

**LBRIS**

We know  
books

# **SECRETELE ȘTIINȚEI YOGA**

**OSHO**

Traducere:  
**Larisa Andrei**



**EDITURA MIX**  
Cristian 2022

Culegere: Larisa Andrei

Tehnoredactare: Elena David

Corectură text: Tudor Chirilă și Țepeș Lucian

Concept grafic/Design – copertă: Ciprian Burcovschi

Consilier editorial: Florin Zamfir

Autorul și editorul nu dau niciun fel de garanții exprese sau implicite referitoare la conținutul acestei cărți. Prin urmare, cititorul își asumă întreaga responsabilitate pentru utilizarea informațiilor cuprinse în această carte.

## Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

### OSHO

Secretele științei Yoga / Osho ; trad.: Larisa Andrei. - Cristian :  
Mix, 2022

ISBN 978-606-8460-95-6

I. Andrei, Larisa (trad.)

29

First Publication Copyright© 1976, OSHO International Foundation.  
Copyright© – all revisions 1976-2021 OSHO International Foundation.  
All Rights Reserved.

Pentru mai multe informații vizitați [www.osho.com/copyrights](http://www.osho.com/copyrights).

Titlul original: *Secrets of Yoga*

Această carte cuprinde transcrierea seriei de discursuri cunoscute sub numele de *Yoga: Știința Sufletului*, vol. 8, ținute în public de Osho. Toate discursurile lui Osho au fost publicate integral sub formă de carte tipărită, dar sunt disponibile și sub formă înregistrată audio. Înregistrările audio și arhiva completă a textelor pot fi găsite în Biblioteca Osho la [www.osho.com/library](http://www.osho.com/library).

Sutrel originale din *Yoga Sutra* de Patanjali, traduse din sanscrită de Yoga Chinmaya, au Copyright © 1973 OSHO International Foundation.

OSHO® este o marcă înregistrată a Osho International Foundation. Pentru mai multe informații vizitați [www.osho.com/trademark](http://www.osho.com/trademark).

Romanian translation: Copyright © 2022 Editura Mix.

Toate drepturile asupra prezentei ediții în limba română aparțin în exclusivitate Editurii Mix.

Pentru informații actuale și comenzi vizitați site-ul nostru [www.edituramix.ro](http://www.edituramix.ro) sau contactați-ne la: tel.: 0720 499 494; e mail: [contact@edituramix.ro](mailto:contact@edituramix.ro)

## CUPRINS

Capitolul 1	
SECRETELE MORȚII ȘI ALE KARMEI.....	7
Capitolul 2	
TOȚI NE NAȘTEM EXCEPȚIONALI .....	45
Capitolul 3	
OBSERVÂND ASTRONOMIA INTERIOARĂ .....	79
Capitolul 4	
TRĂIEȘTE VIAȚA CA UN ÎNTREG .....	115
Capitolul 5	
ÎNTÂLNIREA SOARELUI CU LUNA .....	151
Capitolul 6	
DE LA BĂRBAT LA FEMEIE ȘI MAI DEPARTE .....	183
Capitolul 7	
DE LA CONȘTIINȚA SUBIECTIVĂ LA CUNOAȘTEREA ABSOLUTĂ .....	213
Capitolul 8	
ÎNVAȚĂ SĂ LAȘI MINTEA DEOPARTE .....	251
Capitolul 9	
A ȘTI CEEA CE ESTE .....	281
Capitolul 10	
NU AI UNDE SĂ TE DUCI.....	315
DESPRE AUTOR.....	347

## Capitolul 1

### SECRETELE MORȚII ȘI ALE KARMEI

---

Patanjali spune:

Realizând *samyama* asupra celor două tipuri de karma, activă și latentă, sau după anumite semne prevestitoare, se poate prezice momentul exact al morții.<sup>1</sup>

Realizând *samyama* asupra simpatiei ori asupra altor calități, acestea se amplifică în propria ființă.

Realizând *samyama* asupra puterii unui elefant, este dobândită puterea unui elefant.

Direcționând lumina facultății superfizice asupra obiectelor subtile, depărtate și ascunse, este dobândită cunoașterea lor.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Literal, *Sopakramam nirupakramam cha karma tatsamyamadaparanta-jnanamaristebhyo va* (cap. III sutra 23 *Yoga Sutra*), unde: *sopakramam* – karma activă; *nirupakramam* – karma adormită (latentă). (n.tr.)

<sup>2</sup> Literal, *Pravrityalokanyasat suksmavyavahitaviprakristajnanam* (cap. III sutra 26 *Yoga Sutra*): „Cunoașterea obiectelor subtile (obscure) sau depărtate este dobândită prin proiecția (*nyasa*) asupra lor a luminii facultății superfizice (*jyotismati pravriti*) interioare.” (n.tr.)

Realizând *samyama* asupra soarelui, este dobândită cunoașterea sistemului solar.

Am auzit o poveste foarte frumoasă:

A fost odată un mare sculptor, un pictor – un mare artist. Arta lui era atât de perfectă încât dacă puneai alături statuia unui om și modelul după care fusese realizată, nu puteai face diferența între om și statuie, într-atât de vie era statuia, într-atât de asemănătoare.

Un astrolog i-a spus artistului că momentul morții lui era aproape; avea să moară în curând. Desigur, omul s-a speriat când a auzit, pentru că fiecare om ar vrea să se ferească de moarte. S-a gândit, s-a tot gândit și a găsit o soluție. A făcut unsprezece statui care îl înfățișau pe el însuși, iar atunci când moartea a bătut la ușă, s-a ascuns printre ele și și-a ținut respirația.

Îngerul morții a fost uluit, nu-și credea ochilor. Nu i se mai întâmplase niciodată așa ceva. Era o situație foarte neobișnuită. Din câte știa, Dumnezeu nu crease niciodată oameni atât de asemănători. El creează întotdeauna unicate. Dumnezeu nu crede în rutină. Nu e linie de asamblare. El este total împotriva copiilor, creează numai originale. Prin urmare, ce se întâmplase acolo? Doisprezece oameni perfect identici? Acum el pe cine să ia? Putea să ia doar unul singur. Îngerul morții nu se putea decide. Descumpănit și îngrijorat, s-a întors la Dumnezeu și l-a întrebat: „Doamne, ce ai făcut? Am găsit douăsprezece persoane perfect identice, iar eu aveam sarcina să iau numai una. Cum să aleg?”

Dumnezeu a început să râdă. L-a chemat pe îngerul morții mai aproape și i-a șoptit la ureche formula cu ajutorul

căreia putea să descopere realul de nereal. I-a dat o *mantra* și i-a spus: „Du-te înapoi și rostește-o în încăperea unde artistul se ascunde printre statuile sale.”

Îngerul morții a întrebat: „Dar sigur o să meargă?”

„Nu-ți face griji”, i-a spus Dumnezeu. „Du-te și rostește-o.”

Îngerul morții s-a întors, încă neîncrezător că *mantra* va da roade, dar dacă Dumnezeu însuși îl asigurase, trebuia să încerce. A intrat în încăpere, s-a uitat în jur și, fără a se adresa nimănui în particular, a spus: „Foarte bine lucrat, cu o singură excepție. Undeva ai făcut o greșală.”

Auzind aceasta, omul a uitat complet că se ascundea. A întrebat repede: „Ce greșală?”

Îngerul morții a început atunci să râdă. „Te-am prins! Greșala ta este că nu poți uita de tine. Vino, urmează-mă.”

Moartea este a egoului. Dacă egoul există, există și moartea. În momentul când egoul dispare, moartea dispare și ea. Voi nu muriți, rețineți, dar dacă credeți că veți muri, atunci veți muri. Dacă credeți că sunteți ființe muritoare, atunci veți muri. Falsa identitate a egoului va muri. Dar dacă vă raportați la voi în termeni de non-ființă, în termeni de non-ego, atunci nu există moarte. Ați atins nemurirea. Ați fost dintotdeauna nemuritori, dar abia acum realizați acest lucru.

Artistul a fost prins, pentru că nu a putut să dispară în non-ființă.

Buddha spune în *Dhammapada*<sup>3</sup>: „Dacă poți vedea moartea, moartea nu te poate vedea pe tine.” Dacă poți să

<sup>3</sup> Scrierea cea mai cunoscută, atribuită lui Buddha, alcătuită din 423 de versete grupate în 26 de capitole. Termenul *dhammapada* constă din două cuvinte: *dhamma* – lege, adevăr, și *pada* – propoziție, afirmație. (n.tr.)

mori înainte să apară moartea, moartea nu te va găsi. Nu ai nevoie să faci statui și să te ascunzi după ele. Oricum, nu te va ajuta. Ceea ce te ajută cu adevărat este să distrugi statuia care există adânc în interiorul tău, nu să crezi alte unsprezece la fel. Să distrugi imaginea egoului. Nu este nevoie să crezi tot mai multe imagini. Religia, într-un fel, este distructivă. Este negativă. Te anihilează complet și definitiv.

Veniți la mine cu anumite idei referitoare la realizarea spirituală, iar eu sunt aici ca să vi le distrug complet. Voi aveți ideile voastre; eu le am pe ale mele. V-ar plăcea ca ideile voastre să fie duse la îndeplinire – la îndeplinirea egoului – iar eu vreau să vă distrug egoul, să-l dizolv, să-l fac să dispară, pentru că numai astfel este posibilă realizarea spirituală. Egoul cunoaște o singură stare, aceea de nevoie permanentă de a fi satisfăcut. Este însăși natura lui, dar tocmai fiindcă este vorba de natura sa intrinsecă, nu poate fi satisfăcut niciodată. Realizarea spirituală este posibilă numai atunci când voi nu mai sunteți. Numiți-o Dumnezeu sau dați-i numele pe care i l-a dat Patanjali – *samadhi*, atingerea stării interioare supreme – dar rețineți că aceasta este posibilă numai atunci când egoul dispare.

*Sutrel* lui Patanjali sunt metode științifice de dizolvare a egoului. Vă învață cum să muriți, cum să comiteți suicidul real. Îl numesc real, pentru că cel pe care îl cunoașteți voi nu este real. Uciderea corpului nu este un act autentic de sinucidere. Sinuciderea reală înseamnă să ucideți *eul*.

Aici este un paradox: dacă muriți, dobândeți viața eternă. Dacă vă agățați de viață, muriți într-o mie de feluri. Vă veți naște și veți muri din nou și din nou. Este ca o roată. Dacă vă agățați de viață, roata se învârtește.

Ieșiți din ciclul nașterilor și al morții. Cum puteți face asta? Pare imposibil, pentru că nu v-ați raportat niciodată la voi ca la o non-ființă. Nu v-ați văzut niciodată ca spațiu pur, neocupat de nimeni.

Acestea sunt *sutrel*. Fiecare *sutra* trebuie înțeleasă foarte profund. O *sutra* este foarte condensată. O *sutra* este asemeni unei semințe. Trebuie să o acceptați în adâncul inimii voastre. Inima să devină solul în care o veți sădi. Apoi din ea va răsări înțelesul...

Eu pot doar să vă conving să vă deschideți suficient de mult încât sămânța să cadă în locul potrivit în interiorul vostru, să pătrundă în întunericul adânc al non-ființei. Acolo, în întunericul non-ființei, începeți să fiți vii. O *sutra* este o sămânță. Este foarte ușor să o înțelegeți intelectual, dar scopul ei este să-i realizați înțelesul la nivel existențial. Acesta este scopul lui Patanjali. Acesta este scopul meu.

Așa că nu fiți prezenți doar intelectual. Fiți *en rapport* cu mine; fiți în rezonanță cu mine. Nu vă mulțumiți doar să mă ascultați. Fiți cu mine. Ascultatul este secundar. A fi cu mine este elementul de bază, este esențial. Permiteți-vă să fiți prezenți în totalitate cu mine aici și acum, să vă lăsați pătrunși de prezența mea. Eu am cunoscut această moarte. Experiența pe care vreau să v-o împărtășesc poate deveni infecțioasă. Eu am comis acel tip de sinucidere. Dacă sunteți aproape de mine, dacă sunteți chiar și o singură clipă în rezonanță profundă cu mine, veți putea avea o străfulgerare a morții.

Și sunt adevărate cuvintele lui Buddha: „Dacă poți vedea moartea, moartea nu te poate vedea pe tine”, pentru că în momentul când vedeți moartea, înseamnă că ați transcens-o. De aceea nu va mai exista moarte pentru voi.

Realizând *samyama* asupra celor două tipuri de karma, activă și latentă, sau după anumite semne prevestitoare, se poate prezice momentul exact al morții.

Sunt multe lucruri aici... Primul: de ce ar vrea omul să-și cunoască *momentul exact al morții*? Cu ce l-ar ajuta? Care este scopul? Dacă îi întrebi pe psihologii occidentali, vor numi această curiozitate morbiditate anormală. De ce ar fi omul preocupat de moarte? Mai bine s-o evite. Să-și cultive credința că moartea nu se va întâmpla – sau, în tot cazul, nu lui. Moartea este ceva care i se întâmplă întotdeauna altcuiva. Ați văzut oameni murind, dar nu v-ați văzut pe voi murind, așa că de ce v-ați teme? Poate că în cazul vostru se va face o excepție. Bineînțeles, nu face nimeni excepție. Iar moartea este un fenomen care a început încă de la naștere, așa că nu aveți cum să o evitați.

Nașterea este mai presus de puterile voastre. Nu puteți să dispuneți în privința ei; s-a petrecut deja. E deja trecut, este făcută. Nu o puteți desface. Moartea însă urmează să se întâmple. În privința ei ați putea face ceva.

Întreaga religie occidentală depinde de viziunea asupra morții, pentru că aceasta este posibilitatea care urmează să se întâmple. Dacă momentul morții este cunoscut în prealabil, omului i se oferă o posibilitate extraordinară. Multe uși i se deschid. Poate muri în felul lui. Își poate pune semnătura pe propria moarte. Poate face astfel încât să nu se mai nască din nou – acesta este scopul cunoașterii momentului morții. Nu este morbid. De vreme ce absolut toată lumea urmează să

moară, este un gest prostesc să nu te gândești la moarte, să nu meditezi asupra ei, să nu te focalizezi asupra morții și să nu-ți dorești să dobândești o cunoaștere profundă a acestei realități.

Urmează să se întâmple. Dacă știți când, aveți multe posibilități.

Patanjali spune că momentul morții poate fi cunoscut cu exactitate dinainte: data, ora, minutul, chiar și secunda. Dacă știți cu exactitate când vine moartea, vă puteți pregăti. Moartea poate fi întâmpinată ca un oaspete de seamă. Nu este un dușman. De fapt, este unul dintre darurile lui Dumnezeu. Este o mare oportunitate de transformare. Poate fi transformarea fundamentală: dacă muriți lucizi, conștienți la modul profund, dacă aveți atunci conștiința trezită, puteți să nu vă mai nașteți niciodată – iar aceasta înseamnă că ați transcens moartea. Dacă nu aveți conștiința trezită în acel moment, vă veți naște din nou. Dacă nu reușiți să conștientizați experiența morții vieți la rând, vă veți naște din nou și din nou, până când învățați lecția morții.

Am să o spun astfel: întreaga viață nu este altceva decât o învățare, o pregătire pentru moarte. De aceea moartea vine la sfârșit. Ea este piscul, momentul de climax, punctul culminant al vieții.

În Occident în mod particular, psihologii contemporani au conștientizat că în timpul fuziunii amoroase profunde, se poate atinge un moment de climax, de orgasm foarte intens, trăit ca o stare de împlinire extraordinară, de extaz complet, în urma căruia cel care îl trăiește se simte complet purificat, reîntinerit, proaspăt și plin de viață. Simte că toate impuritățile din interior au dispărut, ca după un duș de energie abundentă. Dar nu au realizat că lucrul acesta se întâmplă pentru că

sexul este o moarte în miniatură, iar cel care atinge orgasmul profund lăuntric, este capabil să moară în iubire. Sexul este doar o moarte în miniatură, nimic comparabil cu moartea. Moartea este cel mai mare orgasm cu putință.

Intensitatea morții este atât de mare încât oamenii devin în acel moment inconștienți. Nu-i pot face față. Sunt foarte speriați de momentul morții, plini de anxietate, astfel că devin inconștienți ca să-l evite. Aproape nouăzeci și nouă la sută dintre oameni mor inconștienți. Și ratează astfel o oportunitate extraordinară.

A cunoaște cu exactitate momentul morții este o metodă prin care omul se poate pregăti, astfel încât atunci când acesta vine, să fie lucid și alert, așteptându-l în cunoștință de cauză, gata să-i dea curs... gata să se abandoneze, să îmbrățișeze moartea. Odată ce ați acceptat moartea în mod conștient, nu mai renașteți. Ați învățat lecția. Nu mai este nevoie să vă întoarceți la școală. Viața este doar o școală, o disciplină – disciplina de a învăța despre moarte. Nu este nimic morbid în asta.

Întreaga religie a lumii este preocupată de moarte, iar dacă există vreo religie care nu se preocupă de moarte, aceea nu este o religie. Poate fi sociologie, etică, morală, politică, dar nu poate fi o religie. Religia este căutarea nemuririi, dar acea nemurire nu poate fi obținută altfel decât trecând prin moarte.

Prima *sutra* spune: *Realizând samyama asupra celor două tipuri de karma, activă și latentă, sau după anumite semne prevestitoare, se poate prezice momentul exact al morții.* Analiza orientală a karmei arată că există trei tipuri de karma. Haideți să le înțelegem.

Primul tip poartă numele de *sanchita*. *Sanchita* înseamnă total – totalul tuturor vieților voastre trecute. Tot ce ați făcut,

felul cum ați reacționat în toate situațiile, tot ce ați gândit și ați dorit, tot ce ați realizat, toate situațiile în care ați eșuat – totalul tuturor faptelor voastre, al tuturor gândurilor și emoțiilor din toate viețile voastre anterioare se numește *sanchita*. *Sanchita* înseamnă „tot”, tot ce ați acumulat.

Al doilea tip de karma se numește *prarabdha*. Face parte din *sanchita* și se referă la ceea ce aveți de îndeplinit în această viață. Ați trăit multe vieți și ați acumulat multă karma. O parte din această karma se va actualiza în viața prezentă, ceea ce înseamnă că ea va fi consumată prin ceea ce realizați, suferiți și prin situațiile cu care vă confrunțați în această viață. Numai o parte din *sanchita* se va consuma astfel, pentru că există o limitare, dată de durata vieții prezente – șaptezeci, optzeci ori o sută de ani. Într-o sută de ani, nu puteți să trăiți toată karma acumulată, ci numai o parte din ea. Această parte se numește *prarabdha*.

Și mai există un al treilea tip de karma, numit *kriyamana* – karma creată zi de zi. Mai întâi este vorba de karma acumulată în totalul vieților trăite, apoi de acea porțiune de karma aferentă vieții prezente și apoi karma creată chiar în acest moment. Fiecare moment oferă oportunitatea de a face sau a nu face ceva. Cineva vă insultă: vă înfuriați. Reacționați, faceți ceva. Sau dacă aveți conștiința trezită, observați cu calm acel moment și nu vă înfuriați. Rămâneți martori. Nu faceți nimic, nu reacționați. Rămâneți calmi și reținuți, centrați în voi înșivă. Cel care v-a insultat nu poate să vă tulbure.

Dacă vă lăsați afectați și reacționați la insultă, *kriyamana karma* creată va cădea în marele rezervor al karmei trecute, *sanchita karma*. Ea se va acumula, urmând să fie consumată cândva în viitor. Dacă nu reacționați, karma trecută care v-a

adus în situația de a fi insultați se va consuma atunci pe loc. Trebuie că vreodată l-ați insultat, la rândul vostru, pe acel om, iar acum el vă insultă pentru a împlini karma voastră trecută. Cel care are conștiința trezită va fi fericit că poate să încheie astfel un mic capitol din trecutul său. Va fi un pic mai liber.

Cineva l-a insultat odată pe Buddha. Buddha l-a ascultat liniștit și atent, apoi a spus: „Îți mulțumesc.”

Omul a fost derutat de răspuns. I-a spus: „Nu ești în toate mințile? Eu tocmai te insult, îți fac rău, și tu îmi mulțumești?”

Buddha i-a spus: „Da, pentru că te aștept de mult timp. Te-am insultat în trecut și te așteptam ca să mă eliberez de această karma. Tu ești ultimul om cu care nu-mi încheiasem încă socotelile. Acum ai venit și eu îți mulțumesc. Puteai să mai fi așteptat, să nu fi venit în această viață și atunci eu ar fi trebuit să te aștept mai departe. Atât îți spun, nu mai mult, pentru că nu vreau să creez altă legătură karmică.”

În felul acesta, *kriyamana karma*, karma de zi cu zi, nu se adaugă rezervorului karmei trecute, ceea ce înseamnă că, de fapt, din acel rezervor se ia ceva. Acest lucru este valabil și pentru *prarabdha*, karma destinată vieții prezente. Dacă în viața voastră prezentă continuați să reacționați la diferite situații, adăugați tot mai multă karma în rezervor. Veți reveni din nou și din nou pentru a o consuma. Dar de fiecare dată când reveniți, creați noi legături, noi lanțuri karmice.

Încercați să înțelegeți conceptul oriental de libertate. În Occident, libertatea are conotații politice. În Orient, nu ne preocupă foarte tare libertatea politică, pentru că noi credem că dacă cineva nu a dobândit libertatea spirituală, nu are nicio

importanță dacă este sau nu liber din punct de vedere politic. Fundamentală este libertatea spirituală.

Lanțurile sunt create prin karma. Toate situațiile în care nu sunteți conștienți devin karma. O acțiune întreprinsă în stare de inconștiență devine karma, pentru că atâta timp cât autorul ei este inconștient, ea nici nu este de fapt o acțiune. Este o reacție. Când faceți ceva pe deplin conștienți, este o acțiune, nu o reacție. Este acțiune spontană, totală. Nu lasă nicio urmă. Este completă în ea însăși. Nu este incompletă. Dacă ar fi incompletă, atunci ar trebui să fie completată într-o bună zi. Prin urmare, menținând o stare permanentă de luciditate, *prarabdha* este consumată și rezervorul karmei acumulate se golește. În câteva vieți, acesta ar putea să fie complet gol.

În această primă *sutra*: *Realizând samyama asupra celor două tipuri de karma...* Patanjali se referă la *sanchita* și *prarabdha*, pentru că *kriyamana karma* nu este altceva decât o parte din *prarabdha*. Așa că el împarte karma în două.

Ce este *samyama*? Trebuie înțeles acest concept. *Samyama* este cea mai mare sinteză a conștiinței umane, sinteză a trei stări: *dharana*, *dhyana* și *samadhi*.

În mod obișnuit, mintea sare de la un obiect la altul. Nu menține nici măcar o clipă rezonanța cu un anumit obiect. Continuă să țopăie. Mintea voastră este într-o mișcare continuă, este un flux. În acest moment, vă focalizați asupra unui lucru, iar în momentul următor vă gândiți la altceva, pentru ca după aceea să vă gândiți la cu totul altceva. Aceasta este starea obișnuită a minții.

Primul pas este acesta, *dharana*. *Dharana* înseamnă concentrare – fixarea atenției asupra unui obiect, fără a-i permite