Автор: ЦЕНТР СЕМИЗНАНИЕ
26.09.2020 00:00 - Обновлено 23.10.2020 17:36



ТЕХНИКИ НА ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ | При наличии неосязаемого дыхания в центре лба, когда оно достигает сердца в момент засыпания, управляй своими сновидениями и самой смертью | Сутры | Вигьяна Бхайрава Тантра | Коментарии Ошо

***Шива отвечает**: При наличии неосязаемого дыхания в центре лба, когда оно достигает сердца в момент засыпания, управляй своими сновидениями и самой смертью*

Техника для осознанности во сне

Седьмая дыхательная техника: *При наличии неосязаемого дыхания в центре лба, когда оно достигает сердца в момент засыпания, управляй своими сновидениями и самой смертью.*

Вы все больше и больше входите в более глубокие слои. При наличии неосязаемого дыхания в центре лба... Если вам стал известен третий глаз, то вы знаете о неосязаемом дыхании, о невидимой пране в центре лба, а тогда вы знаете и об излиянии - энергии световых потоков. Когда оно достигает сердца... Когда поток достигнет вашего сердца... в момент засыпания, управляй своими сновидениями и самой смертью.

Воспринимайте эту технику состоящей из трех частей. Во-первых, вы должны быть в состоянии почувствовать в дыхании прану - неосязаемую часть его, невидимую часть его, нематериальную часть его. Это ощущение приходит тогда, когда вы сконцентрировали свое внимание между бровями; тогда оно легко приходит. Когда вы сконцентрировали свое внимание на промежутке, оно тоже приходит, но с меньшей легкостью. Если вы осознали центр своего пупка, куда дыхание приходит, касается и откуда оно идет обратно, то это ощущение тоже приходит, но с еще меньшей легкостью. Самым легким способом осознания невидимой части дыхания является концентрация внимания на третьем глазе. Но на чем бы вы ни сконцентрировались, это осознание

придет, и вы начнете чувствовать втекающую прану.
Когда вы сможете чувствовать втекающую в вас прану, вы сможете заранее узнать день своей смерти. Если вы сможете чувствовать невидимую часть вашего дыхания, вы сможете узнать о дне своей смерти за шесть месяцев. Почему многие святые предсказывают день своей смерти? Это легко, поскольку, раз вы можете видеть содержимое своего дыхания, втекающую в вас прану, то вы сможете почувствовать и обратный процесс. Перед смертью, за шесть месяцев до смерти процесс становится обратным: прана начинает вытекать из вас. Тогда дыхание не вносит ее внутрь. Скорее наоборот, дыхание выносит ее - то же самое дыхание.
Вы не можете видеть этого, поскольку вы не познали невидимую часть дыхания - вы знаете только видимую часть, вы знаете только транспортное средство. Транспортное средство останется тем же самым. Сейчас дыхание несет прану внутрь и оставляет ее там; транспорт возвращается обратно пустым. Снаружи он опять наполняется праной и идет внутрь. Так что входящее и выходящее дыхания не являются одним и тем же, запомните это. Входящее и выходящее дыхания являются одним и тем же, как транспортное средство, но входящее дыхание заполнено праной, а выходящее является пустым. Вы забираете прану внутрь, и дыхание становится пустым.
Когда вы приближаетесь к смерти, происходит обратное. Входящее дыхание приходит без праны, пустым, потому что ваше тело не может больше впитывать прану из космоса. Вы собираетесь умирать; в ней больше нет потребности. Весь процесс принимает обратный характер. И когда дыхание идет наружу, оно берет с собой прану. Тот, кто в состоянии видеть невидимое, может сразу же узнать день своей смерти. За шесть месяцев процесс становится обратным.
Эта сутра является очень, очень важной: При наличии неосязаемого дыхания в центре лба, когда оно достигает сердца в момент засыпания, управляй своими сновидениями и самой смертью. Эта техника должна практиковаться только в момент засыпания - только тогда и ни в какое другое время. Когда вы засыпаете, и только тогда; это единственно правильный момент для использования этой техники. Вы засыпаете. Постепенно, шаг за шагом сон одолевает вас. За какие-то мгновенья ваше сознание растворится, исчезнет; вы перестанете быть осознающим. Прежде, чем наступит этот момент, станьте осознающим - осознайте дыхание и его невидимую часть, прану, почувствуйте, как она идет к сердцу.
Продолжайте чувствовать, что она идет к сердцу. Из вашего сердца прана переходит в тело. Продолжайте ощущать, что прана идет в ваше сердце, и пусть во время этого непрерывного ощущения придет сон. Вы продолжаете ощущать, а сон пусть приходит и овладевает вами.
Если это случится - вы будете ощущать невидимую часть дыхания, идущую к сердцу, а сон одолеет вас, - то вы будете осознающим и в своих сновидениях. Вы будете знать, что вы видите сон. Обычно мы не осознаем, что мы видим сон. Мы принимаем сновидения за реальность. Это тоже случается, но благодаря третьему глазу. Наблюдали ли вы за засыпающим человеком? Его глаза перемещаются вверх и фокусируются на третьем глазе. Если вы не видели, то понаблюдайте.
Ваш ребенок спит... приоткройте его глаза и посмотрите, куда они глядят. Его куклы ушли и его глаза сфокусированы на третьем глазе.
Я говорю, понаблюдайте за детьми, не надо наблюдать за взрослыми - им нельзя доверять, поскольку их сон не бывает глубоким. Они будут только думать, что они спят.

Посмотрите на детей, их глаза перемещаются вверх. Они фокусируются на третьем глазе. Из-за этой концентрации на третьем глазе вы воспринимаете свои сны как реальность, вы не можете ощущать, что это сновидения - они реальны. Когда вы утром проснетесь, вы узнаете. Тогда вы сообразите, что вы видели сон. Но это будет позже, это будет ретроспективное представление. Во сне вы не можете осознать, что вы видите сон. Если вы это осознаете, то значит, здесь имеются два слоя: имеет место сон, но вы не спите, вы являетесь осознающим. Эта сутра является чудесной для тех, кто остается осознающим в своих сновидениях. Она говорит: управляй своими сновидениями и самой смертью.

Если вы сможете осознавать сновидения, то вы сможете делать две вещи. Вы сможете сами создавать свои сновидения - это первое. Обычно вы не можете влиять на свои сны. Как бессилен человек! Вы не можете создать даже сновидение, мечту. Если вы захотите увидеть во сне что-то конкретное, вы не сможете это сделать; это не в вашей власти. Как слаб человек! Не может создать даже сновидение. Вы являетесь не создателем, а жертвой снов. Сны случаются с вами, вы ничего не можете сделать сами. Вы не можете ни остановить сон, ни создать его.

Но если вы засыпаете, помня о том, что сердце наполняется праной, непрерывно соприкасается с праной при каждом вдохе, вы станете хозяином своих сновидений - и это очень редкое свойство. Тогда вы можете видеть любые сны, какие вам только понравятся. Отметьте только для себя, когда вы засыпаете: «Я хочу смотреть такой-то сон», - и этот сон придет к вам. Засыпая, только скажите: «Я не хочу смотреть этот сон», - и этот сон не сможет войти в ваш ум.

Но в чем польза того, что вы стали хозяином своих снов? Разве это не бесполезно? Нет, это не бесполезно. Раз вы стали хозяином своих снов, то вы перестанете видеть сны - это абсурдно. Если вы станете хозяином своих снов, сновидения прекратятся; в них нет необходимости. А когда сновидения прекратятся, ваш сон приобретет совершенно другое качество, и это качество делает сон подобным смерти.

Смерть есть глубокий сон. Если ваш сон становится таким глубоким, как смерть, то это означает, что сновидений больше не будет. Сновидения придают сну поверхностность. Из-за снов вы перемещаетесь наружу, из-за цепляния за сны вы перемещаетесь на поверхность. Когда нет снов, вы просто погружаетесь в пучину моря, достигаете его дна.

Тем же самым является и смерть. Вот почему в Индии всегда говорили, что сон - это кратковременная смерть, а смерть - это долговременный сон, качественно же они являются одним и тем же. Сон есть смерть в промежутке между дневными бодрствованиями. Смерть есть явление, происходящее в промежутке между двумя жизнями. Каждый день вы устаете. Вы засыпаете и к утру вновь приобретаете свою жизненную силу, свою жизнеспособность; вы рождаетесь заново. После жизни в течение семидесяти или восьмидесяти лет вы предельно устаете. Теперь такие короткие промежутки смерти не действуют; вы нуждаетесь в большой смерти. После этой большой смерти или этого большого сна вы рождаетесь заново в совершенно новом теле.

Если вы узнаете сон без сновидений и сможете быть осознающим во сне, то у вас не будет больше страха смерти. Никто никогда не умирает, никто не может умереть - это единственная невозможность.

Вчера я говорил, что смерть является определенностью, а сейчас говорю, что смерть

невозможна. Никто никогда не умирает и никто не может умереть - это единственная невозможность, - потому что вселенная есть жизнь. Вы рождаетесь снова и снова, но сон является таким глубоким, что вы забываете свою старую личность. Из вашего ума начисто стирается память.

Думайте об этом таким образом. Сегодня вы собираетесь спать: это так, как будто бы существует некоторый механизм - и скоро мы поймем его, - подобный тому, который стирает с ленты магнитофона, который может сделать ленту чистой, так что все, что бы там ни было записано, исчезает. То же самое возможно с памятью, поскольку память есть на самом деле глубокая запись. Рано или поздно, но у нас будет устройство, которое можно будет ввести в голову и которое вычистит полностью ваш ум. Утром вы не будете больше той же самой личностью, потому что вы не будете в состоянии вспомнить того, кто засыпал вечером. Тогда ваш сон будет выглядеть как смерть. Здесь будет нарушение непрерывности; вы не будете в состоянии вспомнить того, кто засыпал. Это случается и естественно. Когда вы умираете и снова рождаетесь, вы не можете вспомнить того, кто умирал. Вы начинаете заново.

При использовании этой техники вы, прежде всего, станете хозяином своих сновидений - это значит, что сновидения прекратятся. Если же вы захотите видеть сны, то вы будете в состоянии их видеть, но сновидения станут подчиняться вашим желаниям. Они не будут иметь место помимо вашего желания, они не будут насиловать вас; вы больше не будете жертвой. Это качество вашего сна станет подобием смерти. Тогда вы узнаете, что смерть есть сон.

Вот почему эта сутра говорит: управляй своими сновидениями и самой смертью.

Мы знаем, что смерть это всего лишь долгий сон - и, к тому же, полезный и приятный, потому что он дает вам новую жизнь; он дает вам все новое. Смерть перестает существовать... с прекращением сновидений смерть перестает существовать.

Приобретение власти над смертью имеет и другое значение - управление собой за пределами смерти. Если вы сумеете прийти к осознанию того, что смерть есть всего лишь сон, то вы будете в состоянии управлять ею. Если вы можете управлять своими сновидениями, то вы также сможете управлять собой в состоянии смерти. Вы сможете выбрать, где вы будете рождены снова, в ком, когда, в какой форме; вы станете также хозяином своего рождения.

Будда умер... я не говорю о его последней жизни, я имею в виду его предпоследнюю жизнь перед тем, как он стал Буддой. Перед смертью он сказал: «Я буду рожден у таких-то и таких-то родителей; таким-то будет мой отец, такой-то будет моя мать. Но моя мать немедленно умрет... когда я буду рожден, моя мать немедленно умрет. Перед моим рождением у моей матери будут определенные сновидения». Вы отнимаете власть не только у своих сновидений, вы отнимаете власть также и у сновидений других людей.

Итак, Будда, например, сказал: «Должны быть определенные сновидения. Когда я буду в утробе, моя мать будет видеть определенные сны. Поэтому, какая бы женщина ни видела эти сны в определенной последовательности, знайте хорошо, что у нее собираюсь родиться я».

И это случилось. Мать Будды видела сны в той же самой последовательности. Эта последовательность была известна по всей Индии, потому что это утверждение не было обычным. Оно было известно всем, особенно тем, кто интересовался религией и более глубокими явлениями жизни и ее эзотерическими путями. Это утверждение было известно, поэтому сны были определенным образом истолкованы. Фрейд не был первым

толкователем снов и, конечно же, не самым глубоким. Он был первым только на Западе. Поэтому отец Будды немедленно пригласил толкователей снов, Фрейдов и Юнгов того времени, и сказал им: «Что означает эта последовательность? Я боюсь. Эти сновидения являются редкими, и они продолжают повторяться в той же самой последовательности. Здесь непрерывно повторяются одно, два, три, четыре, пять, шесть сновидений. Повторяются одни и те же сновидения, как будто кто-то смотрит один и тот же фильм снова и снова. Что происходит?»
И они сказали ему: «Вы будете отцом великого человека - человека, который должен стать буддой. Но тогда ваша жена в опасности, потому что когда бы этот будда ни родился, его матери трудно будет выжить».
Отец спросил: «Почему?» Толкователи ответили: «Мы не знаем почему, но этот человек, который собирается родиться, утверждал, что когда он снова родится, его мать немедленно умрет».
Позже Будду спросил: «Почему ваша мать немедленно умерла?» Он сказал: «Дать жизнь Будде является таким огромным событием, что все остальное после этого становится пустым, бесполезным. Поэтому мать не могла существовать. Она должна будет родиться снова, чтобы стать обновленной. Дать жизнь Будде - это такая кульминационная точка, такая вершина, что мать после нее не могла существовать». Поэтому мать умерла. Кроме того, находясь в своей предыдущей жизни, Будда сказал, что его рождение произойдет под пальмовым деревом - так и произошло. Мать стояла под пальмовым деревом - стояла, пока Будда рождался. Кроме того, он сказал: «Я буду рожден, когда моя мать будет стоять под пальмовым деревом, и я сделаю семь шагов. Я немедленно буду ходить. Это будет знаком, который я подам вам так, что вы будете знать, что родился будда». И все это он выполнил.
И так было не только с Буддой. Так было с Иисусом, так было с Махавирой, так было со многими другими. Каждый джайнский тиртханкара предсказывал в своей предыдущей жизни, как он собирается родиться. Они также задавали определенную последовательность сновидений, - что должны быть такие-то и такие-то признаки - и они рассказывали, как это случится.
Вы можете управлять. Раз вы можете управлять вашими сновидениями, то вы можете управлять всем, поскольку сновидения являются весьма материальными в этом мире. Эта жизнь составлена из материала сновидений. Раз вы можете управлять вашими сновидениями, то вы можете управлять всем. Сутра говорит, что даже самой смертью. Тогда вы можете дать себе определенное рождение, определенную жизнь.
Мы являемся просто жертвами. Мы не знаем, почему мы рождаемся, почему мы умираем. Кто управляет нами - и почему? Кажется, что этому нет объяснений. Все это кажется просто хаосом, просто случайностью. И это потому, что мы не являемся хозяевами. Раз мы являемся хозяевами, это будет не так.
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