

OSHO

PENTRU

FIECARE ZI

365

DE MEDITAȚII

PENTRU AICI ȘI ACUM

Traducere din limba engleză de
CARMEN ȘTEFANIA NEACȘU



București
2019

Everyday Osho: 365 Daily Meditations for the Here and Now
Editor/Compiler: Osho International Foundation
Copyright © 2002 OSHO International Foundation, Elveția,
www.osho.com/copyrights
2016 Grup Media Litera
Toate drepturile rezervate

Materialul de față constă în răspunsurile date de Osho unei audiențe largi, selectate din diverse conferințe ale lui Osho. Toate conferințele lui Osho au fost publicate 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.osho.com/library

OSHO®

OSHO este marcă înregistrată a OSHO International Foundation,
www.osho.com/trademarks.

INTROSPECTIV®

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

Osho pentru fiecare zi
365 de meditații pentru aici și acum
Editor/Compiler: Osho International Foundation

Copyright © 2016, 2019 Grup Media Litera
pentru versiunea în limba română
Toate drepturile rezervate

Traducere din limba engleză: Carmen Ștefania Neacșu

Editor: Vidrașcu și fiii
Redactor: Florentina Nița
Copertă: Flori Zahiu
Tehnoredactare și prepress: Ofelia Coșman

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
OSHO
Osho pentru fiecare zi. 365 de meditații pentru aici și acum/
Osho International Foundation; trad.: Carmen Ștefania Neacșu. –
București: Litera, 2019
ISBN 978-606-33-4389-6
I. Neacșu, Carmen Ștefania (trad.)
294.5

1. Iluminarea



În momentul în care ești iluminat, întreaga existență e iluminată. Dacă ești întunecat, atunci întreaga existență e întunecată. Totul depinde de tine.

În lumea întreagă există sute de aberații legate de meditație. Meditația e foarte simplă: ea nu e nimic altceva decât conștientă. Nu e incantație, nu e utilizarea unei mantră sau a unui rozariu. Acestea sunt metode hipnotice. Ele îți pot da un anumit soi de odihnă – nu e nimic în neregulă cu acea odihnă; dacă încerci să te relaxezi, sunt perfecte. Orice metodă hipnotică poate fi de ajutor, dar dacă vrei să cunoști adevărul, atunci ea nu e suficientă.

Meditație înseamnă pur și simplu să-ți transformi inconștienta în conștientă. În mod normal, numai zece la sută din mintea noastră e conștientă, iar nouăzeci la sută e inconștientă. Numai o parte mică a minții noastre, un strat subțire, are lumină; în rest, toată casa e în întuneric. Iar provocarea constă în a amplifica atât de mult acea lumină, încât întreaga casă să fie inundată de lumină, așa încât nici măcar un colțisor să nu rămână în întuneric.

Atunci, întreaga casă e plină de lumină, atunci, viața e un miracol; are calitatea magiei. Atunci, nu mai e obișnuită – totul devine extraordinar. Lumescul e transformat în sacru, iar lucrurile mărunte ale vieții încep să aibă o semnificație imensă, mai mare decât ți-ai fi imaginat vreodată. Pietre obișnuite arată la fel de frumoase precum diamantele; întreaga existență devine iluminată. În momentul în care ești iluminat, întreaga existență e iluminată. Dacă ești întunecat, atunci întreaga existență e întunecată. Totul depinde de tine.

2. Amatori și experți



Toate marile descoperiri sunt făcute de amatori.

Întotdeauna se întâmplă că atunci când începi ceva nou, ești foarte creativ, ești implicat profund, întreaga ta ființă e prezentă în ceea ce faci. Apoi, încetul cu încetul, pe măsură ce te familiarizezi cu teritoriul, în loc să mai fii inventiv și creativ, începi să fii repetitiv. Lucrul acesta e firesc, deoarece cu cât devii mai priceput într-o activitate, cu atât devii mai repetitiv. Priceperea e repetitivă.

Așa că toate marile descoperiri sunt făcute de amatori, fiindcă o persoană pricepută are o miză prea mare în joc. Dacă apare ceva nou, ce se va alege de vechea sa pricepere? Persoana respectivă a învățat ani de zile, și acum a devenit expertă. De aceea, experții nu descoperă niciodată nimic: ei nu trec niciodată dincolo de limita marii lor priceperi de experți. Pe de o parte, devin din ce în ce mai pricepuți, iar pe de altă parte devin din ce în ce mai monotoni, iar munca le pare o lungă plictiseală. Acum nu mai există nimic nou care să le stârnească entuziasmul – știu deja ce umează să se întâmple, știu ce urmează să facă; nu mai e nici o surpriză.

Așadar, lecția este aceasta: e bine să dobândești priceperea, dar nu e bine să rămâi doar cu ea pentru totdeauna. Ori de câte ori apare în tine sentimentul că acum lucrul respectiv pare stagnant, schimbă-l. Inventează ceva, adaugă ceva nou, șterge ceva vechi. Eliberează-te iarăși de tipar – asta înseamnă să te eliberezi de pricepere – și devino iarăși un amator. E nevoie de curaj și cutezanță pentru a deveni din nou un amator, dar în felul acesta viața devine frumoasă.

3. Alege natura



De fiecare dată când constăți că societatea e în conflict cu natura, alege natura – cu orice preț. Nu vei pierde niciodată procedând astfel.

Până acum, s-a crezut că individul există pentru societate, că individul trebuie să facă ce îi dictează societatea. Individul trebuie să se integreze în societate. Aceasta a devenit definiția omului normal – cel care se integrează în societate. Chiar dacă societatea e smintită, tu trebuie să te integrezi în ea; atunci ești normal.

Dar problema cu care se confruntă individul e că natura îi cere un lucru, iar societatea îi cere tocmai opusul. Dacă societatea i-ar cere același lucru pe care i-l cere natura, n-ar mai fi nici un conflict. Am fi rămas în Grădina Edenului. Problema apare din cauză că societatea are propriile ei interese, care nu sunt neapărat în acord cu interesele individului. Societatea are propriile ei investiții, iar individul trebuie sacrificat. Lumea aceasta este cu susul în jos. Ea ar trebui să fie tocmai invers. Nu individul există pentru societate, societatea există pentru individ. Fiindcă societatea nu e decât o instituție, nu are suflet. Individul are suflet, el e centrul conștient.

4. Un loc cu ecou



Lumea e un loc cu ecou. Dacă azvârlim furie, furia se întoarce la noi; dacă oferim iubire, iubirea se întoarce la noi.

Iubirea n-ar trebui să ceară nimic în schimb, altminteri, ea își pierde aripile, nu poate să zboare. Se înrădăcinează în pământ, devine foarte pământeasă; atunci nu e decât dorință carnală și aduce multă suferință. Iubirea n-ar trebui să pună condiții, cel care o oferă n-ar trebui să aștepte nimic în schimbul ei. Ea ar trebui să existe de dragul ei înseși – nu pentru vreo răsplată, nu în vederea vreunui rezultat. Dacă există vreun motiv în spatele ei, iubirea ta nu poate deveni necuprinsă precum cerul. Ea va fi închisă între granițele strâmte ale motivului respectiv; motivul devine definiția ei, hotarul ei. Iubirea lipsită de motive nu are nici un hotar: ea e exaltare pură, exuberanță, e parfumul inimii.

Iar faptul că nu există dorința de a obține vreun rezultat nu înseamnă că nu vor apărea rezultate; ele vor apărea, apar înmiite, fiindcă tot ceea ce oferim lumii se întoarce la noi, revine ca un bumerang. Lumea e un loc cu ecou. Dacă azvârlim furie, furia se întoarce la noi; dacă oferim iubire, iubirea se întoarce la noi. Dar acesta e un fenomen natural; nu e nevoie să te gândești la el. Poți să ai toată încrederea: se va întâmpla de la sine. Aceasta este legea karmei: culegi ceea ce semeni; primești ceea ce oferi. Așadar, nu e nevoie să te gândești la asta, se întâmplă în mod automat. Urăște, și vei fi urât. Iubește, și vei fi iubit.

5. Înțelepciune retrospectivă



Celălalt nu e niciodată responsabil. Observă numai. Dacă ești înțelept în momentul producerii unui lucru, nu va fi nici o problemă. Dar toată lumea devine înțeleaptă când momentul a trecut. Înțelepciunea retrospectivă nu valorează nimic.

Când cerți, și cicălești, și bombăni, și apoi devii înțelept și vezi că nu avea nici un rost s-o faci, e prea târziu. Nu mai folosește la nimic, răul a fost deja făcut. Înțelepciunea aceasta e pseudoînțelepciune. Ea îți dă sentimentul fals că ai înțeles. E un truc al egoului. Înțelepciunea aceasta nu-ți va fi de nici un ajutor. Când faci lucrul respectiv, chiar în acel moment, simultan ar trebui să apară conștiința, iar tu ar trebui să vezi că ceea ce faci e fără rost.

Dacă poți să vezi lucrul respectiv atunci când e prezent, n-ai să-l mai poți face. Omul nu poate acționa împotriva conștiinței lui, iar, dacă o face, înseamnă că acea conștiință nu e conștiință. Înseamnă că altceva e luat în mod greșit drept conștiință.

Așadar, reține, celălalt nu e niciodată responsabil pentru nimic. Problema o reprezintă ceva ce fierbe înăuntrul tău. Și sigur că persoana iubită e cea care îți e cel mai aproape. Nu poți să arunci ceea ce se află în tine către vreun străin care trece pe stradă, așa că persoana cea mai apropiată de tine devine locul unde poți să te duci și să arunci aiurelile dinăuntrul tău, locul unde poți să verși toate astea. Dar lucrul acesta trebuie evitat, fiindcă iubirea e foarte fragilă. Dacă o faci prea mult, dacă o faci în exces, iubirea poate dispărea.

Respect Celălalt nu e niciodată responsabil. Încearcă să faci în așa fel încât starea de conștiință să existe în tine permanent, și-atunci, ori de câte ori începi să găsești ceva în neregulă la celălalt, amintește-ți. Surprinde-te în fapt și oprește totul atunci și acolo. Și cere-ți iertare.

6. Recunoștința



Simte-te cât mai recunoscător cu puțință față de existență – pentru lucrurile mărunte, nu numai pentru lucrurile mărețe... pentru simplul fapt că respiri. Noi nu putem pretinde nimic din partea existenței, așa că tot ce ne oferă ea e un dar.

Nutrește din ce în ce mai multă recunoștință și grațitudine; fă din asta felul tău de a trăi. Fii recunoscător față de toată lumea. Dacă înțelegi grațitudinea, atunci vei fi recunoscător pentru lucrurile care au fost îndeplinite, și vei fi recunoscător pentru lucrurile care ar fi putut fi îndeplinite, dar n-au fost. Te simți recunoscător pentru că cineva te-a ajutat – acesta e doar începutul. Apoi începi să te simți recunoscător pentru că cineva nu ți-a făcut nici un rău – ar fi putut s-o facă; a fost un semn de bunătate din partea lui să n-o facă.

Odată ce înțelegi sentimentul recunoștinței și îi permiți să pătrundă adânc în tine, vei începe să simți recunoștință față de orice. Iar cu cât vei fi mai plin de recunoștință, cu atât mai puțin te vei văita și vei bombăni. Odată ce dispare obiceiul de a te văita, dispare nefericirea. Ea există împreună cu obiceiul de a te văita. E legată de el și de mintea care are un astfel de obicei. Nefericirea e imposibilă în prezența recunoștinței. Acesta este unul dintre cele mai importante secrete de știut.

7. Râsul



De ce să aștepti să ai motive ca să râzi? Viața, așa cum e ea, ar trebui să reprezinte un motiv suficient de bun pentru a râde. E atât de absurdă, atât de ridicolă. E atât de frumoasă, e minunată! E fel și fel de lucruri laolaltă. E o mare glumă cosmică.

Râsul e lucrul cel mai ușor din lume dacă nu i te opui, dar a devenit dificil. Oamenii râd foarte rar și, chiar și atunci când râd, nu e un râs autentic. Oamenii râd ca și cum ar face pe plac cuiva, ca și cum și-ar îndeplini o datorie. Râsul e amuzament. Nu faci pe plac nimănui!

N-ar trebui să râzi ca să faci pe altcineva fericit, fiindcă, dacă tu nu ești fericit, nu poți să faci pe nimeni altcineva fericit. Ar trebui să râzi pur și simplu fiindcă așa vrei, fără să aștepti motive pentru a râde. Dacă începi să privești atent în jurul tău, nu te vei mai putea opri din râs. Totul e prilej perfect pentru a râde – nu lipsește nimic în acest sens –, dar noi nu ne dăm voie s-o facem. Noi suntem foarte zgârciți... suntem zgârciți cu râsul, zgârciți cu iubirea, cu viața. Odacă ce știi că poți renunța la zgârcenie, treci într-o altă dimensiune. Râsul e adevărata religie. Orice altceva e doar metafizică.

8. Nonjudecarea



Când judeci, începe divizarea.

Se poate întâmpla să fii adâncit într-o conversație cu un prieten, și brusc să simți nevoia să taci. Vrei să te oprești din vorbit, chiar în mijlocul propoziției. Oprește-te chiar atunci, nici măcar nu mai termina propoziția, altminteri, vei merge împotriva naturii.

Dar atunci își face apariția judecarea. Te simți stânjenit în legătură cu ceea ce vor crede ceilalți despre tine dacă te oprești deodată din vorbit în mijlocul unei propoziții. Dacă taci brusc, ei nu vor înțelege, așa că faci cumva și termini propoziția. Te prefaci interesat și scapi până la urmă. Lucrul acesta te costă foarte mult și nu e nevoie să-l faci. Spune, pur și simplu, că nu-ți mai vin cuvintele acum. Le poți cere celorlalți să te scuze, și rămâi tăcut.

În primele zile, atitudinea aceasta ar putea fi supărătoare pentru ei, dar încetul cu încetul oamenii vor începe să înțeleagă. Nu te judeca pentru motivele pentru care ai tăcut; nu-ți spune că nu e bine ce faci. Totul e bine! În starea de acceptare profundă, totul devine o binecuvântare. Așa s-a întâmplat – toată ființa ta a vrut să tacă. Urmează-o, deci. Urmează-ți totalitatea ființei precum o umbră, și oriunde te duce ea, va trebui s-o urmezi, fiindcă alt țel nu există. Vei începe să simți o relaxare imensă în jurul tău.

9. Adevărații hoți



Nu ai a te teme de nimic, fiindcă noi nu avem nimic de pierdut. Orice lucru care ți se poate lua e lipsit de valoare, și-atunci de ce să te temi, de ce să fii bănuitor, de ce să fii stăpânit de îndoieli?

Aceștia sunt adevărații hoți: îndoiala, bănuiala, teama. Ei distrug însăși posibilitatea ta de a celebra. Așa că atât timp cât te afli pe acest pământ, celebrează pământul. Atât cât durează momentul acesta, bucură-te de el până în străfunduri. Din cauza fricii, noi ratăm multe lucruri. Din cauza fricii, noi nu putem iubi, sau chiar dacă iubim, o facem întotdeauna cu jumătate de inimă. O facem într-o anumită măsură, și niciodată mai mult de-atât. Întotdeauna ajungem într-un punct dincolo de care ne cuprinde teama, așa că rămânem împotmoliți în el. Nu putem să pătrundem adânc în prietenii din cauza fricii. Nu putem să ne rugăm în mod profund din cauza fricii.

Fii conștient, dar nu fi niciodată precaut. Distincția e foarte subtilă. Conștiența nu e înrădăcinată în frică. Precauția e înrădăcinată în frică. Ești precaut ca să nu greșești cumva, dar în cazul ăsta nu poți ajunge prea departe. Frica însăși nu te va lăsa să investighezi noi moduri de viață, noi canale pentru energia ta, noi direcții, noi teritorii. Vei pași mereu pe aceeași cărare, iar și iar, mergând înainte și înapoi – ca un tren de marfă!

10. Mentea critică



Eu nu spun că o atitudine critică e întotdeauna dăunătoare. Dacă lucrezi la un proiect științific, ea nu e dăunătoare; într-un astfel de caz numai așa poți lucra.

O minte critică e o necesitate absolută dacă lucrezi la un proiect științific. Dar mintea critică e un obstacol absolut dacă încerci să ajungi la ceea ce se află înăuntrul tău, să ai acces la subiectivitatea ta. În cazul lumii obiective, ea e cât se poate de potrivită. Fără ea nu există știință; cu ea nu există religiozitate. Lucrul acesta trebuie înțeles: când lucrezi în sfera obiectivului, trebuie să fii capabil să o folosești, iar când lucrezi în sfera subiectivului, trebuie să fii capabil s-o lași deoparte. Ea trebuie folosită ca un mijloc. Nu trebuie să devină o idee fixă; ar trebui să fii capabil s-o folosești sau să n-o folosești, ar trebui să fii liber.

Nu e cu puțință să pătrunzi în lumea interioară cu o minte critică. Îndoiala e o barieră, tot așa cum încrederea e o barieră în știință. Un om care merge pe încredere nu va ajunge prea departe în știință. De aceea, în vremurile în care religia predomina în lume, lumea rămânea neștiințifică. Conflictul care a apărut între Biserică și știință n-a fost întâmplător, ci a fost ceva fundamental. N-a fost, de fapt, un conflict între știință și religie; a fost un conflict între două dimensiuni diferite ale ființei, dimensiunea obiectivă și dimensiunea subiectivă. Cele două lucrează în moduri diferite.