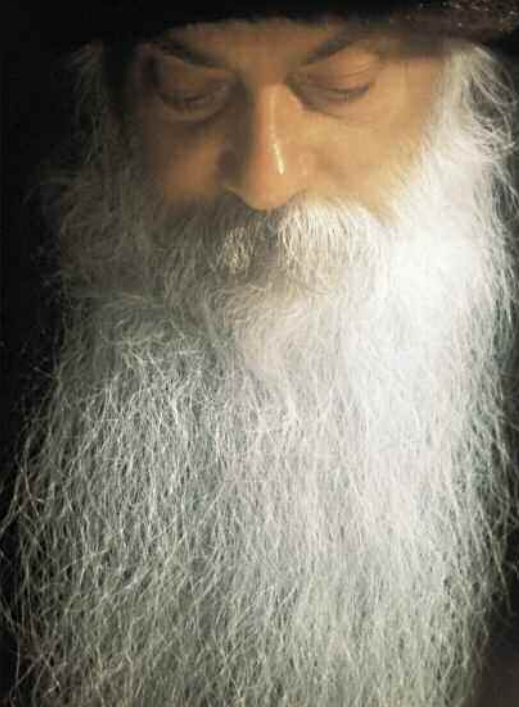


la fragranza, la visione momenti di luce con osho



le terapie che ti propongo ti aiutano soprattutto a riguadagnare la fiducia in te stesso, l'autostima, la comprensione che non c'è nulla di sbagliato in te, ma questo è solo il punto di partenza, poi inizia il vero lavoro: la meditazione. La terapia serve solo a disfare quello che la società ti ha fatto. Quando te ne sei liberato, comincia il lavoro reale: l'esplorazione del tuo mondo interiore. Osho

04

Osservatorio

Repressione: l'approccio sbagliato. Di Marga

06

Tantra: una sola energia

Sesso, amore, meditazione... Osho

08

Alla base di tutto... il respiro

Anche di un soddisfacente rapporto uomo/donna... ispirazione, espirazione e respiro tantrico.

Sahaja intervista Devapath

10

Per illuminare il tuo cammino

Rare lettere di Osho a Ma Yoga Sohan, discepola fin dagli anni '60

13

Illuminazione

Se ne può parlare all'infinito, ma finché non ti accade è solo un'idea... Ecco allora qualche brano di Osho per chiarirci un po' le idee



16

Anche il naso... ti aiuta a meditare

Osho propone due tecniche che utilizzano l'olfatto

18

La paura ti fa paura?

Ma non è poi un mostro così terribile! Osho ci offre una nuova prospettiva. Per poi andare oltre.

Di Marga

24

Spontaneità

Non è solo fare tutto ciò che vuoi!

Ne parliamo con Meera, l'artista che guida workshop di pittura come strumento di meditazione e conoscenza di sé.

IN COPERTINA

la piramide dell'Osho Auditorium dove si svolgono le meditazioni all'Osho International Meditation Resort di Pune, India

26

Rimanere nel momento

Di solito lavori, ti sforzi, ti stanchi... e solo poi finalmente ti svaghi, forse. Ma è possibile raggiungere un equilibrio e non continuare a dividere il tuo tempo fra lavoro e riposo.

Parliamo con Vatayana della sua esperienza di Lavoro come Meditazione all'Osho Meditation Resort di Pune.

28

Dalla terapia alla meditazione

All'Osho Meditation Resort L'evoluzione dell'approccio terapeutico apre la strada verso la meditazione. Bali ne parla con Prabodhi terapeuta con oltre vent'anni di esperienza

31

Dinamica... passo dopo passo!

I processi cerebrali e i benefici della più famosa meditazione di Osho, utilizzata anche in ambito terapeutico in tutto il mondo. Ce li spiega Anando

34

Libera di essere donna

Alla scoperta delle prerogative femminili *Amore, fiducia, bellezza, verità e autenticità sono tutte qualità femminili e sono molto più importanti di qualsivoglia caratteristica maschile...* Osho

36

La mia esperienza

I punti più importanti del "lavoro" di Osho, ce ne parla Shunyo

38

Recupera la creatività che avevi da bambino!

È possibile lavorando sul senso di vergogna. Di Tabish

40

Un illuminato con un'attitudine scientifica

I *Sutra sullo Yoga* di Patanjali, commentati da Osho, sono fondamentali per apprezzare meglio una disciplina sempre più seguita.

sommario



38



42

L'oceano ti sta invitando

Lasciati andare... e vedrai che, come diceva il poeta "il naufragar m'è dolce in questo mare"! *Quando arriva l'invito dell'oceano, non scappare via. L'oceano è l'inizio stesso della vita, non solo metaforicamente, ma nella realtà.* Osho

44

Il presente... una dimensione così vasta!

I tesori di un ritiro di Vipassana. Intervista ad Akarmo

46

L'oroscopo di settembre

48

Le news

52

Libro in gocce

54

Vetrina delle opere di Osho nelle Edizioni Mondadori

60

Meditare... di giorno, di notte

Risposte di Anando e Siddho ai partecipanti all'evento Liberi di Essere di Milano

62

Il manager... verticale

Consapevolezza e meditazione nell'impresa e oltre. Un'intervista ad Attilio Piazza

40

