

# DESIDERATA

---

**Escucha entonces la sabiduría del sabio:**

**“Camina plácidamente entre el ruido y las prisas,  
y recuerda que la paz puede encontrarse en el silencio.**

**Mantén buenas relaciones con todos en tanto te sea posible, pero sin transigir.**

**Di tu verdad tranquila y claramente;**

**Y escucha a los demás,**

**incluso al torpe y al ignorante.**

**Ellos también tienen su historia.**

**Evita las personas ruidosas y agresivas,**

**pues son vejaciones para el espíritu.**

**Si te comparas con los demás,**

**puedes volverte vanidoso y amargado**

**porque siempre habrá personas más grandes o más pequeñas que tú.**

**Disfruta de tus logros, así como de tus planes.**

**Interésate en tu propia carrera,**

**por muy humilde que sea;**

**es un verdadero tesoro en las cambiantes vicisitudes del tiempo.**

**Sé cauto en tus negocios,**

**porque el mundo está lleno de engaños.**

**Pero no por esto te ciegues a la virtud que puedas encontrar;**

**mucha gente lucha por altos ideales  
y en todas partes la vida está llena de heroísmo.**

**Sé tu mismo.**

**Especialmente no finjas afectos.**

**Tampoco seas cínico respecto al amor,  
porque frente a toda aridez y desencanto,  
el amor es tan perenne como la hierba.**

**Acepta con cariño el consejo de los años,  
renunciando con elegancia a las cosas de juventud.**

**Nutre la fuerza de tu espíritu para que te proteja en la inesperada desgracia,  
pero no te angusties con fantasías.**

**Muchos temores nacen de la fatiga y la soledad.**

**Más allá de una sana disciplina,  
sé amable contigo mismo.**

**Eres una criatura del universo,  
al igual que los árboles y las estrellas;  
tienes derecho a estar aquí.**

**Y, te resulte o no evidente,  
sin duda el universo se desenvuelve como debe.**

**Por lo tanto, mantente en paz con Dios,  
de cualquier modo que Le concibas,  
y cualesquiera sean tus trabajos y aspiraciones,  
mantente en paz con tu alma**

**en la ruidosa confusión de la vida.**

**Aún con todas sus farsas, cargas y sueños rotos,**

**éste sigue siendo un hermoso mundo.**

**Ten cuidado y esfuérgate en ser feliz”.**

---

**VOLVER ATRÁS**

**PÁGINA PRINCIPAL**

# OSHO GULAAB

Ahora ya puedes leer y disfrutar de las palabras de Osho en español.  
También podrás conocer a: Jiddu Krishnamurti, U.G. Krishnamurti, G. Gurdjieff, Sri Nisargadatta Maharaj, Barry Long,...

TIENDA

LECTURAS

OSHO NOS  
HABLA DE

MEDITACIONES

ALBUM  
DE FOTOS

NOTICIAS

DIRECCIONES  
INTERESANTES

OSHO

SRI RAMANA  
MAHARSHI

JIDDU  
KRISHNAMURTI

BUDA

JESÚS

GEORGES  
GURDJIEFF

U.G.  
KRISHNAMURTI

NISARGADATTA  
MAHARAJ



# Osho

BUDISMO

TAOISMO

ZEN

YOGA

HINDUISMO

ADVAITA

TANTRISMO

SUFISMO

SRI  
RANJIT

MEHER  
BABA

SRI  
RAMAKRISHNA

KABIR

AMMA

LA  
ATENCIÓN

TAI-CHI

CHI KUNG



MÍSTICOS  
CRISTIANOS

MISCELANEA

PSICOLOGIA

NUEVA  
FISICA

E-LIBROS  
GRATIS

[¿Quieres ver fotos de Osho?](#)



[NOVEDADES](#)

ANTONIO  
BLAY

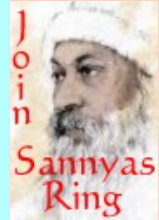
JEAN  
KLEIN

BARRY  
LONG

ECKHART  
TOLLE

A.H.  
ALMAAS

ALAN  
WATTS



Web miembro del SanyasRing.

[Web anterior](#)

[Salta a la próxima web](#)

[Elige una web al azar](#)

[Listado siguientes 5 webs](#)

[Listado de todas las webs](#)

[Hazte miembro](#)



Esta web del Sanyas Ring es de [Oshogulaab](#).



## The International Meditation Directory

[Click to Enter](#)

[Random](#)

[<< Prev](#)

[Next >>](#)

TRADUCE LAS PAGINAS  
QUE ENCUENTRES EN  
OTROS IDIOMAS

[Traductor](#)



Un antivirus gratis



[Descargas la última versión de  
Adobe Acrobat Reader para manejar  
archivos PDF](#)

[LEGAL](#)

**ZONE**

Bájate el Firewall de  
Zonelabs. Protege tus datos.  
Gratis

**WinZip**

[Aquí puedes descargar la  
última versión de Winzip,  
para manejar tus archivos ZIP](#)

Wednesday, 29 de December de  
2004



## EXTRACTOS DE LIBROS YA PUBLICADOS



---

[PÁGINA PRINCIPAL](#)

## Diferentes Aspectos de la Visión de Osho

---

- ★ [Osho según Osho](#)
- ★ [Osho habla del amor](#)
- ★ [Osho habla de la espiritualidad](#)
- ★ [Osho habla de la vida](#)
- ★ [Osho habla de su trabajo](#)
- ★ [Osho habla del Tai-Chi: Tai Chi 1](#)
- ★ [Osho habla del Tai-Chi: Tai Chi 2](#)
- ★ [La relación Maestro-discípulo](#)
- ★ [Del deseo de Dios](#)
- ★ [Zorba el Buda](#)
- ★ [Sobre el Nuevo Hombre](#)
- ★ [Sobre un Mundo Consciente](#)
- ★ [¿En qué se diferencian religión y meditación?](#)
- ★ [La mente, ¿amigo o enemigo?](#)
- ★ [Las prisas](#)
- ★ [La envidia](#)
- ★ [¿Es sombrío nuestro futuro?](#)
- ★ [La Meditación](#)
- ★ [El arte del escuchar](#)
- ★ [Deseo y ausencia de deseos](#)
- ★ [¿Qué puedo ofrecer a Dios?](#)
- ★ [Diferencias entre voluntad y entrega](#)
- ★ [¿Cómo hallar la Luz?](#)
- ★ [¿A qué tipo pertenezco?](#)
- ★ [Dos caminos para la energía: sexo y meditación](#)
- ★ [La muerte de mi abuelo materno](#)
- ★ [La muerte de mi padre](#)



- ★ [Muerte y meditación](#)
  - ★ [Oriente y Occidente: masa y levadura](#)
  - ★ [Vipassana](#)
  - ★ [Jesús y la reencarnación](#)
  - ★ [La Iniciación por el Maestro: La Técnica Suprema](#)
  - ★ [Los cuatro pasos hacia el amor](#)
  - ★ [¿Es posible celebrar la tristeza?](#)
  - ★ [¿Es importante tener algún tipo de actitud ante la vida?](#)
  - ★ [¿Cómo es posible relajarse con la certeza de la muerte?](#)
  - ★ [¿Es el anhelo de amor una estupidez?](#)
  - ★ [¿Por qué dio Osho tantos discursos?](#)
- 

[PÁGINA PRINCIPAL](#)

## SOBRE EL TAI-CHI

---

OSHO : Hola, Mallika. ¿Qué nos cuentas?

MALLIKA (la líder del grupo de Tai-Chi del ashram) : Te escribí una carta sobre el grupo.

OSHO : ..Sí. Me gustaría deciros unas cuantas cosas... La música puede distraer mucho la atención en el Tai-Chi, porque el quid del Tai-Chi es el estar centrado, ser consciente, permanecer con tu energía, y permanecer muy esponjoso. Cuando hay música, la música tiene un tremendo poder sobre la mente. No hay nada como la música. Cuando hay música comienzas a ser zarandeado por ella. Y entonces pierdes tu maleabilidad, esa lentitud que es la misma base del Tai-Chi , y tiendes a olvidar tu centramiento. te haces más y más consciente de la música y menos y menos consciente de tu movimiento interno de energías. Y éste es tan sutil que una pequeña distracción es suficiente. Puede que lo disfrutes más -pero esta no es la finalidad. Puede que lo disfrutes más; la gente del Tai-Chi puede disfrutar más. Será menos aburrido, habrá más entretenimiento , pero te perderás lo más importante. Y el Tai-Chi no está para ser un entretenimiento. Por eso dejadme deciros unas cuantas cosas sobre el aburrimiento.

El aburrimiento es parte de muchos de los métodos orientales. Nunca lo dice nadie, porque la gente sencillamente se asusta en el momento en que uno dice que el aburrimiento forma parte de ello. pero el aburrimiento es parte de muchos métodos orientales; casi todos los métodos orientales están basados en el aburrimiento. En un monasterio Zen el monje vive una vida muy aburrida. La misma rutina -exactamente lo mismo cada día : un año tras otro - sin cambios. Incluso para evitar los cambios provenientes del exterior han diseñado jardines de rocas , porque los árboles cambian. Toda la atmósfera de un monasterio Zen ha de permanecer absolutamente inalterada - sin cambios.

Cuando una persona está totalmente aburrida , la mente comienza a desaparecer , porque la mente existe , se alimenta de sensaciones. Cuando hay algo nuevo, la mente está alerta. Cuando no hay nada nuevo la mente no se preocupa. Si durante años vives una vida muy monótona, la mente no tiene nada que hacer ahí. Poco a poco la mente desaparece: la mente no puede existir. Y esta es la raíz de todos los mantras, de los cantos - también aburren a la mente.

El estar en una clase de Tai-Chi es algo muy aburrido. Incluso la gente que está mirando se siente soñolienta porque el movimiento es tan lento y siempre lo mismo, lo mismo. Funciona como una canción de cuna para la mente , y la persona que lo está haciendo también se siente algo soñolienta. No puede dormirse porque tiene que moverse. Existen pues dos cosas : la monotonía , con todas las probabilidades de que uno pueda dormirse ... pero no puede porque tiene que moverse . Así que el movimiento no permite que uno se duerma, y la suavidad del movimiento no permite que la mente se entretenga. Ambas cosas funcionan en contra de la mente. La mente no puede dormirse y no puede

entretenerse. La mente no tiene salida alguna , ninguna vía de escape. Poco a poco la mente desaparece. hay sólo pura energía, como las olas del océano, llegando, golpeando, rompiéndose contra las rocas. Llegando de nuevo , otra vez , año tras otro , durante millones de años . ..un proceso ciertamente monótono, pero tremendamente hermoso.

Por eso la música sería un entretenimiento. La gente disfrutaría con ella, les encantaría , pero se perdería el Tai-Chi. Por eso no hay música en este momento. Puedo permitir la música a aquellos practicantes de Tai-Chi muy avanzados. Puede convertirse en una tarea para ellos ; y la tarea consiste en que no deben de escuchar la música. Que se olviden de la música. La música tirará de ellos pero ellos no deberán de escucharla, deben permanecer centrados. Pero eso sólo es para muy expertos practicantes. Al comienzo la música es muy poderosa.

Es como si estás meditando y te colocan apetitosa comida delante de ti y comienzas a oler su fragancia y la saliva comienza fluir en tu boca; será una distracción. Puede usarse cuando una persona es un meditador altamente evolucionado; entonces puede incluso utilizarse como test. Entonces la comida puede estar ahí, una hermosa mujer desnuda puede estar ahí , pero no importa. El no mirará a la mujer - mirará a través de la mujer.

Hay una historia sobre Buddha. Estaba sentado bajo un árbol cerca de Bodhgaya unos cuantos jóvenes ricos habían llevado una prostituta al bosque. Se emborracharon y le quitaron las ropas, pero viéndolos totalmente ebrios ella se escapó. Al amanecer se dieron cuenta de que la mujer los había abandonado y comenzaron a buscarla. Llegaron hasta dónde estaba Buddha.

Le preguntaron , "¿Has visto a una mujer , a una mujer muy hermosa y desnuda, pasando por aquí? Debe de haber pasado por aquí porque este es el único camino para ir a la ciudad." Buddha les contestó, " Alguien pasó. Es muy difícil decir si era hombre o mujer. Muy difícil decir si iba o no iba vestido. Muy difícil decir si era o no era hermosa. Yo miré ....estaba en profunda meditación. Con seguridad alguien pasó , hasta ahí si puedo asegurarlo, pero quién - si hombre , si mujer , hermoso o feo , vestida o desnuda - no puedo asegurarlo."

Ellos dijeron, "¿Estabas sentado con los ojos abiertos?" El contestó, "Estaba sentado con los ojos abiertos pero no estaba mirando. Los ojos reflejaron el paso de alguien . Los ojos notaron que alguien pasaba , pero no tenía yo interés alguno en ello" - y cuando tú no estás interesado , entonces nada te distrae ... pero ese es un estado de meditación muy elevado.

Por esto , en este momento , no introduzcamos la música. Más tarde cuando algunos estén en un nivel muy avanzado , entonces os lo diré ; para esas personas podéis introducir la música. Pero entonces el tema estribará en que la música permanezca como fondo y ellos no deberán de permitirse el ser distraídos , deberán permanecer con su energía. Así que la música no será una ayuda , un soporte , sino una prueba. En este mismo momento no sería nada bueno. Y si introduces la música la gente comenzará a bailar casi. La música hace que la gente baile ... la música tiene un tremendo poder. Simplemente golpea tu energía y te sientes con ganas de bailar.

La música ayuda a la gente a abandonarse a sí mismos, a olvidarse de sí mismos. Por eso hay dos tipos de técnicas meditativas. Una es la de olvidarse a sí mismos y entonces la música es

perfectamente adecuada. Esto es lo que es el rezar - por eso en la oración puedes usar la música . Pero en el método de ser consciente no puedes usar la música, porque ese se trata de auto-recordarse , tienes que recordarte a ti mismo - qué es lo que eres, dónde estás. Tienes que permanecer aquí , centrado continuamente en tu ser , sin ir de acá para allá.

Por eso para el Tai-Chi , el centrarse , el ser consciente , el auto-recuerdo , son las palabras apropiadas para comprenderlo. para la oración , para la danza Sufí , para el whirling\*. la cosa es totalmente diferente , diametralmente opuesta. Tienes que olvidarte de ti mismo. Es un estado de olvidarse de sí mismo. Tienes que ahogarte en ti mismo y llegar a emborracharte totalmente. Y la música es un vino - nada como ella. Nada hace sentirse a una persona tan embriagada como la música.

Hay una conocida historia sobre un tal rey Lucknow\*. Era un gran amante de la música e invitó a un gran músico a la corte. pero el músico era un excéntrico y dijo, "Tocaré mi sitar , pero con una sola condición : que no se permita a nadie agitar su cabeza. han de permanecer como estatuas. Si alguien mueve la cabeza , se le ha de cortar."

El rey se sorprendió pero él era también un loco y dijo , "De acuerdo" Comunicó a toda la ciudad que sólo a aquellos que poseyeran un absoluto control sobre sí mismos se les permitiría asistir, en caso contrario estarían jugándose su propia vida. Muchos miles deseaban asistir pero se asustaron , tan sólo unos pocos acudieron , unos pocos cientos fueron. Y el músico empezó a tocar. Pasó una media hora y diez, doce personas estaban totalmente ebrias con la música , agitando sus cabezas , su energía moviéndose. El rey estaba sorprendido -"¿Puede acaso la música ser tan poderosa? ¿Esta gente está arriesgando sus vidas!"

Al acabar la sesión esas diez o doce personas fueron presas, llevadas ante el músico y entonces el rey dijo, "¿Y ahora que dices? ¿les hemos de cortar la cabeza?" A lo que el músico respondió, "¡No. Esa es la auténtica gente para la que me gustaría interpretar un repertorio especial. Deseaba conocer a los auténticos. Una persona que puede arriesgar su vida - ante ella me gustaría tocar. Estos son los auténticos borrachos." La gente había estado sentada muy rígidamente porque incluso a veces puede que uno se mueva por alguna otra razón y entonces se le confundiera. la gente estaba sentada como estatuas , pero esos diez o doce ..."

El rey preguntó a esas doce personas, "¿Acaso no erais conscientes? ¿Porqué os movíais? ¿Porqué erais influenciados por la música cuando había vuestra vida en juego?" Ellos contestaron , "No lo sabemos. Tratamos de mantenernos bajo control hasta un cierto instante más allá del cual ya no estábamos presentes. Por eso no podemos decir que nosotros movíamos nuestros cuerpos, Los cuerpos se movían, eso es cierto, pero nosotros no los movíamos. Intentamos todo para tratar de permanecer inmóviles, pero en un momento dado no pudimos aguantarlo ... La música era tan maravillosa y tan penetrante , que en ese mismo instante toda idea de vida o de muerte desapareció. De hecho desapareció la idea del propio yo , deforma que no había nadie que controlara. Sucedió por sí mismo. estamos listos - si tenemos que morir , estamos preparados."

La música tiene un tremendo poder. es alcohólica; a través del sonido te intoxica. A través de las sutiles vibraciones sonoras hace que te abandones a ti mismo. por eso es buena para el whirling, para las meditaciones sufíes , para la devoción bahkti , para la oración - es perfectamente adecuada- pero

no lo es para el Tai-Chi. El Tai-Chi es un método taoísta. La música no tiene relación alguna con él. Por eso abandona ya mismo esa idea.

¿hay algo más que quisieras decir?

MALLIKA : La he estado utilizando para la parte de relajación.

OSHO : Puedes utilizarla. No te preocupes por ello. Todo está correcto. ¡Me alegro!

Más tarde hablando del grupo de Tai-Chi, Mallika explicó el significado de las palabras Tai-Chi , diciendo que Tai podía ser traducido como gran , y Chi como fundamental. también podía ser traducido como la "suprema actividad energizadora" , pudiendo ser así contemplada como una forma de movimiento que sigue el gran método vitalizador.

La historia tradicional del origen del Tai-Chi es la de que un maestro Taoísta observaba una cigüeña y una serpiente enzarzados en su diario combate y se sintió inspirado en agrupar sus movimientos como un conjunto. cada movimiento es en si mismo un modo de defensa y de contra-ataque. Básicamente consiste en retirarse primero, aceptando y luego contragolpear si uno lo requiere. Es una tipo de danza simbólica.

Mallika dijo que practicando Tai-Chi uno se llega a sentir en armonía con la Tierra; "Cuando danzas el Tai-Chi , bailas el danza de las estrellas y de la naturaleza. Esto es lo que siento cuando practico Tai-Chi en la terraza (de la Casa de Krishna) al amanecer y al ocaso. me olvido de que soy ... es como si fuera parte de lo que esta sucediendo."

Comenzando con el método básico así como con algunas meditaciones chinas, Mallika descubrió que el grupo que estaba dirigiendo en el ashram estaba evolucionando hacia algo realmente único. "Comenzó cuando empecé a utilizar algunas de las técnicas de relajación que había aprendido. Gradualmente , poco a poco, todas las diferentes clases de terapias y alguna clase de entrenamiento psíquico que había desarrollado en USA , algo de control Alfa - el aprender a variar las ondas cerebrales- algo de EST y algunas otra cosillas que tomé de aquí y allí, todo comenzó a encajar."

"Osho habla de este lugar como convirtiéndose en el ashram del siglo XXI , y todo lo que aquí ocurre funciona más acelerada e intensamente , y eso mismo me ocurre a mí con el grupo de Tai-Chi."

"El grupo se desarrolla una vez por mes. Al principio , lo "hacía " yo, y preguntaba a Bagwhan constantemente. Le escribí una carta tras otra sobre lo que era o no posible hacer con el grupo, y él me las devolvía diciéndome, " Te bendigo, te bendigo ,,," de forma que una y otra vez me devolvía a mí misma. Se que debido a la presencia de Osho es una experiencia totalmente diferente de lo que era en Occidente."

" Cuanto más era consciente de la presencia de Osho, más abierta me sentía hacia él. Siento que este es el grupo de Osho y yo estoy aquí tan sólo por casualidad . La gente que viene aquí me proporciona espacio para desarrollar el Tai-Chi y crecer con él. Para la gente , éste es un espacio en el que acercarse más a Osho. Nos hace a todos más abiertos a él ... más asequibles."

" Lo que realmente me asombra es que cuanto menos planeo y menos pienso sobre ello, más me vacío y más siento la energía de Osho. Ha veces tengo instantáneas de él haciendo Tai-Chi. Cierro mis ojos en medio de un ejercicio cuando la gente se esta mirando una a otra , y él está ahí , mirándome."

"Me atrevo aquí a asumir más riesgos en lo que en términos de Osho el denomina la monotonía del grupo - o sea que el Tai-Chi no significa diversión, sino que la gente que asiste al grupo viene aquí para volver locas a sus mentes. Más y más voy abandonando la idea de " Debo de hacerlo más entretenido para que así yo guste a la gente" , y lo llevo al límite de lo que el Tai-Chi es , y observo mi resistencia creciendo al hacer una y otra vez el mismo ejercicio durante una hora."

"A veces me detengo y pienso, "Creo que es demasiado largo, suficiente" , y entonces pienso que es mi mente la que racionaliza porque quiero detenerme. Entonces cierro los ojos y visualizo a Osho. Puede que él este ahí sentado mirando a lo lejos y entonces pienso, "El está aburrido también", y paramos, o puede que este ahí sentado sonriendo, y por eso proseguimos, y intuyo que este es mi propio modo de abandonarme a mí misma. Cuando más lo hago, tanto más no estoy presente , y más excitante es."

"Hay una imagen china que utilizo con frecuencia conmigo misma y es el sentirme un bambú hueco ... tan sólo sentirme hueca y vacía y dejarme mecer por el viento - y ese viento es Osho."

---

Si quieres leer más ve a [Tai-Chi II](#)

De vuelta a [Diferentes Aspectos de la Visión de Osho](#)

---

**PÁGINA PRINCIPAL**

## SOBRE EL TAI-CHI

---

*...hablando sobre el Tai-Chi...*

Cuando hagas estos ejercicios siéntete más como una energía líquida, fluida , que como un cuerpo sólido. Abandona el concepto de un cuerpo sólido focalízalo en el concepto de una energía líquida , fluida, en movimiento.

Antes de que comiences el Tai-Chi empieza haciendo esto por la noche de forma que estés preparado. Antes de irte a la cama , siéntate en ella y empieza a sentir tu energía, y que esa energía está envolviéndote alrededor de tu cuerpo. Estás inmerso en un torbellino de energía -ondas, olas , están llegando. Entonces siente que toda la habitación está llena de energía y que esa es tu energía. No puedes determinar sus límites , no sabes dónde acabas tú y dónde comienza el mundo.

Siente entonces que esta energía fluye y que se está volviendo más y más grande como un globo. No sólo está en la habitación, sino que la habitación está en ella, toda la casa está inmersa en ella. Te has convertido en una inundación.

En ese momento , duérmete. no te tomará más de dos o tres minutos. Mientras te estés quedando dormido , continúa sintiéndote como anegado -olas surgiendo y alcanzando los cielos, y todo el mundo es engullido en ti , en tu energía. Duérmete meditando sobre ello de forma que penetre en tu dormir y permanezca ahí como una sombra, rondando en torno a ti toda la noche.

Por la mañana, en el momento en que sientas que has despertado, no abras los ojos; siente primero la energía desbordante. Conéctate con el instante en que te dormiste. Únete a él. Siente de nuevo como una ola que nace , como un océano , un océano de energía.

Permanece en la cama durante unos cinco minutos y luego levántate. Te sentirás muy muy vitalizado y vivo. Sentirás despertarse en ti una nueva energía, una nueva vida. Continúa con esto por unos pocos días y luego comienza con el Tai-Chi. Estarás para entonces perfectamente preparado.

Chi significa energía. El concepto de solidez es falso - tal como en la física moderna. Esas paredes no son reales - es sólo pura energía , pero los electrones se mueven tan rápido, a una velocidad tan increíble, que aparentan tener solidez. es lo mismo que un ventilador que se mueva a tan alta velocidad que no puedas distinguir las palas. te da una sensación de solidez. Lo mismo ocurre con tu cuerpo. Lo que los modernos físicos han descubierto recientemente, los Taoístas lo han sabido desde miles de años atrás - que el hombre es energía.

Se cuenta de un maestro de Tai-Chi que les decía a sus discípulos que le atacasen, y él permanecía tan sólo en el centro. Cinco o seis discípulos se dirigían hacia él desde cada esquina de la habitación

para atacable, pero al acercársele sentían como si él fuera una nube , nada sólido .... como si pudieras atravesarlo sin que nada te obstruyera el paso.

Si continúas con la idea de que eres energía, es posible convertirte en una especie de nube , sin límites , fundiéndote y confundiéndote con la existencia. Esta anécdota no es tan solo una anécdota . Con alguien que haya profundizado en el Tai-Chi es muy posible que , si te lo encuentras, no halles obstrucción alguna; que pases simplemente a través de él. No puedes herirle porque no hay nada que pueda ser herido.

Por eso durante esos diez días antes de que comiences el Tai-Chi, empápate de su espíritu.

---

Osho, LA PASION POR LO IMPOSIBLE (THE PASSION FOR THE IMPOSSIBLE) Pag. 388

De vuelta a [Diferentes Aspectos de la Visión de Osho](#)

---

**PÁGINA PRINCIPAL**

© Editorial Gulab



## ¿Quién soy?

---

Osho habla de sí mismo :

1.-Yo soy, yo soy. Haya discípulos o no, eso carece de importancia. No dependo de ti. Y todo mi esfuerzo aquí es conseguir que también tú no seas dependiente de mí. Estoy aquí para darte libertad. No quiero, de ninguna forma, anularte. Sólo quiero que seas tú mismo. Y el día en que esto suceda, cuando seas independiente de mí, serás capaz de amarme realmente. No antes.

Yo te amo. No puedo evitarlo. No es cuestión de que pueda amarte o no, simplemente te amo. Si no estuvieses aquí, este auditorio estaría lleno de mi amor, no habría ninguna diferencia. Estos árboles todavía recibirían mi amor, estos pájaros lo seguirían recibiendo. E incluso si todos los árboles y los pájaros desaparecieran, eso no haría ninguna diferencia: el amor seguiría fluyendo. El amor es, así que el amor fluye.

2.-No soy un filósofo, no te estoy impartiendo conocimiento alguno. Te estoy tratando de indicar algo que está más allá de todo conocimiento

3.-No soy un lógico, no soy un existencialista. Creo en este sinsentido, en este hermoso caos de la Existencia y estoy dispuesto a ir donde me conduzca. No tengo ninguna meta, porque la Existencia no tiene metas. Simplemente es, floreciente, rutilante, un baile, pero no pidas el porqué. Simplemente una superabundancia de energía sin motivo alguno. Estoy con la Existencia.

wai1

4.-No puedes decir si estoy en lo cierto o si estoy equivocado. Cómo máximo puedes decir que causo confusión. Pero esa es toda mi técnica : confundir en extremo. ¿Cuánto tiempo me vas a dejar que cambie de esto a lo otro? Un día vas a gritar, "¡Para ya! Ahora yo soy el que decido."

wai0

5.- Considérame un poeta, un bailarín; nunca me consideres como un filósofo o un teólogo. No lo soy. Lo que estoy haciendo aquí es pura poesía.

wai2

6.- No tengo una idea ni estoy fijado a nada. Soy cambiante. estoy absolutamente de acuerdo con Heráclito en que no puedes mojar te dos veces en el mismo río. Traducido esto quiere decir que no te puedes encontrar con la misma persona dos veces. No solamente estoy de acuerdo con él, sino que voy un poco más lejos : no puedes mojar te en el mismo río ni siquiera una sola vez. Trasladándolo de nuevo al mundo del hombre, quiere decir que no puedes encontrarte a la misma persona ni siquiera una vez porque cuando te la estás encontrando, él está cambiando, tú estás cambiando, el mundo entero está cambiando.

wai10

7.- Te parezco contradictorio, inconsistente, por la sencilla razón de que he decidido no morir antes de morirme. Voy a vivir hasta el último aliento, por eso no podrás tener ninguna certeza sobre mí hasta que exhale mi último aliento. Después podrás cualquier imagen de mí y sentirte satisfecho con ella. Pero recuerda, no seré yo.

wai13

8.- A veces algunos tontos acuden a mí y me preguntan, "En resumen, ¿cuál es tu enseñanza? ¿Cuáles son los libros que contienen toda tu enseñanza?" ¡No tengo nada que enseñar! Por eso han surgido tantos libros. ¿Cómo si no hubieran podido surgir tantos libros? Si tienes algo que enseñar, entonces con uno o dos libros tienes suficiente. Por eso es por lo que puedo seguir hablando eternamente, porque no tengo enseñanza alguna. Toda enseñanza más tarde o más temprano se agota; yo no puedo ser agotado. No hay principio ni fin ... siempre estamos en medio. No soy un maestro.

wai12

9.- Se me ha malentendido quizás más que a ninguna otra persona, pero eso no me ha afectado por la sencilla razón de que no existe un deseo de ser entendido. Si no entienden, es su problema, no es mi problema. Si me malinterpretan, es su problema y su desgracia. No voy a dejar de dormir porque millones de personas me malinterpreten.

wai16

10.- No soy el discípulo de nadie. No pertenezco a ningún sistema de creencias. Amo a toda la gente de cualquier parte del mundo y nunca los comparo entre sí. Todos son únicos : Un zarathustra es un Zarathustra, un mahavira es un mahavira, un Buda es un Buda, un Jesús es un Jesús, un

Moisés es un Moisés... son únicos en un grado tal que no deberías convertirlos a

cada uno en un criterio con el cual la gente ha de encajar.

wai20

11.- Para ser franco contigo, cosa que normalmente no soy, no sé quien soy. El saber no es posible aquí donde estoy. Solamente queda el que conocí; lo que se conoce ha desaparecido. Solamente queda el continente, el contenido ha dejado de existir.

wai29

12.- No soy un filósofo. recuerda siempre que soy un poeta, no un filósofo. Recuerda siempre que no soy un misionero, sino un músico tañendo el arpa de tu corazón.

wai36

13.- No soy un filósofo que esté tratando de crear un sistema de pensamiento. Soy un místico que está tratando de comunicar los misterios que han sido puestos a mi alcance. Te confundiré.

wai38

14.- ¡No soy serio! Lo que te estoy diciendo proviene de mi juguetonería. Es más un cotilleo que un evangelio.

wai39

15.- ¡Yo estoy loco, pero tú estás más loco! Y ésta es la única conexión entre los dos : yo estoy loco, tú estás más loco.

wai40

16.- No soy Billy Graham, no estoy aquí para inspirarte. Este es un fenómeno totalmente diferente. De hecho no soy ni religioso, no soy en absoluto espiritual. Todas estas etiquetas son completamente irrelevantes.

wai42

---

Osho,

1.- "Vida, Amor, Risa"

2.- "El Arte de Morir"

**PÁGINA PRINCIPAL**

# SOBRE EL AMOR

---

**Osho** habla del amor :

1.-**El corazón del hombre es un instrumento musical**, contiene una música grandiosa. Dormida, pero está allí, esperando el momento apropiado para ser interpretada, expresada, cantada, danzada. Y es a través del amor que el momento llega.

Un hombre sin amor nunca conocerá qué música ha estado llevando dentro de su corazón. Es sólo a través del amor que la música comienza a tomar vida, se despierta y deja de ser un potencial para convertirse en realidad.

2.-**Preguntas: "¿Qué es amor?"** Es una profunda necesidad de ser uno con el todo, una profunda necesidad de disolver en una unidad el tú y el yo. El amor es así porque estamos separados de nuestra propia fuente. De esa separación surge el deseo de volver al Todo y de unificarse con El. "

3.-**Tu ego se ha convertido en una barrera entre tú y tu tierra:** el Todo. El hombre se asfixia, no puede respirar, ha perdido sus raíces. Ya no es alimentado. El amor es un deseo de nutrición; el amor es enraizarse en la existencia .

4.-**El amor en uno mismo es valioso:** no tiene ningún propósito, no tiene ningún fin.

Tiene una inmensa significación; una gran alegría; un éxtasis en sí mismo, pero estos no son fines. El amor no es un negocio donde importan los propósitos, las metas. Siempre hay una cierta locura en el amor.... El amor no tiene razón alguna. Simplemente puedes decir : "No sé . Todo lo que sé es que amar es experimentar el espacio más hermosos dentro de uno mismo." Pero eso no es un propósito. Ese espacio no es mental. Ese espacio no puede ser convertido en una comodidad. Este espacio es como un capullo de rosa con una gota de rocío sobre sí brillando como una perla. Y con la primera brisa de la mañana y al sol, el capullo está bailando.

El amor es la danza de tu vida.

5.- **Amor es el encuentro, el encuentro orgásmico de la vida y la muerte ....** Para alcanzarlo, hay cuatro pasos que deben recordarse.

El primero: estar aquí y ahora, porque el amor sólo es posible en el "aquí-ahora". No puedes amar en el pasado.

El segundo paso hacia el amor es: aprende a transformar tus venenos en miel...

El tercer paso hacia el amor es compartir tus cosas positivas, compartir tu vida, compartir todo lo que tengas. Todo lo bello que tengas, no lo escondas.

Y la cuarta: sé la nada. Una vez que comienzas a pensar que eres alguien, te estancas. Entonces el amor no fluye. El amor sólo fluye de alguien que no es nadie. El amor mora sólo en la nada.

Cuando estás vacío, hay amor.

Cuando estás lleno de ego, el amor desaparece.

El amor y el ego no pueden converger.

**5.-Es muy fácil amar a la gente en lo abstracto**, el verdadero problema surge en lo concreto. Y recuérdalo, si no amas a los seres humanos concretos, reales, seres humanos, todo tu amor por los árboles y los pájaros es falso, pura habladuría.

**6.-El amor es una flor muy frágil.** Tiene que ser protegido, tiene que ser reforzado, tiene que ser regado; sólo entonces se fortalece.

**7.-Ama como algo natural, tal y como respiras.** Y cuando ames a alguien, no empieces a exigir; si no desde el principio mismo estarás cerrando las puertas. No tengas ninguna expectativa. Si algo aparece en tu camino, siente gratitud. Si nada viene, no es necesario que venga, no lo necesitas, no puedes mantener esa expectativa.

**8.- El amor no es un negocio**, así que deja de tratarlo como tal. Sino, malograrás tu vida, el amor y todo lo que hay de hermoso en ello, porque todo lo que es bello no es en absoluto negociable. El negocio es la cosa más fea del mundo, un mal necesario. Pero la existencia no sabe acerca de negocios. Los árboles florecen, no es un negocio; las estrellas brillan, no es un negocio y no tienes que pagar por ello y nadie te exige nada. Un pájaro viene y se posa en tu puerta, te canta una canción y no te pide un certificado o algo así. Ha cantado su canción y luego, muy contento se va volando, sin dejar huellas. Así es como el amor crece. Da y no esperes a ver cuánto puedes conseguir.

**9.-Conviértete en un individuo, eso es lo primero.** Lo segundo: no esperes perfección, no pidas y no exijas. Ama a la gente común. No hay nada de malo en la gente común. La gente común es extraordinaria ¡Cada ser humano es tan único!

Ten respeto por ese ser único.

Tercero: da y da sin ninguna condición, y sabrás qué es el amor. No lo puedo definir. Puedo enseñarte la forma en que crece. Te puedo enseñar cómo plantar un rosal, cómo regarlo, cómo fertilizarlo, cómo protegerlo. Luego un día, inesperadamente, aparece la rosa, y tu casa se llena de fragancia. Así es como ocurre el amor.

**10.-La palabra "amor" puede tener dos significados absolutamente diferentes; no sólo**

diferentes, sino diametralmente opuestos. Un significado, es el amor como relación de pareja; el otro es el amor como un estado del ser.

En el momento en que el amor se vuelve una relación de pareja, se convierte en esclavitud, porque hay expectativas, hay exigencias y hay frustraciones, y un esfuerzo de ambos lados para dominar. Se convierte en una lucha por el poder....

.... el amor como un estado del ser es una palabra totalmente diferente. Significa que tú simplemente amas; no estás estableciendo una relación de pareja. Tu amor es como la fragancia de una flor. No crea una relación; no te pide que seas de una forma determinada, que te comportes de cierta manera, que actúes de cierta forma. No exige nada. Simplemente comparte. Y en este compartir, tampoco existe el deseo de recibir una recompensa. El mismo compartir es la recompensa.

Cuando el amor se convierte para ti en una fragancia, tiene una tremenda belleza y posee algo que está muy por encima de la mal llamada humanidad. Tiene algo de divino.

**12.- Quiero que sepas que el amor llega de improviso.** No como una consecuencia de algún esfuerzo de tu parte, sino como un regalo de la naturaleza. En ese momento no lo hubieras aceptado si hubieses estado preocupado porque algún día, de pronto, pudiera terminar. Así como viene se va.

Pero no hay necesidad de preocuparse, porque si una flor se ha desvanecido, otras flores llegarán. Las flores siempre seguirán naciendo, pero no te aferres a una flor, de lo contrario, pronto te encontrarás aferrado a una flor muerta. Y esa es la realidad: la gente se aferra a un amor muerto, que alguna vez estuvo vivo.

**13.- Si tienes algo, algo que te proporciona alegría, paz, éxtasis, compártelo.** Y recuerda que cuando compartes hay un motivo. No te estoy diciendo que por compartir llegarás al cielo. No te estoy dando meta alguna.

Te estoy diciendo, que con sólo compartir estarás tremendamente satisfecho. En el compartir mismo está la satisfacción, no hay ninguna meta; no está orientado hacia ningún fin. Es un fin en sí mismo.

**14.- Cuando no tienes amor, le pides al otro que te lo dé.** Eres un mendigo. Y el otro te está pidiendo que se lo des a él o a ella. Ahora bien, dos mendigos extendiendo sus manos uno al otro y ambos con la esperanza de que el otro lo tenga... Naturalmente ambos se sienten derrotados y ambos se sienten engañados.

Esta es la paradoja: aquellos que se enamoran no tienen amor, por eso se enamoran. Y porque no tienen amor, no pueden darlo. Y algo más : una persona inmadura sólo se enamora de otra persona inmadura, porque sólo ellas pueden comprender el lenguaje de la otra. Una persona madura ama a una persona madura. Una persona inmadura ama a una persona inmadura.

El problema básico del amor es madurar primero, entonces encontrarás una pareja madura; entonces la gente inmadura no te atraerá para nada. Es sencillamente así.

15.- **...cuando dos personas maduras están enamoradas**, ocurre una de las más grandes paradojas de la vida, uno de los fenómenos más bellos: están juntos y sin embargo tremendamente solos; están tan unidos que casi son uno. Pero su unión no destruye su individualidad, de hecho, la realza: se vuelven más individuos. Dos personas maduras enamoradas se ayudan mutuamente a ser más libres.

16.- **Yo te amo. No puedo evitarlo.** No es cuestión de que pueda amarte o no, simplemente te amo. Si no estuvieses aquí, este auditorio estaría lleno de mi amor, no habría ninguna diferencia. Estos árboles todavía recibirían mi amor, estos pájaros lo seguirían recibiendo. E incluso si todos los árboles y los pájaros desaparecieran, eso no haría ninguna diferencia: el amor seguiría fluyendo. El amor es, así que el amor fluye.

17.- **Así como la luz rodea a la llama, el amor te rodea.** Tú eres amoroso, eres amor.

Entonces tiene eternidad. No está dirigido a nadie. Cualquiera que se acerque beberá de él. Cualquiera que se acerque a ti estará encantado con él, enriquecido por él. Un árbol, una roca, una persona, un animal, no importa. Incluso si estás sentado, solo... Buda, solo, sentado bajo su árbol está irradiando amor. El amor está constantemente lloviendo a su alrededor. Eso es eterno y ése es el verdadero anhelo del corazón.

---

Osho, "Vida, Amor, Risa"

---

De vuelta a [Diferentes Aspectos de la Visión de Osho](#)

---

**PÁGINA PRINCIPAL**



# Meditaciones del mundo de Osho

---



- [Preguntas Frecuentes](#)

*sobre las meditaciones de Osho*

- [Meditaciones Activas](#)

*para el siglo XXI*

- [Terapias Meditativas de Osho](#)

*un salto cuántico desde la mente a la no-mente.*

- [Otras meditaciones](#)

*... algo para ahora mismo*

- [Meditaciones para gente](#)

*ocupada*

*... actualizadas siempre que nos queda tiempo*



---

**PÁGINA PRINCIPAL**



# Meditaciones Para gente activa

---

## Para revitalizar la energía baja...

Cada noche antes de acostarte haz treinta minutos de giberish.

Primero siéntate en silencio durante dos o tres minutos, luego comienza.

Deja que cualquier sonido que te venga salga, cualquier palabra sin sentido. Continúa diciéndolas ... ¡y disfruta! Y no de forma enardecida sino como si cantarás una nana o una canción. No te enciendas, deja que se convierta en una energía profunda, reconfortante, nutritiva. Canta, disfruta, balancéate; si tienes ganas de bailar, baila. Todo ha de ser hecho con gracia. No ha de ser catártico. Baila una hermosa danza, canta una canción. Y si llega el giberish, también ha de ser muy musical, melódioso. A los dos o tres días penetrarás en ello.

Entonces se convertirá en una especie de vitamina. Tu sensación de baja energía desaparecerá.

---

[PÁGINA PRINCIPAL](#)

[VOLVER ATRÁS](#)