

Шива сказал: Даже когда вспоминаешь соитие, без объятий — преображение!

Если вам знакомы две предыдущие медитационные техники, тогда вам не потребуется даже партнер. Вы можете просто вспомнить сексуальный акт и войти в него. Но сначала вы должны почувствовать его. Если это чувство вам знакомо, вы можете войти в сексуальный акт без партнера. Это не очень легко, но возможно. До тех пор пока этого не случится, вы будете зависимым: возникает своеобразная зависимость. Это происходит по очень многим причинам.

Если вам знакомо это чувство, если вы уже познали тот момент, когда *вас* нет, а есть только вибрирующая энергия, — когда вы стали едиными и существует кольцо с партнером, — тогда в этот момент никакого партнера не существует. В этот момент есть только вы; а для другого, в свою очередь, вас тоже не существует: есть только он или она. Единство сосредоточено в вас; партнера больше не существует. Женщинам это легче почувствовать, потому что они всегда занимаются любовью с закрытыми глазами.

Будет хорошо, если, выполняя эту технику, вы закроете глаза. Тогда останется только внутреннее ощущение кольца, внутреннее ощущение единства. Вспомните это. Закройте глаза, лягте и представьте, что рядом с вами партнер. Вспомните это и почувствуйте. Ваше тело начнет сотрясаться и вибрировать. Позвольте ему это! Забудьте, что рядом никого нет. Ведите себя так, будто другой рядом. Лишь поначалу будет «как будто», но потом, если вам все удастся, «как будто» уже не будет, и другой окажется рядом.

Ведите себя так, будто вы действительно входите в любовный акт. Делайте все то, что стали бы делать вместе со своим партнером. Кричите, двигайтесь, сотрясайтесь. Вскоре возникнет кольцо, и это кольцо чудесное. Вы почувствуете, что кольцо возникло, но теперь оно образовано не с мужчиной и не с женщиной. Если вы мужчина, вся вселенная станет для вас женщиной; если вы женщина, вся вселенная станет мужчиной. Теперь вы находитесь в глубоком общении с самим бытием, а двери, другого, больше не существует. Другой — это просто дверь. Занимаясь любовью с женщиной, вы в действительности занимаетесь любовью с самим бытием. Женщина — это дверь, мужчина — это дверь. Другой — это дверь, в которую входит целое, но вы так спешите, что никогда этого не чувствуете. Если вы часами будете пребывать в общении, в глубоком объятии, вы забудете другого, другой станет лишь продолжением целого. Освоив эту технику, вы сможете пользоваться ею в одиночку, и она даст вам новую свободу — свободу от другого.

Медитация КОЛЬЦО ЛЮБВИ В ОДИНОЧКУ

Автор: Центр "СемиЗнание"

25.12.2012 22:48 - Обновлено 20.03.2013 18:52

В жизни бывает так, что все бытие превращается в другого — в возлюбленную, в возлюбленного — и тогда этой техникой можно пользоваться постоянно, пребывать в непрерывном общении с бытием. Вы можете использовать ее и при других обстоятельствах, например, гуляя утром. В этом случае вы вступаете в общение с воздухом, с поднимающимся солнцем, со звездами, с деревьями. Глядя ночью на звезды, вы можете использовать эту технику; глядя на луну, можете использовать ее. Как только вы узнаете, как это делать, вы включите в сексуальный акт всю вселенную.

Но лучше начинать с людей, потому что они ближе к нам — ближайшая часть вселенной. А потом от них можно отказаться. Вы можете сделать прыжок и совершенно забыть о двери. «Даже когда вспоминаешь соитие — преображение». Вы *будете* преображены: вы станете новым человеком.

Тантра говорит: полностью войдите в сексуальный акт. Забудьте себя, свою цивилизацию, свою религию, свою культуру, свою идеологию. Забудьте все. Просто войдите в сексуальный акт; войдите в него полностью; ничего не оставляйте снаружи. Станьте абсолютно недумаящим. Только в этом случае можно осознать, что вы стали с кем-то единым. И тогда это чувство единства можно отделить от партнера и применить ко всей вселенной. Вы можете находиться в сексуальном акте с деревом, с луной, с чем угодно. Узнав, как образуется кольцо, вы можете образовывать его с чем угодно — даже когда ничего нет.

Вы можете образовать кольцо внутри самого себя, поскольку мужчина является и мужчиной, и женщиной, а женщина является и женщиной, и мужчиной. Вы являетесь и тем, и другой, ибо вас создали два человека. Вы были созданы мужчиной и женщиной, поэтому в вас есть и тот, и другая. Забудьте все, и внутри вас возникнет кольцо. А когда внутри вас возникнет кольцо — ваш мужчина встретится с вашей женщиной, внутренняя женщина встретится с внутренним мужчиной — вы заключите в объятия самого себя. И лишь после того как возникнет это кольцо, достигается подлинное безбрачие. В противном случае все виды безбрачия — извращения, порождающие свои собственные проблемы. Когда внутри возникнет кольцо, вы обретете свободу.

Ошо. Медитация: первая и последняя Свобода.

Медитация КОЛЬЦО ЛЮБВИ В ОДИНОЧКУ

Автор: Центр "СемиЗнание"

25.12.2012 22:48 - Обновлено 20.03.2013 18:52

Что такое медитация. Часть 10. Партнёрство в медитации

Полезные намекалки здесь: [Что такое медитация?](#)
