der Seligkeit schimmert schon durch. Sobald du diesen Schimmer selbst siehst, gehört diese Flamme dir. Ich stoße dich so gut ich kann mit der Nase darauf. Wenn du sie verfehlt, bist du verantwortlich, niemand sonst. Der Fluss fließt, aber wenn du dich nicht niederbeugen kannst, wenn du nicht aus deiner egoistischen Geistesverfassung herabsteigen kannst, kann es sein, dass du durstig ausgehst. Schiebe die Schuld nicht auf den Fluss. Der Fluss war da, aber dein Ego hat dich gelähmt.

Mach die Schale leer. So sagt es Nan-in. Es bedeutet: Mach deinen Geist leer. Er ist voll von Ego, fließt über vor Ego.* Und solange er vor Ego überquillt, kann nichts geschehen. Die ganze Schöpfung lebt um dich her, aber nichts kann geschehen. Das Göttliche kann von nirgendwoher in dich eindringen. Deine Festung ist unbezwingbar. Mach die Schale leer. Oder besser, zerbrich sie völlig. Wenn ich sage, zerbrich sie völlig, meine ich damit: Werde so leer, dass nicht einmal das Gefühl bleibt: „Ich bin leer.“

Einmal geschah es, ein Schüler kam zu Bodhidharma und sagte: Meister, du hast mir aufgetragen, leer zu werden. Jetzt bin ich leer. Nun, was hast du mir noch zu sagen? Bodhidharma versetzte ihm einen kräftigen Schlag mit seinem Stock auf den Kopf und sagte: „Geh und wirf diese Leere weg.“

Solange du sagen kannst, „Ich bin leer“, ist das „Ich bin“ noch da. Und das „Ich“ kann nicht leer sein und diese Leere für sich beanspruchen. Niemand kann sagen: „Ich bin leer“, genauso wenig wie: „Ich bin demütig“. Sobald du sagst, „Ich bin demütig“, bist du es nicht. Wer brüstet sich denn da mit Demut? Mit Demut kann man sich nicht brüsten. Wenn du demütig bist, bist du demütig, aber du kannst das nicht von dir behaupten. Nicht nur nicht sagen, nicht einmal fühlen kannst du es dann, dass du demütig bist, denn schon das Gefühl bringt das alte Ego wieder auf den Plan. Sei leer, aber ohne zu denken, dass du leer bist, sonst führst du dich selbst an der Nase herum.

Ihr habt viele Philosophien in eurem Gepäck. Werft sie weg. Sie haben euch kein bisschen geholfen; sie haben euch nichts genutzt. Ihr habt genug Zeit damit verschwendet. Es ist höchste Zeit, sie alle auf einmal vom Tisch zu fegen. Nicht in Teilen, nicht stückweise.

Bleibt ohne Gedanken. Ich weiß, wie schwer das ist; trotzdem sage ich, es ist möglich. Sobald ihr den Bogen heraushabt, lacht ihr über

** Osho benutzt Ego nicht im Sinn der abendländischen Psychoanalyse oder Tiefenpsychologie oder deren weiterführenden Richtungen. Es gibt für ihn kein äußeres, minderes Ich im Gegensatz zu einem höheren, wertvollen Ich, etwa im Sinne des Selbst. Er schließt in das Wörtchen Ego alle Möglichkeiten des Ich ein, jedwede Definition im Personalen wie Transpersonalen.*

die ganze Albernheit des Kopfes, den ihr so lange schon mitschleppt.

Ich hab von einem Mann gehört, einem vom Land, der zum ersten Mal im Zug fuhr. Er trug sein Gepäck auf dem Kopf; er dachte: Wenn ich es absetze, ist das zu schwer für den Zug. Und ich habe nur eine Fahrkarte für mich selbst. Ich habe zwar für mich bezahlt, aber nicht fürs Gepäck. Also trug er sein Gepäck auf dem Kopf. Der Zug trug sowohl ihn als auch sein Gepäck, und ob er es auf dem Kopf trug oder es absetzte, war dem Zug gleichgültig.

Dein Kopf ist unnötiges Gepäck. Dem Sein, das dich trägt, ist er gleichgültig. Du belastest dich unnötigerweise. Wirf ihn ab. Die Bäume sind ohne Kopf, und sind schöner als jedes Menschenwesen; die Vögel leben ohne Kopf, und ekstatischer als jedes Menschenwesen. Seht euch die Kinder an, die noch nicht zurechtgestutzt, die noch ungezähmt sind: Sie kommen ohne Kopf aus. Und sogar ein Jesus oder ein Buddha ist auf ihre Unschuld neidisch. Ihr braucht diesen Kopf nicht. Die ganze Welt geht ohne ihn weiter. Warum schleppt ihr ihn? Glaubt ihr etwa auch, dass er zu schwer wäre für Gott, für die Schöpfung?

Wenn du ihn nur für eine einzige Minute absetzen könntest, würde sich dein ganzes Dasein ändern. Du würdest ein neues Reich betreten, das Reich der Schwerelosigkeit. Und das ist es, was ich euch geben will: Flügel in die Lüfte, Flügel in den Himmel. Schwerelosigkeit verleiht Flügel; und Wurzeln in die Erde – Festigkeit, Erdung. Hier die Erde und dort den Himmel. Beide bilden das Ganze. In diesem Leben, eurem sogenannten gewöhnlichen Leben, braucht ihr Wurzeln. Und in eurem inneren Raum, dem spirituellen Leben, müsst ihr schwerelos sein, fliegend und fließend, treibend. Wurzeln und Flügel kann ich euch geben, wenn ihr mich lasst. Denn ich bin nur Hebamme, ich kann euch das Kind nicht aus dem Leib reißen. Ein Kind aus Gewalt ist ein hässliches Kind. Und ein Kind aus Gewalt kann sterben. Lasst mich nur, das Kind ist da, ihr seid schon schwanger. Jeder ist schwanger mit Gott. Das Kind ist da, und ihr tragt es schon viel zu lange. Die neun Monate sind längst vorbei. Das mag die eigentliche Ursache eurer Qual sein, dass ihr etwas im Leib

tragt, was zur Geburt drängt, was herauskommen will, was geboren werden muss. Stellt euch eine Frau, eine Mutter vor, die ein Kind länger als neun Monate trägt. Stellt euch die Last vor. Und wenn es nicht zur Geburt kommt, muss die Mutter sterben, denn es wird nicht mehr zu ertragen sein. Das mag der Grund sein, warum ihr so sehr in Angst lebt, in Qual und Spannungen. Etwas will aus euch geboren werden; etwas will aus eurem Schoß entstehen.

Ich kann helfen. Es ist lediglich eine Hilfe für euch, um das, was ihr bisher als Samen in euch getragen habt, aus eurem Boden hervorzulocken, damit es lebendig wird, eine lebendige Pflanze. Aber das Wichtigste wird sein: dass ihr, wenn ihr mit mir sein wollt, nicht euren Kopf mitbringen dürft. Beides zugleich geht nicht. Wann immer du in deinem Kopf bist, bist du nicht bei mir. Wann immer der Kopf nicht dazwischen ist, bist du bei mir. Und ich kann nur an dir arbeiten, wenn du bei mir bist. Leere die Schale. Wirf sie endgültig weg. Zerstöre sie.

Noch etwas?

Das Letzte, von dem, was du eben zu uns gesagt hast, ist sehr schön und beglückend, aber das eine macht mir Angst: die Schale zerschlagen, leiden ... Sofort mischt sich der Kopf wieder ein, und wir machen Taschenspielertricks mit dem Körper. Wir sagen: Ich habe hier ein Wehwehchen, und dort eine Blase am Zeh. Kannst du uns irgendeinen Hinweis geben, wie wir über die Sperren kommen, die wir selber aufbauen, wenn wir es mit der Angst zu tun bekommen?

Alles Kämpfen vergrößert nur den Widerstand. Wenn Angst aufkommt, und du etwas machen willst, wenn du gegen die Angst etwas tun willst, entsteht daraus eine neue Angst: die Angst vor der Angst. Noch verzwickter. Es gibt also nur eins: Wenn die Angst kommt, nimm sie an. Stell nichts mit ihr an, denn was du auch tust, hilft nicht. Alles, was du aus Angst tust, erzeugt noch mehr Angst;

alles, was du aus Verwirrung tust, macht die Verwirrung größer. Tu nichts. Wenn du Angst hast, stelle fest, dass du Angst hast, und nimm es an. Was kannst du tun? Nichts kannst du tun. Du hast Angst. Und dann, wenn du es einfach zur Kenntnis nimmst, dass du Angst hast, wo ist dann die Angst? Kaum hast du sie angenommen: Weg ist sie. Annehmen löst auf. Nur Annehmen, sonst nichts.

Wenn du dagegen angeht, erzeugst du einen neuen Störenfried, und das kann endlos weitergehen. Da ist kein Ende abzusehen. Es kommen Leute zu mir und sagen: Wir haben solche Angst. Was sollen wir tun? Würde ich ihnen etwas zu tun geben, würden sie es aus ihrer Angst heraus tun, es würde also ein Handeln aus Angst sein, und ein Handeln aus Angst kann nichts anderes sein als Angst.

Ich habe gehört, dass Adolf Hitler unter starken Depressionen litt, unter Schermer. Und die Psychologen sagten, er hätte einen versteckten Minderwertigkeitskomplex. Der Rat aller arischen Psychologen wurde eingeholt. Ihre Analyse ergab nichts. Sie taten ihr Bestes, konnten aber nicht helfen. Sie empfahlen einen jüdischen Kollegen. Hitler war anfangs sehr dagegen, aber da er keinen anderen Ausweg sah, musste er sich fügen.

Ein großer jüdischer Psychoanalytiker wurde gerufen. Er analysierte, er durchforschte Hitlers Seele bis in die hintersten Traumwinkel und kam zu dem Schluss: „Eigentlich kein großes Problem. Wiederholen Sie einfach nur immer eines: ‚Ich bin wichtig, ich bin bedeutend, ich bin unentbehrlich.‘ Wie ein *Mantra*. Tag und Nacht, wann immer sie können, wiederholen Sie: ‚Ich bin wichtig, ich bin bedeutend, ich bin unentbehrlich.‘“

Hitler sagte: „Aufhören! Das ist ein schlechter Rat.“

Der Psychoanalytiker verstand das nicht: „Wieso? Wieso soll das ein schlechter Rat sein?“

Hitler sagte: „Ich bin ein solcher Lügner, dass ich mir kein Wort abnehme. Ich lüge so, dass ich kein Wort von dem, was ich sage, glaube. Und jetzt sagen Sie, ich soll nur wiederholen: ‚Ich bin unentbehrlich.‘ Ich weiß, dass das gelogen ist. Schließlich sage ich es ja. Und ich bin ein Lügner.“

Alles, was aus einer Lüge kommt, wird zur Lüge. Was du aus Angst tust, wird wieder Angst. Wenn du aufgrund von Hass zu lieben versuchst, wird diese Liebe versteckter Hass sein. Sie kann nichts anderes sein. Du steckst voller Hass. Geh zu den Moralpredigern, und sie werden sagen: Gib dir Mühe zu lieben. Sie reden Unsinn, denn wie kann jemand, der voller Hass ist, lieben? Wenn er versucht zu lieben, ist seine Liebe eine Frucht des Hasses. Sie ist von vornherein vergiftet, an der Wurzel vergiftet. Das ist das Elend aller Moralprediger.

Gandhi predigte gewalttätigen Leuten: Versucht, gewaltlos zu sein. Also kommt ihre Gewaltlosigkeit aus der Gewalt. Jetzt ist ihre Gewaltlosigkeit reine Fassade, nur ein Gesicht zum Vorzeigen. Innerlich brodeln Gewalt. Wenn eure *Brahmacharya*, eure Enthaltsamkeit, aus einem Zuviel an Sexualität stammt, ist sie pervertierter Sex, sonst nichts. Stell dich also nicht quer. Wenn du ein Problem hast, erfinde kein neues daraus, bleib bei dem einen. Bekämpfe es nicht, sonst schaffst du ein zusätzliches. Es ist einfacher, ein Problem zu lösen, als das zusätzliche. Denn das erste ist der Quelle näher, das zweite ist weggerückt. Je entfernter, umso schwerer ist es lösbar.

Wenn du Angst hast, hast du Angst. Warum ein Problem daraus machen? Dann weißt du, du hast Angst; genauso wie du zwei Hände hast. Warum ein Problem daraus machen, dass du nur eine Nase hast, statt zwei? Warum ein Problem daraus machen?

Die Angst ist da. Nimm sie an, nimm sie zur Kenntnis. Nimm sie an, sei nicht besorgt. Und was geschieht? Plötzlich spürst du, sie ist verschwunden. Und das ist die innere Alchemie: Ein Problem verschwindet, sobald du es annimmst. Und ein Problem wächst und wird immer undurchschaubarer, wenn du gegen es ankämpfst. Ja, Schmerz ist da, und plötzlich taucht Angst auf. Nimm sie an. Sie ist da, und daran ist nichts zu ändern.

Und wenn ich sage, daran ist nichts zu ändern, dann denkt nicht, ich predige euch Pessimismus. Wenn ich sage, nichts ist daran zu ändern, gebe ich euch den Schlüssel zur Lösung. Der Schmerz ist da. Er gehört zum Leben, zum Wachstum. Daran ist nichts schlimm.