



Article about OSHO in:
PSICOLOGIA PRACTICA (Practical Psychology)
 Spanish monthly magazine
 April 2005

{GRANDES MAESTROS DEL CRECIMIENTO PERSONAL}

{OSHO}

Un espíritu revolucionario

La difusión de su pensamiento fue en pos de una meta: "Deseo que las personas crezcan por sí mismas y que conozcan el centro de su ser"

Considerado uno de los cuestionables guías espirituales del siglo XX, Osho (1931-1990) fue, al igual que Gandhi, Nehru y Buda, un espíritu rebelde, cuya filosofía —que cuestionaba las creencias tradicionales de su país— ayudó a cambiar el destino de la India. Osho aportó una nueva visión de la existencia humana, y en su búsqueda espiritual del hombre contemporáneo sentó las bases para el nacimiento de un nuevo tipo de ser humano conocido como "Zorba el Buda": un ser dotado de la sabiduría y la capacidad necesaria para alcanzar la felicidad.

Enseñanzas que perduran

En la década de los 70 captó la atención del Occidente más joven que quería experimentar la meditación y la transformación espiritual. Y aún hoy, años después de su muerte en 1990, sus enseñanzas siguen expandiéndose gracias al Resort de Meditación de Osho, en Poona (India), un lugar diseñado por el místico para que los visitantes puedan

conocer y experimentar su visión espiritual y que se ha convertido en uno de los mayores centros de meditación y transformación del mundo.

Placer, felicidad y dicha

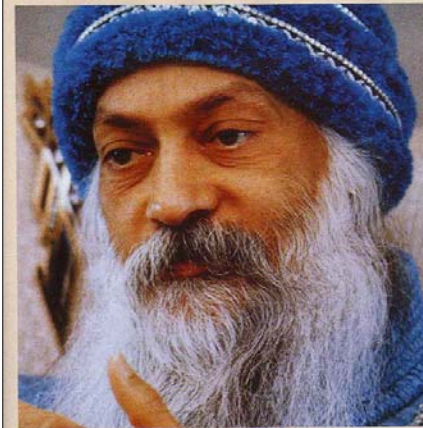
Osho asegura que todos podemos elegir entre la felicidad o la infelicidad: "Ser feliz resulta difícil, porque supone una

ruptura drástica con el pasado, pues debes abandonar todos los modelos que te han impuesto y encontrar tu flama interior". Además distingue entre placer, felicidad, alegría y dicha, cuatro conceptos que abarcan "una de las verdades más fundamentales":

- **El placer es físico:** "Cuando buscas placer no puedes amar, porque sólo utilizas al otro como medio".
- **La felicidad es psicológica,** pero no muy distinta del placer.
- **La alegría es espiritual,** un fenómeno interno que no depende de las circunstancias.
- **La dicha es algo absoluto** que va más allá de la alegría. Buda lo llama "nirvana", que significa "dejar de ser, renacer". El placer es animal, la felicidad, humana; la dicha, divina.

Las aportaciones de Osho

"Si alguien te pide que resuma mi punto de vista filosófico, no será sencillo



Texto: JUDIT ARIS

existe, y el futuro jamás existirá, de modo que éste es el momento.

■ **Entusiasmarse con las cosas pequeñas:** porque sólo a través de ellas puede acontecer algo grande.

CREATIVIDAD

■ **Cambia tu mundo:** la única forma de transformar el mundo es cambiar tu visión de él.

■ **Fíjate metas posibles:** cuando deses lo posible, lo imposible también puede suceder.

SENSIBILIDAD

■ **Aprende del sufrimiento:** porque la inteligencia se atila cuando se enfrenta a desafíos.

■ **Haz cambios a mejor:** la felicidad te da la pista de que las cosas van bien. Si no es así, algo requiere un cambio.

■ **Empieza de cero:** siempre es bueno derribar puentes con el pasado. Entonces uno se mantiene vivo, inocente y jamás pierde la infancia.

GRATITUD

■ **Visualiza un gran día:** por la mañana, levántate con la certidumbre de que va a

{ LA ÚNICA FORMA DE CAMBIAR EL MUNDO ES CAMBIAR LA VISIÓN QUE TIENES DE EL }

porque yo veo al hombre como un ser multidimensional. Tendrás que dar a conocer estos diez no-matamientos:

LIBERTAD

■ **Sé espontáneo:** hazlo lo que hagas, hazlo con total entrega.

■ **Desprende-te de limitaciones:** si olvidas tus limitaciones, empezarás a funcionar como un ser ilimitado.

■ **Liberate de preocupaciones:** no te agobies por lo bueno o lo malo que tenga que venir, aprende a crecer con ello.

INDIVIDUALIDAD

■ **Madura:** cuando decidimos no pedir las cosas que nos gustan y nos empezamos a gustar las cosas que suceden, es cuando empezamos a madurar.

■ **Sé tu mejor amigo:** si eres un enemigo para ti mismo, en vano esperes poder ser amigo de otros.

AMOR

■ **Ámate:** a través del amor a uno mismo, resulta posible el amor a los demás.

■ **Otréase amor:** recibimos lo que damos. Si arrojas ira, ira es lo que te vuelve; si das amor, amor es lo que recibes.

■ **Entregate:** cuando comprendes que el amor permanece entregándose al verdadero amor, el miedo desaparece.

MEDITACIÓN

■ **Medita y ama:** la meditación significa encontrar tu propio ser, y el amor te ayuda a compartir este tesoro.

NO-SERIEDAD

■ **Aventúrate:** clige siempre lo nuevo ante lo viejo, porque en esto último no hay crecimiento.

■ **Sé positivo:** no luches contra la oscuridad, tan sólo enciende una vela de entusiasmo para que ésta desaparezca.

■ **Atrésigate:** no pidas una vida segura y un riesgos; sería como pedir la muerte.

DISFRUTE

■ **Disfruta del presente:** el pasado ya no

{ SÓLO A TRAVÉS DEL AMOR A UNO MISMO RESULTA POSIBLE EL AMOR A LOS DEMÁS }

ser un gran día. Y, cada noche, recuerda y agradece todo lo bueno que ha sucedido para que vuelva al día siguiente.

SENSACIÓN DE LO MISTERIOSO

■ **Acepta lo inseguro:** la madurez llega cuando aceptamos y disfrutamos con la inseguridad de la vida y del amor.

■ **Participa:** se puede aprender con la observación, pero no es nada comparado con la participación. ●

GREAT MASTERS OF PERSONAL GROWTH

[OSHO]

A Revolutionary Spirit

“I want that people grow by themselves and come to know the center of their being”

Considered one of the unquestionable spiritual guides of the XX centuries, Osho (1931-1990) was, like Gandhi, Nehru and Buddha, a spiritual rebel, whose philosophy challenges all the traditional beliefs systems of his country and helped to change the destiny of India. Osho brought a new vision to human existence, and in his spiritual search for a contemporary man he set the foundations for the birth of a new kind of human being known as “Zorba the Buddha” - a human being with wisdom and the capacity to attain bliss.

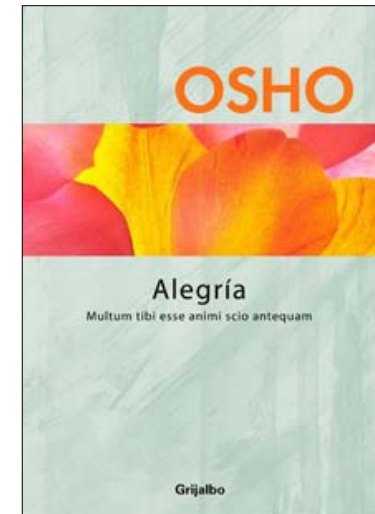
Teachings that last

In the 70's he caught the attention of the Western youth that wanted to experience meditation and spiritual transformation. Still today years after his death in 1990, his teachings keep on expanding through the Osho International Meditation Resort, in Poona (India), a place designed by the mystic

where visitors can get to know and experience his spiritual vision, and that has become one of the largest centers of meditation and transformation in the World.

(7,000 HOURS OF TEACHINGS)

Osho is not an author in the traditional sense of the word because he never wrote a book. All his works, around 700 titles--in more than 50 languages--are transcriptions of talks given during over a period of 35 years; a total of 7,000 hours recorded in digital format and 1,700 hours of video.



The latest title in Spanish, *Joy: The Happiness That Comes from Within* (Grijalbo), has had the strongest impact on the public. Other remarkable titles are: *The Book of Secrets – The Science of Meditation* (Gaia); *Emotions: Freedom from Jealousy, Anger and Fear* (Edaf); *Meditation: The Art of Remembering Who You Are* (Edaf); *The ABC of Enlightenment* (Kairos); *Intuition* (Grijalbo); *Pharmacy for the Soul* (Martinez Roca).

For more information: www.osho.com

Pleasure, happiness and bliss

Osho says that we can all choose between happiness and misery: “To be happy is difficult because it requires a break with the past and you need to leave behind all the patterns that have been imposed on you so that you can find your own inner flame”. He also makes a distinction between pleasure, happiness, joy and bliss. Four concepts that embrace “one of the most fundamental truths”

- Pleasure is physical: “When you search for pleasure you can not love, because you are using the other as a means.”
- Happiness is psychological, but not very different from pleasure
- Joy is spiritual, it is an inner phenomenon that does not rely upon circumstances.
- Bliss is something that goes absolutely beyond joy. Buddha calls it “nirvana” that means “stop being, stop taking rebirth”. Pleasure is animalistic; happiness is human; bliss is divine.

The contributions of Osho

“If someone asks you to condense my philosophical point of view it will not be easy because I see man as a multidimensional being. You will have to know these ten non-commandments

Freedom

Be spontaneous: whatever you do do it wholeheartedly

Let-go of limitations: if you forget your limitations you will start working as an unlimited being

Get rid of your worries: Don't get suffocated by the good or the bad to come, learn to grow with it.

Individuality

Mature: When we decide to stop wishing for the things we don't have and begin accepting those things we do have we start maturing.

Be your best friend: if you are your own enemy, wait in vain to be able to be friends with others.

Love

Love your self: only through love for one self it is possible to love others.

Offer love: we get what we give. If you offer anger, anger is what you get back, if you give love, love is what you get.

Give your self: When you understand that love stays when you give your self to true love, fear disappears.

Meditation

Meditation and Love: meditation means to find your own self, and love helps you to find this treasure.

Non-Seriousness

Be adventurous: Always choose the new before the old, because in the old there is no growth.

Be positive: do not fight against darkness, only with the candle of enthusiasm is enough to dispel it.

Risk: do not ask for a secure life without risk. It would be like asking for death.

Enjoy

Enjoy the present: the past is not longer there, the future will never exist, so this is the moment

Be enthusiastic with small things: because only through them can something big happen.

Creativity

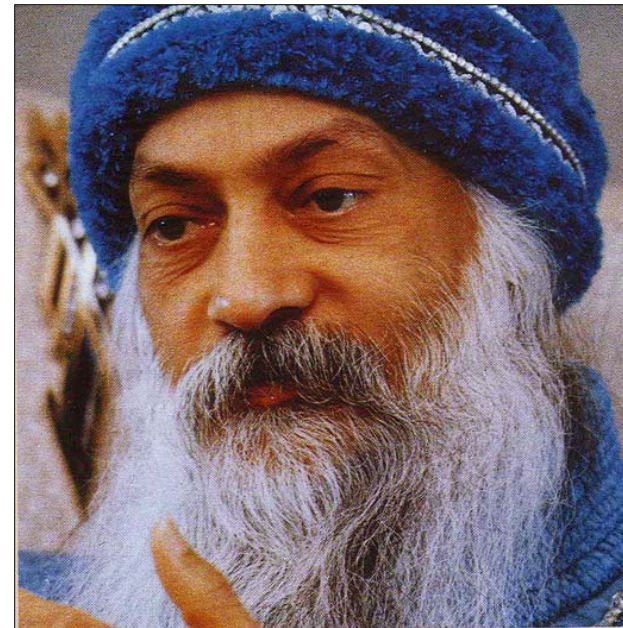
Change your World: the only way to transform the world is to transform your vision of it.

Create goals possible: when you want the possible, the impossible may also happen.

Sensitivity

Learn from suffering: because intelligence sharpens when it faces challenges.

Change for the better: happiness gives you the clue that you are on the right path. Otherwise something needs to be changed.



Start from zero: it is always good break down all the bridges with the past. Then one keeps alive, innocent and never loses his childhood.

Gratitude

Visualize a great day: in the morning, wake up with the certainty that it is going to be a great day. At night, remember and be thankful for all the good that has happened so it returns the next day.

Sense of the Mysterious

Accept insecurity: you attain maturity when you accept and enjoy that life and love are insecure.

Participate: you can learn with observation but it is nothing compared to participation.