



For å komme til en større forståelse av kjærlighet beskrives her fire trinn. Artikkelen er et utdrag fra boken *Liv, Kjærlighet, Latter* av Osho.

K jærigheten er møtet, det orgasmiske møtet mellom livet og døden. Så lenge du ikke kjenner kjærligheten, har du gått glipp av livet. Du ble født, du har levd og du har dødd - men du har likevel gått glipp av det. Du har feilet voldsomt, du har feilet fullstendig, du har feilet totalt - du har gått glipp av intervallet mellom livet og døden, det intervallet som er den største opplevelsen i livet. For å oppnå det, er det fire trinn som må huskes. Det første trinnet: Vær her og nå - fordi kjærlighet er kun mulig her og nå. Du kan ikke elske i fortiden. Mange mennesker lever rett og slett i hukommelsen - de elsker i fortiden. Og der er andre som elsker i fremtiden - heller ikke det er mulig. Dette er måter å unngå kjærlighet på; fortiden og fremtiden er måter å unngå kjærlighet på. Så enten elsker du i fortiden eller så elsker du i fremtiden - og kjærlighet er bare mulig i nåtiden, fordi bare i dette øyeblikket møtes livet og døden... i det mørke intervallet som er inni deg. Dette mørke intervallet er alltid tilstede, alltid tilstede, alltid tilstede. Det er aldri fortid og det er aldri fremtid.

Dersom du tenker for mye - og tenking kommer alltid fra fortiden eller er rettet mot fremtiden - vil energiene dine bli distraheret fra å føle. Følelse er her og nå. Hvis energiene dine beveger seg i retning av tenking, da vil du ikke ha nok energi til å gå inn i følelsene dine - og kjærlighet vil ikke være mulig.

Så det første trinnet er å være her og nå. Fremtid og fortid fører til tenking; tenking ødelegger evnen til å føle. Og en person som er besatt av å tenke, vil etter hvert fullstendig glemme at han også har et hjerte.



De fire trinnene mot kjærlighet

En person som er altfor opptatt med tenking, begynner litt etter litt å bevege seg på en vei hvor følelsene ikke lenger har noe å si. Ved å ikke lytte til følelsene, vil følelsene etter hvert falle bort. Det er millioner av mennesker i denne tilstanden som ikke vet hva hjerte betyr. De tror at hjertet bare er en pumpe. Hele deres konsentrasjon er i hodet. Hodet er kun en kroppsdel blant andre, det er nødvendig, det er et godt instrument, men det bør brukes som en tjener. Det bør ikke få lov til å bli herre. Når hodet blir herre og hjertet oversett, vil du fortsatt leve, du vil fortsatt dø, men du vil aldri vite hva Gud er, fordi du ikke vet hva kjærlighet er.

Det samme mørke intervallet ser ut som kjærlighet første gangen du møter det, og når du har gått helt opp i det, blir det Gud. Kjærlighet er begynnelsen på Gud - eller Gud er den endelige toppen av kjærlighet.

Vær her og nå - fordi kjærlighet er kun mulig her og nå.

Det andre trinnet mot kjærlighet er å lære å forvandle giftene til honning... fordi mange mennesker elsker, men kjærligheten deres er sterkt forurenset av gifter - av hat, av sjalusi, av sinne, av eietrang. Kjærligheten din omgir seg med tusener av gifter. Kjærligheten er en ømfintlig ting. Tenk bare på sinne, hat, eietrang, sjalusi, hvordan kan kjærligheten overleve?

Først beveger folk seg til hodet og glemmer hjertet - de er i majoritet. Så finnes det en minoritet som fortsatt lever litt i hjertet, men den minoriteten gjør en annen feil. Det lille lyset fra kjærligheten er omgitt av sjalusi, hat, sinne og tusen og en andre gifter. Da blir hele reisen bitter. Kjærlighet er stigen mellom himmel og helvete, men en stige er alltid en tosidig ting, du kan gå oppover og du kan gå nedover. Dersom der er gifter, vil stigen bringe deg ned - du vil stige inn i helvete, ikke inn i himmelen. I stedet for å bli en melodi, vil livet ditt bli en kvalm larm - fullt av konflikter og trafikkstøy, kun et sinnssykt bråk - en hop med mange lyder men uten harmoni. Du vil forbli på grensen til galskap.

Så den andre tingen å huske på, er å lære

å forvandle giftene dine til honning. Hvordan lar de seg omskape? Det finnes en veldig enkel prosess. Egentlig er det ikke riktig å kalle det en forvandling fordi du trenger ikke å gjøre noe, du trenger bare tålmodighet. Dette er en av de største hemmelighetene som jeg forteller dere. Prøv det. Når sinnet kommer, skal du ikke gjøre noe som helst, bare sitt stille og iaktta det. Vær verken for eller imot det. Ikke samarbeid med det og heller ikke undertrykk det. Bare iaktta det, vær tålmodig og bare se hva som skjer... la det komme. Husk en ting; gjør aldri noe i den sinnestemningen du er i når giften har taket på deg, bare vent. Når giften først har begynt å forandre seg til dens motsetning... og dette er en av livets grunnleggende lover, at alt uavbrutt forvandler seg til sin motsetning. På samme måte som jeg fortalte deg at mannen forandrer seg til kvinne, kvinnen forandrer seg til mann, er det også periodiske forandringer i deg - den gode mannen blir den onde, den onde mannen blir den gode, den hellige har syndige øyeblikk og den syndige har hellige stunder. Man må bare vente.

Unngå å handle når sinne tar overhånd; ellers vil du angre, og du vil komme til å skape en kjedereaksjon, og du vil forårsake karma. Det er akkurat hva karma betyr. Gjør hva som helst når det skjer i et negativt øyeblikk, og du vil skape en kjedereaksjon som det ikke er noen ende på. når du er negativ og du gjør noe, blir den andre personen også negativ, han blir også klar til å gjøre noe - negativitet skaper mer negativitet. Sinne bringer mer sinne, fiendskap fører til mer fiendskap og slik fortsetter tingene... og folk har vært i strid med hverandre hele livet. Og de fortsetter! Vent. Når du er sint, det er øyeblikket for å meditere. Ikke kast bort dette øyeblikket; sinne skaper slik en kraftig energi i deg... den kan ødelegge. Men energi er nøytral - den samme energien som kan ødelegge, kan bli skapende. Vent. Den samme energien som kan slå i stykker, kan skape liv - bare vent. Ved å vente og ikke gjøre noe forhastet, vil du en dag bli overrasket over å se forandringen inni deg. Du var full av sinne, og det stiger og stiger og når et høydepunkt... og da svinger hjulet. Og du kan se hvordan det svinger, og at sinnet gir seg og energien blir fri og du befinner deg igjen i en positiv stemning - den skapende stemningen. Nå kan du gjøre noe. Vent alltid på det positive øyeblikket.

Og det som jeg sier, er ikke undertrykkelse: Jeg sier ikke at du skal fortrenge det negative. Jeg sier at du skal iaktta det negative. Merk deg forskjellen,

der er kolossal forskjell. Jeg sier ikke at du skal sitte på toppen av det negative, glemme det negative eller gjøre noe imot det - nei, det sier jeg ikke. Jeg sier ikke at du skal smile når du er sint - nei, det smilet er falskt, stygt og kunstig. Ikke smil når du er sint. Da skal du heller låse rommet ditt, ha et speil foran deg og selv se det sinte ansiktet ditt. Det er ikke nødvendig å vise det til noen andre. Det er din sak, det er din energi, det er ditt liv, og du må vente på det riktige øyeblikket. Fortsett å se i speilet - det røde ansiktet, de røde øynene og morderen der.

Har du noen gang tenkt på at alle bærer en morder inne i seg? Du bærer også en morder inne i deg. Tro ikke at morderen finnes noe annet sted - at det kun finnes en morder hvor et mord er begått. Nei, enhver har potensialet i seg til å begå mord. Du bærer mordinstinktet i deg. Bare se i speilet; dette er dine forskjellige klima - du må gjøre deg fortrolig med dem. Dette er en del av veksten mot selverkjennelse.

Du har hørt så mye fra Sokrates tid og frem til i dag: "Kjenn deg selv" - men dette er måten å bli kjent med deg selv på. "Kjenn deg selv" betyr ikke å sitte stille og gjenta: "Jeg er Brahma, jeg er Sjel, jeg er Gud, jeg er Dette" - alt dette er nonsens. "Kjenn deg selv" betyr å bli fortrolig med alle klimaene i deg, alle mulighetene - morderen, synderen, den kriminelle, den hellige i deg, den anstendige, Gud og Djevelen. Bli kjent med alle stemningene, hele spektret av dem, og du vil komme til å oppdage hemmeligheter og nøkler.

Du vil se at sinne ikke kan vare evig - eller kan det det? Du har ikke prøvd det ut. Du kan prøve - det kan ikke vare evig. Hvis du ikke gjør noe, hva vil skje? Kan sinne vare ved i det uendelige? Intet varer evig. Lykken kommer og går, tristheten kommer og går; ser du ikke en ganske enkel lov? - at alt forandrer seg, ingenting forblir det samme. Så hvorfor ha det så travelt? Sinne har kommet - det vil også opphøre. Du må bare vente, ha litt tålmodighet. Bare se i speilet og vent. La sinne få være der, la ansiktet ditt få bli stygt og morderisk - men vent, iaktta.

Ikke undertrykk og heller ikke handle ut fra sinnet, og da vil du snart se at ansiktet begynner å bli mykere, øynene blir roligere, energien forandrer seg - det maskuline omdannes til det feminine, og snart vil du være full av utstråling. Den samme rødfargen som var sinne, er nå en spesiell utstråling - en skjønnhet i ansiktet ditt, i øynene dine. Nå kan du gå ut; tiden til å handle er kommet.

Handle når du er positiv. Ikke fremtving

positivitet, vent til det positive kommer av seg selv. Dette er hemmeligheten. når jeg sier "Lær å omforme giftene dine til honning" er det dette jeg mener. Og for det tredje: Gi av deg selv. Når det er negativt, hold det for deg selv. Når det er positivt, del det med andre. Vanligvis deler folk av sin negativitet; de deler ikke av de positive øyeblikkene. Menneskene er rett og slett dumme. Når de er lykkelige, da deler de ikke, da er det meget gjerrige. Når de er ulykkelige, er de meget, meget rause - da er de alltid beredt til å spandere. Når folk smiler, smiler de svært, svært forsiktig - kun så mye, ikke mer. Men når de ser sinte, er de totalt sinte. Det tredje trinnet er å dele av alt det positive. Det vil få kjærligheten din til å strømme som en elv, til å stige opp fra hjertet ditt. når du gir av deg selv, vil ditt hjerte begynne å bevege seg. Jeg har hørt et svært merkelig utsagn av Jorge Luis Borges. Hør på det:

*Gi alt som er hellig til hundene.
Kast dine perler for svin
For det som betyr noe er å gi.*

Du har hørt det motsatte som sier: Kast det ikke til hundene, kast ikke perler for svin, fordi de vil ikke forstå. Hva det kommer an på er ikke hva du gir - perler, fromhet eller kjærlighet - eller til hvem du gir, det har ikke noe med saken å gjøre.

Gi av deg selv. Når det er negativt, hold det for deg selv. Når det er positivt, del det med andre.

Poenget er at du gir. Når du har det, gi. Gurdjieff pleide å si: "Alt det jeg beholdt, mistet jeg, og alt som jeg gav, er mitt. Alt som jeg gav er fortsatt hos meg, og alt det jeg beholdt, er tapt, forsvunnet". Riktig, du eier kun det som du har delt med andre. Kjærlighet er ikke en eiendom som skal holdes på, det er en utstråling, en duft som må deles. Jo mer du gir, desto mer har du; jo mindre du gir, desto mindre har du. Jo mer du gir, desto mer vil komme opp fra din innerste kjerne - kjærligheten er uendelig; mer og mer vil boble opp. Øs vann fra en brønn, og mer vann kommer strømmende til brønnen. Slutt å ta vann, steng brønnen, bli gjerrig, og kilden blir helt død, blokkert, og vannet som er i brønnen vil dø, vil bli surt og skittent. Kun vann som strømmer er friskt... og kun kjærlighet som strømmer er frisk.

Så det tredje trinnet mot kjærlighet er å dele av det positive, gi av livet ditt, del av alt du har. Alt det skjønnne du har i deg, behold det aldri for deg selv. Del av visdommen din, del av andakten din, kjærligheten din, lykken din, gleden din, del av dem. Ja, dersom du ikke kan finne noen, gi det til hundene - men fremfor alt gi. Gi det til steinene - men gi. Når du



har perler, kast dem - bry deg ikke om de faller hos svin eller hellige, bare kast dem fra deg. For det som betyr noe er å gi. Gjerrighet forgifter hjertet. All gjerrighet er giftig. Når du gir, blir kretsløpet ditt fritt for gifter. Og når du gir, bry det ikke om du får respons på det eller ikke. Vent ikke engang på et takk. Vær den andre takknemlig som gav deg lov til å dele noe med ham. Ikke tvert imot - ikke vent deg dypt i ditt hjerte at han skulle være takknemlig fordi du delte noe med ham. Nei, vær selv takknemlig for at han var villig til å høre på deg, til å imot litt energi fra deg; at han var beredt til å høre på sangen din og at han var beredt til å se din dans. Vær takknemlig for at han ikke avslø da du kom for å dele med ham... han kunne ha avslått.

Å dele er en av de mest spirituelle dyder, en av de største spirituelle dyder. Og det fjerde: vær ingenting. Når du begynner å tro at du er noe, stopper du; da holder kjærligheten opp å strømme. Kjærligheten strømmer bare ut fra den som ingenting er. Kjærligheten holder kun til der hvor intet er. Når du er tom, er kjærligheten der. Når du er full av ego, forsvinner kjærligheten. Kjærlighet og ego kan ikke eksistere sammen. Kjærlighet kan eksistere sammen med Gud, men kan ikke eksistere med egoet, fordi kjærlighet og Gud er det samme. Kjærlighet og ego kan umulig gå sammen. Så vær intet. Ingenting er kilden til alt, ingenting er kilden til det uendelige... ingenting er Gud. Ingenting betyr nirvana. Vær ingenting - og i det du ingenting er, oppnår du alt. Ved å være noe, går du glipp av det, ved å være ingenting, vil du finne hjem.

Osho

*Artikkelen er hentet fra nettstedet:
Møtested for søkende mennesker.
Web: www.holistisk.no*

