

- 04_ **Ispirata da Osho**
Danzatrice da trent'anni e terapeuta di Craniosacrale Biodinamico da venti, per Zia Nath, Mumbai, India, queste due discipline sono diventate una l'estensione dell'altra...
- 06_ **Il corpo questo sconosciuto**
Le ferite rimangono nella memoria del corpo. Di Deepti Canfora: "Lasciare parlare il corpo dà la possibilità di entrare in contatto sia con ciò che percepiamo e pensiamo, sia con ciò che sfugge alla nostra osservazione".
- 09_ **Le forbici e l'ago**
"In alcuni casi c'è bisogno della spada, in altri basta solo un ago. Laddove è sufficiente un ago, per favore non usare la spada." Osho.
- 10_ **Controllo e disciplina**
Possono apparire quasi sinonimi, ma sono diametralmente opposti...
- 14_ **Riti di Passaggio**
Esistono nella nostra vita indipendentemente dal fatto che ci "crediamo" oppure no. Sono passaggi inevitabili dell'esistenza ai quali nessuno di noi può sottrarsi. Di Nirava.
- 18_ **Morte: solo chi celebra la vita può celebrare la morte** - Osho. 3ª parte.
- 24_ **Le News e i Centri di Osho in Italia**
- 29_ **Osho senza mezzi termini**
Due bellissimi racconti di Ageh Bharti su Osho negli anni '60 e '70.
- 31_ **Disegno Umano e Oroscopo**
Di dicembre e gennaio.
- 36_ **Senza gli italiani il mondo non sarebbe lo stesso...** Un classico di Osho.

La mia mente

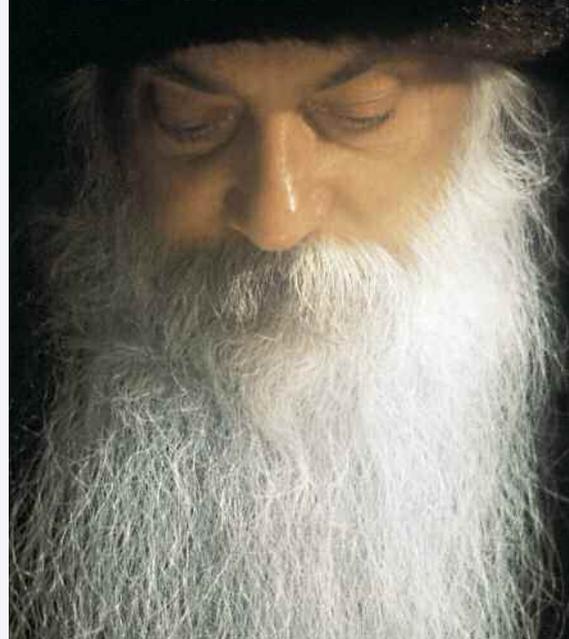
Non ho mai provato l'ostilità che molti meditatori nutrono nei confronti della mente. Anzi, l'ho sempre considerata di grande sostegno e aiuto nella mia vita, compreso l'ambito della meditazione. Quando le dico: "Ok, mia cara mente, ora per un po' è inutile preoccuparti, cercare soluzioni e agire. Puoi riposarti insieme a me" lei è come se si ritirasse sullo sfondo. Non sparisce e continua a produrre pensieri, ma in modo soave e rilassato. E poi quando "torno" magari mi propone persino delle idee o soluzioni interessanti!

Ma di recente ho visto un suo aspetto che non avevo mai considerato prima. Con la stessa arrendevole dolcezza e intelligenza con cui mi assiste nella vita di tutti i giorni, di tanto in tanto mi propone degli scenari tanto terribili quanto convincenti. Visioni assolutamente razionali, quindi in un certo senso inconfutabili. Ma anche assolutamente arbitrarie. Possibili, ipotetiche. E pertanto inutili o addirittura dannose. L'ho visto in un attimo e ho detto: "Oddio cosa faccio adesso se la mia mente è malata e negativa?". Per fortuna mi sono ricordata del cuore. Ho fatto un salto in basso, quasi in apnea, e ho letteralmente abbracciato quella parte di me, della mia mente, che è oppressa e angosciata da visioni oscure. Ho sentito il dolore profondo di vivere alla loro ombra. In un mondo senza gioia né speranza né una singola ragione per continuare. Ho rivisto, dalla mia infanzia, tutti gli istanti in cui ci ho creduto. Come un flashback nel karma collettivo. E poi mi è venuto da ridere. Mi sono sentita libera da quei pensieri. Non perché non ci sono più, ma perché non ho bisogno di crederci né di fare lo sforzo di non crederci...

E godetevi l'OT. Piccolo ma bellissimo. *Sammasati* a tutti!



la fragranza, la visione momenti di luce con osho



Non ti ho mai detto di rifiutare la mente: è un bellissimo meccanismo. Ma è una macchina, non sei tu. Identificarti con la mente è sbagliato, farne il tuo padrone, lasciarti guidare è sbagliato. Ma essere tu il padrone e la guida è perfetto. La mente come servitore ha un immenso valore, quindi non rifiutarla. Rifiutarla ti impoverisce, non ti arricchisce. Io non sono contro la mente. Sono a favore della trascendenza. E se la rifiuti non puoi trascenderla. Usala come un trampolino. Dipende solo da te: se cominci a pensare che devi rifiutarla, negarla, distruggerla diventa un ostacolo. Oppure puoi farne il tuo trampolino di lancio se la accetti. Nello stesso impegno di comprenderla, la trascendenza accade. Vai oltre, diventi un testimone.

OSHO

OSHOtimes n. 254 2018
DICEMBRE-GENNAIO

Il mensile dedicato all'arte della meditazione

Registrazione Tribunale di Varese n. 934 del 2.9.2008

Direttore Resp.: Walter Volonté

Sede legale, direzione, redazione e amministrazione: Associazione Oshoba, Via Morazzone 5, 21049 Tradate - tel 0331 810042

Stampato presso: Tipografia C.S.R. Via di Petralata 157, Roma Arretrati e abbonamenti su: www.oshoba.it

Pubblicità: tel 0331 841952

Consulenze grafiche e fotografiche: P. Greco

Per i testi di Osho salvo specifiche al piede dei singoli brani: prima pubblicazione Copyright © 1953 Osho International Foundation. Copyright © tutte le revisioni 1953-2019 Osho International Foundation. Tutti i diritti riservati.

Foto: ove non diversamente indicato sono per gentile concessione di Osho International Foundation. L'editore si dichiara disponibile a regolare eventuali spettanze per quelle immagini e testi di cui non sia stato possibile reperire la fonte. Alcuni articoli sono traduzioni dall'edizione in inglese o in tedesco.

Osho, Osho Signature, Osho Dynamic Meditation, Osho Kundalini Meditation, Osho Nataraj Meditation, Osho Nadabrahma Meditation, Osho Gourishankar Meditation, Osho Mandala Meditation, Osho Whirling Meditation, Osho Mystic Rose, Osho Born Again and Osho No-Mind, sono marchi registrati o marchi di proprietà della Osho International Foundation, usati con il suo permesso.

Osho Times (O.T.) accetta materiali per la pubblicazione inclusi idee, articoli, traduzioni, design, illustrazioni, artwork o fotografie. Chi presenta il suddetto materiale garantisce automaticamente il permesso di pubblicazione senza alcun diritto di restituzione o remunerazione da parte dell'O.T., dei suoi agenti o delegati.