



ЖИЗНЬ ГЛАЗАМИ ОШО

Марат Ара

Жизнь глазами Ошо

«Автор»

2026

Ара М.

Жизнь глазами Ошо / М. Ара — «Автор», 2026

Вы когда-нибудь ловили себя на странном ощущении, что живете не свою жизнь, а просто смотрите на неё со стороны? Автор этой книги находился в этом зале слишком долго. Пока однажды его мир не перевернулся благодаря знакомству с философией Ошо. Эта книга — не религиозный манифест и не попытка продвинуть восточные ашрамы. Это честный взгляд обычного человека с его повседневными бытовыми проблемами на то, как древняя мудрость может изменить реальность в XXI веке. Как научиться замедляться в эпоху вечного стресса? Как найти баланс между тотальным доверием Вселенной и личной ответственностью? И как, наконец, услышать свой истинный внутренний голос, заглушенный ментальным штормом? Короткое, но глубокое руководство для тех, кто устал бежать сломя голову и хочет начать праздновать каждый миг своего бытия.

© Ара М., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Марат Ара

Жизнь глазами Ошо

Глава

Жизнь глазами Ошо

Введение. Эффект свидетеля

Вы когда-нибудь ловили себя на странном ощущении, что живете не свою жизнь? Будто вы — просто зритель в кинотеатре, который сидит в темноте и смотрит на экран, где какой-то похожий на вас человек куда-то бежит, чего-то добивается и с кем-то спорит. Вы смотрите на него, но внутри — абсолютная, звенящая пустота.

Я находился в этом зале слишком долго. Пока однажды экран не взорвался.

Всё началось с коротких строчек, которые случайным эхом долетали до меня из глубин интернета. Всего несколько слов, но они обладали странным свойством: они не просто читали мои мысли — они обнажали то, в чем я сам себе боялся признаться. Под ними всегда стояло одно загадочное имя — Ошо.

Взглянув на его фотографию, я мысленно отправил его в глубокую древность. Седая борода, глаза, смотрящие прямо в душу, свободные одежды... Я был абсолютно уверен, что этот человек сидел у костра с античными философами или медитировал в пещерах Гималаев тысячи лет назад. Мне казалось, что современный мир слишком мелок и шумен, чтобы родить такую космическую глубину.

А потом случился щелчок, который перевернул моё сознание.

Ради любопытства я открыл его биографию. Экран телефона светился в темноте, а я не мог поверить своим глазам: этот «древний мудрец» ушел из жизни в 1990 году. Он ходил по тем же улицам, дышал тем же воздухом и застал тот же безумный двадцатый век. Он говорил не с мифическими учениками прошлого. Он говорил со мной — человеком эпохи стресса и бесконечного бега по кругу.

Его мысли требовали тишины. Вы ловите себя на том, что перечитываете одну фразу по три раза? Не потому, что она сложная, а потому, что ваш ум отчаянно сопротивляется её простоте.

В тот вечер я закрыл телефон и принял решение. Я больше не хочу быть просто зрителем в кинотеатре своей жизни. Я возьму эти мысли и проверю их в действии — в самый обычный день, в моменты злости, страха или одиночества.

И эксперимент начался.

Глава 1. Манифест обычного человека: Рай и Ад в твоей голове

Сразу хочу прояснить одну вещь. Я не проповедник. Я не собираюсь вербовать вас в последователи Ошо, продвигать его ашрамы или призывать вас бросить всё, уехать в Индию и медитировать на вершине горы. Нет.

Я — самый обычный человек. У меня есть точно такие же бытовые проблемы, как и у вас: дедлайны на работе, счета за коммунальные услуги, усталость по вечерам и бытовые споры. И именно поэтому его философия меня зацепила. В ней не было оторванной от реальности святости.

Знаете, в чём главная фишка Ошо? Он не боялся вообще ничего. Он заходил в те темные углы человеческой психики, о которых другие философы и психологи боялись даже заикнуться. И раскладывал всё это простыми, почти детскими словами.

Религии часто говорят нам: «Откажись от земных благ, страдай, борись со своими желаниями». А Ошо сказал совершенно противоположное: «Не отказывайтесь ни от чего. Просто живите. Просто будьте людьми. Но... замечайте это всё. Будьте наблюдателями».

Это слово — Наблюдатель — стало моим главным открытием.

Оказалось, чтобы изменить жизнь, не нужно совершать революций. Не нужно бежать в поисках «чего-то нового», новой работы или новой страны. Всё, что нам нужно, уже находится прямо перед нашими глазами. Мы привыкли думать, что ад или рай — это места, куда мы попадем после смерти. Но правда, которую я осознал, оказалась куда более острой: мы сами строим для себя рай или ад каждую секунду прямо сейчас, в своей собственной голове.

Когда ты начинаешь не просто механически жить, а наблюдать за своими мыслями, обидами и реакциями, мир вокруг начинает трещать по швам. И открывается то, чего ты раньше никогда не замечал.

Мой эксперимент начался не с книг, а с видеозаписей. Алгоритм подкинул мне ролик в одной из соцсетей, и первое, что меня поразило — это физическое ощущение дискомфорта от того, как он говорил.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.