

- 04\_ **Osservatorio Terra**  
 Che si tratti di chiacchiere con gli amici o di una riunione di lavoro, comunicare con gli altri in gruppo richiede una serie complessa di compiti mentali...
- 06\_ **MAM: Meera Art Museum**  
 Il tanto atteso museo, creato da Svagito per ospitare le opere d'arte di Meera e per celebrare la sua eredità come pittrice e arteterapeuta, ha aperto le sue porte in Toscana, vicino a Miasto.
- 10\_ **La luce e il buio**  
 Creare e distruggere. Quarta parte.
- 16\_ **Storie dalla Cina**  
 Dal diario di viaggio di Veena, il tempio Lao Jun Tai nel luogo dove è nato Lao Tzu. E le grotte di Mogao. Prima parte
- 19\_ **Who is in?**  
 La rubrica di Pratici. Abitudini.
- 20\_ **Racconti antichi**  
 Nelle parole di Osho.
- 26\_ **Terapia Primal**  
 Verso un modo di vivere autentico. Intervista a Shakura. Sul processo di trasformazione Primal che lei ha ideato, diviso in 4 moduli: I & II Infanzia, III Adolescenza, IV l'Adulto Positivo.
- 34\_ **Le News di Febbraio e la Vetrina**
- 40\_ **I Centri di Osho in Italia**
- 42\_ **Meditazione: gestire le emozioni**  
 Alcuni approcci meditativi per imparare a stare con le proprie emozioni, a cura di Maneesha James - Parte 5
- 44\_ **Tecniche per la notte**  
 Meditazioni per la vita di tutti i giorni dai darshan di Osho, a tu per tu coi discepoli.
- 49\_ **Anusaya**  
 Un ricordo di una discepola speciale di Osho raccontato da Amrit Sadhana.
- 50\_ **Non è una scelta ma...**  
 ...un modo di essere!  
 Le due vie possibili: lo yoga e la bhakti. "Come puoi scegliere il tuo destino? Puoi solo lasciare che accada, non puoi sceglierlo." Osho
- 52\_ **1000 modi di ascoltare**  
 ...a me piace il caldo!  
 Suha parte da un aneddoto della sua vita per regalarci una profonda riflessione.
- 54\_ **Al di là delle nuvole**  
 Da Osho, aneddoti esistenziali.
- 58\_ **L'Oroscopo di Febbraio**

## Un anno importante

**P**erdonate se ritorno sull'argomento, ma se la vita, in meno di un anno, ti offre nel suo menu fisso:

1. Ex marito, amico ed eterno compagno di viaggio in terapia intensiva per 10 giorni e due cari amici morti per Covid;
2. La perdita della tua amata compagna-gatta per 15 anni;
3. Ritrovare tuo padre dopo una vita di reciproche assenze e dovergli dire addio per sempre dopo pochi mesi; probabilmente vuol dire che è un anno veramente importante.

E ora che scrivo è il 26 dicembre, quindi è un anno che sta per finire.

Cosa mi resta dentro di queste esperienze?

Un rinnovato immenso amore per la danza della vita. Un sacro rispetto per il mistero del nostro vivere e morire. Un senso di poesia e grazia per come ci incontriamo, ci amiamo e dobbiamo separarci, prima o poi. La gioia di sapere cosa vuol dire essere veramente speciale e importante per qualcuno e che qualcuno sia veramente speciale e importante per me. Aver imparato come si sta vicino a chi muore e l'arte di dire addio con grande presenza, amore e nervi saldi. La scoperta di avere una grande forza e luce interiori che mi hanno permesso di attraversare tutto cogliendo le perle e le rose, pur sentendo i graffi delle spine.

E con questo numero di Osho Times, messo insieme tra ospedale, pompe funebri e cimitero, con lo sfondo della 4<sup>a</sup> onda di Covid, vi ricordo che la vita è sempre una grande avventura, se ci ricordiamo di amarla incondizionatamente. E tra musei di campagna, grotte e templi cinesi, Primal, vero ascolto, devozione e tanto tanto Osho, inedito e non, vi auguro...

Buona lettura,



## la fragranza, la visione momenti di luce con osho



*Ti ritrovi sempre nel bel mezzo della vita, sei già qui. La nascita non è stata una tua scelta e nemmeno la morte. Arriverà all'improvviso, senza nemmeno avvisarti. E non aspetterà nemmeno un istante. La nascita accade, la morte accade: sono al di là di te e tu non puoi farci niente. Tra la nascita e la morte c'è solo una cosa per cui puoi fare qualcosa ed è l'amore. Queste sono le tre grandi cose della vita: la vita, l'amore, la morte. La vita è già avvenuta. La morte accadrà, è una certezza. In un certo senso è già successa con la nascita: hai già un piede nella tomba. Il giorno in cui nasci, metà del viaggio è completo e la restante metà impiegherà un po' di tempo, o un po' di più. Insieme alla vita, è penetrata in te anche la morte: resta solo una cosa che puoi fare TU, una cosa che dipende da te ed è l'amore. OSHO*