Автор: ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ
03.05.2021 00:00 - Обновлено 03.05.2021 12:35



ТЕХНИКИ ВИДЕНИЯ | Смотри на чашу, не видя стенок или материала. В несколько мгновений стань сознающей | Сутры | Вигьяна Бхайрава Тантра | Коментарии Ошо
Шива отвечает: *Смотри на чашу, не видя стенок или материала. В несколько мгновений стань сознающей.*
31. Смотрите на объект как на единое целое
Вторая техника, связанная с видением: *Смотри на чашу, не видя стенок или материала. В несколько мгновений стань сознающей.*
Смотрите на что угодно. Подойдет чаша или любой другой объект, но смотреть на него нужно не так, как вы обычно смотрите. Смотри на чашу, не видя стенок или материала. Смотрите на любой объект, но с выполнением двух условий... Не смотрите на внешнюю поверхность, смотрите на объект как на единое целое. Обычно мы смотрим на отдельные части. Это, возможно, и не осознается, но мы смотрим на отдельные части. Если я смотрю на вас, то сначала я смотрю на лицо, затем на туловище, а затем на все ваше тело в целом. Смотрите на объект, как на единое целое, не разделяйте его на части. Почему? Потому что, если вы разделяете что-либо на части, то глаза имеют возможность двигаться с одной части на другую. Смотрите на вещь, как на единое целое. Вы можете это сделать.

Я могу смотреть на всех вас двумя способами. Я могу начать с этой стороны, а затем двигаться дальше. Я могу смотреть на A, затем на B, затем я смотрю на C и продолжаю двигаться. Когда я смотрю на A, B и C, я не присутствую - или присутствую всего лишь на краю, не сфокусировавшись. Когда я смотрю на B, я оставляю A. Когда я смотрю на C, A полностью утрачено; оно вышло из моего фокуса. Я могу смотреть на вашу группу таким образом, но я могу смотреть на всю группу, не разделяя ее на отдельных людей, на единицы, а принимая ее как единое целое.

Автор: ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ
03.05.2021 00:00 - Обновлено 03.05.2021 12:35

Попробуйте проделать это. Сначала смотрите на вещь, переме-щаясь от одного ее фрагмента к другому. Затем, внезапно, посмот-рите на эту вещь как на единое целое; не разделяйте ее на части. Когда вы смотрите на вещь как на единое целое, глазу не нужно двигаться. Для того чтобы предотвратить возможность такого дви-жения, это должно быть сделано условием: смотрите на объект тотально, воспринимайте его как единое целое. И, во-вторых, смот-рите, не видя материала. Если чаша является деревянной, не обра-щайте внимания на дерево; воспринимайте только чашу, только форму. Вы не должны видеть материал.

Чаша может быть из золота, она может быть из серебра - на-блюдайте ее. Не смотрите на материал, из которого она сделана, смотрите только на форму. Итак, первое - смотрите на нее как на единое целое. И, второе, смотрите на ее форму, а не на материал. Почему? Потому что материал является материальной частью ча-ши, форма является ее духовной частью, а вы должны двигаться от материального к нематериальному. Это будет полезным.

Попробуйте проделать это. Вы можете пробовать проделать это на ком угодно. Стоит какой-либо мужчина или какая-то женщина: смотрите и воспринимайте в своем взгляде мужчину или женщину целиком, пусть они полностью вмещаются в ваш взгляд. Сначала будет некоторое странное чувство, потому что вы не привыкли к такому способу смотрения, но в конце оно будет прекрасным. И, кроме того, не думайте о том, красиво тело или нет, белое оно или черное, мужчина это или женщина. Не думайте, просто смотрите на форму. Забудьте про материал и смотрите только на форму.

В несколько мгновений стань сознающей. Продолжайте смот-реть на форму как на единое целое. Не допускайте никакого движе-ния глаз. Не начинайте думать о материале. Что произойдет? Вы внезапно осознаете самого себя. Глядя на что-то другое, вы начнете осознавать самого себя. Почему? Потому что для глаз теперь не существует возможности двигаться наружу. Форма воспринимает-ся как единое целое, так что вы не можете двигаться к ее частям. Материал отброшен; воспринимается только чистая форма. Теперь вы не можете думать о золоте, о серебре, о дереве и тому подобном.

Форма - это чистая форма. О ней невозможно размышлять. Форма есть только форма - вы не можете думать о ней. Если она из золота, то вы можете о многом думать. Она может вам нравиться, вам может захотеться украсть ее, или что-нибудь с ней сделать, или продать ее, вы можете думать о ее цене - можно думать о многом. Но по отношению к чистой форме мышление невозможно. Чистая форма прекращает мышление. И нет возможности переходить от одной части к другой - вы воспринимаете объект как единое целое.

Оставайтесь с целым и с формой. Внезапно вы начнете осозна-вать самого себя, потому что теперь ваши глаза не могут двигаться. А они должны двигаться, это их природа. Поэтому ваш взгляд начнет обращаться к вам, он будет идти назад, он будет возвращать-ся домой, и внезапно вы осознаете самого себя. Этот переход к осознанию самого себя является одним из наиболее экстатичных моментов, возможных для человека. Когда вы в первый раз начина-ете осознавать самого себя, это такая красота и такое блаженство, что вы не сможете сравнить это с чем-либо, испытанным ранее. Вы, на самом деле, в первый раз становитесь самим собой; в первый раз вы узнаете, что вы существуете. В единой вспышке раскрывается вся ваша сущность.

Но почему так происходит? Вы, возможно, видели - в детских книжках особенно или в

трудах по психологии, я надеюсь, что каж-дый из вас видел что-то подобное - изображение старой женщины, в линиях которого спрятано также изображение прекрасной молодой женщины. Одна и та же картинка, одни и те же линии, но в ней два изображения: старая женщина и молодая женщина.
Посмотрите на картинку; вы не сможете осознать оба изображе-ния одновременно. Вы будете воспринимать либо одно, либо другое. Если вы осознали наличие изображения старухи, вы не сможете увидеть, где прячется молодая женщина. Но если вы попытаетесь найти ее, это будет трудно, причем барьером будет само усилие. Поскольку вы воспринимаете старуху, она будет зафиксирована в ваших глазах. Зафиксировав старуху, вы пытаетесь найти молодую женщину. Это невозможно, вы не сможете найти ее. Вы должны выполнить технику.
Пристально смотрите на старуху, полностью забудьте о молодой женщине. Пристально смотрите на старуху, на ее рисунок. Смотрите пристально, продолжайте смотреть пристально. Внезап-но старуха исчезнет, и вы начнете воспринимать спрятанную здесь молодую женщину. Почему? Если вы пытаетесь искать ее, вы ее упустите. Такие рисунки дают детям в качестве головоломки, им говорят: «Найди другую». Тогда они начинают искать ее, и у них ничего не получается.
Хитрость заключается в том, чтобы не стараться найти другое изображение, а просто пристально смотреть на первоначальное изо-бражение, пока вы не осознаете его. Забудьте про другое изображе-ние, нет необходимости думать о нем. Ваши глаза не могут оставаться на одной точке, так что если вы будете пристально смот-реть на изображение старухи, глаза начнут уставать. Затем, внезап-но, они начнут двигаться от этого изображения, и в этом движении вы начнете осознавать другое изображение, ранее спрятанное в ли-ниях, изображающих старуху. Но чудо заключается в том, что, когда вы начинаете осознавать молодую женщину, вы не сможете больше видеть старуху. Но теперь вы знаете, что обе они присутствуют на картинке.
Сначала вы могли и не верить, что здесь спрятана молодая женщина, но теперь вы знаете, потому что первой вы видели стару-ху. Теперь вы знаете, что старуха здесь, но, глядя на молодую жен-щину, вы не можете одновременно воспринимать и старуху. А если вы будете воспринимать старуху, то вы снова упустите молодую женщину. Невозможно видеть обеих одновременно; в каждый мо-мент времени вы можете видеть только одну из них.
То же самое имеет место по отношению к взгляду внутрь и наружу. Вы не можете иметь оба взгляда одновременно. Когда вы смотрите на чашу или на любой другой объект, вы смотрите наружу: сознание движется наружу, река течет наружу. Вы сфокусированы на чаше. Продолжайте пристально смотреть на нее. Само это при-стальное смотрение создаст возможность для движения внутрь. Ва-ши глаза устанут, они пожелают двигаться. Не найдя ничего, к чему можно было бы двигаться снаружи, река внезапно повернет обратно - это остается единственной возможностью. Вы принудите свое сознание опуститься обратно. А когда вы начнете осознавать самого себя, вы упустите чашу; ее больше не будет.
Вот почему Шанкара или Нагарджуна утверждают, что весь мир является иллюзорным; они познали, что это так. Когда мы прихо-дим к познанию самих себя, мира больше нет. Мир, на самом деле, не иллюзорен; он существует. Но вы не можете видеть оба мира одновременно - и в этом проблема. Поэтому, когда Шанкара входит в самого себя, когда он познает свое «я», когда он становится свиде-телем, мира больше нет. Так что он

прав. Он говорит, что мир есть майя - иллюзия. Просто кажется, что он есть; он не существует.
Осознайте этот факт. Когда вы знаете мир, вас нет. Вы присут-ствуете здесь, но вы спрятаны, и вы не можете поверить, что спря-таны здесь; для вас в первую очередь существует мир. И если вы начнете прямолинейно искать себя, то это будет трудно, само уси-лие может стать барьером. Поэтому тантра и требует, чтобы вы фиксировали свой пристальный взгляд на чем угодно в окружаю-щем мире, на любом объекте, и чтобы вы не перемещались с него, оставались на нем. Само усилие, направленное на то, чтобы остать-ся, будет создавать для сознания возможность начать течение вверх - назад. Тогда вы начнете осознавать самого себя.
Но когда вы начинаете осознавать самого себя, чаши больше не будет. Она здесь, но для вас ее больше не будет. Поэтому Шанкара и говорит, что мир - это иллюзия, потому что, когда вы приходите к познанию самого себя, мира больше не существует. Он исчезает подобно сновидению.
Но и Чарвака, и Эпикур, и Маркс тоже правы. Они утверждают, что мир есть истина, а ваше «я» есть ложь; его нигде невозможно обнаружить. Они говорят, что наука является реальностью. Наука утверждает, что существует только материя, существуют только объекты; никакого субъекта нет. Они правы, потому что глаза фоку-сируются на объектах.
Ученый все время фокусируется на объектах. Он полностью забывает самого себя. И Шанкара, и Маркс правы в одном смысле и не правы - в другом. Если вы зафиксированы на внешнем мире, если ваш взгляд зафиксирован на внешнем мире, ваше «я» будет выглядеть иллюзорным - как будто оно является только сновиде-нием. Если вы смотрите внутрь, сновидением становится окружа-ющий мир. И то и другое является реальным, но вы не можете осознавать их обоих одновременно - в этом вся проблема. И здесь невозможно что-либо сделать. Вы встретите или старуху, или моло-дую женщину, но одна из них станет майей, иллюзией. Но эту технику легко использовать. Она отнимет некоторое количество времени, но она не является трудной.
Раз вы знаете, как повернуть сознание, то вы сможете делать это где угодно. Вы можете делать это при езде в автобусе или сидя в вагоне поезда - где угодно. Не нужна ни чаша, ни какой-то конкрет-ный объект, вы можете проделывать это с чем угодно. Смотрите, смотрите, смотрите пристально на что угодно... и внезапный пово-рот внутрь, и поезд исчезает. Конечно, когда вы вернетесь из вашего путешествия внутрь, вы переместитесь в своем внешнем путешест-вии, но поезд исчезнет. Вы переместитесь от одной станции к дру-гой, а между ними не будет никакого поезда - только промежуток. Поезд, конечно, никуда не исчезал; как в противном случае вы могли переместиться на другую станцию? Но для вас он был не здесь; для вас, его не было.
Тот, кто может практиковать эту технику, может легко жить в этом мире. В любой момент он может сделать так, чтобы что угодно исчезло - запомните это. У вас какие-то неприятности с вашей женой или с вашим мужем - вы можете сделать так, чтобы он исчез или она исчезла. Жена здесь, она сидит рядом с вами, но ее нет. Она - майя, она исчезла. Только пристальным смотрением и поворотом сознания внутрь вы сделали так, что она перестала здесь присутст-вовать. И это случается много раз.
Я вспоминаю Сократа. Его жена Ксантиппа очень беспокоилась о нем, да и любая жена столкнулась бы с той же самой проблемой. Иметь в качестве мужа Сократа - это то, что наиболее трудно вытер-петь. Сократ хорош в качестве учителя, но не в качестве мужа.

Автор: ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ
03.05.2021 00:00 - Обновлено 03.05.2021 12:35

Однажды так случилось... из-за этого его жену осуждают непре-рывно в течение двух тысяч лет, но это несправедливо; я не думаю, что она была не права. Сократ сидел и делал что-то, подобное этой технике - это не записано, так что я просто предполагаю это. Его жена вошла с подносом, с чайником, чтобы предложить ему чашку чая. Она, вероятно, обнаружила, что он отсутствует, поэтому, как говорят, она выплеснула чай на Сократа, прямо на лицо. Тогда, внезапно, он вернулся.
Его лицо осталось обожженным на всю жизнь. И из-за этого его жена много осуждается, но никто не знает, что там делал Сократ - поскольку ни одна жена так вот просто этого не сделает, в этом нет необходимости. Он, вероятно, делал что-то; что-то там случилось. Вот почему Ксантиппа вынуждена была выплеснуть на него чай. Он, вероятно, находился во внутреннем трансе, а ощущение ожога дол-жно было вернуть его обратно, сознание должно было вернуться.
Думаю, что это было именно так, поскольку о Сократе расска-зывают много других подобных случаев. В течение сорока восьми часов его не могли найти. Его искали повсюду, все Афины отправи-лись на поиски Сократа, но его нигде не могли найти. Потом его обнаружили за пределами города, на расстоянии нескольких миль от города, стоящим под деревом. Он до половины был засыпан снегом. Шел снег, и он почти замерз, стоя там с открытыми глаза-ми. Но он ни на кого не смотрел.
Когда вокруг собралась толпа, и когда они заглянули в его глаза, они подумали, что он мертв. Его глаза были как каменные - они глядели, но ни на кого конкретно; они были просто статичными, неподвижными. Они послушали его сердце, оно медленно билось; он был жив. Они должны были ударить его - только после этого он вернулся и посмотрел на них. Он тут же спросил: «Который сейчас час?» Он полностью упустил сорок восемь часов, они для него ни-когда не существовали. Он был не в этом мире времени и простран-ства.
Его спросили: «Что ты здесь делал? Мы думали, что ты уже умер... сорок восемь часов!» Он ответил: «Я пристально смотрел на звезды, и вдруг случи-лось так, что звезды исчезли. А затем, я не знаю... затем исчез весь мир. Но я оставался в таком прохладном, спокойном, блаженном состоянии, что если это смерть, то она стоит тысячи жизней. Если это смерть, то я хотел бы входить в нее снова и снова».
Это могло случиться неосознанно, потому что Сократ не был ни йогом, ни тантриком. Он никоим образом не был сознательно свя-зан с какой-либо спиритуальной практикой. Но он был великим мыслителем, и случайно могло случиться так, что он ночью при-стально смотрел на звезды, и вдруг его взгляд вернулся назад, внутрь. Вы можете проделать это. И звезды действительно являются хорошим объектом.
Нужно лечь на землю, смотреть на черное небо, а затем зафик-сировать свое внимание на одной из звезд. Сконцентрируйтесь на ней, пристально смотрите на нее. Ограничьте свое сознание одной звездой; забудьте о других звездах. Сконцентрируйте, сузьте свой пристальный взгляд. Другие звезды будут находиться с краю, на границе. Постепенно они исчезнут, останется только одна звезда. Продолжайте пристально смотреть. Наступит момент, когда и эта звезда исчезнет. А когда эта звезда исчезнет, вы предстанете перед самим собой.
Ошо / Книга Тайн / Вигьяна Бхайрава Тантра

КНИГИ ОШО
КЛУБ ТАНТРА | НАУКА МЕДИТАЦИИ | в ВК | в ФБ
НАШИ | ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ | СЕМИНАРЫ

Автор: ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ
03.05.2021 00:00 - Обновлено 03.05.2021 12:35

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

