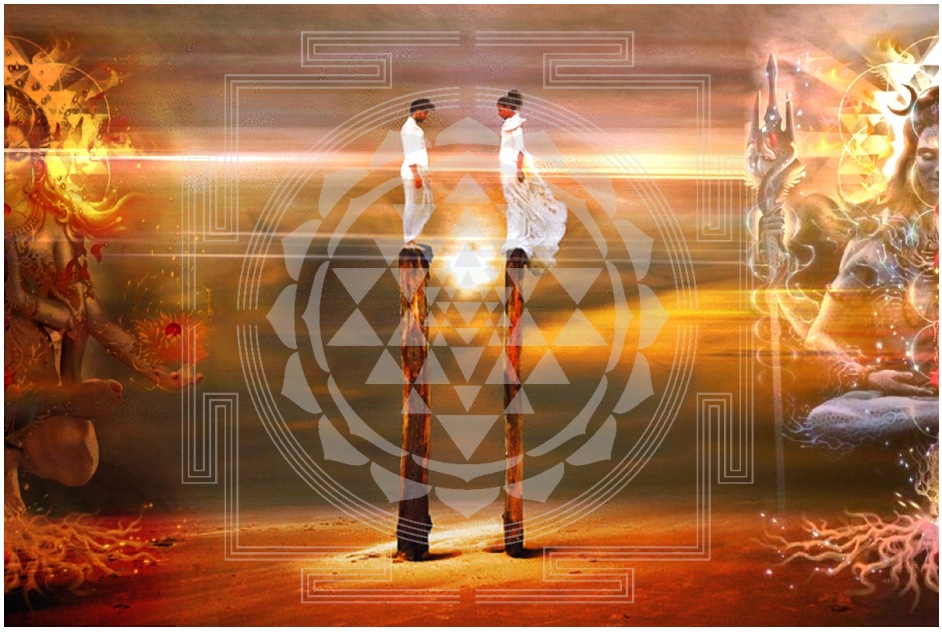
Автор: ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ
23.06.2021 00:00 - Обновлено 02.07.2021 08:11



ТЕХНИКИ СО ЗВУКОМ | БЕЗЗВУЧИЕ, ПОЛНОЗВУЧИЕ И ТОТАЛЬНАЯ ОСОЗНАННОСТЬ | В начале и при постепенном, утончении звука любой буквы, проснись | Сутры | Вигьяна Бхайрава Тантра | Коментарии Ошо

Шива отвечает: *В начале и при постепенном, утончении звука любой буквы, проснись*

40. Слушайте умолкающий звук

Техника, использующая звуки: *В начале и при постепенном утончении звука любой буквы, проснись.*

Некоторые учителя часто используют эту технику. У них есть свои гениальные способы. Если, например, вы войдете в хижину мастера дзэна, то он может внезапно издать вопль. Вы можете испугаться, но если вы знаете, почему он сделал это, вы будете понимать, что он сделал это только для того, чтобы разбудить вас. Любой внезапный случай может разбудить вас. Любой внезапный звук может разбудить вас.

Внезапность прерывает ваш сон, а обычно вы спите. Если не происходит чего-либо необычного, вы не выходите из сна, вы продолжаете все делать во сне. Вот почему мы никогда не чувствуем свой сон. Вы отправляетесь в свое учреждение, вы управляете автомобилем, вы возвращаетесь домой, вы любите своих детей, вы говорите со своей женой, поэтому вам кажется, что вы совсем не спите. Как вы можете все это делать во сне? Вы думаете, что это невозможно, но знаете ли вы что-либо о лунатиках - о тех, кто ходит во сне? Их глаза открыты, они спят и могут многое делать при этом. Но по утрам они не помнят, что они делали ночью.

Они могут прийти в полицейский участок и заявить, что что-то не в порядке, что кто-то пришел в их дом ночью и причинил вред, но потом окажется, что они сами во всем виноваты. Ночью, во сне, они ходили и что-то делали, затем они вернулись в постель и продолжали сон, а утром они не могли вспомнить, что же происходило ночью. Они могут

открыть дверь, они могут использовать ключи, они могут делать многое. Их глаза открыты, но они спят.
В более глубоком смысле мы все являемся лунатиками. Вы можете ходить в свое учреждение, вы можете приходить домой, вы можете что-то делать; вы будете повторять все то, что делали всегда. Вы будете говорить своей жене: «Я люблю тебя», и это ничего не будет значить для вас. Слова будут просто механическими. Вы даже не осознаете, что вы говорите жене: «Я люблю тебя». Вы просто делаете все, как в глубоком сне. Для тех, кто стал пробужденным, весь этот мир является миром лунатиков. Так чувствовал Будда, так чувствовал Гурджиев, - что все крепко спят и продолжают делать свои дела.
Гурджиев обычно говорил, что все, что бы ни случалось в этом мире, является абсолютно тем, что можно ожидать - войны, сражения, восстания, убийства, самоубийства. Кто-то спросил Гурджиева: «Можно ли что-нибудь сделать, чтобы прекратить войны?» Он ответил: «Ничего нельзя сделать, - потому что те, кто сражается, крепко спят, и те, кто является пацифистами, тоже крепко спят. И все продолжают спать. Все, что происходит, является естественным, неизбежным. Пока человек не проснется, ничего нельзя будет изменить, потому что все, что происходит, является всего лишь следствием его сна. Он будет сражаться; его невозможно остановить. Могут быть изменены только причины».
Когда-то он сражался за христианство, за ислам, за то и за это. Сейчас он не сражается за христианство, сейчас он сражается за коммунизм, за демократию. Причины будут меняться, поводы будут меняться, но сражения будут продолжаться, потому что человек спит, и вы не можете ожидать от него чего-либо другого.
Этот сон может быть разрушен. Вы должны использовать опре-деленные техники. В этой технике говорится: В начале и при постепенном утончении звука любой буквы, проснись. Попробуйте проделать это с любым звуком, с любой буквой - аум, например. В самом начале, когда вы еще не создали звук, проснитесь. Или, когда звук идет к беззвучию, тогда - проснитесь.
Как вы можете проделывать это? Идите в храм. Там есть коло-кол или гонг. Возьмите колокол в руку и ждите. Сначала станьте тотально бдительными. Сейчас появится звук, и вы не должны пропустить его начало. Сначала станьте тотально бдительными, как будто бы ваша жизнь зависит от этого, как будто кто-то собирается убить вас сию же минуту - и вы проснетесь. Будьте бдительными - как будто к вам приближается смерть. Если у вас имеются какие-то мысли, подождите, потому что наличие мыслей - это сон. При наличии мыслей вы не можете быть бдительными. Когда вы бди-тельны, нет никаких мыслей. Так что подождите. Когда вы почувствуете, что ум очистился от мыслей, что в нем нет облаков и вы бдительны, тогда входите в звук.
Отследите ситуацию, когда звука еще нет, затем закройте глаза. Затем уловите, когда звук создается, во время удара; затем двигайтесь вместе со звуком. Звук будет становиться все тише и тише, все тоньше, тоньше и тоньше, а затем он исчезнет. Тогда продолжайте двигаться со звуком. Будьте осознающими, будьте бдительными. Двигайтесь вместе со звуком до самого конца. Смотрите на оба полюса звука - и на его начало, и на его конец.
Попытайтесь проделать это с каким-нибудь внешним источником звука, вроде колокола, гонга и т.п., затем закройте глаза. Произнесите любой звук внутри - аум или что-нибудь вроде этого, - и затем проделайте с ним тот же самый эксперимент. Это трудно; вот

почему сначала мы делаем это с внешним источником. Если вы сможете делать это с внешним источником звука, то вы сможете сделать это и внутренне. Тогда делайте это. Дождитесь момента, когда ум станет пустым, затем создайте внутри звук. Почувствуйте его, двигайтесь вместе с ним, идите с ним до тех пор, пока он полностью не исчезнет. Пока вы сможете делать это... это потребует времени. На это потребуется несколько месяцев, три месяца, как минимум. В течение этих трех месяцев вы будете становиться все более и более бдительными. Вы должны отслеживать состояние до звука и состояние после звука. Ничто не должно быть упущено. Когда вы станете настолько бдительными, что вы сможете отследить начало и конец звука, вы, благодаря этому, станете совершенно другим человеком.
Иногда это кажется очень абсурдным. Такие простые техники, как они могут изменить вас? Все настолько выведены из душевного равновесия, все так страдают, а эти методы кажутся такими простыми. Они кажутся похожими на обман. Если вы придете к Кришнамурти и скажете, что это и есть метод, он скажет: «Это умственный обман. Не поддавайтесь на этот обман. Забудьте про это, отбросьте это!»
Это так выглядит. Конечно, это выглядит как обман. Как можете вы быть трансформированы такими простыми вещами? Но вы не понимаете - они не являются простыми. Когда вы делаете их, вы понимаете, что они являются очень трудными. Если вы всего лишь слушаете меня, говорящего о них, то они кажутся простыми. Если я скажу вам: «Это яд, и если вы выпьете одну каплю его, то вы умрете», то если вы ничего не знаете о ядах, вы скажете: «О чем он говорит? Всего лишь от капли этой жидкости человек, вроде меня, здоровый, сильный, вдруг умрет?» Если вы ничего не знаете о ядах, то вы можете сказать только это. Если вы что-нибудь знаете о них, то вы этого сказать не можете.
Это кажется очень простым: произнести звук, а затем стать осознающим в его начале и в конце. Но осознанность является очень трудным делом, и когда вы попытаетесь добиться ее, вы узнаете, что это не детская игра. Вы не являетесь осознающими, и когда вы испытаете состояние осознанности, вы в первый раз поймете, что вы спали всю свою жизнь. В настоящий момент вы думаете, что вы уже не спите. Попробуйте. Попробуйте на чем-нибудь очень простом.
Скажите себе: «Я не буду спать, я буду бдительным в течение десяти дыханий», а затем считайте дыхания. «Только на время десяти дыханий, - скажите себе, - я буду оставаться бдительным. И я буду считать от одного до десяти, вдох, выдох, вдох, выдох. Я буду оставаться бдительным».
Вы упустите. Два или три дыхания и вы начнете двигаться куда-то в сторону. Тогда, внезапно, вы осознаете: «Я упустил. Я не считаю дыхания». Или вы можете считать, но когда вы досчитаете до десяти, вы поймете, что вы считали во сне, что вы не были бдительными.
Бдительность является одной из наиболее трудных вещей. Не думайте, что эти методы простые. Какие бы ни были техники, достичь нужно именно бдительности. Все остальное лишь помогает этому.
И вы можете разрабатывать свои собственные методы, но помните только одно: в них должна присутствовать бдительность. Вы что угодно можете проделывать во сне; тогда нет никаких проблем. Проблема возникает только тогда, когда ставится условие, что вы должны делать это в состоянии бдительности.
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