

emozionante, meditativo, gioioso, terapeutico...

Sono solo alcuni degli aggettivi usati per definire l'OshoFestival di Bellaria dello scorso aprile, nei messaggi e nelle condivisioni – che spesso iniziano con un “grazie di cuore...” – dei partecipanti. Eccone alcuni...



■ Venire all'OshoFestival mi aiuta ad aprirmi agli altri e così la mia essenza si libera... travolgendo paure e dubbi!

■ Un fantastico spirito di connessione e sperimentazione... amore e abbracci, intensità e danza.

■ Sono arrivata molto stanca e insoddisfatta... piena di tristezza, ma grazie all'energia di tutte le persone presenti e al loro grande amore, sensibilità e amorevolezza sono riuscita ad accettare con gioia persino la mia tristezza... ora qualcosa è cambiato; grazie a tutti per avermi insegnato ad aprire il cuore e ad amarmi.



“È come andare in paradiso senza dover morire.”

■ Gli altri sono libri che ti parlano di te... e questi “specchi” non sono freddi!

■ Qui il giudizio cade e sono libera dai condizionamenti: posso muovermi come voglio. Sono stanca e piena di acido lattico perché mi sono scatenata! Torno a casa soddisfatta.

■ Un appuntamento imperdibile per riprendere contatto con le emozioni (represse e inesprese) e ritrovare amici con cui si sa di condividere qualcosa d'importante.



■ Era la mia prima esperienza con Osho. Sono rimasta sorpresa, incuriosita e poi catturata dalla grande energia che ho percepito immediatamente e che mi ha pervaso per tutta la durata del Festival. Vado via portando con me qualcosa di nuovo che coltiverò: un'esperienza molto forte, ma estremamente utile per chi come me cerca dentro di sé qualcosa.

■ Mi son sentito come un fiore, ben radicato nella terra, che si espande verso l'alto con meravigliosi petali bianchi...

■ Mi è piaciuto rivivere la bella energia di Pune (sono 10 anni che non ci vado più) che ho sentito molto forte specialmente durante la meditazione serale.

■ Un'esperienza che mi ha aperto il cuore e l'anima: ho incontrato persone aperte verso il prossimo.

■ Tutto questo mi ha cambiato la vita!

■ Per quanto possa trovare belle parole non riusciranno mai a descrivere fino in fondo le sensazioni e le emozioni che provo.

■ Mi aiuta a crescere e a superare alcuni miei limiti.

■ Mi ha dato la possibilità di incontrare aspetti nuovi di me stessa.

■ Sentire tanta energia d'amore e la gioia d'incontrare tante belle persone con leggerezza... in modo sano: ballando, ridendo.

■ Scendere in profondità dentro di me grazie alle meditazioni di Osho mi dà la possibilità di conoscermi meglio e di liberarmi di pesi accumulati nella vita quotidiana... tutto il mondo avrebbe bisogno di queste esperienze e allora sarebbe più unito, comprensivo e pieno di luce...

■ Più bellezza, più amore, più essere se stessi.



■ Un'occasione per celebrare la vita e tanti piccoli semi gettati per la mia crescita!

■ Il calore degli abbracci mi fa rinascere a nuova vita.



■ Il cuore si apre, le persone sorridono e io con loro; salta, gioisco, piango, celebro... e io con loro; mi ci voleva proprio questa dose di energia e vitalità!

■ È la prima volta che vengo e posso descrivere l'OshoFestival solo così: "La vacanza più bella della mia vita".

■ Nelle meditazioni guidate è stato come svegliarsi e aprire gli occhi... a qualche lato del mio spettro interiore ancora nascosto.



■ Un'avventura magica – era la prima volta! – in cui ho potuto sperimentarmi, scatenarmi, conoscermi. L'atmosfera di gioia e di apertura verso gli altri è irresistibile.



...e il Festival continua

per approfondire

Molte delle condivisioni dei partecipanti, raccolte anche mediante una scheda da compilare durante il Festival, riguardavano la preparazione, la professionalità e la “presenza” dei conduttori dei vari eventi e c'è anche chi ha scritto “mi ha colpito molto la loro umiltà”. Gran parte del merito del Festival va dunque a loro ed eccovi quindi una breve panoramica dei loro prossimi appuntamenti in Italia: Homa & Mukto condurranno un workshop a fine giugno al Villaggio Globale (globalvillage-it.com), Tarika offrirà workshop in Italia a luglio (anche a Miasto) e a ottobre (podereamarti.it), Svagito guiderà in agosto un training di Costellazioni Familiari (insieme ad Anando) a OshoLeivi (per il resto del suo programma in Italia vedi family-constellation.net). Per tutti gli altri ecco i siti dove trovare informazioni sul loro lavoro: Siddho (consciousliving.it), Shurta (movimentidanzesacre.it), Anurag (costellazionisistemiche.net), Nirava (nirava.org), Tabish (tabishlearninglove.it), Mahendra (mahendra.it), Leela (leela.it), Shunyata (circle4life.com), Nitya & Ninad (mantrasinging.it). Per le date delle AUM meditation guidate da Somraj & Eshti: aummeditazione.it. Per le tecniche collegate all'Osho Divine Healing: scuolaodha.com. Per le date di Deva Paolo (musica dal vivo del sabato sera): paologreco.net

A Meditando, Verbania 5-7 luglio 2013, l'OshoFestival si sposta sul lago Maggiore! (vedi pagina accanto) Potrete incontrare Anando, affiancata da Shunyo e Marco. Info sul loro lavoro: lifetrainings.com

DA BELLARIA A VERBANIA,
DAL MARE... AL LAGO!

Nella gamma degli eventi offerti da OshoExperience nel corso dell'anno, *Meditando* è quella che consideriamo una vera e propria “perla”. Nello scenario suggestivo delle montagne che scolpiscono il Lago Maggiore, dove l'estate si fa fresca e piacevole, mai pesante, c'è la possibilità di immergersi nella meditazione per un'esperienza senza confini nel mondo della nostra interiorità: le Meditazioni Attive di Osho, meditazioni tantriche, meditazioni guidate, danza, gioco, leggerezza e celebrazione... in altre parole FESTIVAL... dell'anima e dell'essere! Insieme a persone sulla stessa lunghezza d'onda, per creare un campo di energia che permetta alla meditazione di raggiungere profondità e altezze inaspettate.

I vari eventi sono condotti da Anando e Shunyo – con l'insostituibile apporto delle musiche dal vivo di Marco – due donne speciali che per molti anni sono state a stretto contatto con Osho, sviluppando qualità inconfondibili e preziose, nonché una profonda conoscenza ed esperienza nelle sue tecniche di meditazione.

L'approccio diretto, amorevole e gioioso di Anando permette alle persone di contattare rapidamente le proprie risorse di beatitudine e gioia interiori, e grazie alla sua esperienza di vita come avvocato e manager ha una profonda comprensione delle tensioni e dello stress della vita quotidiana. Ha

sviluppato diverse tecniche di rilassamento guidato disponibili su CD (alcune delle quali saranno presentate a Meditando) oltre a essere l'autrice di un libro tradotto anche in italiano: *La Forza dei Sì – Una Guida Pratica per Amare la tua Vita*, Urrea Feltrinelli.



Shunyo condivide la sua profonda esperienza di meditazione offrendo ritiri di Vipassana, corsi di meditazione e di formazione per chi vuole inse-



gnarla agli altri. Seguendo i commenti di Osho al *Vigyana Bhairava Tantra* (*Il Libro dei Segreti*, da millenni la summa della meditazione indiana) ha sviluppato insieme a Marco una serie di tecniche che utilizzano musica, danza e celebrazione quale ponte verso la meditazione. Alcune di queste tecniche – molte disponibili su CD – saranno presentate a Meditando con la musica dal vivo di Marco. L'approccio di Shunyo, molto amorevole e intuitivo, permette di toccare dei livelli molto profondi di pace e silenzio interiori. Il libro che racconta la sua vita di meditatrice, *I miei giorni di luce con Osho*, Edizioni del Cigno, è disponibile anche in italiano.

“Si esce col cuore pieno d'amore” commentava l'anno scorso un partecipante che ormai viene a Verbania regolarmente. Un appuntamento che per molti veterani è immancabile, ma anche una splendida occasione “entry level” per i principianti e per chiunque voglia dedicare qualche giorno unicamente alla meditazione, scoprendo l'enorme differenza fra il meditare da soli, o con pochi amici, e un'immersione totale nel campo di energia creato da tanti meditatori che si incontrano... qualcosa di speciale che chiunque abbia partecipato a questi eventi conosca perfettamente!

E allora... ci vediamo a Verbania, sul Lago Maggiore, dal 5 al 7 luglio (è possibile partecipare anche solo per uno o due giorni). Su oshoexperience.it tutte le informazioni e anche foto e video delle scorse edizioni.

L'amore non ha volto

Condivisioni di Shunyo, che per 14 anni ha seguito Osho in tutto il mondo, facendo parte del suo staff personale



A Pune, vivendo e lavorando in Lao Tzu, la casa di Osho, negli anni '70

A volte mi fermavo, mi sedevo immobile e venivo sopraffatta da un'immensa sensazione d'amore. Non che pensassi a qualcuno o tantomeno vedessi la faccia di qualcuno nella mia mente: era una strana sensazione. Prima d'allora, mi ero sentita colpita dall'amore solo quando qualcun altro ne aveva fatto scattare il meccanismo e anche allora non era mai stato così forte. Mi sentivo come ubriaca, ma un'ubriacatura sottile e raffinata, e scrissi a Osho una poesia:

“La memoria non rievoca il tuo volto
Per questo l'amore arriva, senza volto.
Sconosciuta è la parte di me
Che ti ama.

Non ha nome. Viene e va.
E quando si allontana
Mi asciugo il viso solcato
dalle lacrime
Perché rimanga un segreto.”

Osho rispose:

“L'amore è un mistero, il più grande mistero che esista. Puoi viverlo, ma non puoi conoscerlo: puoi assaggiarlo, farne l'esperienza, ma non puoi comprenderlo.

È qualcosa al di là di ogni comprensione. Quindi, la mente non può prenderne nota. Non diventa mai un ricordo. I ricordi non sono altro che appunti presi dalla mente, i ricordi sono tracce lasciate nella mente. L'amore non ha corpo. Non lascia impronte.”

Spiegò che quando l'amore viene sentito come preghiera, non contaminato da alcuna forma, viene sentito nel superconscio. Ecco perché non mi era familiare il modo in cui amavo. A quel

tempo non avevo ancora compreso cosa volesse dire superconscio. All'epoca moltissimo di quello che Osho diceva era al di là delle mie possibilità di comprensione, ma ho cominciato a capirlo sempre di più, facendone esperienza personalmente.

“... Ci sono tre stadi della mente: inconscio, conscio e superconscio... Man mano che il tuo amore cresce, capirai molte cose del tuo essere che ti sono rimaste sconosciute.

L'amore ti condurrà a stadi più elevati e ti sentirai molto strana. Il tuo amore sta entrando nel mondo della preghiera. È incredibilmente significativo, perché al di là della preghiera c'è solo Dio. La preghiera è l'ultimo scalino dell'amore. Al di là c'è il Nirvana, la liberazione.”

Ascoltare Osho parlare di livelli di consapevolezza o di illuminazione sembrava pura magia. Mi sentivo così ispirata, così eccitata che volevo urlare. Una volta gli dissi che i suoi discorsi erano così eccitanti che mi facevano venire voglia di urlare. “Urlare?” commentò, quasi interdetto, “mentre sto parlando?”

Quando Osho lasciò il corpo

L'energia che avvertivo intorno a lui quando era ‘vivo’ dev'essere stata quella pura energia, o anima, che è immortale. Perché la si sente anche adesso che lui non ha più un corpo. Più lo vedo nei video e leggo le sue parole, più cresce la comprensione che, anche quando era nel corpo, non fosse presente in quanto persona.

“Sono assente come lo sarò quando sarò morto, con una sola differenza: adesso la mia assenza ha un corpo, allora la mia assenza non avrà un corpo.”

Una volta, in Uruguay, ho avuto un'esperienza vivissima: vidi la sua poltrona vuota, mentre stava parlando. Vedevo la sedia vuota e attraverso il

muro dietro di lui potevo vedere il cielo e il mare. Vidi un'energia straordinaria fluire attraverso di lui, così potente, così veloce, che mi spaventai, perché egli appariva totalmente vulnerabile in tutto ciò. “Non permetterò che l'esistenza mi faccia questo,” disse una voce nella mia testa.

Gli scrissi descrivendogli quell'esperienza e gli dissi che ero spaventata.

Mi rispose: “Devi guardare profondamente nel fenomeno della persona illuminata. Egli è e al tempo stesso non è. È perché esiste il suo corpo; ma non è perché il suo ego non c'è più. Non è rimasto nessuno che possa dire: “io sono,” eppure l'intera struttura è presente, ma all'interno è puro spazio. E quello spazio puro è la tua parte divina, la tua parte eterna; quello spazio è ciò che all'esterno è puro cielo. Il cielo sembra essere... ma non esiste. Se vai in cerca del cielo, non lo troverai da nessuna parte; è solo un'apparenza. L'illuminato ha un'apparenza simile al cielo, ma se sei in armonia con lui, a volte scoprirai che non c'è. La cosa può spaventarti, può impaurirti; e questo è ciò che ti dev'essere successo. Eri in sintonia con me. Malgrado te stessa, una volta ogni tanto entri in armonia con me. Dimentichi te stessa e sei in armonia con me, perché solo se dimentichi il tuo ego ci sarà un incontro. E in quell'incontro scoprirai che la poltrona è vuota. Può essere solo la visione di un momento, ma in realtà hai visto qualcosa di molto più reale di qualsiasi altra cosa tu abbia mai visto. Hai guardato dentro il bambù vuoto e il miracolo della musica che ne esce.”

Dopo questo discorso Osho cambiò il mio nome da Chetana a Prem Shunyo che vuol dire ‘amore del vuoto’.

“La mia presenza sta diventando sempre più una specie di assenza. Io sono e non sono. Più sparisco e più posso esservi di aiuto.”

Quando guardavo Osho, potevo vedere il vuoto nei suoi occhi, ma non potevo

accettare che fosse totalmente senza personalità, senza ego, perché non avevo modo di capire cosa significasse. Posso vederlo adesso, riconsiderando il modo in cui ci ha guidati, spingendoci con dolcezza lungo il cammino, alla scoperta dei nostri misteri più profondi. Un cammino che si innalza al di sopra dell'infelicità e dei tormenti, eppure al tempo stesso porta alla vera essenza dell'essere umani. Un cammino che va contro tutte le religioni organizzate, pur essendo vera religiosità. Posso vedere che, sebbene per trentacinque anni abbia cercato di aiutare la gente, non aveva alcuna aspettativa. Condivideva la sua saggezza dipendeva interamente da noi ascoltarlo e capirlo. Non era mai in collera per la nostra incapacità ad afferrare quello che tentava di mostrarci; non era mai impaziente, pur vedendo che ripetevamo continuamente gli stessi modelli di comportamento, per abitudine.

Diceva che un giorno ci saremmo illuminati, era inevitabile che succedesse, non importava quando. “Vi sto dando un assaggio del mio essere e preparando affinché anche voi facciate lo stesso con gli altri. Dipende tutto da voi, se le mie parole rimarranno vive o moriranno. Per quanto mi riguarda, non m'importa. Mentre sono qui, mi riverso dentro di voi. E vi sono grato perché lo lasciate accadere. Chi si preoccupa del futuro? Non c'è nessuno in me che può preoccuparsi del futuro. Se l'esistenza ha trovato me come tramite, sono sicuro che può trovare migliaia di persone perché siano suoi veicoli.”

TRATTO DA: Shunyo, *I miei giorni di luce con Osho*, Edizioni del Cigno

Nella foto all'inizio:
Osho prende il tè
con Shunyo e Anando a Creta