



### **ЗЕМЛЯ | ГДЕ ИСКАТЬ ИНФОРМАЦИЮ | СИГНАЛ К НАЧАЛУ ПРАКТИКИ**

Ты действительно не понимаешь, куда ты попал?

Чем на самом деле является это место?

Удивительное дело, как тебе не видно?

Просто посмотри под ноги.

Почва, которая покрывает поверхность Земли толстым слоем - это прах существ живших здесь до тебя.

Все, по ком ты ходишь, пытались обрести тут счастье.

Ищи дверь с надписью "ВЫХОД".

Других дел у тебя в этом месте нет.

Сейчас "правильную" информацию о медитативных техниках можно найти преимущественно в буддистских источниках.

В принципе, общей и короткой информации о медитации хватает и в текстах йоги и тантры.

Но подробно маркеры состояний,

которые необходимо "узнать" практикующему, чтобы правильно двигаться, описаны в текстах многочисленных традиций ваджраяны, махаяны и тхеравады.

Здесь четко описываются признаки дхараны и характеризуются все ступени дхьяны (хотя в различных буддистских традициях число таких ступеней и отличается,

но для практикующего, только осваивающегося в медитативных техниках

гораздо важнее понимать, что состояние дхьяны - неоднородно,

оно отличается по количеству ресурсов сознания, вовлеченных в процесс внутреннего созерцания,

а значит и переживаются такие ступени дхьяны по-разному).

В доступных для европейцев источниках индуистской йоги и тантры, гораздо больше информации о ритуалах, мантре и почитании.

Эти аспекты раскрыты очень хорошо.

Это не значит, что сами техники дхараны и дхьяны здесь не важны, забыты или как-то фундаментально отличаются от буддистских.

БУДДИЗМ использовал готовые техники САНКХЬИ, полностью отбросив ритуалы индуизма в тхераваде, вернувшись к ним в махаяне и развив их в ваджраяне.

Так что смело пользуйся буддистскими описаниями внутренних состояний пратьяхары, дхараны и дхьяны в своей практике.

При этом тебе не обязательно менять традицию или отказываться от Ишта Дэваты, только потому что в соответствующих текстах ты не находишь точек опоры для своих медитативных практик.

Так уж устроены эти традиции, что подобные опыты не записывались и передавались устно,

в зависимости от особенностей практикующего.

### **БОГ есть ПУРНА (полнота).**

*"Его сущность и энергия не возрастают и не убывают.*

*Из него рождается весь бесконечный проявленный мир.*

*И в то же время Бог остается целостным и завершенным.*

*Ему не присущи какие-либо изменения.*

*Он не является смесью различных элементов, подобно Творению.*

*Он всегда Един безо всякой двойственности.*

*Словно пар, который, постепенно уплотняясь,*

*принимает форму облаков, воды, льда и т.д.,*

*Творческая Сила Бога проявляется как разум и материя*

*и превращается в проявленный мир.*

*Бог наполняет и проникает собой Вселенную, являясь ее Сутью."*

*Свами Нараянанда*

Традиционно считается, что человек приступает к изучению средств освобождения вследствие возникающей в нем "устраненности" (выпадения из мира).

В комментариях к "Санкхья сутра вритти" говорится о том,

что "устраненность" бывает двух видов:

- ОТ ПЕЧАЛИ и подобных эмоциональных состояний

- ИЛИ ВСЛЕДСТВИЕ "убыли" пороков прежних рождений".

В общем ребята, тот момент, когда ощущение "неправильности мира"

заставляет нас впервые посмотреть на него отстраненно, а "не изнутри сансары",

дается не каждому и не благодаря случайному стечению обстоятельств.

Этому обычно предшествует какая-то "печаль".

Чаще всего "личная трагедия" или цепочка небольших "страданий",

приводящая к размышлению, о том, как же устроена жизнь?

Какие правила у этого мира? Что я делаю не так?

Второй случай, когда "пороки убывают" до критического уровня,

дающего возможность взглянуть на окружающий мир критически - более сложный.

Я это состояние "завершенности жизни" уже когда-то описывал.

Человек, исполнивший "жизненную программу" и отработавший мирские рнанубандханы,

# СИГНАЛ К НАЧАЛУ ПРАКТИКИ

Автор: Doberman

31.12.2021 00:00 - Обновлено 31.12.2021 08:20

получает стойкое ощущение пустоты и бессмысленности повседневной рутины, в которую он вовлечен.

То, что раньше радовало и вызывало интерес - закончено, остальное - не вызывает отклика.

Пустота в сердце.

Сказано ведь в шрути: *"В тот день, когда станет равнодушным, пусть оставит мир".*  
Тогда ГРАЖДАНИН становится ПРАКТИКУЮЩИМ.

В этом можешь не сомневаться.

Пять вещей предопределены еще в утробе матери:  
продолжительность жизни, вид труда, богатство,  
образование и время собственной смерти."

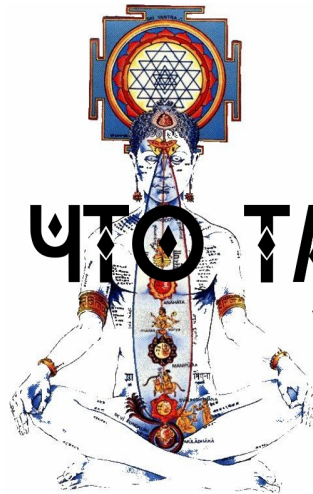
"Нити Шастра" Чанакья

Успехов.

777

Sage Yoga

<https://www.facebook.com/sage.yoga.37>



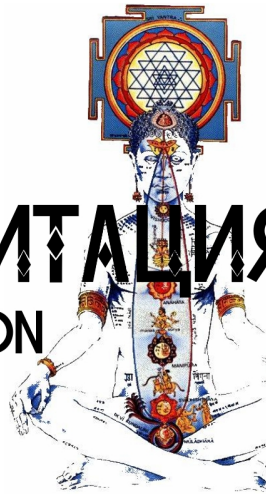
СЕМИНАР | ПРАКТИКА

## ЧТО ТАКОЕ МЕДИТАЦИЯ

### WHAT IS MEDITATION

SEMINAR | PRACTICE

SEMIZNANIE.RU  
+74997034523



центр медитации и отдыха  
Семизнание  
осознание единства всех уровней сознания, единое сознание  
@semiznanie, semiznanie.ru, +74997034523

ПРАКТИКА | ЙОГА | МЕДИТАЦИЯ

# ОКО ВОЗРОЖДЕНИЯ

EYE REVIVAL  
PRACTICE | YOGA | MEDITATION  
SEMIZNANIE.RU | +74997034523

центр медитации и отдыха  
Семизнание  
осознание единства всех уровней сознания, единое сознание  
@semiznanie, semiznanie.ru, +74997034523

# ДОСКА САДХУ МЕДИТАЦИЯ НА ГВОЗДЯХ

MEDITATION ON NAIL  
SADHU BOARD  
SEMIZNANIE.RU | +74997034523

центр медитации и отдыха  
Семизнание  
осознание единства всех уровней сознания, единое сознание  
@semiznanie, semiznanie.ru, +74997034523

ЙОГА | ИНТЕНСИВ

# ЦВЕТЕНИЕ ЛОТОСА

YOGA | INTENSIV  
SEMIZNANIE.RU  
+74997034523