



ARTICULOS

La meditación abarca el cuerpo

No se por qué ocurre de esta manera, pero puedo verlo constantemente. Vivimos poseídos por el miedo y en tensión, lo cual bloquea nuestra sabiduría interior. Encontrarse con una persona sin miedo que utiliza todo su potencial para los sentimientos, la sensibilidad, la verdad y la conciencia es algo inusual... y una bendición!

Este "encuentro con un místico" puede transformar tu visión de la vida.

Osho era una persona de este tipo. Irradiaba confianza, creatividad y gracia. Un auténtico "amante de la vida", su cuerpo era el más sensitivo, coordinado y sin temor que he tocado nunca. Le di más de 100 sesiones individuales, y en marzo de 1988 estuve viviendo en una casa vecina a la suya en Puna (India), la comuna internacional que él creó.

Durante dos meses, mientras él recibía sesiones diarias, tuve la oportunidad de conversar con él acerca de del cuerpo, la sanación y el tacto. A continuación quiero contaros algunos de sus "mensajes desde el corazón".

Anubuddha: Amado Osho, el otro día te oí mencionar nuestra Academia para la Meditación y nuestra Academia para el Cuerpo, para llevar al cuerpo a una unidad orgánica. ¿Podrías decir algo más sobre esto?

Osho: Prem Anubuddha, esta es una de las preguntas más complicadas. No lo parece porque no somos conscientes de que durante siglos al hombre se le dijeron todo tipo de cosas negativas sobre la vida; incluso la tortura del cuerpo ha sido una disciplina espiritual.

Lo fundamental será crear métodos, técnicas, maneras de levantar la conciencia humana. Y ciertamente esta conciencia no puede estar contra el cuerpo. Esta conciencia reside en el cuerpo.

El cuerpo tiene que ser amado. Tiene que ser un gran amigo... Es tu casa. Tienes que limpiarla de toda la basura, y tienes que recordar que está a tu servicio continuamente, un día tras otro. Incluso cuando estás dormido, tu cuerpo está continuamente trabajando para tu digestión, transformando lo



ARTICULOS

que comes en sangre, sacando las células muertas, trayendo oxígeno fresco... ¡Y tu estás dormido profundamente! Hace todas estas cosas para tu supervivencia, para tu vida, y así y todo eres tan poco agradecido que nunca le has dado "las gracias".

Hablando acerca de los pocos exitosos sistemas de educación y lo que podemos hacer por nuestros niños, y nuestra sociedad enferma, **Osho** tuvo esta respuesta:

Anubuddha, es necesario un tipo de educación totalmente nueva en el mundo, en la que fundamentalmente todos sean introducidos al silencio del corazón - en otras palabras, a la meditación - donde todos sean preparados para ser compasivos con su propio cuerpo. Es inconcebible crear un mecanismo que sea tan obediente y tan sabio. Si te vuelves consciente de todas las funciones de tu cuerpo, te sorprenderás. Nunca has pensado lo que tu cuerpo ha estado haciendo. Es tan milagroso, tan misterioso. Nunca te has preocupado de estar bien con tu cuerpo y pretendes amar a otras personas. No puedes. Porque esas personas también vendrán a ti como cuerpos.

El cuerpo es el misterio más grande de toda la existencia. Este misterio tiene que ser amado. Sus secretos, su funcionamiento tiene que ser investigado íntimamente.

Desafortunadamente las religiones han estado absolutamente en contra del cuerpo. Pero esto da una prueba, una indicación definitiva de que si un hombre aprende la sabiduría del cuerpo y su misterio, nunca se preocupará de los sacerdotes o de Dios.

Habrás encontrado el misterio más grande dentro de sí mismo. Y dentro del misterio del cuerpo está el templo de su consciencia. Cualquier educación que no te enseñe a amar tu cuerpo; a ser compasivo con tu cuerpo; que no te enseñe cómo entrar en sus misterios, no será posible que te enseñe cómo entrar en tu consciencia. El cuerpo es la puerta. El cuerpo es la piedra angular. Y cualquier educación que no toque este tema, el del cuerpo y la consciencia, es totalmente dañina y peligrosa, porque llegará a ser destructiva. Es sólo el florecimiento de la consciencia dentro de ti lo que te previene de la destrucción. Y esto te da una tremenda urgencia de crear... de crear más belleza en el mundo, de crear más confort en el mundo. Es por esto



ARTICULOS

que incluyo "el arte" como la segunda parte de la academia. El arte es un esfuerzo consciente para crear belleza, para descubrir belleza, para hacer tu vida más alegre, para enseñarte a bailar, a celebrar.

Y la tercera parte es una ciencia creativa. El arte puede crear belleza, la ciencia puede descubrir la verdad objetiva y la conciencia puede descubrir la realidad subjetiva. Estas tres partes juntas pueden hacer completo cualquier sistema de educación.

Anubuddha, mi idea de una academia mundial de ciencia creativa, arte, y conciencia, es realmente, en otras palabras, mi visión de una verdadera espiritualidad.

El hombre necesita un cuerpo mejor. Un cuerpo más sano. El hombre necesita estar más consciente y más alerta.

El hombre necesita todo tipo de confort y lujos que la existencia está preparada para entregarle. ¡La existencia está preparada para darte el paraíso aquí y ahora!