Автор: ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ
23.10.2020 00:00 - Обновлено 23.10.2020 17:26



**ТЕХНИКИ ДЛЯ ВАШЕГО УСПОКОЕНИЯ | Закрой двери чувств, ощущая прикосновение ползущего муравья. Тогда.| Сутры | Вигьяна Бхайрава Тантра | Коментарии Ошо**

***Шива отвечает****: Закрой двери чувств, ощущая прикосновение ползущего муравья. Тогда.*

**11. Закрой свои чувства, стань подобным камню**

**Вторая релаксационная техника:** *Закрой двери чувств, когда почувствуешь ползанье муравья. Тогда.*

Эта сутра кажется очень простой, но она не так проста. Я прочитаю ее снова: Закрой двери чувств, когда почувствуешь ползанье муравья. Тогда. Это только пример; ничего не нужно делать. Закрой двери чувств, когда почувствуешь ползанье муравья и тогда - тогда это случится. Что Шива имеет в виду?

В вашу ногу вонзилась колючка - это болезненно, вы страдаете. Или муравей ползет по вашей ноге. Вы чувствуете это ползанье и вдруг хотите сбросить его. Возьмите любое переживание такого рода! У вас рана - она болит. У вас головная боль или боль в теле. В качестве объекта может быть что угодно. Это только пример - ползанье муравья. Шива говорит: закрой двери чувств, когда почувствуешь ползанье муравья. Что бы вы ни почувствовали, закройте двери всех чувств.

Что нужно делать? Закройте глаза и думайте, что вы слепы и не можете видеть. Закройте уши и думайте, что вы не можете слышать. Закройте все пять органов чувств. Как вы можете закрыть их? Это легко. На мгновенье прекратите дыханье: все ваши чувства будут закрыты. Когда дыхание прекратилось и все чувства закрыты, где ползанье? Где муравей? Вы вдруг устранены - вы далеко.

Один из моих друзей, мой старый друг, весьма пожилой, упал на лестнице, и врачи

сказали ему, что теперь он не будет в состоянии вставать с постели в течение трех месяцев, что он должен будет лежать три месяца. А он был очень беспокойным человеком; это было очень трудно для него. Я пришел проведать его, и он сказал: «Молись за меня и благослови меня, чтобы я мог умереть, потому что эти три месяца больше чем смерть. Я не могу оставаться подобным камню. А мне говорят, чтобы я не двигался».

Я сказал ему: «Это хорошая возможность. Просто закройте глаза и думайте, что вы просто камень, что вы не можете двигаться. Как вы можете двигаться? Вы камень - просто камень, статуя. Закройте глаза. Почувствуйте, что вы теперь камень, статуя».

Он спросил меня, что при этом будет. Я сказал ему: «Только попробуйте. Я сижу здесь и ничего нельзя сделать. Ничего нельзя сделать! Вы в любом случае должны быть здесь в течение трех месяцев, так попытайтесь».

Он никогда бы не попробовал, но ситуация была такой невозможной, что он сказал: «О'кей! Я попытаюсь, так как что-то может случиться. Но я не верю этому. Я не верю, что что-то может случиться только оттого, что я думаю, что я подобен камню, мертв как статуя. Но я попробую». И он попробовал.

Я тоже не думал, что что-нибудь случится, потому что такой уж это был человек. Но иногда, когда вы в невозможной, безнадежной ситуации, что-то начинает случаться. Он закрыл глаза. Я ждал, потому что я думал, что через две или три минуты он откроет их и скажет: «Ничего не получилось». Но он не открывал глаза, и прошло тридцать минут. Я мог видеть и чувствовать, что он превратился в статую. С его лба сошло всякое напряжение. Его лицо изменилось.

Я должен был уходить, но он не мог открыть глаза. И он был так молчалив, как мертвый. Его дыхание успокоилось. Поскольку я должен был уходить, я вынужден был сказать ему: «Я должен сейчас уходить, так что откройте, пожалуйста, глаза и расскажите мне, что же случилось».

Он открыл глаза другого человека. И он сказал: «Это чудо. Что вы сделали со мной?»

Я сказал ему: «Я совершенно ничего не делал».

Он сказал: «Вы, должно быть, сделали что-то, потому что это было чудесно. Когда я начал думать, что я просто камень, что я просто статуя, тогда ко мне вдруг пришло ощущение, что если я и захочу двинуть рукой, то это невозможно будет сделать. Я много раз пытался открыть глаза, но они были как камень, и я не мог их открыть».

У него были жестокие боли; он не мог спать ночью без транквилизаторов. Но боль исчезла. Я спросил его, как он ощущал, что боль исчезает.

Он сказал: «Сначала я почувствовал, что она как-то отдалилась. Боль была, но очень далеко, как будто бы она была у кого-то другого. А затем постепенно, шаг за шагом, как будто кто-то уходил прочь и вы переставали видеть его, она исчезла. Боль исчезла! Минимум через десять минут боль исчезла. Как может испытывать боль тело из камня?»

Эта сутра говорит: закрой двери чувств. Стань подобным камню, закрытым для мира. Когда вы закрыты для мира, вы, на самом деле, закрыты и для своего тела, потому что ваше тело не является вашей частью, оно является частью мира. Когда вы полностью закрыты для мира, вы также полностью закрыты и для своего собственного тела. Тогда, говорит Шива, это случится.

Итак, испытайте это со своим телом. Что бы вы ни делали, вам для этого не нужно, чтобы какой-то муравей ползал по вам. В противном случае вы будете думать: «Когда поползет муравей, я буду медитировать». А таких полезных муравьев очень трудно

найти, поэтому подействует что угодно. Вы лежите в постели, вы ощущаете холодные простыни - станьте мертвым. Вдруг простыни пойдут прочь, прочь, прочь и исчезнут. Ваша постель исчезнет, ваша спальня исчезнет; весь мир исчезнет. Вы закрыты, мертвы как камень, как монада Лейбница без окон снаружи - без окон! Вы не можете двигаться! А затем, когда вы не можете двигаться, вы отбрасываетесь к самому себе, вы центрируетесь в самом себе. Тогда в первый раз вы сможете посмотреть из своего центра. А раз вы можете смотреть из своего центра, вы никогда уже не будете тем же самым человеком.

*Ошо / Книга Тайн / Вигьяна Бхайрава Тантра*

**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