Ако си жив, защо живееш? За да обичаш, да се радваш, да изпитваш върховна наслада - защо иначе изобщо си струва да живееш?

И какво означава "богатство"? То е нещо, което ти е нужно, за да направиш живота по-приятен, по-удобен, изпълнен с много повече неща, които ти доставят удоволствие.

Бедняк е този, който не е открил невероятното богатство в света на музиката. Той е пропуснал един от най-големите луксове в живота. Бедняк е, ако не знае как да се наслаждава на Пикасо и Ван Гог, ако не открива магията на цветовете. Може ли човек да изпита истинско удоволствие от залезите и изгревите, ако не е виждал картина на Леонардо? Милиони хора живеят така - без да са познали красотата на изгрева, без дори за миг да са се спрели да погледат залеза и цветовете, които слънцето оставя след себе си на небосклона. Милиони хора дори не вдигат поглед да видят небето и за миг да изпитат наслада от неговото великолепие.

Да си жив, означава само едно-единствено нещо - да живееш пълноценно и в множество измерения -музика, поезия, живопис, скулптура... Все неща, които са форми на лукса.

Аз ви уча да живеете пълноценно, да изпитвате върховна наслада от живота във всяко отношение -физическо, интелектуално, духовно. Трябва да живеете така, че да осъществите докрай възможността да се радвате на живота.

Извличайте от всеки миг възможно най-голямата наслада, цялото възможно щастие, за да не съжалявате после: "Ето, този миг отлетя, а аз не можах да се възползвам от него."

Не мислете за миналото, за другите животи или за Божието царство… Утрешният ден не съществува. Винаги е днес - неизменно и завинаги днес.

Съществува единствено настоящият момент. Уловете го. Извлечете от него всичко възможно. Ако успеете да го постигнете, няма да се сетите за миналото. Нима е нужно да си спомняте за него? Просто миналото ще престане да оставя във вас своите следи.

Само неизживените мигове от миналото могат да се превърнат в тежко бреме за вашата психика.

Позволете ми да повторя още веднъж - мигновенията, които не сте изживели, а сте могли да изживеете докрай; начинанията, които са могли да процъфтят, но са оставили недоразвити; песните които сте могли да изпеете, но са останали дълбоко във вас поради някаква глупава причина и не са изпети докрай... Само неизживяното минало се превръща в огромна тежест за духа. И с всеки изминал ден тя става все по-страшна и непосилна.

Човек идва на белия свят като съвършено чиста, все още ненаписана, отворена книга.

Ти си този, който пише собствената си съдба, никой друг не прави това вместо теб. Кой би могъл да го направи? Как ще стане? И защо?

Човек идва на света като цялост от неосъществени потенциални възможности. И единствено той определя своята съдба. Всеки трябва да осъществи сам себе си.

Тялото и душата не са врагове. Те съществуват в пълно съзвучие помежду си.

Човекът е една хармонична цялост. Всичко в него е свързано. Не можеш да

унищожиш нещо за сметка на друго, така въздействаш върху цялата система - можеш да я накърниш, но можеш и да я развиеш. Трябва да осъзнаеш, че си неделима цялост.

Затова живей, и живей пълноценно! Запали факлата на живота си и от двете страни. Само тогава можеш да си отидеш от този свят с усмивка и в блаженство.

Ако нищо не е оставено недовършено, ако всеки миг е изпълнен докрай, тогава няма какво да те дърпа назад - има само тишина. Ако всеки миг е бил пълен, не остава и нищо за бъдещето, защото бъдещето само по себе си е недовършено и чака следващия ден - ако не си осъществил мига вчера, осъществи го утре.

Но ако няма неосъществени вчерашни дни, не съществува и проекция за утрешния ден. И тогава всеки миг е изживян докрай.

Ошо