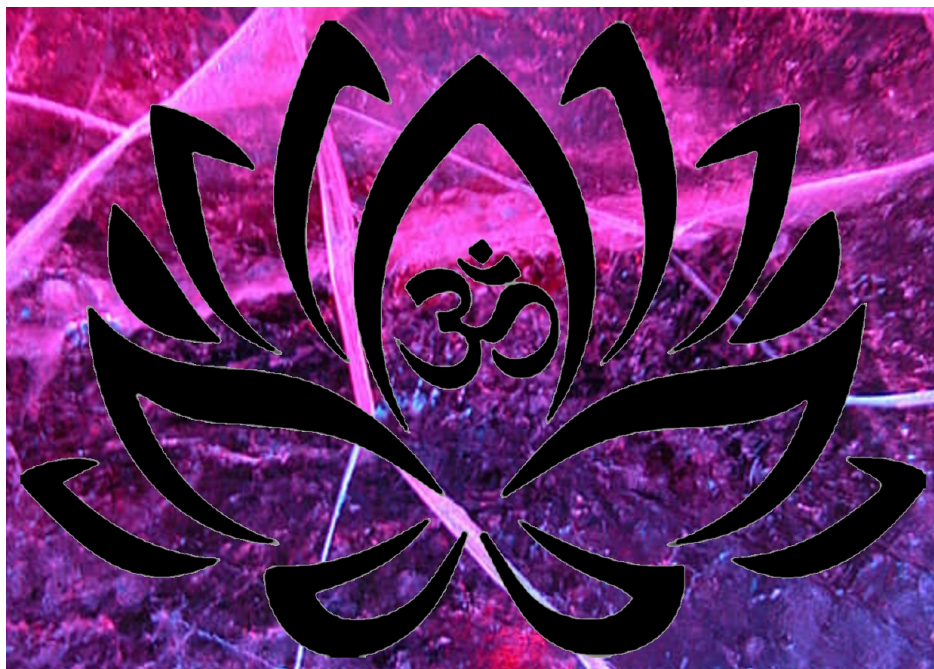




Что такое медитация | Часть 23 | Медитация это Жизнь

Медитация — это жизнь. Не быть в меди-тации — значит не жить.

Медитация — это способ высвободить вашу интеллигентность. Чем более медитативным вы становитесь, тем более интеллигентным. Но помните, под интеллигентностью не имею в виду интеллектуальность. Интеллектуаль-ность — это часть глупости.

Медитация — это не концентрация. Это — просто осознание. Вы просто расслабляетесь и следите за дыханием. В наблюдении ничто не исключается. Мотор урчит — о'кей, примите это. Шумит уличное движение — о'кей, это часть жизни. Сосед посапывает рядом — примите это. Ничего не отвергнуто.

Медитация — это приключение, величай-шее приключение, которое может произойти с человеческим разумом. Медитация значит просто быть, ничего не делая — никаких дей-ствий, никаких мыслей, никаких эмоций. Вы просто есть, и это — полнейшее наслаждение. Откуда берется это наслаждение, если вы ни-чего не делаете? Оно приходит ниоткуда или оно приходит отовсюду. Оно беспричинно, так как бытие сделано из вещества, называемого радостью.

Медитация — это внутреннее проникнове-ние в то, что все цели фальшивы. Медитация — это понимание того, что все желания никуда не ведут.

Медитация означает, что вы наслаждае-тесь собственным присутствием. Медита-ция — это наслаждение в своем бытии.

Медитация не является поиском просветле-ния. Просветление приходит безо всяких по-исков.

О медитирующих думают, как об эскапистах. Это полная ерунда. Только медитирующий и не является эскапистом, любой другой — эскапист; медитация оз-начает выход из

желания, выход из мыслей, выход из ума. Медитация — это расслабление в данный момент, в. настоящем. Медитация — это единственная вещь в мире, которая не является эскапистской, хотя о ней ду-мают, как о самой эскапистской вещи. Люди, которые отвергают медитацию, всегда отвергают ее на основа-нии аргумента, будто она является бегством, бегством от жизни. Они говорят просто чепуху, они просто не понимают, что говорят. Медитация — это не бегство от жизни; это бегство в жизнь. Ум бежит от жизни, желание бежит от жизни.

Медитация является ничем иным, как искусством от-крывать глаза, искусством прочищать глаза, искусством отряхивания пыли, которая собралась на зеркале вашего сознания. Это естественно, что пыль собирается. Человек странствовал и странствовал в течение тысяч жизней, а пыль— собиралась. Все мы странники, накопилось много пыли— так много, что зеркало полностью исчезло. Есть только пыль поверх пыли, пыль слой за слоем, и вы не можете увидеть зеркало. Но зеркало по-прежнему есть, его нель-зя потерять, так как оно сама ваша природа. Если бы его можно было потерять, тогда бы оно не было бы вашей при-родой. Не то, что у вас есть зеркало, вы — зеркало. Странник это зеркало. Он не может его потерять, он может только о нем забыть; самое большее полностью забыть.

Существующий момент есть непосредственно сейчас. Просто смотрите, и это есть медитация, этот взгляд есть медитация. Просто видение фактичности определенной вещи, определенного состояния есть медитация. У медитации нет мотива, следовательно, в ней нет центра. И поскольку в ней нет мотива и нет центра, в ней нет тебя. Вы не функцио-ни-руете из центра, в медитации вы действуете из “ничто”. От-вет из “ничто” — вот в чем вся медитация.

Ум концентрировал действия из прошлого. Медитация действует из настоящего и в настоящем. Это — чистый ответ настоящему, это — не реакция. Она действует не из за-ключения, она действует, видя существующее.

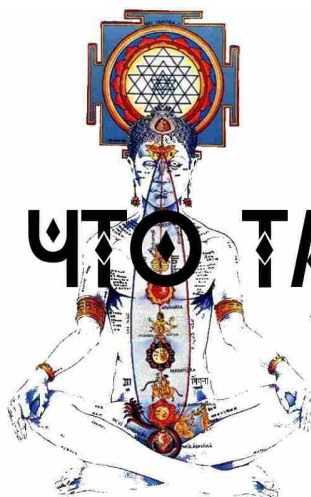
Медитация— это открывание глаз, меди-тация — это смотрение.

Медитация есть, когда нет медитирующего.

ОШО

МЕДИТАЦИИ ОШО И В ОПИСАНИИ ОШО: [ЗДЕСЬ](#)

ПОЛЕЗНЫЕ НАМЕКАЛКИ: [ЧТО ТАКОЕ МЕДИТАЦИЯ](#)



СЕМИНАР | ПРАКТИКА

ЧТО ТАКОЕ МЕДИТАЦИЯ

WHAT IS MEDITATION

SEMINAR | PRACTICE

SEMIZNANIE.RU
+74997034523

