

OSCAR
SPIRITUALITÀ



OSHO

Yoga della comprensione
interiore



MONDADORI

Yoga della comprensione interiore

YOGA: LA VIA DELL'INTEGRAZIONE

— 3 —

Collana: Oscar Spiritualità

Formato: 12,7 x 19,7 – rilegato in broccura

Pagine 308 – Prezzo 12,00 euro

Come inizia

L'essere umano dorme quasi un terzo della sua vita, circa vent'anni; eppure il sonno è sempre stato ignorato: nessuno ci pensa, nessuno medita su di esso.

Questo perché l'uomo ha prestato troppa attenzione alla mente conscia.

La mente ha tre dimensioni; come la materia ha tre dimensioni, anche la mente ha tre livelli. Solo uno di quei livelli è conscio, l'altro è inconscio, e il terzo è superconscio.

In questo, la mente è simile alla materia in quanto, in profondità, anche la mente è materia; oppure, si può dire che anche la materia è mente. Dev'essere così, perché esiste solo l'Uno.

La mente è materia sottile; la materia è mente allo stato grezzo. Di solito, l'uomo vive solo in una dimensione, quella conscia. Il sonno appartiene all'inconscio, e così pure i sogni. La meditazione e l'estasi appartengono al superconscio, proprio come lo stato di veglia e il pensare appartengono allo stato conscio.

Quindi, ci dovremo addentrare lentamente nel fenomeno della mente.

Spunti di comprensione

L'uomo moderno ha fretta, e solo l'opposto gli potrà essere utile. Se avete fretta, se vivete nella fretta Patanjali vi sarà utile, perché egli non ha fretta alcuna. È un antidoto, e la tua mente ne ha bisogno.

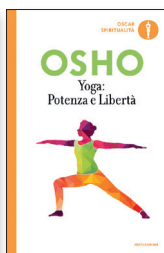
Per questo ne parlo. Parlo di Patanjali a causa vostra. Voi avete fretta, e io spero che Patanjali acquieti la vostra impazienza; vi riporterà con i piedi per terra, vi calerà di nuovo nella realtà, vi farà ritornare in voi.

La verità non è una conclusione a cui arrivare; la verità è un'esperienza da conseguire. La verità non è qualcosa a cui puoi pensare: è qualcosa che puoi essere. La verità è l'esperienza di sé, nella propria totale solitudine, senza alcun oggetto. La verità sei tu, nella tua assoluta purezza.

OSHO

Yoga: la via dell'integrazione

I *Sutra sullo Yoga* di Patanjali
resi accessibili alla mente contemporanea



In preparazione

MONDADORI