

OSHO

**primul lucru,
dimineață**

**365 de momente înălțătoare
pentru a începe ziua
în mod conștient**

Traducere din limba engleză de
ALEXANDRU BUMBAŞ

First in the Morning. 365 Uplifting Moments to Start the Day Consciously

Editor/Compiler: Osho International Foundation

Copyright © 1991, 2015 OSHO International Foundation, Elveția

www.oshو.com/copyrights

2019 Grup Media Litera

Toate drepturile rezervate

Materialul de față este selectat din diverse prelegeri ale lui Osho
ținute în față unei audiențe. Toate prelegerile lui Osho au fost publicate în întregime
sub formă de cărți și sunt de asemenea disponibile sub formă de înregistrări audio
originale. Înregistrările audio și arhiva completă a conferințelor sale pot fi găsite în
cadrul bibliotecii online OSHO,
pe www.oshو.com/library

Publicată inițial sub titlul *A Must for Morning Contemplation*, ediție revăzută.

OSHO®

OSHO® este marcă înregistrată a OSHO International Foundation,

www.oshو.com/trademarks.

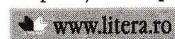
INTROSPETCIV®

Introspectiv este parte a Grupului Editorial Litera

O.P. 53; C.P. 212, sector 4, București, România

tel. 021 319 6390; 031 425 1619; 0752 548 372

Ne puteți vizita pe



Primul lucru, dimineața

365 de momente înălțătoare pentru a începe ziua în mod conștient

Editor/Compiler: Osho International Foundation

Copyright © 2019 Grup Media Litera

pentru versiunea în limba română

Toate drepturile rezervate

Editor: Vidrașcu și fiii

Redactor: Carmen Ștefania Neacșu

Corector: Sabrina Florescu

Copertă: Flori Zahiu

Tehnoredactare: Ana Vârtosu

Prepress: Mihai Suciu

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
OSHO

Primul lucru, dimineața. 365 de momente înălțătoare
pentru a începe ziua în mod conștient/ Osho; trad.:
Alexandru Bumbaș/Graal Soft – București: Litera, 2019

ISBN 978-606-33-3663-8

I. Bumbaș, Alexandru/Graal Soft (trad.)

294.5

Cuprins

Introducere	7
De la ZIUA 1 la ZIUA 365	11
Pentru informații suplimentare	283
Despre Osho	284
Despre Stațiunea de Meditație Osho	286

ZIUA 1

Omul nu este menit să se târască pe pământ. El are capacitatea de a zbura către absolut.

ZIUA 2

Orice epocă are nevoie de o nouă spiritualitate, căci orice epocă este diferită de cea anterioară ei; prin urmare, mesagerii continuă să sosească. Un mesager nu este altceva decât un om care traduce adevărul etern pentru omul contemporan.

ZIUA 3

Omul modern este primul om din istorie care nu are idee ce înseamnă sacrul, și care trăiește o viață foarte lumească. Îl interesează doar banii, puterea, prestigiul și crede că nu există nimic altceva. Aceasta este o idee foarte prostească.

Viața lui este înconjurate de lucruri mărunte, foarte mărunte. Nu are habar despre nimic care să fie mai mare decât el însuși. Omul modern l-a negat pe Dumnezeu, a spus că Dumnezeu este mort. A negat viața de după moarte, a negat viața din el însuși. Nu crede în altceva decât în negarea centrului. Crede doar în ceea ce este superficial; crede în circumferință, dar neagă centrul, prin urmare nu vedem decât plictis în jurul nostru. Este natural să fie așa, pentru că în absența a ceva mai mare decât tine, la care să te poți raporta, viața tinde să

devină monotonă și plăcătă. Viața devine un dans numai atunci când este o aventură. Și nu poate deveni o aventură decât atunci când există ceva mai înalt decât tine spre care să tinzi.

Sacralitatea înseamnă pur și simplu că nu suntem sfârșitul, că suntem doar un culoar de trecere; că nu s-a întâmplat încă totul, că multe mai au să se întâpte. Sămânța trebuie să încolească și să devină copac. Acel copac trebuie să aștepte primăvara și să înflorească în mii de flori, eliberându-și sufletul în cosmos. Numai atunci va exista împlinire. Iar sacralitatea nu este departe; trebuie doar să începem să o căutăm. La început, desigur, bâjbâim prin întuneric, dar curând lucrurile vor începe să iasă la iveală. Vom începe să vedem frânturi de dincolo, o muzică nemaiauzită va pătrunde în inimile noastre; ne va stârni ființa, ne va dărui o culoare nouă, o bucurie nouă, o viață nouă.

ZIUA 4

Nu suntem străini, nu suntem veniți din afara existenței. Suntem parte din existență. Aceasta este casa noastră. Nu suntem aici din greșelă; suntem aici pentru că este nevoie de noi. Suntem aici pentru că existența a vrut ca noi să fim aici de la bun început. Este viața existenței. Prin urmare, nimeni nu trebuie să se simtă înstrăinat. Aceasta este una dintre cele mai mari probleme cu care se confruntă umanitatea astăzi. Peste tot în lume, oamenii inteligenți sunt foarte îngrijorați, tulburăți, anxioși și se tot întrebă de ce suntem aici.

Conform științei, pare un accident că ne aflăm aici, iar dacă suntem accidental, atunci suntem inutili; prin urmare, nu e nici o diferență dacă suntem sau nu suntem. Dacă nu e nici o diferență, atunci viațile noastre își pierd sensul; prin urmare, în lume domnește o atmosferă a lipsiei de sens. Totul a început în urmă cu 100 de ani, în momentul în care Nietzsche a declarat că Dumnezeu e mort. El a devenit purtătorul de cuvânt al întregii contemporaneități.

Dacă Dumnezeu este mort, atunci viața este lipsită de sens, căci Dumnezeu este singura posibilitate care face ca sensul să existe, ca semnificația să existe. Dumnezeu nu înseamnă altceva decât sens. Viața este plină de sens – asta înseamnă Dumnezeu.

ZIUA 5

Nu am pierdut nimic. Dumnezeu nu este pierdut, prin urmare nu trebuie găsit. Nu am făcut decât să uită; este doar o chestiune de aducere aminte. E acolo, în esența ființei noastre. Spune-i adevăr, Dumnezeu, extaz, frumusețe: toate aceste lucruri indică același fenomen. Este ceva etern în ființele noastre, ceva fără de moarte, ceva divin.

Nu trebuie decât să pătrundem, să ajungem în adâncul ființei noastre, și să vedem, să realizăm, să recunoaștem. Prin urmare, călătoria nu este chiar o călătorie. Nu trebuie să mergem nicăieri; nu trebuie decât să ne aşezăm în tacere și să fim.

ZIUA 6

În momentul în care te golești de tine, te umpli de Dumnezeu. Ține minte că nu pot coexista. Adu-ți aminte, iar și iar: cei doi nu pot coexista. Fie există tu, fie există Dumnezeu. Iar cel care se alege pe sine e un nechibzuit. Alege-l pe Dumnezeu: dispari ca ego. Uită de tine ca entitate separată de existență, și tocmai în acea disparație vei fi renăscut.

Este o stare paradoxală: în momentul în care te golești de tine devii plin, și plin pentru prima dată, debordând, inepuizabil de plin.

Egoul este doar o umbră, nu are substanță. Este un vis, nu o realitate. Renunță la umbră ca să poți ajunge la substanță. Renunță la ceea ce este fals pentru a putea ajunge la ceea ce este real. Eu nu te învăț decât cum să te golești de tine, pentru a fi plin de Dumnezeu. Iar plinătatea este împlinire.

ZIUA 7

Am fost învățați să fim dușmanii existenței, ni s-au predat ideologii care neagă viața, și s-a procedat astfel de atâta vreme, încât ne-a intrat în sânge, în oase, în măduvă. Nu iubim viața, o urâm, iar aşa-zisele religii i-au învățat pe oameni că viața este o pedeapsă, că suntem pedepsiți pentru păcatul originar.

Viața nu este o pedeapsă, este o recompensă, un cadou. Fii prietenul ei. În momentul în care începi să te împrietenești cu viața, vei fi surprins să află cât este de

frumoasă, cât este de poetică, de muzicală. Odată ce-ți dispără ideea de negare, iar în interiorul tău se statornicește ceva pozitiv, se deschide o poartă secretă, iar viața începe să îți reveleze misterele. Acele mistere nu pot fi revelate decât prietenilor; nu pot fi revelate oricui, nu pot fi făcute publice. Numai când ești într-o relație profundă și intimă cu viața, aceasta își deschide inima pentru tine. În acea deschidere află ce este adevărul, ce este iubirea, ce este extazul, ce este existența.

ZIUA 8

Omul trebuie să fie complet gol, numai atunci se creează suficient spațiu pentru ca Dumnezeu să coboare în el. Suntem atât de plini de gunoi și de mizerie, încât chiar dacă Dumnezeu ar vrea să pătrundă, nu ar găsi loc. Ceștile noastre sunt pline. Nu mai e loc nici măcar pentru o picătură. Trebuie să golim complet ceașca. În astă constă procesul sannyasului: să te golești de tine însuți, să te golești de gânduri, de dorințe, de amintiri, de speranțe, de așteptări – e un proces de golire.

În momentul în care ești absolut gol și nu mai vezi nimic în tine, brusc totul devine lumină. Brusc, mii de flori se deschid în ființa ta. Devii plin de parfum și de muzică, o muzică ce nu s-a mai auzit, un parfum ce nu vine de pe pământ. Și ești eliberat în acea experiență, ești eliberat de viață, de moarte, de timp. Devii parte din curgerea eternă a existenței.

ZIUA 9

Câtă vreme nu te descoperi pe tine, nu rămâi decât un mijloc. În momentul în care te descoperi pe tine însuți, și-ai găsit scopul.

Circumferința ființei tale reprezintă mijlocul: corpul, mintea, inima. Folosește-te de ele pentru a ajunge în centrul tău – acela este scopul. După ce îl găsești, vei fi găsit tot ceea ce era de găsit. Cunoscându-l, vei fi cunoscut totul. Atingându-l, vei fi atins dumnezeirea.

ZIUA 10

Viața este tot timpul nouă, mintea este tot timpul învechită. Viața nu este niciodată veche, mintea nu este niciodată nouă. Prin urmare, ele nu se întâlnesc niciodată, nu se pot întâlni. Mintea se mișcă înapoi, viața se mișcă înainte. Așadar, care încearcă să trăiască viața prin minte nu fac decât lucruri atât de prostești, încât, în ziua în care își vor da seama ce și-au făcut lor înșile, nu le va veni să credă că au fost capabili de atâtă nesăbuință, de atât ridicol și absurd.

Viața nu poate fi cunoscută decât printr-o stare de non-minte. Asta înseamnă meditație: să lași mintea deoparte, să fii fără gânduri. Să fii pur și simplu tăcut – nici măcar un cuvânt nu îți mai trece prin minte, nu mai e trafic, e doar liniște, gol, tăcere. Apoi ești brusc în contact cu viața și îi cunoști minunata prospețime, prospețimea cea eliberatoare. Asta este dumnezeirea, asta este nirvana. Să trăiești viața în totalitatea ei, să

Primul lucru, dimineață

cunoști viața în prospețimea ei absolută înseamnă să fii extatic, să fii în pace.

ZIUA 11

Diamantul se află înăuntrul nostru, iar noi trăim în afară. Este parte din ființa noastră, dar noi îl căutăm peste tot, mai puțin înăuntrul nostru: de aici și nefericirea, frustrarea, disperarea.

Privește în interior, în tine, iar împărăția lui Dumnezeu va fi a ta. Nu am pierdut-o nici măcar pentru o clipă. De fapt, chiar dacă am vrea să o pierdem, nu am avea cum, este însăși ființa noastră. Dar am devenit căreștori din propria noastră decizie, din propria nesocotință. Am uitat cum să citim limbajul scripturii noastre interioare, și căutăm în Vede, în Coran, în Biblie... Vom deveni mari învățăți, dar nu vom fi bogăți; vom rămâne la fel de săraci. Bogăția nu vine decât într-un singur mod, și anume pătrunzând în noi înșine; acolo se află mina de aur, comoara, inepuizabilă comoară.

Întoarce-te spre tine, și vei găsi atunci o imensă bucurie – una fără de sfârșit. Numai atunci viață capătă sens, niciodată înainte. Viața este viață doar atunci, nu înainte.

ZIUA 12

Pregătește calea pentru ca existența să vină la tine; fii pregătit să primești soarele, lumina. Singurul lucru de care e nevoie este să devii din ce în ce mai conștient, să

fii din ce în ce mai puțin în minte și din ce în ce mai mult în afara ei, să o privești, să nu te implici în ea. Fii un observator detașat. Exact asta înseamnă extaz – să rămâi în exterior.

Învață să rămâi în exteriorul minții și vei fi învățat tot ce este de învățat. Toate religiile, în moduri diferite, în limbaje diferite, te învață un singur secret: cum să stai în exteriorul minții. Iar ziua în care reușești va fi cea mai mare zi din viața ta. În acea zi ai renăscut. În acea zi nu mai ești parte din lumea fizică, devii parte din existență.

ZIUA 13

Dacă vom putea vedea frumusețea, dacă vom putea simți bucuria, dansul stelelor, al copacilor, al vântului și al ploii, nu vom mai pune întrebări precum: „Ce este Dumnezeu?“, „Unde este Dumnezeu?“ ori „Există sau nu Dumnezeu?“ Vom ști că această frumusețe este Dumnezeu, că această splendoare este Dumnezeu, că acest dans, această celebrare este Dumnezeu.

Prin abordarea mea, încerc să te fac mai sensibil față de frumusețile naturii, ale vieții, ale existenței, căci acesta este singurul mod valid prin care să devii conștient de Dumnezeu. Nu există altă cale. Nu a existat și nici nu va exista.

ZIUA 14

Cel mai important lucru pe care trebuie să îl amintești în viață este acela că Dumnezeu ne iubește, că nu ne-a

uitat, că nu este indiferent față de noi, că este tot timpul preocupat de noi și că îi pasă.

Cu cât pătrunde mai adânc în inima ta această idee, cu atât mai bine, fiindcă atunci când începi să te simți din ce în ce mai iubit de Dumnezeu, vei deveni capabil să îi iubești pe ceilalți. Așa devenim capabili să iubim: dacă suntem iubiți, putem iubi; dacă nu suntem iubiți, nu știm cum să iubim, nu știm ce este iubirea.

În lumea de astăzi, iubirea dispare pentru că Dumnezeu a dispărut. Cerul este gol. Cândva era plin de iubire. Secole de-a rândul, oamenii s-au rugat privind către cer. Erau plini de speranță, simțeau cum iubirea se revărsa asupra lor. Iubirea îi mișca, îi transforma. Și atunci erau capabili să îi iubească pe ceilalți, căci atunci când ai în suflet iubire, o poți oferi și celorlalți. Dacă nu o ai, cum ai putea s-o oferi? Iar singura sursă de la care o poți obține o reprezintă Dumnezeu, căci el este singura sursă inepuizabilă.

ZIUA 15

Invitatul este tot timpul pregătit să intre, dar gazda nu este acasă. E în altă parte, visează, dorește... Nu e niciodată acasă, nu e niciodată aici și acum – este fie în trecut, fie în viitor.

Nu există decât două căi ce te duc spre rătăcire: cea care duce spre ceea ce e deja trecut și cea care duce spre ceea ce încă nu s-a întâmplat. Trecutul și viitorul sunt cele două modalități prin care să fugi de prezent. Iar Dumnezeu nu cunoaște decât un singur timp. El nu știe

nici de trecut, nici de viitor: prezentul este singurul timp pe care îl cunoaște – iar noi nu suntem niciodată în prezent. Gazda tot bate la ușă și nu îl găsește pe Dumnezeu, căci bate la ușa trecutului și a viitorului. Iar Dumnezeu bate și el la ușă, dar nu găsește gazda, căci bate la ușa prezentului, iar gazda nu e niciodată în prezent.

ZIUA 16

Predă-te complet existenței: nu mai luptă, nu mai fi în conflict, nu-ți mai face țeluri pe cont propriu. Lasă întregul să te posede, lasă-l să te ghideze. Apoi oriunde te va duce va fi bine, și orice va face din tine va fi bine.

Omul singur nu poate face nimic bun, va face numai greșeli. Ceea ce este corect nu se întâmplă decât atunci când omul permite existenței să funcționeze prin el.

Așa că dă-i voie existenței să funcționeze prin tine. Ai incredere. Dacă acest univers își desfășoară cursul atât de frumos, de ce să nu îi dai voie să aibă grija de tine? De ce să fii îngrijorat și anxios cu privire la tine însuți? Tuiele de trandafiri, păsările, animalele, ele nu își fac griji. Numai mintea omului creează toate aceste griji – iar motivul este simplu, mintea crede că omul este separat de univers. În mod normal, dacă ești separat, atunci toate grijile îți aparțin; dacă nu ești separat, întregul va avea grija de tine.

ZIUA 17

Când ești una cu întregul, consecința este extazul. Acesta este un produs secundar; o recompensă, una

Primul lucru, dimineață

înEVITABILĂ. Persoana care s-a predat întregului se întâlnește cu un extaz imens. Nu cunoaște altceva, nu cunoaște un alt gust decât gustul extazului.

Sannyas trebuie să devină începutul abandonării de sine. La început, desigur, te abandonezi foarte ezitant, calculat, puțin câte puțin. Privești ce se întâmplă, întrebându-te: oare dacă mă abandonez prea mult, ce se va întâmpla? Dar pe măsură ce te abandonezi, începi să deschizi noi ferestre către cerul înstelat, și mai devreme sau mai târziu vei reuși să te abandonezi cu totul. În momentul în care te-ai abandonat cu totul, ai obținut totul. Este un paradox; în momentul în care pierzi totul în favoarea existenței, câștigi tot ce îți-ai dorit vreodată să câștigi. Dar aceasta victorie nu vine prin luptă, ci prin iubire, prin incredere.

ZIUA 18

Caută dumnezeirea prin frumusețe, prin frumusețea fiecărui lucru. Fă din asta căutarea ta. Slăvește frumusețea, desfată-te cu frumusețea. Când slăvești frumusețea și te bucuri de ea, începi să devii frumos. Adevarul și binele vor urma. Dacă poți dobândi una din trei, celealte două vor veni de la sine.

ZIUA 19

Ori de câte ori ai timp, în orice clipă, relaxează-te și pătrunde înăuntrul tău. Uită de lumea întreagă pentru un moment, ca și cum aceasta nu ar exista. A gândi că