

ჯილუ კრიშნამურიტი

მედიტაცია

MEDITATION

თარგმანი ინგლისური ენიდან ეკუთვნის გია ბერაძეს

გამომცემლობა „აქტი“

თბილისი – 2021

მთარგმნელი: გია ბერაძე
გამომცემელი: გიზო ცაცუა
კორექტორი: როზა ადამია
გამომცემლობა „აქტი“, 2021 წელი
ვებ-გვერდი: AKTI.GE

© გამომცემლობა „აქტი“

ISBN 978-9941-8-3711-1

სარჩევნი

მედიტაციები	5
თავი I	5
თავი II	6
თავი III	7
თავი IV	7
თავი V	9
თავი VI	10
თავი VII	11
თავი VIII	12
თავი IX	14
თავი X	16
თავი XI	17
ქრეატიულიზაცია მედიტაციაში	
შემოქმედება მოქმედების მედიტაციისგან	19
ძალადობის მიღება	
«მედიტაცია»	50
საუბარი მანტრის მეშვეობით	
მედიტაციისა და განათქვამება	65
ინტელექტის განვითარება	
რელიგიური გამოცდილება	
მედიტაცია	72
ინტელექტის განვითარება	
«მედიტაციური მოწევა და შეუძლებელი კითხვა»	91
არსების ფრენა	
მედიტაცია	112
ჭეშმარიტება და აქტუალიზაცია	
«სიწმინდე, რელიგია, მედიტაცია»	132
მედიტაცია და ენერჯია	150
გამოცხადების მიერ გამოცხადებული წიგნები	159

მედიტაციები

თავი I

იმ სივრცეში, რომელსაც ფიქრი თავის გარშემო ქმნის, სიყვარული არ არის. ეს სივრცე ადამიანს ადამიანისგან ჰყოფს და მასში არის ის ყველაფერი, რაც იქცევა ცხოვრების ბრძოლად, აგონიად და შიშად. მედიტაცია ამ სივრცის დასასრულია, მე-ს – დასასრული. და მაშინ ურთიერთობას სრულიად განსხვავებული მნიშვნელობა აქვს, რადგან იმ სივრცეში, რომელიც ფიქრისგან არ არის შექმნილი, სხვა არ არსებობს, რადგან თქვენ არ არსებობთ. ასე რომ, მედიტაცია არ არის რაღაც ხილვის დევნა, როგორც არ უნდა იყოს ნაკურთხი ტრადიციის მიერ. ის დაუსრულებელი სივრცეა, რომელშიც ფიქრს არ შეუძლია შევიდეს. ჩვენთვის, მცირეოდენი სივრცე, ფიქრის მიერ შექმნილი საკუთარი თავის გარშემო, რაც ვართ ჩვენ, უკიდურესად მნიშვნელოვანია, რადგან ეს არის ყველაფერი, რაც გონებას იცის, ახდენს რა საკუთარი თავის იდენტიფიცირებას ყველაფერთან, რაც არის იმ სივრცეში. არყოფნის შიში სწორედ ამ სივრცეში იბადება, მაგრამ მედიტაციაში, როცა ეს ცნობილია, გონებას შეუძლია შევიდეს სივრცის განზომილებაში, სადაც ქმედება უმოქმედობაა. ჩვენ არ ვიცით, რა არის სიყვარული, რადგან ფიქრის მიერ თავის, როგორც ჩემს, გარშემო შექმნილ სივრცეში, სიყვარული არის კონფლიქტი მე-სა და არა მე-ს შორის. ეს ტანჯვა სიყვარული არ არის. ფიქრი არის სწორედ უარყოფა სი-

1. 1969 წელი.

ყვარულისა და მას არ შეუძლია შევიდეს იმ სივრცეში, სადაც «მე» არ არის. ამ სივრცეში არის ის ლოცვა-კურთხევა, რომელსაც ადამიანი ეძებს და ვერ მიუგნია. ის მას ფიქრის საზღვრებში ეძებს, ფიქრი კი ამ ლოცვა კურთხევის ექსტაზს ანადგურებს.

თავი II

აღქმა სიტყვის გარეშე, რაც არის აღქმა ფიქრის გარეშე, ერთ-ერთი ყველაზე უცნაური ფენომენია. აღქმა ბევრად უფრო ძლიერია არა მხოლოდ გონებასთან, არამედ ასევე გრძნობებთან ერთად. ასეთი აღქმა არ არის ფრაგმენტული აღქმა ინტელექტისა და არც ემოციის საკითხი. მას შეიძლება ტოტალური აღქმა დავარქვათ და ის მედიტაციის ნაწილია. აღქმა აღმქმელის გარეშე მედიტაციაში არის უსაზღვროს ფსკერთან და მწვერვალთან ურთიერთობა. ეს აღქმა სრულიად განსხვავებულია დამკვირვებლის გარეშე საგნის დანახვისაგან იმიტომ, რომ მედიტაციის აღქმაში არის საგანი და ამდენად არ არის გამოცდილება. თუმცა მედიტაცია შეიძლება მოხდეს როცა თვალები ღიაა და ადამიანი გარშემორტყმულია სხვადასხვა სახის საგნებით, მაგრამ ამ საგნებს არავითარი მნიშვნელობა არ აქვს. ადამიანი ხედავს მათ ისე, რომ არ ხდება ცნობის პროცესი, რაც ნიშნავს, რომ აქ არ არის გამოცდილება.

რა აზრი აქვს ასეთ მედიტაციას? არც რაიმე აზრი აქვს და არც რაიმე სარგებელი მოაქვს, მაგრამ ამ მედიტაციაში არის დიდი ექსტაზის მოძრაობა, რომელიც სიამოვნებაში არ უნდა აგვერიოს. ეს არის ექსტაზი, რომელიც სძენს თვალს, ტვინს და გულს უმანკოების თვისებას. თუ არ უყურებ ცხოვრებას, როგორც რაღაც ტოტალურად ახალს, ის რაღაც რუტინული, მოსაწყენი, უაზრო რამეა.

ამდენად მედიცინის უდიდესი მნიშვნელობა აქვს. ის ალებს კარს უზარმაზარისა და განუზომლისკენ.

თავი III

როცა თავს ჰორიზონტიდან ჰორიზონტისკენ მიაბრუნებთ, თქვენი თვალები ხედავენ ვეებერთელა სივრცეს, რომელშიც ყველაფერი, დედამიწაზე და ცაზე, გამოჩნდება, მაგრამ ეს სივრცე ყოველთვის შეზღუდულია იქ, სადაც დედამიწა ცას ხვდება. სივრცე გონებაში ძალიან მცირეა. მთელი ჩვენი ქმედებები თითქოს ამ პატარა სივრცეში ხდება.: ყოველდღიური ცხოვრება და ფარული ბრძოლები ურთიერთსაპირისპირო სურვილებისა და მოტივებისა. ამ პატარა სივრცეში გონება ეძებს თავისუფლებას და ამდენად ის ყოველთვის არის საკუთარი თავის პატიმარი. მედიცინა არის ამ პატარა სივრცის დასასრული. ქმედება არის წესრიგის შეტანა გონების ამ პატარა სივრცეში. მაგრამ არის სხვა ქმედება, რომელსაც ამ პატარა სივრცეში წესრიგი არ შეაქვს. მედიცინა არის ქმედება, რომელიც მოდის მაშინ, როცა გონებამ დაკარგა თავისი პატარა სივრცე. ის უზარმაზარი სივრცე, რომელსაც გონება, მე, არ შეგვიძლია მივწვდეთ, არის დუმილი. გონებას არასდროს არ შეუძლია დუმდეს საკუთარ თავში. ის დუმს მხოლოდ უზარმაზარ სივრცეში, რომელსაც ფიქრს არ შეუძლია შეეხოს. ამ მდუმარებიდან მოდის დუმილი, რომელიც არ არის ფიქრიდან. ეს დუმილი მედიცინაა.

თავი IV

მედიცინა ერთ-ერთი ყველაზე უჩვეულო რამ არის, და თუ თქვენ არ იცით ის რა არის, მაშინ თქვენ კამკა-

შა ფერების, ჩრდილების და მოძრავი სინათლეების სამყაროში მყოფ ბრმას ჰგავხართ. ეს არ არის ინტელექტუალური რამ, მაგრამ, როცა გული შედის გონებაში, გონება სრულიად განსხვავებულ თვისებას იძენს. მაშინ ის მართლა უსაზღვროა არა მხოლოდ თავის იმ უნარში, რომ იფიქროს, ეფექტურად იმოქმედოს, არამედ უზარმაზარ სივრცეში ცხოვრების გრძნობით, სადაც შენ ყველაფრის ნაწილი ხარ. მედიტაცია სიყვარულის მოძრაობაა. ის არ არის ერთი სიყვარული ან მრავლის სიყვარული. ის ჰგავს წყალს, რომელიც ყველას შეუძლია დალიოს ნებისმიერი დოქისგან ოქროსი იქნება ის თუ თუთიის ნაკეთობა. ის ამოუწურავია. და ხდება განსაკუთრებული რამ, რაც ნარკოტიკის მოხმარებას და არც თვითმთავონებას არ შეიძლება მოჰყვეს: ეს იმას ჰგავს, თითქოს გონება შედის საკუთარ თავში, იწყებს ზედაპირზე და აღწევს უფრო ღრმად, მანამ, სანამ სიღრმე და სიმაღლე ჰკარგავენ თავიანთ მნიშვნელობას და გაზომვების ყველა ფორმა წყდება. და ამ მდგომარეობაში არის სრული სიმშვიდე, არა კმაყოფილებისა, რომელიც დაკმაყოფილებამ მოიტანა, არამედ სიმშვიდე, რომელშიც არის წესრიგი, სილამაზე და ენერგია. ეს ყველაფერი შეიძლება განადგურებულ იქნას ისევე, როგორც შენ შეგიძლია გაანადგურო ყვავილი და მაინც, მისი მონყვლადობის გამო, ის ურღვევია. ეს მედიტაცია შეუძლებელია ისწავლო სხვისგან. შენ ისე უნდა დაიწყო, რომ არაფერი იცოდე მის შესახებ და უმანკოებიდან უმანკოებაში უნდა გადახვიდე.

ნიადაგი, რომელზეც მედიტაციურ გონებას შეუძლია დაიწყოს, არის ყოველდღიური ცხოვრების ნიადაგი, ბრძოლა, ტკივილი და სიხარულის გაელვება. ის აქ უნდა დაიწყოს და მოიტანოს წესრიგი და აქედან დაუსრულებლად იმოდროს, მაგრამ თუ თქვენ მხოლოდ წესრიგის შექმნით

ხართ დაინტერესებული, მაშინ თვით ეს წესრიგი მოიტანს თავის შეზღუდვას და გონება მისი პატიმარი იქნება. მთელ ამ მოძრაობაში თქვენ როგორღაც უნდა დაინყოთ მეორე ბოლოდან, მეორე ნაპირიდან და ყოველთვის არ უნდა იყოთ დაკავებული ამ ნაპირით და იმით, თუ როგორ გადაკვეთოთ მდინარე. თქვენ უნდა ჩაიყურყუმელავოთ წყალში თუ ცურვა არ იცით. და მედიტაციის სილამაზე ის არის, რომ შენ არასოდეს იცი სად ხარ, სად მიდიხარ, რა არის ბოლო.

თავი V

არის თუ არა ახალი გამოცდილება მედიტაციაში? სურვილი გამოცდილებისა, მაღალი გამოცდილებისა, რომელიც არის მიღმა და მაღლა ყოველდღიურზე და ბანალურზე, არის ის, რაც წყაროს სიცარიელეს ინარჩუნებს. ლტოლვა უფრო მეტი გამოცდილებისაკენ, ხილვებისაკენ, უფრო ღრმა აღქმისაკენ, ასეთი თუ ისეთი რეალიზაციისაკენ, აიძულებს გონებას გარეთ გაიხედოს, რომელიც არ განსხვავდება გარემოსა და ხალხზე მისი დამოკიდებულებისაგან. მედიტაციის საინტერესო ნაწილი ის არის, რომ მოვლენა არ იქცევა გამოცდილებად. ის ახალი ვარსკვლავითაა ზეცაში მოგონებების გარეშე რომ იღებს ცნობის და გამოპასუხების ჩვეულებრივი პროცესის გარეშე მოწონების და არმოწონების ტერმინოლოგიით. ჩვენი ძიება არის ყოველთვის გარეთ მიმართული. როცა გონება ეძებს ნებისმიერ გამოცდილებას, ეს არის გარეთ მიმართული. შიგნით მიმართული ძიება, ძიება საერთოდ არ არის. ის არის აღქმა. გამოპასუხება ყოველთვის არის განმეორებადი, რადგან ის ყოველთვის მესხიერების ერთსადაიმავე ნაპირიდან მოდის.

გამოცემლობა აქტი-ს მიერ გამოცემული წიგნები

ფრიდრიხ ნიშჟა

ანტიქრისტე
ტრაგედიის დაბადება მუსიკის სულიდან
სიკეთისა და ბოროტების მიღმა

ქარლ იასკარსი

ნიცშე და ქრისტიანობა
ფილოსოფიის შესავალი

სიორან კირკპორი

შიში და თრთოლვა
სატანჯველის სახარება

გიბუნე ფროიდი

სამი ნარკვევი სექსუალობის თეორიიდან
მასების ფსიქოლოგია და ეგოს ანალიზი
მოსე და მონოთეიზმი
ეგო და ID

ლევ ზესტოვი

უსაფუძვლობის აპოთეოზი
შემოქმედი და დამანგრეველი სამყარო

ბერტრან რასელი

ესეები
ქორწინება და მორალი

ქედუნე ჰუნარდი

ამსტერდამული მოხსენებები

მიგელ დე უნაუნო

ქრისტიანობის აგონია

ნიჰოლდი ბარდიანი

ყოფიერება, თავისუფლება, ღმერთი

ნიანუდი კანდი

მარადიული მშვიდობისკენ

სვამი ვივიკანანდა

ძველი ინდური ფილოსოფია

შთაგონებული საუბრები

კარმა-იოგა

მედიტაცია და მისი მეთოდები

ერიხ ფრომი

ადამიანის სული

გუსტავ დე ბონი

მასების ფსიქოლოგია

ერების ფსიქოლოგია

მერაბ მამარლაშვილი

ცნობიერება და ცივილიზაცია

რაციონალურობის კლასიკური და

არაკლასიკური იდეალები

ხოსე ორთეგა-ი-გასკეტი

ეტიუდები სიყვარულზე

ჯილუ ქრიზნაგურთი

თავისუფლება ცნობილისგან
სწრაფი ცვლილებების აუცილებლობა
მედიტაცია

ოპო

რა არის მედიტაცია?
სექსიდან სუპერცნობიერებამდე

ემა გოდმანი

ანარქიზმი, ათეიზმი, ფემინიზმი

ღვიძი ღოურენსი

ფსიქოანალიზი და არაცნობიერი

იუიუს ევოლა

ომის მეტაფიზიკა

ჯორჯ ბერკლი

ტრაქტატი ადამიანური შემეცნების პრინციპების შესახებ

მაკათმა ბანი

გზა ღმერთისაკენ

გიორგი გურჯიანი

დანახული რეალური სამყაროდან
ბელზებელის ნაამბობი შვილიშვილისთვის. წიგნი I
ბელზებელის ნაამბობი შვილიშვილისთვის. წიგნი II

ეკვარდი თოღა

ანწყოს ძალა