Автор: ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ
18.01.2021 00:00 - Обновлено 18.01.2021 08:50

ТЕХНИКИ ВНУТРЕННЕЕ ЦЕНТРИРОВАНИЕ | В движущемся экипаже, ритмично покачиваясь - переживание| Сутры | Вигьяна Бхайрава Тантра | Коментарии Ошо
Шива отвечает: *В движущемся экипаже, ритмично покачиваясь - переживание. Или в стоящем экипаже, позволив себе раскачиваться в замедляющихся невидимых кругах.*
20. Как медитировать в движущемся экипаже

Восьмая техника на центрирование: *В движущемся экипаже, ритмично покачиваясь - переживание. Или в стоящем экипаже, позволив себе раскачиваться в замедляющихся невидимых кругах.*
Это то же самое, но другим способом. В движущемся экипаже... Вы путешествуете в поезде или в повозке, запряженной волами, - когда была разработана эта техника, ездили только на воловьих повозках. Вы едете в запряженной волами повозке по индийской дороге - даже сегодня дороги те же самые. Но когда вы движетесь, движется все ваше тело. Тогда это бесполезно.
В движущемся экипаже, ритмично покачиваясь... Покачивайтесь ритмично. Постарайтесь понять; вот все подробности. Всегда, когда вы едете в запряженной волами повозке или в любом другом транспортном средстве, вы сопротивляетесь. Повозка наклоняется влево, но вы сопротивляетесь этому. Вы наклоняетесь вправо, чтобы сохранить равновесие; в противном случае вы упадете. Так что вы постоянно сопротивляетесь. Сидя в запряженной волами повозке, вы сражаетесь с ее движением. Она движется в одну сторону, а вы должны двигаться в другую.
Вот почему, сидя в поезде, вы устаете. Вы ничего не делали. Почему вы так устали? Вы много работали, не сознавая этого. Вы непрерывно сражались с поездом; это было сопротивление. Не сопротивляйтесь - это первое. Если вы хотите выполнять эту технику, не сопротивляйтесь. Наоборот, двигайтесь вместе с движениями экипажа,

раскачивайтесь вместе с ним. Станьте частью запряженной волами повозки, не сопротивляйтесь ей. Что бы ни выделывала на дороге повозка, станьте ее частью. Вот почему дети никогда не устают от путешествия.
Госпожа Пунам только что прилетела из Лондона с двумя детьми, и она боялась, что они заболеют, что они могут устать в таком долгом путешествии. Она устала, а они вошли с веселым смехом. Когда она вошла сюда, она была полностью измотана. В тот момент, когда она вошла в мою комнату, она была смертельно уставшей, а оба ее ребенка начали тут же играть. Они проделали восемнадцатичасовое путешествие из Лондона в Бомбей и ничуть не устали. Почему? Потому что они еще не знают, как сопротивляться.
Так, пьяница может просидеть в движущейся повозке всю ночь и утром он будет таким же свежим, как всегда, но у вас это не получится. Это потому, что пьяный не может сопротивляться. Он движется вместе с повозкой; при этом нет сражения. Сражения нет, он один.
В движущемся экипаже, ритмично покачиваясь... Так что первое: не сопротивляйтесь. И второе: создайте ритм. Создайте при движении ритм. Сделайте это движение прекрасной гармонией. Забудьте о дороге; не проклинайте дорогу и правительство - забудьте о них. Не проклинайте волов и повозку, или возницу - забудьте о них. Закройте глаза, не сопротивляйтесь. Двигайтесь ритмически и создайте в своем движении музыку. Создавайте ее, как будто это танец. В движущемся экипаже, ритмично покачиваясь - переживание. Сутра гласит, что к вам придет переживание.
Или в стоящем экипаже... Не спрашивайте, где взять повозку, запряженную волами; не обманывайте себя, потому что сутра гласит; Или в стоящем экипаже, позволив себе раскачиваться в замедляющихся невидимых кругах. Просто, сидя здесь, раскачивайтесь кругами. Сначала сделайте большой круг, затем замедляйте его... замедляя и замедляя движение, делая круги все меньше и меньше, пока не исчезнет видимое движение тела, но внутри останется ощущение некоторого неуловимого движения.
Начните с большего круга, закрыв глаза. В противном случае, когда тело остановится, вы остановитесь. С закрытыми глазами делайте большие круги; просто сидите, раскачиваясь кругами. Продолжайте раскачиваться, делая круги все меньше, меньше и меньше. Внешне вы остановились; никто не может обнаружить, что вы все еще в движении. Но внутри вы будете ощущать неуловимое движение. Теперь тело не движется, движется только ум. Замедляйте и замедляйте это движение - и переживание. Это превратится в центрирование. В экипаже, в движущемся экипаже ритмическое движение без сопротивления создаст внутри вас центрирование.
Для таких техник Гурджиев создал много танцев. Он работал с этой техникой. Все танцы, которые он использовал в своей школе, были, на самом деле, круговыми раскачиваниями. Все танцы были построены на кружении - только кружение с осознанностью внутри, с постепенным уменьшением кругов. Наступал момент, когда тело останавливалось, но ум внутри продолжал двигаться, двигаться и двигаться.
Если вы ездили в поезде в течение двадцати часов, то после того, как вы приехали домой, после того, как вы покинули поезд, закрыв глаза, вы почувствуете, что вы все еще движетесь. Вы все еще путешествуете. Тело остановилось, но ум все еще ощущает движение. Таким образом, выполняется эта техника.
Гурджиев создал феноменальные танцы, очень прекрасные танцы. В этом веке он разработал чудо - не чудеса типа чудес Сатьи Саи Бабы. У него не чудеса; их может делать любой уличный фокусник. Но Гурджиев действительно создал чудо. Он

подготовил группу из сотни человек для исполнения медитативного танца, и он показал этот танец перед публикой в первый раз в Нью-Йорке. На сцене кружилась сотня танцоров. У публики все вращалось в голове. Там была сотня одетых в белое танцоров, просто кружащихся на сцене.
Когда он указывал рукой, они кружились, а в тот момент, когда он говорил: «Стоп», наступала мертвая тишина. Это была остановка для публики, но не для танцоров - потому что тело может остановиться мгновенно, но ум продолжает двигаться внутри; движение продолжается и продолжается. На это было прекрасно даже смотреть, потому что сотня людей вдруг превращалась в мертвые статуи. Это создавало внезапный шок и в публике, потому что сотня движений - прекрасных движений, ритмических движений - вдруг прекращалась. Только что вы смотрели на них движущихся, кружащихся, танцующих, но внезапно танцоры останавливаются. Тогда ваши мысли также должны остановиться.
Многие в Нью-Йорке чувствовали, что это было сверхъестественное явление: их мысли мгновенно останавливались. Но что касается танцоров, то их танец продолжался внутри и там, внутри, круги вращения становились все меньше и меньше до тех пор, пока они не центрировались.
Однажды случилось так, что танцоры, танцуя, приблизились к краю сцены. Предполагали, что Гурджиев остановит их, чтобы они, танцуя, не свалились в публику. Сотня танцоров была как раз на краю сцены. Еще один шаг и все они упадут в зал. Весь зал ждал, что Гурджиев внезапно скажет «стоп», но он повернулся спиной, чтобы зажечь сигару. Он повернулся спиной к танцорам, чтобы зажечь сигару, и вся группа из ста танцоров упала со сцены на пол - на непокрытый каменный пол.
Вся публика встала. Они вопили и кричали, думая, что многие должны были переломать свои кости - ведь при падении был такой удар. Но ни один человек не получил повреждений; не было даже ни единого синяка или ушиба.
Они спрашивали Гурджиева, в чем дело. Никто не получил повреждений, хотя удары при падении были такими, что это казалось невозможным. Причина была только в одном: они, на самом деле, не были в своих телах в тот момент. Они замедляли свое внутреннее вращение. И когда Гурджиев увидел, что они полностью забыли о своих телах, он позволил им упасть.
Если вы полностью забываете о своем теле, то исчезает сопротивление. Кости ломаются из-за сопротивления. Если вы падаете, вы сопротивляетесь; вы выступаете против силы тяжести. Проблема не в силе тяжести, а в этом сопротивлении, в этом выступлении против.
Если вы сможете упасть согласно гравитации, если вы сможете сотрудничать с нею, тогда исчезнет любая возможность повреждений. Вот наша сутра: В движущемся экипаже, ритмично покачиваясь - переживание. Или в стоящем экипаже, позволив себе раскачиваться в замедляющихся невидимых кругах. Вы можете использовать ее. Здесь нет потребности в экипаже, просто кружитесь, как это делают дети. Когда ваш ум сильно вовлечется во вращение, и вы почувствуете, что сейчас упадете, не останавливайтесь - продолжайте! Если вы даже упадете, не беспокойтесь об этом, закройте глаза и вращайтесь. Ваш ум будет кружиться, а вы будете лежать. Когда ваше тело падает, ощущайте свои внутренние переживания! Кружение будет продолжаться. Оно будет подходить все ближе, ближе и ближе и, вдруг, вы будете центрированы. Детям это очень нравится, они получают от этого большое удовольствие. Родители

никогда не позволяют своим детям кружиться. Это плохо: их не следует останавливать, их даже надо побуждать к этому. А если вы сможете помочь им осознать и свое внутреннее вращение, то вы сможете научить их медитации посредством вращения. Они получают удовольствие от этого, потому что имеют некоторые нетелесные ощущения. Когда дети кружатся, то вдруг они начинают осознавать, что их тело кружится, а они сами нет. Они чувствуют внутри центрирование, которое нам не так легко почувствовать, потому что их тела и души еще несколько отделены; между ними существует промежуток.

Когда вы входите в утробу матери, вы не можете немедленно приспособиться к своему телу; это требует времени. После рождения ребенка он все еще не абсолютно приспособлен, его душа не абсолютно подогнана к телу; здесь имеется промежуток. Вот почему имеется много такого, что он не может делать. Его тело готово делать это, но сам он еще не может.

Если вы наблюдали, то вы возможно заметили, что новорожденные дети не могут смотреть двумя глазами, они всегда смотрят одним глазом. Если вы понаблюдаете, то вы увидите, что когда они наблюдают и видят что-нибудь, то они не могут делать это двумя глазами. Они всегда смотрят одним глазом - один глаз становится больше. Зрачок одного глаза становится больше, а другой зрачок остается маленьким. Сознание новорожденного ребенка еще не зафиксировано, оно рассеяно. Постепенно оно зафиксируется, и тогда он будет смотреть двумя глазами.

Они еще не могут чувствовать, что их тело и тела других - это различные тела. Это трудно для них. Они еще не зафиксированы в своем теле, но эта фиксация постепенно придет.

Медитация пытается снова создать этот промежуток. Вы теперь зафиксированы, жестко зафиксированы в вашем теле. Вот почему вы чувствуете: «Я есть тело». Если будет создан промежуток, то только тогда вы сможете почувствовать, что вы не тело, а нечто, выходящее за пределы тела. Для этого полезными являются раскачивание и вращение. Они создают промежуток.

Ошо / Книга Тайн / Вигьяна Бхайрава Тантра

КНИГИ ОШО

КЛУБ ТАНТРА | НАУКА МЕДИТАЦИИ | **в ВК** | **в ФБ**

НАШИ | ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ | СЕМИНАРЫ

Семинар Тантрический Массаж | Центр СемиЗнание
Семинар для МУЖЧИН ХАЯН | Центр СемиЗнание
Семинар | медитация | для ЖЕНЩИН | ТАЙНА | Центр СемиЗнание
Тантра Прикосновений | Tantra Touching Meditation
Тантра Интенсив | Дыхание Тантры | Spirit Tantra
Семинар | Танец Противоположностей

Автор: ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ
18.01.2021 00:00 - Обновлено 18.01.2021 08:50