



OSHO

MADUREZ

La responsabilidad
de ser uno mismo

Osho nos remite a las raíces del significado de crecer y nos recuerda los beneficios que sólo la madurez nos puede aportar.

En una cultura obsesionada con la juventud y empeñada en evitar a toda costa la vejez, en la época de la Viagra y de la cirugía estética, este libro se atreve a plantear la pregunta casi olvidada: ¿qué beneficios nos reportaría aceptar el proceso de envejecimiento como algo natural en lugar de intentar aferrarnos a la juventud y sus placeres?

Osho nos sitúa ante las raíces del significado de crecer, que no es lo mismo que hacernos viejos, y nos recuerda los beneficios que solo esa maduración de nuestra existencia nos puede aportar, tanto en la relación con los demás como en la realización de nuestro destino individual. Señala los diez ciclos principales de crecimiento en la vida humana, desde el universo del niño, centrado en sí mismo, hasta la solidez de la sabiduría y la comprensión de la vejez, para mostrar que la sucesión de las distintas etapas no significa simplemente decadencia.

Índice de contenido

Cubierta

Madurez

Prólogo

Definiciones

De la ignorancia a la inocencia

Madurar y envejecer

Madurez de espíritu

Los ciclos vitales de siete años

La Relación Madura

Dependencia, independencia, interdependencia

Necesitar y dar, amar y tener

Amor y matrimonio

Padre e hijo

Amor más conciencia es igual a ser

En la encrucijada

Cuando la eternidad se introduce en el tiempo

Las leyes del envejecimiento

Síntomas

Un extraño en el cuarto de estar
La menopausia no es sólo «cosa de chicas»
El viejo verde
La amargura

Transiciones

Del no al sí
Equilibrándote y hallando tu centro
Cuando la vida y la muerte son una
Retirarse del juego

Enigmas

Homicidios justificados
La vida sin una actitud
Del sexo a la sensualidad

Un viaje sin fin

Acerca del autor

Prólogo

El arte de vivir

EL HOMBRE NACE PARA REALIZARSE EN LA VIDA, pero todo depende de él. Puede seguir respirando, puede seguir comiendo, puede seguir envejeciendo, puede ir acercándose a la tumba..., pero esto no es vida, es una muerte paulatina. Desde la cuna hasta la tumba, una muerte paulatina de setenta años. Y dado que hay millones de personas a tu alrededor muriéndose de una forma paulatina y lenta, tú también has empezado a imitarlos. Los niños aprenden imitando a los que le rodean, y estamos rodeados de muertos.

Primero hay que entender lo que quiero decir con «vida». No debe ser simplemente envejecer, sino que debe ser crecer. Son dos cosas distintas.

Cualquier animal es capaz de envejecer. Crecer es una prerrogativa del ser humano.

Sólo unos pocos reivindican ese derecho.

Crecer es profundizar en el principio de la vida; no es acercarse a la muerte, sino alejarse de ella. Cuanto más profundices en la vida, mejor entenderás la inmortalidad que llevas dentro. Te estás alejando de la muerte; llegará un momento en el que te des cuenta de que la muerte es

como cambiarse de ropa, de casa, de forma... no muere nada, nada puede morir.

La muerte es la mayor ficción que existe.

Para crecer, simplemente observa un árbol. A medida que crece el árbol, las raíces van profundizando. Hay un equilibrio; cuanto más alto es el árbol, más profundas son sus raíces. No puede haber un árbol de 50 metros con unas raíces pequeñas; no aguantarían un árbol tan grande.

En la vida, crecer significa profundizar en ti mismo, ahí es donde están tus raíces.

Para mí, el primer principio de la vida es la meditación. Todo lo demás es secundario. Y la infancia es el mejor período. A medida que vas haciéndote más viejo, te vas acercando más a la muerte y cada vez se vuelve más difícil meditar.

Meditación significa adentrarte en tu inmortalidad, en tu eternidad, en tu divinidad. Y los niños son los más cualificados para esto porque todavía no están sobrecargados de conocimientos, de religión, de educación, todavía no están sobrecargados con toda clase de basura. Son inocentes.

Pero por desgracia, su inocencia se considera ignorancia. La ignorancia y la inocencia son dos cosas parecidas, pero no son lo mismo.

La ignorancia también es un estado de no saber, igual que la inocencia, pero hay una gran diferencia que ha sido ignorada por toda la humanidad hasta ahora. La inocencia no es muy erudita, pero tampoco quiere serlo. Está absolutamente contenta, satisfecha.

Un niño no tiene ambiciones, no tiene deseos. Está tan absorto en el momento... un pájaro que vuela le llama totalmente la atención; basta con una mariposa de bellos colores para que se quede encantado; el arco iris en el cielo..., y será incapaz de concebir que haya algo más im-

portante o espléndido que este arco iris. Y la noche llena de estrellas, estrellas y más estrellas...

La inocencia es abundante, está colmada, es pura.

La ignorancia es pobre, es un mendigo; quiere esto, quiere aquello, quiere ser culta, quiere ser respetable, quiere ser rica, quiere ser poderosa. La ignorancia discurre por el camino del deseo. La inocencia es un estado de ausencia de deseos. Pero al ser dos estados que carecen de conocimientos, su naturaleza nos resulta confusa. Damos por hecho que son lo mismo.

El primer paso en el arte de vivir deberá ser entender la diferencia entre ignorancia e inocencia. Debemos apoyar la inocencia, protegerla; porque el niño lleva consigo el mayor tesoro, el tesoro que los sabios han encontrado después de arduos esfuerzos. Los sabios dicen que se convierten de nuevo en niños, vuelven a nacer. En India el auténtico *brahmin*, el verdadero conocedor, se llama a sí mismo *dwij*, nacido dos veces. ¿Por qué nacido dos veces? ¿Qué ocurrió con el primer nacimiento? ¿Qué necesidad hay de un segundo nacimiento? ¿Qué conseguirá con un segundo nacimiento?

En el segundo nacimiento logrará algo que ya podía obtener en el primero, pero que la sociedad, los padres y la gente que le rodeaba, aplastó, destruyó. Los niños se atiborran de conocimientos. De alguna forma, hay que desbancar su sencillez porque la sencillez no le va a ayudar en este mundo competitivo. Su sencillez puede parecer simplicidad a los ojos del mundo; se aprovecharán de su inocencia de todas las formas posibles. Tenemos miedo de la sociedad, tenemos miedo del mundo que hemos creado; queremos que los niños sean inteligentes, astutos, cultos, para que estén en la categoría de los poderosos, y no en la de los oprimidos e impotentes.

Si la vida de un niño empieza a tomar una dirección equivocada, seguirá dirigiéndose en esa dirección, su vida tomará esa dirección.

Cuando comprendes que has perdido tu oportunidad en la vida, el primer principio que debes recordar es la inocencia. Abandona tu cultura, olvida tus escrituras, olvida tus religiones, tus teologías, tus filosofías. Vuelve a nacer, vuélvete inocente y volverá a estar en tus manos. Limpia tu mente de todo lo que tú no conoces, de todo lo prestado, de todo lo que proviene de la tradición, de los convencionalismos. Todo lo que has recibido de los demás: padres, profesores, universidades; deshazte de todo eso. Vuelve a ser sencillo, vuelve a ser un niño. Y este milagro es posible a través de la meditación.

La meditación no es más que un curioso método de cirugía que te separa de todo lo que no es tuyo y sólo conserva lo que es tu auténtico ser. Quema todo lo demás y te deja desnudo, solo bajo el sol, bajo el viento. Como si fueses el primer hombre sobre la Tierra: sin saber nada, teniendo que descubrir todo, teniendo que ser un buscador, teniendo que salir en peregrinación.

El segundo principio es la peregrinación. La vida debe ser una búsqueda, no un deseo sino una búsqueda; no la ambición de convertirse en esto o aquello, en el presidente o el primer ministro de un país, sino una búsqueda para descubrir «¿Quién soy yo?».

Es muy extraño que la gente que no sabe quién es esté intentando convertirse en alguien. ¡Ni siquiera saben quiénes son ahora mismo! No conocen su ser... pero tienen como meta el convertirse en alguien.

El convertirse en algo es la enfermedad del espíritu.

El ser eres tú.

Descubrir tu ser es el inicio de la vida. Después, cada momento es un nuevo descubrimiento, cada momento te da una nueva alegría. Un nuevo misterio abre sus puertas, un nuevo amor empieza a nacer dentro de ti, una nueva compasión que nunca habías sentido antes, una nueva sensibilidad hacia la belleza, hacia la bondad. Te vuelves tan sensible que incluso la menor brizna de hierba cobra,

para ti, una importancia enorme. Tu sensibilidad te permite darte cuenta de que, para la existencia, esa pequeña brizna de hierba es tan importante como la estrella más grande; sin esa brizna de hierba la existencia no sería lo que es. Esa pequeña brizna es única, irremplazable, tiene su propia individualidad.

Y toda esta sensibilidad te proporcionará nuevas amistades, amistad con los árboles, con los pájaros, con los animales, las montañas, los ríos, los mares, las estrellas. La vida se va enriqueciendo a medida que aumenta el amor, a medida que aumenta la amistad.

En la vida de san Francisco hay un hermoso suceso. Se estaba muriendo, y siempre había viajado de un sitio a otro en un burro, compartiendo sus experiencias. Los discípulos se reunieron para escuchar sus últimas palabras. Las últimas palabras de un hombre son siempre las más importantes que ha pronunciado, porque contienen la experiencia de toda una vida.

Pero los discípulos no podían creer lo que estaban oyendo...

San Francisco no se dirigía a sus discípulos sino a su burro. «Hermano –dijo–, tengo una deuda enorme contigo. Me has estado llevando de un sitio a otro sin quejarte nunca, sin refunfuñar. Lo único que quiero, antes de dejar este mundo, es que me perdones; no he sido humano contigo». Éstas fueron las últimas palabras de san Francisco. Tenía una enorme sensibilidad para decirle eso a un burro, «hermano burro...», y pedir que le perdonara.

Cuando te vas volviendo más sensible, la vida se vuelve más grande. Ya no es un estanque, se vuelve oceánica. No se limita a ti, tu mujer y tus hijos, no está limitada. Toda la existencia se vuelve tu familia, y hasta que toda la existencia se vuelva tu familia no conocerás lo que es la vida, porque nadie es una isla, todos estamos conectados.

Somos un vasto continente, unido de millones de maneras.

Si nuestros corazones no están llenos de amor por la totalidad, nuestra vida estará truncada en la misma proporción.

La meditación te aporta sensibilidad, una enorme sensación de pertenecer al mundo. Es nuestro mundo, las estrellas son nuestras, y no somos extraños aquí. Pertenecemos intrínsecamente a la existencia. Somos parte de ella, somos el corazón de la existencia.

En segundo lugar, la meditación te aporta un gran silencio, porque todos los conocimientos inútiles desaparecen. Los pensamientos que son parte de los conocimientos también desaparecen... un inmenso silencio; te sorprendes: este silencio es la verdadera música.

La música es un intento de manifestar ese silencio de alguna forma. Los antiguos visionarios de Oriente eran categóricos en cuanto a la idea de que las grandes artes –música, poesía, danza, pintura, escultura– habían surgido de la meditación. Constituyen un esfuerzo de intentar traer lo desconocido al mundo de lo conocido para los que no están preparados para la peregrinación; simplemente son regalos para los que no están preparados para salir en peregrinación. Una canción o quizá una estatua puedan provocar el deseo de ir en búsqueda del origen.

La próxima vez que entres en un templo de Gautama el Buda, siéntate en silencio, observa la estatua. La estatua ha sido construida de tal forma que, cuando la observas, entras en silencio. Es la estatua de la meditación. No tiene nada que ver con Gautama el Buda.

Por eso todas las estatuas son parecidas, Mahavira, Gautama el Buda, Neminatha, Adinatha... Los veinticuatro *tirthankaras* de los jainistas... en el mismo templo encontrarás veinticuatro estatuas iguales, exactamente iguales. Cuando era un niño solía preguntarle a mi padre:

–¿Me puedes explicar cómo es posible que haya veinticuatro personas exactamente iguales? La misma altura, la misma nariz, la misma cara, el mismo cuerpo...

—No sé —solía decirme—, yo mismo me sorprendo de que no haya ninguna diferencia. Es algo inaudito, en el mundo no existen ni siquiera dos personas iguales, y mucho menos veinticuatro.

Pero cuando mi meditación floreció, encontré la respuesta; no me la dio una persona. La respuesta es que estas estatuas no tienen nada que ver con las personas. Tienen que ver con lo que estaba sucediendo dentro de esas veinticuatro personas, y lo que sucedía era exactamente igual para todas ellas. No nos preocupamos por lo externo, sólo insistimos en prestar atención a lo interno. Lo externo carece de importancia. Unas personas son jóvenes, otras viejas, algunas personas son negras, otras blancas, algunas son hombres, otras mujeres; todo esto no importa, lo que importa es que dentro haya un océano de silencio. En ese estado oceánico el cuerpo adopta una determinada postura.

Tú mismo lo habrás observado, aunque no seas consciente de ello. ¿Te has fijado cuando estás enfadado? Tu cuerpo adopta una determinada postura. Cuando estás enfadado no puedes mantener las manos abiertas; cuando estás enfadado cierras los puños. Cuando estás enfadado no puedes sonreír, ¿o acaso eres capaz? El cuerpo adopta una determinada postura con cada emoción.

Hasta las cosas pequeñas están íntimamente relacionadas con tu interior.

Esas estatuas están construidas de tal forma que si te sientas en silencio y observas, y después cierras los ojos, el negativo de una imagen sombreada entrará dentro de tu cuerpo y empezarás a sentir algo que nunca habías sentido antes. Las estatuas y los templos no han sido construidos para ser adorados, han sido construidos para experimentar. Son laboratorios científicos, ¡no tienen nada que ver con la religión! Desde hace muchos siglos se ha usado una determinada ciencia secreta para que las generaciones venideras puedan entrar en contacto con las experien-

cias de las generaciones más antiguas. No es por medio de libros ni por medio de palabras, sino por medio de algo que va a mayor profundidad: por medio del silencio, por medio de la meditación, por medio de la paz.

A medida que crece tu amistad, crece tu amor; tu vida se convierte en una danza constante, en una alegría, en una celebración.

¿Os habéis parado a pensar por qué en todo el mundo, en todas las culturas, en todas las sociedades, sólo hay unos pocos días al año de fiesta? Esos días de fiesta sólo son una recompensa, porque las sociedades han eliminado la celebración de tu vida y, si no te dan una recompensa, tu vida puede volverse peligrosa para la cultura.

Toda cultura debe darte alguna compensación para que no te sientas absolutamente hundido en la miseria, en la tristeza; pero esas compensaciones son falsas.

Los fuegos artificiales y las luces de colores no te harán saltar de júbilo. Son para los niños; para ti sólo serán una molestia. Sin embargo, en tu mundo interior puede haber un sinnúmero de luces, canciones y alegrías.

Recuérdalo siempre, la sociedad te recompensa cuando siente que lo que ha reprimido puede estallar y producir una situación peligrosa si no se compensa de alguna manera. La sociedad encuentra alguna fórmula para que puedas liberar tu represión, pero esto no es una verdadera celebración, esto no puede ser verdad.

La verdadera celebración debería brotar de tu vida, en tu vida.

La verdadera celebración no se puede regir por el calendario: el primero de noviembre tienes que celebrar. Es curioso, estás sufriendo durante todo el año y, de repente, ¿el primero de noviembre dejas de sufrir y te pones a bailar? O era falso el sufrimiento o es falso el primero de noviembre, pero ambos no pueden ser verdad. Y cuando pasa el primero de noviembre vuelves a tu agujero, todo el

mundo vuelve a ser desdichado, todo el mundo vuelve a sus preocupaciones.

La vida debería ser una celebración constante, un festival de fuegos artificiales durante todo el año. Sólo entonces podrás crecer, podrás florecer.

Transforma en celebración las cosas sin importancia.

En Japón, por ejemplo, celebran la ceremonia del té. En todos los monasterios zen y en la casa de cualquier persona que se lo pueda permitir existe un pequeño templo para tomar el té. El té ya no es algo ordinario y profano, lo han transformado en una celebración. El templo para tomar el té se construye de una determinada manera: dentro de un hermoso jardín, con un bonito estanque; cisnes en el estanque y flores alrededor. Los invitados llegan y tienen que dejar sus zapatos fuera; esto es un templo. Y cuando entras en el templo no puedes hablar; tienes que dejar atrás tu mente, tus pensamientos y tus palabras, junto a los zapatos. Te sientas en postura de meditación y la anfitriona, la mujer que te está preparando el té, tiene unos movimientos tan delicados que parece que estuviera bailando, dando vueltas y preparando el té, colocando las tazas y los platos delante de ti como si fueses un dios. Con un gran respeto... ella se inclinará, y tú debes recibir el té con el mismo respeto.

El té se prepara en un samovar especial que emite bellos sonidos, tiene su propia música. Todo el mundo debe detenerse primero a escuchar la música del té, esto forma parte de la ceremonia del té. Todo el mundo está en silencio, escuchando... fuera, en el jardín, pían los pájaros y el samovar..., el té crea su propia música... Estás rodeado de paz...

Cuando el té está listo se vierte en cada taza, y no se debe beber como se hace en cualquier parte. Primero debes oler el aroma del té. Debes beber un sorbo como si viniese del más allá, tómate tu tiempo, no hay prisa. Quizá alguien empiece a tocar la flauta o la cítara. Es un hecho

cotidiano, sólo es té, sin embargo lo han convertido en una hermosa fiesta religiosa. Todo el mundo sale de ahí renovado, descansado, sintiéndose más joven, sintiéndose más animado.

Y si se puede hacer con el té, se puede hacer con todo: con la ropa, con la comida. La gente vive adormilada; de lo contrario, cualquier tela, cualquier ropa tiene su propia belleza y nos da una determinada sensación. Si eres sensible, la ropa no servirá sólo para cubrir tu cuerpo, sino que será algo que exprese tu individualidad, algo que exprese tu gusto, tu cultura, tu ser. Todo lo que hagas debería ser una expresión de ti, y debería llevar tu firma.

De esta forma, la vida se convierte en una celebración constante.

Aunque estés enfermo y tumbado en la cama, convertirás estos momentos en la cama en momentos de belleza y alegría, en momentos de relajación y descanso, en momentos de meditación, en momentos para escuchar música o poesía. No deberías estar triste porque estés enfermo. Deberías alegrarte de que todo el resto de la gente esté en la oficina y tú estés en la cama como un rey, relajándote... alguien te está preparando un té, el samovar está cantando una canción, un amigo se ha ofrecido para venir a tocar la flauta para ti...

Estas cosas son más importantes que ninguna medicina. Si estás enfermo, llama a un médico. Pero es más importante que llames a las personas que te quieren, porque no hay mejor medicina que el amor. Llama a la gente que puede crear belleza, música y poesía a tu alrededor, porque no hay nada tan sanador como un espíritu de celebración. La medicina es una forma inferior de tratamiento, pero parece que nos hemos olvidado de todo por eso tienes que depender de las medicinas, estar malhumorado y triste, como si estuvieses perdiéndote una gran diversión en la oficina. En la oficina no eres feliz –faltas un día y sigues

aferrándote a la infelicidad—, pero no puedes prescindir de ello.

Haz que todo sea creativo, saca lo mejor de lo peor, a esto es a lo que yo llamo arte de vivir. Si una persona vive su vida haciendo de cada momento y cada etapa algo bello, con amor, con alegría, naturalmente su muerte será la cima absoluta de todo el esfuerzo de su vida. Serán los últimos retoques... su muerte no será horrible como le sucede normalmente a todo el mundo.

Si la muerte es horrible, significa que tu vida ha sido una pérdida de tiempo. La muerte debería ser una aceptación pacífica, una entrada amorosa en lo desconocido, una alegre despedida de los viejos amigos, del viejo mundo. No debería ser trágica.

Lin Chi, un maestro zen, estaba muriendo. Miles de discípulos se habían reunido para escuchar su último sermón, sin embargo, Lin Chi yacía feliz, sonriente, pero no dijo ni una palabra.

Al ver que iba a morir y todavía no había dicho ni una palabra, alguien le recordó a Lin Chi... se trataba de un viejo amigo, maestro por derecho propio... No era discípulo de Lin Chi, por eso le pudo decir:

—Lin Chi, ¿te has olvidado de decir tus últimas palabras? Siempre dije que tenías buena memoria. Estás a punto de morir... ¿te has olvidado?

Lin Chi dijo:

—Escucha. —En el tejado había dos ardillas corriendo y alborotando y dijo—: ¡Qué bonito!

Durante un instante, cuando dijo: «Escucha», hubo un silencio absoluto. Todo el mundo creía que iba a decir algo importante, pero sólo se oyó pelear a las dos ardillas que estaban corriendo y alborotando en el tejado... Y sonrió y murió. Pero había comunicado su último mensaje: no inventes cosas pequeñas o grandes, triviales o importantes. Todo es importante. En ese momento, la muerte de Lin Chi era tan importante como las dos ardillas corriendo