Автор: Центр "СемиЗнание"
03.02.2013 21:34 - Обновлено 21.02.2013 06:55



Очень, очень приятные мелодии, изысканный женский вокал, знакомые мантры в современной обработке. Замечательное музыкальное сопровождение для занятий практиками.

{music}images/stories/audio/natalie{/music}

А вот Вам про мантры и осознанность)))))))))

"Мантра. Если вы будете повторять определенную мантру долго, это также приведет к тонким химическим изменениям в теле. Это лучше, чем наркотики, но, тем не мене, это также тонкие наркотики. Если вы будете повторять постоянно: «Аум, аум, аум», — само повторение будет создавать в вас звуковые волны. Подобно этому вы можете бросать камни в озеро, будут подниматься волны, которые будут расходиться кругами, создавая определенные узоры. То же самое происходит тогда, когда вы пользуетесь определенной мантрой, когда постоянно повторяете определенное слово. Не имеет никакого конкретного значения, какое слово вы повторяете: Аум, Рама, Аве Мария или Аллах. Вы можете повторять: «Блюм, блюм, блюм». Эффект будет тот же. Но вы должны повторять один и тот же звук, в той же тональности, в том же ритме. Он снова попадает в один и тот же центр, снова и снова создает круги, вибрации, пульсацию. Они будут двигаться внутри вашего бытия и будут распространяться. Они будут создавать круги энергии. Это лучше, чем наркотики, но качество то же.

Вот почему Кришнамурти все время говорит, что мантра — это наркотик. Это наркотик, и он не говорит ничего нового. Патанджали говорит то же самое.

И если вы можете создать внутренний звук, постоянную вибрацию, это изменит вашу психологию, химию вашего тела, и ум, и тело. Но это все равно, помощь извне. Это все

равно, усилие. Вы что-то делаете. И благодаря тому, что вы делаете, вы создаете состояние, которое нужно поддерживать. Оно не естественно спонтанное. Если вы не будете поддерживать его несколько дней, оно исчезнет. Поэтому это также не истинный рост.

Человек, который воспевает мантры, работает над звуковой структурой своего бытия. Но все они ограничены. Они еще не соприкасаются с тотальностью человека. И все они вызовут однобокость. Одна часть вырастет слишком большой, а другая часть останется далеко позади, и человек становится уродливым.

Самадхи — это рост тотальности.

И этот рост должен быть естественным, спонтанным, не навязанным. Этот рост должен происходить через осознанность, а не через химию, не через физику, не через звук. Этот рост должен происходить через осознанность, через свидетельствование. Вот что такое самадхи. Самадхи подведет вас к той же точке, в которой вы родились. Внезапно оно раскроет вам ваше бытие, откроет вам кто вы."

Ошо