Автор: Центр "СемиЗнание"
26.04.2013 18:52 - Обновлено 17.03.2022 05:44

Медитация | СОЗНАТЕЛЬНОЕ ПРИКОСНОВЕНИЕ

...Когда вы берёте друга за руку, сделайте это с осознанностью. Посмотрите, испускает ли ваша рука тепло.

Иначе вы можете держать друга за руку, но не будет никакого общения и никакой передачи энергии. Фактически, вы можете держаться за руки, но руки оказываются совершенно холодными и застывшими. Нет никакой вибрации, никакой пульсации; энергия не струится в друга. Тогда это бесполезно. Это пустой жест, бессильный жест. Таким образом, когда вы беретесь за руки, наблюдайте глубоко внутри, течёт ли энергия, и помогите энергии течь в направлении друга; внесите в это энергию, влейте в это энергию.

Поначалу это будет просто упражнением в воображении, но энергия следует за воображением. Вы можете это сделать... Когда-нибудь просто замерьте себе пульс, потом несколько минут воображайте, что пульс ускоряется и учащается, и затем сосчитайте снова, и вы увидите, что он участился. Воображение создаёт корни; оно перенаправляет энергию.

Итак, когда вы берёте кого-то за руку, коснитесь руки сознательно и вообразите, что в руку движется энергия, и что рука становится тёплой и приветствующей, и вы увидите, что происходит большая перемена.

Ошо "Лекарство для Души"

Автор: Центр "СемиЗнание"
26.04.2013 18:52 - Обновлено 17.03.2022 05:44