Автор: ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ
15.03.2019 00:00 - Обновлено 11.12.2020 13:00



Что такое медитация | Часть 36 | ЙОГА- РОСТ СОЗНАНИЯ

Цель жизни - стать сознательной. Это не только цель йоги. Вся эволюция самой жизни идет к все большему и большему сознанию. Но йога - это нечто еще большее.

В эволюции жизнь становится все более и более сознательной, но сознание ориентировано всегда на другое: вы сознаете нечто, какой-то объект. Йога - это эволюция в том направлении, где нет объекта, и остается только сознание. Йога - это метод эволюции к чистому сознанию - не к тому, чтобы сознавать что-то, но к тому, чтобы стать самим сознанием. Когда вы сознаете что-то, вы не сознаете, что вы что-то сознаете. Ваше сознание сфокусировалось на чем-то, ваше внимание направлено не на источник самого сознания. Йога делает усилие сознавать и то, и другое: и объект, и источник. Сознание становится обоюдоострым. Вы можете созерцать объект и одновременно можете созерцать субъект. Сознание должно стать обоюдонаправленным мостом. Субъект не должен быть забыт, не должен быть утерян, когда вы фокусируетесь на объекте.

Это первый шаг в йоге. Второй шаг - оставить и субъект, и объект и быть просто сознательным. Это чистое сознание и есть цель йоги.

Даже и без йоги человек растет все больше и больше в направлении большего сознания, но йога что-то добавляет, вносит что-то свое в эту эволюцию сознания. Она изменяет многое, и многое преображает. Первая трансформация - это обоюдонаправленное созерцание: вспоминание себя в тот самый момент, когда есть что-то, что нужно сознавать.

Дилемма вот в чем: либо вы сознаете какой-либо объект, либо вы бессознательны. Если нет внешних объектов, вы погружаетесь в сон. Нужны объекты, чтобы вы оставались сознательными. Когда вы совершенно ничем не заняты, вам хочется спать. Чтобы

Автор: ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ
15.03.2019 00:00 - Обновлено 11.12.2020 13:00

сознавать, вам нужен какой-то объект, но когда объектов сознавания слишком много, у вас, наверное, возникает бессонница. Вот почему человек, слишком одержимый мыслями, не может заснуть. Объекты продолжают присутствовать, продолжают приходить мысли. Он не может стать бессознательным, мысли продолжают требовать его внимания. И так мы существуем.

Когда появляются новые объекты, вы становитесь более сознательным. Вот чем объясняется жажда нового, стремление к новому. Старое становится скучным. Пожив какое-то время с каким-то объектом, вы перестаете его сознавать. Вы приняли его, теперь вашего внимания не требуется. Вам скучно. Например, вы, наверное, не сознавали присутствие своей жены многие годы, потому что воспринимали ее как нечто само собой разумеющееся. Вы больше не видите ее лица, не можете вспомнить цвет ее глаз. Действительно, годами вы не обращали на нее внимания. Только когда она умирает, вы опять сознаете, что она была. Вот почему мужья и жены надоедают друг другу. Любой объект, не вызывающий вашего внимания, постоянно создает скуку.

Йога - это наука об освобождении себя из границ субъекта и объекта, а пока вы не свободны от них, вы впадаете либо в неуравновешенность Востока, либо в неуравновешенность Запада.

Если вы хотите довольства, покоя, молчания, сна - тогда полезно оставаться все время с одними и теми же объектами. В течение столетий вы не заметите перемен. Тогда жизнь приятна. Можно хорошо спать... но в этом нет ничего духовного, вы многое утратили. Утрачен сам импульс к росту, утрачен импульс к приключению, утрачен импульс к исследованию и открытию. Вы начали врастать, вы стали неподвижны.

Если вы измените это, вы станете подвижными, но так же больными: станете динамичными, но напряженными; подвижными, но сумасшедшими. Вы начнете искать новое, исследовать новое, но вы в водовороте. Начинает случаться новое, но вы затерялись.

Утратив свою объективность, вы станете слишком субъективны и мечтательны, но, став слишком одержимы объектами, вы утратите субъективность. Обе ситуации неуравновешенны. Восток испытал одну, а Запад - другую.

Вы никогда не сможете избавиться от отвергнутого. Оно есть и непрерывно набирает все больше силы. Тот самый момент, когда принятая вами часть ума достигнет успеха, есть момент поражения. Ничто не терпит большей неудачи, чем успех. Любой частичный успех (успех одной лишь части ума) обрекает вас на более глубокую неудачу. То, что вы достигли, перестает осознаваться, а то, что вы потеряли, всплывает на поверхность сознания.

Недостача чувствуется сильнее. Вы потеряли зуб, и ваш язык, осознав его отсутствие, все время возвращается к месту, где был зуб. До этого язык никогда не останавливался там - никогда! Но теперь вы не можете это прекратить. Он все время возвращается к пустующему месту, чтобы потрогать зуб, которого больше нет.

Точно так же, когда одна из частей ума достигает успеха, вы осознаете неудачу другой части, части, которая могла быть, и которой нет.

Йога - это целостная, всеохватывающая наука о человеке. Это не просто религия. Это тотальная наука о человеке, тотальная трансценденция всех его частей. А превзойдя части, вы становитесь целым. Целое - это не просто совокупность частей, это не механическое устройство, где целое возникает путем сборки всех частей. Нет, это больше, чем механизм. Это больше похоже на произведение искусства.

Автор: ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ
15.03.2019 00:00 - Обновлено 11.12.2020 13:00

Можно разделить стихотворение на слова, но тогда слова перестают что-либо значить. Но когда оно целостно, это больше, чем слова. У него есть свое лицо. В нем есть и слова, и паузы. И иногда эти паузы значат больше, чем слова. Стихотворение становится поэзией только тогда, когда говорит что-то, чего в действительности не было сказано, когда что-то в нем превосходит все части. Если вы делите и анализируете его, у вас остаются только части, а трансцендентальный цветок, который был сущностью всего этого, утрачен.

Итак, сознание есть целостность. Отвергая часть его, вы что-то теряете - нечто действительно существенное. И не достигаете этим ничего: вы получаете только крайности. Каждая крайность становится болезнью, внутренней немощью. Тогда все приходит в беспорядок, возникает внутренняя анархия.

Йога - это наука преодоления анархии, наука обретения целостности сознания, - а вы становитесь целым, лишь превзойдя части. Поэтому йога - это не религия и не наука. Она есть и то, и другое. Можно сказать, что это научная религия или религиозная наука. Вот почему йогой может пользоваться любой человек, принадлежащий к любой религии, человек с любым типом ума.

Будда говорит: "Нет тела, нет души", - но он не может сказать: "Нет йоги". Махавира говорит: "Нет тела, но есть душа", - и он не может сказать: "Нет йоги". Индуизм говорит: "Есть тело, есть душа... и есть йога". Неизменно остается йога. Даже христианство не может отвергнуть ее.

Действительно, даже совершенно атеистически настроенный человек не может отвергнуть йогу, потому что йога не ставит в качестве предварительного условия веру в Бога. Для йоги нет предварительных условий, йога основана только на опыте. Если в ней и упоминается понятие Бога (а в наиболее древних книгах йоги оно вообще никогда не встречается), оно упоминается только как метод. Бог может быть принят в качестве гипотезы - если она полезна для кого-то, ей можно пользоваться - но она совершенно не является необходимым условием. Вот почему Будда мог быть йогом без Бога, без Вед, без какой-либо веры. Без веры (какой-либо, так называемой веры) он мог быть йогом. Так что для теистов или даже для атеистов йога может стать общей почвой. Она может стать мостом между наукой и религией. Она одновременно рациональна и иррациональна. Ее методология совершенно рациональная, но благодаря этой методологии вы глубже погружаетесь в тайну иррационального. Весь процесс так рационален, каждый шаг так рационален, так изучен, так логичен, что вы просто должны сделать его, а за ним следует все остальное.

Следуя йоге, вы продвигаетесь по рациональной основе - но лишь с тем, чтобы прыгнуть в иррациональное. Конец неизбежно будет иррациональным. То, что вы можете понять, рациональное - не может стать источником, потому что оно конечно. Источник должен быть более великим, чем вы. Источник, из которого вышли вы, из которого вышло все, вся Вселенная, и в который она погружается, исчезает снова, должен быть более великим. Проявление неизбежно меньше, чем источник. Рациональный ум может чувствовать и понимать проявленное, но непроявленное остается вне его возможностей. Йога не настаивает на том, чтобы вы были рациональны. Она говорит: "Это рациональное имеет целью постижение чего-то иррационального. Действительная цель этого рационализма - познание границ рационального". Истинный, подлинный ум всегда знает ограниченность рассудка, всегда сознает, что где-то рассудок кончается. Каждый, кто действительно рационален, неизбежно приходит к точке, где чувствуется

иррациональное. Двигаясь к окончательному с помощью рассудка, вы почувствуете эту границу.
Йога - это способ привести вас к крайним пределам рассудка, и не только способ привести к краю, но также и способ совершить прыжок.
В конечном счете, йога занимается иррациональными методами. Рациональные методы можно применять лишь в начале. Они служат только для того, чтобы убедить вас, толкнуть вас, убедить ваш разум дойти до своего предела. А если вы подойдете к пределу, вы совершите завершающий прыжок.
Ошо / Йога- Наука Души

КНИГИ ОШО
МЕДИТАЦИИ ОШО | В ОПИСАНИИ ОШО
ПОЛЕЗНЫЕ НАМЁКИ | ЧТО ТАКОЕ МЕДИТАЦИЯ
МАГАЗИН СЕМИЗНАНИЕ | КОВРИКИ ДЛЯ ЙОГИ



