

Leseprobe aus: **MorgenMeditationen** von Osho.

Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung des Verlages. Alle Rechte vorbehalten.

---



Hier geht's zum Buch

[>> MorgenMeditationen](#)

Die Texte für dieses Buch sind ausgesuchte Transkripte aus verschiedenen Diskurs-Serien, die Osho vor einer internationalen Zuhörerschaft gehalten hat. Alle Osho Diskurse sind als Originale publiziert worden und als Original-Audios erhältlich. Audios und das vollständige Text-Archiv finden sie unter der online- Bibliothek „Osho Library“ bei [www.osho.com](http://www.osho.com)



Titel der Originalausgabe:

A Must for Morning Contemplation

Überarbeitete Neuauflage 2020

Übersetzung: Kalpa Riechwald

Umschlaggestaltung: Silke Bunda Watermeier, [www.watermeier.net](http://www.watermeier.net)

Foto Umschlag © Hector Guerra Hernandez. Fotografía

Copyright © 1996 Osho International Foundation, Schweiz, [www.osho.com](http://www.osho.com)

Copyright © 2009 Innenwelt Verlag GmbH, Köln

[www.innenwelt-verlag.de](http://www.innenwelt-verlag.de)

Alle Rechte vorbehalten

OSHO® ist eine registrierte Handelsmarke der Osho International Foundation, Schweiz,

lizensiert durch diese. [www.osho.com/trademarks](http://www.osho.com/trademarks)

Druck: CPI books, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-947508-44-0

# Morgen Meditationen

Texte zum Tagesbeginn

# OSHO

# *Inhalt*

|          |  |     |
|----------|--|-----|
| Monat 1  | Der Mensch ist ein Same von großem Potenzial         | 7   |
| Monat 2  | Das Königreich ist innen                             | 39  |
| Monat 3  | Die Liebe ist ein Vogel. Er liebt seine Freiheit     | 71  |
| Monat 4  | Dein Leben ist ein Geschenk                          | 103 |
| Monat 5  | Öffne deine Türen und Fenster                        | 135 |
| Monat 6  | Allein sind wir frei                                 | 167 |
| Monat 7  | Lebe gefährlich                                      | 199 |
| Monat 8  | Im Innern des Menschen sind Meere der Glückseligkeit | 231 |
| Monat 9  | Das Leben ist ein Bett aus Rosen                     | 263 |
| Monat 10 | In Stille sitzen, nichts tun, der Frühling kommt     | 295 |
| Monat 11 | Das Heute ist noch zu haben                          | 327 |
| Monat 12 | Liebe braucht Wurzeln in der Erde                    | 359 |

1.

DER MENSCH  
IST EIN SAME  
VON GROSSEM  
POTENZIAL

## 1.Tag

Der Mensch ist nicht dazu bestimmt,  
auf der Erde herumzukurabbeln  
und zu kriechen.  
Er hat die Fähigkeit  
zum Höchsten aufzusteigen.

## 2.Tag

Jedes Zeitalter braucht eine neue Art von Spiritualität,  
denn jedes Zeitalter unterscheidet sich von allen anderen.  
Deshalb kommen immer wieder Boten.  
Ein Bote ist nichts anderes als jemand,  
der seinen Zeitgenossen die ewige Wahrheit übersetzt.  
Abraham ist einer dieser Botschafter Gottes.  
Es ist gut, mit Abraham in Verbindung zu sein,  
aber behaltet in Erinnerung,  
dass auch Abraham eine Wiedergeburt braucht.

### 3.Tag

Der moderne Mensch ist der erste Mensch in der gesamten Menschheitsgeschichte, der keinen Begriff vom Heiligen hat, der ein durch und durch weltliches Leben führt. Er interessiert sich für Geld, Macht, Prestige. Und das, glaubt er, ist alles. Das ist solch eine dumme Haltung. Sein Leben ist umgeben von kleinen Dingen, sehr kleinen. Er hat keine Vorstellung von etwas, das größer ist als er selbst.

Gott hat er verleugnet – er hat ihn für tot erklärt. Das Leben nach dem Tod hat er verleugnet, das Leben in seinem Innern hat er verleugnet. Er glaubt nur daran, das Innere zu verleugnen, deshalb sehen wir überall um uns herum solche Langeweile. Das ist natürlich, denn wenn du dich nicht auf etwas, das größer ist als du, beziehen kannst, wird dein Leben mühsam, langweilig. Das Leben wird nur dann zum Tanz, wenn es ein Abenteuer ist. Und es kann nur zum Abenteuer werden, wenn es etwas zu erlangen, etwas zu verwirklichen gibt, das größer ist als du.

Der Same muss zum Spross werden, der Spross muss zum Baum werden, der Baum muss auf den Frühling warten und in Tausende von Blüten explodieren und seine Seele in den Kosmos verströmen. Nur so gibt es Erfüllung. Und das Heilige ist nicht weit entfernt; wir müssen nur anfangen, danach zu forschen.

Am Anfang tasten wir natürlich im Dunkeln herum; aber bald beginnen wir, uns darauf einzustimmen, bald beginnen wir, Blicke vom Jenseitigen zu erhaschen, eine bisher noch nie gehörte Musik fängt an, unser Herz zu berühren; sie bringt unser Wesen zum Schwingen, sie gibt uns eine neue Farbe, eine neue Freude, ein neues Leben.

### 4.Tag

Wir sind keine Fremden, keine Außenseiter. Wir sind Teil der Existenz. Dies ist unser Zuhause. Wir sind nicht zufällig hier, wir sind hier, weil wir gebraucht werden. Wir sind hier, weil Gott uns einfach hier haben wollte. Es ist sein Wille.

Darum braucht sich niemand entfremdet zu fühlen. Das ist eines der grundlegendsten Probleme, dem sich die Menschheit heutzutage gegenübergestellt sieht. Überall auf der Welt fragen intelligente Menschen sich besorgt, bekümmert, verstört: Warum sind wir hier? Für die Naturwissenschaft ist es ein Zufall. Und wenn wir zufällig hier sind, sind wir nutzlos. Dann macht es keinerlei Unterschied, ob wir hier sind oder nicht. Deshalb herrscht auf der ganzen Welt ein Klima von Bedeutungslosigkeit. Gott bedeutet ganz einfach nichts anderes als „Bedeutung“. Das Leben ist bedeutungsvoll – das ist die ganze Bedeutung von Gott. Für mich ist „Gott“ keine Person. Es ist die Bedeutsamkeit der Existenz. Es ist keine Person, vielmehr eine Präsenz. Das einzige, was nötig ist, ist, dass du eine Leere in dir schaffst – und nicht, dass du Gott suchst. In dem Augenblick, in dem du leer bist, dringt etwas vom Jenseitigen in dich ein, füllt deine Leere. Du beginnst, mit etwas völlig Neuem überzufließen, das du niemals vorher gekostet, nie vorher gekannt hast.

Es ist ein solcher Segen, eine solche Gnade. Es ist eine solche Ekstase, dass du von diesem Moment an weißt, dass es keine Geburt gibt und keinen Tod, dass auch du ewig bist. Von dem Moment an weißt du, dass du Teil einer ungeheuren Energie bist, die Göttlichkeit heißt. Göttlichkeit ist wie eine ozeanische Energie, wir sind nur Wellen darin.

## 5.Tag

Wir haben nichts verloren.  
Gott ist nicht verloren gegangen  
und braucht deshalb auch nicht wieder gefunden zu werden.  
Wir haben nur vergessen,  
es ist nur eine Frage des Sich-Erinnerns.  
Es ist da, im tiefsten Kern unseres Seins.  
Nenne es Wahrheit, Gott, Segen, Schönheit,  
das alles weist auf das gleiche Phänomen hin:  
In uns ist etwas Ewiges, etwas Unsterbliches, etwas Göttliches.  
Das Einzige, was wir tun müssen, ist tief hineingehen,  
tief eintauchen in unser eigenes Sein  
und sehen, wahrnehmen, erkennen.  
Deshalb ist die Reise nicht wirklich eine Reise.  
Wir brauchen nirgendwo hinzugehen,  
wir brauchen nur still zu sitzen und sein.

## 6.Tag

In dem Moment, in dem du leer bist von dir selbst, bist du voll von Gott. Beide können nicht zusammen existieren, merk dir das. Ruf es dir immer wieder ins Gedächtnis zurück: beide können nicht zusammen existieren, es ist entweder du oder Gott. Und es ist der törichte Mensch, der sich selber wählt. Wähle Gott, verschwinde als Ego. Vergiss die Idee, dass du ein von der Existenz getrenntes Wesen bist, und in diesem Verschwinden wirst du wiedergeboren. Es ist ein sehr paradoxer Zustand: In dem Moment, in dem du leer bist von dir selbst, wirst du voll, wirst du zum ersten Mal voll, überfließend voll, unerschöpflich voll.

Und das Ego ist nur ein Schatten, es hat keine Substanz. Es ist nur ein Traum, keine Realität. Lass den Schatten fallen, sodass du zur Substanz gelangst. Lass das Falsche fallen, sodass du zum Echten gelangst. Ich lehre hier nur eins, und das ist, wie du leer werden kannst von dir selbst, sodass du voll werden kannst von Gott. Und diese Fülle ist Erfüllung.

## 7.Tag

Man hat uns beigebracht, Feinde der Existenz zu sein, man hat uns lebensverneinende Ideologien beigebracht, und das ist so lange Zeit geschehen, dass es uns in Fleisch und Blut übergegangen ist. Wir lieben das Leben nicht, wir hassen es. Und die sogenannten Religionen haben den Leuten beigebracht, dass das Leben eine Strafe ist, dass du für die Erbsünde bestraft wirst.

Das Leben ist keine Bestrafung, sondern eine Belohnung, es ist ein Geschenk. Nimm es total an. Wenn du anfängst, dich mit dem Leben anzufreunden, wirst du überrascht sein, wie schön es ist, wie poetisch es ist, wie voller Musik es ist. Wenn die Idee der Verneinung völlig verschwunden ist und sich etwas Positives in dir niedergelassen hat, dann öffnet sich eine geheime Tür; das Leben beginnt, dir seine Geheimnisse zu offenbaren.

Diese Geheimnisse können nur vor Freunden offenbart werden, sie können nicht jedermann offenbart werden, sie können nicht der Öffentlichkeit zugänglich gemacht werden. Nur wenn du eine tiefe, intime Beziehung zum Leben hast, offenbart dir das Leben sein Herz. In dieser Offenbarung wird man der Wahrheit gewahr, wird man der Liebe gewahr, wird man des Segens gewahr, wird man Gottes gewahr.

Man muss nicht nach einer anderen Art von Leben suchen, man muss tief in dieses Leben eindringen, und man wird das andere Leben verborgen in diesem Leben finden. Das andere Ufer ist an diesem Ufer versteckt, die andere Welt ist in dieser Welt versteckt. Wir müssen nicht davon weggehen, wir müssen tiefer hineingehen.

## 8.Tag

Der Mensch muss absolut leer sein,  
nur dann hat Gott Raum,  
sich in ihm niederzulassen.  
Und wir sind so voller Schrott, voller Müll;  
sogar wenn Gott hereinkommen will,  
findet er in uns keinen Platz.  
Unsere Tasse ist voll.  
Nicht einmal einen Tropfen mehr kann sie aufnehmen.  
Wir müssen die Tasse völlig ausleeren.  
In dem Moment, in dem du absolut leer bist  
und du nichts mehr in dir erblickst,  
wird plötzlich alles zu Licht.  
Plötzlich öffnen sich Tausende von Blüten in deinem Sein.  
Du bist voller Duft und Musik,  
einer nie zuvor gehörten Musik,  
einem überirdischen Duft.  
Und mit dieser Erfahrung wirst du befreit,  
vom Leben befreit, vom Tode befreit,  
von der Zeit an sich befreit.  
Du wirst Teil des ewigen Fließens der Existenz.  
Aber man muss vollkommen verschwinden,  
damit Gott sein kann.

## 9. Tag

Bevor man sich nicht selbst entdeckt,  
bleibt man nur ein Mittel.

Sobald man sich selber entdeckt hat,  
hat man das Ziel gefunden.

Das Äußerliche deines Seins sind die Mittel:  
der Körper, der Verstand, das Herz.

Benutze sie alle,  
um ins Tiefinnerste einzudringen,  
dein Zentrum zu erreichen – das ist das Ziel.

Indem man das findet,

findet man alles, was man finden muss.

Indem man das erkennt, hat man alles erkannt.

Indem man das erreicht, hat man Gott erreicht.

## 10. Tag

Das Leben ist immer neu, der Verstand ist immer alt. Das Leben ist niemals alt, der Verstand ist niemals neu. Deshalb treffen sie sich nie, sie können sich nicht treffen. Der Verstand geht rückwärts, das Leben geht vorwärts.

Deshalb begehen diejenigen, die versuchen, das Leben nach dem Verstand zu leben, eine so große Dummheit, dass sie an dem Tag, an dem sie erkennen, was sie sich selber angetan haben, es nicht fassen können, dass sie so dumm, so lächerlich, so absurd sein konnten.

Das Leben kann nur in einem Zustand von Nicht-Verstand erkannt werden. Das ist es, was Meditation bedeutet: den Verstand beiseite lassen, ohne Gedanken sein, einfach sein, still – nicht ein einziges Wort bewegt sich im Verstand, kein Verkehr, alles ist leer, ruhig, still. Dann bist du plötzlich mit dem Leben in Kontakt, dann kennst du seine ungeheure Frische, seine befreiende Frische. Das ist Gott, das ist *Nirvana*. Das Leben in seiner Totalität zu leben, das Leben in seiner absoluten Frische zu kennen, bedeutet selig zu sein, in Frieden zu sein.

## 11. Tag

Der Diamant ist im Inneren und wir sind im Äußeren. Er ist Teil unseres Seins, aber wir suchen ihn überall, außer dort; daher das Leiden, daher die Frustration, daher die Verzweiflung.

Schau nach innen, schau in dich hinein und das Königreich Gottes ist dein. Wir haben es nie verloren, nicht einmal für einen einzigen Augenblick. Tatsächlich können wir es gar nicht verlieren, sogar wenn wir wollten, es ist unser Sein an sich. Aber aufgrund unserer eigenen Entscheidung sind wir Bettler geworden, aufgrund unserer eigenen Dummheit. Wir haben vergessen, wie man die Sprache unserer inneren Schriften liest, und suchen in den Veden, im Koran und in der Bibel ... Wir werden große Schriftgelehrte, aber nicht reich, wir bleiben so arm wie immer. Reichtum entsteht nur auf eine einzige Art und Weise: indem man nach innen geht. Denn dort ist die Goldmine, der Schatz, der uner-schöpfliche Schatz.

Gehe nach innen, stimme dich auf dein Inneres ein und dann entsteht große Freude – unaufhörlich. Erst dann ist das Leben bedeutsam, niemals vorher. Erst dann ist das Leben wirklich Leben, niemals vorher.

## 12. Tag

Bereite den Weg, sodass Gott hereinkommen kann, sei bereit, die Sonne, das Licht zu empfangen. Und das einzige, was du dazu brauchst, ist, immer wachsender zu werden, immer weniger im Verstand zu sein, immer mehr außerhalb des Verstandes zu sein, indem du ihn beobachtest, ohne dich hineinziehen zu lassen.

Werde zum Abstand haltenden Zuschauer. Das genau ist die Bedeutung des Wortes „Ekstase“ – außerhalb stehen. Lerne, außerhalb des Verstandes zu stehen, dann hast du alles gelernt, was es zu lernen gibt. Alle Religionen lehren auf verschiedene Art, in verschiedenen Sprachen nur ein Geheimnis: wie man außerhalb seines Verstandes steht. Und der Tag, an dem dir das gelingt, ist der größte Tag deines Lebens. An dem Tag wirst du wiedergeboren.

An dem Tag bist du nicht mehr ein Teil der physischen Welt, sondern du wirst ein Teil Gottes.