

OSCAR  
SPIRITUALITÀ



# OSHO

Yoga del cosmo  
interiore



MONDADORI

## Yoga del cosmo interiore

YOGA: LA VIA DELL'INTEGRAZIONE

— 8 —

Collana: Oscar Spiritualità  
Formato: 12,7 x 19,7 – rilegato in broccura

Pagine 322 – Prezzo 12,50 euro

## Come inizia

I sutra di Patanjali sono metodi scientifici che indicano come dissolversi, come morire, come commettere il vero suicidio.

Lo definisco “vero” perché se uccidi il tuo corpo, commetti un falso suicidio; uccidendo il tuo Sé, commetti un autentico suicidio.

Il paradosso è questo: se muori, consegui la vita eterna. Se ti aggrappi alla vita, morirai mille e una volta, continuerai a nascere e poi a morire ancora, senza soluzione di continuità. È una ruota, se ti ci aggrappi, ti muovi e giri con lei.

Sganciati dalla ruota della vita e della morte.

Come si fa? Sembra così impossibile perché non hai mai pensato a te stesso come a un non-essere, non hai mai pensato a te stesso semplicemente come uno spazio – puro spazio – senza nessuno all’interno.

Ciascuno di questi sutra va compreso davvero in profondità; ognuno di essi è un concentrato di informazioni, è come un seme: devi accoglierlo nel profondo del tuo cuore; il tuo cuore deve diventare per lui un terreno. Allora germoglierà e in quel caso spunterà il significato...

## Spunti di comprensione

Tu puoi essere solo chi già sei, non è possibile essere nient’altro. È un dato di fatto, è un dono; pertanto la spiritualità non è un raggiungimento, semmai è un riconoscere, una rievocazione, un rimembrarsi. Hai solo dimenticato, ecco tutto. L’hai messo nel cassetto della memoria sbagliato, ecco, ma c’è nonostante tutto.

Essenzialmente sei nato unico e non c’è alcun bisogno di dimostrarlo.

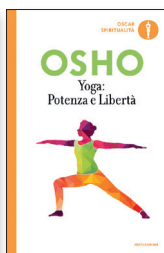
Solo la comprensione rende liberi.

E per una mente che comprende non c’è alcun bisogno di sfuggire o evadere qualcosa: la puoi affrontare, la puoi fronteggiare. Il problema scompare: il fuoco della tua comprensione è tale da incenerire il problema.

# OSHO

## Yoga: la via dell'integrazione

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



In preparazione

MONDADORI