Автор: ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ
06.10.2020 00:00 - Обновлено 23.10.2020 17:41



ТЕХНИКИ НА ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ | С предельной преданностью центрируйся на двух точках соединения дыхания и познай познающего | Сутры | Вигьяна Бхайрава Тантра | Коментарии Ошо

***Шива отвечает**: С предельной преданностью центрируйся на двух точках соединения дыхания и познай познающего*

Наблюдай точку поворота с преданностью

Восьмая дыхательная техника: С предельной преданностью центрируйся на двух точках соединения дыхания и познай познающего.

Здесь имеются небольшие отличия в техниках - небольшие модификации. Но хотя эти отличия в техниках и небольшие, для вас они могут быть большими. Единственное слово может сделать различие большим. С предельной преданностью центрируйся на двух точках соединения дыхания. Входящее дыхание имеет одну точку поворота, выходящее имеет другую точку поворота. По поводу этих двух поворотов, - а мы уже обсуждали эти повороты - сделано небольшое отличие: небольшое с точки зрения техники, но для ищущего оно может оказаться большим. Добавлено только одно условие: с предельной преданностью - и вся техника становится другой.

В первоначальной форме вопроса о преданности не было, это была чисто научная техника. Вы делали ее, и она работала. Но имеются люди, которые не могут делать такую сухую, научную технику. Для тех, кто ориентирован на сердце, для тех, кто принадлежит миру религии, было сделано небольшое отличие: с предельной преданностью центрируйся на двух точках соединения дыхания и познай познающего. Если вы не имеете склонности к науке, к научным положениям, если ваш ум не является научным, то испытайте следующее: с предельной преданностью - с верой, любовью, доверием - центрируйся на двух точках соединения дыхания и познай познающего. Как

это делать? Как? Вы можете быть преданным по отношению к кому-либо другому: по отношению к Кришне, по отношению к Христу. Но как можете вы быть преданным по отношению к самому себе, по отношению к точке поворота дыхания? Это явление кажется не имеющим абсолютно никакого отношения к преданности. Но это зависит от того, как посмотреть...
Тантра утверждает, что тело есть храм. Ваше тело есть храм божественного, место обитания божественного, так что не смотрите на свое тело, как на некоторый объект. Оно является священным, оно является святым. И когда вы воспринимаете идущее внутрь дыхание, это дыхание воспринимаете не только вы, но и божественное внутри вас. Вы едите, вы двигаетесь или ходите... посмотрите на это таким образом: это не вы, а божественное движется в вас. Тогда все станет абсолютно божественным.
О многих святых говорят, что они любили свои тела. Они относились к своим телам так, как если бы это были тела их возлюбленных. Вы можете относиться к своему телу таким образом или можете рассматривать его как механизм - это снова вопрос вашего отношения к этому. Вы можете относиться к нему с чувством вины, греха; вы можете смотреть на него, как на нечто грязное; вы можете смотреть на него, как на нечто сверхестественное, как на чудо; вы можете относиться к нему, как к местопребыванию божественного. Это зависит от вас. Если вы можете относиться к своему телу, как к храму, то эта техника окажется полезной: с предельной преданностью...
Испытайте ее. Когда вы едите, испытайте ее. Не думайте, что это вы едите. Думайте, что это ест божественное, которое находится в вас, и наблюдайте за изменениями. Вы едите то же самое, вы являетесь тем же самым, но немедленно все становится совершенно другим. Вы отдаете пищу божественному. Вы принимаете ванну - обычная, тривиальная вещь, - но измените отношение: почувствуйте, что ванну принимает божественное в вас. Тогда эта техника окажется легкой: с предельной преданностью центрируйся на двух точках соединения дыхания и познай познающего.
Ошо / Книга Тайн / Вигьяна Бхайрава Тантра

НАШИ | ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ | СЕМИНАРЫ

Семинар Тантрический Массаж | Центр СемиЗнание
Семинар для МУЖЧИН ХАЯН | Центр СемиЗнание
Семинар | медитация | для ЖЕНЩИН | ТАЙНА | Центр СемиЗнание
Тантра Прикосновений | Tantra Touching Meditation
Тантра Интенсив | Дыхание Тантры | Spirit Tantra
Семинар | Танец Противоположностей