Автор: Центр "СемиЗнание"
16.02.2013 10:06 - Обновлено 17.02.2021 07:23

Что такое медитация | Часть 18 | СОСТОЯНИЕ НЕ-УМА

Первое, что нужно знать, это — что такое медитация. Все остальное последует. Я не мо-гу вам сказать, что вы должны заниматься медитацией, я могу лишь объяснить вам, что это. Если вы меня понимаете, вы будете в ме-дитации, и нет никакого "должны". Если вы меня не понимаете, вы не будете в медитации.

Медитация — это состояние “не-ума”. Медитация — это состояние чистого сознания без содержания. Обычно наше сознание слишком переполнено чепухой, совсем как зерка-ло, покрытое пылью. Ум — постоянная толчея — движутся мысли, движутся желания, движутся воспоминания, дви-жутся амбиции — это постоянная толчея! День приходит, день уходит. Даже когда вы спите, ум функционирует, он грезит. Это по-прежнему думание, это по-прежнему волне-ния и печали. Он готовится к следующему дню, продолжа-ется подспудное приготовление.

Такое состояние— не медитация. Как раз противопо-ложное и есть медитация. Когда нет толчеи, и думание прекратилось, ни одна мысль не движется, ни одно желание не удерживается, вы полностью молчаливы — такое молчание и есть медитация. И в этом молчании известна истина, больше никогда. Медитация — это состояние не-ума.

И вы не сможете найти медитацию с помощью ума, так как ум будет вечно находить самого себя. Вы сможете най-ти медитацию, только отставляя ум в сторону, оставаясь холодными, индифферентными, неотождествленными с умом, видя, как ум проходит мимо, но не отождествляясь с ним, не думая, что я есть он.

Медитация — это осознание того, что я не есть ум. Когда это осознание идет глубже и глубже, мало-помалу появляются мгновения— мгновения тишины, мгновения чистого пространства, мгновения прозрачности, мгновения, когда ничто в вас не удерживается,

Автор: Центр "СемиЗнание"
16.02.2013 10:06 - Обновлено 17.02.2021 07:23

и все постоянно. В эти мгнове-ния безмолвия вы узнаете, кто вы такие, и вы узнаете тайну бытия этой жизни, этого существования.
Приходит день, день великого блаженства, когда меди-тация становится вашим естественным состоянием.
Ум—это нечто неестественное, он никогда не станет ва-шим естественным состоянием. Но медитация — это естест-венное состояние, которое мы утратили. Это — утраченный рай, но рай можно возвратить. Посмотрите в детские глаза, посмотрите — и вы увидите удивительное огромное молча-ние, невинность. Каждый ребенок приходит с медитатив-ным состоянием, но он должен быть наставлен на пути об-щества — его нужно научить, как думать, как вычислять, как размышлять, как спорить; его нужно научить словам, языку, понятиям. И мало-помалу он теряет контакт со своей невинностью. Он становится испорченным, загрязнен-ным обществом. Он становится эффективным механизмом, он больше не человек.
Все, что нужно — это снова вернуть это пространство. Вы его уже знали, так что, когда вы в первый раз узнаете медитацию, вы будете удивлены — так как в вас возникает вели-кое чувство, будто вы знали ее раньше. И это чувство прав-диво: вы ев уже знали. Вы забыли. Алмаз потерялся в горах мусора, но если вы сможете их раздвинуть, вы вновь найде-те этот алмаз — он ваш.
В действительности, его нельзя потерять, о нем можно лишь забыть. Мы рождены медитаторами, а потом мы изучаем пути ума. Но наша истинная природа остается спря-танной где-то глубоко внутри, подобно подземному течению. Однажды, немного покопав, вы найдете, что источник по-прежнему изливается — источник чистой воды; и величайшая радость в жизни — найти его.
Ошо / Оранжевая книга

СЕМИНАР | ПРАКТИКА | ЧТО ТАКОЕ МЕДИТАЦИЯ | WHAT IS MEDITATION | ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ