Автор: ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ
28.01.2021 00:00 - Обновлено 28.01.2021 07:57



ТЕХНИКИ ВНУТРЕННЕЕ ЦЕНТРИРОВАНИЕ | Проткни булавкой какую-либо часть твоей наполненной нектаром формы | Сутры | Вигьяна Бхайрава Тантра | Коментарии Ошо

Шива отвечает: *Проткни булавкой какую-либо часть твоей наполненной нектаром формы, мягко войди в отверстие и достигни внутренней чистоты* .

21. Концентрируйся на боль в твоем теле

Девятая техника на центрирование: *Проткни булавкой какую-либо часть твоей наполненной нектаром формы, мягко войди в отверстие и достигни внутренней чистоты*

.

Эта сутра гласит: Проткни булавкой какую-либо часть твоей наполненной нектаром формы... Ваше тело не просто тело, оно наполнено вами, нектаром являетесь именно вы.

Проткните ваше тело. Когда вы проткнете ваше тело, вы сами не будете пронзены - только тело. Но вы ощутите прокол, как будто прокололи вас самих; вот почему вы ощущаете боль. Если вы сумеете осознать, что проткнуто только тело, что вы сами не пронзены, то вместо боли вы почувствуете блаженство. Совсем не обязательно делать это булавкой. Многие вещи случаются каждый день; вы можете использовать эти ситуации для медитации. Или вы можете создать эти ситуации сами.

Где-то в вашем теле боль. Сделайте одно: забудьте обо всем теле, сконцентрируйтесь только на болящей части тела. И тогда вы заметите странную вещь. Когда вы сконцентрируете свое внимание на той части тела, где боль, вы увидите, что эта часть тела сжимается. Сначала вы чувствуете, что боль, например, во всей ноге. Когда вы концентрируетесь, то вы почувствуете, что она не во всей ноге. Она была преувеличенной - она всего лишь в колене.

Концентрируйтесь еще больше, и вы почувствуете, что она не во всем колене, а в месте

размером с острие булавки. Все больше концентрируйтесь на этой точке; забудьте про все тело. Просто закройте глаза и продолжайте концентрироваться, чтобы выяснить, откуда идет боль. Она будет продолжать сжиматься; участок будет становиться все меньше и меньше. Тогда придет момент, когда боль будет размером с булавочную головку. Продолжайте пристально смотреть на эту булавочную головку, и вдруг она исчезнет, и вы будете наполнены блаженством. Вместо боли вы будете наполнены блаженством.

Почему это случается? Потому что вы и ваше тело - не одно и то же, это разные сущности. Тот, кто концентрируется - это вы. Концентрация осуществляется на теле - это объект. Когда вы концентрируетесь, промежуток расширяется, отождествление рушится. Просто через концентрацию вы движетесь внутрь, прочь от тела. Для того чтобы перенести пятно боли в перспективу, вы должны двигаться прочь. Это движение прочь создает промежуток. А когда вы концентрируетесь на боль, вы забываете об отождествлении, вы забываете, что это вы чувствуете боль.

Теперь вы наблюдатель, а боль где-то в другом месте. Вы наблюдаете боль, а не ощущаете боль. Это изменение от ощущения к наблюдению создает промежуток. А когда промежуток становится больше, вдруг вы полностью забываете о теле; вы осознаете только сознание. Вы можете испытать и эту технику: Проткни булавкой какую-либо часть твоей наполненной нектаром формы, мягко войди в отверстие. Если имеется боль, то, прежде всего вы должны концентрироваться на всем участке; затем постепенно он превратится в булавочную головку.

Но нет необходимости ждать. Вы можете использовать булавку. Используйте булавку на любой чувствительной части тела. На теле много мертвых точек; они бесполезны. Вы, возможно, не слышали о мертвых точках на теле. Тогда дайте кому-нибудь булавку, например, вашему другу, сядьте и попросите вашего друга колоть вас булавкой в разных местах. Во многих местах вы не почувствуете никакой боли. Вы будете говорить: «Нет, вы еще не укололи. Я не чувствую никакой боли». Это мертвые точки. Только на ваших щеках имеется две мертвые точки - вы можете испытать их.

Если вы бывали в индийских деревнях, то вы видели на религиозных фестивалях, как они протыкают свои щеки стрелами. Это похоже на чудо, но это не чудо. Щеки имеют две мертвые точки. Если вы уколете эти мертвые точки, то никакой крови не появится, и вы не ощутите боли. На вашей спине имеются тысячи мертвых точек, в которых вы не можете чувствовать боли. Ваше тело имеет два типа участков поверхности - чувствительные, живые и мертвые. Так что найдите чувствительное место, в котором вы можете чувствовать даже мельчайший укол. Затем уколите себя булавкой и войдите в отверстие. Вот это вещь; это медитация. И мягко войдите в отверстие. По мере того, как булавка проникает внутрь, входит в вашу кожу, и вы ощущаете боль, входите в это отверстие сами. Не ощущайте, что боль входит в вас; не ощущайте боль, не отождествляйте себя с ней. Входите вместе с булавкой. Вкалывайтесь вместе с булавкой.

Закройте глаза; наблюдайте боль. По мере того, как боль вкалывается в вас, вы сами тоже вкалывайтесь в себя. И при вколотой булавке ваш ум будет легко концентрироваться. Используйте эту точку боли, эту точку интенсивной боли, и наблюдайте ее. Вот что означает мягко входи в отверстие.

И достигни внутренней чистоты. Если вы сможете войти в наблюдение, неотождествленный, отчужденный, стоящий в стороне, не ощущающий, что боль

проникает в вас, но наблюдая при этом, что булавка входит в тело, будучи наблюдателем, то вы сможете достигнуть внутренней чистоты; вам раскроется внутренняя невинность. В первый раз вы осознаете, что вы не тело. И если вы узнаете, что вы не тело, ваша жизнь полностью изменится, потому что вся ваша жизнь вращается вокруг тела. Раз вы узнаете, что вы не тело, вы не сможете продолжать эту жизнь. Центр упущен.
Если вы не тело, то вы можете создать другую жизнь. Эта жизнь есть жизнь санньясина. Это другая жизнь; центр теперь другой. Теперь вы существуете в мире как душа, как атман, но не как тело. Если вы существуете как тело, то вы создали другой мир: материальная прибыль, алчность, удовольствия, похоть, секс. Вы создаете вокруг себя мир; этот мир ориентирован на тело.
Раз вы знаете, что вы не тело, весь ваш мир исчезает. Вы не можете его больше поддерживать. Вокруг души возникает другой мир - мир сострадания, любви, красоты, правды, доброты, невинности. Центр сдвигается, но теперь он не в теле. Он в сознании.
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

