

ПЛАНЕТАРНАЯ ЙОГА

КАРМА и ОТКЛЮЧЕНИЕ ВНУТРЕННЕГО ДИАЛОГА

**По материалам семинара "Карма и Эгрегоральная механика"*

KARMA

404

Page Not Found

Зюльков Роман Борисович

Карма и отключение внутреннего диалога

**По материалам тренинга-семинара «Карма и эгрегоральная
механика»**

Т/О Неформат, Издательство Accent Graphics Coomunication, 2015

ISBN 978-1-77192-224-1

ОГЛАВЛЕНИЕ

[Предисловие](#)

[Второе предисловие](#)

[ГЛАВА 1](#)

1. Вступление. 2. Для чего нужно «отключение внутреннего диалога». 3. Долгий временной континуум существования Души. 4. Накопление кармы - когда идёшь «не туда». 5. Информация не вечна. 6. Что такое медитация.

[ГЛАВА 2](#)

1. Ритмы мозга и медитация. 2. Почему Душа не может выйти на поверхность и постоянно сохранять контакт с её обладателем? 3. Как Душа устраивается в теле. 4. Невротические проявления и «воздействия» со стороны. 5. Западный и восточный тип мышления. 6. Что такое сознание? 7. Как работает сознание? 8. Возможность контакта с Душой у обычного человека. 9. Типы состояний недумания и их описание.

[ГЛАВА 3](#)

1. Собственное «Я». 2. «Это не бусины решили, что они люди. А люди решили, что они бусины» (с) или Пара слов о собственном «Я». 3. Случаи из жизни. 4. Разбор примера. 5. Заглядывающие из другого мира. 6. Практическая польза «недумания». 7. «Недумание» как способ переключаться. 8. Первая практика: медитативный текст. 9. Инструкция по настройке на медитативный текст.

[ГЛАВА 4](#)

1. Обсуждение первой практики. 2. Узлы Грантхи и чакры. 3. Как индивидуальная Душа получает опыт через чакры. 4. Детерминированные точки в программах воплощения Души. 5. Повышение квалификации Души - в реальной жизни или через медитацию? 6. Что такое «спящая», «активированная» и «открытая» чакра? 7. Стратегии развития. 8. Вторая практика: медитативный текст. 9. Инструкция по настройке.

[ГЛАВА 5](#)

1. Обсуждение второй практики. 2. Стратегии работы с недуманием. 3. Всего понемногу или «что развивает сознание?» 4. «Третий глаз» в контексте практики недумания. 5. Третья практика: медитативный текст. 6. Инструкция

по настройке.7. Обсуждение третьей практики. 8. Влияние на физиологию и на систему чакр. 9. Работа по записи.

[ГЛАВА 6](#)

1. Что такое «карма»? 2. Изменения в биосфере планеты. 3. Кармические механизмы сжигания кармы. 4. Карма, викарма, акарма - что это? 5. Что такое гуны. 6. Гуны и эгрегоры. 7. Ключевое значение Эгрегориальной механики. 8. Что значит: «Приходите! Чистим карму!» или Лучшие и худшие стратегии запутывания вас как клиента. 9. Целостное развитие Души.

[ГЛАВА 7](#)

1. Чакры и карма. 2. Кармические механизмы при наборе Душой опыта. 3. Как карма замедляется и останавливается на уровне чакр? 4. Душа и контакт с ней. 5. Инсайты как стратегия развития Души. 6. Увлечение сиддхами на уровне Аджна-чакры. 7. Гармонизация - основная функция Третьего глаза. 8. Мифы и реальность. 9. Молодые Души и их развитие. 10. То, что предназначено. 11. Как связаны карма и техники недумания? 12. Юмор как страховка восприятия. 13. Молодые Души и низковибрационные «бурные» эгрегоры. 14. Начальные техники работы с недуманием для получения ответа или решения задачи в личных и социальных взаимодействиях. 15. «Чистые точки сознания» = Дао.

[ГЛАВА 8](#)

1. Польза сознательного разума. 2. «Души с других планет» или Манок для сознания. 3. Мифы в массовом сознании. 4. Радостная самоидентификация через миф. 6. «Великая миссия!» - как посылка эгрегора для забора энергии. 7. Четвёртая практика: медитативный текст. 8. Обсуждение. 9. И вновь Аджна-чакра. 10. Недумание и боязнь потерять себя (гиперконтроль). 11. Завершение.

12. Удачи.

[ГЛАВА 9](#)

[Содержание без формы](#)

Предисловие

Текст, который вы видите, не образец стилистической правильности: это транскрипт семинара, правда, немного отредактированный и дополненный, поэтому воспринимайте эту книгу лишь с точки зрения информации. Мы постарались сделать изложение достаточно живым и передать вам игровую манеру общения, которая существует на наших семинарах и тренингах. Между тем описанные в книге вещи достаточно серьёзны и касаются базовых паттернов человеческого развития.

В практической стороне книги кое-где мы привели упражнения, а кое-где мы удовольствовались лишь медитативными текстами. Поэтому, хоть мы и понимаем, что не можем вам передать практики, которая была на семинаре-тренинге (потому что она исходит из присутствия ведущего), мы постарались приблизить вас к этому состоянию.

Второе предисловие

В оглавлении мы постарались выделить важные информационные структуры тренинга на которых делался акцент. Можно сказать, в оглавлении мы обозначаем вам некий костяк, используя который, вы сможете легче продвигаться в освоении практик «недумания», и в освоении кармических механизмов.

ГЛАВА 1

1. Вступление. 2. Для чего нужно «отключение внутреннего диалога». 3. Долгий временной континуум существования Души. 4. Накопление кармы - когда идёшь «не туда». 5. Информация не вечна. 6. Что такое медитация.

- Добрались мы. Я бы даже сказал «дошли». До тренинга-семинара «Карма и Эгрегориальная механика». Конечно, название-то так себе. Видимо, это обуславливается тем, что с фантазией у тех, кто его проводит, не особо хорошо. Но что делать. Да... с фантазией у нас плохо. Я бы даже сказал - беда. Благо это касается не одного только меня. Дмитрия вон тоже краем зацепило. В том смысле, что с фантазией, видимо, плохо у обоих. Хорошо. Будем мы постепенно начинать.

Нам пишет Юля: - Вы всегда вначале саркастично шутите, да? Кстати, вас хорошо слышно.

- Да, Юля, я часто шучу, и слышно меня хорошо. Видите, исходя из этих двух вещей, что меня хорошо слышно и что я шучу, я заключаю, что на вопрос: «Как жизнь?» - я отвечу: «Удалась».

С другой стороны, видите, что происходит? Я же явно прогрессирую. Если не в сознании, голове и мозгах, то хотя бы в качестве звука этого вебинара. Вероятно, это определяется тем, что наша цивилизация стремится к тому, чтобы повысить свой уровень, качественный уровень... Хорошо. Будем мы начинать, как известно, сколько-то скольких-то не ждут. Дмитрий, мы готовы, да? Уже, наверное. Видимо, всё готово. Поехали.

Итак, нехоженными тропами дошли мы с вами до тренинга «Карма и Эгрегориальная механика». Однако в начале, чтобы немного, так сказать, «въехать в тему», сделаю небольшое предисловие. Оно необходимо, потому что я втайне догадываюсь, что в отличие от меня вы не думаете обо всём этом 24 часа в сутки, поскольку все вы здесь нормальные люди. Поэтому будем въезжать постепенно и только к концу этого занятия мы с вами немного и вкратце «раскидаем» материал по полочкам. Конечно, я говорю о материале по карме. И, разумеется, я имею в виду теоретическую часть. Здесь на семинаре, как я уже говорил на презентации, мы начнём рассматривать эгрегориальные и кармические практики с практик «недумания». Совсем скоро мы будем разбираться, что это вообще такое - «недумание» и для чего оно нужно?

Однако сначала, прежде чем заняться этими практиками вплотную, надо сказать пару вводных слов. Кроме того, необходимо заметить, что сегодня, так сказать, «пилотная серия», то есть, фактически, вводная ступень. Разгоняться мы начнём со следующей, а эта послужит нам и хорошим вводом в тему, и неким компасом, который будет показывать, куда мы пойдём дальше. Хорошо. Теперь нужно сказать пару слов о том, как связан между

собой ряд определённых понятий, которые мы будем использовать на нашем тренинге-семинаре. В частности, это такие понятия, как «недумание», «карма», «эгрегоры», «душа», «чакры», «сознание» и т.д. Сейчас и чуть позже мы рассмотрим, что именно обозначают эти вещи и как они работают в связке, так сказать, единой системе. Я имею в виду то, чем мы будем заниматься на этом занятии, дальше, конечно, пойдут другие знания. Рассмотрение этих понятий необходимо по нескольким причинам: во-первых, чтобы дать вам понятийную базу для текущего и следующих тренингов, во-вторых, потому что сейчас можно найти огромное количество всевозможных практик.

В среде, которую условно можно назвать «саморазвитием», одни люди занимаются недуманием, то есть отключением внутреннего диалога, другие занимаются чакрами, третьи - эгрегорами, четвёртые - целительством, пятые - чем-то ещё. Каждый знает свою область, но между тем большинство не знает ничего, кроме неё. И конечно, большинство из них не знает, как соотносится первое, второе, третье, четвёртое и пятое. То есть некое общего понимания у большинства просто нет. И нет ни одного направления развития, которое бы консолидировало все эти навыки. По крайней мере, я не видел, хотя каждый день я отсматриваю и отслушиваю большое количество материала по эзотерике, магии, психотерапии, биоэнергетике и прочему. Если найдёте направление, где всё это есть, позовите посмотреть, мне интересно. Впрочем, надо сказать, что зовут меня не часто. Хотя, конечно, бывает так, что человек находит какую-то систему, которая подходит ему, и пытается мне сказать, что она лучшая.

Мало того, бывают индивиды, которые пытаются меня к ней приобщить. Мне регулярно приходят ВКонтакте и Фейсбуке сообщения: «Вы хотите узнать истину?», или «Наш учитель - самый лучший учитель в мире и...», или «Только у нас вы познаете Свет творения!»

Что ж... Я, конечно, не против «познать Свет творения!» Только сильно сомневаюсь, что подобные индивиды, которые регулярно пишут там и сям, зазывая несчастный народ, могут сказать мне, вкупе со своим учителем, что-то новое. Дело в том, что я далеко не первый, не десятый и даже не двадцатый год занимаюсь чакрами, подсознанием и эгрегорами. Поэтому здесь меня достаточно сложно удивить. По крайней мере, обзревая пространство последних десяти лет, могу сказать, что это ни у кого не получилось. Но, с другой стороны, поскольку совершенно нельзя что-то решительно утверждать в этом мире... Как вы понимаете, я лелею тайную надежду, что всё-таки какая то особь прорвётся среди Сансары и удивит меня новой информацией. Пока за ближайшие 10 лет этого не случилось.

А сообщения продолжают приходить со «светом творения!», «единственными учителями» и тому подобным бредом. Вообще, люди даже не смотрят, кому и что они шлют. Если бы они хотя бы потрудились посмотреть на мою страницу и почитали мои книги, я думаю, даже очень тупым пришло бы в голову, что я не нуждаюсь в той информации, которую они мне предлагают. Потому что,

естественно, можно легко догадаться: если человек изучает только одну систему эзотерического, магического, биоэнергетического или какого-либо другого развития, возможно, это и будет для него откровением. Когда же человек знает этих систем больше нескольких десятков или сотен, как я, потому что занимаюсь этим профессионально, удивить меня чем-то новым весьма и весьма сложно.

Наблюдая различные системы, я вижу, что, в целом, общего понимания эволюционных процессов развития пока почти нет. Нет, конечно, есть отдельные люди, которые прекрасно понимают, куда они идут, и знают взаимосвязи между Душой, эгрегорами, отключением внутреннего диалога, чакрами, кармой и т.д. Разумеется, таких людей очень немного, но они есть. Однако о них я не говорю, я говорю о большинстве. А в большинстве своём каждая из систем занимается чем-то отдельным и приблизительно похожим в контексте улучшения своего развития. К примеру, есть масса систем, в которых пытаются отключить внутренний диалог. Есть системы, которые занимаются маятниками (эгрегорами), есть системы, которые занимаются кармой, есть системы, которые занимаются целительством и т.д. Но, как я уже сказал, общего понимания взаимодействий между этими важными структурами в этих системах я не увидел. Знания носят весьма обрывочный характер. Впрочем, мы вернёмся к этому, когда будем говорить про эгрегоры. Сейчас же давайте остановимся на том, что называется «недуманием» или «отключением внутреннего диалога». И тогда перед нами сразу встанёт вопрос:

«А для чего это «недумание» или «отключение внутреннего диалога» нужно в принципе?»

То есть сначала давайте рассмотрим, что это такое и для чего это нужно.

Итак, что такое процесс «недумания», вы, наверное, более или менее представляете. Это состояние, в котором нет мыслей. Теперь второй важный аспект: «Для чего это состояние нужно?»

Так уж получилось, что у каждого человека есть индивидуальная Душа. Об этом, собственно, большинство мировых религий и говорит. Говорит и совершенно правильно говорит. В некоторых из них Душу называют «Атман», где-то Душа - это «Душа», а где-то, например в Буддизме, это не Душа, а «сознание», которое приходит к чистому свету. Но давайте пока не будем путаться в терминах и определим нечто истинное, прошедшее большое количество жизней - как Душу. Суть от этого не меняется, хотя называть этот феномен можно по-разному, но факт, что он существует, изводя всё человечество в бессменной жажде познания его, уже много тысяч лет. Кстати, если мы возьмём тот же Буддизм, то в Буддизме термин «Душа» в принципе некорректен и трактуется немного по-другому - скорее это поток сознания - «пхо». Да и дело не в том, как называется этот феномен в той или иной религии или философском направлении, а в его сути. Течений огромное количество. Так или иначе, почти во всех есть, грубо говоря, некая высшая сущность. Которая «живёт» в человеке и является для него высшим началом.

И которая живет огромное количество лет по сравнению с жизнью человеческого тела.

Здесь нужно понимать, что вообще кармические механизмы (а мы рассмотрим и типы кармы, и как, собственно, происходит накопление кармы) естественно обусловлены жизнью Души, но не только в этой жизни, которую проживает именно это тело именно этого конкретного человека.

То есть я говорю о том, что кармические механизмы работают как в этой жизни, так и далеко за её пределами. Разумеется, есть, конечно, «быстрая карма». Грубо говоря, я толкнул - он упал; или пришел кто-нибудь и сделал что-то плохое, а на следующий день тоже самое ему и прилетело, в качестве некоторой обратной реакции от среды. Здесь пример может быть элементарный - подумал человек о ком-то сильно плохо, а у этого кого-то мощное, позитивное поле. Заряд направился к полю и отразился, за счёт позитивной волны в поле, а потом прилетел обратно к тому, кто его изготовил. Кроме этого, вследствие того, что поле второго человека позитивное, заряд ещё и усилился. И привет.

Сразу идёт прямая связь - человек падает и что-то себе ломает, или врезается куда-то на машине, или происходит что-нибудь в этом роде. Есть и ещё более прямые связи - допустим, человек занимается преступной деятельностью и что-то украл - его поймали и посадили. Всё это - относится к так называемой быстрой карме, которая исполняется в течение этой жизни и на первый взгляд лежит в контексте логики причинно-следственных связей - опять же - тот толкнул - этот упал.

Но надо понимать, что, поскольку Душа живет неизмеримо дольше, чем наши с вами физические тела, скажем, в тысячи раз, временные сроки уже не имеют большого значения. Здесь можно говорить о том, что Душа всё-таки предпочитает, если можно так выразиться, существовать на более долгом временном промежутке. А данная жизнь - это просто путь между, предположим, точками «О» и «П».

Необходимо помнить, что до этой жизни уже была пройдена половина алфавита и, вероятно, какой-то его процент ещё будет пройден после неё. Да и, конечно, ударяясь в свой сарказм, я замечу, что жизнь по принципу «ОП!» - это жизнь большинства людей. Именно «ОП!», и все дела. Что-то пронеслось, непонятно что, где-то был, непонятно где, чем-то занимался, непонятно чем, куда идти не знал. Делал всё невпопад и теперь - привет большой - 75 лет, зачем жил и что получил в результате, не только не понимает, но и неспособен понять в принципе. Поэтому мысленно всегда возвращается назад, вспоминая времена, когда «был молодым», или «были деньги», или «было по-другому» и т.д. И в принципе, он, вот такой, способен, конечно, задуматься о том, что будет после этой его жизни, но, как показывает практика, в действительности из ста человек, дай бог, чтобы задумались два. Остальные предпочитают пускать всё на самотёк. Что в общем-то обуславливается, в конечном итоге, неким прописанным сценарием, который лежит вне сознания данной особи, но который полностью руководит

её стремлениями, желаниями и поступками. Что это за сценарий и какие типы сценариев или программ существуют, мы будем говорить позже.

По поводу того, что происходит «после жизни», я, разумеется, отдельно потом скажу пару слов. Пока же нам нужно отметить, что Душа ставит себе в рамках той или иной жизни стратегические цели, нежели тактические. Именно поэтому людям часто непонятно, «за что» прилетело вот это и вот то.

Пожалуй, это самый глобальный вопрос как человечества в целом, так и частных его представителей - почему всё именно так?

Кто-то этим вопросом задаётся, к счастью, в 10 лет, кто-то в 30, до кого-то доходит к 70-ти, до кого-то не доходит вообще никогда, по крайней мере, в этой жизни, для чего ему приходится идти в следующую и постараться уже там хотя бы на несколько часов задуматься над этим вопросом. И в этом нет ничего плохого - это просто тот или иной уровень развития, так сказать - что дано.

Конечно, рано или поздно у любого существа срабатывают кармические механизмы, и если существо «стукнуло по голове» в одной жизни, потом в другой, потом в третьей, так или иначе, через определённый промежуток времени до существа доходит, что что-то не в порядке и, возможно, стоит сменить направление движения и идти в другую сторону. Можно сказать, что, когда существо идёт «не туда», оно и занимается накоплением кармы, то есть за ним остаётся определённый след, который оно само же и сделало. Помните, как в фильме про Шерлока Холмса доктор Ватсон наследил в галерее у Милвертона, а потом героически всё это оттирал? Вот здесь примерно тоже самое. То есть существо идёт не туда и оставляет свой след, а потом этот след существо вынуждено убирать, потому что, если оно его не убирает, этот след мешает существу пройти выше. Конечно, я ещё раз подчёркиваю, что у нас здесь тренинг-семинар для нормальных людей, которые хотят познакомиться с кармическими механизмами. Разумеется, если бы передо мной сидел профессионал, который, как и я, занимается этим более 20 лет, мы бы говорили в других терминах и по-другому описывали бы эти процессы. Но здесь мне важно ваше изначальное, ключевое понимание, чтобы дальше при самостоятельном развитии вы нанизывали следующие знания на тот простой каркас, который сейчас я вам предоставляю.

Итак, далее мы будем рассматривать накопление кармы: как это происходит, хотя данная информация относится скорее к разделу тренинга об эгрегорах. А здесь я говорил про некую бессмертную сущность - Душу, которая, перебираясь из жизни в жизнь, постепенно обрастает необходимым опытом. На самом деле, если быть уж совсем предельно корректным и аккуратным в терминах, то неверно говорить о Душе, как о бессмертной субстанции. Она может находиться на долгом этапе кристаллизации, а потом, если не справилась с задачей, может пойти на «строительство» того или иного эгрегора. Впрочем, это уже требует серьёзного понимания и эгрегориальных программ, и различных других процессов, поэтому мы не будем касаться этих механизмов. Просто скажем, что Душа отнюдь не бессмертная субстанция,

чтобы там не орали бегающие по интернету люди и возвещающие всем - «Я бессмертная Душа! Я себя осознал!» - и т.д.

К слову, не далее как несколько десятков лет назад Стивен Хокинг доказал, что информация распадается. То есть ничего вечного в принципе не существует. И, соответственно, Душа тоже не вечна. Поэтому аккуратнее и правильнее можно было бы сформулировать так: «Душа - это, возможно, почти бессмертная субстанция». И есть некая монада, а что уж там с ней будет дальше и какие преобразования с ней произойдут в сторону, условно говоря, плюса или не менее условного минуса - на данном этапе - непонятно. Это зависит и от обстоятельств, и от воли существа и т.д. Хорошо, пойдём далее. У нас с вами есть эта условно «бессмертная монада», которая присутствует постоянно «над» всеми областями нашей жизни. Она курирует все наши перемещения, мысли и поступки. И естественно, как я уже сказал, она склонна не к тактическим целям, а к стратегическим.

Во многих культурах, религиях, направлениях психологии и психотерапии прорыв к этой своей «Истинной сущности», к «настоящему Я», которое является Душой, считается огромным достижением.

Сейчас нам надо сразу договориться о терминологии, исходя из которой - «настоящее Я», «внутренняя сущность», Душа, «истинное Я» и т.д. - пока воспринимайте как одно и то же. И когда человек, как ему кажется, вступает в контакт с этой сущностью, то это огромный духовный и интеллектуальный прорыв. Больше не интеллектуальный, а духовный. Прорыв, который ассоциируется с огромным личностным ростом.

Как это делается? В принципе, какие существуют методики?

Есть методика под общим названием - медитация. В разных культурах названия отличаются: где-то это молитвенное состояние, где-то это трансное состояние, где-то это внутреннее глубокое погружение, а где-то это так и называется - медитативное состояние. Хотя, если снова быть предельно корректным, то между всеми перечисленными состояниями всё же существует различие, однако оно слишком тонкое, чтобы разбирать его здесь. А здесь же мы сосредоточимся на том, что есть техника погружения внутрь себя - техника медитации. А те или иные вышеперечисленные состояния, так или иначе, являются, по Гамбургскому счёту, её проявлением. И на каждой из шести ступеней тренинга, которые вы пройдёте, мы естественно много времени будем уделять медитативной практике. Разумеется, тут надо сказать, что, когда вы находитесь на тренинге, вы получаете принципиально другое, более глубокое состояние, чем то, которое может быть, когда вы медитируете самостоятельно. Это связано и с энергетическими процессами, которые происходят при групповой медитации, и со мной, потому что в данном случае я проводник, и в том числе предлагаю подсознанию каждого обучающегося наилучшую стратегию для использования практик. И естественно, куда ж без этого, всё это связано с Эгрегориальной механикой.

Поэтому на тренинге мы будем делать разные вещи, которые при вашей обычной медитации могут получаться не вполне чтобы здорово. А фактически - никак. Собственно, я как раз для этого здесь и нахожусь, чтобы показать вам тропинки туда, куда вы не можете пойти, находясь в своём обычном медитативном состоянии. Это к ответу на частый вопрос: «Почему на тренинге у меня всё так хорошо получалось, а дома я не могу достигать таких результатов?»

Опять же, потому что есть проводник и есть остальное вышеперечисленное. И в этой стратегии вам надо просто постоянно тренироваться для того, чтобы достигать показанных вам на тренинге состояний - это вполне реально. Как говорит мой опыт и опыт обучающихся, просто на это нужно больше времени.

Здесь в медитации на тренинге мы будем делать разные странные штуки, которые вначале вы вряд ли сможете повторить самостоятельно, а только после тренировок и с течением времени. Я говорю о таких вещах, как, например, контакт с собственной Душой, общение с родовым эгрегором, нахождение в нём Души шамана или целителя, который умер уже много лет назад, и контакт с его Душой, для обучения и получения ресурсов. Согласитесь, нормальному человеку в нормальном состоянии даже описание этих процессов кажется немного странным. Или если взять «общение с Душой покинувшего вас родственника или друга» - тоже, согласитесь, как-то странновато звучит. Тем не менее, мы всё это будем делать и получать результаты, и получится это почти у всех, как бы это ни казалось фантастично на первый взгляд. С другой стороны, фантастики никакой нет, потому что я уверен, что ваше попадание на этот семинар далеко не случайно, и здесь собрались те люди, которым и нужно то, что я описал, и которые смогут это сделать. Любая информация распределяется далеко не случайным образом. Наоборот. Если она к вам попадает, значит эта информация именно для вас. Поэтому, если к вам пришла эта информация о практиках - будьте уверены - вы обладаете потенциалом, чтобы эти практики проделать. Только на реализацию этого потенциала у кого-то уйдёт чуть больше времени, а у кого-то чуть меньше, однако я убеждён, что этот потенциал есть у всех, кто ознакомился с этой информацией. Кстати, в очередной книге я рассматриваю вопрос проявления информации и доступ к ней обычного человека - но пока этой информацией воспользоваться нельзя, поскольку книга не вышла. По-моему, хорошая шутка.

ГЛАВА 2

1. Ритмы мозга и медитация. 2. Почему Душа не может выйти на поверхность и постоянно сохранять контакт с её обладателем? 3. Как Душа устраивается в теле. 4. Невротические проявления и «воздействия» со стороны. 5. Западнй и восточный тип мышления. 6. Что такое сознание? 7. Как работает сознание? 8. Возможность контакта с Душой у обычного человека. 9. Типы состояний недумания и их описание.

Пойдём дальше. Итак, продолжим. Во-первых, можно сразу спросить: «Что же такое эта самая медитация?»

И тут же можно получить ответ, если вспомнить о том, что у человека есть обычные ритмы функционирования мозга: альфа, бета, гамма-ритмы и т.д. О медитации можно сказать, что это переход в некоторое другое состояние, которое соответствует тому или иному ритму. Сейчас говорить о том, что такое «сознание» пока не будем, потому что, в противном случае, можем запутаться. Первая ступень у нас всё-таки более-менее вводная, а дальше можно будет ознакомиться с более серьёзным материалом. Таким образом, в это медитативное состояние, так или иначе, кто-то может уходить глубоко, кто-то не очень глубоко, кто-то может вообще проскользнуть по его поверхности. Это зависит от медитативных способностей субъекта, то есть медитация - это тоже, как вы понимаете, способность. Сейчас во многих направлениях, в том же Эриксоновском гипнозе или НЛП, говорят о том, что состояние медитации и состояние транса - это в принципе одно и то же, но, как я говорил выше, это не совсем так. Медитативное состояние отличается от трансового состояния. Однако разница не входит в рассмотрение на нашем семинаре, но в общем плане можно сказать, что транс может быть любым, то есть он может быть направлен на что угодно. К примеру, если взять боевой транс, когда боец входит в определенное состояние и начинает (вы, наверное, видели это по телевизору) выполнять определенные движения также, как и в бою. И в эти моменты он находится глубоко в трансе. Медитация же - это всё-таки не результат, а скорее некий процесс, направленный на собственное развитие, и, находясь в этом процессе, ты сосредоточен на акте собственного познания.

Существует два основных вида медитации. Первый. Это когда ты активно что-то познаёшь - предположим - тебе надо на что-то помедитировать, допустим, на просветление. И вот ты туда и роешь, к свету, к солнцу, к простору и т.д. - это первый вариант медитации - когда ты двигаешь куда-то. Конечно же, есть буддийские названия для всего этого, я просто стараюсь не сильно загружать вас терминами. И второй вариант медитации - это максимальное расслабление, когда, наоборот, человек почти ничего не делает, однако происходит переработка определённого опыта. То есть, это приводит нас к двум принципам, которые «заведуют», условно говоря, работой

сознательного мышления и работой бессознательного мышления. Мне больше нравится говорить вместо «бессознательное» - «подсознание», хотя уже сейчас в психотерапевтических кругах и в тех кругах, где работают с сознанием и с подсознанием, принято говорить, что это «другое сознание». Это тоже осознающая субстанция, просто немного другая. На мой взгляд, это как раз укладывается в термин «подсознание», потому что, если мы возьмем «бессознательное», это означает нечто, что находится «без сознания», и шляется и туда, и сюда, и где его только нет, и что оно только не делает. В то же время, если мы говорим «подсознание», это означает нечто, что находится «под сознанием». Это то, что мы можем определить как некую разумную, склонную к моему и вашему развитию субстанцию. Но, опять же, сейчас в современном понимании специалистов, которые занимаются психотерапией, гипнозом и коммуникацией, это «другое сознание», а раньше они использовали термин «бессознательное». В принципе, все три формулировки правильные, и их можно употреблять. Просто, если вы будете употреблять термин «другое сознание», то это будет означать, что вы на последней психотерапевтической, гипнотической, психолингвистической, психологической и т.д. волне, если «бессознательное» или «подсознание», тогда вы приверженец старой школы. Мне нравится термин «подсознание», потому что я вкладываю в него гораздо больше, чем может идти от фрейдистских и других ассоциаций психотерапевтов начала и середины 20-го века.

Мы еще будем разбирать, что такое Душа, как она взаимодействует с подсознанием, что такое осознанный разум, какая там между ними перегородка, и для чего она существует. Но пока тема первой ступени обозначена как «Недумание», и сосредоточимся непосредственно на этом.

Как обстоят дела при взаимодействии Души и подсознания - это позже рассмотрим, потому что на счёт Души у проницательных людей может сразу возникнуть вопрос: «А почему Душа не может выйти на поверхность и постоянно сохранять контакт с её обладателем?»

Дело в том, что Душа - это объект, можно сказать, стратегический, он или она нацелен на более высокие структуры постижения в опыте. И в контакте с сознательным разумом Душа пребывает достаточно редко, по крайней мере, так происходит у обычного человека, у вас это может случаться чуть чаще, раз вы попали на этот тренинг или «имеете допуск» к информации о данном тренинге. На этот раз для разнообразия не шучу, я действительно думаю, что, мягко говоря, всё не случайно. Так вот, дело всё в том, что в моменты, когда бытовое сознание взаимодействует с Душой, в этом сознании происходит своеобразное состояние инсайта. Человек ощущает, что в нём есть нечто гораздо большее, чем он думал о себе сам. Что в нём действительно есть что-то «Высшее», что-то «другое», по сравнению с его обычным сознанием. Разумеется, абсолютно все участники переживали эти состояния. Потому что они есть у каждого человека. И чем человек больше развит, тем чаще он испытывает подобные состояния инсайта. Но тут верно и обратное правило.

Вы, наверное, можете сейчас вспомнить какое-либо душевное переживание, любое, соответствующее понятию инсайта? Люди часто это переживают - это может быть инсайт от произведения искусства - от книги, от фильма, от медитации или даже от личных отношений. Как ни странно, здесь можно сказать, что это может быть как «позитивный» инсайт, так и, условно говоря, «негативный». Позитивный - это когда вы чувствуете высокие вибрации, и, грубо говоря, восхищаетесь всем вокруг вас, и ощущаете чувство наполненности. А негативный инсайт - это, наоборот, когда вы чувствуете полное опустошение, потерю смыслов жизни, и вам, выражаясь эзотерическим языком, хреново. А потом, вследствие этого видимого негатива, получается вот что - пространство расчистилось. Человек начинает развиваться. Понятное дело, что в тот момент, когда человеку хреново, он не думает о том, что будет позже - ему сейчас хреново, и плевать он хотел на всё остальное. Заметьте, «хреново» - это глубоко эзотерический термин. Шучу.

Что касается позитивных инсайтов, то есть масса обстоятельств, при которых они происходят. Человека может «накрыть», допустим, в церкви, и он почувствует сопричастность чему-то Высшему, или он может посмотреть фильм, и внутри как будто что-то расцветает. Или он может встретить старого друга, и в нём что-то как будто «наполняется» и т.д. Про отношения с противоположным полом мы не будем здесь особо распространяться, потому что всем вполне понятно, что те или иные состояния случаются там регулярно - обычно трясёт обоих и на всех уровнях. Потом кому-то или обоим становится «тепло», «светло», кто-то кого-то «любит», «ненавидит», «отпускает» и тому подобное.

То есть инсайт может произойти, фактически, от всего. Этот феномен - когда будто что-то раскрывается изнутри - напрямую связан со сценарием, который составила себе индивидуальная Душа и теперь проходит его. Соответственно, этот феномен напрямую связан с эгрегориальными программами. Дальше мы немного коснёмся этой темы на следующих ступенях, а здесь я просто скажу: когда происходят подобные вещи, это значит, что человек проходит (или «закрывает») ту или иную мини-программу, которую ему поставила собственная Душа при воплощении в это тело.

Если мы рассмотрим динамику движения Души, и того, как она соотносится с физическим телом, то мы можем взять для примера ряд религий и увидим, что в них говорится, что Душа находится на два пальца ниже сердца. Если мы возьмем ту же ведическую традицию, то видим, что Атман находится на два пальца ниже сердца и величиной он с большой палец руки, то есть, так или иначе, про эти вещи упоминается во многих источниках. Также у каждого есть на голове родничок. Это чисто физиологическая субстанция. Точнее, их два. Родничок обычно «закручивается» в ту или другую сторону. Сторона определяется вращением Души в момент входа в тело, поскольку у Души спиральный вектор вращения. И таким образом Душа «ввинчивается» как раз туда, куда я и говорил. Под сердце.

Соответственно, всё это потом зарастает, и любая женщина, у которой есть дети, знает, что у ребёнка после родов на макушке есть «мягкое место». Через него Душа и заходит в тело, а потом Душа как бы «закрывается», а после смерти физического тела уходит в тот или иной эгрегор.

Кстати, если мы берем класс невротических личностей: невротики, психотики и т.д., то часто бывает, что у таких людей родничок так и остаётся мягким. И, как правило, таких людей «несёт». Несёт конкретно, абы куда и постоянно. И тут даже невозможно сказать, что они рабы собственного настроения, потому что настроения-то у них и нет, или можно выразиться, что настроение это не им принадлежит. Такой человек может истерически плакать пять минут, а потом весело и радостно рассказывать вам о чём-то. В общем, это люди, которые максимально нервные что ли, в обычном понимании этого слова. Родничок у них очень часто представляет собой некое мягкое место, то есть он не зарастает, и Душа у них совсем не прикрыта. Поэтому их «носит» постоянно и туда, и сюда, и вдоль, и поперёк.

И их Дух постоянно открыт внешним грубым энергиям. Если точнее не Дух, а Душа. Духом та или иная Душа может стать только после длительной, осознанной работы над собой. Когда Душа человека превращается в Дух, это уже всё-таки весьма высокое состояние для этой цивилизации. Так вот, Душа описанных людей «не прикрыта», как у обычного человека, поэтому они беспокойны, нервны и носятся и туда, и сюда, не говоря уже про совсем клинические случаи. Можно сформулировать чуть проще и по-другому: вот у нас с вами этот родничок зарос, и Душа находится внутри, ведя свою деятельность. Она сидит внутри, как в скафандре, и, в целом, всё вокруг нас спокойно и более-менее нормально, за исключением относительно редких ситуаций, которые причиняют нам беспокойство, вынуждая к каким-либо действиям, а у них совсем не так. Потому что за счет того, что остаётся вот это мягкое место или даже просто кожа, доступ разных энергий к Душе, можно сказать, открыт.

Душа ничем не защищена. И любая вибрация от любого человека может ввергнуть её в то или иное позитивное или негативное состояние. Именно поэтому такие люди часто пеняют на «воздействие со стороны», «злых чёрных магов» и т.д., и могут годами ходить к магу, йогу, психотерапевту и т.д., чтобы он «снял» эти воздействия. На самом деле, никто на них ничего не наводит: ни порч, ни проклятий, ни тень на плетень. Всё просто - они не могут структурировать собственную реальность так, чтобы она была гармонична и позитивна. Здесь, конечно, не надо путать эту ситуацию с другой, когда действительно осуществляется некое дистанционное воздействие тем или иным оператором. Это возможно, но происходит в гораздо меньшем количестве случаев, чем об этом говорится. Профессионалов по дистанционному воздействию не так много, как думают. Поэтому и сами воздействия проводятся гораздо реже, чем думает обыватель. Около 90% людей, пытающихся что-то навести и наплести, на самом деле, фактически, являются просто эгрегориальными марионетками, и, по сути, не делают ничего. Однако есть и другие 10%.

Об этом подробнее будет позже, а что касается психотических личностей, которые думают, что на них кто-то постоянно что-то наводит, то можно, уходя в метафору, представить этих людей, как бабочек, которые сидят на руке человека, и любой порыв ветра, дыхание человека или проезжающая мимо машина могут унести их куда угодно. Здесь мы все дружно можем пожалеть этих людей, но дело в том, что жалеть некого, да и не за что - это просто естественный путь их развития. Их некристаллизовавшаяся монада настолько сильно связана с эгрегором, что пока находится в эгрегориальной программе «Время», и неизвестно, кристаллизуется ли она или же просто растворится в доминантном эгрегоре, по прошествии времени. Впрочем, о программах далее.

Несмотря на все психотические состояния, которые испытывают подобные личности, у них есть особенность: они действительно испытывают очень много душевных переживаний, потому что, как я уже сказал, их швыряет и туда, и сюда. А любое развитие сознания и Души состоит в максимуме комфортных и спокойных состояний. Парадокс же состоит в том, что эти люди, как никакие другие, близки к просветлению, но, как ни парадоксально, они его не получают никогда. По крайней мере, в их теперешнем воплощении. Может быть через пару десятков жизней, если монада удержится и кристаллизуется, а не рассеется в том или ином эгрегоре. Дело в том, что как позитивное, так и негативное состояние этих людей могут проявиться фактически моментально, а потом эти состояния сдувает так же моментально каким-то третьим состоянием, и так продолжается бесконечно. Вследствие слабо развитого сознания и слабо развитой Души эти люди не могут зафиксировать любое состояние, поэтому их и швыряет туда и сюда.

Пусть у них всё будет хорошо, пойдём дальше. На этой ступени основная тема «Недумание» или «отключение внутреннего диалога». До этого я говорил о медитации, назвал два вида медитации, упомянул, что один вид медитации - это медитации «на просветление», «на солнце», «на желание» и т.д., когда ты находишься в активном медитативном процессе. А второй вид, это когда ты просто отключаешься и перерабатываешь некую часть опыта. То есть можно провести параллель между механизмами сознательного и подсознательного мышления.

На уровне сознания, на уровне западного мышления, нам говорили о том, что надо идти к цели, надо, что называется, «долбить» и пробивать своё. «Надо выучить то!», «Надо сделать это!», «Надо поставить цель!», «Только туда, к результату!» - это послышки, опять же, западного мышления. Можно сказать, что мышление запада гораздо быстрее мышления востока. Соответственно, для того чтобы вам обучить собственное сознание чему бы то ни было, надо определить вектор и долбить в одну точку. Конечно, это весьма правильно и полезно, если этот тип мышления перемежается с другим типом, более спокойным и размеренным - с мышлением востока. В котором ты спокоен, никуда не стремишься, размышляешь, всё идёт своим чередом и достаточно плавно. Втайне я догадываюсь, что ни одно из мышлений не может быть ни «правильным», ни «неправильным» - они просто существуют.

Если ты идешь сугубо на сознании, всё «прорубаешь», всё делаешь педантично, чётко и в срок, то время для тебя - один из первостепенных факторов. Как известно, «время – деньги». Ты решаешь вопросы, и какое-то время, конечно, у тебя всё получается. Но если ты находишься ТОЛЬКО в этом типе мышления, не умея применять другое, то рано или поздно начинаются проблемы. У тебя начинает отсутствовать иньская энергия. Потом это происходит всё больше, больше и больше. И через некоторое время твоё состояние можно описать таким образом, что как будто лезвие ножа врезается в Среду. И тогда в какой то момент по тебе бабахнет чем-то очень неприятным. Дело в том, что невозможно находиться постоянно в напряге - это нереально. Батарейка разрядится. Поэтому естественно, на мой, да и не только на мой, взгляд, нужно заходить с двух сторон, используя в жизни и первый тип мышления, и второй.

Опять же, если использовать только восточный тип мышления, то есть заходить через подсознание, то какой-либо сознательный навык, от вождения машины до печатания на компьютере, не говоря уже о других, которые требуют обучения, представляется очень трудным в освоении. Кстати, только что выше я описывал психотиков - можно сказать, что они, извините, «прут на бессознанке». Но результат этого тоже весьма плачевен, и часто они оказываются в домах с жёлтыми стенами и решётками на окнах. Конечно, им там хорошо, и они просветляются. Но, сдаётся мне, что есть и более удачные стратегии по использованию того или иного вида мышления, а лучше обоих вместе. Поэтому истина, как всегда, где-то посередине.

Теперь рассмотрим хороший вопрос: «Что же такое сознание?» В контексте нашей темы о недумании нетрудно догадаться, что это некая относительно логическая концепция собственного восприятия и собственного мышления, которая в том числе помогает структурировать и осваивать ряд навыков. С точки зрения ресурсов, которые это сознание предоставляет в социуме: быстро научиться вождению машины, или научиться печатать, или научиться писать книги, или управлять вертолётom, то есть строить различные алгоритмы на уровне сознания. Все это очень хорошо и очень правильно. Но, как я упоминал выше, человек может слегка переборщить с логической деятельностью, и тогда начинаются проблемы. Мозг человека с радостью начинает думать и анализировать всё подряд, от покупки коврика для ванной до рассуждений, кто хороший, а кто плохой. И тогда в сознании начинается полная ерунда. Люди годами муссируют одни и те же абсолютно бесполезные темы. Я говорю о том, что человек начинает вполне успешно доканывать себя разными мыслями: или о собственном несовершенстве, или о негативной среде, или, в лучшем случае, о несущественных мелочах. Человеку приходят мысли не о нужных навыках, не об обучении или еще о чем-то важном, а, наоборот, он начинает, стоя у витрины в магазине, выбирать какую-либо вещь, примеривая её мысленно и так, и этак.

В более плохом варианте человек может думать очень беспокойно не о коврике для ванны, а об отношениях кого-то с кем-то. Это один из самых распространенных паттернов поведения людей в этой цивилизации. И,

конечно, в совсем плохом варианте он начинает думать о том, как ему плохо, и тогда, углубившись в анализ того, как ему плохо, он моментально начинает это расширять, мысленно наблюдая, как он наносит кому-то физические повреждения, и тем самым справедливость в его голове торжествует. И это тоже весьма типичный паттерн для нашего населения.

Давайте обратим внимание на предыдущее ещё раз, потому что это важно. Итак. Как только человек начинает анализировать, как ему плохо, он моментально начинает «расширять» это состояние. Потому что анализ раскладывает всё по полочкам, делая любую информацию более структурированной. И, следовательно, более последовательной и укоренённой в опыте. Соответственно, каждый раз анализируя, что ему плохо, человек занимается тем, что, фактически, накапливает негативную карму, с виду, в принципе, особо ничего не делая. Однако, опять же, в этой цивилизации это весьма рабочий и проверенный механизм. Так что рекомендую к освоению. Шутка.

Мозг, а точнее сознание, устроено так, что склонно анализировать информацию. Если даже взять банальный, любимый психологами пример, когда вы, предположим, ждёте машину белого цвета, то вы смотрите на улицу и видите огромное количество машин именно этого самого белого цвета. Это и есть свойство внимания - выделять объекты, на которые направлен мозг с помощью вот этого самого луча или даже фонаря, который называется «внимание». А если мы пойдём ещё дальше, то можно сказать, что наше внимание обладает определённой физической структурой, то есть оно подтягивает объекты, на которых мы сосредотачиваемся.

Исходя из вышеперечисленного, можно сделать простой и безусловно правильный вывод о том, что сознание надо регулярно чистить. В противном случае, там будет чёрти что. Вот чёрти что там будет, а сознания и след простыл. Поэтому, когда все эти неконтролируемые процессы с ковриками, отношениями и личными самочувствиями активно идут в анализ, а, фактически, анализ абсолютно бесполезный, то было бы неплохо научиться их отключать, а точнее, отключать анализ.

Это первое.

Для чего это нужно?

Для того чтобы сознание было чистым и занималось только тем, на что вы его направляете. Ведь согласитесь, это бывает достаточно часто - вам нужно сесть и что-то сделать. Будь это работа, творчество или что-то ещё. А вы не можете. Вы думаете о том, как вы вчера послали «его», «её», кого-то ещё, и как в следующий раз...

Далее мозг охотно выдаёт то, что будет в следующий раз, и поехало! Даже понеслось. Следующий раз уже запрограммирован, оттуда будут новые мысли, и привет. Всё по кругу. Это первый вариант, почему необходимо или, по крайней мере, желательно овладеть практикой недумания - чтобы быстро

и комфортно переключаться с бесполезных мыслей на полезные и уметь управлять своими чувствами и эмоциями.

И второй вариант. Он гораздо глубже первого. Как вы знаете, мысли есть разные. И о том и об этом, о политике, спорте, семье, славе, деньгах, придурках, машинах, валенках и т.д. Это связано с весьма разнообразной структурой Эгрегориальной механики планеты Земля. Фактически, всё, что может прийти к вам в голову, существует. И теперь вернёмся к примеру выше. То есть, условно, к неконструктивным мыслям. С одной стороны, они бесполезны, а с другой, они любезно образуют некую гуманную перегородку между сознанием и Душой. То есть именно они блокируют доступ к субстанции, называемой Душой. И делается это далеко не случайным образом. Наоборот. Пока человек из этих бытовых мыслей за несколько жизней или несколько десятков жизней, доберётся до того, чтобы осознанно заниматься медитацией, эти мысли кристаллизуют его сознание. За что им и спасибо. Конечно, не сказать, что это особо быстрый путь развития. Но, как говорится, что выросло, то выросло. Естественно лишь по той причине, что росло само. Но рано или поздно любой человек добирается до уровня, когда он может заниматься медитацией. И тогда после работы, определённой работы над собой, он может выйти на контакт со структурой более глубокого порядка – с Душой.

Никто не говорит, что это у него вообще выйдет. Я знаю много людей, которые занимаются недуманием и умеют это делать, но до контакта с Душой они не добрались и, судя по всему, не доберутся в этой жизни. Однако возможность такого контакта тем не менее есть. Если человек целенаправленно и долго работает над собой. И здесь речь идёт, разумеется, не о 50-100 медитациях, а о гораздо большем количестве. Впрочем, мы работаем в этом направлении на курсе «Духи-наставники», и здесь присутствуют люди, которые уже его прошли и получили контакт с собственной Душой, но это отдельная категория, а мы поедem дальше.

Итак, второй резон применять практики недумания - это возможность для вашей Души получить большее количество нужного опыта. Поскольку тогда она, фактически, находится в теле без участия сознательного разума. И в этом состоянии можно начать к ней прислушиваться, потому что в нашем обычном состоянии, так сказать, «бытовом», контакт с этой субстанцией можно охарактеризовать, как выпиливание красивейшей диадемы бензопилой. На уровне людских эгрегоров, которые, к слову, обладают достаточно низковибрационной структурой, контакт с этой субстанцией ничего не принесёт. То есть, её будет просто «не застать». Ушла. И повесила на дверь табличку – «не беспокоить».

Для того чтобы её хоть как-то можно было обнаружить, нужно выйти с уровня своего бытового, обычного сознания, и начать постепенно подниматься, приближаясь к её уровню.

Однако, согласитесь, когда человек спит 8 часов из 24, а остальное время у него - семья, жена, работа, дети, друзья... И какая тут Душа? О чём вы вообще говорите? Где взять-то?

«Это там, где-то там, далеко... - думает человек,- то ли в религии, то ли в философии, то ли ещё где-то... И вообще, мне не до этого! Я побежал!» Обычно именно так звучат рассуждения обыкновенного человека о Душе.

Но я, как всегда, надеюсь на чудо. На обыкновенное чудо. С другой стороны, на что ещё надеяться, кроме классики?

Таким образом, подводя небольшой итог этой небольшой теоретической части, можно сказать, что недумание можно использовать как для прочистки сознания. Это первый уровень. Так и для возможности контакта с собственной Душой. Более глубокий уровень. Конечно, во-втором варианте невозможно предсказать, насколько Душа пойдёт с вами на контакт. Это зависит и от вас, и от неё. К слову, возможность контакта с Душой прописана в эгрегориальных программах - и если в этой жизни в программе эта возможность не прописана - хоть в лепёшку можешь расшибиться, ничего не добьёшься. Душа будет постоянно подсовывать манки, которые будут вести туда, куда ей надо - а контакт... Извини. Только в следующей жизни. Однако я лишней раз напомню, что те, кто пришёл на этот курс и воспринимают эту информацию, вовсе не случайно здесь оказались. Здесь, наверное, более-менее по смыслу понятно. Поэтому к контакту и к его возможности мы вернёмся позже. А сейчас давайте посмотрим, возможно, есть какие-то вопросы. Пожалуйста, пишите по теории, я отвечу, и пойдём дальше. У нас сегодня ещё в программе плотная практика, а времени не очень много.

Валерий: - Так ли велико значение наличия/отсутствия кости в том месте, о котором вы говорили ранее, в родничке?

- Если мы говорим о психотической личности, то для них да, важно. Их носит по жизни, и у них часто в родничке мягкое место, то есть кость там отсутствует. Можно сказать, что, в основном, это некое правило в большей части моего опыта и опыта коллег. А так, я не встречал, чтобы было какое-то более менее приличное сознание и одновременно с этим мягкое место в районе родничка. Но, разумеется, мой опыт не может являться абсолютным критерием. Вполне вероятно, что есть весьма гармоничные и развитые сознания с подобной особенностью. Кроме того, необходимо сказать, что есть направления, где это делается специально, и тогда естественно это более-менее развитое сознание. А в описании я говорил про обычного человека в нашем социуме.

Что касается практик недумания, то, продолжая тему, можно сказать, что есть разные техники и состояния. Техник видимо-невидимо, и сегодня мы с вами рассмотрим несколько самых эффективных. Что же касается состояний, которые образуются от процесса недумания, то их условно можно разделить на четыре основных группы:

Первое состояние - это отключение внутреннего диалога.

Если кто-то читал, не дай бог, Кастанеду, то там это описано. Кстати, что касается Кастанеды – у него адепт просто напрямую привязывается к эгрегору страха через первую чакру. И старается преодолеть это состояние через третью чакру - в классическом случае эта ситуация закольцовывается и адепт бегаёт по кругу. То есть, грубо говоря, первое, что нужно сделать с адептом - это запугать его так, чтобы он вообще уже ничего не соображал. И из разных щелей сознания адепта выскакивают «орлы», «летуны» и прочие ребята, старательно изживая его со света. И когда его внутренний мир будет от этого в полнейшем бардаке, то ему просто ничего не останется, как отключить внутренний диалог и возрадоваться. В противном случае, он просто рискует слететь с катушек. Нужно сказать, что, на мой взгляд, это не самая гармоничная стратегия по постижению реальности. Но тем не менее Кастанеда использовал её и неплохо продвинул в массы, потому что, как оказалось, массы любят пугаться, а потом героически бороться с собой, идя «путём воина». И это происходит не только в социальных взаимодействиях, но и даже, как выяснилось на примере Кастанеды, в собственном развитии. Впрочем, как я уже говорил, на мой взгляд, это не самая гармоничная стратегия. Действительно есть последователи Кастанеды, которые отключили внутренний диалог, и теперь у них всё более-менее хорошо, и они действительно получили результат. Это правда. Но также правда, что у большинства это не получается, а есть и такие, которые не смогли этого сделать и запуганными попали в сумасшедший дом или просто получили рецидив. Впрочем, ладно.

Итак, возвращаясь к состояниям. Самая первая ступень – это отключение внутреннего диалога. Нужно сделать так, чтобы этот голос, который почти все слышат в голове, постепенно начал пропадать. Это первое.

Второе состояние - это состояние, когда через вас проходит Среда, и вы её, с одной стороны, как бы чувствуете, а с другой стороны, нет. Это звучит странно, но это так и есть. На самом деле, это очень полезное упражнение. Сегодня будет возможность немного поработать с ним, что мы и сделаем. Кстати, я давал его ещё давно, более 7 лет назад в книге «Озеро Подсознания или Планетарная йога». Весьма полезная штука. При проделывании этого упражнения вы и внешняя среда - одно и то же. Невозможно сказать, что вы её часть, потому что на этом этапе ощущение частей как раз размыто. То есть, вы - это и есть она. Нужно ли говорить, что для настройки на Среду это более чем полезный навык для отработки? Нет? Так и не будем.

Третье состояние - это состояние, когда у вас начинают исчезать образы и ощущения, то есть если в первых двух состояниях они еще как-то, хотя бы

более-менее, присутствуют, то в третьем состоянии у вас уже нет образов и нет ощущений. Они как бы проходят через вас, и вы даже не можете зафиксировать точный момент прохождения, поскольку это естественная часть данного медитативного процесса.

И последнее четвёртое состояние - состояние пустоты. Мы не будем его сейчас подробно рассматривать, потому что для его постижения необходим навык пребывания в перечисленных выше состояниях. И часто навык присутствия в перечисленных состояниях перед тем как субъект, можно сказать, перестаёт быть субъектом, может нарабатываться не год и не три. Надо отметить, что сейчас я говорю о статистике, хотя, конечно, в отдельных случаях это состояние можно проявить быстрее - за те же пару лет. Пользуясь нашим старым добрым эзотерическим термином «хреновина», можно сказать, что это состояние - самая настоящая хреновина! С этого состояния и начинается развитие уже в совершенно другом мире. Нет, нельзя, конечно, говорить о том, что получение описанного состояния - это единственный путь. Это не так. Это один из путей. Его можно получить через недумание. Но есть и аналогичные пути, где недумание требуется только на ограниченном отрезке пути, который проходит сознание для собственного развития. К примеру, если взять ту же модель Эгрегоральной механики, то в ней это делается по-другому - с помощью постоянной гармонизации состояния и путешествия вверх к более высоковибрационным эгрегорам. Или если мы возьмём работу с чакрами, даже на нашем курсе, то там это состояние достигается растворением в Абсолюте при работе с седьмой чакрой. И так далее. Грубо говоря, мы сейчас рассматриваем один из рабочих механизмов развития сознания, но, разумеется, нельзя сказать, что он один единственный.

ГЛАВА 3

1. Собственное «Я». 2. «Это не бусины решили, что они люди. А люди решили, что они бусины» (с) или Пара слов о собственном «Я». 3. Случаи из жизни. 4. Разбор примера. 5. Заглядывающие из другого мира. 6. Практическая польза «недумания». 7. «Недумание» как способ переключаться. 8. Первая практика: медитативный текст. 9. Инструкция по настройке на медитативный текст.

В контексте нашего рассмотрения нельзя не упомянуть о четвёртом состоянии. Это состояние так называемая «шуньята» или состояние пустоты, где не существует ничего. То есть там невозможно ни испытывать ощущения, ни, тем более, видеть образы, и само состояние вашего «Я», фактически, находится под большим вопросом. А если ещё более фактически, то, для того чтобы добраться до этого состояния, от собственного «Я» надо просто избавиться. Понятно, что до такого состояния, где собственное «Я» отсутствует в принципе, большинству ещё идти и идти. А кроме того, большинство людей отнюдь не хочет расставаться с собственным «Я». Именно поэтому просветлённых на этой планете крайне мало. Впрочем, кто я такой, чтобы судить - видимо, планете хватает. Ну да ладно. Так вот, для того чтобы попасть в это четвёртое состояние, нужно претерпеть, как говорится в йогических книгах, «полную смерть собственного «Я»». Заманчивое предложение, правда? Конечно, не заманчивое. О чём тут говорить. Но, с другой стороны, когда это происходит, то несёт ряд плюсов сознанию, к примеру, при достижении этого состояния контакт с Душой весьма облегчается. Скажу даже так - он становится возможен. Кто уловил иронию, тех я поздравляю, а остальным и не надо.

Дело всё в том, что в этом состоянии перестает присутствовать сама внутренняя природа собственного «Я», то есть если в остальных состояниях оно как-то еще сохраняется, то при достижении этого состояния его просто нет. В буддийской традиции это называется просветлением. Состояние это доступно далеко не каждому, прежде всего, по причине собственного сопротивления. Человек начинает думать: «А как это? А зачем? А почему я должен себя кому-то отдавать? Вот я - это я, а вот я изменяюсь, и что тогда? А вот я потеряю собственное «Я», и что там?»

Человеку, в принципе, непонятно для чего это всё. И человек, в попытке просветления, скорее будет созерцать собственный пупок или по два дня сидеть в тёмной комнате без еды и воды - на ретрите - полагая, что от этого будут результаты, чем откажется добровольно от собственного «Я». Здесь, конечно, невозможно сказать, что для данного человека лучше - удержание собственного «Я» или отказ от него. Тут каждый должен решить для себя сам.

Короче говоря, здесь много «за» и «против», поэтому я вначале сказал, что на данном этапе говорить об этом состоянии, а тем более проходить это состояние на практике, просто не имеет смысла. Но тем не менее я о нём упомянул. К примеру, в буддийской традиции это та вещь, через которую достигается просветление, это если мы о махаянской традиции говорим, и, соответственно, обозначается для достижения абсолютной истины или Абсолюта, если можно так выразиться. Опять же, упирается это и в тот перевод, который вы читаете, но в том числе, когда человек достигает этого состояния, он может входить в контакт с внутренней сущностью, Душой, и он может идти далее, не воплощаясь снова в тело. То есть не воплощаться в человека, в зверушку какую-нибудь, в дерево или ещё в кого-либо. Он может уходить выше в более высокие иерархии. Скажем, «в более высокие иерархии», чтобы, грубо говоря, вас сейчас «не грузить», а обозначить принцип развития процесса. Потому что сейчас нам этап с состоянием пустоты и тем более с высшими иерархиями абсолютно не нужен. Для любопытных можно выразиться так, что «человек может идти в своем тонком теле на высшие планеты». Это метафора, но, к слову говоря, в ведизме именно такой подход.

А пока у нас задачи более приземлённые, простые, и мы немного поработаем с начальными этапами отключения внутреннего диалога. Делать мы это будем, конечно, в медитативных практиках. Как вы знаете, у нас тренинг-семинар. То есть подразумевается, что на тренинге информация из головы извлекается - в процессе отшлифовки навыков, если так можно сказать, а на семинаре она туда закачивается в процессе лекции. У нас и то, и другое, но тем не менее, скорее, больше теоретической информации, потому что упражнения не идут одно за другим. Несмотря на это, на следующих ступенях будет большое количество практики: по отработке кармы, по работе с эгрегорами, по кристаллизации Души, по процессу недумания и даже на общение с теми, кто уже давно, как говорил Булгаков, «пребывает в местах, значительно более отдалённых, чем Соловки. И извлечь его оттуда никоим образом невозможно, уверяю вас». Извлечь, конечно, невозможно, это верно. А вот просто пообщаться, предположим, с теми, кто в вашем родовом дереве был целителем, или сильным экстрасенсом, или просто примечательным, творческим человеком - можно. И более того, как я уже сказал, мы это и будем делать на ближайших ступенях.

Кроме того, нужно сказать, что к большинству людей действительно бывает «заходят» родственники «не из этого мира». Кстати, совершенно недавно я как раз осуществлял похожую практику контакта с теми, кто, условно говоря, «находится» за чертой. Меня интересовала одна тонкость в определённом, высоковибрационном эгрегоре. И я сделал запрос, для того чтобы ночью во сне пришли мои родственники, которые в этот момент находятся за чертой, и объяснили мне пару нюансов. В результате мне почему-то приснился одноклассник из детства, который весь сон рисовал мне рисунки. Я проснулся. Вспомнил про одноклассника. Он умер 20 лет назад. Об этом во сне я как-то забыл. И здесь следует заметить, что для обычного человека

время между воплощениями составляет около 20-40 лет. Поэтому Душа этого человека находилась в стадии составления программы для прохождения в новое тело, поэтому она быстро откликнулась на мой запрос. Все рисунки я запомнил, и это помогло мне понять ряд узкоспециализированных моментов в Эгрегориальной механике. Здесь, конечно, надо отметить, что нельзя «просто так дёргать» Души по ту сторону занавеса - может «прилететь», и очень серьёзно. Естественно я использовал определённую технику безопасности, которая входит в мою компетенцию, потому что я не совсем обычный человек. Если обычный человек захотел бы сделать то же самое, в лучшем случае, у него бы это не вышло. Про худший, если бы вышло, даже говорить не будем. Я вспоминаю, что у меня был ученик, который занимался пару лет и решил попробовать себя в контактах со своими родственниками, которые ушли за черту. Я предупреждал его, что этого нельзя делать людям, только чуть-чуть вставшим, одной ногой, на путь развития, которые занимаются собственным развитием около 3-5 лет. Они находятся пока ещё в достаточно грубых социальных энергиях и не умеют быстро переключаться с одного мира на другой. Как вы помните - упомяну промежду делом - Аджна-чакра, совсем не случайно зовётся «чакрой Двух миров». Что касается моего ученика - он умудрился, после долгих и бесплодных попыток в течении пары месяцев, всё-таки выйти на контакт со своим родственником, который был неплохим целителем достаточно долгое время. Он пообщался с его Душой, а потом гордо мне передал, что Душа, также как и я, говорила ему, что он зря это сделал. Он радовался тому, что, несмотря на наши уверения, он всё-таки смог! Он - исключительный!

Немного погодя, я узнал, что «исключительный» был сбит машиной, и на данный момент у него проблемы с тем, чтобы передвигаться. Меня это совсем не удивило. Потому что я предупреждал. И здесь абсолютно нет ничего мистического. Всё банально и логично, несмотря на то, насколько таинственной вам показалась эта история. Я сейчас всё объясню, и вам действительно всё станет ясно.

Итак. Во-первых, необходимо сказать, что этот человек действовал в формате западного мышления - то есть это именно та ситуация, когда он по своей глупости «долбил» в одну точку, и, в конечном итоге, это одна из причин, почему он напоролся. Я говорил вам, что мы немного поработаем с родовыми эгрегорами и с приходящими друзьями из другого мира, и здесь на семинаре вы можете сделать это спокойно, каким бы опытом не обладали - потому что я обеспечиваю не только доступ «туда», но и некое страховочное состояние. Поэтому на наших занятиях всё проходит нормально. В описанной же ситуации у человека не было страховки, он понятия не имел об этих техниках и просто ломился, как лось через лес. Что получилось в результате? А в результате получилось вот что - Души, которые находятся в том или ином эгрегоре, пребывают в специальном его отделе - самом высоковибрационном. Для того чтобы Душа могла спокойно вступать в некий резонанс с социальными структурами этого мира и нашего социума, она берёт себе тело. Потому что вибрация Души очень высокая. Чрезмерно высокая для нашего

мира и, в особенности, для социальной сферы. «Открытая» Душа, то есть та Душа, с которой можно идти на контакт, обладает изрядной энергией, гораздо большей, чем энергия почти любого человека. Это общеизвестно, достаточно вспомнить фразу из песни Б. Гребенщикова: «Душа имеет силу ядерной бомбы!» Тем более понятно, что Душа целителя обладает более сильной энергией, чем Душа простого человека.

Таким образом, что же произошло? А произошло следующее - человек, который находился на достаточно невысоком уровне развития, полез туда, где крутятся высокие энергии. И поскольку его энергетический потенциал был значительно ниже, чем потенциал Души его предка, и он не воспользовался страховочными техниками, его начало активно чистить. Что значит «активно чистить»? Это значит, что при соприкосновении его вибрационной структуры с Душой предка Душа его родственника, находясь на более высоком уровне развития, выделила в его сторону эту позитивную, мощную вибрацию. О чём она ему, зная, что происходит, и сказала:

«Зря зашёл».

В эзотерических кругах это не редкость. Когда человек начинает соприкасаться с источниками более высокого порядка - чакры, Абсолют, планета Земля - его начинает «чистить». Ему становится не очень хорошо: бывает просто рвёт, а бывает что он и заболевает. То есть, для того чтобы проявилась относительно «светлая» волна, к ней нужно расчистить доступ и вынести весь (или хотя бы часть) мусора из сознания, и из ауры человека. Ровно то же самое и произошло с нашим товарищем, только здесь воздействие было намного мощнее, концентрированной и жёстче, чем при манипуляциях с биоэнергетикой. Поэтому в результате его судьба сложилась в дальнейшем не сказать, чтобы радостно. Нет, если посмотреть с точки зрения развития - то он, почти в один скачок, перелез на другой уровень и в следующей жизни будет несомненно более развитым существом, чем мог бы быть. Но какой ценой? Скользить всю жизнь на инвалидной коляске по коридорам одной и той же квартиры... Не знаю. По-моему, весьма сомнительное удовольствие. Впрочем, даже если обращаться к религиям, то почти любая религия говорит, что контакт с Душами умерших и чёрная магия, мягко говоря, не приветствуется. И тут, кстати говоря, они абсолютно правы. Без знания того, как нужно осуществлять контакт, лучше туда не соваться, а то, как я уже говорил, и как даже привёл пример - может «прилететь». Ну и конечно, про чёрную магию я здесь вообще не говорю - понятное дело, что если ты «что-то» на «кого-то» наводишь или «кого-то» к «кому-то» привораживаешь, то ты нарушаешь изначальную, можно сказать, божественную, свободу воли. И в связи с этим, разумеется, тебе придётся потом за это отвечать. Впрочем, этот момент мы обсудим ниже, когда будем далее говорить о чакрах и их связи с недуманием.

Хорошо. Случай я описал, остаётся добавить, что в пространстве, которое мы создаём на семинаре, всё проходит хорошо, потому что я использую ряд страховочных техник, делающих невозможными подобные, описанные выше

результаты. И в этом контексте мы сможем поработать с вами действительно продуктивно «за занавесом». Впрочем, это будет на 3-й и 6-й ступенях, хотя с вашим целительским родовым потенциалом мы поработаем уже в следующий раз.

Кстати, я знаю достаточно примеров того, когда к кому-то приходят родственники или друзья, которые уже давно не на этом свете. И человек бывает думает, что это ему просто померещилось, не понимая, что с тем миром он точно также контактирует, как и с этим, только тот мир находится за порогом его физического восприятия, в другой квантовой реальности, поэтому он и думает, что этого нет. На самом же деле, уже давно доказано, что наши органы чувств далеко не совершенны, и основная, скрытая от нас часть информации находится в квантовой реальности, которую обычный человек не воспринимает, а даже если такое и случается, в силу своей необразованности, он старается быстро переключиться обратно - в привычный для него мир. В следствие этого, когда тело умирает, то наработанное человеком или «сделанное» в привычном (причинном) мире, являясь грубой энергией, тянется за ним шлейфом. Как я и рассказывал ранее, вспоминая известный фильм о Шерлоке Холмсе. И в результате, человек не понимает, что «основная» реальность именно та, а не эта, которая видима, человек совершает путешествия вниз в тело вновь и вновь, пока не эволюционирует до определённого уровня. Тот мир, другой мир, воспринимает энергию нашего мира, как достаточно грубую, поэтому те, кто там находятся, даже в виде Душ, нечасто к нам заходят - это может быть раз в несколько недель или раз в несколько месяцев, но тем не менее они приглядывают за теми, кто им небезразличен, зная, что, в свою очередь, когда вы будете там, где они сейчас, вы будете помогать им. К человеку, склонному к развитию, они заходят регулярно, пытаясь помогать и направлять. Другое дело, что обычно этот человек либо не понимает, куда его направляют, либо же просто отмахивается от этого факта. Меж тем с «другой стороны занавеса» ему всю стараются объяснить те или иные события жизни - для чего они, и что он от них получает в виде опыта, и как лучше развиваться далее. Однако, как вы понимаете, в большинстве случаев, заходящие смотрят на этого человека в изумлении и восклицают с озадаченным лицом: «Ты что ж творишь-то???»

Впрочем, ладно. Об этом мы поговорим вкратце чуть ниже. А более подробно вы сможете об этом прочитать в моей книге, которая, надеюсь, скоро выйдет. Это книга про гипнотические паттерны, которые используются при взаимодействии с любыми эгрегорами. Про консультирование, и как раз про то, кто именно может заходить к вам, зачем он это делает, и как на это правильно реагировать, для того чтобы развиваться эффективнее.

Подведём небольшое резюме. Итак, мы с вами начали рассматривать весьма долгоиграющие темы - про сознание, Душу, Подсознание, состояния медитации, практики недумания и так далее. На этом пока закончим теоретическую часть. Может быть какие-то вопросы? Давайте сделаем

трёхминутный перерыв, а потом я отвечу на вопросы, и потихоньку пойдём дальше.

Ира: - Вы сказали, что в практике можно достичь первого и второго уровня недумания, а если повезет, то и третьего?) Что это даст нам в повседневной жизни?

- Я сначала отвечу, как надо с точки зрения развития, а потом с точки зрения того, что это даст. В данном вопросе мы упираемся в западную стратегию мышления, то есть «какой будет результат?» А я говорил, что вся жизнь – это путешествие определённой субстанции, называемой Душой. И с помощью недумания можно немного к Душе приблизиться. То есть недумание нужно для вашего развития. Это раз. Два. В связи с вашим вопросом мы говорим о практических моментах. Для чего нужно само безмыслие? Я отвечу вам так: к примеру, безмыслие нужно для того, чтобы достаточно быстро успокаиваться. Для того чтобы не расходовать свою энергию на чудовищное количество порывов, которые, в принципе, абсолютно ни к чему не ведут, но которые испытывает почти любое человеческое существо, от того что оно, в принципе, беспокоится. Плюс, есть ещё такая черта (очень хорошая, я бы даже сказал, черта) - это «выедать себя изнутри». Вы все знаете, что есть такое, мягко говоря, нехорошее состояние, когда та или иная мысль о собственном несовершенстве долго-долго крутится в голове. «Вот бы убрать ее куда-нибудь!» - думаете вы обречённо. Так она не убирается, зараза.

Резюмируем, что даёт недумание в плане практики здесь и сейчас?

Итак:

- балансировка на уровне ауры, и вы скоро это прочувствуете;
- умение быстро переключаться с темы на тему или с контекста на контекст;
- умение быстро засыпать, потому что частая проблема людей заключается в том, что они думают о какой-то ерунде перед сном, и это мешает им расслабиться и заснуть, а применяя недумание, это можно сделать за несколько минут.
- спокойствие внутренних процессов;
- постижение основ «магического мышления»;
- как следствие, меньшее количество каких-либо психо-соматических заболеваний и расстройств;
- и многое другое.

Вы, наверное, знаете, что у людей есть такое видение будто «всё идёт от нервов», так говорит народ. И, конечно, в основном, это правда. То есть, если вы себя как-то «выгрызаете изнутри», и не можете останавливать эти процессы, это всё больше и больше отпечатывается на психологии и физиологии. Кроме того, если мы говорим о кармических механизмах, то карма склонна накапливаться. Разумеется, она также склонна и сжигаться

при осознанной работе, а так, если существо бессознательно, карма склонна к накоплению. И здесь мы видим тот же самый процесс. Без разницы, в каком качестве она будет накапливаться, например, условно говоря, как результат вредной привычки, или вы сознательно, точнее бессознательно, грызёте себя изнутри за каждый свой проступок, или за то, что у вас не хватает мотивации на что-то, или ещё за миллион разных причин. Всё достаточно просто: если подобная мысль приходит - в плане радостно «погрызть» себя за что-нибудь - то вы её просто убираете, и всё.

На вопрос, наверное, ответил.

Хорошо. Поедем мы тогда в практику. Для тех, кто пришёл к нам в первый раз, небольшая инструкция. Вам надо принять комфортную позу и находиться в ней. И просто позволить вашему подсознанию обучаться. Это легко. И это вы сможете делать в процессе самостоятельной работы, для которой, я надеюсь, вы будете использовать определённые предложенные мной техники. Я говорю о том, что предложенные нами на этом курсе навыки вы сможете воспроизводить самостоятельно при домашней практике. Разумеется, не все практики, помня описанный мной случай. Но я скажу, какие можно использовать. Вы можете делать это самостоятельно - и это лучше, потому что так вы лучше обучаетесь, или, на худой конец, вы можете делать это по записи, просто слушая мой голос. А сейчас просто примите комфортную позу и позвольте вашему подсознанию начать обучаться именно в том темпе и ритме, который характерен для вас и который для вас наиболее комфортен. Говоря о комфорте, я бы мог, конечно, указать на то, что его приятно ощущать во время практики, но, вероятно, его может заменить и ваш интерес к обучению. Впрочем, опять же, решать вашему подсознанию.

Мы уже говорили с вами, что есть два вида медитации, я собственно с этого начал. Есть медитация, которая носит некий сознательный оттенок, если можно так выразиться, и в ней нужно структурировать навыки и т.д. А есть медитация, в которой ничего не нужно делать, вот как сейчас, например, можно просто лежать и позволять собственному подсознанию обучаться. Можно так делать в том числе и по записи, но лучше, если вы сделаете это неким сознательным навыком, то есть у вас будет уходить все меньше и меньше времени, для того чтобы его применять самостоятельно. Предположим, если какая-нибудь мысль вас сильно донимает, и вам нужно её отключить, то как это сделать? Достаточно просто - вы входите в состояние, которое мы сейчас начнём осваивать, и несколько минут пребываете в нём. И р-р-раз! У вас уже нет этой мысли - всё нормально. Вы переключились с одной волны на другую и пошли дальше. Это также можно использовать и для переключения с одной волны мыслей на другую, и в рабочем контексте, и для того чтобы выключиться из этого рабочего контекста - что является проблемой для многих. Я совсем недавно вёл семинар-тренинг для трудоголиков, которые не умеют выключаться. У них действительно была серьёзная проблема с этим. Большинство участников вообще не умели переключать собственные состояния, куда там работать с техниками недумания. За несколько дней я научил их быстро переключаться и даже

предоставил в их распоряжение пару техник для отключения внутреннего диалога. Нужно сказать, что эти техники использовали немногие - большинству вполне хватило навыка переключения с рабочего состояния на состояние расслабления и отдыха.

Парадоксально, но раньше для них почти единственным способом отключиться от рабочего контекста был алкоголь. Мне нужно было научить их, как отключаться от него без алкоголя. Благо это был не первый тренинг по этому вопросу и даже не десятый, поэтому я прекрасно знал, что делаю, и, используя различные виды техник, кого-то я научил просто перескакивать с одного состояния на другое - от работы до отдыха - а кому-то, кто заинтересовался, я объяснил техники недумания. Я всегда так работаю - по принципу - не надо ни в кого ничего запихивать насильно. Если человек пришёл за состоянием отдыха - я должен ему предоставить именно это. Если он пришёл для того, чтобы сделать свой организм моложе - я даю именно это. А если он пришёл для того, чтобы открыть чакры или работать с эгрегорами или Душой - я даю это. Я придерживаюсь принципа, что сознание человека само определяет, что именно ему нужно в данный момент - и именно это ему и стоит дать. Потому что, если я смешаю чакры, Душу, эгрегоры, отдых, здоровье и молодость организма - получится ерунда. Тем более, если этот человек работает менеджером, и всё, о чём он просил меня, это сделать так, чтобы выросли его продажи. Представляете, каким бы я выглядел идиотом, если бы вместо выполнения конкретного запроса, опять же, начал рассказывать про Душу, эгрегоры, недумание и т.д.? Не представляете? А меж тем так работает множество разных «учителей», «гуру», «мастеров» и тому подобных. Человек к ним приходит и делает конкретный запрос: «Хочу это и это». А они: «Подожди! Вот сейчас мы прокачаем тебе чакры, а потом...!!!» Конечно, от подобного подхода почти всегда получается одна ерунда. Ладно. Я немного отклонился, но говорил это к тому, что для человека, работающего с другими людьми в сфере консультирования, главное - ИХ цели. А не ЕГО представление об ЭТИХ целях.

Я привел пример с тренингом для трудоголиков непосредственно для того, чтобы вы поняли, что можно использовать это и просто как переключение на что-то другое, опять же, с работы на какие-то личные отношения, отдых и т.д. Или, наоборот, выключить личные отношения к чёртовой матери и перестроиться на работу, потому что для 90% людей это реальная проблема.

Действительно много людей, да даже, наверное, почти все, за небольшим исключением, не могут оторваться хотя бы на миг от эгрегора отношений. Они постоянно думают о том, как либо поругались, либо помирились, либо любят друг друга, либо что-то ещё. И ладно бы, с одной стороны. С другой стороны, думая так, люди не могут переключиться на работу. Они просто не могут быстро переключаться туда и обратно. Используя наши техники, и в том числе по недуманию, это можно сделать достаточно легко. Кстати, если мы берем какие-то психосоматические проблемы, то, если у людей и есть определенный ресурс (а он есть далеко не всегда), работает он не тогда, когда должен работать, а тогда, когда ему заблагорассудится. Но, к слову

говоря, если мы добавим одну мысль в психотерапевтическом контексте, то можно сказать, что любой ресурс важен и полезен.

Например, у человека фобия. То есть присутствует некое чувство страха. И это чувство страха полезно в определённой ситуации. Если человек использует его для того, чтобы ограничить себя в перемещении куда-либо. Предположим, ты хочешь перейти дорогу, и, если ты пойдёшь бесстрашно на красный свет в Москве или также бесстрашно будешь пересекать МКАД, весьма понятно, чем это может закончиться.

В то же время, если ты всё-таки этот «ресурс страха» будешь использовать так, как нужно, то найдёшь другие пути, для того чтобы попасть туда, куда надо. Но фобия, к сожалению или к счастью, в нашем примере с дорогой включается не тогда, когда тебе это надо, и это разумно, а постоянно - будь ты на краю МКАДа или на краю сельской дороги, по которой машина проезжает один раз в 15 минут. Я это всё к тому, что, на мой взгляд, основная проблема людей, выраженная, так или иначе, в разных формах такова: они не умеют переключаться с волны на волну, или с эгрегора на эгрегор, или с ресурса на ресурс. Таким образом, могу сказать, что действительно важно разграничивать разные контексты и важно уметь, допустим на тренинге, войти в нужное состояние, для того чтобы структурировался определённый навык, чтобы потом вы смогли его использовать. А для этого вы можете уже сейчас настраиваться на бессознательном уровне на практику, которая будет помогать вам оттачивать ваш навык всё больше и больше. Поэтому скоро можно будет принять комфортную позу, и это будет означать, что вы настроились на действительно интересную работу и освоение материала как на сознательном, так и на подсознательном уровне. Вот такое вступление, надеюсь, не долгое, но занудное.

Юля: - Про трудоголика и алкоголь это про моего мужа...

- Да, Юля, это типичный паттерн в этой цивилизации. Люди не умеют переключаться с одного на другое. И предпочитают использовать химические способы вместо переключения сознания и развития оногo вследствие приобретения этого навыка. Они делают так, потому что... «это долго»; «этому надо учиться»; «надо тратить время» и так далее. Они думают - зачем тратить несколько дней на обучение или даже несколько недель, когда можно просто взять бутылку? Хотя, на мой взгляд, это не слишком удачная стратегия в этом контексте. Потому что со временем произойдёт история под названием «до свидания, печень», если практиковать такие вещи регулярно. Не лучше ли потратить время на обучение, но научиться не только переключаться с контекста на контекст, но и ещё хотя бы просто приблизительно понять - для начала - что такое относительно чистое сознание.

Хорошо, давайте тогда начинать наши медитативные игры. Сейчас может быть состояние немного необычное, более спокойное, чем обычное состояние. Наше обычное состояние спокойствия, по шкале, это даже не

состояние спокойствия, а просто состояние небольшого отсутствия нервов, собственно, что сейчас будет видно. Поехали.

Первая практика

Медитативный текст*

Сноска*: Мы не можем привести полный текст, однако можем предоставить его несколько видоизменённое содержание. Для того, чтобы у вас было понимание, над чем работала группа, и по возможности вы смогли, хотя бы немного, прочувствовать практику на уровне ощущений.

Теперь просто примите какую-либо комфортную позу, расположившись удобным для вас образом. Подумайте о том, что ваше подсознание - это мощная позитивная структура, и оно помогает вам в делании этого упражнения. Закройте глаза и обратите внимание на ваше внутреннее пространство. Подумайте о том, что ваше внутреннее пространство обладает неким гармоничным началом, которое может быть выражено определённым цветом. Возьмите этот цвет и мысленно как будто вдыхайте им и выдыхайте, наблюдая как он начинает постепенно расти и делаться более объёмным.

Подумайте о том, что с каждым вдохом вы погружаетесь чуть-чуть глубже в медитативный процесс, одновременно с этим позволяя этому свету становиться всё гармоничнее и плавно перетекать в ваше тело. Позвольте ему заполнять тело, стекая вниз и поднимаясь вверх. Подумайте о том, что этот цвет несёт в себе состояние гармонии и абсолютного спокойствия. С каждым вдохом позволяйте спокойствию увеличиваться, а гармонии расти. Позвольте спокойствию заполнять ваше собственное тело, в определённом темпе и ритме. Увидьте мысленно состояние спокойствия в каждой клетке маленькой белой точкой. Дышите так какое-то время, предоставляя себе возможность наслаждаться этим состоянием.

Теперь, раскройте или позвольте раскрыться состоянию спокойствия из каждой белой точки, из каждой клетки вашего тела. Почувствуйте эту спокойную, гармоничную волну, которая проходит по организму и убирает блоки и заторы на уровне энергетики. Позвольте просто этому происходить сейчас, действительно наблюдая за тем, как это происходит.

Позвольте также идти этой волне спокойствия и гармонии в ваше собственное сознание и проходить по нему. Убирая все ненужные мысли, успокаивая ваше сознание и гармонизируя его, вы можете обратить внимание на то, насколько усилилось состояния спокойствия и комфорта во всём организме. С каждым вашим вдохом, всё больше уходите в это состояние и растворяйтесь в нём. Пусть оно заполнит и ваше тело, и ваше сознание, и всё вокруг. Растворитесь

в этом состоянии, позволяя ему обновлять организм, делать его более молодым и более сильным.

И пока это происходит, и вы полностью растворяетесь в этом состоянии, предоставляя ему усиливаться, позвольте вашему подсознанию поработать с этим вашим гармоничным и спокойным состоянием, усиливая его и запоминая его. Для того чтобы вы могли это использовать в самостоятельных медитациях, для мягкого отключения внутреннего диалога.

Теперь, пожалуйста, просто побудьте в этом состоянии, пока работает ваше подсознание, а потом, через некоторое время, в своём темпе и ритме, выходите сюда и пишите комментарии.

Комментарий

Поскольку во время нашего тренинга-семинара ведущий обеспечивает и надлежащие энергетические потоки, и состояние, а по книге вы не можете их получать, мы предоставляем вам пошаговую инструкцию. Она, конечно, не заменит тех навыков, которые легко усваиваются на тренинге, но тем не менее немного повысит вероятность правильного выполнения данной медитации. Если вы с помощью неё добьётесь небольших изменений в собственном состоянии, значит, мы не зря писали и инструкцию, и эту работу.

Инструкция по настройке

Шаг 1. Прочитайте текст несколько раз, для того чтобы усвоить алгоритм выполнения упражнения и нюансы, которые есть в тексте, но не указаны в инструкции.

Шаг 2. Войдите в медитативное состояние.

Шаг 3. Предоставьте вашему подсознанию провести вас по указанному алгоритму, фиксируясь на деталях. А именно:

- Увидьте гармоничное внутреннее пространство;
- Увидьте его цвет;
- Дышите этим цветом, позволяя ему раскрываться всё больше и больше, пока вы всё глубже уходите в себя;
- Потом из каждой клетки раскройте состояние спокойствия и наслаждайтесь этой гармоничной и спокойной волной;
- Предоставьте подсознанию запоминать это состояние, для того чтобы использовать его самостоятельно для начального этапа отключения внутреннего диалога;

- Для этого растворитесь ненадолго в этом состоянии.

Шаг 4. Выйдите из состояния и поблагодарите подсознание.

Шаг 5. Закончите упражнение.

ГЛАВА 4

1. Обсуждение первой практики. 2. Узлы Грантхи и чакры. 3. Как индивидуальная Душа получает опыт через чакры. 4. Детерминированные точки в программах воплощения Души. 5. Повышение квалификации Души - в реальной жизни или через медитацию? 6. Что такое «спящая», «активированная» и «открытая» чакра? 7. Стратегии развития. 8. Вторая практика: медитативный текст. 9. Инструкция по настройке.

- Хорошо. Постепенно заканчивайте и пишите комментарии. Лишний раз напомню, что, когда вы пишете, вы структурируете свой опыт на уровне сознания, поэтому описывать опыт после проведённой медитации более, чем полезно. Когда вы описываете внутренний опыт, пережитый в медитации, вам нужно пользоваться лингвистикой русского языка, что является неким структурированным навыком, то есть, это происходит на уровне сознательных процессов. Поэтому пишите вопросы и комментарии - и это может быть, на ваш взгляд, что-то плохое или хорошее - неважно. Вываливайте всё.

Валерий: - Расслабление и мелкая дрожь в мышцах конечностей, незначительное сокращение нижней брюшной полости.

- Валерий, это бывает при первоначальном медитативном опыте. Есть такая вещь, как первый узел Грантхи или Гранти. Или первый Дань-тянь - в зависимости от того перевода и того направления развития, источник которого вы читаете. Итак, первый узел Грантхи находится, грубо говоря, на уровне второй чакры. Очень часто бывает, что при подобных медитативных состояниях проявляются описанные вами феномены. То есть человека либо начинает «отрубать», либо начинаются произвольные сокращения мышц, как вы пишете, либо происходит ещё какая-либо спонтанная активность в организме - есть такая штука, и это абсолютно нормально. Это говорит о том, что в организме происходит позитивный, гармонизирующий и омолаживающий процесс. Ничего противоестественного в этом нет, это просто процесс, который свойственен для изменённого, медитативного состояния сознания. Когда вы тренируете само медитативное состояние, как таковое, обычно это проходит. Когда это проходит, медитативное состояние становится стабильным и привычным, а энергия может дальше идти по организму, убирая энергетические блоки и заторы.

Вообще, если вспомнить нашу теорию и то, что мы говорили про Душу, то нужно указать, что получение информации Душой связано с чакрами. Здесь даже пока не вдаваясь особенно в эти подробности, можно охарактеризовать этот процесс вкратце примерно так - это когда пульсирует какая-то чакра...

Ах да. Мы же про чакры пока не говорили. Хорошо, тогда давайте я пару слов скажу. Итак, что такое так называемые «чакры»? Чакры - это семь источников энергии, каждый из которых обладает своим уникальным потоком

сознания. Есть поток «воли к жизни», есть «творчества», есть просто «воли», есть «любви» и так далее. Тут нужно сразу сказать, что семь основных источников энергии - это семь основных чакр, которые находятся вдоль позвоночного столба. Кроме основных, есть ещё большое количество дополнительных чакр, но для наших нужд они сейчас не представляют интереса - нам бы сначала разобраться с основными. Поэтому на основных пока и сосредоточимся. Итак, основных чакр - семь. И когда Душа проходит уровень той или иной чакры, она получает те или иные вибрации этой чакры, нужные ей для расширения собственного опыта и собственной компетенции.

Например, от первой чакры, которая находится в районе копчика и имеет ярко красный цвет, идут определённые вибрации. То есть, если первая чakra пульсирует, обеспечивая, к примеру, безопасность своему носителю, Душе нужны именно эти вибрации для увеличения своего опыта. Когда тот или иной раздел Души наполнится нужными вибрациями, активность перемещается на другую чакру, и так далее. Возможно, вам пока не просто это всё воспринимать - ничего страшного. Сейчас для практики нас интересуют общие теоретические основы, которые я и предоставил в первой теории, а это, можно сказать, дополнительный материал. Поэтому, если вы не совсем понимаете о чём речь, просто предоставьте этому укладываться в ваше подсознание самостоятельно. А я пока продолжу.

Если мы берём ту же первую чакру в «спящем» состоянии, как и есть у большинства населения, мы можем заметить, что, как правило, от неё идут достаточно низкие вибрации. Если предположить, что идёт вибрация на низких эгрегорических уровнях первой чакры, для примера, на уровне эгрегора страха, то Душе этого человека необходимо для накопления определённого опыта пройти именно такие вибрации, чтобы они либо укрепили её, либо предостерегли, либо заставили задуматься. Либо, если Душа не справилась, она может быть поглощена этими вибрациями и вовсе исчезнуть. О последнем случае я позже немного расскажу. Итак, Душа должна получить от первой чакры в виде определённой вибрации тот или иной опыт. Конечно, когда я говорю об этом, не стоит забывать, что я пользуюсь несколько метафорической структурой описания, стараясь объяснить вам, как можно подробнее, эти феномены. Также не следует забывать, что есть определённые, детерминированные «точки в программе», которые необходимо пройти. Я говорю про ту программу, которую Душа поставила перед воплощением в это тело. То есть, существует ряд моментов, которые вы всё равно - хотите вы этого или нет - пройдёте. Они детерминированы. Но об этом позже.

Та или иная Душа того или иного человека получает таким способом некий нужный ей опыт, опять же, допустим, через первую чакру. Если же у человека пульсирует вторая чакра, то он получает энергию уже с другого потока. Напомню, что вторая чакра находится в районе крестца, она ярко оранжевого цвета, и её поток является проявлением секса, а на более развитом уровне - вдохновения и творческого начала. Так вот, предположим, что у обычного человека запульсировала эта чакра. Не буду говорить в каких

моментах это происходит, вероятно, всем это понятно. Конечно, ясно, в каких ситуациях в этой цивилизации может пульсировать чакра секса и творчества. Естественно только при творческом процессе! Шутка. Соответственно, эти эмоции и идут - секс и в более проявленном и редком виде творчество. Это поток второй чакры. И если с сексом у этой цивилизации вроде всё нормально, то с творчеством дела обстоят несколько похуже. Ну и ладно. Нас интересует не анализ этой цивилизации, а принцип, по которому работают её чакры, и по которому Душа конкретного индивида получает тот или иной требуемый ей для развития опыт. Со второй чакрой, наверное, более-менее понятно.

Третья чакра - это воля и контроль. Обычно она широко используется на непроявленном уровне в политике и в армейских структурах, и через этот поток Душа получает опыт некоторого контроля. И так далее. Я привёл примеры с тремя нижними чакрами, но, понятное дело, что их семь. Не будем останавливаться на этом - подробнее вы сможете посмотреть о чакрах в «Азбуке эгрегоров» или «Озере Подсознания». И в первой, и во второй указаны функции чакр. В «Азбуке эгрегоров» я большое внимание уделяю путешествиям Души и Эгрегориальной механике.

Здесь же вам нужно просто понять, что ваша Душа, как и Душа любого другого человека, из каждой чакры берёт определённую, нужную ей, вибрацию. Душа использует то или иное физическое тело на протяжении его существования в своей многомиллионнолетней жизни, как инструмент. Иначе говоря, Душа использует физическое тело и антенны этого тела (чакры), для того чтобы эволюционировать, накапливая нужный потенциал.

Поэтому, возвращаясь к феноменам проявившимся во время упражнения, когда в медитативном процессе что-то происходит: холодеют руки, или выделяется тепло, или активизируется та или иная чакра, или ещё что-либо, то можно сказать, что прохождение тех или иных чакр (или пояса той или иной чакры) в медитативном процессе абсолютно нормально. И помогает Душе извлекать те или иные требующиеся ей вибрации. И в том числе, на мой взгляд, лучше их извлекать именно так - в медитативном процессе - чем в реальной жизни, потому что, опять же, нижние чакры имеют достаточно низкую вибрацию. И здесь медитация - это более спокойный и комфортный процесс, чем те процессы, которые могут прорабатываться этими чакрами в реальной жизни. Вы сами знаете, что состояния страха, состояния неуверенности, состояния злости и т.д. достаточно некомфортные при проявлении в жизни. Если мы начинаем работать, например, с первой чакрой в процессе медитации, то она быстро очищается от этих состояний, и тогда Душа начинает получать нужную ей энергию - энергию Воли к Жизни. В обычном же варианте существования человека, ему даётся не одна и не две жизни, для того чтобы он «очистил» первую чакру от негативных состояний - страх, злость, ужас, неуверенность и т.д. и настроил её, как антенну, на другие позитивные состояния: Волю к Жизни! Желание жить! Радость здоровья физического тела и так далее. Понятно?

Светлана: - Я правильно понимаю, что есть три состояния чакры: спящая, активированная и открытая. И в соответствии с этим идет набор опыта Душой человека, так?

- Светлана, да. Вы правы. Однако для аудитории надо пояснить, что такое спящая, активированная и открытая чакра. Итак. Когда человек живёт своей привычной жизнью - обычное человеческое существование - и ни о каких чакрах даже не подозревает, говорят, что его чакры находятся в «спящем состоянии». То есть они, конечно, проявляют себя - той же пульсацией в копчике, если он боится, или пульсацией в районе крестца или внизу живота, когда он занимается сексом, или ещё где-либо. Но человек со спящими чакрами очень сильно погружен в материальный аспект бытия, можно даже сказать, что он обычно полностью в гуне невежества. И поэтому он просто не замечает никаких чакр. Его мир прост и ясен. В нём даже не три измерения, а похоже, что и вовсе два. Такие люди обычно не в ладах с воображением и мыслят очень примитивно - что они не видели - этого значит не существует. Никаких чакр - нет. Этот человек сориентирован только на тактические цели. Стратегии - почти ноль. Душа ещё находится на этапе кристаллизации - она может кристаллизиться и пойти выше, а может с этого этапа просто исчезнуть, пойдя энергией на строительство того или иного эгрегора.

Итак, это всё происходит, когда у человека чакры находятся в спящем состоянии.

Когда человек активирует систему чакр или какую-нибудь одну чакру, его чакры перестают спать, и начинают пребывать в активированном состоянии. То есть в состоянии, когда он о них уже знает, вероятно, практикует и гоняет туда и сюда энергию, правда, в 90% случаев не понимая, что конкретно он делает, и для чего он это делает в принципе. В таком положении он обычно «кормит» с помощью этой энергии несколько эгрегоров, но его это не особо волнует. Не волнует это и нас, поскольку это всего лишь уровень развития, и это не плохо и не хорошо. Зато на этом уровне, в отличие от первого, он уже пытается развиваться.

И третий уровень. Когда чакра открывается, и это значит, что человек начинает фиксировать сознанием свойства потока той или иной чакры, с которой он работает. Например, вышел на улицу, включил чакру любви, и на тебя все смотрят влюблёнными глазами. Включил Третий глаз, и всё вокруг начало гармонизироваться и т.д. На этап открытия чакры уходит большое количество времени, а активировать чакру, в целом, достаточно легко.

Итак, на всех трёх уровнях Душа набирает нужные ей вибрации. И если мы не работаем с чакрами, тогда эти негативные эмоции - страха, ужаса, нервозности и т.д. - долго будут сохраняться в жизни, отрабатываясь в разных ситуациях. Если же мы начинаем работать с чакрами, тогда эти эмоции вскоре отрабатываются, и Душа переходит на другой уровень, где ей больше не нужны эти низкие энергии. Соответственно, вокруг человека всё больше начинают проявляться гармоничные состояния, и жизнь становится более лёгкой.

Исходя из этого, я и говорю, что проще заниматься чакрами в медитации, позволяя Душе приобретать нужный опыт, чем в жизни, что называется, «хлебнуть» для его приобретения. Лично мне больше нравится вариант медитации с чакрами, чем реальные жизненные ситуации, которые прочистят чакру от негативных состояний. Хотя, раньше было наоборот, но мне кажется, я развиваюсь. Шутка. Впрочем, если кому-то нравится, вперёд. Я не настаиваю на собственной точке зрения, а просто указываю на общие механизмы работы с чакрами и набора Душою опыта.

Впрочем, нужно сказать, что сам первый уровень, на котором чакры прорабатываются в реальной жизни, а не в медитации, проходят почти все. И только потом, когда сознание дорастает до того, что начинает обучаться и медитировать, только тогда, обретается возможность получать нужные вибрации Души в медитативном процессе. Конечно, если человек уже понимает необходимость перестройки - вместо того чтобы предоставить себя «долбать» в жизни низковибрационными эгрегорами, просто получать опыт в медитации - то такой человек естественно уже эволюционировал, и его Душа перешла на другой уровень.

То есть, я хочу сказать, что этот процесс изымания Душою вибрации из той или иной чакры является одним из основных процессов развития. И опять же, нужные для развития Души эмоции можно получать через медитативный процесс или через реальную жизнь, но в реальной жизни эти чувства и эмоции гораздо грубее, если вы понимаете, о чём я говорю. Думаю, после моего объяснения, понимаете. Итак, в ответе на ваш вопрос я ещё и прошёлся по чакрам, и тому, как развивается Душа, и тому, как происходит медитативный процесс. Вот такая динамика.

Ира: - Во время этой практики большинство мыслей отключилось, но все же не до конца...

- Еще бы! Я же говорю - процессу медитации, а тем более процессу недумания, люди учатся годами. Посмотрите, сколько людей прочитало Кастанеду, ещё к тому же и 20 лет назад. И они проделали кучу его практик. И тем не менее большинство из них до сих пор пытаются отключить внутренний диалог, потому что именно это-то у них и не вышло! А мы тут такие - р-р-раз! И за десять минут, какой никакой, - результат! Поэтому, если не совсем отключились, то всё-таки большая часть мыслей всё равно вырубилась. Ещё раз напоминаю, я только показываю, как это можно сделать. И это определённая дорожка, если хотите, тропинка. Но приспособить эту тропинку к себе - ваша обязанность. Разумеется, если вы хотите достичь результата.

Ира: - Мой мозг продолжает упорно думать. Если не мысли, то образы.

- А! То есть мыслей как таковых всё-таки нет? Так это уже очень хорошо. Для десяти минут медитативного процесса замечательно. Кроме того, мы говорили про отключение внутреннего диалога - об образах я ничего не говорил. То есть, фактически, внутренний диалог у вас отключился, а это и было целью упражнения. Образы - это абсолютно нормально. Ира, если у вас только

образы остались, то мы смысла-то практики добились. Даже с первого раза. Потому что отключение внутреннего диалога - это только первая практика. Как вы знаете, внутренний диалог - это самое начало. То есть той голосовой дорожки, которая была в голове, теперь нет или почти нет. И теперь можно идти дальше. Если у вас остались образы или ощущения, это абсолютно нормально. Вот это и есть первый уровень. Именно его вы, получается, и прочувствовали. А отключение образов и тем более ощущений - это уже следующий уровень. Я смотрю, вы даже как-то быстро обучаетесь. Вы, небось, молодая, красивая, быстро обучаетесь, а я старый, больной, и у меня всё... Как всегда.

Сергей: - А это как-то отвлекает от внутреннего расслабления?

- Вы про ощущения, описанные Валерием? Нет, ни в коем случае. Это вполне нормально, выше я это прокомментировал.

Ольга: - Удалось отключиться. Но не насовсем, а на какое-то мгновение. Вообще, мне тяжело, у меня второй час ночи, и под конец я даже как будто задремала. Но после того, как услышала голос Романа, подскочила резко.

- Как приятно. Мой голос уже заставляет женщин подсакивать с кровати. Что ж дальше-то будет? Шучу. Ольга, на самом деле, если хотите, вы можете проходить занятия по записи. Этот курс предусматривает подобную возможность, если вам так будет удобно. Нет, в идеале, всё же, конечно, лучше лично - живые потоки идут, и более быстрая настройка, как сознания, так и подсознания, но если уж так рубит, тогда можно и по записи один раз отработать, ничего страшного. Поэтому идите, конечно, отсыпайтесь. Если у вас какие-то вопросы будут, можете передать их Дмитрию, а мы потом ответим. Понимаю, вторник, и в вашем часовом поясе - второй час ночи. Да. Но тут уж ничего не поделаешь - у нас только полдесятого, и мы ещё как минимум полтора часа будем здесь. Ладно. Давайте дальше постепенно вопросы, и скоро поедем во вторую практику.

Леонид: - И как вообще защищаться от хоть и редких внешних шумов?

- Леонид, не могли бы вы переформулировать. Что-то я с внешними шумами... Вы что-то конкретное имеете ввиду или как?

Леонид: - В общем быть в молчании получалось.

- Леонид, то что получилось отключиться, это уже очень неплохо. По поводу шумов всё же я не совсем понял, если хотите, переформулируйте, пожалуйста. Пишите, а я пока дальше поеду.

Светлана: - Действительно было мгновение, когда все отрубил! Мыслей не было!

- Очень замечательно!

Юля: - А есть какая-нибудь методика, чтобы не думать, то есть о чем подумать, чтобы не думать? Или с опытом придет?

- Есть, конечно, Юля, конкретная методика, мы, собственно, будем её проходить далее. Это старая методика, в том числе она есть ещё и в моей первой книжке. Там есть упражнение на это.

Леонид: - Я говорил про внешние шумы, звуки.

- А! Кажется, понял. То есть вы хотели спросить - как отключаться от звуков среды, когда вы медитируете. Ясно. Существует несколько способов. Первый - вы просто удаляетесь мысленно в то пространство внутри, в котором нет никаких внешних звуков - однако, нужно сказать, что это достигается, чаще всего, после изрядной практики медитативных состояний. Второй способ заключается в том, чтобы попросить собственное подсознание любым способом нивелировать звуки во время вашей медитации, и потом это состояние тренировать. И третий способ. Вы просто делаете себе мысленную установку, что каждый звук вас питает. Способов, конечно, больше, но я просто перечислил те, которые пришли навскидку. При последнем способе вы не отключаетесь от них, а они работают на вас, встраиваясь в вашу реальность. И вы, через медитативный процесс, входите сначала в это состояние, потом формулируете себе, что каждый звук питает вас, а потом погружаетесь в это состояние, раскручиваете медитативный процесс, и они начинают вас действительно питать. И всё. Никаких проблем.

Ну что? Время, как всегда, поджимает. Тогда давайте пойдём дальше. Нет. Не пойдём, а я бы даже сказал, ринемся. Хорошо. Может ещё какие-то вопросы перед второй практикой?

Ладно. Тогда поехали.

Вторая практика

Медитативный текст

Теперь вновь примите комфортную позу и попросите собственное подсознание, чтобы оно помогало вам в выполнении следующего упражнения. Вы можете сделать это любым знакомым вам или новым для вас способом - это неважно. А важно, чтобы вы действительно попросили ваше подсознание о сотрудничестве. Это можно сделать и с помощью мысленного диалога, и с помощью образа, и просто получив ощущение контакта с вашим подсознанием, и того, что оно поможет вам в выполнении данного упражнения. И здесь я предупреждаю вас сразу, что, когда я выключу микрофон, вы будете ещё какое-то время выполнять упражнение самостоятельно, для того чтобы получить определённый навык, почти на сознательном уровне, чтобы потом вы смогли этот навык воспроизвести.

Теперь, пожалуйста, представьте ваше сознание. Вообразите его. Представьте его определённой сферой, или небольшим кругом, или ещё как-то. Вообразите, что через него проходят разные мысли. Для удобства представьте, что мысли - это своеобразные полосы разного цвета, которые проходят через сферу сознания, которую вы представили. И теперь просто

позвольте на фоне этой сферы этим потокам потихоньку сужаться, с каждым вашим вдохом или выдохом. И теперь, просто наблюдайте, как вначале исчезает, полностью сузившись один поток, затем другой, а затем и третий.

И теперь, эта сфера совершенно чистая. Вы видите, как она излучает белый приятный свет. Теперь погрузитесь в этот свет и растворитесь в нём на какое-то время. Вот, собственно, и всё. Это достаточно простое упражнение.

Если же, после растворения, всё же вновь появится один или два мысленных потока - ничего страшного, это бывает на первом этапе овладения техниками недумания. Нужно просто предоставить им, сузившись, вновь раствориться также, как и вначале. И всё. А потом вновь раствориться в белом свете вашей сферы сознания. И теперь, просто побудьте в этом состоянии безмыслия какое-то время, поддерживая его на уровне сознания.

А через некоторое время выходите и пишите, я выключаю микрофон, у вас есть 5-7 минут.

Инструкция по настройке

Шаг 1. Войдите в медитативное состояние.

Шаг 2. Попросите собственное подсознание, чтобы оно помогало вам любым способом при выполнении этой практики.

Шаг 3. Представьте, что ваше сознание - это определённая сфера. И через эту сферу разными полосами света проходят наиразличнейшие мысли.

Шаг 4. Позвольте этим полосам всё больше и больше сужаться и истончаться, до той поры пока они вовсе не исчезнут, и сфера станет абсолютно чистой.

Шаг 5. Побудьте в этой чистой сфере своего сознания какое то время и растворитесь в её чистоте.

Шаг 6. Затем заканчивайте упражнение, приходите сюда и пишите.

ГЛАВА 5

1. Обсуждение второй практики. 2. Стратегии работы с недуманием. 3. Всего понемногу или «что развивает сознание?» 4. «Третий глаз» в контексте практики недумания. 5. Третья практика: медитативный текст. 6. Инструкция по настройке. 7. Обсуждение третьей практики. 8. Влияние на физиологию и на систему чакр. 9. Работа по записи.

- Да, хорошо, тогда поехали дальше. Пишите.

Юля: - У меня в целом получилось. Только была не сфера, а экран телевизора.

- Да, Юля, можно так. Это нормально. Как я уже говорил, когда вы адаптируете технику к себе для получения нужного результата - это оптимальная стратегия.

Евгений: - Мысли собирались в точку и вылетали из нее, как мыльные пузыри, и лопались.

- Да, хороший медитативный образ, хоть и на уровне сознания.

Кристина: - Когда мысли сильно мешали, я с любовью попросила ум заткнуться.

- Ничего. Нормально.

Ольга: - У меня была сфера в виде неба, мысли - птички, галочки, которые летали с двух сторон в одну точку и улетали.

- Да, хорошо. И даже вполне нормально, гармонично.

Виталий: - Получалось долгое время удерживать образ сферы сознания.

- Это хороший результат. Вы, видимо, какое-то время пытались что-то делать, насколько я понимаю. Это хорошо.

Ира: - Странное состояние в голове после медитации. Даже не могу выразить словами. Мозг в шоке.

- Да, есть такое, помните, я говорил в начале про контакт с Душой? Так вот, люди вообще не хотят отказываться от «себя». То есть, когда это отрубается, в смысле, тот бытовой разум, который присутствует с человеком почти всегда, появляется своеобразное состояние «не мысли», если можно так выразиться, однако, сознания. Поэтому сейчас, вы как раз можете прочувствовать, какие ощущения возникают при нахождении в этом состоянии. И, разумеется, можно запомнить его для дальнейшей практики. Нужно сказать, что это весьма приятная штука.

Анастасия: - Я хотела спросить, дыхание имеет значение? Я заметила, что при поверхностном неглубоком вдохе лучше получается.

- Анастасия, смотрите, субъективно, в принципе, нет, но бывает, что в зависимости от типа темперамента или каких-то личных предпочтений дыхание может действительно влиять на это дело. Например, при выдохе, допустим, растворение, а при вдохе прочистка, бывает и так. Поэтому, если у вас есть какая-то корреляция с дыханием, заметьте это и упражняйтесь так, как вам лучше идёт. Мы здесь, конечно, не будем разбирать йоговские техники, которые в том числе призваны и управлять процессом недумания, и относятся к Пранаяме. Но да, вы правы, есть определённая корреляция между дыханием и состоянием отключения мыслей. Однако, техники Пранаямы, как вы знаете, требуют подготовки организма, и специальных знаний, поэтому здесь мы их использовать не будем. Кроме того, наши техники, в отличие от техник Пранаямы, требуют меньше усилий, и предназначены для начального овладения навыком недумания, а не для сидения в пещере на рисе и воде и соблюдения аскез. Поэтому, тут у нас просто разные цели - кто хочет в пещеру и в аскезу - пожалуйста. Однако, на мой взгляд, представленные техники прекрасно позволяют совмещать социальный контекст и постепенное овладение навыками недумания и отключения внутреннего диалога.

При выполнении этого упражнения самостоятельно дышите таким образом, каким вам наиболее удобно растворять ваши мысли, и это будет абсолютно нормально. То есть, берите тот подход, который для вас будет субъективно лучше, и используйте его, для того чтобы достигать цели с процессом недумания.

Марина: - Какая хорошая техника!

- Мы старались.

Марина: - Я представила сферу, и она была внутри бело-прозрачная. И как только мысль появлялась, я давала команду «белый шар», и они там растворялись. Просто здорово. Правда, вначале было небольшое ощущение тяжелой головы, от напряжения что ли, но потом оно ушло, и голова словно очистилась.

- Да. Я уже говорил, что это идёт на уровне сознания, но что поделать. И так, в вашей самостоятельной медитации это можно будет использовать на уровне сознания, а можно и на уровне подсознания. На уровне сознания немного трудней, но зато стабильней. На уровне подсознания гораздо легче – зашёл отрубился, и всё. Но во-втором случае необходим уже неплохой навык работы с подсознательной структурой. Поэтому, возможно, кому-то второй вариант здесь немного тяжеловат. Но здесь, опять же, вопрос времени доступа, и это происходит быстрее, если наработаете во втором варианте, а на наработку первого навыка уходит примерно месяц. Это если практиковаться всего по 15-20 минут в день. Если это делать раз в день, то вполне можно развить этот навык быстрее, и через месяц навык будет достаточно отточен. То есть вам будет достаточно просто устранить эту «хреновину» из мыслей и погрузиться на время в недумание. Как вы помните - «хреновина» - это глубоко эзотерический термин. Вспоминается цитата:

«Я так толком и не узнал, что такое хреновина, когда Ааз употреблял в разговоре это слово и, будучи Аазом, не давал определения слову, когда я у него спрашивал. Однако, когда я теперь очутился здесь, я узнал её с первого взгляда. Штука, на которой мы стояли, могла быть только хреновиной.» (с)

Да... Это я погрузился в воспоминания. Теперь, если я буду употреблять термин «хреновина», вы уже знаете откуда это. Ну ладно, вернёмся к упражнению. Итак, что касается стратегии, то о том, как делать это через подсознание - вы уже знаете, а с другой стороны, вы можете делать это через сознание, и это будет достаточно стабильно. Другое дело, что можно делать и через подсознание, но будет меньше стабильности, то есть понадобится больше времени, зато это будет быстрее в доступе. Выберите способ, который лучше всего работает именно для вас.

Катерина: - Когда я пыталась вообразить сферу и бегущую строку, создалось напряжение. Задержка дыхания (мысли останавливались пока не дышала), потом выдох и мысленный бред. Набор слов, а иногда первые буквы от слов.

- Мешалка такая, да? Бывает. Есть и техника как раз такая, как вы описываете. Техника состоит в том, что любое мысленное сообщение таким способом просто сбивается. Я, собственно, похожую технику хотел сделать. Посмотрим, может сделаем, а может нет, но есть такой феномен, когда слова вначале перемешиваются. То есть, грубо говоря, мысль та же, а слова в ней перемешаны. Вначале мысль сильная, а слова несут во внутреннем диалоге какой-то смысл. А когда мыслям мешаешь и всячески затрудняешь движение, мысль как бы расслабляется. То есть это уже посыл, чтобы её выключить, что вы и описываете, это у вас само произошло.

Руслан: - У меня почему-то активизировалась Аджна-чакра, и голова стала как бы больше.

- Совершенно верно. Хоть мы пока касались чакр совсем немного, но тем не менее всё совершенно верно. «Третий глаз» или Аджна-чакра - это чакра, которая помогает выйти за рамки двойственного мышления. А здесь мы пошли обратным путём. Мы не активизировали чакру Третьего глаза, это будет у нас на следующих занятиях, а активизировали процесс недумания. То есть, избавились от мыслей. Это и значит, что мы вышли за пределы двойственного восприятия. И чакра, как следствие, отреагировала на эту волну и включилась с описываемыми вами эффектами. Всё совершенно логично.

Михаил: - Марина писала, что давала команду «белый шар». А сама команда «белый шар» не является диалогом? Команды можно давать?

- Дело в том, что, насколько я понял, Марина давала команду не в разрезе внутреннего диалога, а как бы через образы и ощущения. По крайней мере, я подумал так. Давайте спросим. Марина, вы давали команду «белый шар» через внутренний диалог или через образы или ощущения?

Марина: - Это было такое чувство... Я как бы не проговаривала внутри себя «белый шар», а просто кидалась внутрь себя таким... Не знаю, как сказать. Полу-образом, полу-ощущением. Как-то так...

- Вот. Всё верно. Я так и думал. Марина, устранив внутренний диалог, всё-таки работала через определённые образы - ощущения. И здесь налицо факт синестезии. Поэтому команда «белый шар» была явно не на уровне голоса внутри - это было и ощущение, и образ. Это просто, как вы сами сказали, некоторое обозначение через образы и ощущения, если хотите, можно это убрать, что требует дополнительной практики. Да, такие команды на уровне ощущений на этом уровне практики недумания вполне можно давать.

Мы с вами говорили вначале о том, что состояние пустоты и состояние отключения внутреннего диалога - это разные вещи, которые следуют постепенно, одна за другой. Смотрите, в эзотерическом, мистическом, магическом и йогическом ... Чуть не сказал с той же буквы, но немного другое слово. Кстати, видел тут недавно название - йогическая сила! Вот сразу словно позыв в себе ощутил пару букв заменить. Ладно, я немного отвлёкся в сторону шуток. Итак, в познании себя и окружающего мира, как мне кажется, вы должны склоняться к двум вещам. Первая, чтобы это было максимально гармонично. По большей части, вам не надо сидеть по 24 часа и медитировать. Хочу напомнить, что любое излишнее усилие может привести лишь к противоположному результату и об этом, кстати, есть масса буддийских притч. То есть на первом этапе познания себя, если вы, конечно, не собираетесь отрываться от социума, уходить в отшельники и т.д. и т.п., всё нужно делать как можно более мягко. И здесь пойдут в ход разные определения: как можно более мягко, лаконично, гармонично и с минимальным выделением времени для проработки той или иной техники. И тогда это будет оптимально для познания себя. Потому что за 20 лет занятий паранормальными феноменами и их преподавания я видел много разных стратегий и пришел к выводу, что эта стратегия наиболее правильная. То есть идти нужно постепенно. Но регулярно. Разумеется, я видел людей, которые действовали и наоборот, по несколько месяцев не вылезая из асан, ахимс и из хрен знает чего ещё. Короче говоря, в попытке просветлиться они использовали и дачку, и тачку, и собачку, но это не приводило их к просветлению. А лишь помогало укрепиться в собственной паранойяльной реальности, которая, к счастью, пока не стала параноидальной. Бледные йоги, которые весят при росте 180 см 45-50 кг, это, конечно, очень круто, но мозгов это не прибавляет ну никак. Скорее, кстати, наоборот, так как из-за отсутствия нужных аминокислот и витаминов (они же не едят ничего), мозги начинают соображать как раз хуже, а не лучше. Допустим, занимался ты пять лет Хатха-йогой и сумел таки засунуть две ноги за голову и отжаться в таком положении 240 раз. Допускаю. Не совсем, правда, понятно, зачем тебе такой странный опыт, который, говоря по сути, нигде не пригодится. Ну бог с ним. Предположим - опыт есть. Для чего он? Можно сказать, что это для здоровья. Окей. Но по статистике чего у людей, которые занимаются подобной акробатикой, нет, так это здоровья. И смертность кстати в районе 70 лет. Они

долго то не живут. Растянутые суставы, психические заболевания, истощённая нервная система. И всё из-за вечных постов и аскез. Сердечные заболевания от постоянного перенапряжения - это всё есть. А вот со здоровьем там как-то напряжёнка. Поймите меня правильно - я не за акробатов и не против них. Точно так же, как я не за вегетарианцев и не против них. Я считаю, что засовывать ногу за ухо или не засовывать, также как есть мясо или не есть мясо - это индивидуальный выбор каждого. И этот выбор, в одну или в другую сторону, делает то сознание, которое временно поселилось в том или ином теле. Однако достаточно странно говорить о том, что акробатика или вегетарианство развивают сознание. С тем же успехом можно заявить, что и одежда развивает сознание, и... Я не знаю... И столярное ремесло развивает сознание или вышивание крестиком. Поэтому, возвращаясь к сути, для меня не совсем понятно, зачем они ногу за ухо засовывают. Впрочем, опять же - это их дело - нравится им, пусть засовывают, а я далеко не истина в последней инстанции. Кроме того, среди них есть всё же какое-то количество людей, которые обладают сознанием и через это развиваются. Но здесь я, опять же, говорил не про них, а про большинство.

Хорошо, это я рассказал по поводу просветления, аскез и йогических практик в контексте недумания. И ещё раз подчеркну, что я говорю про большинство, а есть действительно неплохие практики йоги, которые используют тело, как некий инструмент для снабжения Души определёнными вибрациями. Так тоже можно, и это уже неплохой уровень, на нём человек уже понимает, что чакры - это антенны эгрегоров, а эгрегоры приносят определённые вибрации Душе для её роста. Поэтому на этом уровне человек равным образом может использовать асаны, для того чтобы его Душа получила нужные вибрации из соответствующего вложенного йогического эгрегора. С тем же успехом он может заниматься вышиванием крестиком. Только при вышивании он определённым образом работает с сознанием и включает ту или иную чакру. Поэтому, в принципе, можно идти и через асаны. Правда, справедливости ради нужно сказать, что это немного помедленнее, чем путь через чакры. Впрочем, у всех свой вкус, и выше я сказал, что йогов, которые занимаются асанами и находятся на более-менее высоком уровне развития, не так много. Большинство же просто акробаты. И естественно не надо думать, что я здесь открываю Америку - это мнение существует достаточно давно, и по нему написан ряд статей. Но, впрочем, ладно. Речь о вкусе, а когда обращаешься к вкусу, кто-нибудь всегда окажется неправ. Поскольку я неумный, неразвитый и вообще странноватый - неправ, конечно, как всегда, я. На этом и остановимся. Теперь поехали дальше.

Сергей: - Я понял. Сознание оно более энергозатратно.

- Конечно, вы правильно поняли. Видите, мы только начали, а у многих, почти у всех, уже получается недумать. А у нас, хочу заметить, сейчас только третья практика начнётся. А так, курс недумания, на секундочку, занимает 10 занятий по 3 часа. То есть тридцать часов даётся для структурирования навыка, чтобы вы сами могли его применять. Но у нас нет времени на это,

поэтому я захожу через подсознательное мышление, чтобы показать вам нужные состояния, для того чтобы вы использовали их как ориентир в вашей домашней практике и стремились к ним. Что касается курса по недуманию, там мы долго этот навык отрабатываем. Зато после окончания можно сказать, что это - с гарантией. Захотел, взял и на пять минут отключился. А захотел и на 10. Нет, конечно, бывают трудные «варианты». Это я про тех ребят, у которых что-то не получается. Но это, скорее, исключение, потому что, если человек занимается на тренинге, потом выполняет домашнее задание, обычно всё нормально, и вскоре он обретает требуемый навык. Я говорю о тенденции, когда после курса 85-90% обучающихся могут воспользоваться навыком недумания в течение почти любого количества времени. Поэтому, что касается нашего с вами тренинга-семинара - видите? Уже за две практики большинство получило нужный навык хотя бы на подсознательном уровне, а это уже кое-что.

Галина: - У меня во время практики ощущалось сильное давление на переносицу, что это?

- Это то же самое, о чём я говорил выше, когда отвечал Руслану. У вас пробуждается Аджна-чакра, и, поскольку Руслан писал о том же самом, я ответил про Аджна-чакру. Просто в программе это будет дальше - работа с Третьим Глазом - и поговорим мы об этом чуть позже. А здесь можно сказать, что курс построен далеко не случайным образом, и поэтому вначале идут практики безмыслия, а затем практики, направленные на пробуждение Аджна-чакры. И в том числе, ещё раз повторяясь, я напоминаю вам, что Аджна-чакра - это и отсутствие собственного «Я», и состояние, где победа и поражение не играют роли. Именно поэтому она активируется определённым образом в результате практик недумания.

Если Третий глаз внезапно активируется у кого-то ещё, не пугайтесь - всё нормально. Давайте проедем танком нашей практики дальше. Я бы сказал, нацелим гусеницы на Берлин. Окей. Примите тогда, пожалуйста, комфортные позы и давайте начинать. Сейчас также будет практика через подсознание, на некоторых ступенях сделаем и через сознание. Как выразился Сергей, это чуть более энергозатратно, но в том числе это более стабильный навык. Например, на ступени, где происходит контакт с Душой. Я уже говорил, что не знаю, кого из тех, кто присутствует и кто недолго занимается, туда пустит, но тем не менее мы попробуем. Бывает по-разному, и в большинстве случаев не пускают, но, так или иначе, здесь мы предоставляем инструменты. Разумеется, о том, чтобы контактировать с Душой на сознательном уровне даже речи не идёт. И в этом случае глубокая медитация через подсознательное мышление наиболее полезна для освоения этого навыка. Итак, примите спокойную, комфортную позу, и поехали.

Третья практика

Медитативный текст

И теперь, вы можете находиться в определённой позе. И сейчас, можно просто позволять вашему дыхательному процессу идти в том темпе и ритме, в котором вы погружаетесь в более глубокое состояние, в то состояние, которое будет наиболее комфортно для вас. И в это время, ваше подсознание начинает обучаться умению правильно медитировать, и в том числе отключению внутреннего диалога. И теперь, можно позволить вашему подсознанию постепенно начать отключать эту внутреннюю, мысленную дорожку. Для того чтобы это делать, вы можете увидеть свои мысли или просто услышать их. И если вы их видите, как они проходят, вы можете просто позволить им убыстриться. Как некой плёнке в кинопроекторе, которая перематывается вперед. А если вы их слышите, то вы можете позволить убыстриться голосу, который говорит у вас внутри. Да, и в первом варианте, когда вы их видите, вы можете просто продолжать сознанием усиливать медитативный процесс, погружаться глубже. Действительно открывая в себе ярко-белый свет, в то время как, если вы видите, что эта пленка идёт всё быстрее и быстрее, невозможно различить события, она просто сливается в одну линию. И в это самое время вы слышите, как та же пленка, на которую записан некий диалог, тоже идёт всё быстрее, и тоже сливается просто в какой-то один звук. И теперь, также как и в предыдущей технике, только находясь более глубоко, вы можете позволить плёнке, которая идёт визуально, идти всё быстрее и быстрее. Пока она не начнёт утончаться в конце, превращаясь в нить. И постепенно, эта нить становится всё тоньше и тоньше и растворяется. Она уходит из восприятия. А вместо этого, изнутри вас, раскрывается тот самый ярко-белый свет, всё сильнее и сильнее. А если вы слышите мысль звуком, то тогда позвольте этому звуку, постепенно уходя всё дальше и дальше, выйти из диапазона вашего восприятия. В тот диапазон звуков, который вы не можете слышать. И теперь, вы тоже можете как будто раствориться в белом свете, который открывается у вас изнутри. И заполняет всё ваше сознание, всё ваше подсознание и всё вокруг. И вы позволяете ему полностью растворить вас. И даже если какая-то мысль приходит в этот момент, то этот свет может раскрыться и из неё, помогая вам всё больше растворяться.

И вы просто позволяете себе идти внутрь этого белого яркого света и действительно полностью в нём растворяться всё сильнее и сильнее с каждой секундой, позволяя ему увеличиваться и расти, пока он не заполнит всё. И теперь, позвольте этому белому свету сформировать некий поток, который проходит насквозь вашего сознания и растворяет ваше сознание и ваше тело, в то время как он гармонизирует и обновляет весь ваш организм. И вы просто становитесь им, пребывая в нём, находясь в нём, пока он гармонизирует и регенерирует всё ваше тело, раскрываясь из каждой вашей клетки, раскрываясь из межклеточного пространства, из каждой молекулы, из каждого атома, и естественно этот поток света увеличивается. Пока вы просто предоставляете ему полностью растворить вас, проходя через ваше тело, делая его более молодым и здоровым, регенерируя отдельные клетки и органы, которые в этом нуждаются. И гармонизируя весь организм в целом. Пока это происходит, позвольте подсознанию легко обучаться, как это

происходит уже на более глубоком уровне, для того чтобы вы самостоятельно смогли использовать это в процессе медитации. А теперь, просто полностью погрузитесь в этот белый свет и предоставьте ему усиливаться, где-то наверху, с каждым вдохом, а где-то внизу, просто глубоко в себе, позволяйте ему усиливаться ещё и ещё, с каждой секундой.

Просто позволяя вашему телу максимальным образом становиться всё более и более здоровым, более гармоничным, а вашему сознанию действительно полностью очищаться от всех мыслей, и действительно чувствовать, как что-то свежее и что-то новое раскрывается изнутри. В то время как ваше подсознание включает вас в этот поток полностью, позволяя вам всё больше и больше обучаться навыку недумания и регенерации организма.

А ваше сознание пока может отдыхать и перезагружаться, для того чтобы новые ресурсы смогли открываться из него всё больше и больше. А я пока отключаю микрофон, у вас есть немного времени.

Инструкция по настройке

Ранее в прошлых медитативных текстах мы уже продемонстрировали вам, каким способом можно выбирать из текста некоторые шаги, структурируя их в нужную последовательность для выполнения упражнения. Мы продемонстрировали это выше, приведя вам две «инструкции по настройке». Теперь же, со следующим медитативным текстом, мы предлагаем вам самостоятельно структурировать текст. Это будет небольшим домашним заданием, разумеется, если вы действительно хотите освоить навыки «недумания» на практике. Тогда данная стратегия поможет вам сделать так, чтобы вы самостоятельно выделили нужные шаги, вошли в медитативное состояние и воспроизвели их.

- Хорошо. Выходите постепенно из медитативного процесса. Разумеется, каждый в своём ритме, и пишите, как у вас получилось и использовать процесс «недумания», и как вам удалось гармонизировать и обновить свой организм.

Юлия: - У меня была белая комната. Залитая ярким светом. Иногда мысли в нее заходили как будто в виде людей в черных костюмах, я включала перемотку, и они быстро выходили, опять помогло дыхание и ваш голос, которого я как будто не слышала, но какая-то такая волна шла. Солнечная и светлая. Не могу объяснить. В общем, мне кажется все получилось, а в конце я вообще сильно отключилась, сознательно сохраняя себе недумание. И теперь по телу почему-то бегают как будто электрические разряды! Состояние, с одной стороны, чистое и светлое, а с другой, очень энергичное! Огромное спасибо! Я правда не совсем понимаю, что это.

- Нормально. Да, Юля, у вас такие метафорические образы, Ван Гог просто отдыхает. Круто. Смотрите, тут более-менее всё понятно - вас прочистило, отключило от разных эгрегоров, кроме того, ваш организм обновился - если вы помните, мы делали практику и на это тоже. Так что, у вас всё хорошо - цель упражнения достигнута. А то, что вы описываете, «как электрические разряды!» - да, действительно есть такой парадокс, с которым мы сталкиваемся при различных целительских техниках, когда человек входит в медитативное состояние и в том числе в недумание, его организм заряжается энергией. Это нормально. Например, при использовании практик по чакрам это происходит гораздо более сильно. Но и здесь, во время практик недумания и обновления организма, это тоже естественно происходит, что вы ярко и почувствовали. Хорошо. Народ? Вы где вообще? Почти 40 человек ещё сидит в состоянии медитации. Всё. Выходите. Поехали дальше - у нас не особо хорошо со временем. Пишите, я быстро прокомментирую, и пойдём дальше.

Юлия: - Да все верно! Действительно чувствую себя какой-то... Как будто очень чистой! И ничего не давит и такое ощущение обновления! Роман, вы это, просто что-то!

- Возможно. Я бы даже сказал, что я - нечто. Хорошо, пишите тогда, и поедем дальше. Можно сказать, что по теории я почти всё рассказал. По крайней мере, по теории первой части из шести. Дальше я, конечно, ещё скажу пару слов в том числе и про карму, и про чакры, но это будет уже скорее вложено в ответы на вопросы, потому что я примерно представляю, что именно вы будете спрашивать. Благо этот курс я веду не в первый и не в пятый раз, собственно, как и другие курсы. Как вы помните, курс «Карма и Эгрегориальная механика» содержит шесть частей, и сегодня первая – «Недумание». И, конечно, первая тема - это огромный пласт, который охватывает и буддийскую систему, и множество других стратегий и тактик эзотерического постижения. Собственно, наш курс так и сделан. Каждая ступень - это небольшая, вводная глава к таким пластам эзотерического, магического, философского и целительского знания, как «Недумание», «Карма», «Эгрегоры» и так далее. В следующий раз мы будем говорить о кармических механизмах более подробно. Ладно. Это будет в следующий раз. Тема большая, поэтому не будем прыгать туда и обратно, а на следующей ступени обсудим подробнее.

Марина: - Как-то мощно получилось. При активации белого потока сердце ощутило билось, аж как-то не по себе. Сделала перерыв, опять запускаю белый, опять ощутило бьется сердце, сильно не дышу, не напрягаюсь. Непонятно, что это, а в следующий раз – ощутимые вибрации в макушке.

- Да, вы, конечно, понимаете, что вибрации в макушке, это естественно Сахасрара. Разумеется, ясно, что у нас не зря всё-таки тренинг построен именно так. Не скажу, что он имеет яркую эзотерическую направленность, но такие темы, как «Карма», или «Душа», или «Эгрегоры» мы здесь обсуждаем достаточно активно. А что касается активизации Сахасрары, то бывает такое,

когда безмыслие пересекается с регенерацией организма, тогда Сахасрара реагирует, так как, фактически, она представляет собой синтез всех чакр. Впрочем, это большая тема, просто скажу, что эти феномены связаны. Здесь, как вы понимаете, я использовал две техники. Регенерацию организма, то есть перестройку его немного на другую, более гармоничную волну, и непосредственно поток безмыслия. Я просто совместил эти вещи, для того чтобы вы умели делать это самостоятельно. Чтобы ваш организм дополнительно восстанавливался, пока вы занимаетесь недуманием. Грубо говоря, вернулись в состояние безмыслия, и всё это пошло само: усилилась биоэнергетика, начало выделяться тепло, улучшилось кровоснабжение, у кого-то активировались чакры, улучшилось самочувствие и самоощущение. Поэтому всё, что вы здесь перечисляете, в качестве приятного дополнения абсолютно естественно.

Марина: - Роман. А с сердцем что это?

- С сердцем это увеличение энергии. Это регенерация организма. Я же говорил несколько раз, что организм регенерируется и максимально снабжается здоровьем, энергетикой и т.д. А когда он снабжается здоровьем и энергетикой, что происходит? Правильно. Включается первая чакра, которая находится в копчике. А с какими чакрами связана первая чакра? Правильно. С четвёртой и шестой. А почему с четвёртой? Потому что в теле идёт увеличение энергии, следовательно, увеличение сердечного ритма для лучшей регенерации. А почему с шестой? Потому что шестая чакра - это чакра, где сознание начинает «выходить за пределы». И именно поэтому основная функция этой чакры - гармонизация. То есть она гармонизирует всю физическую среду. Теперь пойдём обратно. Если мы с помощью недумания сделали немного активной Аджна-чакру, то она сразу даёт реакцию по первой чакре для усиления потока, а первая чакра его усиливает, влияя на четвёртую. Всё понятно?

Марина: - Да!

- Хорошо. Как я уже сказал, первая и четвертая чакра связаны, и, соответственно, в результате этого и возникает повышенное сердцебиение. Но это на короткое время и в рамках медитативного процесса. Если вам это не нравится, то можно пользоваться другой техникой для процесса недумания, менее интенсивной. А сейчас, чтобы полностью выйти из этого состояния, вы можете встать и походить по комнате. И тогда вы заметите, что через пару минут сердечный ритм вернётся в норму и, кроме того, вы ощутите, что стало больше энергии. Через пару минут вы почувствуете это физически. Это кстати, я обращаюсь не только к Марине, это ко всем. Организм стал лучше себя чувствовать. Кто не верит, встаньте, походите и убедитесь.

Да, хорошо, пока те, кто убеждается, ходят-бродят, я продолжу. Так, Юлия, Марина, а где все остальные? Народ? Я смотрю всех просто, что называется на молодёжном сленге, «втащило» с помощью этой практики. Хорошо.

Выползайте и пишите. Да, нормально мы так прошлись сегодня. А это только середина занятия. Что ж дальше-то с народом будет.

Марина: - Всех хорошо колбасит.

- Хотите сказать, что у нас тут половина колбасёров, если не больше? Конечно, сделайте из меня главного колбасёра. Шучу. На самом деле, на мой взгляд, прошло куда более, чем нормально. И в том числе сейчас вы этого не заметите, но вследствие этого медитативного процесса организм стал моложе и сильнее. Это, собственно, будет видно на следующей неделе. Кстати, по поводу новых сил и восприятий – отпишитесь, пожалуйста, на следующем занятии по обратной связи - в том числе меня интересует, насколько больше появилось сил, как вы используете навык недумания и насколько вы в целом стали себя лучше ощущать. Впрочем, всё как обычно. Итак, поехали дальше.

Ирина: - Вы обещали теорию.

- Да, обещал, правда, совсем немного. Раз обещал, придётся жениться.

Юля: - Все круто! Но как теперь спать-то, когда такая бодрость приключилась?

- О! Я же говорил, кто не верит, что организм восстановился и омолодился, встаньте и подрыгайте ногами и руками или походите. Вот Юля, очевидно, подвигалась, и тут же убедитесь, что я говорю чистую правду - энергии явно прибавилось. Это действительно так - все чувствуют, что стало пободрее и начало, что называется на молодёжном сленге, «переть».

Валерий: - Самочувствие очень хорошее.

Олег: - Ух! Хороший поток!

Светлана: - Да уж... Я по комнате забегала(

- Да я как раз об этом и говорю, что когда ряд мысленных ограничений снимается, вследствие выполнения практики отключения внутреннего диалога - это напрямую влияет на энергетические блоки в теле. То есть, фактически, энергия, которая была где-то «заперта», высвободилась и начинает активно идти по организму. Из-за этого вы все и чувствуете этот энергетический «приход». Это абсолютно нормально и случается часто на наших тренингах. Этого не нужно бояться - надо просто дать энергии пройти по организму, и, по возможности, восстановить его.

Марина: - Кстати, да. Я вот боялась уснуть, а щас меня просто прет от внутренней энергии, такое ощущение, что я бежала несколько километров, вот пришла в себя, отдышалась, а энергия все идет. Боялась уснуть. А куда там, у нас 2.35.

- О как. Марина, я единственное чем, могу порадовать - это тем, что будет запись, которая работает в течение двух прослушиваний, поэтому, что называется, вас ещё попрёт.

Марина: - А почему пару раз, а не больше?

- Дело в том, что, как вы знаете, мы работаем с энергией через сознание и через подсознание. Через запись, разумеется, приходит меньший поток, чем есть реально на тренинге или семинаре. Кроме того, у неё, по нашим исследованиям, ограничен срок действия двумя разами прослушивания. Это связано с тем, что, как я уже говорил, мы в энергетических практиках работаем через подсознание, когда же человек несколько раз прослушивает запись, то та информация, которая предназначалась подсознанию, оседает на уровне сознания, и, как следствие, сознание нивелирует тот энергетический канал, который был нами подключен. Это системный паттерн. Мы проверяли это неоднократно и на многих людях. Однако первоначальная настройка, если слушать запись семинара один или два раза, сохраняется. Разумеется, энергии чуть меньше, чем вживую, но, с другой стороны, мы даём знания. И, кстати, я уже говорил, что запись, как и тренинг, необходимы, для того чтобы на уровне ощущений почувствовать сильное состояние, которое будет вам ориентиром для домашней практики. То есть рано или поздно вы научитесь воспроизводить это состояние и даже делать его более сильным за счёт проработки навыков хотя бы даже на уровне сознания. Не говоря уже об уровне подсознания, с которым, я надеюсь, вы регулярно работаете, и которое постоянно и постепенно тренируется. Поэтому, Марина, вы сможете ещё раз послушать запись тогда, когда это вам необходимо, и получить ещё один заряд энергии.

Хорошо, давайте теперь, как я и обещал, немного пробежимся по теории. В последней практике мы постараемся распределить... Точнее, что там стараться? Мы распределим энергию по всему организму. Сделаем одну старую, проверенную столетиями технику. Древняя штука еще из Тибета.

Александр: - Как все-таки засыпать после такой накачки?

- Да нормально. Я же сказал, что это ещё далеко не конец, и сейчас мы ещё будем практиковать. Разумеется, я дам ряд гармоничных настроек, которые помогут вам максимально гармонизироваться и комфортно уснуть. Так что, всё нормально. Кстати, я вам скажу, это еще не накачка. Вот если бы мы занимались конкретно накачкой, тогда можно было бы качнуть действительно нормально, как мы делаем на разных тренингах, которые посвящены биоэнергетической структуре, работе с чакрами и т.д. А это мы так, можно сказать, играючи сделали. Да, я не шучу, кстати, это не прикол. Кто ходил к нам на разные энергетические тренинги как по чакрам, так и другие, может это подтвердить.

ГЛАВА 6

1. Что такое «карма»? 2. Изменения в биосфере планеты. 3. Кармические механизмы сжигания кармы. 4. Карма, викарма, акарма - что это? 5. Что такое гуны. 6. Гуны и эгрегоры. 7. Ключевое значение Эгрегориальной механики. 8. Что значит: «Приходите! Чистим карму!» или Лучшие и худшие стратегии запутывания вас, как клиента. 9. Целостное развитие Души.

Ладно. Хорошо, давайте перейдём к нашим кармическим взаимодействиям, но на этом занятии мы рассмотрим их, конечно, совсем вкратце. Можно сказать, начнём рассматривать. Потому что следующая ступень у нас по карме, а сейчас мы осветим, точнее бросим маленький луч от свечи в тёмный океан кармических взаимодействий. Понятное дело, сделаем мы это для того, чтобы в дальнейшем врубить уже мощный прожектор.

И вначале сосредоточимся на вопросе: «А что такое, собственно, эта самая «карма»?»

Да. Рубрика - что такое карма и как с ней бороться. Шучу. Итак, если мы возьмём трактование термина «карма» исходя из ведической литературы, то можно вспомнить древние писания, такие как Махабхарата, Дхамапада и множество других. Там мы видим описание череды кармических случаев. Если помните, был в Бхагавад-Гите или, если правильно произносить, в Багавад-Гите один славный воин Арджуна, которому явилась некая высшая сущность и назвалась Кришной. Кришна явился и сказал, что Арджуне следует делать то-то и то-то. Конечно, можно сказать и так, что это описание является одним из самых ранних источников, которые апеллируют к понятию кармы. Но тогда можно вспомнить, что существует также и Буддизм, который появился, правда, позже, а перед ним была ещё древняя религия Бон. Которая тоже говорила о карме. То есть самому термину уже достаточно много времени.

Вообще, в зависимости от источника, который вы читаете, слово «карма» может переводиться и как «действие», и как «закон причинно-следственной связи во Вселенной». То есть, фактически, это некий закон причинно-следственной связи, нарушая который, существо навлекает на себя некоторые последствия. Если же существо ничего не нарушает, тогда карма постепенно уничтожается, и существо выходит на новый виток собственной эволюции. На этом занятии мы не будем употреблять такие термины как «Санчита-карма» или «Криямана-карма», говорить об освобождении, о том, что такое самадхи, и тому подобное. Однако для продвинутых пользователей будет ясно, что мы описываем эти феномены другим языком. Сейчас же в мою задачу входит не перегрузить ваше сознание непонятными терминами, а, напротив, снабдить его некой понятийной базой. И эта база, я надеюсь, кристаллизуется у вас в небольшое понимание даже не самих кармических

механизмов - опять же, это будет на следующем занятии - а хотя бы в простое понимание некоторых общих взаимосвязей. Кстати, что касается древних учений, с одной стороны, они говорят почти всё верно и правильно, с другой стороны, можно сделать ударение на слове «почти» и вспомнить, что всё-таки прошло уже достаточно много лет с момента, когда они писались. А биосфера планеты, знаете ли, не стоит на месте. Происходит ряд процессов, как на уровне общечеловеческого эгрегора, так и трансформации биосферы в Ноосферу, а также множество других процессов, проходящих на уровне Эгрегориальной механики. Поэтому, конечно, нужно сказать, что часть сведений, пришедших к нам из глубины веков достоверна. Но только часть, поскольку, как говорится, *tempora mutantur et nos mutamur in illis*.

Кроме того, понятийная база, которую предоставляют древние тексты, для обычного человека равна странным наскальным надписям, обнаруженным где-то под Тибром. Как вы понимаете, та же Багават-Гита - это путь в две тысячи шестьсот лет назад в прошлое, если не больше. Сейчас многие йоги действуют именно так - они вначале изучают первоисточник, а потом приспособливают собственное сознание к тому или иному состоянию, описанному в нём. То есть если такому йогу попадается неправильный перевод - а многие из них не читают на санскрите - дело, в общем, можно охарактеризовать семантическим фреймом - «полная труба». Поскольку, если переводчик ошибся в трактовке термина - а такое происходит сплошь и рядом - то и йог тоже ошибся, только в испытываемом состоянии. Можно сказать - парни разошлись. И дальше, собственно, понеслось - йог, на, грубо говоря, «неправильном» состоянии уходит в иллюзорную среду собственного развития. И, на самом деле, он, благодаря всем этим манёврам, не развивается, а стоит на месте или, в лучшем случае, просто бежит по кругу. В беге по кругу, впрочем, есть хоть что-то полезное в отличие от стояния на месте - хотя бы для организма полезно - движение - жизнь! Шучу.

На мой взгляд, для вас будет гораздо полезнее, если я не буду грузить вас непонятными терминами и странноватыми определениями, а также стратегиями постижения разных учений, которым более нескольких тысяч лет. Безусловно, среди них есть и достаточно приемлемые вещи, но есть и абсолютно безумные штуки, которые тот или иной фанатично углублённый в иллюзию человек написал, находясь в странном порыве к действию. Поэтому мы постараемся миновать большинство терминов, а сосредоточимся непосредственно на сути происходящего.

Мышление востока направлено на процесс, а мышление запада - на результат, а моё мышление, которое я включаю и выключаю, повинуюсь законам просветления, вместе с Планетарной йогой, находится ровно где-то посередине. Чем и славен.

Итак, у существа (Души) есть некая накопленная карма. Эта карма постепенно изживается и сжигается в процессе осмысленного развития. Накопленная карма Души распределяется не сразу, что называется, оптом на текущую жизнь существа, а разбрасывается по определённому количеству

жизней, то есть изживается постепенно. Вы сразу можете задать вопрос: «А почему нельзя сразу разобраться с этим за одну жизнь?» И получить ответ: «Одной такой жизни не пожелаешь никому».

Если бы происходило именно так, человек был бы не просто по уши в негативных ситуациях, вся жизнь была бы сплошным кошмаром. Соответственно, этот гуманный механизм устроен так, что в каждую жизнь человека попадает несколько «зёрен» кармы, и он проживает эти жизни, отработывая эти зёрна, и идёт дальше.

Если мы представим мешок, в котором содержатся все зёрна тех или иных кармических уроков, то, обращаясь к конкретной человеческой жизни, мы увидим, что кто-то берёт небольшой совок, зачерпывает из этого мешка и кидает эту пригоршню зёрен в человеческую жизнь. Зёрна прорастают в виде тех кармических побегов, которые и будут помогать человеку с помощью трудных жизненных ситуаций совершенствоваться. Фактически, карма - это некое благо для человека, которое даётся ему для того, чтобы он учился совершенствоваться и развиваться. Кроме того, исходя из кармических законов, человек может совершенствоваться и развиваться не только, когда его «пинает» тот или иной кармический механизм, а, наоборот, он может прикладывать усилия, для того чтобы развиваться самостоятельно. То есть с помощью благих поступков, регулярных медитаций и других подобных вещей он может помочь себе развиваться быстрее, вычерпывая эти кармические семена. Можно даже сказать, что он делает собственную карму на ту или иную жизнь более мягкой.

В кармических взаимодействиях есть описание разных состояний, которые характерны для человека. Например, есть состояние «викарма». Викарма - это плохие деяния. То есть человек, находящийся в состоянии викарма, деловито занят тем, что не только не изживает ту карму, которая у него есть в семенах, брошенных в эту жизнь, но ещё и активно нарабатывает новую. Предположим, убивает людей, ворует, кидает кого-то, злится, короче говоря, постоянно находясь в гуне невежества, он приумножает свою карму, вместо того чтобы хотя бы как-то начать её нивелировать. С чем мы его, как и обычно, и поздравляем.

По поводу «гун». Есть такое понятие «гуна». В переводе на простой язык это обозначает «волна». Условно говоря, это совокупность свойств человека. Есть гуна невежества, есть гуна страсти, есть гуна благости. Можно сказать, что гуны - это свойства той или иной эгрегориальной программы. Описанный выше человек, который продолжает активно кармовать, находится естественно либо в гуне невежества (преимущественно эгрегориальная программа «Время»), либо в гуне страсти (преимущественно эгрегориальная программа «Ситуации»), и, продолжая свою деятельность, он постоянно вытворяет какую-то ерунду, руководствуясь ежесекундными интересами. Когда человек переходит в гуну благости (преимущественно эгрегориальная программа «Состояние»), он начинает размышлять о Душе, что это за феномен, и стремится хотя бы как-то выйти с ней на контакт. Опять же, не

сказать, чтобы это был особо высокий уровень, но хоть какой-то. Если провести аналогию в Эгрегориальной механике, с помощью эгрегориальных программ (что мы и сделали назвав их), то пребывание, например, в гуне невежества характеризует собой эгрегоры, которые находятся, мягко говоря, в весьма невысоких слоях. Это эгрегоры страха, злости, гнева, похоти, алкоголизма, наркомании, жадности и т.д. Это уровень эгрегориальной программы «Время». То есть это низковибрационные эгрегоры, которые пронизывают социум, фактически, являясь антеннами для двух нижних спящих чакр людей. Когда же человек постепенно проходит эти этапы (разумеется, если монада в принципе склонна к кристаллизации и развитию), он начинает вылезать на уровень, который, условно говоря, можно соотнести со следующей гуной. И после её прохождения он рано или поздно доходит до того, что приходит к саттва-гуне (преимущественно эгрегориальная программа «Состояния»), и, находясь в этой гуне и в этой эгрегориальной программе, человек начинает постепенно развиваться и изживать собственную карму. Поэтому мы приходим к следующему состоянию, которое описывает кармические механизмы. Ладно. Об этом мы поговорим чуть ниже, сейчас, возможно, что то всё-таки стало чуть понятнее. Поехали дальше.

Итак, есть следующее состояние - акарма. Акарма - это отсутствие деяний. Опять же, нужно сказать, что для этой цивилизации это уже достаточно серьёзный уровень, на нём человек не совершает деяний. Это уже, как минимум, средний уровень программы «Ситуации», если уже не завершение её. Человек постепенно начинает избавляться от своей кармы, сжигая её. Для этого, соответственно, нужно заниматься медитациями, успокоить ум и относиться к жизни достаточно благостно. Лишь при выполнении этих условий карма будет сжигаться. Причём необходимо выполнять именно все три условия.

Человек не может просто взять и успокоить ум, и, если он не занимается медитативной практикой, это успокоение будет ровно до первого скандала. Потому что он не умеет отстраняться от внешней среды, и она ему кажется главной, меж тем и вы, и я знаете, что главное как раз находится внутри. Если человек занимается медитациями, но ум его не успокоен и дёргается туда и сюда, то любая ситуация может вывести его из себя. Также как и в третьем случае, если человек занимается (как ему кажется) медитациями, успокоил (как ему кажется) ум, но относится ко всему вокруг не то, что не благостно, а, предположим, совсем не любит окружающее. Оно ему не нравится. Тогда, на самом деле, у него не будет успокоения ума, а его медитации создадут лишь иллюзию развития, тогда как реально он будет просто стоять на месте.

Напоминаю, что мы здесь рассматриваем ортодоксальную точку зрения на кармические процессы и немного её трансформируем, стремясь донести до вас не букву, но суть того или иного учения. На наш взгляд, на самом деле, человек может относиться и «благостно» ко всему, и «никак», для того чтобы карма исчерпывалась. В первом случае вам, наверное, всё понятно - в том

смысле, что ему надо относиться благостно. Но у вас может возникнуть вопрос: «А почему «никак»?»

Да потому что если благостно - он создаёт «благостную» волну. А если «никак», то он вообще не создаёт никакой волны, то есть, карма исчерпывается, потому что он не совершает деяний. Я чуть-чуть говорил об этом в книге «Азбука Эгрегоров», и, собственно, говорил о том же в начале этого семинара, когда описывал, чем полезно недумание. Вообще, нужно сказать, что в том же ведизме всё-таки очень много моментов, которые можно обойти и которые далеко не обязательны при правильном развитии. Меж тем ряд ключевых моментов, которые мы рассматриваем в Эгрегориальной механике: положения Душ в эгрегоре; эгрегориальные программы на воплощение; взаимосвязь Души и чакр человека и многие другие почти не рассматриваются. Это, конечно, объясняется и тем, что прошло уже много времени и кое-что в человеческом эгрегоре поменялось. Кроме того, при передаче знаний большая их часть просто канула в Лету и стала странными традициями, смысл которых в большинстве случаев утрачен или просто смотрится забавным архаизмом. Мы же, со своей стороны, в Эгрегориальной механике стараемся предоставить ряд ключевых, необходимых для развития человека аспектов, понимание которых даёт вам «дорожную карту», которую вы можете использовать для движения в направлении собственного развития.

Итак, пойдём далее. Есть состояние акармы. Это состояние, в котором человек не совершает деяний. Я уже перечислил особенности того, как оно достигается - успокоение ума, состояние благости и медитации. Разумеется, здесь можно задать вопрос:

«А возможно всё-таки, если человек, предположим, не занимается медитациями, находиться в недеянии и..?»

- Всё возможно, исходя из Эгрегориальной механики - отвечу я. Потому что эгрегоров в биосфере планеты видимо-невидимо, а, значит, возможен и такой вариант. Однако ещё раз напомню, что я здесь излагаю относительно ортодоксальную точку зрения по поводу кармических механизмов. С этой точки зрения состояние акармы должно сопровождаться упомянутыми процессами. То есть к состоянию акармы, когда карма начинает исчезать, вы приходите постепенно и дальше его развиваете, стирая накопленную карму. Кстати, в интернете по поводу кармы есть интересное выражение:

«Ты молодец! 100500 плюс в карму!!!»

Когда я это вижу, то радуюсь. Смотрю на это и улыбаюсь, ласково думая:

«Придурки. Карму нужно отминусовывать, а не приплюсовывать. Чем больше кармы, тем хреннее жизнь».

И, конечно, тут-то меня и накрывают волны успокоения ума, я ухожу в медитативное состояние и благостно отношусь ко всему этому миру. Но, с другой стороны, может им туда и надо? Вот я, бывало, смотрю на это и думаю - точно. Туда им и надо.

Шутка. Относительная и скверная, конечно. Но всё же шутка. Уж какая есть. Что выросло, то выросло.

Хорошо. Итак, теперь, я думаю, вам более-менее понятно про начало кармических механизмов. Вкратце подытожим. Итак: есть карма - закон причинно-следственной связи во Вселенной. Есть викарма - состояние, в котором человек приумножает собственную карму. И есть акарма - состояние, когда человек минимизирует карму или даже может постепенно её стирать, что зависит от уровня этого состояния. Я думаю, что здесь более-менее понятно. С этим разобрались? Для начала нормально. А остальное мы разберём как на следующем занятии, так и при нижеследующих вопросах. Кстати, у нас ещё практика сегодня. Вопросы?

Даниил: - Роман, скажите, а вот некоторые маги и учителя предлагают почистить карму. Не бесплатно, разумеется, мне интересно - как это делается?

- Отличный вопрос! Да никак не делается. Это просто обман. Смотрите. Давайте включим логику? Карма - это закон причинно-следственной связи. Грубо говоря, если ты кого-то обманул или хуже того убил, то ты выделил сообразно этому во Вселенную определённую вибрацию. Она уже пошла. И сознание у тебя находится на том уровне, когда ты естественно оправдываешь себя в том, что ты сделал, иначе ты бы уже давно застрелился. Следовательно, кармические механизмы - это указание на развитие сознания. А кто может развить своё сознание, кроме тебя самого? Да никто. Кто за тебя может научиться читать и писать? Да никто. Только ты сам. Ты либо умеешь это, либо нет. Если нет, тогда у тебя есть выбор - либо быть неучем, либо обучиться. Заставить себя учить то, что тебе будет действительно нужно в жизни.

А если посмотреть в другом варианте? Вот ты, предположим, читать не умеешь. Пришёл ты к человеку и... Я не знаю... Предположим, дал ему денег в долг, а он тебе расписку написал. Ты доволен - отдал одну сумму, а в следующем месяце он тебе обещал удвоить эту сумму и вернуть. С наилучшими пожеланиями. Написал расписку. Через месяц ты приходишь к нему и говоришь: «Ну как?» Он с серьёзным лицом: «Что как?» Ты: «Ну как мои деньги?» Он: «Какие деньги? Ты: «Ну как же! Я же тебе одалживал! Вот расписка!»

А он тебе говорит, что понятия не имеет ни кто ты, ни какие деньги ты кому-то там одалживал. И в последнюю очередь ему. Поэтому: «А не покинул бы ты, друг, это помещение, да побыстрее?»

Ты, конечно, начинаешь кричать: «ЛЮДИ ДОБРЫЕ! ДА КАК ЖЕ! КРОВНЫЕ МОИ! ВОТ ЭТОТ ЖИВОДЁР И МРАКОБЕС ЗАБРАЛ! КРОВОПИЙЦА!»

Само собой, приходят люди. Ты им объясняешь, что и как, даёшь подтверждающую расписку, а они смотрят на тебя непонимающими глазами и

говорят, что на расписке написано: «С надеждой на всемирную любовь! Вечно ваш! Чмаффки!» И ни слова о деньгах.

Вот так может получиться, если ты не умеешь читать и писать. И вот так, собственно, и получается, когда наивные люди понятия не имеют ни о каких кармических механизмах. Они приходят к какому-нибудь магу, учителю или ещё кому-нибудь по этому профилю, и он предлагает «почистить карму». Опять же, как вы сказали, далеко не за бесплатно. Потом этот маг, учитель или ещё кто-то бормочет нечто над этим наивным человеком, махает руками или павлиньими перьями и говорит: «Всё почистили! Теперь у тебя, друг мой, правильная, чистая карма!»

Что происходит в эти моменты? Как правило, в банальных 70% случаев ничего не происходит. Хотя нет. Я бы сказал, что на современном сленге происходящий процесс, который можно условно назвать «Развод». Вот, собственно, и всё. Это самый банальный случай. В более хорошем варианте, вам проведут некое психологическое консультирование (вне зависимости от принадлежности проводящего) или (что ещё менее вероятно) почистят чакры и биополе. Если это будет сделано, то тогда вам действительно полегчает, и вы почувствуете некий подъём.

Но к карме и её сосуду, это не будет иметь никакого отношения. Как я уже сказал, вам просто почистят чакры и биополе и накачают вас новой энергетикой. Это опять-таки далеко не худший вариант, и, скорее всего, на несколько дней вам действительно полегчает.

Однако, опять же, к карме это не имеет абсолютно никакого отношения. В этом варианте вам просто выдали некую таблетку, вы проглотили её, и боль на время отступила, но это не лечение симптома, а всего лишь временное его облегчение. И, кстати, как вы знаете из медицины, чем больше откладывать лечение чего-либо, забивая его болеутоляющими, тем дольше потом придётся возиться с самим лечением. Здесь то же самое. Разумеется, если вам говорят, что вам чистят ауру и чакры, говорят откровенно и честно, то, используя этот процесс, вы можете начать развиваться и постепенно сжигать свою карму. Но вы должны знать, что происходит именно это. А в большинстве случаев идёт просто подмена понятий. Вам говорят, что вам, к примеру, чистят карму, а, на самом деле, вам чистят биоэнергетику. По поводу чистки биоэнергетики. Я рекомендую делать это хотя бы раз в пять-десять дней, и хотя бы для того, чтобы понимать, какие состояния должны быть при чистых чакрах и при чистой ауре. А это обязательно для развития. Что же касается кармы, то карму можно очищать только через переосознание своих поступков.

Ещё раз. Сузим на этом месте внимание повторно, потому что это основной принцип, и его как раз то большинство и не понимает.

Карма обуславливается действием через то или другое индивидуальное сознание и, следовательно, может быть изменена только лишь этим сознанием и никем другим. Никто другой не в состоянии научиться писать и считать за вас, равно как и очищать вашу карму. Карму вы можете чистить,

только переосознавая собственное поведение, собственные негативные поступки и мысли, изменяя их в лучшую сторону или хотя бы нивелируя.

Поэтому, конечно, есть многие «мастера», которые чистят карму, потом чистят обувь, потом ещё что-то чистят, но это абсолютно не имеет никакого отношения к вашей карме, потому что на поверку оказывается, что чистят они ваш карман, и бывает, что уже не первые пять лет. Карма обуславливается процессами, которые происходят на уровне сознания: отношением к себе, к другим, к миру. Это механизм причинно-следственной связи, и ты должен на уровне сознания понимать, почему тебя именно здесь взяло и понесло чёрти знает куда, а здесь с тобой случилось что-то хорошее, а здесь, наоборот, плохое.

На самом деле, обрести это понимание не так трудно, как кажется. И в том числе это, конечно, развиваемый навык, к примеру, над которым мы работаем на курсе по чакрам с интуицией с Аджна-чакрой. Понятно, что помимо интуиции надо ещё сознательно стараться просчитывать последствия своих поступков.

Продолжая нашу лекцию, необходимо отметить, что есть и другой подход к кармическим взаимодействиям. И в стратегии этого подхода можно пойти по другому пути и представить карму как процесс развития Души или сознания. Условно говоря, у кого-то Душа развита, а у кого-то не очень. Если взять некую меру, то, предположим, что сама Душа, условно, размером примерно три сантиметра у одного человека, у другого Душа четыре сантиметра. Разумеется, что мы использовали это в качестве грубого предположения, насквозь метафорического, потому что измерять уровень развития Души в сантиметрах... Как-то не совсем то. Однако какие-то величины мы должны вводить, для того чтобы вы понимали процесс. Вот мы и пытаемся абсолютно безуспешно это делать. И в этой стратегии можно указать на следующее: чем выше развитие той или иной Души, тем меньше кармических механизмов на неё действует. То есть, фактически, больше свободы выбора. Мы рассматривали этот паттерн в «Азбуке эгрегоров» и далее там мы говорили, что чем выше уровень развития Души, тем больше человек знает о кармических механизмах, о своём развитии и о развитии других людей. Он просто считывает эту информацию через свою развитую Душу и видит, на каком духовном уровне находится тот или иной человек. Это уже упирается в эгрегориальные программы, которые там рассмотрены.

Чуть более подробно мы ещё будем рассматривать это далее, в том числе какие есть виды кармы: накопленная и приносящая плоды, и откуда она берётся, накапливаемая в данный момент, и как не накапливать, а, наоборот, сжигать карму. И прочее. Мы рассмотрим разные вещи в контексте некоторых религиозных культур, и естественно будет много Эгрегориальной механики, так как она, на мой взгляд, объясняет все взаимодействия целостно, а не выхватывает части мозаики. Буквально на следующем занятии мы рассмотрим, как связаны все эти процессы: карма, недумание, эгрегоры, какой путь Душа проходит, и как она эволюционирует, перемещаясь в

пространстве после смерти, как она развивается, и что вообще дальше с ней происходит.

Хорошо, здесь же, мы будем постепенно заканчивать с теорией, хотя, как вы помните, я ещё чуть-чуть продолжу её в ответе на определённые вопросы, а сейчас нечто вроде небольшого резюме. Итак, я постарался дать теоретические понятия, хотя сделал это крайне осторожно, не путая вас в терминах и не напуская эзотерического тумана. Я рассказал по поводу кармы, викармы и акармы всё, что нужно для первого раза. Так сказать, для знакомства с этим предметом. Основное же мы рассмотрим далее на следующем занятии. Но при этом не забывайте, что я использовал ортодоксальный подход по поводу этих знаний, а кое-что за это время поменялось. Так сказать, за время пути собачка смогла подрасти. На следующем занятии мы рассмотрим, как всё укладывается в рамки Эгрегориальной механики и путешествия Души с точки зрения и эгрегоров вообще, и кармического эгрегора в частности. Теперь давайте обсудим. Есть ли вопросы?

Павел: - В своей книге «Озеро Подсознания или Планетарная йога», адаптированной шутками для западного читателя), вы написали, что карма и чакры - связаны. А как связаны карма и чакры?

- Павел, вы совершенно верно отметили, что книга написана с изрядной долей юмора. Есть такое дело. Про теорию, конечно, с юмором, а вот практика вся работает, что называется, «от и до». На самом деле, я ждал этого вопроса, потому что здесь много людей, которые занимались и занимаются таким феноменом как чакры. Поэтому всё весьма закономерно, я как раз отложил это на потом, чтобы сказать пару слов. Но если уж первый вопрос именно такой, то тогда расскажу сразу.

Наташа: - Расскажите! Мне тоже очень интересно.

ГЛАВА 7

1. Чакры и карма. 2. Кармические механизмы при наборе Душой опыта. 3. Как карма замедляется и останавливается на уровне чакр? 4. Душа и контакт с ней. 5. Инсайты как стратегия развития Души. 6. Увлечение сиддхами на уровне Аджна-чакры. 7. Гармонизация - основная функция Третьего глаза. 8. Мифы и реальность. 9. Молодые Души и их развитие. 10. То, что предначертано. 11. Как связаны карма и техники недумания? 12. Юмор как страховка восприятия. 13. Молодые Души и низковибрационные «бурные» эгрегоры. 14. Начальные техники работы с недуманием для получения ответа или решения задачи в личных и социальных взаимодействиях. 15. «Чистые точки сознания» = Дао.

Сергей: - Особенно, как связана чакра Третьего глаза и карма.

- Сергей, это будет дальше, подробно на 3-й ступени. Это я конкретно про связь Третьего глаза и кармы говорю, но сейчас тогда обрисую, так сказать, «вкуче». Поехали. Чакры и карма - связаны накрепко - одно является продолжением другого и наоборот. Возможно, это звучит не очень понятно. Сейчас объясню.

Итак, большинство кармических взаимодействий укладывается в иерархию чакр. К примеру, Сергей упоминал чакру «Третьего глаза» или Аджна-чакру. Как вы знаете (или не знаете), на уровне Аджна-чакры может осуществляться частичное сжигание кармы, а на уровне Вишудхи накопление кармы приостанавливается. Это вполне логично, если учитывать, что это чакра чистоты. Вполне понятно, что, пребывая в чистоте, накармливать достаточно сложно.

Я говорю о том, что если сознание (Душа) находится, условно говоря, на уровне Вишудха-чакры, то процесс накопления кармы приостанавливается, и человек как раз и продолжает получать состояние акармы. Почему продолжает? Потому что на Анахата-чакре этот процесс вначале замедляется, а затем, почти останавливается.

И, кстати, тут всё крайне логично. Как вы помните, именно на уровне Анахата-чакры расположена Душа человека, которая находится слева от сердца. Так вот, когда эта самая Душа проходит период самоосознания, начинается процесс торможения в накоплении кармы. Процесс-то, собственно, совсем не быстрый, в течение него человек осознаёт, что он совсем не тело, а что-то другое. Поймите правильно, разумеется, здесь мы не говорим о полусумасшедших людях, которые бегают как в жизни, так и по интернету и кричат, что «осознали себя в Духе!» или что он или она «бессмертная Душа!»

Само собой разумеется, что если человек вот это кричит, то он весьма далёк от какого бы то ни было осознания себя и находится в иллюзии. Именно

поэтому, если брать символику Анахата-чакры, один из её символов антилопа. И в разных древних и современных йогических источниках пишется, что она очень подвижна и трепетна, и её можно легко вспугнуть, и тогда она убежит. И после этого вы её не догоните. Что это означает?

А означает это следующее: Душа - субстанция очень высоковибрационная для людского мира. Именно поэтому она и запрятана как можно глубже. Поэтому, если вы с упорством и рвением начнёте её вычислять и пытаться с ней работать, скорее всего, она просто предоставит вам очередную иллюзию, но не саму себя. И вы будете гоняться за этой иллюзией в абсолютно безнадежной попытке овладеть ей. Об этом и говорит образ антилопы, что она очень трепетна, и её можно легко вспугнуть. Кроме того, погнавшись за иллюзией, человек обычно в ней увязает. Люди устроены достаточно инертным образом, поэтому большинству очень трудно отказаться от собственного мнения по тому или иному вопросу бытия, и тем более, если человек думает, что «вот это Душа»... Вполне понятно, что даже сама Душа не сможет его отговорить от этого мнения. Оцените её чувство юмора. Вообще по поводу чувства юмора это очень забавная сущность, и при начальном контакте, если он действительно состоялся, идёт долгая смеховая реакция. Это действительно так. Можно сказать, она таким способом чистит ваше сознание, и часто это проявляется на Вишудха-чакре, при работе с Весёлым наблюдателем. Ладно. Грубо говоря, чем больше вы радуетесь, что, наконец-то, вступили в контакт с Душой, тем больше вероятность, что это лишь иллюзия. В таком разрезе, наверное, понятно, что, трактуя образ антилопы, надо стараться быть предельно гармоничным, мягким и чутким, для того чтобы вступить в контакт. Те же, кто бегают и кричат, что «настала эра Водолея», или «я вступил в контакт с Душой», или «я осознал себя как Духа», или всё то же самое в подобном роде, на самом деле, находятся на уровне немного выше основных социальных эгрегоров. Они только начали приближаться к эгрегорам саморазвития и целительства и только-только вступили на этот путь, независимо от того на протяжении какого времени они «осознают себя как Душу» или кричат, что «пришла эра Водолея». Подобное поведение говорит как раз о том, что эти люди верят в разные эзотерические мифы и достаточно плохо представляют механику того, что было до этой жизни, и что будет после.

Когда человек не галлюцинирует по поводу того, что он вышел на осознание собственной Души, а действительно это сделал, он не будет об этом кричать. Во-первых, потому что сам крик - достаточно низкая вибрация. Он будет шептать. Шучу. Во-вторых, потому что сам процесс осознания себя как Души обычно не носит внезапного спонтанного инсайта. Хотя нет. Неправильно выразился. Скажем так, осознание Души может носить процесс спонтанного инсайта, но далее человек претерпевает определённый период исследования и самокопания. Это известный феномен, и он рассматривается в ряде йогических и мистических текстов. Допустим, что человека «прорубило». Он не начинает тут же жить в этом «прорубленном» состоянии - да ему его сразу

и не получить - по желанию - и когда он этого захочет - оно постепенно начинает к нему подкрадываться на своих мягких или не очень лапах.

Это не сиюминутный процесс, и в этом процессе человек может пробыть какое-то время. И именно в это время его внимание находится на уровне Анахата-чакры, где и находится его Душа. И тогда, поскольку перемещается он вниманием постепенно, происходит всё более и более медленное накопление кармы. Потому что, когда человек осознаёт себя индивидуальной Душой, Дживой, и может входить в это состояние, в этом состоянии карма у Души естественно уменьшается. Что же касается, опять же, определения «Джива», которое идёт из индуизма и означает индивидуальную Душу, то там сказано, что она не может быть утрачена, поскольку была и есть изначально. Нужно отметить, что при подобном подходе Душа не меняется, что в принципе противоречит развитию (см. «Азбука эгрегоров»), поэтому это утверждение, на наш взгляд, не совпадает с текущим положением дел.

Что касается кармы, то когда человек начинает осознавать себя как Душу, то уже нет той сильной связи с этим воплощением и с этим миром, которая была. И конечно, осознав себя как духовное существо, он почти перестаёт кармовать, поэтому для отработки остаётся только прежняя карма, а новая почти перестаёт накапливаться. Именно поэтому на уровне 4-й чакры происходит замедление, если можно так выразиться, кармических механизмов. Когда же человек переходит вниманием в пятую чакру, то происходит полная остановка кармических механизмов: его Душа постепенно очищается, и у него остаётся достаточно мало сомнений, в какую сторону двигаться. А если взять пространство Аджна-чакры, то на этом уровне накопленная карма может начинать постепенно сжигаться, и вместе с тем Душа индивида приобретает свойства этой чакры в проявленном состоянии. Она гармонизируется и приобретает различные сиддхи. На этом я немного остановлюсь.

Вячеслав: - А почему вы говорите «может сжигаться»? Вместо того что «сжигается»?

- Хороший вопрос. Потому что мало провести энергию в Аджну - это даёт не особо много чего. Надо изменить сознание в Аджне, только тогда карма будет сжигаться там. Кроме того, не забудьте, что это мы говорим об уровне, когда человек вступил в контакт с собственной Душой, и тогда он МОЖЕТ использовать поток Аджна-чакры для сжигания собственной кармы. Но, как это делается - здесь мы, понятное дело, не будем об этом говорить.

Вообще же, нужно сказать, что это очень известный эзотерический феномен, когда человек тормозится в развитии на этой чакре. Дело в том, что на уровне Аджна-чакры находится последний узел Грантхи. Всего их три, и их значение трудно переоценить в рамках проекта «Душа». Шучу. Типичный эзотерический, магический, биоэнергетический, мистический или ещё какой-либо другой похожий феномен в рамках истинного развития человека заключается в том, что человек может «застрять» на уровне Аджна-чакры.

Дело в том, что когда человек начинает обладать какой-то сверхспособностью, его это начинает бравировать этой сверхспособностью перед ним же самим. Феномен достаточно известный и широко описанный в разных источниках, начиная с той же Махабхараты и заканчивая современными йогическими писаниями. То есть человек начинает увлекаться той или иной сиддхой, настойчиво проявляя её в жизни. Между тем толку от неё весьма немного: будь то телекинез, пирокинез, чтение мыслей или что-либо другое. Она подходит только для этого мира и дальше, в принципе, не нужна. Однако человек ей увлекается и потом долго его мотает туда и сюда в исследовании этой сиддхи.

С другой стороны, можно сказать, что это, отнюдь, и не негативный этап в развитии. Человек, находясь на данном уровне осознания, какое-то время занимается исследовательской работой, которая направлена на освоение одной из сиддх. И, если смотреть в общем, складывается странная ситуация. С одной стороны, эта сиддха не нужна, с другой, поскольку все мы или большинство из нас живёт в социуме, в городах или в населённых пунктах, то в этом контексте она может и пригодиться. Поэтому, в любом случае, можно сформулировать так, что человек на данном этапе, когда Душа находится в фокусе внимания Аджна-чакры, занимается тем, что учится развивать тот или иной навык, попутно гармонизируя пространство вокруг.

Здесь следует сделать сноску, что человек может раскачать Аджна-чакру до такого состояния, что сможет заниматься телекинезом и успешно с помощью него досаждать людям вокруг, находясь в замке своей паранойи. Но это, на наш взгляд, весьма далеко от таких феноменов, как «просветление», «осознание Души» и т.д. Человек, опять же, пребывает в иллюзии и даже не стремится из неё выйти, из чего делается вывод, что Душу он не осознал и Аджна-чакру не открыл. Скорее всего, его сознание «шляется» где-то на уровне первых двух-трёх чакр и не стремится идти вверх. А это достаточно тёмные и низкие эгрегоры. И он живёт в абсолютной иллюзии, причём естественно весьма не комфортной для него.

Этот пример мы взяли, чтобы обозначить общее направление развивающей стратегии работы с собой: спокойствие, гармония, осознание Души, движение вверх. Это всё звучит просто, но вы даже не поверите, какое огромное количество людей, что называется, «встряло» на той или иной сиддхе и использовало её не во благо, а во зло. В конечном итоге, натворив зло лишь себе и замедлив своё развитие.

Итак, если всё же мы берём достаточно гармоничную стратегию развития, то в Анахата-чакре карма замедляется в своём накоплении. Затем в Вишудха-чакре она приостанавливается. И если существо избрало правильную стратегию, то в Аджна-чакре карма начинает постепенно сжигаться. Опять же, происходит это весьма не быстро. Что происходит далее, на этом семинаре мы подробно разговаривать не будем, для этого есть другие курсы:

«Эгрегориальная механика» и «Духи-наставники», однако пару слов на следующем занятии я скажу.

Хорошо, чтобы сильно вас не грузить теорией, насколько крепко связаны чакры и карма, после трех-то практик, давайте закончим теоретическую часть. Может быть у вас есть какие-то вопросы, пожелания или посылание меня в какие-то места? Разумеется, в светлые, для обретения полнейшего, безоговорочного и окончательного просветления. Шучу. Хорошо. Давайте пока всё это уложится в голове, и если есть вопросы по занятию, по практикам «недумания» и, соответственно, по кармическим механизмам, задавайте. И тогда поедем дальше. Пишите, давайте возьмём две минуты на это.

Ира: - Видимо, в конечном итоге, карма это определенное испытание.

- В общем, скорее да, чем нет. Очевидно, да. Карма переводится как закон причинно-следственной связи. Если с санскрита, то это деятельность. Это определяет, что вы такого натворили, чтобы на вас с неба свалился кирпич. Как сказано в известном произведении, кирпич на голову просто так никогда и никому не свалится, что совершенно верно, исходя из кармических законов. Предположим, пнули вы несчастного маленького котёнка, и – бах! - вам кирпич на голову свалился. Всё предельно логично, если воспринимать Вселенную безобъектно или как единый целый объект, и даже без присутствия в ней собственного «Я». Но, опять же, это восприятие доступно немногим. Исходя из него, можно постепенно начинать понимать кармические законы, а уж, где находится это восприятие и на какой чакре, догадайтесь сами.

Карма - это закон причинно-следственной связи. Если взять то же ведическое восприятие, эти ребята вообще давно всё это начинали, а теперь произошли разные перемены в связи с Эгрегориальной механикой планеты (за время пути собачка смогла подрасти), то в нём описаны взаимодействия, которые происходили 2600 лет, 3000 лет назад и более, однако к нашему времени несколько сменились Планетарные ритмы - немного, совсем незаметно для планеты, возраст которой около 4,5 миллиардов лет. А для человека и человечества заметно. Речь не идёт о том, что «Пришла эра Водогрея!», «Мы все скоро вознесёмся!» и т.д. Это всё бред больных людей. Что ясно. Но тем не менее за это время на планете кое-что поменялось, и в том числе активность кармического эгрегора, и, как следствие, коллективная карма человечества.

Кстати, уже тогда в ведизме были некоторые расхождения. Так, например, по одной из точек зрения карма в ведической философии - это некий закон Вселенной, закон причинно-следственной связи. Тогда как другая трактовка говорит о том, что карма есть закон, который создаётся Богом. Они там друг с другом воевали долго, чтобы выяснить, кто прав. Одни говорили, что карма от Бога, другие, что карма от Вселенной, а Бог здесь вообще ни причём. На мой взгляд, трактовки немного странные. Потому что давно ясно, что, в общем и целом, Вселенная – это разумная субстанция.

И есть некий Мировой разум, поэтому то, как всё это воспринимать: законом Вселенной или Божественным законом, в принципе, не имеет значения. Это всё одно и то же. Это некая система, некое, условно говоря, несепарабельное состояние, завязанное на всех и вся. Хотя, с другой стороны, есть и сепарабельные системы, которые таким способом проявляют свои законы, если вы понимаете, о чём я говорю. Можно вспомнить, что есть акарма, как остановка кармы, и есть викарма, как следствие плохих дел. Далее, кто умный, тот поймёт, а остальным, как всегда, и не надо.

Марина: - Откуда накапливается карма? Где ты так косячишь, если Душа молодая, и ты воплощаешься первый или второй раз?

- Марина, смотрите. «Косячить» можно, на самом деле, где угодно. Как раз потому, что Душа молодая, значит, она неопытная, и это значит, что работать с той системой, в которую она попала, она не умеет, и, следовательно, «накосячить», как вы изволили выразиться, она может абсолютно, где угодно. Это первое. Знаете ли, по ведической традиции, возможность «косяков» тоже неограниченна.

Во-вторых. Я предложил и другой вариант в рамках вашего восприятия, когда карма - это показатель развития Души. То есть карму можно воспринимать не как нечто жуткое и страшное, а как некий указатель на развитие и на путь, по которому стоит идти. И естественно, вкупе с этим, на развитие тех причинно-следственных связей, которые происходят от деятельности такой Души. Грубо говоря, если Душа молодая и ребёнок первый раз приходит в школу, он, например, может не знать, где находится его класс. И к тому же не понимает, что нужно подойти и спросить кого-нибудь, вместо этого он тупо ходит по коридорам, открывая разные двери и напарываясь на злобно-добрые взгляды учителей с выражением лица: «Те чё надо?»

Вот прошёл он первый класс, научился хотя бы попадать туда, куда надо, и спрашивать у компетентных людей о необходимом. Теперь он во втором классе и понятия не имеет, что такое химия или физика. Он не знает, что есть какие-то физические законы. И тогда он вполне спокойно может войти в кабинет физики или химии и просто смешать содержимое двух колб, даже не зная, что смешивает. Просто так - для смеха - ему так захотелось. И для смеха, только уже не его, а кого-то другого, ровно 20 парт вместе с ним легли в противоположном направлении, а сам он, не успев понять как, уже находится в том разделе эгрегора, который, условно говоря, называется чистилищем. А я называю его передержкой. Там, где Душа очищается от принесённых снизу вибраций. Это что касается «молодых» Душ и их возможности «накосячить». Я понятно объяснил? Кстати, если продолжить разговор о молодой Душе, то я что-то сильно сомневаюсь, что, предположим, если бы у вас была молодая Душа, вы бы попали к нам на тренинг. Молодые Души - это в сущности абсолютно бессознательные существа, которые мало что понимают и, в основном, живут на рефлексах.

Если бы у вас была молодая Душа, то вы бы, в лучшем случае, сейчас в компании грузчиков пили водку. Это в лучшем случае. В худшем, мне даже

страшно предположить, чем бы вы могли заниматься. А попасть на тренинг по карме это, как минимум, определенное количество жизней надо прожить. И, кстати, прожиты все эти жизни абсолютно не зря - из каждой жизни выходит свой опыт, и Душа приобретает определённую компетенцию. Поэтому решительно невозможно представить, что человек из какого-либо низкого социального эгрегора, у которого водка, бабы и мечта о том, когда начальник сдохнет, придёт на тренинг-семинар по карме. Разумеется, Марина, я, как всегда, подчёркиваю, что это только моё мнение, и вы не обязаны с ним соглашаться. Вы задали вопрос, я высказал своё мнение, и я даже на нём не настаиваю, и оно, наверняка, неправильное, как и, собственно, любое мнение. Почти шучу. К слову говоря, есть разные социальные институты, которые как раз занимаются такими молодыми Душами. Называть их не буду, они всем известны. А что делать? Надо же молодым Душам объяснять, что, к примеру, убивать плохо, воровать нехорошо и так далее. А то они даже этого не понимают. Если мы возьмём родовую эгрегориальную динамику, то в ней вообще всё закономерно происходит. Впрочем, ладно. Вы, наверняка, видели программу и знаете, что на шестой ступени будет карма рода, эгрегориальные структуры, работа с Душами ушедших и так далее. То есть это всё кармические механизмы, просто на первом занятии мы обзираем их пока туманным взором. Или, наоборот, светлым. У кого какой. Человек с туманным взором сюда не попадёт. Кроме меня, разумеется. Мой взор туманен до предела. Итак, наверное, я ответил на ваш вопрос, а более детально кармические взаимодействия мы разберём далее на ступенях, сегодня у нас уклон всё же больше в сторону «недумания». Поэтому на этом занятии «въезжаем» в начала кармических механизмов и их действие легко и непринуждённо.

Юлия: - Во время практики недумания карма списывается или наработывается? Что с ней происходит?

- Хороший вопрос, Юлия. На самом деле, во время практики недумания у вас нет возможности кармовать, потому что вы не принимаете решения сознательно и находитесь в недеянии. Как пополняется карма? Действиями. Мыслями. То есть карма - это когда вы активно делаете что-либо и кармуете. Когда вы что-либо берёте, неважно что, молоток, чтобы забить гвоздь, или какую-то мысль и начинаете туда и сюда «юзать». И вы сознательно (по крайней мере, на тот момент вам так кажется) принимаете какое-либо решение. А в эти моменты обычно вам подсказывают сверху, с другой стороны: «Эй, слушай! Не ходи туда! Там секир башка будет! Больно будет!» И неважно, что Вселенная использует для того, чтобы направить вас на путь созидания взамен накопления кармы: случайно услышанное слово человека, включённый телевизор с определённой фразой, совет друга или интуитивное ощущение. Это всё феномены одного порядка. А вы упёрлись рогом в своё и долбите в бетонную стену. Понятно, что при регулярном столкновении с бетонной стеной рано или поздно любой рог не выдержит. Но пока вы долбите, и рог не сломался, чей-то вкрадчивый и вежливый голос вам мягко подсказывает: «Окстись, дебил?! Ты чё делаешь?!»

Но вы его не слышите. В результате вы всё равно делаете так, как вам кажется надо. И естественно дружественная Вселенная делает так, как надо ей. И, соответственно, поскольку она слегка побольше вас, то прилетает именно вам от неё, а не ей от вас.

Я, конечно, так объясняю, чтобы было понятно, и здесь, разумеется, надо понимать, что нет какой-то Вселенной, которая внимательно следит за вами, оценивая каждое ваше действие и мысль. Я объяснил так, потому что это наиболее просто и понятно, на самом же деле, вас вообще никто и не замечает, но просто если вы, предположим, побежите навстречу урагану, а не от него, то ваша встреча, на мой взгляд, будет весьма драматична. А ураган этой встречи и вовсе не заметит. Для него это одна из миллиардов песчинок, которые он переворачивает на своём пути. Возможно, метафора и не самая удачная, но тем не менее надо понимать, что это просто механизм.

И здесь, когда мы используем практики недумания, у вас есть возможность не кармовать и не бежать навстречу урагану, а спокойно спуститься в подземный бункер и сесть там в медитацию, пока он не пройдёт. А потом выйти и насладиться солнечными лучами. Вспоминая Пелевина, «когда недумаешь, многое становится ясно». Находясь в «запутанном состоянии», иными словами, в несепарабельном состоянии с этой системой, вы не можете от неё взять и отстраниться. И посмотреть со стороны. В процессе недумания это возможно. Этот процесс весьма помогает выйти из собственных сковывающих шаблонов. Почему, вы думаете, первая ступень посвящена недуманию? Потому что это напрямую влияет на кармические процессы. И используя наши практики, вы можете немного отодвинуться от своих стереотипов и шаблонов. Вы можете сделать собственное состояние менее инертным, более комфортным и более спокойным, а также сделать несколько шагов по направлению к той субстанции, которая называется Душой. Когда работаешь с недуманием, можешь «посмотреть на себя со стороны» или вовсе стереть на время собственное «Я», и это важно для развития. Когда вы сможете включать это состояние на какое-то время, предположим, 10 минут, вы начнёте постепенно двигаться к собственному осознанию. Потом вы начинаете уже по-другому пользоваться мыслями, понимая, что мысли - это и ресурс, и анти-ресурс. Потом вы начинаете относиться к событиям в мире, как к неким маячкам, которые ведут вас. Вы понимаете, почему вот здесь вам что-то прилетело, а вот здесь всё нормально. А вот тут вам следует свернуть именно сюда, а не в ту сторону. То есть постепенно у вас начинает проявляться ваша система взаимодействий, и вы начинаете понемногу понимать, что происходит вокруг - причинно-следственные связи. Разумеется, это только первый этап, но он важен. И далее естественно можно работать с чакрами и другими феноменами. Наверное, ответил на вопрос, Юля. Едем дальше.

Марина: - Я сейчас вашу книгу читаю, есть вопросы.

- Какую именно из книг? Впрочем, если читаете любую, что делать, я вам сочувствую. Значит, у вас тоже вкус... Как и у меня. Не особо хороший.

Потому что мне мои книги тоже, к несчастью, нравятся. Впрочем, мне вообще мало, что нравится. Как мне что-то может нравиться или нет, если и меня-то не существует? Шучу. Но относительно. Это как раз к нашей теме по «недуманию» и отсутствию собственного «Я». Кстати, я уже говорил на медитациях и тренингах, что надо относиться к себе как можно более юмористично, особенно если ты занимаешься эзотерическими, медитативными или паранормальными восприятиями. Это если учитывать, что есть «ты». У большинства, конечно, есть. Поэтому юмор - это лучшая страховка, чтобы не уйти в одинокую, параноидальную реальность собственных галлюцинаций. Что и провоцируют некоторые видимые мною «эзотерики». Посмотришь, что они говорят, волосы дыбом встают. Я себя не считаю эзотериком, слава богу, но каждый раз, когда я слышу, что говорят эзотерически настроенные люди, хочется просто... Постучаться к ним в голову и спросить: «Есть тут кто?» Недавно попала пара строчек из книжки одного товарища, он, кстати, написал много книжек по карме. Читаю: «...знаете, я тут подумал, что, вследствие моих неправильных манипуляций, со Вселенной может случиться ужасное горе. Я стал вести себя осторожнее!»

Как вам это? Нормально? Маленькое, но безусловно весьма наглое человеческое существо, которое проживёт от силы сотню лет, сильно беспокоится о том, чтобы не повредить Вселенной, возраст которой порядка 13.6 миллиардов световых лет. Круто, да? Это ж каким болезненным эго надо обладать. В разрезе нашей темы: неплохо было бы таким и подобным им поработать с техниками недумания. В личку тоже пишут: один с инопланетянами общается, второй с духом Ошо, третий говорил, что давно охотится на рептилоидов и раскрывает их базы. Короче говоря, употребляя сленг, можно сказать, что «кроет» некоторых бедолаг весьма сильно, а что делать. Поэтому юмор, в данном случае, хорошая страховка. Парадоксально, но как и первый, так и второй, и третий вариант, в принципе, может быть. Только не у этих людей: эти живут в собственных галлюцинациях. А вот если бы работали по техникам недумания, это бы дало им небольшую страховку, для того чтобы их разум не уводил их чёрти знает куда. Конечно, не говоря уже о крайне желательном для них использовании насмешливого отношения по отношению к самим себе. Поэтому, да, Марина, я вас понимаю, и когда я открываю некоторые книжки, написанные эзотерически настроенными товарищами, у меня с первых страниц возникает огромное количество вопросов. А потом я просто понимаю, что за сознание писало ту или иную книгу, и вопросы сразу снимаются, вместо них происходит безудержная смеховая реакция. Впрочем, надо также сказать, что есть достаточно внятные эзотерические, магические, мистические и, разумеется, философские произведения, которые написаны очень умными людьми. Взять хотя бы «Дао де Цзын» или «Розу мира». Хотя по поводу «Розы мира» надо сказать, что существует правильное и широкораспространённое мнение, в узкоспециализированных кругах, что Андреева далеко не пустили в рассмотрении определённых феноменов. Но сама книга неплохая. На ту же тему, что и «Азбука эгрегоров», только в Азбуке более структурированный

подход и более чёткое описание. Бог с ним. Марина, я вроде бы ответил на ваш вопрос?

Марина: - Мне непонятно. Есть молодые и есть опытные души, опытные отработывают карму. Понятно, прошлые воплощения, а молодые-то не успели даже навоплощаться, чтобы где-то накосячить.

- Смотрите, Марина. Давайте ещё раз. Я, отвечая на ваш вопрос, предлагал рассматривать эти кармические взаимодействия даже не под жутким словом «карма», а под более жутким словом «развитие». Ещё раз объясню в контексте вопроса: «Почему какая-то Душа «косячит»?» Ладно, раз уж мы окончательно перешли на сленг, так и бог с ним. Ловите пример: опять же, ребенок в школе. Ему дали спички. Он от собственной дури может эту школу сжечь, или выпрыгнуть с этими спичками с четвёртого этажа, или ещё что-нибудь подобное. То есть это делается просто по дури, элементарно из-за того, что, простите, нет мозгов. Из-за этого и происходят, как вы говорите, «косяки». Если бы ума у этой особи было больше, то, понятное дело, зачем ей сжигать школу или выпрыгивать в окно? Эта особь тихо пошла бы себе решать дифференциальные уравнения, или осваивала бы общую теорию относительности, или изучала бы строение клетки и т.д. Но поскольку сознание этой особи на таком уровне не находится, то она руководствуется низшими инстинктами, идущими от биологического тела. И чем сильнее эмоция, вызываемая тем или иным поступком, тем ей лучше. Она живёт этими животными, сильными эмоциями. И не важно, что это: пляски вокруг костра; куда-то бежать; чего-то бояться; или бить кому-то морду. Не важно, какое действие совершает эта особь, важно, что состояние, которое она испытывает почти всегда мощное и сильное. То есть, возвращаясь к нашей теме, это как раз тот человек, который по уши находится в узах кармы и не способен проявить собственную волю. Он полностью в мягких, пушистых, дружественных и безусловно правильных лапах predeterminedности. В большинстве случаев он в гуне невежества, в эгрегориальной программе «Время». И именно в этом состоянии он «косячит». Чем квалифицированной Душа, чем больше уровень её самореализации, тем меньше у неё кармическая структура, тем больше она развивается. Тем более её чувства спокойны и гармоничны. У неё нет или почти нет эмоциональных порывов, её никуда не несёт. Она находится в «ровной» вибрации. Можно даже сказать, что это достаточно спокойные или тонкие энергии, недоступные тому существу, которое играет со спичками или прыгает с четвёртого этажа. Я надеюсь, что объяснил всё доступно. Вроде, тут всё просто. Хорошо, давайте дальше.

Юлия: - Получается перед практикой недумания можно делать запрос на какие-то неразрешённые вопросы и может прийти осознание?

- О как! Юлия! Да, вы что-то, я смотрю, разогнались сегодня. Вопросы хорошие задаёте. Правильные. Итак, от развития Души вернёмся вновь к основной теме этого занятия - «недуманию». Так сказать: «И вновь продолжается бой!». Юлия, вы абсолютно правильно мыслите. Это,

собственно, есть во многих направлениях и психотерапевтического толка, и развития сознания, и разных других. Именно так и делается: вначале делается некий запрос по какой-либо проблемной теме, которая беспокоит клиента, а потом клиент отправляется в поход в трансовое или медитативное состояние для решения этого вопроса. Понятно, что в трансовом или медитативном состоянии критическая оценка отключается, и выныривает недоминантное полушарие, которое помогает клиенту решить те или иные вопросы. В контексте «недумания» стратегия примерно похожая. Это можно описать ещё с другой точки зрения. Грубо говоря, когда вы находитесь в некоем мысленном процессе, ваше сознание наполнено теми или иными мыслями, категориями, понятиями и структурами. Если же вы их отменяете на время, то образуете некую чистую точку сознания. И через эту точку может пройти, простите за грубое выражение, «Свет» и рассеять тучи ваших мысленных, зачастую не нужных построений. То есть, сам процесс недумания полезен как таковой. А если, как вы говорите, до этого ещё делать запрос, то в этом варианте вы рискуете с 80% вероятностью получить ответ. Если не сразу - психическое переструктурирование занимает обычно некоторое время - то через определённый промежуток точно. Таким образом, это неплохая стратегия, для того чтобы получать ответы на интересующие вас вопросы. Или, если говорить проще, решать какие-то проблемы как с собственным пониманием ситуации, так и с её практическим разрешением.

Пару слов о структуре задаваемого себе вопроса или о структуре задачи. Итак, можно не задавать вопрос непосредственно, а сделать вот что: можно просто напряжённо, какое-то время, подумать над решением вашего вопроса/проблемы в рамках сознательного разума. Перед тем как вы воспользуетесь техникой недумания, напряжённо подумайте о вопросе, который вас беспокоит, и этим вы:

- а) структурируете информацию на уровне сознания;
- б) сделаете запрос на решение той или иной задачи или проблемы;
- в) направите подсознание на решение этого вопроса;
- г) направите биологическую энергию на решение этого вопроса.

После того, как вы сделаете это, отключитесь на какое-то время и «недумайте». Потом, когда закончите медитацию, не думайте больше о вашем вопросе вообще, а просто займитесь своими делами. Если ответ не придёт сразу в процессе медитации, а точнее сразу после неё, то он придёт в ближайшее время. Это происходит в 70-80% случаев с нашими обучающимися. Здесь я показываю алгоритм техники, которая у нас будет через одно занятие. И, фактически, её можно использовать и для решения тех или иных задач, и для решения проблем, и для собственного развития. То есть, я, как всегда, всем нуждающимся предоставил очередную волшебную палочку. Кто хочет - пожалуйста - пользуйтесь. А вы Юля, поскольку вы мчитесь впереди паровоза. Итак, смысл техники я вам описал, сама техника у нас в практике через занятие. А вы Юля, на самом деле, молодец, правильно думаете о недумании. Шутка.

Если же всё-таки каким-то способом при использовании этой техники вам удалось не получить ответ, тогда просто проделайте тот же самый алгоритм несколько раз. Здесь суть в следующем. Если вам не удалось получить ответ сразу после медитации, то я делаю вывод, что у вас слишком много ментальных построений. И вам тяжело пробраться через них. Значит, нужно просто сделать это несколько раз, чтобы, так сказать, образовалась некоторая чистая точка сознания.

Чистая точка сознания - это позиция, о которой я писал в работе «Озеро Подсознания или Планетарная йога» ещё в 2005 году. А вышла она в 2009. Почти парадокс. Так вот, хотя книга безусловно юмористической направленности, и в ней масса приколов и шуток, практика там выверена неукоснительно. Что же касается теории, я специально сделал её очень директивной, для того чтобы умный читатель понимал о том, что я пишу между строк. В ней написано в том числе об образовании в среде «чистых точек сознания». И приведено несколько упражнений по недуманию. А здесь я говорю об этом, потому что эти самые «чистые точки» решительно не могут образоваться от того, что вы будете в мозг натаскивать всё новую и новую информацию, и её обдумывать, и анализировать. Там ещё есть мысль о том, что сама Среда заинтересована в образовании этих самых точек, через которые проходит сознание совершенно другого порядка. И через эти точки сознание, настоящее сознание, проходит в Среду.

Понятное дело, что это некая метафора. На самом деле, всё гораздо сложнее. Но тем не менее это хорошая метафора для людей. И здесь можно задать себе вопрос: «Неужели мой анализ и мои концепции - это именно то, что нужно Среде в данный момент?»

И тут же получить мысленный ответ: «Да не дай бог!!!» И такой же мысленный гогот.

Я уже говорил о человеке, который считал, что может как-то повредить Вселенной. Выглядит эта история, если не смешно, то грустно. Потому что считать, что ты знаешь, что нужно Вселенной, которая в поперечнике размером примерно в 13.6 миллиарда световых лет, находясь на маленькой планете, на окраине Млечного пути, в человеческом теле, весьма уязвимом надо сказать... Достаточно смелая посылка. Во всяком случае, для меня. Кстати, само это явление называется солипсизмом, когда человек думает будто он центр мира и Вселенной. Это говорит о том, что сознание не особо развитое, но, тем не менее, постепенно шлѐпает к развитию. Если мы берѐм не подобный, несколько параноидальный подход, а действительно понимаем, что Среда гораздо умнее нас, и у неё есть некий самоорганизующий принцип, который, собственно, ей и позволил развиться до 13.6 миллиарда световых лет, то мы просто позволяем себе воспользоваться этим принципом. И у вас тут же может возникнуть хороший вопрос: «А как?»

Да просто. Надо на время убрать собственный разум, воспользоваться техниками недумания, и тогда этот принцип сам придѐт к вам. Потому что это сущность более высокого порядка, чем разум. Следовательно, пока вы

пользуетесь вашим разумом, вы не можете воспользоваться этим принципом. Всё весьма логично. Это вам ничего не напоминает?

Антон: - Дао!

- Конечно! Совершенно верно. Это же Дао. Это старый приятель Планетарной йоги Лао. Со своим Дао. Дожил. Шучу. Уже стихами стал шутить. Разумеется, Дао - это и есть описание, правда, в китайской традиции, этого Высшего разума. Это именно то, что помогает образовать эту самую чистую точку сознания. Нужно сказать, что всё это я разжевываю на семинарах, а о книге Лао Цзы этого сказать нельзя. Я про то, что его семинары непонятны. Не вёл он семинаров. С одной стороны. С другой. Мы все их посещали.

Ладно. Я надеюсь, всё более-менее понятно. Я напомню, что я обозначил стратегию, как правильно задавать вопросы и как получать на них ответы на простом уровне недумания. Разумеется, когда некоторые из вас овладеют такой вещью как Эгрегориальная механика, то смогут просто залезать в тот или другой эгрегор, ответственный за задачу, и отсматривать, что там происходит на уровне сознания. Но для этого нужен всё же неплохой навык работы с Эгрегориальной механикой. Здесь же мы отталкиваемся от того, что вы не совсем простой, но всё же не очень искушённый в эзотерике человек, и вам просто надо решить ту или иную проблему или задачу, и для этого вы можете использовать и ваше подсознание, и процесс недумания, как таковой, и с помощью этого достигать нужного вам результата. Сейчас едем дальше.

ГЛАВА 8

1. Польза сознательного разума.
2. «Души с других планет» или Манок для сознания.
3. Мифы в массовом сознании.
4. Радостная самоидентификация через миф.
6. «Великая миссия!» - как посылка эгрегора для забора энергии.
7. Четвёртая практика: медитативный текст.
8. Обсуждение.
9. И вновь Аджна-чакра.
10. Недумание и боязнь потерять себя (гиперконтроль).
11. Завершение.
12. Удачи.

Сергей: - То есть главное истребить разум?

- Сергей, вы уж как-то сильно сформулировали... Прямо уж так и истребить... Какое-то у вас просто воинственное настроение. Нет. Давайте выразимся так: нужно обрести умение включать и выключать свой разум. И это будет, на мой взгляд, корректное определение. Потому что, к примеру, если вы захотите чему-либо научиться, от вождения машины и Эгрегориальной механики до тех же дифференциальных уравнений, разум вам просто необходим. Процесс понимания ещё никто не отменял. Процесс понимания необходим для нашего социума. Без него вы будете не в состоянии освоить новую компьютерную программу, не говоря уже о том, чтобы прочитать техническую литературу. То есть не надо «истреблять» разум, требуется уметь включать и выключать его. Он необходим для структурирования информации. И, кстати, не поверите, он весьма помогает. Короче говоря, сознание, нацеленное на производство алгоритмов, КРАЙНЕ полезно. Впрочем, я уже говорил это, просто повторил несколько на другой лад.

Ольга: - А расскажите про кармические петли, и как их проходить. Спасибо!

- Ольга, а вот и не расскажу. Вот и не дождётесь. И знаете почему? Потому что информация о кармических петлях будет через несколько занятий, так как она базируется на знании об эгрегориальных программах, а здесь, мы только о них упоминали весьма вскользь, и далеко не все присутствующие читали «Азбуку Эгрегоров», где они описаны. Поэтому это всё-таки в следующие разы. И для начала надо рассказать о карме в принципе. Потом мы рассмотрим, что такое кармические петли, эгрегориальные программы, и, конечно, будем работать на практике для их разрешения. Вы хотите всё и сразу, а я хочу напомнить, что это только первое занятие курса «Карма и Эгрегориальная механика».

Светлана: - Часто говорят, что есть Души с других планет. Что вы об этом думаете?

- Светлана, да я, собственно, не думаю, я знаю. Сейчас и вы узнаете. Смотрите. Есть эгрегориальная структура планеты Земля. Здесь мы не будем останавливаться на этом подробно, потому что это ОЧЕНЬ надолго. А время у

нас уже давно вышло, и нам ещё практику делать. Если хотите, более-менее эскизом эта схема набросана в той же книге «Азбука Эгрегоров». В реальности в этой книге просто прорва информации. Если надо, посмотрите там, а здесь я скажу такую вещь: любая мысль, которая пришла к вам в голову, находится в биосфере планеты Земля. Теперь вздумайте ещё раз в эту мысль. Я не шучу для разнообразия. Абсолютно любая мысль, пришедшая к вам в голову, с этой планеты. По той причине, что это обуславливается механизмами Эгрегориальной механики. Опять же, подробнее смотрите «Азбуку Эгрегоров». У человека есть Душа. Есть Души разных уровней, но, пребывая в социуме, они, так или иначе, питаются теми или иными энергиями. И в том числе энергиями мыслей. Я думаю, что не открою для вас Америку, если скажу, что ментальный план, он же план ваших мыслей, крайне важен для ваших переживаний, инсайтов и т.д. По крайней мере, до того момента, пока вы не умеете отключаться и не думать. То есть во время инсайтов проявляется та или иная часть Души. У Души есть определённое количество тел или частей, но это совсем не к этому семинару. Эти темы мы подробно проходим на курсах «Духи-наставники» и «Эгрегориальная механика». Просто пока примите как факт: у Души есть несколько частей, которые составляют так называемый «Веер Души», и одна из них во время того, что вы или я называете инсайтом, определённым образом при проявлении резонирует. Когда она резонирует, вас посещают откровения или просто приятные мысли. То есть можно выразиться так, что Душа «напитывается» той или иной мысленной дорожкой. Волной. Понятно?

Теперь давайте вернёмся к началу рассуждений и вспомним, что ЛЮБАЯ мысль, которая пришла вам в голову, находится в биосфере планеты Земля. Помните? Следовательно, можно сделать вывод, что на нашей планете Души только с этой планеты. По той причине, что они питаются теми мыслями, которые есть тут. Конечно, здесь нужно сделать оговорку, что есть определённое количество Душ с других планет. Очень маленькое. Прокрались. Шучу. Но и этих Душ гораздо меньше, чем предполагают последователи разных эзотерических учений: Крайона, Вознесённых учителей и прочих ребят, говорящих, что они с других планет.

Ага. С планеты Железяка. Ладно. Конечно, есть Души с других планет, но всё дело в том, что кричащие, что они с другой планеты, или хотя бы вслух говорящие об этом, точно с Земли. Потому что молчащие прекрасно об этом знают, им не нужно об этом всем сообщать. А говорящие такие вещи как: «Моя Душа с другой планеты!» и т.д. - просто хотят выделиться и больше ничего. В этом нет ничего плохого. Для них это способ самореализации. Но когда смотришь их структуру, а здесь есть несколько людей, которые проходили курс по Эгрегориальной механике и могут подтвердить, что когда смотришь таких ребят, как всегда, ты видишь два канала к определённому эгрегору: от Души и от тела. Это у всех. Но дело в том, что оба канала ведут в эгрегоры разной светлости и тёмности, которые находятся в биосфере Земли. Что происходит, когда смотришь Души, которые действительно не отсюда, говорить не буду. Если научитесь, тогда сами увидите. Скажем так,

результат немного неожиданный. Поэтому, резюмируя ответ на ваш вопрос, скажу, что очень много народа кричит, что они не отсюда, и их Душа с другой планеты. Знайте точно. Они отсюда. И предстоит им здесь ещё какое-то количество воплощений, для того чтобы вернуться из глубокого Космоса, который находится в их подсознании, и больше нигде, и встать на Землю обеими ногами. Тогда, глядишь, когда начнут принимать реальность, может и прогресс в развитии пойдёт. Впрочем, если людям нравится жить в иллюзии, да и слава богу. Им так комфортнее. И оставим их. Они получают послания с разных планет, думают, что там «свободное и честное общество», «полная справедливость» и тому подобное.

На самом деле, это мифы направления Нью-Эйдж. И они, кстати, сильно прижились в народе - что и понятно - народ хочет сказку. И народу предоставляют сказку, в которой существует утопическое общество с честными политиками, и у всех всего всегда вдоволь, все друг к другу хорошо относятся... Поэтому этот миф весьма хорошо приживается. Кому ж не хочется думать, что его Душа с другой планеты, где он занимает почётное место, а здесь выполняет великую миссию, делая работы по восстановлению планеты?

Да каждому полудур... полу-человеку, то есть не обычному человеку, а высшему существу, хочется так думать. По той причине, что, если человек считает себя необычным, это само по себе помогает вам подсказать ему то, что именно он хочет думать. И разные направления активно подсказывают. И в этом нет ничего плохого - есть спрос - есть предложение. Это просто уровень сознания. Люди, гонящиеся за массовыми мифами, не очень способны к самореализации по причине того, что, если бы они были способны, они не утверждали бы, что они с другой планеты, а просто что-то делали в этот момент, что-то полезное для своего развития, медитировали бы, к примеру. Есть, конечно, разные люди. Надеюсь, вы понимаете, что я говорю о большинстве. Человек может считать себя пришедшим с другой планеты, и, несмотря на то, что он с Земли, тихо и планомерно заниматься своим развитием. Бывает и такое. И это, на мой взгляд, нормальный выбор. Если тот или иной миф позволяет ему развиваться в выбранном направлении, почему бы и нет?

Но в большинстве случаев всё же происходит по-другому: они бегают туда и сюда, кричат, что с других планет, у них совместная «миссия» и т.д. А на поверку, я уже говорил, они делают так, потому что это единственный способ реализации и самоидентификации. Небольшое сознание позволяет реализоваться только за счёт того, чтобы выделиться с «общей благой целью». Надо сказать, что в этом ничего нового нет, и я уже писал об этом в «Азбуке эгрегоров». Механизм весьма простой и весьма известный: хочешь, чтобы человек работал за бесплатно, озадачь его великой целью или миссией для человечества. И всё. И неважно, как эта миссия в сущности может проявляться: это может быть «великая война за Свет!», или то, что «мы с другой планеты!», или, что «сейчас время Перехода!», или то, что «нас всех забирали пришельцы!», или то, что мы все «братья и сёстры!», или то, что «мы все одно!», и так далее. Я уже писал об этом механизме в прошлой

работе. Там как раз в начале всё это описано, поскольку книга о системах и о том, как работают системы. Люди же хватаются за эти слоганы, как за единственную возможность самоидентификации. Потом, когда их Душа немного развивается, и приходит понимание, что всё это время они были в мифе, они не могут это воспринять. Вполне понятно - это известная психологическая особенность - если человек потратил 5 лет своей жизни на какое-то верование, он не может вот так просто взять и перестроиться на другое. Это будет означать, что 5 лет угроблено впустую, и, в сущности, он идиот. По крайней мере, внутри он будет себя воспринимать именно так. И только очень немногие способны честно себе признаться в этом и начать всё заново. Обычный же человек находит какой-то похожий с прежним миф, немного другой. И верит в него. Это полностью бессознательное движение Души. Человек этого не осознаёт, но сам процесс говорит о том, что его Душа передвигается внутри одного большого эгрегора, сменяя несколько маленьких и накапливая свой опыт. Потом происходит смерть физического тела, Душа идёт вновь наверх, там чистится, скидывая вибрации, затем возвращается, и процесс повторяется в прежнем эгрегоре то того момента, пока Душа не эволюционирует.

Поэтому все эти тренды, которые давно стали брендами - «Равенство!», «Братство!», «Против кого-либо!», «За всеобщую справедливость!» - очень хорошо приживаются в массовом сознании, поскольку оно весьма неприхотливо. Вообще, неразвитые люди любят справедливость, потому что им кажется, что мир не справедлив к ним. На самом же деле, мир к ним абсолютно справедлив, им просто не нравится, что он к ним справедлив, они бы хотели большего. И, исходя из этого, они ищут устраивающие их мифы, эзотерические или какие-либо ещё.

Светлана: - То есть тут Души только с этой планеты?

- Я этого не сказал. Я сказал, что Душ с других планет здесь крайне мало. И я сказал, что это можно увидеть. Они есть, но об этом не говорят, потому что пришли сюда почти сознательно. Те же, кто говорят об этом, точно отсюда. Их просто раскачивает тот или иной эгрегор, говоря им, что они «с другой планеты», и эгрегор получает с этого резонанса энергию. Эти люди действительно думают, что они не отсюда, и это не лицемерие, они действительно в этом уверены на уровне самоидентификации. Но это очередная иллюзия, очередной эгрегориальный миф в человеческом сознании, тем не менее это их «миссия» и способ реализации. А если ещё подробнее, это та эгрегориальная программа, которую они проходят, и точки в которой расписаны.

В сущности, их Душа сыграла с ними забавную шутку: она подсунула им восприятие будто она с другой планеты. Вы, наверное, спросите - зачем? А я вам отвечу - для того чтобы структурировать вибрацию, если хотите, некоего волшебства. Это единственный выбор для этих людей, потому что больше им не за что цепляться, и только понимание того, что они не отсюда, создаёт нужный их Душе резонанс. Конечно, это иллюзия, но что ж поделать - мы все

в иллюзии. Так сказать, Майя, здравствуйте! Кто-то осознаёт это и понимает, что каждое его верование может оказаться неверным, а кто-то истинно уверен в своей правоте. Как вы понимаете, и те, и другие полностью правы, исходя из факта собственного существования.

Хорошо. Давайте тогда пойдём дальше. Примите, пожалуйста, комфортные позы. Если у вас остались какие-то вопросы, запишите их, мы рассмотрим их после практики. Делать настройку на сон я не буду, поскольку обещал же в прошлый раз, что энергия перераспределится по телу лучшим образом для максимальной регенерации. Окей. Поехали. Сейчас будет очень простая техника, но очень действенная, и я её очень рекомендую для самостоятельного освоения. Она спокойная, хорошая и давно приехала из Тибета. Так, сейчас мы тогда сделаем через подсознание, чтобы вам было попроще, но в том числе алгоритм выполнения у вас будет, поэтому сами сможете делать её на сознательном уровне в медитативном формате. Она уже публиковалась в книге «Озеро Подсознания или Планетарная Йога», глава «Обучение», упражнение 7. Ладно. Теперь поехали.

Четвертая практика

Медитативный текст

Вы можете ощущать себя действительно удобно и спокойно. И сейчас, просто переместите внимание на воздух. Наблюдайте, как воздух касается вашего лица. И перемещая взгляд на дыхание, вы ощущаете, как вы вдыхаете воздух, и он проходит определённый путь. И здесь, даже не обязательно с каждым вдохом погружаться глубже, здесь можно просто позволять себе сонастраиваться с неким медитативным процессом. Потому что ваше подсознание может обучаться этому процессу, в том темпе и ритме, как происходит ваше дыхание сейчас, наиболее комфортно и наиболее удобно. Можно предоставлять вашему состоянию гармонизироваться более полно с каждым вдохом, и теперь, просто можно представлять себе своё собственное сознание, как некую сферу. Эта сфера может иметь какой-либо цвет или свет или не иметь его. Это не важно. А важно, пока это происходит, позволить себе углубляться в более удобное, более комфортное состояние с помощью этого. Пока ваше подсознание учится в этом медитативном процессе, и тогда вы можете просто вспоминать о том, что над вами есть столб атмосферного давления, который давит на вас. И вы теперь можете просто позволять этому столбу, этой среде, проходить в своё тело, как будто насквозь, позволяя ему сливаться со средой. Да, и так же позволять спокойно проходить среде через сознание, заполняя его полностью. Действительно удобно находясь в этом процессе и в этом комфортном состоянии, позволять проходить среде через себя полностью, да, и пока это происходит, всю энергию, которую вы наработали за занятие, вы можете сейчас предоставить ей перераспределяться на всю следующую неделю. Так чтобы когда-то у вас было много энергии, когда-то чуть меньше, но это происходило всю следующую неделю. И теперь можно позволить этой энергии и её излишкам в

организме, просто позволить, перетекать в некую копилку, которая и представляет собой следующую неделю. Вы просто можете видеть, как уходят излишки энергии сейчас, в то время, пока ваша следующая неделя заряжается энергией. И пока это происходит, в это время, вы предоставляете среде проходить через себя и гармонизировать ваш организм, однако делать это очень удобно, спокойно, и я даже не прошу, чтобы это у вас как-то связывалось с расслаблением или почти засыпанием, это не нужно делать. Впрочем, вы можете сделать это сознательно на сегодня, если это необходимо, и теперь можно просто предоставить вашему подсознанию обучаться в медитативном процессе, а среде просто проходить через ваше тело и ваше сознание насквозь. И теперь просто позвольте вашему подсознанию обучаться и побудьте в этом состоянии прохождения среды какое-то время, а когда ваше подсознание сочтёт, что этого процесса достаточно для обучения, приходите сюда и описывайте свои ощущения. А я пока выключаю микрофон. У вас есть небольшое время

- Хорошо, те, кто завершает, завершайте. А я пока кое-что скажу относительно следующей ступени. Будьте добры, те несчастные или счастливые, кто успел попасть на следующую ступень, пожалуйста, вспомните несколько ситуаций и запишите их, чтобы не забыть. Меня интересует, чтобы вы взяли 1-3 ситуации, которые вам не совсем понятны, или которые вы классифицируете как «проблему». В следующий раз мы начнём изучать на практике кармические петли, и нам понадобится 1-3 ситуации для прохождения в практике и приобретения вашей Душой нужного опыта через это. Того опыта, который не был приобретён ранее. А теория по кармическим петлям будет уже через занятие, после практики. Так лучше укладывается в сознании. В следующий раз мы будем разбирать кармические механизмы и увидим, зачем вам тот или иной опыт. Почему вы получаете в жизни неприятности или, наоборот, гармоничные и комфортные состояния, и в связи с чем это происходит, как Душа увеличивается, и как растёт уровень её квалификации. Поэтому возьмите для следующего занятия 1-3 ситуации, которые вызывают у вас чувство недоумения, зачем с вами произошло то, что произошло, и вопрос, почему именно это произошло с вами. Если вы не найдёте таких ситуаций в своей жизни, хотя, я вас уверяю, таких ситуаций море, но, тем не менее, если не найдёте, то можете взять те же ситуации у кого-то близкого или далёкого вам: родственники, родители, друзья, знакомые и т.д. Лучше, конечно, свои, потому что с самим собой работать всегда сложнее всего. Когда же ты начинаешь видеть эти структуры у себя, то у других их разглядеть значительно проще. Сейчас было что-то вроде домашнего задания, хотя домашнее задание в виде упражнений мы ещё пришлём.

Юля: - Когда я представила, что воздух проходит сквозь меня, меня сильно вжало в кровать, и даже трудно было дышать, и тело было в таком оцепенении, что пробовала пошевелить пальцами, что не сразу получилось, еще уши заложило и традиционно переносицу, потом излишки энергии слила в колбу такую большую про запас и стало легко, прям такое бестелесное состояние получила... Здорово.

- Спасибо, Юля. Да, надеюсь, что вам удалось всем сгармонизироваться, благо техника для этого была представлена. Теперь переизбытка энергии нет, и вы можете пойти спокойно спать, а ваше подсознание пусть усваивает теорию и практику этого занятия. Небольшой комментарий к последнему упражнению. Это упражнение можно делать во время занятий спортом: бег, велосипед, вязание на спицах. Про спицы, конечно, пошутил, хотя, возможно, для кого-то это тоже спорт. Тем не менее, это упражнение можно делать, когда вы занимаетесь спортом.

Например, можно ехать на велосипеде и делать это упражнение на уровне сознания. То есть сознательно погружать себя в лёгкий медитативный процесс. Но только в лёгкий, потому что глубокая медитация всегда или почти всегда идёт на уровне подсознания. А поездка на велосипеде, когда вы руководствуетесь лишь подсознанием, легко может привести вас в объятия ближайших кустов шиповника или в ближайший фонарный столб. Я хочу сказать, что когда ты находишься на улице, всё-таки нужно руководствоваться сознанием, в противном случае, можно просто куда-то впилиться и весь оставшийся день вынимать колючки от шиповника из разных мест. А это не лучшая стратегия по распределению времени, на мой взгляд. Что касается этого упражнения, то на уровне сознания вы можете отключать внутренний диалог, заменяя его просто некоторым потоком. Много лет назад, вначале пути, я делал это достаточно часто. Кстати, Юля, вы говорили о том, что запульсировало между бровей, и в этом нет ничего удивительного.

Кто из присутствующих грамотный и ответит нам, почему в этом нет ничего удивительного?

Вячеслав: - Потому что активировалась Аджна?

- Правильно! Но почему активировалась Аджна-чакра? Почему произошла активизация?

Вячеслав: - Возможно, потому что мы смогли на время отключить мысленную дорожку. И таким образом сгармонизировали сознание...

- Бинго! Я бы даже сказал - Джек Пот! Вячеслав, совершенно верно. Поскольку Аджна-чакра является чакрой гармонизации, то, как только мы выключили внутренний диалог, она сразу проявила себя. Кроме того, если вы помните, это чакра «двух миров». И когда ты выходишь из бинарного восприятия, то есть перестаёшь делить мир на «плохо-хорошо» и «чёрное-белое», попадаешь в другой мир, восприятие которого и есть другая реальность. Юля также описала и процесс очистки на уровне биоэнергетики,

когда эту область «почистило», а после как раз активировалась Аджна-чакра. Вячеслав, вам зачёт.

Ольга: - Надеюсь, у меня все получилось, все практики сегодня у меня заканчивались сном, вот где состояние недумания) Большое спасибо.

- Да, бессознательное завершение практики, согласен.

Марина: - Мне кажется, у меня не вышло. Чемоданное состояние. Очень сильно отвлекает от воздуха. Надо будет потом еще раз попробовать. Например, сейчас в самолете.

- Вот, кстати, вы же там лететь всё равно будете, поэтому просто представляйте, что среда через вас проходит насквозь, пока вы летите. И всё. Собственно, так и будет фактически происходить. Это простая техника, и она легко получается при небольшой наработке.

Надежда: - Приятная практика, понравилось, спасибо.

- Пожалуйста, в книжке тоже можно посмотреть, как там она описана. Хорошо, будем мы, наверное, завершать постепенно, домашнее задание я дал - взять 1-3 ситуации, а упражнения мы вам ещё пришлём. Если навскидку ситуаций вы не смогли найти - ничего страшного - у вас впереди неделя, поэтому вы особо над этим не думайте - какие-то ситуации обязательно в течение недели всплывут.

Александр: - То, что уши закладывает, это, как я понял, не только у меня, а тяжесть в голове это нормально?

- Да, это от Аджна-чакры идёт. Там каналы чистятся, лёгкая тяжесть, да. Если у вас есть какие-то явные болевые ощущения, то нет, это не нормально. А тяжесть бывает при перезагрузке. Что касается болевых ощущений, то это ненормально, тем не менее за мою многолетнюю практику, пару таких людей попадалась. Это были люди с гиперконтролем. Смотрите, здесь работает такая вещь: медитация - это способ не только помедитировать на том или ином объекте или внутреннем состоянии, а ещё и способ немного отпустить контроль. Неважно, как вы медитируете, на уровне сознания или на уровне подсознания, в любом случае, вам надо немного переключиться в иное состояние, можно сказать, в состояние некоего наблюдения и выключить хотя бы часть контроля. А у некоторых людей как раз с этим и проблема, они вообще не в состоянии выключить контроль. Они хотят всё на свете контролировать, что в принципе невозможно. Поэтому при использовании этой техники, когда надо отключиться, у них возникает проблема: либо при отключении их разум пытается отключить себя, что естественно невозможно, либо при выходе из этой техники (во время практики разум таки удаётся отключить на время), когда он снова включается, он тут же «накидывается» на клиента. Поясню.

В первом варианте человек пытается отключить свой собственный контроль с помощью своего же собственного контроля. Он думает:

«Так! Щас я сделаю это и это, и я отключусь! Оп! Сделал! Так. Я отключился! Стоп. Как же я отключился, если я знаю, что я отключился? Кто тогда отключился?»

И этот диссонанс приводит к тому, что «система начинает зависать». Человек понимает, что он отключился, но в том то и парадокс, что, когда он это понимает, следовательно, он не отключился. И дальше он пробует ещё и ещё, создавая напряг в собственной системе, и, как следствие, от такой усердной, но абсолютно бесполезной работы может прийти головная боль. Это происходит, когда разум пытается отключить сам себя, что в принципе невозможно. Разум можно отключить, только убрав оценочное восприятие, то есть переключившись полностью в другое восприятие. В данном упражнении это значит, что нужно просто раствориться до конца в потоке. Полностью стереть собственное бытовое сознание. И позволить себе перезагрузиться.

Это первый вариант. Второй вариант происходит, когда человеку таки удаётся отключиться, но, когда он приходит в себя, его начинают терзать разные мысли. Потому что в этом состоянии отсутствуют или почти отсутствуют эгрегориальные подключения. Как только они приходят вновь (а я напомню, что мы говорим о человеке с гиперконтролем), человек тут же впадает в панику от того, что какое-то время он ничего не контролировал, и дальше собственный разум опять загоняет его в ловушку. Такой вот механизм. Но, ещё раз напомню, что это я говорил о людях, которые всё на свете хотят контролировать и разложить по полочкам весь мир, что невозможно в принципе. У нормального же человека это упражнение проходит достаточно легко, а тем более у людей, которые уже развиваются в сфере познания себя, занимаясь чакрами, подсознанием, недуманием, контактом с Душой и тому подобным.

Юля: - А как потом сбереженной энергией воспользоваться?

- Очень просто - через подсознание. То есть, когда вам будет нужна энергия, она сама к вам и придёт, надо просто обратиться с запросом к вашему подсознанию и немного подождать. И тогда энергия придёт сама. Это ресурс, который вы заготовили так же, как белка откладывает орехи на зиму, а потом зимой, когда ей хочется есть, достаёт. Всё просто. Поэтому, если вам понадобится энергия, просто погрузитесь на минуту в медитативное состояние и попросите подсознание, чтобы оно активировало этот энергетический источник, а потом на какое-то время просто предоставьте ему самостоятельно извлекать энергию, забыв об этом и занявшись другими делами.

Юлия: - Ясно! Благодарю, супер!

- Спасибо. Окей. Ну что? Давайте, если есть какие-то вопросы, можно сейчас быстро задать, и будем завершать наше занятие.

Николай: - Да, в основном, все понятно. Вы очень грамотно все разложили. Вот только по карме с чакрами немного непонятно и про эгрегориальные программы, но вы сказали, что это будет в следующий раз, так что

нормально. А что касается практики - то очень сильно. Я не понимаю, как вы это делаете, но у меня состояние, как в 18 лет, много энергии и чувствую какое тело молодое.

- Да, Николай. Это действительно будет в следующий раз. А что касается практики, и как я это делаю - я занимаюсь омолаживающими и регенерирующими вещами уже большое количество времени. Не первые пять лет и не вторые. И даже не третьи. Не говоря уже о целительстве. Поэтому, к вашему счастью или к несчастью, у меня в этом приличный опыт. Как сейчас говорят - я эксперт. А кроме того, я, разумеется, использую ряд энергетических вещей, которые являются моим ноу-хау. Ладно. Об этом как-нибудь в другой раз. Тем не менее, спасибо.

Светлана: - Да! Самочувствие отличное!

Ирина: - Присоединяюсь.

Юля: - Спасибо Вам огромное! Очень понравилось! Завтра встретимся на занятии по третьей чакре, вы обещали, что будете помогать правильно ставить цели))

- Да, Юля, есть такое дело. Завтра будем работать с постановкой целей и с мощными ресурсами третьей чакры для этого.

Сергей: - У меня все чакры включились и я чувствую в организме такое... Как будто каждая клетка потягивается и приятно дрожит. Знаю, что вы это регулярно делаете) Я был на вашем курсе, где работали с позвоночником и регенерацией тела и тканей. Спасибо вам, Роман)

- Спасибо вам, да. Хорошо. Я вижу народ пишет, но мы уже просто не успеваем всё прочесть, и так задержались. Давайте сделаем так - если у вас есть какие-то вопросы - придержите их до следующей недели, и там мне их вываливайте. А я на них тогда и отвечу. Хорошо. Заканчиваем.

Ну а сейчас... Я слышу! Я слышу! Хлопанье крыльев и клёкот! Это летит наш друг. Орёл Дмитрий. Дмитрий, клюйте. В смысле, жгите. В смысле, заканчивайте.

Дмитрий: - С вами была Планетарная йога. Это было первое занятие по карме. Увидимся в следующий вторник, и всего доброго, до встречи на наших мероприятиях и медитациях. Пока.

- Да, и будем понемногу, с каждого занятия, часть кармы сбрасывать. Постепенно, и не торопясь.

Удачи.

ГЛАВА 9

Содержание без формы

«Небо светится странным бело-жёлтым светом. Рассвет. Над миллионным городом. Который стоит на окраине морозного воздуха и вечных снегов. Недавно выпавших. Там, где-то далеко, за его границей есть что-то призрачное и прозрачное в морозном воздухе бело-жёлтого утра.

Там, где кончается город и начинаются леса и поля.

И замёрзшие птицы летают от ветки к ветке на дереве.

И мы все приходим в город, где бы мы ни были. Город - это место, где сбываются мечты и желания, тогда как наша сущность ближе к природе. Ближе к чему-то действительно заповедному.

Чему-то очень древнему.

Но надо идти в город. Точно так же, как из мира смерти мы приходим сюда воплощаться. И работать. Потому что у каждого есть путь. А у некоторых даже цель.

Но не каждый это знает.

Что это за цель и куда ему идти.

И переходя через границу между городом и природой или жизнью и смертью, он видит этот свет. Жёлто-белый свет морозного утра. Или какого-то другого мира. Из которого он пришёл. И развитие действительно происходит, когда этот свет становится ярче.

С каждым разом.

Пока не перетекает во что-то другое. Более высшее.

По невидимым коридорам тропинок на снегу скользят люди.

Каждый по своей программе.

Рассчитанной для него.

И для увеличения света.

А иногда.

Бывает вспышка.

И все, кто идёт, видят всё окружающее в бело-жёлтой тени. Которая меняет всё вокруг. И его, и тебя. И мир становится другим. Говоря тебе и ему, что будет и другой путь. Что это всё просто развитие. И оно будет гораздо далее нынешнего пути.

Но потом. Свет меркнет. И каждый возвращается на круги своя.
Медленно таща свою ляжку.

«Но иногда найдётся вдруг чудак.
Этот чудак всё сделает не так.
И его костёр.
Завьётся до небес». (с)

Где-то внизу под домом шаги по морозному снегу.
Снег скрипит.
Бело-жёлтое сияние неба.
Постепенно тает.
Давая городскому смогу заполнять пространство пелены бытия.
И призрачное уходит.
Оставив место реальности.
Но, на самом деле, всё наоборот.
И только узоры на снегу, оставляемые людьми, говорят о том, что кто-то
здесь есть. И кто-то идёт своим путём.
Каждый идёт своим.
Доходя.
До своего».

«Сотни лет все ветры...
Возвращаются.
На круги.
Своя». (с)

1. Если вас заинтересовали взаимосвязи чакр, Кармы, развития Души и т.д., и вы хотите получить более глубокие знания, тогда рекомендуем вам посетить наши Базовые тренинги по чакрам. Все мероприятия Планетарной Йоги проходят онлайн в интернете.

2. Если вы хотите помедитировать над активностью 7 чакр, гармонизировать их, сделать организм более здоровым и сильным, то вы можете воспользоваться нашими гармонизирующими медитациями по ссылке www.planet-yoga.ru

3. Если вас интересуют отдельные материалы по работе с организмом - работа с позвоночником, работа с подсознанием, работа с первой чакрой и т.д., они также доступны по ссылке www.planet-yoga.ru

4. Если вам интересна консультация специалиста по вопросам: Карма, взаимодействия чакр, биоэнергетика, здоровье, недумание, развитие сознания и осознания, молодость и регенерация организма и т.д., тогда свяжитесь с нами.

Почта planet-yoga@mail.ru

Скайп coznanie.ru

Сайт www.coznanie.ru

Ну и напоследок две цитаты:

«Неизлечимых болезней не бывает. Бывают неизлечимые больные» (с)

«Путь в тысячу ли начинается с одного шага» (с)

КОНЕЦ