Автор: Doberman
28.12.2021 00:00 - Обновлено 28.12.2021 07:08



ЗАСЛУГИ | РАВНОВЕСИЕ | СЛОВА | ДЕСЯТЬ МИЛЛИОНОВ ОТТЕНКОВ ДХЬЯНЫ

"Опытные ДАОСЫ знают заранее время своей смерти и могут покинуть мир, когда им угодно.
Встречаясь, они легко узнают друг друга по красному отблеску на их лицах, свидетельствующему об их
духовных и физических достижениях."
Лю Гуань Юй "Секреты китайской медитации"

Что же это за красноватый отблеск на лицах?

Кстати, заметь, что имеются в виду китайские лица.
Речь идет о румянце.
Во-первых, из-за цвета кожи прилив крови к щекам китайца выглядит немного по-другому, чем у тебя.
Ну и во-вторых и самое главное, ты когда видел в последний раз здоровый румянец на лице пожилого человека?
Любой нации.
Я кажется- никогда.
Если не считать неестественные красно-синие прожилки лопнувших капилляров на щеках у гипертоников,
которые точно на румянец не похожи.
Хорошее, активное кровоснабжение- это признак молодого, здорового организма.
Если увидишь такого румяного дедушку или бабушку где-то на просторах Полтавщины, Орловщины или Вологодщины- знай, это Даос.
ЗДОРОВЬЕ происходит из СОВЕРШЕННОЙ ГАРМОНИИ ПРАНЫ,
то есть ГАРМОНИИ СТИХИЙ ОГНЯ и ВОДЫ в человеческом теле.

Когда огонь в избытке в сравнении с водой, то будут слезы, пересохшее горло, жажда, затрудненное дыхание и головокружение.
По этой причине, практикующие Чань пьют больше чая, чем большинство людей,
и иногда употребляют напитки из успокаивающих трав,
чтобы уменьшить действие стихии огня.
Лю Гуань Юй "Секреты китайской медитации"
Здесь речь идет не только о Чань, но о любой из традиций, не имеющих специальных практик для очищения и укрепления твердого тела.
У гармоничного практика-все пропорции и так соблюдены.
ДХЬЯНА сама по себе выравнивает праны в теле и дает ему здоровье.
ЭТО НЕ ПОДЛЕЖИТ НИКАКОМУ СОМНЕНИЮ.
Организация практики, сильно разжигающей тапас (такой например, как пранаяма), предполагала омывания несколько раз в день, пищу гасящую лишний огонь, одинокий затвор, мауну, брахмачарью.
Почитай тексты, там все эти предупреждающие меры есть.
Перенос таких практик на современные условия, да еще в трактовке для домохозяина, требует от него внимательности к своим внутренним ощущениям.
Прохладный душ перед практиками (никогда после!), определенное кол-во чистой воды в день,
правильная пища, отказ от разжигающей эмоции пустой болтовни, в т.ч. и в интернете.
Все эти меры и спустя века неплохо справляются с чрезмерностью огня.
Заметь, 777, речь не идет о том, чтобы совсем погасить огонь.
Чрезмерность в этом приведет к апатии и лени.
Огонь должен гореть.
И должен гореть ярко.
Огонь твердого тела-в результате асан.
Тонкого-от пранаям.
Причинного-от бхакти к Ишта-Дэвате.
В этом смысл ТАПАСА.
Если внешние признаки указывают на то,
что огонь стал причинять вред, практик всегда должен знать способы, как его притушить.
"Сказано, что Три Мира (желания, формы и вне-формы) созданы умом и все явления СУТЬ ПРОДУКТЫ СОЗНАНИЯ.
Окружение человека обусловлено его различающим умом и улучшается или ухудшается согласно его хорошим или дурным мыслям.
Его несчастия или страдания происходят от духовного вырождения, но судьба может улучшиться,
если он будет стремиться улучшить качество своего ума.
Он терпит все виды тревог и беспокойств о завтрашнем дне, но мы никогда не слышали о Просветленных Учителях,
умирающих от голода или от неизлечимых болезней.
Напротив, мы лишь слышали о безмятежных монахах, таких, как Куэй Шань, Гао Фэн и др.,
которые не имели ни гроша и удалялись в горы, где их последователи затем строили монастыри для распространения Дхармы."

Автор: Doberman
28.12.2021 00:00 - Обновлено 28.12.2021 07:08

Лю Гуань Юй "Секреты китайской медитации"
То, что у тебя сейчас трудности-не показатель неэффективности твоей практики.
Личная жизнь йога и его практика тесно связаны.
Если в личной жизни проблемы-садхана не клеится.
Не получается сосредоточения, из медитации выбрасывает, нет терпения в пранаяме, мантра читается нерегулярно,
ты чувствуешь, что из-за внешних проблем-садхана идет под откос.
Все не так.
СВД дал интересную лекцию, где говорил, что отсутствие БЛАГА -есть отсутствие ЗАСЛУГ.
Бывают такие нелинейные с виду причины-следствия.
Как бы парадоксальные.
Ну, когда не должно так быть.
Если человек вкалывает целыми днями, а денег нет.
Если творит, старается, а вдохновение не приходит.
Если строит мандалу бизнеса или мандалу семьи, старается, но ничего не выходит,
если годами практикует, а результатов все нет- значит у него просто МАЛО ЗАСЛУГ.
Вместо того, чтобы проводить на работе еще больше времени или сводить в ресторан очередную кандидатку в жены,
НАКАПЛИВАЙ ЗАСЛУГИ.
ОТДАВАЙ.
ОТДАВАЙ ТЕПЛО СВОЕГО СЕРДЦА.
Посвяти какое-то время и физическое усилие.
ДЕЛАЙ БЕСКОРЫСТНУЮ РАБОТУ.
ПОМОГИ БОЛЬНОМУ.
НАКОРМИ ЖИВОТНОЕ.
ДАЙ ПАРУ МОНЕТ НУЖДАЮЩЕМУСЯ.
ПЕРЕВЕДИ СВЯЩЕННЫЙ ТЕКСТ.
ПОСЕТИ СВЯТОЕ МЕСТО.
ПОЖЕРТВУЙ МОНАХУ.
ПРИДИ НА ДАРШАН ИЛИ БОГОСЛУЖЕНИЕ.
ИСПОВЕДУЙСЯ.
Ты сам знаешь, что тебе нужно сделать.
Ты давно собирался это сделать, ты уже думал об этом, но все не представлялось возможности.
Да потом как то.
Верно?
Делай то, от чего не ждешь благодарности.
ХОРОШЕЕ НЕ МОЖЕТ БЫТЬ ПРИЧИНОЙ ПЛОХОГО.
БЛАГИЕ КАРМЫ НЕ РОЖДАЮТ ОТРИЦАТЕЛЬНЫХ ПОСЛЕДСТВИЙ.
Когда понятие заслуги прочно войдет в твою жизнь, ты поймешь,что "ПОЛУЧАТЬ" и "ОТДАВАТЬ" ТЕСНО СВЯЗАНЫ.
Если смотреть на это из каузального мира-то это одно и то же, как монета с двумя сторонами.
Когда благие действия станут спонтанными и привычными, они как полноводная река, снимут твой плот с мели несчастий и понесут к цели.

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ и ИНТУИТИВНОЕ.
Интуитивное понимание следует за интеллектуальным.
Ты обладаешь пятью джнянииндриями, которые настраиваются подобно линзам микроскопа.
То, что ты оперируешь ими только в определенном привычном диапазоне частот-это не проблема самих пяти чувств,
скорее это вопрос к "програмному обеспечению", которое не в состоянии обработать все то, что может увидеть глаз или услышать ухо.
Для интеллектуального понимания учения, считай "картины мира"-тонкости твоих повседневных настроек вполне хватает.
Я не имею ввиду "граждан", у них другие интересы и учения, здесь речь идет только о тебе.
Интуитивное понимание "картины мира", которое не описывается словами,
а ПЕРЕЖИВАЕТСЯ СОТНЯМИ ОТТЕНКОВ ЭМОЦИЙ, для названия которых в бедном человеческом языке есть только одно слово- СЧАСТЬЕ.
Всего одно для сотен различных переживаемых состояний.
Именно поэтому описание 2-й и 3-й дхьяны так мало различаются.
Восторг заменяется блаженством.
Для гражданина эти два слова-почти синонимы.
Для искателя, только подступающего к дхьяне-одно и то же чувство, отличающееся лишь интенсивностью.
Для практикующего пребывающего во 2-й и 3-й дхьяне.
Ананда в каждой из этих дхьян, переливается множеством эмоциональных оттенков, для каждого из которых он нашел бы название.
(Ведь умудрились же люди дать название 300 сортам кофе, отличая мельчайшие оттенки вкуса.)
И эти оттенки ананды так перетекают друг в друга, ходят по кругу, возникают и спадают волнами,
что я бы лучше провел границу между дхьянами по времени.
2-я дхьяна-это все же довольно короткие заныривания в глубину(счет на минуты).3-я-более длительные погружения.
ЯЗЫК -это средство межличностного общения, он не создавался для описания тонких внутренних состояний.
Поэтому не имеет нужных для этого слов.
Ты об этом уже слышал.
Для того, чтобы получить интуитивное понимание, необходимо настроить свои джнянииндрии на более тонкие частоты.
Эта задача достигается пребыванием в полях тонких и возвышенных вибраций.
Пребывание в компании СВЯТЫХ, ДАРШАН ГУРУ, коллективная медитация в присутствии РЕАЛИЗОВАННЫХ,
слушание СВЯЩЕННЫХ текстов и комментариев к ним, пение бхаджанов,
личная медитативная практика, самостоятельное изучение текстов- вот генераторы тонких вибраций.
Чем длительнее и регулярнее пребывание в таких полях- тем быстрее настройка на интуитивное постижение.
В таком случае сатори или быстротечные самадхи постижения становятся частыми.

Они подобны огням в темном туннеле, перед станцией метро.
Помнишь?
Вначале редкие. Потом промежутки между ними все короче.
Почти сливаются.
И наконец раз! - Яркий свет станции САМАДХИ.
В древние времена дающий даршан БУДДА, приходил в условленное место, садился и погружался в самадхи.
Безмятежность и притягательность его созерцания была настолько глубока,
что сотни ожидавших словесной лекции учеников, следовали его примеру,
и каждый получал внутри своей медитации в подарок от БУДДЫ- ПРОЗРЕНИЕ,
глубина и длительность которого была обусловленна только уровнем его ДХЪЯНЫ.
Все сомнения и подозрения растворялись в прозрачности понимания.
То, что оставалось- это ЯСНОСТЬ, ПРОЗРАЧНОСТЬ и СЧАСТЬЕ.
Десять миллионов оттенков, для которых в человеческом языке существуют только эти три слова.
777
Sage Yoga
https://www.facebook.com/sage.yoga.37





Автор: Doberman
28.12.2021 00:00 - Обновлено 28.12.2021 07:08

