

BOMPIANI



Titolo originale  
*Born to be Alive*  
by Osho © International Copyright 2020 by Osho International Foundation  
osho.com/copyright

Publicato in accordo con News Services Corporation, Arona (No) – osho.it  
Copyright su licenza per l'edizione italiana

OSHO è un marchio registrato di proprietà della Osho International Foundation usato su licenza  
osho.com/trademarks

Cura redazionale: Donatella Prabodhi Levi  
Cura editoriale: Andrea Tramontana

 Illustrazioni: Cecilia Turchelli  
Design & layout: Benedetto Degli Innocenti  
www.zillavisualdesign.it

Si ringraziano Denise Zatti, Antar Urjas, Eugenio e Deva Prisha per la preziosa collaborazione.  
Cecilia e Benedetto desiderano ringraziare il piccolo Nicolò, che è nato e cresciuto insieme al libro.

Per l'immagine di Osho:  
Photo courtesy by OSHO International Foundation

Tutti i diritti riservati – All rights reserved

www.giunti.it  
www.bompiani.it

978-88-301-0589-8

© 2022 Bompiani / Giunti S.p.A.  
Via Bolognese 165 – 50139 Firenze – Italia  
Via G.B. Pirelli 30 – 20124 Milano – Italia

Prima edizione: aprile 2022

Finito di stampare  
Nel mese di marzo 2022  
Presso Lito Terrazzi S.r.l.  
Stabilimento di Iolo (Prato)  
Printed in Italy

# OSHO NATI PER VIVERE RISVEGLIA I VALORI CHE CI RENDONO UMANI

**Traduzione e cura di Anand Videha**

**Illustrazioni di Cecilia Turchelli**

**BOMPIANI**

L'INCONSAPEVOLEZZA NON HA UN INIZIO,  
MA HA UNA FINE.

LA CONSAPEVOLEZZA HA UN INIZIO,  
MA NON HA FINE.

Gautama il Buddha



La vita in sé è una tela vuota: può diventare qualunque cosa ci dipingi sopra.  
Questa libertà è la tua gloria: puoi usarla in modo che la tua intera vita diventi  
un inferno, oppure farla diventare una sinfonia di bellezza,  
di benedizione, di beatitudine, una musica paradisiaca.  
Dipende solo da te: l'essere umano ha totale libertà.

LA VISIONE

•  
PREMESSA

Chi sono? Da dove vengo? Dove sto andando?

Sono i grandi interrogativi che presto o tardi arrivano nella vita di ciascuno e che hanno accompagnato l'umanità fin dalle origini. Sono state queste domande fondamentali, molto più delle risposte, a trasformare la nostra esistenza in una grande avventura. Perché la sete di conoscenza su ciò che ci circonda e su noi stessi è sempre stata lo stimolo a esplorare l'infinitamente grande e l'infinitamente piccolo, a non fermarsi e a proseguire il viaggio invece che arenarci in un ambito noto e comodo. I grandi interrogativi offrono sempre una preziosa spinta ad avvicinarci al limite estremo che la nostra mente possa abbracciare. Senza la pretesa di raggiungerlo o trovarlo.

L'urgenza di conoscersi ha portato molti a immergersi in se stessi, sollecitati da una vaga intuizione di integrità e armonia possibili. Intuizione che li ha spinti a cercare prima e abitare poi la dimensione interiore, per scoprire lì una risposta agli interrogativi perenni che da sempre ci accompagnano. Questo viaggio di tanti singoli individui ha lasciato in dono ai posteri un bagaglio prezioso di consapevolezza che ha permesso a noi tutti di evolvere con un senso di umanità più universale, più equilibrato e più illuminato.

Per condividere le loro intuizioni ed esperienze, divenute nei secoli valori universali che ci hanno resi più umani, questi viaggiatori dell'ignoto hanno ideato storie, racconti o parabole in grado di svelare le verità percepite e al tempo stesso solleticare un viaggio interiore in grado di risvegliare lo spirito d'avventura in chi le ascolta.

Nelle loro narrazioni la percezione che la vita sia confinata al semplice e casuale nascere, lavorare, riprodursi e morire, si è ampliata alla possibilità di crescere, trasformarsi, sentire e trascendere; ovvero vivere in pienezza e totalità tutte le dimensioni in cui il nostro essere si estende!

Questo libro vuole sollecitare un risveglio della consapevolezza, che per l'umanità è alla base di ogni processo evolutivo. Questo risveglio è diventato oggi un'urgenza inderogabile, una vera e propria questione di sopravvivenza. Presi e persi negli affanni della quotidianità, facilmente dimentichiamo che siamo nati per realizzare le nostre potenzialità, e non per sopravvivere.

Aprirci dunque alla vita è un nostro diritto di nascita che questo libro sollecita a rivendicare. E per consolidare il senso di un'esistenza vissuta davvero, per ognuna delle qualità essenziali qui raccontate vengono consigliati una strategia meditativa e un compito esistenziale. La strategia meditativa sarà utile per tornare a sé, riattivare sensazioni e percezioni dopo la lettura, per interiorizzare meglio ciò che si è scoperto. Il compito esistenziale proposto intende rafforzare uno stile di vita utile a "lasciare questo mondo più bello di come lo si è trovato nascendo, così da rendere un servizio significativo all'intera esistenza", per usare le parole di Osho.

Ogni capitolo si propone come una lettura indipendente, completa in se stessa. Insomma in questo viaggio non è necessario procedere in modo lineare dalla prima pagina all'ultima, ma si possono compiere infinite peregrinazioni e salti in avanti e indietro, senza che sia compromessa la comprensione. Per facilitare questo approccio l'indice è organizzato in modo da permettere al lettore di avvicinarsi alle tematiche in base alla propria sensibilità e situazione esistenziale.

*Anand Videha*



•

## LO SPUNTO INTUITIVO

Ama te stesso, da quell'amore crescerà l'amore per gli altri.

Chi ama veramente se stesso, chi è in amore profondo con se stesso, non può far del male a nessuno, perché non potrà mai farsi del male.

Solo aiutando l'individuo, soltanto illuminando l'individuo, solo persuadendolo a celebrare e a gioire la vita, riusciremo a cambiare l'atmosfera del pianeta.

La società è corrotta, è malata, non esiste alcuna possibilità di riformarla. Negli ultimi cinquemila anni sono state riformate parecchie società, e di fondo nulla è cambiato, la situazione resta sempre la stessa: persistono lo stesso male, lo stesso orrore, la stessa malattia.

La misura è colma!

Le persone intelligenti sono diventate consapevoli che tutte le rivoluzioni sociali hanno fallito. Eppure ancora non abbiamo dato ascolto ai Buddha che hanno sempre parlato di una rivoluzione di tipo completamente diverso: la rivoluzione all'interno del cuore dell'individuo, poiché l'individuo è il fattore reale, la sostanza.

Se mai incrociassi qualcosa, incrocerai l'individuo reale. La società è solo una parola, ed è una parola pericolosissima.

Io affermo il reale contro l'astratto. E questa è sempre stata la via di tutti i Buddha, ma nessuno l'ha mai verificata. Sono state provate le vie dei politici, e tutti gli esperimenti politici hanno fallito, ma nessuno ha mai provato la via dei Buddha. Li abbiamo ascoltati, li abbiamo adorati, ma nessuno ha mai provato la loro via. Non abbiamo mai dato loro una sola opportunità.

Ora è giunto il tempo: se non si prova la via dei Buddha, non c'è più futuro. L'uomo è condannato, perché piano piano ha inventato un numero di armi così grande, ha scoperto ordigni così pericolosi, che la prossima guerra non sarà più la Terza, ma l'ultima. La prossima guerra sarà una guerra totale. Distruggerà tutta la vita, e non solo la vita umana, ma ogni forma di vita, la vita in quanto tale.

Prima che questo accada, per favore lasciate un'opportunità a coloro che hanno continuamente detto e ridetto che gli individui devono essere trasformati: Krishna, Cristo, il Buddha, Lao Tzu, Zarathustra. Perché una volta trasformato l'individuo, la società viene trasformata automaticamente: quella è una conseguenza.

Per cui il mio intento non è proporre una rivoluzione sociale. A me non interessa affatto la società: io mi interessano soltanto all'individuo reale.

•

## IL COMPITO ESISTENZIALE

Essere vivo implica sentire il dolore e il piacere, amare e aver paura.

Essere vivo significa avere la capacità di creare, di pensare a qualcosa che non esiste e realizzarla.

Ecco perché soltanto la persona creativa conosce la forma di esistenza più elevata: quando sei creativo, sei al massimo della tua energia, e quando crei sei parte del divino che è l'esistenza.

Come si possa agire creativamente è un mistero, come tu possa esistere è un mistero.

Ogni effetto deve avere una causa, questo è ciò che viene chiamato "la legge causa/effetto".

È ciò che ci hanno insegnato. D'altra parte, io non riesco a vedere alcuna causa che abbia prodotto l'effetto che io sono.

Io mi sono risvegliato, cavalcando un miracolo.

La mia ragione mi serve alla perfezione, ma fallisce di fronte al mistero del mio essere.

La mia ragione è anch'essa uno strumento di questo mistero, di conseguenza non può conoscerlo.

Devi guardare dentro di te.

Per vedere cos'è la vita, come prima cosa devi percepirla a partire dalla tua interiorità. E il modo migliore per sentire la tua vita è essere creativo, perché in quel momento sei al tuo massimo.

Dunque smetti di trascinarti, non vivere come se la vita fosse un peso, un dovere da assolvere. Rendila una danza, lascia che sia una festa, una celebrazione.





I VALORI



## Il viaggio della vita

CHI NON SI **MUOVE**,  
NON PUÒ RENDERSI CONTO  
DELLE PROPRIE **CATENE.**

Rosa Luxembourg

•  
La vita è un mistero da vivere,  
non un problema da risolvere.

•  
Per restare viva, l'energia dell'essere umano  
necessita di un flusso costante. È simile  
a un fiume, non a uno stagno. Ha bisogno  
di continuare a fluire, cambiando e scorrendo  
fra pianure e montagne diverse...  
finché non raggiunge l'oceano.  
Uno stagno non va da nessuna parte; ed è così che  
gli interessi costituiti della società vogliono  
le persone: stagni che non vanno da nessuna parte,  
che si limitano a evaporare e morire, lasciandosi  
dietro fango e putridume.  
Le energie della vita sono un fiume:  
un fluire che non raggiunge mai l'oceano.  
È un fiume che non smette mai di cercare e  
ricercare, e scopre sempre qualcosa...  
ma c'è sempre dell'altro da poter ancora scoprire.

Mi sovviene un racconto Sufi...

Un vecchio taglialegna viveva solo e senza una famiglia – la moglie era morta e non aveva figli. Nella sua tarda età – di certo aveva più di ottant’anni – per nutrirsi lavorava sodo nella foresta, dove tagliava legna da vendere. E ciò che riusciva a raccogliere gli bastava appena per vivere. Ogni giorno, avvicinandosi alla foresta, incrociava un mistico Sufi, seduto sotto un albero. E come usa la tradizione in Oriente, gli toccava i piedi, riceveva la sua benedizione e poi proseguiva nel suo lavoro.

Il mistico iniziò a provare simpatia per quell’uomo, e un giorno gli disse: “Sei una persona strana, non hai alcuna curiosità; infatti, se ti addentri un po’ di più nella foresta, puoi trovare una miniera di rame. E con il lavoro di una sola giornata potresti sfamarti per una settimana. Adesso devi lavorare ogni giorno, e questo mi ha profondamente rattristato. Va’ un po’ oltre...” L’uomo era titubante, conosceva la foresta... ma forse il mistico aveva ragione, perché anche lui l’aveva visitata. Da sempre lo aveva visto seduto sotto quell’albero.



Decise dunque di fare un tentativo, per nulla sicuro di ciò che poteva succedere. Ma trovò la miniera e raccolse rame a sufficienza da sfamarsi per un’intera settimana.

Si riposò e dopo una settimana tornò alla foresta. Ora aveva un aspetto migliore, più sano, un po’ ringiovanito. Toccò i piedi del mistico e gli disse: “Questa volta non mi inchino solo perché la tradizione lo richiede, ti sono davvero grato.”

Il mistico commentò: “Così presto? Sei uno sciocco! Se vai un po’ più addentro, troverai una miniera d’argento; e un giorno di lavoro ti basterà per un mese.”



L’uomo non ci poteva credere: aveva vissuto tutta una vita di miseria e patimenti!

D’altra parte, il mistico già una volta aveva dimostrato di sapere; forse, chissà... magari anche questa volta gli stava dando la dritta giusta! E se anche stava scherzando e voleva farsi beffe di lui, non c’era nulla di male a tentare.

Andò un po’ più addentro nella foresta... e trovò davvero una miniera d’argento. Esclamò: “Mio Dio! Ho sprecato la vita a tagliare legna, un lavoro duro, ed è così difficile vendere. Ci sono tanti taglialegna, e la competizione è tremenda!”

Raccolse un po’ d’argento e per un mese fu sufficiente. Ora viveva nel lusso e nelle comodità e quando tornò alla foresta, dopo trenta giorni, cadde ai piedi del mistico e disse: “Ti sono davvero grato, e mi piace di aver dubitato di te.”

Il mistico replicò: “Ancora non mi hai compreso... va’ un po’ più a fondo.”  
 Ma l’uomo esclamò: “E perché mai? Adesso vivo nel lusso!”  
 La risposta fu: “Tu non conosci cosa sia il lusso. Va’ un po’ più in profondità... troverai una miniera d’oro.”

hai un futuro promettente dinnanzi a te. Certo, oltre la miniera d’oro... c’è una miniera di diamanti.”  
 Il taglialegna era stupefatto: “Mio Dio, ma perché non me l’hai detto la prima volta? Perché ho dovuto sprecare il mio tempo con il rame, l’argento e l’oro?”



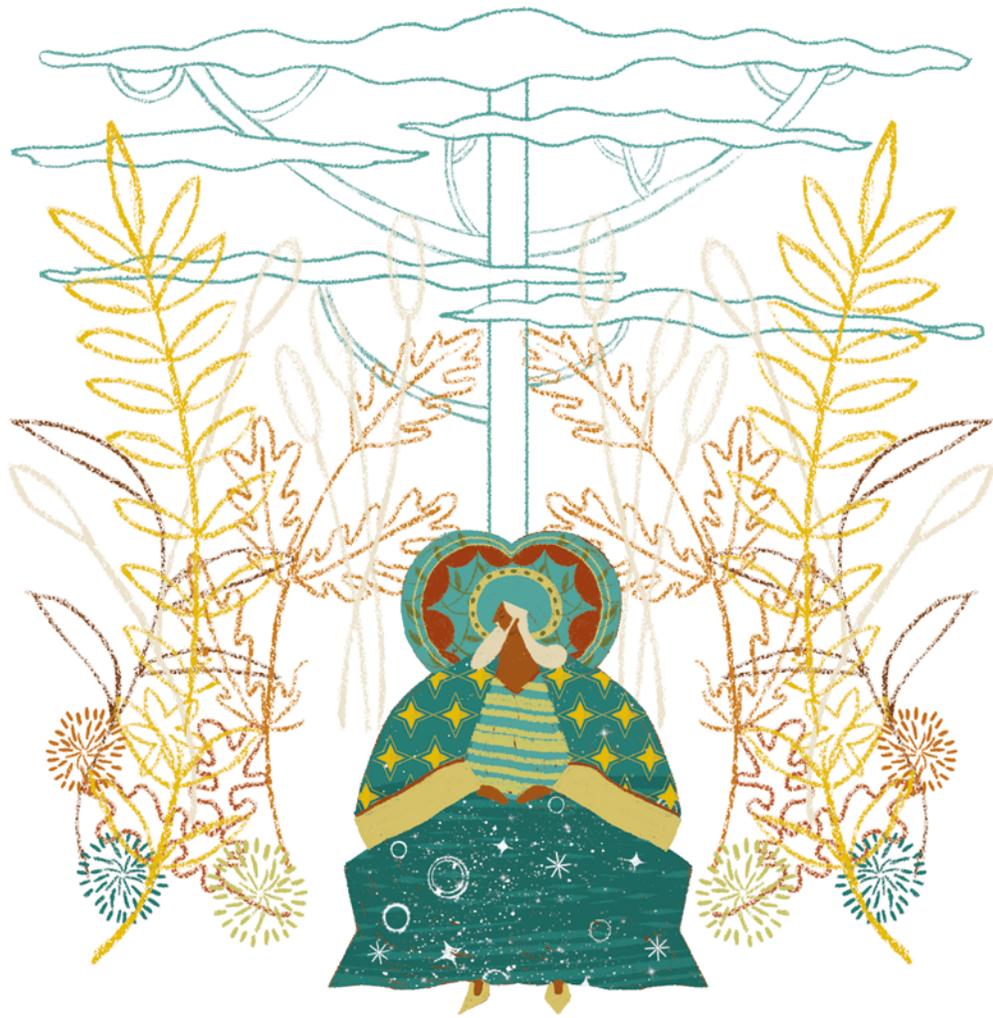
Per quel taglialegna la cosa era al di là di ogni immaginazione – possedere una miniera d’oro! – ma decise di avventurarsi. Adesso non aveva dubbi: questo mistico di certo sapeva. Trovò l’oro, e il mistico gli disse: “Quest’oro ti basterà per un anno, probabilmente adesso non ti vedrò più per dodici mesi.”  
 Al che il taglialegna replicò: “No, ogni tanto verrò a inchinarmi ai tuoi piedi. Tu sei un uomo che fa miracoli! Perché mai te ne stai seduto qui, quando sai così tante cose sull’oro e l’argento?”  
 La volta successiva si presentò dal mistico con un aspetto del tutto differente: abiti splendidi, scarpe magnifiche, e di certo era ringiovanito, in ottima salute. Aveva messo su peso, non era più lo scheletro rinsecchito di prima!  
 Il mistico stentò a riconoscerlo, ben poco rassomigliava al vecchio taglialegna. E commentò: “Dunque, le cose vanno bene?”  
 Il vecchio disse: “Vanno benissimo, ma ieri notte mi è venuto un pensiero... forse esiste qualcos’altro oltre a questo?”  
 E il mistico disse: “Ora, finalmente, sono riuscito a toccare il tuo cuore. Adesso hai speranza,

Il mistico rispose: “Non mi avresti creduto, non avresti avuto fiducia in me. E non saresti andato così a fondo, se ti avessi parlato di diamanti: ti ho dovuto accompagnare lentamente, passo dopo passo. Ora sei venuto tu, spontaneamente, a chiedermelo... e questo è un buon segno. Adesso non ti accontenti più: sebbene tu stia vivendo in un lusso maggiore rispetto alle altre persone, ancora non sei soddisfatto.”  
 E il taglialegna fu d’accordo: “Hai ragione. Ora voglio provarci.” Andò e trovò i diamanti. Quando tornò, per la prima volta passò di nuovo dal mistico per prostrarsi ai suoi piedi, e gli disse: “Adesso, forse, non tornerò mai più. Questi diamanti mi bastano per tutta la vita. Ecco perché sono tornato per un ultimo inchino.”  
 Al che il mistico disse: “Ma oltre c’è ancora qualcosa...”  
 Il taglialegna replicò: “No, oltre i diamanti non c’è nulla. Cosa potrebbe mai esserci? Stai solo scherzando.”  
 Il mistico fu risoluto: “Credimi, perlomeno vieni ancora una volta. Al di là dei diamanti, c’è qualcosa.”

E il giorno dopo l'uomo ricomparve – per tutta la notte non era riuscito a prendere sonno. Aveva diamanti a sufficienza per vivere come un re per il resto della sua vita, ma si ripresentò. Per la prima volta trovò il mistico seduto con gli occhi chiusi. Il taglialegna gli toccò i piedi, ma il mistico rimase immobile, come una statua: non fece alcun gesto, non mostrò di accogliere la sua gratitudine.

L'uomo lo scosse e disse: "Cosa ti succede? Volevi mostrarmi qualcosa di ulteriore!"

Il mistico allora disse: "È ciò che ti stavo mostrando. Al di là dei diamanti c'è il tuo essere... soltanto un po' più oltre. E se non scopri la miniera del tuo stesso essere, non hai trovato nulla di nulla."



Il taglialegna commentò: "Adesso riesco a capire perché te ne stai sempre seduto qui, sotto quest'albero, senza mai muoverti o interessarti ai diamanti. Ora mi siederò qui, di fianco a te, fino a quando avrò trovato la miniera di cui mi stai parlando. Sembra alquanto difficile... arrivare alle altre miniere è stato facilissimo: andare un po' più oltre all'esterno, e ancora più in là. Adesso la direzione cambia completamente."

E restando seduto in silenzio alla presenza del mistico in quella foresta

– immergendosi via via nella sua presenza, nel suo silenzio, nell'amorevolezza del suo essere – passò l'intera giornata.

Quando il sole iniziò a tramontare l'uomo era ormai immerso nella meraviglia. Aprì gli occhi e disse: "Avresti dovuto dirmelo prima, mi sarei soffermato molto tempo fa. Non sei un uomo compassionevole: per anni ho tagliato legna, trascinandomi delle fascine sulle spalle; mentre tu te ne stavi qui a goderti questa intima sensazione, questa gioia interiore... senza dirmi nulla di nulla!"

Il mistico disse: "Non mi avresti ascoltato. Come prima cosa, erano necessari i diamanti. Adesso puoi tornare a casa, perché la miniera dei tuoi tesori è dentro di te. Ricorda soltanto una cosa: continua ad andare oltre, non fermarti mai. Non esiste alcun punto fermo, perché ogni battuta d'arresto è una morte."



## LO SPUNTO INTUITIVO

Potremmo forse creare qualcosa di migliore, rispetto a tutte le utopie mai sognate al mondo, ma sempre l'utopia esisterà all'orizzonte, che appare così vicino da poter essere raggiunto – proprio ora, nell'arco di un'ora – laddove la terra sta toccando il cielo.

Eppure, a mano a mano che ti avvicini a quel punto d'incontro, l'orizzonte continua a recedere: la distanza tra te e l'orizzonte rimane sempre la stessa.

E questo è l'intero segreto della crescita e dell'evoluzione.

Possono esistere i miracoli, ma nessuno porterà mai ad alcuna perfezione.

La perfezione è impossibile, ed è un bene che non sia realizzabile: questo ti mantiene in movimento, ti tiene vivo, ti permette di continuare a fluire.

Io sono del tutto favorevole all'utopia, e so che le idee di cosa sia cambieranno. Qualsiasi cosa si arrivi a conseguire non sarà più utopia, tuttavia ci sarà qualcos'altro a rivestirla. Non può essere altrimenti: l'evoluzione dell'essere umano è multidimensionale, la sua consapevolezza può crescere all'infinito... e dovrebbe crescere infinitamente.

## LA MEDITAZIONE: SII SIMILE ALL'APE

Il Buddha suggeriva ai suoi discepoli di essere simili alle api, e questo perché esse vanno di fiore in fiore, senza mai disturbarli. Ne prendono la fragranza, ne godono la presenza, ma non possiedono i fiori e non li importunano.

I fiori conservano sempre la loro integrità; in realtà, grazie al ronzio e alla danza dell'ape, il fiore diventa più bello; quell'andare da lui è un complimento prezioso: si sente riconosciuto nella sua fragranza.

La gioia dell'ape rende il fiore consapevole del proprio essere. L'ape diventa uno specchio che non interferisce minimamente, che in nessun modo lo turba. Ne prende il nutrimento in modo così delicato, con una tale grazia, con un'arte, un'abilità, un'intelligenza tali da rendere il fiore riconoscente, anziché sentirsi sfruttato. Inoltre, l'ape non possiede mai alcun fiore, si limita a muoversi da un fiore all'altro.

Il Buddha diceva ai suoi discepoli: “Continuate ad andare avanti... *charaiveti, charaiveti.*”

Non fermatevi mai da nessuna parte, non possedete nulla... muovetevi oltre.

Godi tutto ciò che la vita ti dà, ma non essere mai possessivo in alcun modo. Sii simile all'ape: cantando, danzando, divertendoti, celebrando... ma in movimento. Rimani un flusso. Nel momento in cui ti fermi da qualche parte, diventi stagnante, e allorché inizi a possedere, diventi distruttivo. Il vero amore sa come non possedere; come amare senza alcuna possessività.

Questa simbologia è bellissima: raffigura con precisione la vita di un ricercatore del Vero. Ricordalo, e lascia che diventi la tua stessa vita, l'espressione stessa del tuo essere. Lascia che permei tutta la tua esistenza.



●  
IL COMPITO ESISTENZIALE

Nella vita esistono soltanto due tipi di viaggio: quello esteriore e quello interiore. E un uomo che corre indaffarato nell'esteriorità dovrebbe capire che così non conseguirà mai lo stato dell'essere che chiamiamo silenzio, appagamento, beatitudine. In quella direzione si corre soltanto verso sconquassi e caos, e non si incontrerà altro che la morte.

L'uomo che corre nella sua dimensione interiore consegue l'immortale, ciò che non muore mai; laddove l'uomo che corre esteriormente accumulerà cose che poi dovrà abbandonare. Inoltre, dovrà ottenere quelle cose da qualcuno, facendo del male e creando sofferenze. Ebbene, se si spreca la vita causando sofferenze alle altre persone, non sarà possibile conseguire alcuna beatitudine. Invece, ciò che si consegue nel mondo interiore non viene sottratto ad alcuno, non essendo proprietà di nessuno: appartiene soltanto a noi, individualmente.

Una giusta educazione orienta l'individuo verso il viaggio interiore. Purtroppo oggi siamo tutti proiettati in un viaggio all'esterno: tutto ciò che si apprende, qualsiasi cosa si legga, ci porta inesorabilmente all'esterno. E piano piano tutto questo ci travolge, portandoci a dimenticare che anche dentro di noi abbiamo qualcosa.

Si dimentica di avere un tesoro interiore nascosto nell'essenza più intima dell'essere, nella nostra anima. E si dimentica di avere un agio interiore, un regno interiore che vale la pena trovare.

La vita è breve, ma ce ne rendiamo conto solo quando è trascorsa. Forse in punto di morte ci si rende conto di averla sprecata, ma a quel punto quella comprensione non è di alcuna utilità.



Ahimè, se solo ci potesse essere detto tutto questo all'inizio della nostra esistenza. Se solo questo pensiero, questa determinazione, questa sfida, questo richiamo e questo invito fossero instillati nel cuore dei bambini: la comprensione che il tesoro più prezioso è racchiuso dentro di loro, e che i sentieri che portano a trovarlo sono del tutto opposti, rispetto alle vie che conducono ai tesori del mondo.

Oggigiorno le nostre vite sono incomplete, perché ricerchiamo soltanto all'esterno, e non pensiamo ad altro. Pochissime persone trovano una realizzazione nella vita, sebbene tutti possano conseguirla. Anche tu puoi, ma devi fare qualcosa, altrimenti la tua sconfitta è garantita.



## PROFILO DELL'AUTORE

Osho è una di quelle figure che ogni tanto compaiono nella storia degli uomini, la cui vita non può essere compresa con una semplice biografia.

Qualcuno ha definito questi personaggi “pensatori d’urto”, nel senso di qualcosa che urta, ma anche di qualcosa in cui ci si trova inevitabilmente a urtare, qualcosa che sollecita un processo di comprensione, una crescita, un risveglio.

È come se costoro incarnassero una sintonia con l’esistenza che evoca, in chi li avvicina, un diverso destino, una percezione di sé differente: più integra, più completa, più realizzata. Individui come Osho si presentano intimamente appagati, vettori e testimoni di una profonda radice nell’esistenza; e il loro messaggio diventa una spinta, un impulso a cambiare rotta, a vivere in pienezza la propria essenza.

Lo stimolo esistenziale da loro dato ha da sempre aiutato il genere umano a uscire dalla caverna psicologica in cui abitualmente ci si rintana, e che porterebbe a perpetuare un’eterna età della pietra, se non ricevessimo sollecitazioni differenti.

E l’essenza del loro messaggio è semplice: “Essere se stessi e conoscere se stessi è l’unico modo per adempiere il proprio vero destino”, l’occasione di sentirsi profondamente e indubitabilmente realizzati.

Di Osho Bompiani ha pubblicato: *Le più belle frasi di Osho – quelle vere, Amore e libertà e Dal sesso all’eros cosmico.*

Una serie introduttiva alla millenaria scienza interiore delineata dal tantrismo, in cinque volumi: *Il libro dei segreti, I segreti della trasformazione, I segreti del Tantra, I segreti della gioia e I segreti del risveglio.*

Alcune opere esperienziali, con CD di meditazione allegato: *L’arte dell’equilibrio, La paura: comprenderla e dissolverla e Vivere, morire, rinascere.*

Diverse opere sapienziali che avvicinano alle millenarie tradizioni del Vero, rendendole accessibili alla mente contemporanea, tra cui: *La vera saggezza, La magia del semplice, Il candore della dignità, La forza di rinascere, Il potere della fragilità e Tantra: la comprensione suprema.*

## IL PERCORSO DI NATI PER VIVERE

*Nati per vivere* è un’opera che doveva proprio essere *vissuta* per poter *nascere*.

È dunque un progetto cresciuto in un periodo difficile per l’umanità, in cui tutto sembrava dovesse fermarsi e spegnersi. Abbiamo invece colto l’occasione per continuare questo cammino senza frenesia, portando una dose ulteriore di cura, dedizione, amore.

In passato abbiamo già avuto modo di sperimentare la sinergia fra i pensieri di Osho raccolti dal curatore Anand Videha e i vibranti disegni di Cecilia Turchelli, e sentiamo di aver avuto tempo, spazio, attenzione e rispetto da parte dell’Editore, per poter aggiungere al mero lavoro di stesura e produzione illustrativa una componente importante di emotività e passione.

Il cammino è iniziato con la scelta dei valori, che doveva andare di pari passo con l’elaborazione di quanto Osho ha condiviso nel corso della sua esistenza. È stato un lavoro di selezione e cesello, che ha portato all’esclusione di alcune parole che forse meritavano di essere presenti nel volume, scartate solo per esigenze di spazio. Sono dunque possibili ulteriori sviluppi per progetti futuri!

Anche per le illustrazioni il lavoro preliminare ha richiesto molto tempo. Cecilia ha sperimentato tecniche e strumenti differenti, alla ricerca di uno stile che potesse essere il più possibile “senza tempo”. E dopo aver definito la tecnica, ha cercato di fornire alle lettrici e ai lettori delle suggestioni più che delle “descrizioni”, attraverso immagini oniriche e liberamente interpretabili, soprattutto in apertura di ogni capitolo. Le illustrazioni dedicate alle parabole sono volutamente più scarse, dinamiche, con elementi al tratto, per far risaltare la narrazione con garbo.

Benedetto, Prabodhi e Andrea hanno sostenuto, ciascuno nel suo ambito, la lavorazione in tutti i suoi passaggi impaginando, rivedendo i testi, coordinando l’insieme dell’opera.

Insomma, siamo davvero sicuri di aver creato un’opera *viva*, che possa emozionarvi e far *nascere* nuove comprensioni, come ne sono nate in noi durante la stesura del libro che tenete tra le mani.

# Indice e citazioni complete

---

## 5 LA VISIONE

*L'incosapevolezza non ha un inizio, ma ha una fine.  
La consapevolezza ha un inizio, ma non ha fine.*  
Gautama il Buddha

## 11 I VALORI

## 13 IL VIAGGIO DELLA VITA

*Chi non si muove, non può rendersi conto delle proprie catene.*  
Rosa Luxembourg

21 La meditazione: sii simile all'ape

## 25 LA BELLEZZA

*La bellezza non è causata. Essa è.*  
Emily Dickinson

29 Medita sulla luna piena

## 31 LA LIBERTÀ

*Pochissimi sanno essere liberi e pochissimi sanno cosa vuol dire esserlo.*  
Maurice Zundel

37 La meditazione: rimuovi ogni cosa

## 41 LA RESPONSABILITÀ

*Sei responsabile di ciò che fai di quello che sei.*  
Jean-Paul Sartre

48 La meditazione: essere rispondenti

## 51 LA CONSAPEVOLEZZA

*Con un occhio tu guardi il mondo, con l'altro guardi in te stesso.*  
Amedeo Modigliani

57 La meditazione: una corrente sotterranea nella vita quotidiana

## 61 L'AMORE

*L'amore è l'unica cosa che possa essere infinita nel cuore dell'uomo.*  
George Sand

66 Rendi l'amore la tua meditazione e purificalo quanto più possibile

## 71 IL CORAGGIO

*L'uomo non può scoprire nuovi oceani se non ha il coraggio di perdere di vista la riva.*  
André Gide

78 La meditazione: liberarsi dalla paura

## 83 LA SOLITUDINE

*Più mi lasciano sola più splendo.*  
Alda Merini

90 La meditazione: ricorda, ricorda a ogni istante, che tu sei solo!

## 95 LA CREATIVITÀ

*Non dimenticare mai che lo spirito è plasmato dalle esperienze più banali. Dire che un fatto è banale significa classificarlo tra quelli che hanno maggiormente concorso alla formazione delle tue idee essenziali.*  
Paul Valéry

102 La meditazione: l'arte è la strategia meditativa per eccellenza

## 107 L'ACCETTAZIONE

*Mantenere uno spirito di accettazione. È quanto ho imparato crescendo. Ad accettare. Non a cambiare il mondo, ma a cambiare la nostra anima, in modo che possa stare al mondo, che possa trovare il suo giusto posto nel mondo.*  
Ursula K. Le Guin

112 La meditazione: accetta tutte le stagioni della vita

## 115 LA TOTALITÀ

*L'anima è l'uomo nella sua totalità.*

Robert Koch

122 La meditazione: inizia a essere totale

## 127 LA RISATA

*C'è solo una regola da ricordare: ridi di tutto e dimenticati di tutti.*

Anna Frank

134 La meditazione della risata

## 139 L'ARMONIA

*Ogni ombra, in fondo, è [...] figlia della luce, ma solo chi ha potuto sperimentare tenebra e chiarezza, guerra e pace, ascesa e decadenza, può dire di avere veramente vissuto.*

Stefan Zweig

145 Scegliere la meditazione giusta da cui iniziare

## 149 L'ASCOLTO

*Chi sa ascoltare finisce con l'imparare qualcosa.*

Wilson Mizner

154 Prima meditazione: l'arte del divino ascolto

155 Seconda meditazione: prova a spostarti nel silenzio

## 159 IL SILENZIO

*Silenzio prima di nascere, silenzio dopo la morte, la vita è puro rumore tra due insondabili silenzi.*

Isabel Allende

164 Meditazione: rilassati all'interno del tuo essere

## 169 LA FRAGILITÀ

*Il maggiore vantaggio della fragilità – o meglio la consapevolezza della nostra fragilità – è che essa ci protegge dalle illusioni di onnipotenza (“non può succedermi niente”) e da un certo numero di convinzioni (“sarà tutto facile”).*

Christophe André

175 Meditazione: espira profondamente

## 179 LA DIGNITÀ

*La Dignità Umana è balenata solo di quando in quando e qui e là, in solitario splendore, attraverso le epoche, nella speranza di un uomo migliore, mai in una impresa della maggioranza.*

James Thurber

183 Medita sulla luce

## 189 LA GRATITUDINE

*La gratitudine va considerata come via maestra verso la felicità umana.*

George Henry Lewes

195 Meditazione: sii grato per ogni istante di vita

## 199 CHIAMATI A TRASCENDERE

*Io sto cercando di ricondurre il divino che è in me al divino che è nell'universo.*

Plotino

206 Meditazione: la consapevolezza di esistere

## 211 INVITO AL RISVEGLIO

218 Profilo dell'autore

219 Il percorso di *Nati per Vivere*