



СВАДХИСТАНА | СТРАДАНИЯ | КАРМИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ

Первое.

Практика пранаямы с кумбхаками - это технический способ выдернуть человека с уровня свадхистаны.

Т.е. заикленности на сексуальности, происходящей от крепкой связанности с Миром Животных.

ПРАНАЯМА - техническая практика, потому что не требует какого-то особого состояния или осмысления, или тяжелой внутренней борьбы с позывами к сексу (имеется ввиду не секс домохозяина у которого итак уже все плохо, раз он обвязал себя так крепко путами сансары).

Для этой категории подходят другие практики, которых достаточно много).

Речь идет об еще относительно свободном в социальном смысле практике.

Так вот, пранаяма вызывает такой отток энергии из свадхистаны, что сексуальные желания у практика надолго пропадают, как бы сами собой.

Для тех, кто вечно боится чем-то повредить физическому телу, выскажу предположение, что прана, ушедшая из свадхистаны - это не минус.

Она распыляется по нади (тонким каналам) выше свадхистаны и ниже вишуддхи,

УБИРАЯ НА СВОЕМ ПУТИ ЗАЖИМЫ И БЛОКИ, которые на тонком плане являются кармическими следствиями действий или чтобы быть совсем уж понятным - это продолжение дорог по которым вы постоянно ходите.

Как сколиоз и "косоплечие"(одно выше другого) - это прямое продолжение твоей многолетней дороги в школу с тяжелой сумкой на одном плече.

Приличное кол-во праны приподнятое из свадхистаны кумбхакой и направленное тремя бандхами(замками) в 72 000 нади размывает блоки.

Автор: Doberman

16.02.2022 00:00 - Обновлено 16.02.2022 06:21

Чем длительнее практика и чем больше удалось накопить праны параллельно практикуемым воздержанием чувств (пратьяхарой), тем более крепкие и постоянные блоки могут быть разбиты.

На физическом плане такие эффекты пранаямы проявляются как ощущение легкости тела, в пиковых случаях даже его прозрачности, невесомости, проявляющиеся некоторое время после занятия.

В длительной перспективе - описывается мощный оздоровительный эффект пранаямы. Ну теперь, 777, ты понимаешь его механизм.

А в древних текстах утверждается, что пранаяма побеждает смерть и делающий ее управляет судьбой.

Это тоже становится ясным.

Если помнить о том, что смерть человека рождается вместе с его жизнью и способ ее задан сильными самскарами,

принесенными в это воплощение и всячески лелеемых в нем, для понятности назовем их чрезмерным увлечением чем-либо.

Как все чрезмерное вызывает износ и поломку, так и самскарами предопределен изначально "слабый узел", к которому как следствие увлеченности

прицепится болезнь ("износ") и отказ ("поломка"), а значит и причина смерти.

Важно помнить, что сам этот "предопределенный узел" изначально от рождения абсолютно здоров и ничем не отличается от такового у других, слабость его только в нацеленности на него указательного пальца.

Такое себе - КОПЬЁ СУДЬБЫ.

Если износ еще не слишком силен, то пранаяма может размыть этот блок (указательный палец).

Сколько усилий нужно применить к этому, ты можешь понять сам.

Но возможность такая существует и шанс тебе дан.

Как раз про такое управление судьбой и победу над смертью и говорят тексты йоги. Формально ты умрешь.

Этих самскар - великое множество.

Что-то тебя все же победит.

Но победа над самым сильным противником, даст огромную фору в следующем воплощении.

Она обязательно выразится в чем-то дающем великий шанс к освобождению. ВТОРОЕ.

Роль страданий.

СТРАДАНИЕ - ЭТО ЛУЧШЕЕ МОЮЩЕЕ СРЕДСТВО, для того чтобы удалить кармическую грязь.

Абсолютная правда, что СТРАДАНИЕ - ЭТО ОБОРОТНАЯ СТОРОНА УДОВОЛЬСТВИЯ и стремление к удовольствию и его накопление, В ТОЙ ЖЕ ПРОПОРЦИИ ВНОСИТ НА ТВОЙ ЛИЦЕВОЙ СЧЁТ И СТРАДАНИЯ.

С небольшой отсрочкой

Для понятности - ты замечательно посидел с друзьями в ресторане, кушал то, что считал вкусным, выпивал для снятия стресса, танцевал разговаривал и веселился, пытаюсь сконцентрировать в этом вечере все удовольствия, которых был лишен целый месяц.

Вот вечер закончен - и принесли счет.

Автор: Doberman

16.02.2022 00:00 - Обновлено 16.02.2022 06:21

Чем больше ты пытался иметь удовольствий - тем выше сумма.

Речь не в самой сумме денег.

Забудь о ней.

Вспомни день за днем, час за часом весь тот срок, за который ты эту сумму зарабатывал. Не только само время на работе - но и бытовуху и отношения, как связанные и нераздельные факторы.

ВОТ ЭТИМ ТО СРОКОМ СВОЕЙ ЖИЗНИ ТЫ И ОПЛАТИЛ СВОЙ РЕСТОРАН.

Если ты правильно понял эту фразу, тогда тебе станет понятным изначальный смысл множества так называемых "предварительных практик", т.е. обязательного этапа, я повторю, **777. ОБЯЗАТЕЛЬНОГО**, в жизни любого искателя. Этапа, который связан со смыванием негативных карм.

Так, как ты уже понял, что стремясь во множестве воплощений к удовольствиям, ты не успел

отработать все выставленные счета, и они никуда не девались - **ТОЛЬКО ОТСРОЧИЛИСЬ.**

Ну и во-вторых смывание предполагается в **УСКОРЕННОМ** и **КОНЦЕНТРИРОВАННОМ РЕЖИМЕ**, иначе теряется его смысл.

Ты понял уже к чему я веду. Да?

ПРАКТИКА СТАНЕТ РОЖДАТЬ СТРАДАНИЯ.

Асана - принесет боль, пока тело не очистится от основных блоков - сидеть в асане будет невыносимо больно.

Простирания - интенсивное посвящение своего тела Ишта-Дэвате - разновидность динамической асаны.

Пранаяма, медитация, служение - все станет приносить страдания на уровне своих миров.

Непонятки с семьей и способом зарабатывания денег, внутренние конфликты в сангхе, ревность к учителю, разочарование в нем, смена линии, традиции, куча ошибок, слезные раскаяния - все это реакции на отмывание карм.

ВСЁ ЭТО ЕСТЬ - ЕСЛИ ПРАКТИК ДВИЖЕТСЯ ПО ПУТИ.

Если кто-то считает вышенаписанное неправильным - он просто лжет себе.

- Я был таким, но теперь я стал другим - это просто точка на прямой.

Через пол года-год точка двинется дальше - все изменится и вернется.

И так будет продолжаться до Нирвикальпа - самаддхи.

Концентрированное страдание на ПУТИ - **ЭТО НОРМАЛЬНО.**

Это признак того, что ты все еще на пути.

Важно чтобы практик помнил об этом и не впадал в уныние или не дай Бог в заблуждение относительно природы этого страдания.

Почитай жизнеописания Святых различных традиций - и все поймешь.

Все они воспринимали страдания, не как наказание, а как своего рода работу, которую надо выполнить.

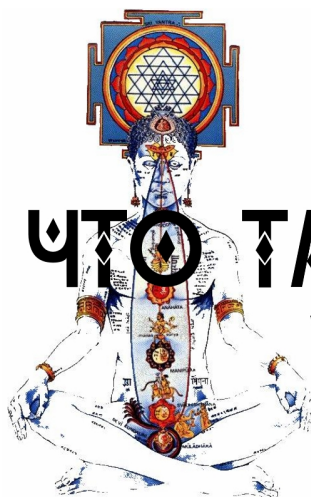
Эх...

Давай, 777, марш в падмасану, отрабатывать свои кармы адов и животного мира.

777

Sage Yoga

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



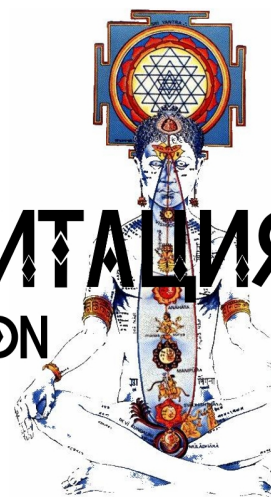
СЕМИНАР | ПРАКТИКА

ЧТО ТАКОЕ МЕДИТАЦИЯ

WHAT IS MEDITATION

SEMINAR | PRACTICE

SEMIZNANIE.RU
+74997034523



центр медитации и отдыха

Семизнание

осознание единства всех уровней сознания, единое сознание

semiznanie.ru +74997034523

SURYA NAMASKAR

СУРЬЯ НАМАСКАР

SEMIZNANIE.RU
+74997034523



центр медитации и отдыха

Семизнание

осознание единства всех уровней сознания, единое сознание

semiznanie.ru +74997034523

ПРАКТИКА | ЙОГА | МЕДИТАЦИЯ

ОКО ВОЗРОЖДЕНИЯ

EYE REVIVAL

PRACTICE | YOGA | MEDITATION

SEMIZNANIE.RU | +74997034523

Автор: Doberman

16.02.2022 00:00 - Обновлено 16.02.2022 06:21

