

Lausche der Stille

OSHO

INHALT

- 1. Meditation ist die Antwort**
- 2. Die Kunst der Meditation**
- 3. Nimm Abstand**
- 4. Meditation heißt leben**
- 5. Erkenne dich – so wie du bist**
- 6. Mach dir deine Masken bewusst**
- 7. Dieselbe Medaille**
- 8. Das Leben wartet nicht**
- 9. Die Existenz predigt**
- 10. Das Leben ist ein ewiges Weiterfließen**
- 11. Meditation ist Untätigkeit**
- 12. Demut**
- 13. Wortlos existieren**
- 14. Sei als wärest du nicht**
- 15. In der Achtsamkeit gibt es kein Selbst**
- 16. Der Teufelskreis des Begehrens**
- 17. Der Sprung ins Unbekannte**
- 18. Zeuge sein**
- 19. Meditation ist der Dittich**
- 20. Das Leben ist ein Spiel**
- 21. Die Leere in dir**
- 22. Freu dich über deine Unsicherheit**

- 23. Das Leben steht Kopf**
- 24. Geh in dich – forsche**
- 25. Der Verstand klammert**
- 26. Wage den Sprung ins Unbekannte**
- 27. Pfeif auf das Denken**
- 28. Das Dasein selbst**
- 29. Die Existenz ist unendlich**
- 30. Meditiere über dieses Jenseits**
- 31. Alleinsein**
- 32. Aus dem innersten heraus verstehen**
- 33. Nichtdenken ist die Tür**
- 34. Kristallisation durch Achtsamkeit**
- 35. Anspannung und Blockaden**
- 36. Meditiere über den Tod**
- 37. Erheitere dich!**
- 38. Gib dich mit dem zufrieden, wie es ist**
- 39. Gott ist stets hierund jetzt**
- 40. Das was ist**
- 41. Öffne dich**
- 42. Wahnsinn**
- 43. Einsicht – nicht Anstrengung**
- 44. Jenseits von Wissen**
- 45. Ein geschmeidiges Bewusstsein**



**MEDITATION STELLT NIEMALS FRAGEN,
SIE BEANTWORTET SIE ABER**

1 | MEDITATION IST DIE ANTWORT

Der Verstand hat Fragen zu stellen.
Aber nur Fragen.
Er antwortet nie.
Und das kann er auch gar nicht.

Das überfordert ihn.
Dazu ist er nicht da.
Das ist nicht seine Aufgabe.

Doch er versucht zu antworten.
Und das Ergebnis ist der Schlamassel
namens Philosophie!

Meditation stellt niemals Fragen.
Aber sie beantwortet sie.

Sie ist die Antwort.
Denn sie ist *das Leben*.

Denn sie ist die Existenz.
Frage, und es gibt keine Antwort.
Frage nicht, *und du bist die Antwort*.

Aber warum ist das so?
Das ist so, weil das fragende Bewusstsein –
das Denken – verstört ist
und das fraglose Bewusstsein –
das Nichtdenken –
schweigend und still in seinem Sosein ruht.

Philosophie ist die Folge des Fragens.
Und Religion des fraglosen Bewusstseins.

Logik ist die Methode der Philosophie.
Und Meditation die Methode der Religion.

2 | DIE KUNST DER MEDITATION

*Meditation kann nicht unmittelbar gelehrt werden.
Denn sie ist keine mechanische Technik,
sondern eine lebendige Kunst.*

Dogo hatte einen Schüler namens Soshin.
Soshin wartete lange,
bis sein Meister ihn die Kunst der Meditation lehrte.
Er erwartete so etwas wie Schulunterricht.
Doch es gab keine speziellen Lektionen;
und dies verwirrte und enttäuschte den Schüler.

Eines Tages sagte er zum Meister:
„Es ist lange her, dass ich herkam, aber es ist noch
kein Wort über Wesen der Meditation gefallen.“

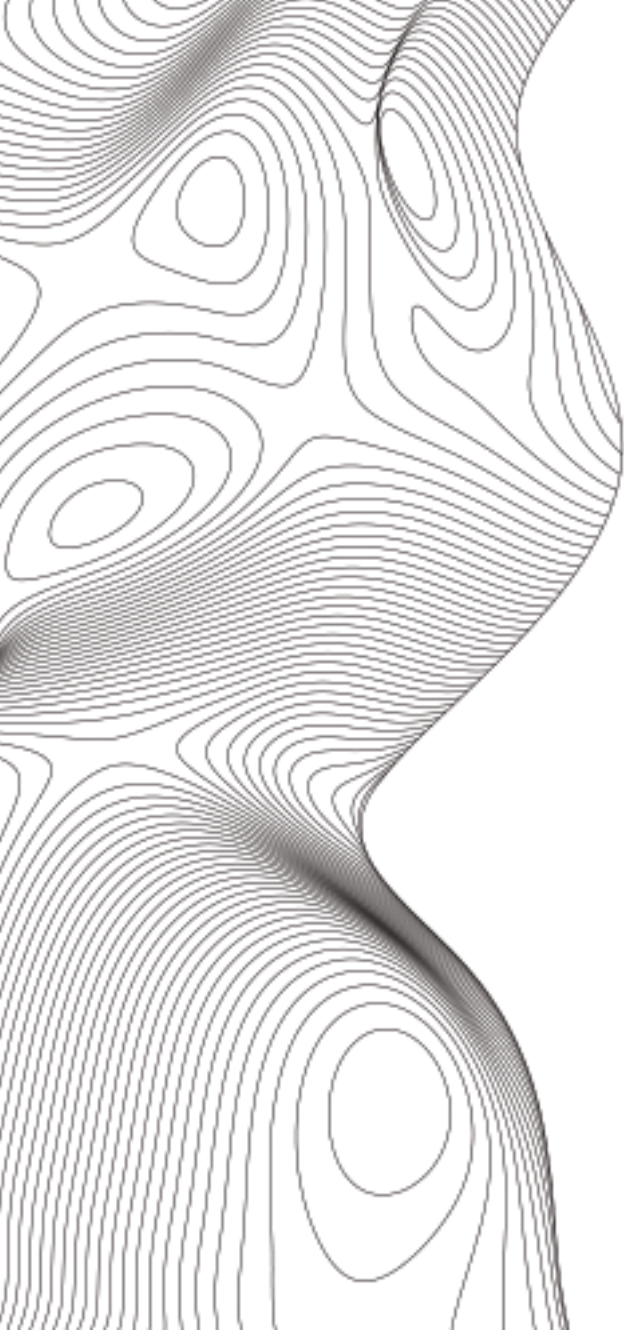
Dogo lachte darüber herzlich und sagte:
„Was redest du da, mein Junge? Ich mache nichts anderes,
als dich in die Materie einzuweihen!“

Das verwirrte den armen Schüler erst recht,
und für eine Weile fiel ihm dazu nichts mehr ein.
Bis er eines Tages den Mut fand nachzuhaken:
„Was genau hast du mir denn beigebracht, Herr?“

Dogo sagte: „Wenn du mir morgens eine Tasse Tee bringst,
nehme ich sie an; wenn du mir eine Mahlzeit zubereitest,
danke ich dir, und wenn du dich vor mir verbeugst,
nicke ich dir zu. Wie sonst stellst du dir den Meditations-
unterricht vor?“

Soshin ließ den Kopf hängen und musste
über die rätselhaften Worte des Meisters nachgrübeln.

Doch der Meister fügte hinzu:
„Wenn du's erkennen willst, sieh sofort hin.
Denn wenn du erst anfängst zu grübeln,
verstehst du alles nur falsch.“



3 |

NIMM ABSTAND

Sieh her: Dies ist ein Stück weißes Papier –
darauf ist eine Zeichnung.

Du kannst es als ein Stück Papier oder
als eine Zeichnung betrachten.

Oder: Lausche der Stille, die eine Sonate enthält –
du kannst auf die Stille oder die Sonate achten.

Oder stell dir das Innere eines Gebäudes vor –
du kannst das Innere oder das Gebäude wahrnehmen.

Oder stell dir ein leeres Haus vor –
du kannst auf die Mauern oder die Leere achten.

Wenn du auf die Zeichnung,
das Gebäude, die Sonate und die Mauern achtest,
bist du im Verstand – aber wenn du auf das weiße Papier
oder die Stille oder den Innenraum oder die Leere achtest,
bist du in Meditation.