

- 04_ **Osservatorio Terra**
Un giro sulle montagne russe virtuali, in combinazione con l'EEG, ha aiutato i ricercatori a determinare il modo in cui le emozioni sono elaborate nel cervello.
- 06_ **Imparare dai bambini**
Faccio parte di un team creativo. Senza nessuna preparazione, mi ritrovo a cooperare in un progetto nel quale bambini e ragazzi sperimentano teatro, musica, danza e pittura... di Sahaja.
- 10_ **La luce e il buio**
Oltre la dualità della mente. Quinta parte.
- 16_ **I 10.000 Buddha**
Dal diario di viaggio di Veena, le grotte di Mogao in Cina. Seconda parte
- 19_ **Le forze del risveglio**
"Siamo a un punto in cui le forze del sonno e le forze del risveglio stanno entrando in conflitto in una battaglia finale; e fondamentalmente le forze del sonno, per quanto grandi, sono deboli." Osho
- 20_ **Racconti**
Di uomini, alberi, volpi e altro. Nel mondo incantato dei racconti di Osho.
- 26_ **Le carte del Vigyan Bhairav Tantra**
Shivananda racconta come arrivò a disegnare le carte del Vigyan Bhairav Tantra, anche noto come The Book of Secrets, Il Libro dei Segreti. Da un'intervista di Punya.
- 30_ **Le News di Marzo e la Vetrina**
- 36_ **I Centri di Osho in Italia**
- 38_ **Meditazioni nel cassetto**
Da usare a casa, da soli, in qualsiasi momento. "La prima cosa è trovare una posizione rilassata. Rilassati, in una posizione che ti viene naturale. Non deve essere una postura o un asana particolare."
- 42_ **Lottare o fluire?**
Come reagire di fronte a una diagnosi fatale? Di Maneesha.
- 46_ **Segni sul cammino?**
L'importante è imparare a sentire, dentro e fuori. "Se qualcosa succede solo mentre stai meditando, è falso! È ipnotico!" Osho.
- 53_ **Who is in?**
La rubrica di Pratiiti. La vacanza.
- 54_ **Tutto serve**
Tu e l'altro, fare e non fare, gioco e lavoro, successo e insuccesso... alcune perle di Osho.
- 58_ **L'Oroscopo di Marzo**

Ricorda la distanza

Ritornare in India dopo 4 mesi di Italia in piena follia da Green Pass e poi onda Omicron, mi ha dato un senso molto forte dell'influenza che l'ambiente che ci circonda ha su di noi, al di là del nostro stato interiore. Così come ci attraversano il freddo e il caldo delle condizioni atmosferiche, costringendoci a vestirvi e a svestirvi a seconda dei momenti e delle stagioni, anche le condizioni dell'atmosfera umana intorno a noi possono avere un forte impatto, influenzando i nostri pensieri, le emozioni e persino i nostri atteggiamenti e opinioni nei confronti delle cose. O almeno è quel che è successo a me!

E naturalmente, essere in India mi dà anche il senso del valore della distanza da ciò che ci sta intorno.

Nel mio caso è distanza fisica, ma è possibile coltivare una forma di distanza anche da ciò che ci sta vicinissimo. Le cose intorno a noi non cambiano, ma noi possiamo riuscire a viverle in modo diverso, ad esempio non identificandoci col pensiero collettivo e le sue diverse espressioni pro o contro qualcosa. Anche perché non ha una realtà esistenziale, è fatto solo di pensieri e idee che circolano nell'atmosfera, così come le nuvole di pioggia o i banchi di nebbia...

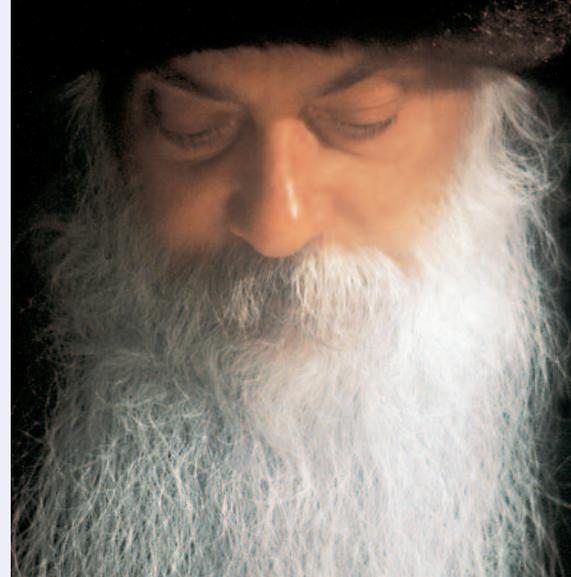
Insomma, India o Italia, il segreto è sempre la meditazione, cioè l'arte di osservare senza scegliere, fondando la nostra libertà – e anche la nostra pace – sulla capacità di non identificarci.

Come sempre l'Osho Times può esserci di grande aiuto e questo numero in particolare offre bellissimi spunti per coltivare la consapevolezza di ciò che sta dentro e di ciò che sta fuori.

Buona lettura,



la fragranza, la visione momenti di luce con osho



Milioni di pensieri ti danno l'illusione che la mente esista. È come una folla: esiste davvero? Riesci a trovare una folla diversa dalle persone che stanno lì? Ma stanno insieme, la loro unione ti dà la sensazione che la folla esista, ma esistono solo gli individui. Osserva e troverai i pensieri, non ti imbatte mai nella mente. E i pensieri esistono separati da te, non sono la tua natura, vanno e vengono, ma tu rimani, persisti. Sei come il cielo: non arriva mai, non se ne va, è sempre lì. Le nuvole vanno e vengono, sono fenomeni momentanei, non eterni. I pensieri non sono tuoi, non ti appartengono. La mente diventa un problema, perché hai preso i pensieri così profondamente dentro di te che hai completamente dimenticato la distanza... Ricorda sempre ciò che rimane: questa è la tua natura. OSHO