

Calea Yoga. Esenta si origini - Osho

pag. 4-5

Vă proiectați fie asupra trecutului (care nu reprezintă decât o altă formă de visare), asupra amintirilor unor lucruri care nu mai există, fie asupra viitorului, care nu înseamnă altceva decât o proiecție venită din trecut. Viitorul nu este altceva decât trecutul proiectat din nou, eventual în culori mai frumoase și mai vii.

Omul nu se poate gândi la altceva decât la trecutul său. De aceea, viitorul nu este decât acest trecut reprojectat. Nici trecutul și nici viitorul nu există însă. Numai prezentul există, dar voi nu trăiți niciodată în prezent. Nietzsche avea dreptate atunci când spunea că deși toată lumea declară că își dorește adevărul, nimeni nu și-l dorește de fapt. Așa-zisele noastre adevăruri nu sunt decât minciuni, mai mult sau mai puțin frumoase. Nimeni nu se simte pregătit să privească realitatea în față.

Mintea nu poate intra pe calea yogăi, căci yoga nu este altceva decât o suită de tehnici pentru revelarea adevărului. Este o cale de a nu mai visa. Este știința vieții trăite aici și acum. Adeptii yoghini se pregătesc să renunțe la speranțe, la proiecțiile în afara realității prezente. Yoga înseamnă o întâlnire cu realitatea, așa cum este aceasta.

De aceea, omul nu poate intra pe calea yogăi decât atunci când se simte frustrat de starea actuală a minții sale. Dacă mai speră că poate câștiga ceva cu ajutorul minții sale, el nu este pregătit pentru a intra pe calea yogăi. Este necesară o frustrare absolută, o revelație a inutilității minții care face proiecții, a faptului că speranțele sunt iluzorii și nu conduc nicăieri. Ele nu fac altceva decât să îți închidă ochii, să-ți dea o stare de beție. Din cauza lor, realitatea nu se poate revela. Visele protejează ființa împotriva realității. Mintea nu este altceva decât un drog halucinogen. De aceea, omul nu poate intra pe calea yogăi decât dacă se simte complet frustrat de mintea sa, de iluziile în care trăiește, de felul în care a trăit până acum, fiind dispus să renunțe necondiționat la acest mod de viață.

De aceea, deși mulți oameni se simt interesați de calea yoghină, puțini intră cu adevărat pe ea. Ei speră că vor obține ceva cu ajutorul yogăi, că vor deveni perfecți, că vor atinge iluminarea și extazul, că vor deveni una cu universul. Toate acestea sunt aceleași proiecții, aceleași vise mentale. Cine se lasă mânat de ele nu poate cunoaște adevărata cale. Dimpotrivă, ei pătrund într-o cu totul altă realitate.

Yoga înseamnă renunțarea la speranțe, la viitor, la dorințe. Adeptul se pregătește să afle ceea ce există. El nu este interesat de ceea ce ar putea exista, de ceea ce ar trebui să fie. El nu este interesat decât de ceea ce există deja, căci eliberarea nu poate avea ca sursă decât realitatea.

Pentru a o apuca pe calea yogăi, omul trebuie să fie cuprins de disperare. Buddha a numit această disperare dukkha. Deși suferă, el nu își mai face speranțe, căci speranțele nu sunt altceva decât o prelungire a stării de suferință, un drog. Ele nu conduc decât către moarte. Toate speranțele conduc către moarte.

A sta față în față cu realitatea înseamnă a deveni complet lipsit de speranțe, a nu mai crede în viitor. Este nevoie de mult curaj pentru a adopta această perspectivă, dar mai devreme sau mai târziu asemenea momente apar în viața tuturor. Vine întotdeauna o vreme când te simți complet deznădăjduit, când totul ți se pare lipsit de semnificație, inclusiv propria ta viață. Subit, speranțele dispar, viitorul așisderea, și pentru prima oară omul se trezește racordat la prezent.

pag. 84-85

...adună prea multe păcate, ne ducem la Gange și ne scaldăm în el. Apoi putem păcătui din nou". Așa gândește centrul perversiunii.

A treia modificare a minții este imaginația. Mintea are facultatea de a-și imagina. Este o facultate frumoasă. Tot ce este frumos se naște din imaginație. Pictura, arta, muzica, dansul - tot ce este frumos se naște din imaginație. Reversul este însă la fel de adevărat: tot ce este urât se naște de asemenea din imaginație. Hitler, Mao, Mussolini - toți s-au născut din imaginație.

Hitler și-a imaginat o lume a supraoamenilor. El credea în Friedrich Nietzsche, care a spus: "Distrugeți-i pe toți cei slabi, pe toți cei care nu sunt superiori. Nu mai lăsați pe pământ decât supraoamenii". De aceea, Hitler a început să-i distrugă pe oameni. Și totul a pornit de la o simplă imaginație, de la o utopie, de la convingerea că distrugându-i pe cei slabi, pe cei urâți, pe cei handicapați din punct de vedere fizic, lumea va deveni mai frumoasă. Din nefericire, distrugerea

este în sine cel mai urât lucru care poate fi imaginat.

Hitler avea o imaginație foarte bogată! Din cauza ei, el a încercat să distrugă o lume întreagă! Imaginația lui a luat-o razna.

Din imaginație se nasc poezia și arta, dar și nebunia. Depinde numai cum o folosești. Toate marile descoperiri științifice s-au născut din imaginație, din mintea unor oameni capabili să își imagineze imposibilul. La ora actuală omul poate zbura prin aer, poate ajunge pe Lună - și totul a pornit de la o simplă imaginație. De mii de ani, oamenii și-au imaginat că vor putea zbura, că vor putea ajunge pe Lună. Orice copil se naște cu dorința de a prinde luna în palma sa. Și iată, oamenii au reușit acest lucru! Din imaginație se naște creativitatea, dar tot din ea se naște distrugerea.

Patanjali afirmă că cea de-a treia modificare a minții este imaginația. Dacă o folosești în mod greșit, aceasta te va distruge. Dacă o folosești în mod just, ea poate deveni însă creatoare. Există atâtea meditații care au la bază imaginația. Ele pornesc de la o imagine, dar treptat, aceasta devine din ce în ce mai subtilă. În final, imaginația dispare și omul rămâne față în față cu adevărul.

În esență, meditațiile de tip creștin și musulman pornesc în totalitate de la imaginație. Adepții încep prin a-și imagina ceva. Cu ajutorul imaginației, ei creează o anumită atmosferă în jurul lor. Încercați acest lucru. Veți constata că până și imposibilul devine posibil cu ajutorul imaginației.

Dacă îți imaginezi o perioadă suficient de lungă de timp că ești frumos, corpul tău tinde să devină cu adevărat frumos. De aceea, ori de câte ori un bărbat îi repetă unei femei: "Ești frumoasă", înfățișarea ei se transformă instan-taneu. Chiar dacă în mod obișnuit nu este o femeie fru-moasă, simpla aprindere a imaginației de către bărbatul iubit este suficientă pentru a o transfigura. De altfel, toți îndrăgostiții sunt frumoși, căci iubirea are capacitatea de a transfigura. Invers, există persoane cu adevărat frumoase, dar care sunt întrucâtva urâțite din cauză că nu-și pot imagina acest lucru. De aceea, nimeni nu le iubește. Este un cerc vicios. Când imaginația lipsește, ființa se contractă.

Emile Coue, unul din cei mai mari psihologi din Occident, a ajutat milioane de oameni să se vindece de diferite boli numai cu ajutorul imaginației. Formula lui era foarte simplă: "Repetă-ți tot timpul: Mă simt din ce în ce mai bine.

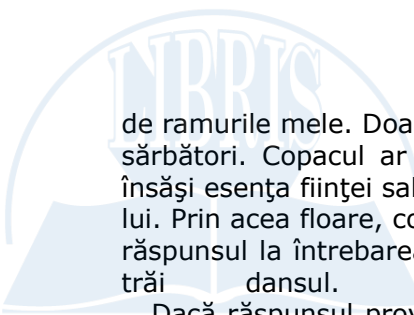
pag. 174-175

...căutare presupune să distrugi toate punțile care vă leagă de ceilalți. Trebuie să renunțați la tot ce ați construit înainte și să începeți să contruiți ceva nou în interior. Nu va fi ușor, fie și numai pentru că v-ați obișnuit atât de mult să vă orientați către exterior. Vă gândiți întotdeauna la ceilalți, nu la voi înșivă.

Este un lucru straniu acela că toți oamenii se gândesc la ceilalți și nimeni nu se gândește la el însuși. Chiar și în rarele momente când vă gândiți la voi, o faceți tot în relație cu ceilalți - niciodată nu este un gând pur, adresat vouă înșivă. Dacă v-ați gândi doar la voi, gândirea ar dispărea, fiindcă ce ar fi de gândit? Gândirea este mereu despre ceilalți, actul de a gândi este mereu "despre" ceva. Ce ați putea gândi despre voi înșivă? V-ați uita pur și simplu în interiorul vostru și gândirea ar dispărea - nu să vă gândiți că vă uitați, ci să vă uitați pur și simplu, să observați, să contemplați ca un martor. Întregul proces s-ar transforma. Trebuie să vă priviți pe voi înșivă.

Îndoiala este bună. Dacă vă îndoiiți, dacă mențineți acest proces încontinuu, ajungeți în punctul în care descoperiți că există ceva de care nu vă puteți îndoii - existența voastră. Atunci apare necesitatea unei căutări - mai mult decât o simplă întrebare: "Cine sunt eu?" Toată viața lui, Ramana Maharishi le-a oferit discipolilor o singură tehnică: "Asezati-vă, închideți ochii și întrebați-vă: «Cine sunt eu?» Folosiți această mantia." Însă nu este o mantra. Nu roștiți niște cuvinte moarte, ci pătrundeți în profunzimile ființei: cine sunt eu? Continuați să vă puneți această întrebare. Mintea vă va da mai multe răspunsuri: sunteți sufletul, sunteți sinele, sunteți divinul, însă nu le luați în seamă; toate acestea sunt răspunsuri de împrumut, le-ați mai auzit și înainte. Lăsați-le deoparte. Dacă veți continua să vă puneți aceeași întrebare, într-o bună zi se va produce o explozie. Mintea va exploda și toată cunoașterea de împrumut va dispărea, odată cu mintea. Pentru prima oară veți fi față în față cu voi înșivă. Vă veți privi pentru prima oară. Aceasta este deschiderea, aceasta este calea, aceasta este cercetarea interioară.

Întrebați-vă cine sunteți și nu vă cramponați de răspunsuri facile. Toate răspunsurile pe care le-au dat alții sunt facile. Răspunsul real nu poate veni decât din voi înșivă. Este asemeni unei flori naturale care nu poate înflori altfel decât pe ramura copacului, nu poate să o pună cineva acolo, ruptă din altă parte. Adică ar putea, dar în acest caz ar fi o floare moartă. I-ar putea înșela pe alții, dar nu și pe copac. Copacul ar ști că nu este floarea lui. "Este doar o floare moartă, atârnată



de ramurile mele. Doar o povară. Nu este fericire, ci povară." Copacul nu ar exulta având-o, nu ar sărbători. Copacul ar îmbrățișa doar ceva venit din rădăcinile lui, din ființa lui interioară, din însăși esența ființei sale. Dacă floarea își trage seva din esența ființei copacului, ea devine sufletul lui. Prin acea floare, copacul își trăiește cântectul, dansul. Viața lui capătă înțeles. În același fel, și răspunsul la întrebarea "cine sunt eu" trebuie să vină din voi, din rădăcinile voastre. Atunci veți trăi dansul. Atunci întreaga voastră viață ar avea sens.

Dacă răspunsul provine din afară, va fi doar un semn mort. Dacă provine din interior nu va fi un semn, ci o semnificație. Rețineți aceste două cuvinte: semn și semnificație. Semnul își are originea în exterior, semnificația înfloarește numai în inferioritatea ființei. Filozofia operează cu semne, concepte și cuvinte.

pag. 298-299

A venit la mine o femeie cultivată, rafinată, educată, provenind dintr-o familie foarte bogată, o familie bună. M-a întrebat: "Dacă voi începe să meditez, ar putea lucrul acesta să-mi afecteze în vreun fel relația cu soțul?" și a continuat, răspunzându-și singură, înainte să apuc eu să-i răspund: "Știu că nu are cum s-o afecteze, fiindcă dacă voi deveni mai bună, mai liniștită, cum ar putea lucrul acesta să fie un pericol pentru relația cu soțul meu?"

Însă eu i-am răspuns: "Te înșeli. Relația cu soțul tău va fi puternic afectată. Faptul că vei deveni mai bună sau mai rea este irelevant. Dacă tu te vei schimba - dacă unul dintre parteneri se va schimba - atunci relația va fi afectată. Este foarte straniu: faptul că unul dintre parteneri s-ar putea schimba în rău nu va afecta relația atât de mult. Dar dacă unul dintre parteneri se va schimba în bine, relația va fi zguduită din temelii. Explicația este următoarea: când un partener decade, celălalt se simte prin comparație mai bun. Acest lucru îi măgulește egoul, nu i-l rănește."

Soția se simte mai bine când soțul se apucă de băut, fiindcă are acum ocazia să fie moralistul familiei. Faptul că bea o îndreptățește pe ea să-și amplifice dominația. Ori de câte ori soțul vine acasă, se simte ca un criminal. Din cauză că bea, tot ce va face de-acum înainte va fi greșit. Este mai mult decât suficient: în orice discuție, soția îi va închide gura cu acest argument.

Dar dacă soțul sau soția se apucă de meditație, egoul celuilalt este profund rănit și apar problemele. Unul dintre soți devine superior, prin urmare celălalt va face tot ce-i stă în putință ca să nu permită să se întâmple una ca asta. Va crea toate problemele posibile. Iar dacă totuși se întâmplă, soțul rămas în urmă va încerca din răpputeri să nege că s-a întâmplat. Va dovedi că în realitate nu s-a schimbat nimic. Va spune într-una: "Meditezi de ani de zile și n-ai făcut niciun progres. La ce bun să meditezi? Nu are niciun rost! Ești tot nervos, nu s-a schimbat nimic, ești la fel ca înainte." Celălalt va încerca din răpputeri să demonstreze că meditația nu folosește la nimic. În felul acesta, el se consolează.

Iar dacă se schimbă cu adevărat ceva, dacă soțul sau soția reușesc într-adevăr să se transforme, atunci relația nu mai poate continua. Devine imposibilă, afară de cazul că și celălalt soț este dispus să se transforme. Însă este foarte dificil pentru cineva să fie dispus să se transforme, fiindcă transformarea face egoul să sufere. Înseamnă să admiti că felul cum ești acum este greșit. Numai cu această condiție transformarea este posibilă.

Or nimeni nu simte despre el însuși că ar fi cazul să se schimbe. "Trebuie să se schimbe lumea întreagă, nu eu. Eu am dreptate, am dreptate absolută, lumea greșește și nu mă înțelege." Efortul tuturor ființelor care au atins starea de buddha este foarte simplu: să vă faceți să înțelegeți că indiferent cum sunteți, indiferent unde sunteți, voi sunteți cauza.

A

doua

întrebare:

Osho,

De ce atât de multe persoane angrenate pe calea yoga adoptă o atitudine rigidă, războinică, fiind peste măsură de preocupate să respecte reguli stricte? Este necesară această atitudine pentru a fi cu adevărat yoghini?

Prefață ... vii

CAPITOLUL 1

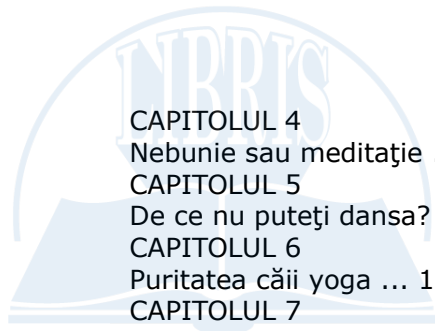
Și acum, disciplina numită yoga ... 1

CAPITOLUL 2

Fără dorințe, ești iluminat ... 31

CAPITOLUL 3

Cele cinci modificări ale minții ... 61



CAPITOLUL 4	
Nebunie sau meditație ...	97
CAPITOLUL 5	
De ce nu puteți dansa? ...	123
CAPITOLUL 6	
Puritatea căii yoga ...	161
CAPITOLUL 7	
Se naște extazul ...	191
CAPITOLUL 8	
Oprește-te și ai ajuns! ...	225
CAPITOLUL 9	
Viața aceasta, fericirea supremă ...	257
CAPITOLUL 10	
Sfârșitul este în început ...	287
Despre autor ...	319
Centrul internațional de meditație Osho ...	322
Alte cărți de Osho ...	325