

Libris .RO
Respect pentru oameni și cărți

OSHO

cartea chakrelor

ENERGIA ȘI PUTEREA DE VINDECARE
A CORPULUI SUBTIL

Traducere din limba engleză de
CARMEN ȘTEFANIA NEACȘU



București
2018

Cuprins

Introducere 7

Partea I. CEI ȘAPTE CENTRI AI FIINȚEI

- Anotimpurile schimbătoare ale vieții 19
- Omul e un curcubeu 45
- Să înțelegem chakrele și energia kundalini 63
- Șapte corpuri subtile și energia respirației 78
- Somn și veghe în chakre 97
- Experiența morții și a vieții la nivelul
corpurilor subtile 111

Partea a II-a. HĂRȚI DIFERITE PENTRU CĂI DIFERITE

- Sutra inimii* și calea lui Buddha 119
- Patanjali și calea yoga 155
- Corpurile subtile conform lui Patanjali 187
- Tantra și lumea chakrelor 223

Partea a III-a. MEDITAȚII CHAKRA

- Meditația OSHO a respirației la nivelul
chakrelor 259
- Meditația OSHO a sunetelor chakrelor 263

Pentru informații suplimentare	267
Despre Osho	268
Despre Stațiunea de Meditație Osho	270

Anotimpurile schimbătoare ale vieții



Viața are un tipar lăuntric; e bine să fie înțeles. La fiecare șapte ani, spun fiziologii, corpul și mintea trec printr-o criză și printr-o schimbare. La fiecare șapte ani, toate celulele corpului se schimbă, sunt complet reînnoite. De fapt, dacă trăiești șaptezeci de ani, vârsta medie la care mor oamenii, corpul tău moare de zece ori până atunci. În fiecare al șaptelea an, totul se schimbă. Este exact ca în cazul schimbării anotimpurilor. În șaptezeci de ani, cercul e complet. Linia care începe la naștere ajunge la un sfârșit odată cu moartea. Cercul e complet în șaptezeci de ani. El e împărțit în zece.

De fapt, viața omului n-ar trebui să fie împărțită în copilărie, tinerețe și bătrânețe – împărțirea aceasta nu e foarte științifică, fiindcă la fiecare șapte ani apare o vârstă nouă, un pas nou.

În primii șapte ani, copilul e centrat pe sine, ca și cum ar fi buricul pământului. Întreaga familie se învârte în

jurul lui. Nevoile lui sunt împlinite imediat, fiindcă în caz contrar are ieșiri de furie... Trăiește ca un împărat, un adevărat împărat. Mama lui, tatăl lui – toți îi sunt servitori, și întreaga familie există doar pentru el. Sigur că el crede că același lucru e valabil în ceea ce privește tot restul lumii. Luna răsare pentru el, soarele răsare pentru el, anotimpurile se schimbă pentru el. Copilul rămâne absolut orientat spre sine, centrat pe sine timp de șapte ani. Dacă îi întrebi pe psihologi, aceștia îți vor spune că un copil rămâne masturbatoriu timp de șapte ani, satisfăcut cu sine. Nu are nevoie de nimic, de nimeni. Se simte complet.

După șapte ani are loc o trecere. Copilul nu mai este centrat pe sine; devine excentric, în sens literal. *Excentric* – cuvântul înseamnă a te îndepărta de centru. El se îndreaptă către ceilalți. Celălalt devine fenomenul important – prietenii, găștile... Acum nu mai e atât de interesat de el însuși; e interesat de ceilalți, de lumea largă. Intră într-o aventură a cunoașterii „celuilalt”. Începe explorarea.

După cel de-al șaptelea an, copilul începe să pună întruna întrebări. Întreabă despre orice. Devine un mare sceptic, fiindcă a apărut dorința de a explora; pune milioane de întrebări. Își plictisește de moarte părinții, devine o pacoste. E interesat de celălalt, și tot ce alcătuiește lumea aceasta i se pare demn de interes. De ce sunt pomii verzi? De ce a creat Dumnezeu lumea? De ce e cutare lucru așa, și nu altfel? Începe să devină mai filosofic; explorare, scepticism – insistă să pătrundă în miezul lucrurilor.

Omoară un fluture ca să vadă ce se află în interiorul acestuia, distruge o jucărie ca să vadă cum funcționează, sparge un ceas doar ca să vadă de unde vine ticăitul – ce se întâmplă acolo, înăuntrul lui? Devine interesat de celălalt, dar celălalt va fi, deocamdată, persoana de același sex cu el. Băiatul nu e interesat de fete. Dacă alți băieți se vor arăta interesați de fete, el va crede că au o doagă lipsă. Fetele nu sunt interesate de băieți. Dacă vreo fetiță e interesată de băieți și se joacă cu ei, va fi o fată băiețoasă, nu una normală, obișnuită; ceva nu e în regulă. Psihanaliștii și psihologii vor spune că acest al doilea stadiu este unul homosexual.

După cel de-al paisprezecelea an, se deschide o a treia ușă. Băiatul nu mai e interesat de băieți, fata nu mai e interesată de fete. Sunt politicoși față de cei de același sex, dar nu mai sunt interesați. De aceea o prietenie care se leagă între vârsta de șapte ani și cea de paisprezece ani este cea mai profundă, fiindcă mintea este homosexuală, și niciodată în viață nu se va mai lega o astfel de prietenie. Acei prieteni rămân prieteni pentru totdeauna; legătura a fost una foarte puternică. Îți vei face mulți amici de-a lungul vieții, dar prietenii cu ei vor fi mai superficiale, nu se va mai repeta fenomenul acela profund care a avut loc între cel de-al șaptelea și cel de-al paisprezecelea an de viață.

După cel de-al paisprezecelea an, un băiat nu mai e interesat de băieți. Dacă totul se desfășoară normal, dacă nu rămâne blocat undeva, el va începe să fie interesat de fete. Acum devine heterosexual – nu doar interesat de fete, ci interesat de *celălalt*, căci atunci când

un băiat e interesat de băieți, băieții respectivi pot fi alții, dar tot băieți ca el sunt, nu sunt tocmai ceea ce se cheamă *celălalt*. Când un băiat devine interesat de o fată, acum e cu adevărat interesat de opusul său, de adevăratul celălalt. Când o fată devine interesată de un băiat, în acel moment lumea își face intrarea în viața ei.

Cel de-al paisprezecelea an este un an revoluționar de mare importanță. Sexul devine matur, începi să gândești în termeni de sex, fanteziile sexuale încep să apară în visele nocturne. Băiatul devine un mare Don Juan, începe să le curteze pe fete. Apare poezia, romantismul. Băiatul își face intrarea în lume.

În jurul celui de-al douăzeci și unulea an – dacă totul decurge normal, iar copilul n-a fost forțat de societate să facă ceva ce nu e natural – ambiția devine mai importantă decât dragostea. Vrea un Rolls Royce, un palat imens. Atunci persoana respectivă vrea să reușească în viață, să fie un Rockefeller, un prim-ministru. Ambițiile capătă amploare: dorește un viitor glorios, să aibă succes. Singura preocupare a persoanei respective este cum să reușească, cum să fie competitivă, cum să poarte lupte și să iasă învingătoare.

Acum ea nu mai intră doar în lumea naturii, ci și în lumea umanității, a chestiunilor sociale. Acum intră în lumea nebuniei. Acum chestiunile sociale devin lucrul cel mai important. Toată ființa sa se îndreaptă către societate: bani, putere, prestigiu.

Dacă totul decurge cum trebuie – și nu decurge nicio dată cum trebuie, eu vorbesc aici despre curgerea perfect naturală a lucrurilor –, odată ce împlinește douăzeci

și opt de ani, omul nu mai încearcă câtuși de puțin să aibă o viață aventuroasă. De la douăzeci și unu la douăzeci și opt de ani, el trăiește în aventură; după ce împlinește douăzeci și opt de ani, începe să-și dea seama că nu toate dorințele se pot împlini. Apare o înțelegere mai mare a faptului că multe dorințe sunt imposibile. Dacă ești prost, poți să te avâți întru atingerea lor. Dar oamenii care sunt inteligenți vor intra, în cel de-al douăzeci și optulea an, pe o altă ușă. Ei vor deveni mai interesați de siguranță și de confort și-și vor pierde din interesul față de aventură și de împlinirea ambițiilor. Vor începe să se așeze. Cel de-al douăzeci și optulea an marchează sfârșitul perioadei hippy din viața sa.

La douăzeci și opt de ani, hipioții devin niște oameni cumsecade, revoluționarii nu mai sunt revoluționari; ei încep să se așeze, caută o viață confortabilă, un cont bancar un pic mai consistent. Nu vor să fie niște Rockefeller; au terminat cu asta, nevoia respectivă nu mai există în ei. Acum vor o casă micuță, dar stabilă, un loc plăcut în care să locuiască, siguranță – așa încât măcar atât să fie al lor mereu; un cont bancar nu foarte mare. Trec pragul companiilor de asigurări pentru prima dată în jurul vârstei de douăzeci și opt de ani. Încep să se așeze. Acum vagabondul nu mai e vagabond. Își cumpără o casă, începe să locuiască... devine civilizat. Cuvântul *civilizație* vine de la cuvântul *civis* (cetățean). Acum el începe să facă parte dintr-un oraș mai mare sau mai mic, să se statornicească. Nu mai e un vagabond, un cutreierător. Acum nu se mai duce la Kathmandu și în Goa. Nu se mai duce nicăieri – a terminat cu

toate astea, a călătorit destul, a cunoscut destule; acum vrea să se așeze și să se odihnească puțin.

În cel de-al treizeci și cincilea an, energia vieții atinge punctul omega. Cercul s-a încheiat pe jumătate, iar energiile încep să intre în declin. Acum omul nu mai e interesat doar de siguranță și confort, ci devine un conservator, un ortodox. Nu doar că își pierde interesul față de revoluție, ci devine un antirevoluționar. Acum e împotriva schimbării de orice fel. E un conformist. E împotriva oricărei revoluții; vrea să se păstreze ordinea existentă a lucrurilor, fiindcă acum s-a așezat, iar dacă se schimbă ceva, totul se va tulbura. Acum el vorbește împotriva hipioților, împotriva rebelilor; acum a ajuns să facă parte cu adevărat din societatea așezată.

Iar lucrul acesta este firesc. Dacă nu intervine nimic nelalocul său, omul nu poate să rămână de-a pururi un hipiot. Acea a fost o etapă, bună la vremea ei, dar rea dacă durează la nesfârșit. Aceasta ar însemna că omul rămâne înțepenit într-o anumită etapă. A fost bine să fie homosexual între vârsta de șapte și paisprezece ani, dar dacă rămâne homosexual toată viața, înseamnă că nu s-a maturizat, nu e adult. Trebuie să intre în contact cu o femeie, lucrul acesta face parte din viață. Celălalt sex trebuie să devină important, fiindcă numai atunci poate un bărbat să cunoască armonia contrariilor, conflictul, nefericirea și extazul; deopotrivă agonia și extazul. Acesta este un antrenament, un antrenament necesar.

În cel de-al treizeci și cincilea an, omul devine parte integrantă a lumii convenționale. Începe să creadă în tradiție, în trecut, în Vede, în Coran, în Biblie. E cu totul

împotriva schimbării, căci fiecare schimbare presupune o tulburare a vieții lui; acum el are prea mult de pierdut. Nu poate fi în favoarea unei revoluții – vrea să protejeze... E în favoarea legii și a tribunalelor și a guvernului. Nu mai e un anarhist; e cu totul în favoarea guvernului, a regulilor, a disciplinei.

În cel de-al patruzeci și doilea an, tot felul de boli fizice și mentale își fac apariția, din cauză că acum viața este în declin. Energia se îndreaptă către moarte.

Tot așa cum la început energiile erau în ascensiune, iar tu deveniai cu fiecare zi tot mai plin de vitalitate, de energie, de vigoare, acum se întâmplă tocmai opusul: devii pe zi ce trece tot mai slab.

Dar obiceiurile tale persistă. Până la vârsta de treizeci și cinci de ani mâncai pe săturate; acum continui cu acest obicei. Astfel vei începe să acumulezi grăsime. Acum nu mai e necesară la fel de multă mâncare. Era necesară în trecut, dar acum nu mai e necesară, fiindcă viața se îndreaptă către moarte, nu mai are nevoie de atât de multă mâncare. Dacă continui să îți umpli pântecul la fel de mult ca până atunci, tot felul de boli îți vor face apariția: tensiune arterială mare, infarcte, insomnie, ulcer – toate acestea apar în jurul vârstei de patruzeci și doi de ani. Patruzeci și doi de ani reprezintă unul dintre cele mai periculoase puncte. Părul începe să cadă, să încărunțească. Viața se transformă în moarte.

Iar în preajma vârstei de patruzeci și doi de ani, religia începe să devină importantă pentru prima dată. Poate că până acum te-ai mai preocupat așa, printre picături, dar acum religia devine importantă pentru

prima dată – fiindcă religia e profund preocupată de moarte. Acum moartea se apropie și își face apariția interesul față de religie.

Carl Gustav Jung a scris că toată viața a observat faptul că oamenii care vin la el la vârsta de patruzeci de ani – sau cândva în jurul acestei vârste – simt întotdeauna nevoia de religie. În cazul în care înnebunesc, devin nevrotici, psihotici, nu pot fi ajutați decât dacă devin înrădăcinați în religie. Au nevoie de religie; nevoia lor de bază este religia. Iar dacă societatea e seculară și nu ți-a fost niciodată predată religia, cel mai greu începe să îți fie în preajma vârstei de patruzeci și doi de ani – fiindcă societatea nu-ți oferă nici o cale, nici o ușă, nici o dimensiune.

Societatea a fost bună când aveai paisprezece ani, fiindcă ea oferă suficient sex – toată societatea e sexuală; sexul pare să fie singura marfă ascunsă în fiecare marfă. Dacă vrei să vinzi un camion de zece tone, trebuie să folosești o femeie goală, iar dacă vrei să vinzi o pastă de dinți, la fel. Camion sau pastă de dinți, nu conțea: o femeie goală e mereu acolo și îți zâmbește. Efectiv *femeia* este cea care e vândută. Nu camionul e vândut, nu pasta de dinți; femeia e vândută. Și pentru că femeia este acolo – zâmbetul ei vine la pachet cu pasta de dinți –, trebuie să cumperi pasta de dinți. Prețutindeni se vinde sexul.

Așadar această societate, această societate seculară e bună pentru oamenii tineri. Dar oamenii nu vor rămâne tineri mereu. Când ajung la vârsta de patruzeci și doi de ani, societatea îi lasă brusc în aer. Acum nu mai știu ce

să facă. Devin nevrotici, fiindcă nu știu, n-au fost niciodată instruiți, nu li s-a oferit nici o disciplină în vederea înfruntării morții. Societatea i-a pregătit pentru viață, dar nimeni nu i-a învățat cum să se pregătească pentru moarte. Au nevoie de o educație în vederea morții la fel de amplă cum a fost educația pentru viață.

Dacă ar fi după mine, aș împărți universitățile în două: o parte pentru tineri, o parte pentru bătrâni. Tinerii ar veni să învețe arta vieții – sexul, ambiția, lupta. Apoi, când ar îmbătrâni și ar ajunge la pragul de patruzeci și doi de ani, s-ar întoarce la universitate ca să învețe despre moarte, despre Dumnezeu, despre meditație – fiindcă atunci vechile universități nu le-ar mai fi de nici un ajutor. Au nevoie de un tip nou de instruire, de o disciplină nouă, așa încât să poată ajunge să fie ancorati în noua etapă care a apărut în viața lor.

Societatea aceasta îi lasă în aer; de aceea în Occident sunt atâtea boli mintale. În Orient nu sunt așa de des întâlnite. De ce? Pentru că Orientul încă oferă puțină instruire în privința religiei. Aceasta n-a dispărut cu totul; oricât de falsă, ea încă există. Nu mai e disponibilă oriunde și oricând, dar încă mai există un templu al ei. N-o mai întâlnești așa ușor, dar încă e prezentă. Trebuie să faci câțiva pași ca să ajungi la ea. Există încă.

În Occident, religia nu mai face parte din viață. În preajma vârstei de patruzeci și doi de ani, fiecare occidental trece prin probleme psihologice. Mii de tipuri de nevroză apar – și de ulcere. Ulcerele sunt urmele pe care le lasă ambiția. Un om ambițios va face inevitabil ulcer gastric: ambiția mușcă, mănâncă din el. Un ulcer nu e

altceva decât faptul de a fi consumat de ambiție. Ești atât de tensionat încât stomacul tău a început să fie consumat. Ești foarte încordat, stomacul tău e foarte încordat, nu se relaxează niciodată. Ori de câte ori mintea e tensionată, stomacul e și el tensionat. Ulcerele sunt urmele ambiției. Dacă ai ulcer, asta arată că ai fost un om de mare succes în viață.

Dacă nu ai ulcer, ești un om sărman: viața ta a fost un eșec, ai eșuat cu totul. Dacă ai primul tău atac de cord în preajma vârstei de patruzeci și doi de ani, înseamnă că ești un om de succes: pesemne că ești cel puțin un ministru, sau un mare industriaș, sau un celebru actor; altminteri, cum se explică atacul de cord? Un atac de cord este definiția succesului. Toți oamenii de succes vor face infarct. E inevitabil.

Întregul sistem e împovărat cu elemente toxice – ambiție, dorință, viitor, ziua de mâine – care nu se întâmplă niciodată, de fapt. Ai trăit numai în vise, iar acum sistemul tău nu mai poate tolera asta. Rămâi atât de tensionat în legătură cu viitorul încât tensiunea aceea a devenit însuși modul tău de viață. Acum e un obicei bine înrădăcinat.

La vârsta de patruzeci și doi de ani, din nou apare un moment de cotitură. Începi să te gândești la religie, la lumea cealaltă. Atunci viața începe să ți se pară scurtă. Ți-a mai rămas puțin de trăit. Cum ai putea să ajungi la Dumnezeu, la nirvana, la iluminare? De aici teoria reîncarnării: nu te teme, te vei naște din nou, iar și iar, și roata vieții va continua să se miște. Nu te teme, ai timp destul, ți-a rămas suficientă veșnicie – poți ajunge la iluminare.

De aceea în India au luat naștere trei religii – jainismul, budismul și hinduismul – și nu se pot pune de acord asupra nici unui punct cu excepția reîncarnării. Nu sunt de acord în privința nici unui lucru. Nici măcar cu privire la o teorie atât de importantă cum e teoria privitoare la Dumnezeu nu se pot pune de acord. Jainiștii spun că nu există Dumnezeu, budiștii spun că nu există Dumnezeu. Nici măcar în privința unei teorii și mai importante decât cea legată de Dumnezeu, teoria sufletului, *atman* – budiștii spun că nu există *atman*, suflet. Teorii atât de divergente! Nu se pun de acord nici măcar asupra elementelor fundamentale: Dumnezeu, sine... Dar toate sunt de acord în privința teoriei reîncarnării. Trebuie să existe un motiv pentru asta.

Toate au nevoie de timp, fiindcă pentru a ajunge la *brahman* – hindușii îi spun *brahman* – e nevoie de mult timp. E o ambiție măreață, iar la vârsta de patruzeci și doi de ani, devii interesat de asta. Ți-au mai rămas doar douăzeci și opt de ani.

Iar acesta e doar începutul interesului tău față de acest domeniu. De fapt, la vârsta de patruzeci și doi de ani, redevii copil în lumea religiei. Ți-au mai rămas doar douăzeci și opt de ani. Timpul pare prea scurt, nu e deloc suficient pentru a atinge asemenea înălțimi – *brahman*, cum îi spun hindușii. Jainiștii îi spun *moksha*, eliberarea absolută de toate karmele trecute. Mii și milioane de vieți au existat în trecut; cum ai să realizezi această eliberare în numai douăzeci și opt de ani? Cum vei anula tot trecutul? Un trecut atât de vast – karme bune și rele. Cum ai să-ți cureți păcatele complet în douăzeci și opt