



Свабуно, «Свод сновидческих способов»

Отрывки из черновика окончательной версии.

1-я версия этой книги впервые была выложена в сеть в 2008-м году, после чего несколько раз выкладывались дополненные версии. Затем книга неожиданно пропала. Хотя о ней уже ходили многочисленные слухи; в народе название сократили до ССС, что и стало её общепринятым названием среди пользователей сети; и уже появились люди, которые смогли впервые выйти в астрал благодаря способам именно из этой книги... Она не исчезла. И ныне, в 2013-м году, «Цветок Воли» представляет вашему вниманию 11-ю версию ССС, переработанную и дополненную.

Содержание

Предисловие	
Введение	

ЧАСТЬ I: ДЛЯ ЛЮДЕЙ

Глава 1: Состояния сознания	
Глава 2: Осознание яви	
Глава 3: Грёзы и Созерцание	
Глава 4: Запоминание снов	
Глава 5: ОС/ВТО	
Глава 6: Гладкий навык	
Глава 7: Сухой навык	

ЧАСТЬ II: ДЛЯ МАГОВ

Глава 8: Ступени создания ведогонца	
Глава 9: 1-е Врата Снотворения	
Глава 10: Ясный Свет	
Глава 11: 2-е Врата Снотворения	
Глава 12: 3-и Врата Снотворения	
Глава 13: 4-е Врата Снотворения	
Глава 14: 5-е Врата Снотворения	
Глава 15: 6-е Врата Снотворения	
Глава 16: 7-е Врата Снотворения	
Глава 17: Венец	

Предисловие

При бытности СССР, ещё в школе, мне в руки попала книжка Кастанэды – это было что-то необычное! Простая тема, что можно во снах быть свободным, осознанным и путешествовать куда угодно, очень меня удивила...

Понятно, что больше литературы я не нашёл на эту тему, хотя всякий диссидентский бред (что гораздо опаснее в смысле сесть и надолго) ходил пачками. Попадались даже серьёзные магические книги дореволюционного издания, но по снам – ничего толкового.

С появлением интэрнэта в нашей стране вроде-бы появилась возможность поискать, что-же всё-таки пишут на эту тему? И всё, что я находил, - это высокопарный бред, «питьё воды», либо «сновидения для избранных».

Однако, уже ходили слухи о «хакерых сновидений»... И что? Мне удалось найти информацию? Нет и нет! Только то, что эти господа выложили «для всех», т.е. то, в чём стоящего мало.

Но тема осознанных сновидений не хотела выходить из моего ума. Я предпринимал огромное множество попыток, придумывал всякие «техники», выискивая что-то ценное из «западного бреда» (тяга всё онаучить и психологизировать редко придаёт смысла книгам о магии, а стремление к ритуализации порой подменяет понятие астральной проэкции на управляемое воображение) и из восточных «псевдопереводов»... Надо-ли говорить, сколько было потрачено времени, сил и здоровья на достижение первого ОСа?!

И вот, постепенно я стал узнавать, что знающих людей – навалом, методик – куча; узнал, что есть группы сновидцев. И очень удивился – почему в интэрнэте нет почти ничего полезного? Да бог с ними, с группами, но почему нельзя разместить технологии, практики, описания и т.п.? Почему новички должны тратить иногда по 10 лет на выяснение «с какой стороны вообще к этому подойти»? С какого перепугу прячутся эти сведения?

Происки «КГБ» и прочих служб – очень удобная отговорка. Хотя ведь можно разместить на иностранных серверах, было-бы желание и всё можно было-бы сделать.



Значит, дело всего лишь в нежелании поделиться, в желании стать «избранным и единственным». Т.е. простое, шкурное чувство собственной важности и желание быть «выше всех». Как раз то, что на самом деле мешает стать как сновидцем, так и магом. Товарищи «опытные» тупо рубили сук, на котором сидели. Видать, не поняли, что знаниями надо делиться, чтобы получить возможность подняться ещё выше по тропинке познания. В умелых руках старое становится пройденным и затем должно быть сброшено как балласт. Отдавая старое, всегда получаешь новое. И это бесконечный процесс, если ты не хочешь стоять на месте. Чтобы полностью осознать знание, его необходимо научиться не только копить, но и передавать.

Если-бы информация была доступна, сколько уже было-бы сновидцев! Новичёк имел-бы возможность не мучиться, изобретая то, чего не знает, а начинать с уже известного и продвигаться дальше. И так с каждой новой «партией» заинтересованных, каждая группа начинала-бы с того, на чём остановились предшественники.

Каков-бы был сейчас уровень у очень многих! Да мир-бы уже был другим! Вместо того, чтобы тратить многие годы на достижение ОСов, практикующие, зная передовые методики, достигали-бы этого в гораздо более короткий срок и тратили-бы остальные годы на выяснение законов мироздания, на путешествия, на гармонизацию. На общение с богами, на устройство правильной жизни тут, на этой замученной торгашами планетке. На устранение болезней, на духовное развитие не только себя, но и других. На настоящее духовное развитие!

Товарищи «опытные», у вас была возможность изменить мир в лучшую сторону, подарить людям свободу воли. У вас было то, о чём вы так часто говорили между собой, и то, что вы побоялись сделать.

Но мир меняется, люди меняются. Многие уже не только говорят об изменении, но и делают это. Появляется литература, порой весьма достойная, и в свободном доступе.

Эта книга – одна из таких серьёзных попыток собрать рабочие технологии (из разных источников и из личного опыта), самые лучшие и проверенные, позволяющие новичкам быстро получить результат и идти дальше, развивая, совершенствуя и создавая новые, ещё более фантастические технологии, получая новые знания и получая ещё более удивительные возможности... о которых мы сейчас можем только догадываться и мечтать, «благодаря» скрыванию знаний предшественниками!

Эта книга даёт возможность получить свободу воли быстро, доступно и не тратя уйму лет и здоровья.

Большая моя благодарность автору за такой серьёзный труд!

Валкор

<...>

Путь без сновидений

Разные люди, говоря о «пути без сновидений», имеют в виду разное. Чаще всего под этим понятием имеется в виду следующее:

- 1) когда занимаешься какими угодно практиками, кроме тех, что позволяют работать со сном и кемами;
- 2) когда развиваешься только до прохождения 1-х Врат и далее не идёшь;
- 3) когда после прохождения 1-х Врат, остальные достижения, каких ты достиг-бы прохождением остальных Врат, ты йогой достигаешь в мире явном, минуя мир сновиденный;
- 4) когда сон и явь сливаются в единую сновявь, полностью исчезает разрыв в осознании этих состояний;
- 5) когда физическое тело не нуждается в сне, ему не хочется и ему не нужно спать;
- 6) так называют путь скомороха (сталкера), потому что он взаимодействует с миром яви больше, чем с миром снов.

Те, кто проповедуют «путь без сновидений», обычно говорят, что развиваться в сновидениях слишком опасно, там много хищных духов, и вообще астрал – грязное место. Но это всё предрассудки, вызванные Разумом и такими его порождениями как нравственность. Путь Воина состоит из двух неделимых частей – работы с миром яви и работы с миром снов. Только эти два вместе дают полноту развития.

ЧАСТЬ I: ДЛЯ ЛЮДЕЙ

Глава 1: Состояния сознания

Как происходит засыпание, кемы и пробуждение?

Бдительное бодрствование происходит от качества благодати, сон со сновидениями – от качества страсти, а глубокий сон без сновидений – от качества невежества. 4-е состояние сознания проходит через эти 3 и является наивысшим.

Спать хочется потому, что ты попал в поле действия тяжёлых сил. Мир многослоен: сначала идут более тяжёлые силы (плотные миры), затем духовные, постепенно утончаясь, а в середине ядро. Мир – это огромный шар, который плавает в безразличном веществе вместе с другими такими-же мирами.

Пока ты спишь, сознание не отдыхает. Оно просто переходит в другое измерение.

Когда ты лёг спать, то расслабляясь и прана двигается в сердечную чакру. Когда большая её часть входит туда, ты начинаешь спать. Некоторые люди засыпают очень медленно, что свидетельствует о замедленном движении праны у этих людей. Другие люди засыпают быстро, что говорит о быстром её перемещении.

Когда ты засыпаешь, твоя точка сборки сдвигается в положение сна или сновидения. В своём новом положении она освещает те Линии Мира внутри кокона, которые обычно не освещаются в положении бытия в теле. Когда ты просыпаешься, точка сборки возвращается в положение привычное для бытия в теле. Т.к. Линии Мира положения сна или сновидения больше не освещаются, ты быстро забываешь свои сны. По той-же причине средний человек обычно плохо помнит подробности своей жизни наяву, пока спит.



Когда ты уснул, прана находится в сердечной чакре, и пока она остаётся там, у тебя нет снов. Это состояние подобно обморочному. Затем прана медленно входит в сушумну, и пока она там, ты находишься в очень глубоком сне.

Поскольку прана весьма легка и всегда перемещается, то следом она начинает входить в левый и правый каналы (Ида и Пингала) и, двигаясь по каналам, она входит в горловую чакру. Когда она входит в неё, ты начинаешь видеть сны. Часто бывает, что в это время у тебя под закрытыми веждами начинаются быстрые движения глаз (БДГ). Если в это время тебя разбудить, то ты расскажешь какие действия выполнял или наблюдал во сне. Если тебя разбудить сразу после того, как БДГ закончатся, то ты расскажешь законченный, живой сон. Если тебя разбудить через 5 минут после БДГ, ты сможешь вспомнить только обрывки виденного во сне. Если же разбудить через 10 минут, ты ничего не вспомнишь, останется только смутное ощущение, что тебе что-то снилось.

Прана двигается дальше от горловой чакры через маленькие каналы в части тела, и сила снов будет зависеть от силы этой праны в каждом из удесов. Если прана расположена в глазах, сны будут очень ясно видимы, а ещё, устремляясь в глазной сосуд, прана порождает очень ясные телесные образы, связанные с ощущением удовольствия, которое могут дать 5 удесов чувств. Если она находится в ушах, то звуки во снах будут очень сильными или громкими, потому что именно через эти чувства мы испытываем сны. Если прана устремляется в область темени, то возникают образы, связанные со странами небожителей, движением по небу, восхождением на высоту. Движение праны в нижнюю часть тела навевает образы, связанные с картинами ада, голодными духами, миром животных, блужданием по лесной чаще. Во сне возможно переживать чувства видения, слушания, вкушения, касания и т.д. Во время сновидения большая часть праны пребывает в горловой чакре, но часть её перемещается вверх и вниз через тонкие каналы, пока не достигает удесов чувств.

6 направлений, ведущих вверх, вниз, на север, на юг, на восток и на запад от сердечной чакры – по ним движется прана и эти движения воздействуют на движение во снах. Когда прана перемещается вверх, ты видишь во сне, будто летаешь или восходишь на гору, летишь в самолёте или поднимаешься по лестнице. Когда прана перемещается в нижнем направлении, во снах ты движешься вниз. Куда двигается прана в твоём теле, в ту-же сторону ты двигаешься во сне. Движение праны по срединным каналам, отходящим от чакры сердца, вызывает образы, связанные со странами 4-х сторон света: с востоком – при движении от сердца к передней части тела; с югом – при движении вправо от сердца; с западом – при движении от сердца к задней части тела; с севером – при движении влево от сердца.

Когда прана входит в боковые каналы не очень бурно, сны бывают слишком лёгкими, чтобы их можно было запомнить, поскольку силы для проявления и запоминания снов недостаточно. Если-бы люди действительно не видели снов, а не просто не запоминали их, то их прана не выходила-бы из сушумны, вследствие чего их разум был-бы очень ясным и довольным, и при пробуждении они чувствовали-бы себя весьма сильными и бодрыми. Но такое случается относительно редко. Почти всегда люди просто не помнят, что им снилось.

Во время пробуждения, прана заново входит в сердечную чакру и следом перемещается вниз. Когда она входит в пупочную чакру, ты пробуждаешься. Если она перемещается медленно, то очень трудно пробудиться, в то время как если это перемещение стремительно, ты пробуждаешься быстро. Иногда люди всё ещё чувствуют себя сонными, после того как они встали, что означает, что их прана ещё полностью не снизилась; от этого помогает душ с холодной водой.

Забывать

Забывать – состояние, в котором постоянно пребывают все люди и многие другие существа, если они не развивают осознание. Забывать можно назвать сном наяву, про который мы забыли, что это сон.

Настоящая жизнь есть только тогда, когда забытьё развеяно и есть осознание. Не обретя осознания, ты не только не сможешь почувствовать настоящую жизнь, но и не сможешь полноценно развиваться дальше.

Виды забытья

- ✓ бывшее или начавшееся до воплощения Души в Телe;
- ✓ начавшееся после рождения Телe;
- ✓ забытьё с редкими проблесками осознания;
- ✓ забытьё с частыми проблесками осознания (возникает только у развивающихся существ).

Сны

Сны – то, что обычный человек, не сновидец, видит после засыпания.

Сны являются лазейкой в иные области восприятия, но обычные люди не используют их для этого.

Не бывает ни одной ночи без снов, сны видятся каждую ночь несколько раз за ночь, но обычные люди не всегда это замечают.

Виды снов

- ✓ порождаемые памятью души, когда снятся одни и те-же незнакомые люди, места и события;
- ✓ порождаемые впечатлениями, когда, например, днём ты видел поле, а ночью тебе снится трава, лес, озеро (нечто взаимосвязанное с дневными впечатлениями) или просто то самое либо другое, но похожее поле;
- ✓ порождаемые желаниями, когда днём тебе чего-то хотелось, но этого не случилось или оно случилось не совсем так, как ты хотел, тогда тебе снится нечто взаимосвязанное с этим, например: другое развитие событий;
- ✓ порождаемые чувствами, когда, например, снится вечная мерзлота, потом ты просыпаешься и обнаруживаешь, что с тебя упало одеяло и поэтому тебе холодно;
- ✓ напускаемые искусным человеком или иным существом.

Сны часто переходят в яркие сны низкой степени и очень редко в полу-осознанные.

Грёзы



Грёзы – сны, которые человек видит наяву.

Обычно люди засыпают, когда осуществляется переход от грёз ко снам.

Во время созерцания грёз, как и при бодрствовании, сознание пребывает в голове.

Виды грёз

- ✓ порождаемые нами бессознательно, когда мы не следим за собой;
- ✓ порождаемые нами бессознательно, когда мы позволяем мыслям течь неуправляемо;
- ✓ порождаемые нами сознательно и/или бессознательно, когда мы мечтаем или воображаем;
- ✓ возникающие так-же, как описано в видах снов и в видах ярких снов;
- ✓ порождаемые нами в состоянии дрёмствования или в состоянии близком к дрёме, когда мы полностью можем ими управлять.

Яркие сны

Яркие сны – то, что редко встречается среди снов и может быть развито любым человеком до степени более частого или постоянного видения, а так-же видения по желанию.

Обычно они возникают от запоминания снов, поэтому слова «Увидеть яркий сон» и «Запомнить свой сон» равнозначны и взаимозаменяемы.

Чем больше точка сборки сдвинута влево, тем ярче и необычнее образы снов.

При ярком сне сознание пребывает в области горла.

Виды ярких снов

- ✓ глубокие сны, когда не возникает никаких образов, только чернота;
- ✓ предметные сны, когда снятся летающие разноцветные точки, круги и тому подобное;
- ✓ быстрые сны, когда за всю ночь приснился только 1 образ и только 1 раз, да и то мельком;
- ✓ сны по заказу, когда снится именно то, что ты хотел увидеть во сне;
- ✓ сны, где ты не видишь себя;
- ✓ сны, где ты видишь себя кем-то или чем-то другим;
- ✓ сны с размытым изображением;
- ✓ предосознанные сны –
 1. сны с чётким изображением, в которых есть ощущение, что ты запоминаешь этот сон, но смотришь его как-бы со стороны, не участвуешь в действии, даже если видишь себя;
 2. осмысленные сны, когда у тебя время от времени появляется ощущение, что ты не только запоминаешь сон, но и находишься во сне, но никак не влияешь там на события;
 3. сны с проблесками сознания, когда, проснувшись, вспоминаешь, что во сне в такой-то миг почувствовал, например, прикосновение или запах, а в такой-то по-настоящему чего-то пожелал и получил, но в целом это был лишь яркий сон, а не сновидение, в целом ты следовал ходу сна, не проявляя самостоятельности; при этом понимание того, что ты во сне, может быть, а может и не быть;
 4. полу-осознанные сны, когда ты вроде-бы знаешь, что всё это происходит во сне, и запоминаешь сон очень чётко и подробно, и даже более-менее руководишь мысленно своими действиями, но всё-же не осознаёшься;
 5. недочувствованные сны, когда, находясь в полу-осознанном сне, ты полностью руководишь своими действиями, даже можешь посмотреть на своё сновидческое тело, но не ощущаешь этого тела – только видишь безо всяких чувств, поэтому не можешь полноценно осознаться;
- ✓ вещие сны (большие сны) –
 1. сны, события которых сбываются;
 2. сны, образы из которых ты находишь наяву (сюда-же относятся случаи, когда наяву тебе кажется, что какое-то событие уже с тобой случилось, но ты не знаешь, когда именно – на самом деле это либо обрывок памяти души, либо ты видел это событие или место во сне);
 3. сны, в которых сновидец получает ответы на свои вопросы;
 4. сны-намёки, которые повторяются, но не являются памятью души, а скрывают какой-либо совет (даже если сновидец не просил совета), который можно из них извлечь путём толкования (если сон приснился 2 и более раз, то на него стоит обратить внимание, ибо он что-то указывает; впрочем, эти-же сны называют бредовыми петлями из-за их однообразия и повторяемости);
- ✓ общие (взаимные, обоюдные, разделённые) сны, когда одно и то-же или почти одно и то-же снится (возможно, по несколько раз) в одно и то-же время или в разное время сразу нескольким людям (такие сны могут быть вещими, но не всегда);
- ✓ проходные сны, когда пообщаться со сновидцем приходит какая-либо сущность – сущность приходит по собственному желанию, либо сновидец делает что-то (наяву или во сне), чтобы её привлечь.

Сны по заказу, предосознанные и проходные сны очень легко преобразуются в сновидения, но без усилия со стороны сновидца сие не происходит почти никогда.

Сновидения



Сновидения – наиболее продвинутая степень ярких снов. Сами по себе сновидения не возникают почти никогда.

Можно заснуть бессознательно и осознаться уже в сновидении; можно поспать, затем проснуться и осознанно выйти из тела; можно уснуть сохраняя сознание и перейти в сновидение с полным сохранением сознания; можно не засыпая расслабиться и осознанно выйти из тела. Такое умение называется снобдением, искусством сновидения, йогой сновидений, промежуточным мастерством. В более широком смысле искусство сновидения – это развитие сновидческого тела по средствам расширения сознания.

Сновидцем сновидения могут быть развиты до степени частого или постоянного видения, а так-же видения по желанию. В сновидении при снобдении всё видится и чувствуется так-же чётко как наяву, но имеет иную плотность.

Заниматься снобдением можно, не работая предварительно с яркими снами, потомучто одно то, что сон осознанный, уже даёт память о нём. Однако, такой настрой может сработать только сначала, а потом всё равно придётся вести еженочник (но не всю жизнь, конечно, а только пока научишься каждый день осознанно входить в сновидение и держаться там примерно час в полном сознании). И остановкой потока мыслей, сосредоточением и дрёмой всё равно заниматься нужно, т.к. почти всё излагаемое далее подразумевает, что состояние дрёмы стало для тебя естественным на столько, что при изложении нет нужды писать «войди в дрёму», ибо ты всегда или довольно часто находишься в ней.

Сон и сновидение знаменуются определённым положением точки света. Погружение в сон возможно двумя путями. *Первый* путь: вспоминать события, о которых хочется думать, или которые включены в список перепросмотра. Эти мысли порождают небольшие переживания, силой которых точка сборки перемещается в положение этих событий. Когда ты сознательно вспоминаешь события, то имеет место перепросмотр во яви. Когда такой перепросмотр переходит в сновидение, т.е. точка сборки сдвигается в положение сновидения, и наступает миг начала перепросмотра в сновидении. 1-й шаг для такого перепросмотра будет для человека изучением всех составляющих, присутствующих в его сновидении, которые являются проявлением событий, которые ты перепросматривал перед сном. Если у человека недостаточно личной силы для осознания себя в сновидении, то перепросмотр перейдёт в обычный сон, наполненный проявлениями различных форм, но в данном случае будут преобладать части тех форм, что принадлежат событию, которое перепросматривалось перед сном. *Второй* путь погружения в сон заключается в волевом удержании собственного сознания в состоянии отсутствия мыслей. Помощь в этом может оказать сосредоточение на одном из каналов, либо на своем дыхании. Такое сосредоточение так-же может помочь осознанию в сновидении. Сон от осознанного сновидения отличается положением точки сборки, и для обычного сна нужно меньше личной силы, чем для её сдвига.

Ко снобдению надо относиться не так, будто это не самое важное, а так, что это есть что-то основное, не достигнув чего, ты не сможешь продолжать свой путь. И, вместе с тем, надо относиться к этому, как к самой лёгкой вещи в мире.

Состояния сновидения

- ✓ спокойное бодрствование – когда чувства засыпают, но окружающее ещё осознаётся; при этом может видиться какой-нибудь слабый свет;
- ✓ смещённое бодрствование – когда свет рассеивается и видится какая-либо неподвижная картина (место);
- ✓ бездейственное наблюдение – когда сновидец является сторонним наблюдателем происходящего события;
- ✓ действенное участие – когда в сновидении занимаешься осознанной деятельностью.

Между спокойным и смещённым бодрствованием или между смещённым бодрствованием и бездейственным наблюдением могут улавливаться не свои мысли, голоса и прочие звуки. Это начинается проникновение в сновидение.

Все упражнения на осознание мига засыпания делаются в состоянии начала проникновения в сновидение. Если не достигаешь этого состояния одним только сохранением внимания при наступлении засыпания, то слушай шум в ушах, смотрите на черноту перед закрытыми глазами (только смотри вскользь, а не пристально, чтобы не спугнуть появление образов сновидения) и сосредотачивайся на той чакре, которая у тебя наиболее развита, - словно куда-то углубляешься, протискиваешься, соскальзываешь. Для вспоможения можно в чакре вообразить букву А того цвета, какого этой букве самой захочется.

Виды сновидений

- ✓ осознанные сны (распознанные сны) – когда, во-первых: находясь в сновидении, ты понимаешь, что находишься именно в сновидении, а во-вторых: время твоего прибывания в сновидении ограничено и степень чёткости осознания не достаточно высока; твой уровень – «гость»;
- ✓ управляемые сны – когда ты можешь оставаться в сновидении столько, сколько тебе нужно и делать там всё, чего пожелаешь; твой уровень – «хозяин».

Ещё бывают такие сны, когда просыпаешься, а сон некоторое время всё ещё продолжается – весьма правдоподобно стоит перед глазами или частично слит с явью. Это просто неполное просыпание, но в таком виде оно чаще всего бывает только у занимающихся снобдением. Обычно оно вызвано неполным возвращением в плотное тело.

Время сновидения

Часы	Объяснение
с 21 до 23	время ввода плотного тела в сон
с 23 до 1	время, когда сознание входит в состояние сна и наиболее действующим является канал желчного пузыря
с 1 до 3	в состояние сна входит дух, чьё место обитания – печень; это наиболее важное время для сновидения



с 3 до 5	в состояние сна входит прана, чьё место обитания – лёгкие
с 5 до 7	начинается время изменения сна, когда можно выходить из сна
с 7 до 9	всё ещё длится время изменения сна
с 9 до 11, с 11 до 13, с 17 до 19	это время хорошо использовать для сновдения, работы в дрёме и обычного сна

Здесь имеются в виду не обычные, а алхимические часы, поэтому надо учитывать хоть и небольшой, но сдвиг по отношению к лунному времени. Когда сновидческое тело развито, оно само это ощущает, т.к. естественно через каждые 2 алхимических часа заканчивается определённое движение праны в определённой части тела.

Сон связан с заданным временем человеческой деятельности, сновидение – с лунным вращением, а нахождение на уровне, когда занятие сновдением уже не нужно, и нет разделения между сном и не сном – это алхимический круг. Существования в алхимическом круге можно достичь и без овладения сновидениями, в зависимости от того, по какой ветви развития ты занимаешься.

Т.к. днём 1-е Внимание людей находится в действии и может создавать помехи, то поначалу удобнее заниматься сновдением поздно вечером или рано утром.

Ночь – время непредсказуемости. С полночи до утра можно преобразовать себя полностью. Главное – чтобы был порыв, мощный поток сил, тогда взаимодействие охватывает в человеке всё (и правое, и левое, и середину). Ночью – расширять внимание в стороны, наблюдать за Собыю.

Ложиться спать нужно голодным и с неудовлетворённым желанием телесной близости, что облегчит переход печени и почек на ритм мира снов.

<...>

Глава 2: Осознание яви

<...>

Способы самонаблюдения

- 1) вести чрезмерно подробный дневник (*не советуется, ведь его могут найти, да и вообще это слабый способ, влияющий в основном только на память*);
- 2) всегда делать только одно дело, не отвлекаясь ни на что другое;
- 3) во время ходьбы сначала представлять вне себя тонкое тело, состоящее из белого или золотого света (свет очень тонкий и напоминает свет пламени; он очень яркий, но не слепит, поскольку его светоносность уточнённая), а затем представлять, что ты всегда обладаешь таким телом, что это тело – твоё тело;
- 4) при ходьбе и при любом другом движении иногда воображать полосы любого цвета, очерчивающие твой скелет, или безо всяких полос представлять свои кости;
- 5) если ты не занят, то иногда пристально наблюдать за всем окружающим, не упуская ни одной подробности;
- 6) оглядываться вокруг и замечать вещи, чётко отмечая точки, и быстро переходя от одной точки к другой;
- 7) когда взгляд сам по себе на чём-то останавливается, тогда встать на месте, не сводя взора, и оценить состояние окружающего пространства и свои ощущения;
- 8) всегда (и особенно при ходьбе) не только знать, но и чётко ощущать, что всё видимое не просто картинка, но всё имеет определённый размер и особенно – объём (для этого можно чувствовать как от тебя тянутся толстые многоцветные нити и ты скользишь их кончиками по всему видимому);
- 9) каждый вечер вспоминать события прошедшего дня;
- 10) несколько дней в строго определённое время проводить "Час полного осознания" - целый час устно или мысленно проговаривать свои действия, например: "Вот я беру ножик, вот чищу им яблоко, вот я кладу ножик на стол, открываю рот, подношу яблоко к открытому рту...";
- 11) следующие несколько дней устраивать "Час полного осознания" без проговаривания, но с осознанием делаемого тобой;
- 12) превратить "Час полного осознания" в "24 часа полного осознания" и заниматься этим упражнением непрерывно каждые 24 часа, каждый миг своей жизни (особенно следить за собой во время разговоров);
- 13) жить и действовать, исходя из того, что живёшь свой последний час (здесь понятие "час" может быть несколько длиннее обычного часа, но не желательно);
- 14) иногда делать следующее: спокойно принимать удобное положение и долго не двигаться; стараться уловить все самые малейшие ощущения и желания своего тела, идти у них на поводу и наблюдать дальше (например: "Моя левая нога хочет больше разогнуться... Желая её разогнуть... Мышцы хотят шевелиться... Разрешаю мышцам шевелиться... Мышцы шевелятся... Нога начинает разгибаться... Нога разогнулась... Теперь нога хочет отодвинуть стопу левее..." - чем подбоней, тем лучше);



- 15) иногда играть в "Замри" сам с собой; стараться замирать в самых неудобных и неожиданных положениях (если занимаешься вместе с другими людьми, то можешь выбрать достаточно безжалостного "надзирателя", чтобы он кричал "Замри!" когда этого никто не ожидает); замерев, стараться как можно больше почувствовать все ощущения своего тела как в № 12, но не идти у них на поводу, а сдерживать, успокаивать;
- 16) иногда спохватываться: "Что я сейчас делаю? Осознаю-ли я себя сейчас?";
- 17) в течение дня часто останавливаться и проверять себя нахождение в потоке, затем останавливать суету своего потока и осознавать себя здесь и сейчас.

Чтобы ты не забывал о необходимости достичь осознания, можно повесить на себя какую-нибудь безделушку или несуразно одеться или ещё чем-либо постоянно напоминать себе: "Осознавай себя!".

Есть и другие способы самонаблюдения, но здесь они не описываются по той причине, что при успешном исполнении данных способов, другие способы становятся не нужны. В ходе использования данных способов у тебя появится особое чувство – чувство осознанности. Это невозможно точно описать, но сам ощутишь и поймёшь.

Когда почувствуешь себя полностью осознанным, остановись и скажи какое-нибудь слово, лучше всего слово "Я". Всякий раз при чувстве полного осознания своего тела повторяй это слово, чтобы оно значило для тебя состояние полной осознанности тела. Засыпая, скажи это слово и ты осознанно войдёшь в сон. Во сне скажи слово ещё раз и всякий раз при малейшей потере осознанности повторяй его, возвращая себе осознание.

То, что ты обрёл благодаря этим упражнениям, хоть и называется осознанием, но всё-же оно не полно, поэтому, чтобы оно стало полнее, нужно накапливать силу. Многие магические действия, в особенности пребывание в других мирах (снобдение в том числе), и занятия йогой усилят осознание.

<...>

Алхимическое упражнение на перепросмотр

Шаг 1. сесть, скрестив голени (левая лежит на правой), на шерстяное одеяло или на шёлковую ткань (если садишься на стул, то одеяло должно достигать пола, чтобы ты поставил стопы на одеяло).

Шаг 2. большим и средним пальцами правой руки захватить середину левой ладони.

Шаг 3. большим и средним пальцами левой руки сделать кольцо.

Шаг 4. обе руки положить перед собой на скрещённые ноги.

Шаг 5. вспомнить и удерживать в памяти своего знакомого из прошлого, в общении с которым ты потерял много душевных сил.

Шаг 6. через точку воли на вдохе, слегка повернув голову в ево, втянуть в себя с воздухом растраченную силу и направить её вверх по передней стороне позвоночника до точки между бровями.

Шаг 7. на полу-выдохе, обогнув точку между бровями, опустить втянутую силу внутри головы по задней стороне позвоночника в промежность.

Шаг 8. из промежности провести втянутую силу в полую округлую область, находящуюся ниже пупка в середине тела (увидишь её внутренним взором или почувствуешь).

Шаг 9. задержав дыхание, размеренно слегка покачивать головой слева направо и обратно в течении 5-7 мгновений.

Шаг 10. открыв гортань и незаметно выпуская воздух из лёгких, продолжать размеренно покачивать головой до полного выдоха.

Делать лучше всего ранним утром. Выполнять каждый день по 2 часа или дольше.

Облегчённое алхимическое упражнение на перепросмотр

Шаг 1. со вдохом повернуть голову влево, при этом втягивая через точку воли растраченные душевные силы.

Шаг 2. повернуть голову вправо, выдыхая через нос все прошлые поступки, которые тебя тяготят. При этом не выдыхать весь воздух, а только половину.

Шаг 3. задержать дыхание примерно на 5 мгновений, размеренно слегка покачивая головой слева направо и справа налево. Сделать 4-5 таких поворотов.

Шаг 4. открыв гортань и продолжая покачивать головой, дать оставшемуся воздуху незаметно выйти через нос.

Самое простое алхимическое упражнение на перепросмотр

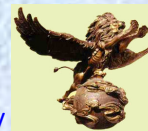
Воображая перед собой перепросматриваемого человека, почувствовать пупком некий жгут, соединяющий вас, и по этому жгуту вдыхать в себя свою силу, растраченную на этого человека. Делать до тех пор, пока не почувствуешь себя лучше.

Энергетический перепросмотр

Сидя в удобной позе, необходимо сжать перед собой руки в замок и медленно вдохнуть со всех сторон кокона в область солнечного сплетения. Во время вдоха представить, что личная сила, оставленная в прошлом событии, возвращается обратно. Вдох словно стягивает объём кокона в солнечное сплетение и сжимает его до размера маленькой точки.

После вдоха следует длительная задержка дыхания, во время которой совершается основная работа по разборке события на мельчайшие энергетические части. Во время задержки должны чётко ощущаться биения в области некоторых чакр. Если продолжать задержку дыхания, пробуждается ещё больше силы.

После задержки производится медленный выдох, во время которого чужие части разобранного события выдыхаются за пределы кокона тем людям, которые присутствовали в перепросматриваемом событии.



Каждая часть длинного дыхания: вдох, задержка и выдох – обладают равной силой.

<...>

Глава 4: Запоминание снов

Для чего запоминать сны?

Во-первых, это укрепляет память и в начальной небольшой степени развивает Сновидческое Внимание.

Во-вторых, во сне можно получить любые знания и потому сны необходимо помнить, иначе полученные знания окажутся бесполезными.

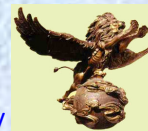
У некоторых племён младенцу не дают имени до тех пор, пока кто-нибудь не услышит имя во сне. У других полководцем может стать лишь тот, кому перед битвой приснится победа. Многие малые народы считают, что кем увидишь себя во сне, тем и надо стать, т.к. любая способность сначала должна присниться, лишь затем она проявляется. Чтобы узнать, чем болен человек, многие целители ложатся спать, держа любую вещь больного в руке или положив её себе под подушку, и так получают ответ. Когда имеется любой вопрос, ответ на который невозможно получить обычным способом, люди ложатся спать в надежде, что увидят ответ во сне.

<...>

Предварительные требования

- ❖ найти место для постоянных занятий яркими снами (вполне подходит спальня);
- ❖ завести толстую тетрадь – это будет "Еженочник" (если ты намерен вести записи, но еженочника у тебя пока нет, то временно веди записи не абы где, а на отдельных листах (это придаст важности делу), а потом заведёшь еженочник и вставишь эти листы туда);
- ❖ в качестве еженочника можно использовать записную книжечку с прикреплённым на нитке карандашом или ручкой; книжечка должна висеть на верёвочке на шее или лежать недалеко от рук – на случай, если будешь просыпаться несколько раз за ночь после каждого яркого сна и сразу записывать (записывание ярких снов в еженочник не должно идти в ущерб их запоминанию, т.е. вспоминать нужно не только для записывания);
- ❖ еженочник можно класть под подушку, писать в нём особой ручкой (ручкой определённого цвета или ручкой, которой пишешь только в нём и нигде больше), употреблять для письма особые буквы (определённое начертание привычных букв; изменение почерка; слова твоего языка, записанные буквами иностранной азбуки; пользование непривычной азбукой, азбукой придуманной тобой или составленной из букв разных азбук и пр.) и вообще относиться к нему как к некоей тайне, драгоценности;
- ❖ перед сном заранее положить в еженочник закладку там, где будешь записывать очередной сон;
- ❖ при пробуждении у тебя должна быть только одна мысль: "Что мне снилось?";
- ❖ прицеливание на выполнение определённой установки происходит в первые 3 минуты перед сном, поэтому именно в это время внушай себе, что запомнишь всё, что тебе приснится;
- ❖ сразу после пробуждения записывай всё запомненное в еженочник, при чём, писать желательно быстро, не задумываясь о почерке, и в настоящем времени – так легче вспоминается;
- ❖ если просыпаешься по несколько раз за ночь и записываешь яркие сны по горячим следам, то хорошо:
 - а. спать возле незавешенного окна, чтобы не включать свет;
 - б. спать недалеко от выключателя;
 - в. иметь возле себя ночник или светоч на батарейках;
- ❖ ведя еженочник, возможно, ты заметишь некие закономерности – в какие дни что лучше получается или не получается; можешь подбирать свои сновидческие дела в соответствии с этими закономерностями, но лучше их преодолевать, стараться, чтобы твой успех зависел только от тебя, а не от каких-то закономерностей;
- ❖ вместо записывания утверждения в еженочник можешь сделать бумажные билетки и написать на них: "Билет на получение сна *такого-то*" (нужно заранее придумать сну название) и на ночь клади 1 билетик под подушку; как только "получишь сон по билету", билет порви и выбросьте; если хочешь несколько раз получить один и тот-же сон, можно билет не выбрасывать, а несколько раз воспользоваться одним;
- ❖ вместо еженочника можно применять любой прибор для записывания голоса;
- ❖ можно завести в миросети свою страничку с описанием своих снов, выходов из тела и прочего. Понимание того, что тебе нужно время от времени обновлять страничку, т.к. её читают посетители, будет заставлять тебя получать необходимый опыт. Можно выкладывать его в сеть не сразу, а несколько позже;
- ❖ со временем или сразу еженочник можно упростить до следующего списка:

Цель	<i>Сюда пишешь, с какой целью погружаешься в сон, что намерен увидеть или сделать во сне.</i>
Предварилровка	<i>Отмечаешь, что ты делал для вызывания яркого сна. Этот и предыдущий пункты можно заполнять перед сном.</i>
Память	<i>Насколько хорошо запомнилось всё виденное во сне.</i>
Местность	<i>Опиши местность, в которой разворачивалось действие сна. Если ведёшь карту,</i>



	можно просто указать сектор карты.
Содержание	Расписываешь во всех подробностях, что ты видел, особе внимание уделяя образам, попавшим в сон из обиденной жизни. Это самый большой пункт.
Связность	Оцениваете связность виденных событий – что из чего следовало, что с чем согласовалось, не был-ли сон совсем бредовым.
Чёткость	Отмечаешь чёткость виденного изображения – размытое, неполное, строгие очертания и т.д.
Необычное	Отмечаешь всё показавшееся тебе необычным, отличающимся от привычного.
Власть	Отмечаешь, был-ли ты способен к самостоятельным действиям или подчинялся ходу сна или просто наблюдал.
Чувства	Опиши, что ты чувствовал, работало-ли твоё обоняние, осязание и т.д.
Переживания	Были-ли переживания, что-то нервное.
Цвет	Какие цвета ты видел в пространстве? Вещи какого цвета ты видел? А какого цвета были люди? А животные?
Звук	Слышал-ли ты звуки, голоса, или было тихо?
Чувство тела	Ощущал-ли ты и как именно ощущал во время яркого сна своё тело – либо то, которое лежит и спит, либо то, которое пребывает в ярком сне.
Повтор	В какой раз тебе прислся этот сон? В какой раз ты оказался там в одном и том-же месте, стечении обстоятельств? В какой раз видишь один и тот-же образ?
Дата	Указываешь дату. Со временем, скорее всего, эта строка станет ненужной и можно будет её убрать (заполнять можно перед сном, но пока не указывая времени).
Примечания	Что тут писать, решай сам.

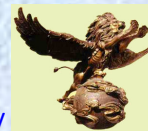
В некоторых строках (таких как "Память", "Связность", "Чёткость", "Власть") не обязательно расписывать подробности и вообще там необязательны слова – можно просто ставить себе оценку, например – от 0 до 100%, от 1 до 10 баллов, от 1 до 5 как в школе, или как на зачёте – «хорошо», «удовлетворительно», «плохо».

Ещё в еженочнике можно зарисовывать виденное в ярком сне. Если слышал гудьбу – попробуй наиграть, если слышал песню – попробуй её спеть, если какой-то предмет из виденных особенно понравился или кажется очень важным – попробуй его сделать.

Если ничего не смог запомнить, то так и запиши – "ничего", но никогда не оставляй лист пустым.

- ❖ работая с яркими снами, тебе будут сниться разные сны и даже иногда осознанные, поэтому можешь завести сразу 2 еженочника – один для ярких снов, другой для осознанных, и отдельно от них – карту;
- ❖ если не хочешь вести еженочник и карту, то сразу после пробуждения нужно:
 - (а) рассказывать кому-нибудь (но не врагу и не равнодушному человеку) свой сон и обязательно обсуждать (но если это был осознанный сон, то желательно рассказывать о нём только по истечении 9-ти дней, иначе возможна потеря силы);
 - (б) прокручивать в памяти все события сна – хорошо для этого водить головой влево-направо, давать сну номер или название (делать это хорошо не совсем проснувшись и повторять ещё раз окончательно проснувшись, а затем сколько угодно раз в течении дня);
 - (в) перед сном вспоминать прошлые сны, настраиваясь на тот из них, который более всего соответствует тому, что ты хочешь сделать или увидеть в ярком сне в этот раз;
- ❖ приучи себя просыпаться после каждого сна, чтобы наяву утвердить сон в памяти;
- ❖ если очень боишься забыть свой сон, то на ночь выпей 0,25 литра любой жидкости и когда ночью будешь разбужен желанием освободиться от выпитого, не упускай миг, когда можно вспомнить сон по горячим следам, пока ты ещё почти спишь;
- ❖ перед сном можно завести будильник так, чтобы он недолго звонил через каждые 90 хвиль, тогда ты будешь просыпаться, предположительно, после каждого сна и будешь иметь возможность записать его по горячим следам;
- ❖ если ты проснулся ночью и помнишь очень насыщенный сон, записать который полностью сейчас не можешь, то запиши ключевые слова (например: стройка, пёс, драка, шея, исчез, боюсь), по которым сможешь восстановить утром содержание сна;
- ❖ если запоминаешь слишком много снов, то можно записывать подробно только самые забавные, а от остальных оставить только ключевые слова;
- ❖ чтобы утвердиться в запоминании снов, хорошо-бы, лёжа, вспомнить свои сны, потом встать и в этом положении закрепить память о них, вспомнить ещё раз, при чём проследить, чтобы в обоих положениях память была одинаково добротной;
- ❖ отслеживай во сне признаки того, что ты видишь сон; затем составь список этих признаков сна; для важности можно придать ему примерно такой вид:

Внутренняя осведомлённость	Действие	Очертание	Обстоятельства
Случаи, когда ты сам совершаешь нечто такое, чего не можешь совершить наяву. Например: открываешь	Случаи, когда что-то несуразное происходит само собой. Например: твои ноги живут самостоятельной жизнью и не	Случаи, когда ты являешься не тем, кто ты есть на самом деле, или, найдя нечто существующее в яви, видишь в нём какое-то отличие.	Случаи, когда с тобой происходит нечто такое, что, по-твоему мнению, никогда не должно



запертую дверь желанием её открыть, или, если наяву ты слеп, то теперь видишь.

слушаются тебя, или к тебе постоянно подбегает мохнатая рыжая черепаха размером с собаку, ты её гладишь, и чувствуешь, что её шерсть похожа на кожу померанца.

Например: наяву ты писаная красавица, а тут вдруг ты стала старой бородатой женщиной, или, встретив своего закомого, замечаешь, что он какой-то не такой, совсем на себя не похож.

произойти наяву. Например: ты скрываешься от правосудия, или твоя кровать стоит на улице, или все называют тебя не твоим именем.

Короче, это должны быть такие признаки, которые побуждают воскликнуть: "Если это так, то это сон! Я во сне!" и осознаться.

Каждый раз перед сном прочитывай весь список и по каждому признаку внушай себе: "Если я вижу (то-то), значит: я во сне. А раз я во сне, то мне надо осознаться".

Подсчитывай, какой признак сколько раз тебе встречался. Отдельно выпиши те из них, из-за обнаружения которых ты не только понимал, что ты находишься во сне, но и после этого вёл себя осознанно, наперекор ходу сна.

В еженочнике, при описании содержания снов, всегда подчёркивай признаки сна.

Можно заказывать или вызывать себе яркие сны с каким-либо одним из этих признаков, тогда наверняка осознаешься.

- ❖ выделяй для глубокой дремы и для сна как можно больше времени, ложись спать пораньше;
- ❖ с помощью вышеизложенного, а так-же силой воли, выработать в себе привычку запоминать все сны каждой ночи.

<...>

Самые простые способы получения ярких снов

- 1) перед сном и засыпая сосредотачиваться на сердечной чакре, чувствуя в ней тепло, нечто вроде складки кожи, небольшое проседание чакры внутрь тела, и безграничную любовь ко всему на свете, - тогда сон запомнится;
- 2) перед сном вообразить что-либо или кого-либо в точке воли и вообразённое приснится;
- 3) в любое время дня (хоть весь день!) и засыпая сосредотачиваться на точке в середине черепа и вообразить в ней сияющий солнечный круг (в дополнение можно петь АОУМ, вообразить, что на солнечном круге написано **ж**, а так-же представлять и чувствовать, что как-бы оттягиваешь эту точку к затылку, затем ко глазам, и так много раз), - тогда сны будут подробно запоминаться и станут очень яркими, почти как явь, а со временем, при должных усилиях, могут перейти в осознанные.

Чтобы эти способы работали лучше, перед их использованием нужно делать следующее: вообразить сушумну; сосредоточиться на нужной чакре; во время вдоха вообразить и чувствовать как в то время, когда ты только начал вдох, одновременно снизу и сверху сушумны поступили 2 потока силы и остановились в выбранной тобой чакре; во время выдоха вообразить как потоки входят в чакру, образовывая в ней скопление силы в виде шара (при этом чувствовать тепло); с каждым выдохом шар увеличивается; делать такие вдохи-выдохи пока не раздуешь шар до таких размеров, пока не покажется, что хватит.

<...>

О Книге Снов

На основе еженочников разных людей создаются Книги Снов – книги, в которых собраны обезличенные (без привязки к автору) описания сновидений, разграниченные по разделам.

Сновидцы, чьи сновидения будут использованы для составления книги, должны быть объединены по какому-либо одному или нескольким из признаков:

- они современники;
- они одной народности;
- они состоят в одном Ордене.

Объединённость нужна, чтобы сны выдерживались более-менее в каком-то одном виде мыслительной направленности, создающей подобие системы.

Сновидения рассортировываются по разделам: сны о превращениях в животное, сны о путешествиях в другие миры, сны о своём доме, и т.д. Перечитывание снов определённого раздела настраивает на соответствующую способность по принципу эгрэгора, т.е. перечитывание снов о превращениях настраивает на обретение способности к оборотничеству и т.д.

Разделы можно выбрать те, какие хочется, или те, тематика которых подходит для деятельности данного общества. Распределить разделы можно как угодно или как это будет уместнее в том обществе, которое составляет свою Книгу Снов. Например, можно согласовать сны с Арканами Таро, распределяя сновидения по признаку ассоциаций с определённым арканом.

Глава 5: ОС/ВТО

Ответы на бред астролётчиков

- Я видел цветной сон!

Люди часто утверждают, что видели цветной сон, но когда начинают отвечать на вопросы, становится очень трудно определить, какие цвета они видели во сне и какого цвета были объекты сна. Это всё из-за неумения запоминать сны. Поэтому совершенно неправы те, кто считает, что



цветные сны – явление редкое. Напротив, совершенно все сны являются цветными. А вот чёрно-белый сон – по истине, явление чрезвычайно редкое, и, более того – почти невозможное.

- Всё, что мы видим во снах – бред нашего разума и подсознания!

Из «бреда» главным образом состоит ЛМС, но это лишь начальная точка, ведь оттуда можно направиться в другие миры. Но, однако, даже в ЛМС часто проникают духи и, в частности, лазутчики. В неосознанных снах гораздо больше лазутчиков, чем в осознанных. А если уж там присутствуют живые существа, какой-же это бред? Тогда и явный мир – то-же бред, даже ещё больший.

- Физическое тело нельзя надолго оставлять без души! Выходы из тела не должны длиться более получаса!

Если-бы душа выходила из тела, тело-бы мгновенно умирало. Мы говорим, что мы выходим из тела, но это всего лишь слова, всего лишь удобное описание наших ощущений. На самом деле никто никуда не выходит, всего лишь изменяется восприятие, сдвигается точка сборки. От сдвига точки сборки кокон не дырявится, а раз нет отверстия, то выйти невозможно. Мы попадаем в астрал, но мы туда не выходим, мы туда смещаемся. Так что астральная проекция ничем не может повредить физическому телу, и длительность нахождения «вне тела» может быть любой.

- Астрал это 3-и Врата!

Раньше всегда писали «астральный план» и всем было понятно, что раз «план», то это какое-то место. «Астрал» это сокращение от «астральный план». Астрал – это не Врата и даже не способ выхода. Астрал – это конкретный мир, место, это одно из названий мира сновидений. Когда ты засыпаешь, ты в любом случае попадаешь в астрал, а уж в осознанном состоянии или нет – дело техники. А 3-и Врата это выход сновидческим телом не в астрал, а сюда, в явный мир.

- В астрал выпускают астральные владыки.

Астрал это как физический мир. Тебе дают разрешение на поход в магазин или в туалет? Если ты не можешь выйти в астрал, владыки и хранители астрала тут ни при чём. Их воздействие такого рода настолько редко, что можно сказать, что его нет.

- В астрал можно вытаскивать.

Можно, но хватит-ли у тебя осознанности там находиться? Если у тебя нет осознанности, никакие вытаскивания не помогут.

- Я вошёл в фазу и вышел из тела!

Слово "фаза" образовано от английского "phase" и переводится как "отдельная стадия, этап развития, состояние". Т.е. по-русски фраза будет звучать как "Я вошёл в состояние и вышел из тела!" - а в какое именно состояние-то вошёл? Термин "фаза" для обозначения состояния между сном и бодрствованием ввёл Михаил Радуга, видимо, не позаботившись заглянуть в словарь.

- Можно из ОСа выйти в астрал!

Астрал – это и есть мир сновидений! Ты каждую ночь выходишь в астрал, т.к. тебе снятся сны. Только выходишь ты туда неосознанно. А если осознанно выйдешь или осознаешься уже там, то астрал от этого не изменится, изменится лишь твоё состояние пребывания в нём. Тоже самое и наяву: явь у нас одна на всех, но все мы пребываем в ней в разных состояниях (бодрствование, сон, глюки и т.д.) - меняется лишь наше состояние, но не окружающий мир.

- Это был уже не просто ОС, а настоящий КС!

ОС – осознанный сон, КС – контролируемый сон. Имеется в виду, что при ОС ты просто осознаешься и некоторое время там находишься, а при КС после осознания изменяешь окружающую обстановку (например: меняешь размер вещей или их цвет). Здесь опять-же меняете своё состояние, а не мир сновидений, поэтому не верно говорить "это был КС", а верно "я был в состоянии КС".

- В чём разница между ОС и ВТО?

ОС и ВТО - это 2 разных способа попадания в мир сновидений, т.е. в астрал. При ОС ты осознаешь миг засыпания при вхождении в картинку начинающегося сна или-же осознаешься уже внутри сна, а при ВТО ты игнорируешь появляющиеся образы и осознаешь миг отделения астрального тела от физического. При ОС ты можешь попасть в любое место сновиденного мира, а при ВТО, как правило, ты сразу оказываешься в своей сновиденной квартире. Т.е. мир один и тот же, только разные его места – при ВТО ближние, при ОС – дальние.

- Осить и ВТОшить может каждый! Кастанэда писал совсем о другом! Сновидение – элитарная практика! В Сновидении нет никаких пустых оболочек, мест на карте и т.п. В Сновидении есть только энергия.

Такого рода умозаключения возникают лишь у фанатиков и у тех, кто читал Кастанэду не внимательно. Видению энергии учатся после прохождения 1-х Врат, стало быть, 1-е Врата проходят как обычные ОС и ВТО, с той лишь разницей, что обязательно делают настройку сновидения. Помимо того, лазутчиков вычисляются именно в обычных ОС и ВТО, ибо иначе как-же определить, что лазутчик чем-то отличается от сцены сновидения? И лишь когда понятно, что это именно лазутчик, лишь тогда переключаются на видение, чтобы узнать, какой именно это лазутчик. Нигде не сказано, что видеть надо постоянно, нужно лишь уметь переключаться на видение, когда это необходимо. Таким образом, 1-е Врата это самые обычные ОС и ВТО.

Так-же тут может иметься в виду, что во многих традициях сновидение практикуется не совсем как таковое, а именно как сновидение данной традиции. Тогда можно было-бы говорить, что и правда *Сновидение тольтеков* отличается от всего остального, и у каждой традиции есть свой собственный отдельный астрал. Отдельных астралов, действительно, много, но это, скорее, как искусственные миры, а не Сновидение в целом.



Элитарной практикой Сновидение становится лишь после 1-х Врат, т.к., овладеть навыком 1-х Врат может любой человек, но, чтобы двигаться дальше, надо быть магом. Обычный человек просто не имеет достаточного количества силы, отрешённости и собранности, чтобы двигаться дальше.

- Зачем мне проходить Врата? Я-же практикую не по тольтэкам!

Именно тольтэки сохранили самую полную схему овладения Искусством Сновидения. В любой другой традиции можно найти лишь жалкие огрызки от этой схемы. Те, кто пытается выстроить своё направление в этом деле, обычно ограничиваются половиной 1-х Врат, изредка приправленной отдельными практиками 4-х Врат. В некоторых традициях йогой сновидений считается прохождение 1-х Врат и половины 2-х, всё остальное называют уже не Вратами, а как-нибудь иначе, но ведь если сии достижения трактовать как Врата, так ведь прямее будет и понятнее именно в контексте овладения сновидениями. Не зная полной схемы, многие просто не знают, чем заняться в астрале, и многие бросают заниматься.

- Астральная нить может оборваться.

Астральная нить, серебряная нить, астральный шнур, лунная цепь – это образование видят только тогда, когда нарочно хотят его видеть, так что оно, скорее всего, не существует. Бытует мнение, что эта нить тянется только из солнечного сплетения, но на самом деле она тянется из любой чакры, через которую ты вышел из тела, а если ты использовал для выхода сразу несколько чакр, то и нитей будет тянуться столько-же. Если не совать свой нос к таким существам, которые могут тебя убить (особенно это касается техногенных цивилизаций), нить не оборвётся. Некоторые нарочно делают её тоньше, чтобы иметь возможность посещать более далёкие миры.

- В астрале можно скачать знания и узнать за пару секунд любой язык.

«Скачать» не значит «знать». Сведения должны быть осознанными, чтобы ими воспользоваться.

- В астрале можно влиять на физические предметы.

Какое-бы плотное тело у тебя ни было, влиять на предметы физической материи в астрале – нельзя. Для этого надо выйти сновидческим телом во явь (3-и Врата), либо работать в астрале с отсыланием мыслеобразов или призывом духов.

- В астрале можно общаться с умершими родственниками.

Умершие родственники (свыше 2 лет) уже не находятся в астрале. В астрале находится их умершее астральное тело. Если его накачать энергией, может показаться, что перед тобой твой родственник. Так-же в виде родственников любят показываться довольно злобные духи.

- В астрале можно пробыть дни, а на самом деле в физическом мире пройдёт пара секунд.

Разница времени не может превышать больше 30-40%. Допустим, в астрале ты пробыл 24 часа. Разница может составлять 7-9 часов. При этом, может казаться, что в астрале ты пробыл больше. Это кажется из-за большого количества поступивших данных. Если ты делаешь много дел в физическом мире, кажется, что прошёл не 1 день, а 2-3-4 и т.д., точно так-же и тут.

- В астрале можно посетить духовный мир.

Если духовный мир – это Высший Астрал, тогда нельзя. Чтобы выйти в духовный мир, нужно выходить в духовном теле, а не в астральном. В какой мир попал, тело того мира и получил, и наоборот: в какой мир хочешь попасть, тело того мира и надо иметь.

- Это был летун! Ну, неорганик.

Это разные существа. Слово "неорганик" - замена привычному слову "дух". Есть очень много классов духов (читай мифологию!), но Кастанэда называет неорганиками только 2 из них, а именно – водных и огненных лакисов. Летунами он называет другой класс духов, которые так-же известны как липсы, шииги или гнаххрид.

- А я книгу про ОС пишу!

Этих книг написаны тысячи, может ты плохо искал? И почти в каждой книге биография автора занимает больше половины книги, тогда как новичку первым делом нужны просто способы выхода и ничего более. А ты собираешься на протяжении своего тысячетомника грузить читателя описанием своих снов и твоей на ходу придуманной философией? Тысячу раз подумай, прежде чем браться за перо! Если ты имеешь сообщить что-то новое, то изложи это в паре абзацев и раскидай по форумам, это отнимет у читателей гораздо меньше времени (представляешь, сколько нужно времени чтобы прочесть ВСЕ книги и публикации на эту тему? жизни не хватит!). И только если твоя история и впрямь оригинальна (например, ты обучался в страшно секретном ордена или общался с духом, который таааакое рассказывал), тогда уж смело пиши.

- Я пока не практикую, только читаю.

Так вся жизнь пройдёт за чтением, ибо книг про ОС-ВТО – тысячи. Пока читаешь, можно сразу использовать описанные методики, чтобы экономить время – жизнь не бесконечна, помни о смерти.

<...>

Как подобрать способ?

Чтобы совершить ОС или ВТО, не надо быть магом, это может любой человек – в том случае, если знает способы. Достаточно попробовать разные способы, чтобы узнать, какие у тебя лучше срабатывают. Но ещё лучше знать, на чём эти способы основаны, чтобы подобрать себе



способ, исходя из этой основы. Например, ты – музыкант, у тебя хорошо развит слух, значит: тебе подойдут способы, основанные на звуках, а, поскольку эти способы ведут ко ВТО, то тебе лучше заниматься именно ВТО, а не ОС.

У практикующих ВТО бывают периоды, когда ведогонец настолько тяжёл или настолько обезвожен, что как-бы приклеен к физическому телу. Сил хватает, осознание есть, а выйти из тела никак не получается. В таких случаях можно настаивать, посылая внутрь себя намерение встать, и, в конце концов, когда-нибудь это сработает. А можно временно переключиться на практику ОС, тогда этот период пройдёт более гладко.

Помимо того, на чём способы основаны, их можно разделить по степени действенности. С этой точки зрения выделяют:

- 1) не прямые способы – когда осознание приходит во время сна, ты осознаёшься уже будучи внутри картинке сна;
- 2) прямые способы 1-го типа – когда ты отслеживаешь своё вхождение в сон, осознавая миг засыпания или миг отделения от тела;
- 3) прямые способы 2-го типа – когда выход из тела происходит без засыпания (наиболее легко это совершить, если проснуться ночью и потом выйти);
- 4) смешанные способы – когда один и тот-же способ у разных людей или в разное время срабатывает то как 1-й, то как 2-й, а то как 3-й, или может применяться как любой из них.

Способы ОС-ВТО

В двух следующих главах я опишу отдельно способы для ОС и отдельно – для ВТО. Но есть несколько способов, которые могут дать и то другое, каждый раз разное, или у кого как.

К тому-же, со временем разница в этих двух навыках становится менее чёткой: применялось упражнение на гладкий навык, а вышел сухой и наоборот. Когда такое происходит, не стоит беспокоиться, ибо главное это пребывать в осознанном сосоянии вне тела, а упражнения не так важны.

И, тем не менее, можно разработать упражнения и способы даже для нечёткости навыков. Вот несколько примеров.

1

Когда при наблюдении мига засыпания начнёт появляться картинка, своим размером словно подходящая тебе и хоть чуточку объёмная, быстро подумай в середине головы: "Моё тело засыпает... А осознание моё пребывает в дрёме".

Когда произойдёт перещёлк внимания, бессмысленно подумай, что вы двинулся в сторону от своего тела, либо двинулся в картинку.

2

Днём, вдыхая лбом, твори сердечную молитву.

Когда захочется сновидеть, безмолвно зная о том, что это получится, неразличающий взгляд направь на черноту перед глазами.

Далее –

- a) если хочешь применить гладкий навык, дожись появления картинке, и пристальным слегка-охватывающим взглядом останови её и взглядом-же желай в ней что-нибудь потрогать так, чтобы испытать настоящее чувство прикосновения руками;
- b) если хочешь применить сухой навык, гоните прочь все картинке, словно их нет, и жди из середины черепа звука, похожего на ОУМ, а когда он начнёт возникать, вслушивайся в него и желай выйти из тела.

3

Представь, что выпадаешь из своего тела и проваливаешься на улицу. Ты стоишь на крыше самого высокого здания, а над тобой парит лиана. Вскарабкавшись по ней вверх, вылезешь у себя в комнате.

4

Слушая шум в ушах и видя черноту закрытых глаз, сосредоточься на невидимой точке где-то далеко в этой черноте или просто в другом её слое по направлению прямо перед тобой или над тобой.

Невидимую точку можно направить словно из головы или любого места тела, где чувствуется тепло, скопление праны.

Вместо точки можно вообразить, как из места скопления праны вырастает тоненькая трубочка или прямой полосой исходит направленный свет.

5

Шаг 1. выразить намерение расслабиться.

Шаг 2. пронаблюдать, как тело расслабится.

Шаг 3. собрать себя в голове. Для этого можно ощутить себя и потом перенести эти ощущения в голову, либо сначала ощутить в голове точку и потом намотать на неё себя.

Шаг 4. будут ощущаться потоки по телу, но надо наблюдать одновременно 3 пространства: пространство комнаты, в которой находишься, пространство внутри головы и пространство внутри тела.

Шаг 5. выразить намерение начать засыпание.

Шаг 6. пронаблюдать, как тело начнёт засыпать.

Шаг 7. полголовы находится в рамках физического восприятия, а другая половина не имеет границ, не имеет контура, затылок расплылся.

Шаг 8. в середине головы – сияющая горошина, за затылком – неопределённое пространство. Окуни горошину туда.

Шаг 9. выразить намерение на то, что хочешь сделать, будучи вне тела.

Шаг 10. продолжать наблюдать засыпание, ожидая пока тебя само собой вынесет из тела.



6

Ощутить любой объём (объём помещения, где находишься, или птицу как объёмный объект, и т.п.) и, глядя на него, пожелать слиться с ним – слиться щупальцами из солнечного сплетения, лучом из межбровия или перетекающей цепкостью взгляда.
Это упражнение может вызвать не только ОС или ВТО, но и выход ведогонцем в явь, т.е. 3-и Врата.

Бестелесный выход

При удержании точки сборки посередине человеческой полосы сновидец почти ничем не отличается от любого другого человека на улице, только в большей степени подвержен таким переживаниям, - таким как, например, сомнение и страх. Но стоит смещению точки сборки преодолеть определённый предел, и сновидец превращается в сгусток света. Таким становится его сновидческое тело. Это называется бестелесным выходом, т.к. ты не имеешь привычного очертания тела. Такой выход сопряжён с состоянием неизъяснимой благодати.

Это достижение обретается как через ОС, так и через ВТО, потому освещается мной в главе о нечёткости навыков, т.к. может быть применено и там и там.

Если при бестелесном выходе ты вдруг захочешь принять обычный телесный вид, подлети к зеркалу и посмотришь в него – там ты всегда отражаешься как тело. Затем с соответствующим намерением переведишь взгляд от зеркала на себя – ты будешь выглядеть как тело. Так-же, если захочешь, например, что-либо потрогать именно рукой, то примешь свой обычный вид.

1

Раз за разом проходи вниманием по всем местам тела (особенно – по чакрам), отмечая при этом необычные ощущения, колебания, странное дрожание и т.п. Дождись, пока эти ощущения сделают плотное тело полностью обездвиженным, и воображай себя как нечто бестелесное, не имеющее ни плотности, ни очертаний, парящее в стороне от плотного тела.

2

Когда из предзасыпного состояния смотришь сон и можешь в нём посмотреть на какие-либо части своего сновидческого тела, сделай так, чтобы оно повернулось к тебе лицом и ты смотрел прямо на него – тогда ты войдёшь в сновидение либо без тела, либо с несколькими телами.

3

Некоторое время представлять место сновиденного мира, куда хочешь попасть; оно должно отпечататься в сознании и намерении. Затем, всё ещё держа перед собой или вокруг себя картинку сна, представить внутри головы плотного тела большой белый шар (скорее всего получится не ровный), касающийся стенок черепа, и вращать его по оси низ-верх (от затылка к макушке и далее) до тех пор, пока тебя плавно выбросит в сновидение. При выходе ты будешь иметь вид светового шара (маленького или в рост человека).

4

Когда из предзасыпного состояния наблюдаешь за картинкой сна, вообрази, что сновидческое тело уже преобрело вид большого светового шара и бочком касается картинке сна, по мере засыпания проникая в неё всё глубже. Если-же желаешь применить не гладкий, а сухой навык, то просто не воображайте картинку сна, а вчувствуйся в то, что ты являешься световым шаром, который парит.

5

Представь себя бестелесным существом и словно растворяйся в пространстве. Выдираться не надо, а, скорее, наоборот, сливаться.

6

В кемаре представь себя ветром. А какое тело у ветра? Никакого... Превратись в ветер и запомни эти ощущения. Затем воспроизводи их наяву, и со временем сможешь выходить из тела сразу не имея никакого образа – как ветер.

<...>

Короткие сны

Когда ты выбрали себе наиболее удобный способ осознанного вхождения в кемар, следует использовать его как можно чаще. Будет намного лучше и быстрее, если ты будешь нарабатывать навык не только ночью, но и днём. Выспавшемуся и взбодрившемуся сознанию легче сообразить, что оно находится во сне.

Поначалу можно применять 4 менее действенных способа:

- 1) спать не урывками, а просто по 8-9 часов в будни и часов по 12 или больше в выходные;
- 2) спать часов 6, затем делать 15-хвилинный перерыв, цель которого – полностью избавиться от сонливости; затем опять ложиться спать;
- 3) спать 6 часов, потом 90 хвиль бодрствовать, затем заснуть ещё на 90 хвиль;
- 4) чередовать 4 часа бодрствования и 20-30 хвиль сна.

Основной-же способ таков: несколько раз в день погружайся в сон на 15-20 хвиль и при этом каждый раз оставайся осознанным.



Днём легче не утратить осознания при переходе в сон. К тому же тело будет отдохнувшим, и вечером не будет нуждаться в долгом отдыхе и сне, а потому всю его силу можно будет направить на сновидение.

Не смотря на кажущуюся простоту, короткими снами достигают очень многого. Юань Ли в статье «Играя с облаками» пишет об этом так:

Сила коротких снов Спящего Тигра

Обычно предполагается, что сновидениями лучше всего заниматься в ночное время. Но даосские практики решили, что одной возможности за сутки очень мало, и почти сразу разработали технику коротких снов. Идея состоит в том, что в течение дня можно устраивать себе короткий сон на 15–60 хвиль. Частота дневных снов позволяет практикующему развить необходимые умения для быстрого вхождения в состояние сновидения. Это позволяет телу хорошо отдохнуть, что в итоге увеличивает шансы на успех в основной практике.

В Китае был один величайший практик – Мастер Чен Туань. Он жил в 10 веке и практиковал короткие сны в пещере священной горы Хуа-Шань на западе Китая. Рассказывают, что многие гости часто ждали, пока он не закончит дремать. Чен Туань, говорят, достиг высочайшего уровня в даосской практике сновидения, пребывая месяцами в мире осознаваемых сновидений, вне пределов времени и пространства, в измерениях, где они предельно текучи и непостоянны.

Бодрствующий сон

Будет очень хорошо, если ты не только время от времени засыпаешь, но ещё и постоянно чувствуешь, что плотное тело спит. Не расслаблено, а именно спит всё время. Это состояние называется *бодрствующим сном, сном в состоянии бодрствования, состоянием пробуждённого сна, знанием во время сна, покоем в действии, освобождением без образов, недвижимым состоянием освобождения, повышенным осознанием*.

Чтобы лучше понять, о чём тут идёт речь, расслабься так, чтобы ощущалось, что плотное тело уснуло полностью, но ты не спишь. Ты должен почувствовать, что плотное тело – это не ты, оно само по себе, а ты являешься чем-то особым, заключённым внутри плотного тела. Только ни в коем случае не меняй положение тела и вообще не двигайся!

Чтобы вызвать у себя любое нужное состояние, надо сделать вид, будто-бы ты уже наблюдаешь за его протеканием. При достаточном количестве силы это правило годится для вхождения в любое состояние, применимо оно и для бодрствующего сна.

Если это состояние не достигается само собой, пошли в солнечное сплетение приказ: «Наблюдаю, как тело засыпает». Время от времени повторяй приказ, вращай прану над солнечным сплетением (возможно, ощущения вращения праны будут поверхностными, но важно не это, а то, чтобы тело откликлось на твой приказ). Некоторое время наблюдай это состояние. Если плотное тело хоть сколько-то ощущается, то из достигнутого состояния может вынести в Естественный Свет. Только поначалу не нужно открывать их полностью, и не будет лишним иногда их закрывать (но не моргать!). Если же плотное тело не ощущается совсем, то попробуй выйти из тела.

Войти в бодрствующий сон наиболее просто лёжа в гамаке. При выходе из этого состояния иногда возникают кошмары.

Проснувшись утром, запомни сонливые ощущения (не вялость, а именно способность в любой миг провалиться в сон) и сохраняй их в своём теле как можно дольше, лучше всего – весь день. А ещё лучше проснись ночью и чувствами запомни как ощущается тело, и поддерживай его в таком состоянии всегда. Если это не получается само собой, крути прану над солнечным или сердечным сплетением, давая телу приказ постоянно спать – даже во время работы и на ходу. Тогда забавно примечать изменения своего состояния, например: когда идёшь, глаза открыты, но, тем не менее, плотное тело спит, а ты смотришь из него. Будет легче, если при ходьбе щуриться.

Если плотное тело постоянно спит или хотя-бы полуспит, то не составит труда выйти из него когда угодно. Дыхание при этом совершается средней частью туловища, и оно поверхностно, еле заметно.

Если плотное тело спит (хотя и не лежит на кровати, а ходит, говорит и занимается другими повседневными делами), то рано или поздно оно начнёт сновидеть. Это называется *сновидением в бодрствовании*. Данное состояние сродни 3-м Вратам, с той только разницей, что здесь ты не выходишь из тела, а сновидишь прямо в нём. Ты можешь видеть других сновидцев в их ведогонцах, можешь видеть духов и т.п. Этих особых существ, воспринимаемых в состоянии сновидения в бодрствовании, индейцы яки называют «сурэм». Через сновидение они доступны только в 3-х Вратах, а в обычном состоянии наяву их никто не замечает, разве что как что-то еле уловимое быстро промелькнёт.

Сновидение в бодрствовании – самое тонкое состояние, какого можно достичь. Чтобы не запутаться, в этом состоянии применяется особый способ проверки яви, называемый *проверкой тропы, по которой проходят сны*. Суть в том, что тропа обычных событий и тропа сновидений имеют разную степень осознания. Ощупай любой предмет. Если ты сновидишь, то ощущение от предмета возвращается к тебе как эхо. Если оно не возвращается, значит: ты не сновидишь.

Ночное бодрствование

Дни полнолуний, новолуний, солнцестояний и равноденствий являются входами. Эти входы ведут в магическое пространство. Если ты бодрствуешь, ты можешь «подглядеть» как открываются входы. Поэтому в ночи такого времени советуется не спать, занимаясь соответствующими энергетическими практиками (например, для полнолуния подойдёт медитация на тёмную сторону Луны). Бодрствование в такое время открывает в теле необычные состояния.

Глава 6: Гладкий навык



Гладкий навык это навык владения тем, что называют ОС (осознанный сон).

Овладеть гладким навыком – значит: осознав миг засыпания, оказаться в кемаре. Осознав, что находишься в кемаре, надлежит осознанно совершать какие-либо действия, причём стараться находиться в кемаре как можно чаще и дольше.

Во время обычного сна точка сборки сдвигается вдоль одного из краёв человеческой полосы (в коконе это лево-право). Такие сдвиги всегда сопряжены с дремотным состоянием. При осознании сна точка сборки сдвигается вдоль среднего сечения человеческой полосы. Поэтому дремотного состояния не возникает, хотя сновидец по-настоящему спит.

По исполнению это отличается от сухого навыка тем, что здесь обязательно нужно входить в картинку сна, а при сухом навыке это не обязательно и порой совершенно не нужно. Ощущения тоже разные – при гладком навыке ты не замечаешь как влетаешь в картинку сна, ты просто оказываешься там, а при сухом навыке всегда ощущается отделение от тела.

<...>

Глава 7: Сухой навык

Сухой навык – это навык владения тем, что называют ВТО (внетелесный опыт), ВТП (внетелесные переживания) или астральной проекцией.

Овладеть сухим навыком – значит: осознать переключение внимания с физического тела на ведогонца, т.е.: вместо мига засыпания осознать миг отделения от тела. Затем надлежит отдалиться из области расположения тела и совершать какие-либо действия, как можно более долго не возвращаясь в тело.

Этот навык можно осуществить как из состояния полу-сна, так и из полного бодрствования.

При гладком навыке ты чаще всего оказываешься в отдалённых местах Личного Мира Сновидений, а при сухом навыке почти всегда попадаешь в самое ближайшее его место, похожее на твою спальню. Поэтому места, посещаемые при ВТО, называют ближним астралом, а места, посещаемые при ОС, называют дальним астралом.

Сухой навык легче осуществить, чем гладкий, но по возвращении в тело может возникнуть ощущение усталости, и тебе придётся набирать больше силы, чем обычно. За то при сухом навыке не надо нарочно осознаться, ибо ты всегда выходишь из тела в полном осознании и воспринимаешь мир сновидений почти столь-же явно, как при ложном пробуждении, потому что ты осуществляешь переход сразу во 2-е Сновидческое Внимание, минуя 1-е.

Для сухого навыка можешь применять всё, что предлагалось для гладкого, но "осознание во сне" меняй на "выход из тела". Чтобы после гладкого навыка перейти на сухой, можно после осознания сделать в кемаре себе внушение, что проснёшься в состоянии полного расслабления и сильных колебаний; а когда проснёшься в искомом состоянии, используй любой способ выхода.

Если ты впервые достиг ведогонца сухим навыком, а не гладким, тебе будет уместнее своё сновидческое тело называть 2-м телом, духовным телом, праническим телом, звёздным телом, тонким телом, Другим, Двойником, внутренним человеком или ещё как-нибудь иначе, но не ведогонцем.

Если у тебя трудности с гладким навыком, попробуй сначала освоить сухой навык, а потом переходить ко гладкому. И наоборот: если трудности с сухим навыком, попробуй сначала освоить гладкий.

Можно стать мастером только одного навыка, но со 2-м следует ознакомиться хотя-бы однажды. Однако, хоть на это и уйдёт больше времени, лучше всего в полной мере овладеть обоими навыками.

<...>

Выход души

Душа это большой сгусток белого тумана, являющийся объёмом личной силы, которую ты накопил. Обычно из тела выходит лишь часть души, потому сновидца быстро выбрасывает из кемара и возвращает обратно в явь – туда, где остальная масса души.

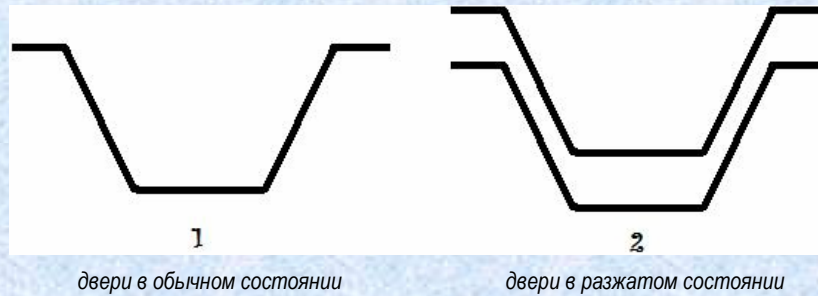
1

Чтобы вытащить душу из тела, требуется глубокое состояние отключения от мира. Настолько глубокое, чтобы все твои Линии Мира внутри кокона замерли. Если проснуться среди ночи, тело обычно тоже находится в подходящем состоянии.

Достигнув нужного состояния, сосредоточься на любой чакре. Лучше всего на той, через которую обычно выходишь или с какой чаще работаешь.

Как только сосредоточился на ней и сильнее впал в дрему, ничего не воображай, но ощути, что в месте этой чакры ты своими ощущениями открываешь некий проход. Как будто перед твоим носом захлопывается лифт, но ты успеваешь засунуть туда кисти рук и начинаешь разжимать двери лифта, раздёргивая их в стороны. Только в данном случае лифтом является твоё тело – допустим, если ты взял вишуддху, то двери лифта будут в области шеи. Только эти двери расположены небоскатно, а не отвесно.

Мне это видится так:



Как только ты их разжимаешь, из тебя вылетает белый клочок тумана, и ты выходишь из тела. Иногда при выходе можно заметить, что этих клочков сразу вылетает несколько, и от каждого из них к телу тянется нить. Не обращай внимания, выходи и втягивай всё в себя-как-астральное-тело.

Так можно сновидеть ночи напролёт. Крайне опасно.

2

Нащупай место, где сейчас находится душа. Мысленно войди в сушумну и задай такое ощущение, словно извне в самое это место души засовывается щуп, который аж внутрь тела входит и подковыривает её, чтобы вышла. Получается, будто на кнопку нажал и из тела вылетаешь, отпружинивая

ВТО без засыпания

Выход из тела без засыпания и даже без вхождения в транс возможен в следующих случаях:

- 1) если мастер наяву ударит тебя по точке сборки;
- 2) если маг из астрала заклянет тебя немедленно явиться к нему;
- 3) если ты примешь какое-либо сильнодействующее вещество;
- 4) если используешь особый предмет;
- 5) если совершишь особый энергетический приём.

Для личного развития наиболее полезен 5-й случай. Рассмотрим 3 способа, относящихся к нему.

<...>

Сонная неподвижность (астральная каталепсия)

Если проснувшись, не чувствуешь тела, не хочешь или не можешь пошевелиться, видишь и/или слышишь что-то необычное, - не беспокойся, это не опасно, просто точка сборки ищет своё привычное место, она быстро его найдёт и всё встанет на свои места.

Если-же эти ощущения тебе неприятны, то сосредоточься на большом пальце любой ноги, и как только он немного двинется, всё пройдёт. Так-же можно в самом начале этих ощущений быстро-быстро выкатиться из кровати и 10 хвиль погулять (если вернёшься в постель раньше, ощущения могут вернуться), особенно хорошо помогает, если в это время поесть. Если-же совсем не можешь двигаться, тогда начни накачивать себя энергией («Мои руки наливаются энергией... Мои ноги наливаются энергией... И вот я уже совершенно бодр и готов подняться»).

Из этого состояния очень легко выйти из тела, поэтому надо уметь сознательно вызывать сонную неподвижность. Вот несколько способов:

- 1) лечь на спину, скрестить ноги, руки положить на низ живота так, чтобы пальцы обеих рук были переплетены друг с другом; заснуть в этом положении (когда ночью проснёшься, будешь в состоянии сонной неподвижности);
- 2) быстро и долго отжиматься, чтобы сердцебиение стало сильным, а потом лечь спать (самая высокая вероятность сонной неподвижности – если спишь на спине, самая малая – если на правом боку);
- 3) завести будильник так, чтобы он прозвенел посреди обычного сна, потом сделать нагрузку для тела (опять-же, чтобы сердце билось сильно) и снова лечь спать;
- 4) выпить кофе или любой другой силовой напиток и уснуть до того, как он подействует.

ЧАСТЬ II: ДЛЯ МАГОВ

Глава 8:

Ступени создания ведогонца

Прежде, чем говорить о Вратах Снотворения, важно понять, что такое ведогонец, как его создать и как им управлять.

Что такое ведогонец?

У человека имеется множество тонких тел и человек может сознанием выходить в любое из них, но ни в одном из них он не может перемещаться по мирам, за исключением физического тела. Человек может перемещать своё сознание куда угодно, в любые миры, но это будет перемещение лишь на уровне грёз. А чтобы это было перемещение подобное перемещению в физическом теле, человеку нужно создать



себе такое тонкое тело, в котором он мог-бы передвигаться точно так-же, только с большими возможностями. Такое тело называется «ведогонец».

Ведогонец создаётся путём накопления и упрочения в себе какой-либо материи. Когда ты спишь и видишь сон, материя сна сама собой облекает твоё сознание, и ты имеешь во сне чрезвычайно призрачное тело, в котором не можешь осознаться из-за его непрочности. Когда ты запоминаешь сны, ты тем самым упрочаешь эту материю, являющуюся зародышем ведогонца.

Беда лишь в том, что чем меньше раз ты осознаёшься во сне, тем чаще накопленный тобой сгусток тонкой материи отдаляется от тебя на всё более дальнее расстояние вперёд. А чем чаще осознаёшься, тем быстрее зародыш крепнет, и создаётся полноценный ведогонец. Поэтому важно создать как можно более плотный зародыш и развить его в устойчивого ведогонца.

Развитие и совершенствование ведогонца приводит к появлению в человеке 2-й личности, в нём оказываются 2 памяти – память физического тела (дневная) и память сновидческого тела.

Чтобы ощутить ведогонца и лучше понять что это такое, останови мысли, закрой глаза, и посиди так...Спустя некоторое время ты можешь осознать некое движение своего внимания, происшедшее как-бы не по твоей воле. Едва ты заметишь, как всё пропадёт. То движение внимания, но более лёгкого, чем обычное внимание, и было вниманием ведогонца. Попробуй почаще вызывать это особое внимание и давать ему волю.

Подходы к созданию ведогонца

1. Личная сила – доступно каждому, но пройти дальше 1-х Врат есть возможность только при хорошем знании своих пран и умении управлять ими.

2. Обряд – выбираешь бога или духа, вызываешь и просишь вытащить тебя из тела и удерживать вне его столько времени, сколько тебе потребуется для создания мощного ведогонца. Духи слушаются не всегда и не всех, особенно если звать без посвящения.

3. Подселение – подселяешь себе в кокон духа и он в обмен на твою силу носит тебя по мирам. Если он будет делать это каждый день, то ты довольно быстро создашь ведогонца.

4. Употребление растений силы – растения силы являют собой плоть определённых духов и когда она при поедании, курении или выпивании оказывается внутри тебя, она переносит твоё сознание в свой мир, за счёт чего даже без умения осознанно входить в сон быстро нарабатывается сгусток тонкой материи. Иногда этот способ граничит с подселением, смотря что и как употреблять.

5. Создание искусственной сущности – созданная сущность используется так-же как подселённый дух, только кормить его можно не своей силой, а тем, что назначишь ему в пищу. Сущность, как правило, создаётся не из своей, а из посторонней материи.

6. Выращивание или получение сновидческого органа – некоторые называют его «магический определитель» или «единое средоточие» и считают прибором, который у каждого сновидца имеет свой номер, являющийся доступом сновидца. На самом деле это тонкоматериальный шарик, который вырастает или который вкладывают в область любой чакры (чаще всего – анахата или аджна), через который осуществляется связь со сновидческим телом и вызыванием всех состояний, присущих ему. Некоторые считают, что сновидческий орган либо есть, либо нет, нельзя его вырастить или получить, но можно лишь его включить или выключить.

7. Получение канала – закрепление в энергетическом теле такой Линии Мира, которая несёт в себе все необходимые состояния и энергии.

Способы №2, 3 и 4 являются быстрыми и опасными. Способ №5 – самый сложный и трудоёмкий. 7-й способ самый быстрый. Способ №1 достаточно долгов, но он самый лучший, т.к. совершенно безопасен. Только один этот способ естественный, тогда как все остальные являются хитростями. В данной книге всё рассматривается исходя именно из этого способа.

Приманивание сновидческого тела

Не должно быть прерывания осознания в промежутках между явью и сном, между плотным телом и тонкими телами, между одним состоянием и другим, а все действия должны быть всегда осознанными.

У мирянина его тонкие тела всю жизнь постоянно отдаляются от плотного тела, и когда это расстояние становится слишком огромным, он умирает. Поэтому сновидец должен держать все свои тела как можно ближе к себе, а ещё лучше – слить их все в одно тело.

Для начала может применяться массаж точки 2-го Внимания, описываемый немного по-разному:

- 1) разминать пальцами место, распложенное приблизительно в 30 см перед срединной точкой между желудком и пупком и в 10 см правее;
- 2) в 30 см от живота, на 40° правее воображаемой полосы, идущей прямо вперёд – мягко похлопывая ладонями воздух в этом месте, можно управлять этим местом сбора 2-го Внимания;
- 3) в состоянии дрёмы мягко, но уверенно похлопать себя (может быть, несколько раз) по правой стороне туловища между тазом и бёдрами – здорово помогает точке сборки сдвинуться для сновидения;
- 4) точка 2-го внимания находится возле правого бедра на расстоянии примерно 40 см у обычного человека и 10 см у развитого, где-то напротив печени и чуть вниз – можно похлопывать по этой части тела и тем самым включать ведогонца.

В сновидении точка сборки может быть где угодно, но когда она входит во 2-е Внимания, тогда она помещается на уровне точки 2-го Внимания. Будучи уже в сновидческом теле, ты можешь смещаться куда угодно, т.е. точка сборки из положения 2-го Внимания может смещаться куда угодно.

В точке 2-го Внимания собирается ведогонец. Сосредоточивая внимание в этой области, можно переходить из яви в сновидение. При переходе восприятия, ты словно сворачиваешься и уходишь туда. А если сосредоточишься на физическом мире, то вернёшься обратно.

Обычный человек смещается в точку 2-го Внимания, чтобы там собраться, получив ведогонца. Но когда у человека уже имеется ведогонец, он может легко его собирать даже наяву, т.е. без перехода в точку 2-го Внимания. Тогда уже как-бы место перемещается, а не точка сборки.

При массаже точки 2-го Внимания ты рано или поздно почувствуешь, как пальцы проходят через что-то плотное, подобное воде, и в конце концов ты нащупаешь свою светящуюся оболочку. Если удаётся сделать и почувствовать впадину в светимости, то сновидческое тело станет



ближе к плотному телу и входить в сновидение станет легче. Здесь применяется сдвиг вдоль правого края человеческой полосы. Чем глубже уходить в этом направлении, тем причудливее будет становиться сновидческое тело.

Приблизить к себе тонкие тела можно ещё двумя способами:

- 1) вообразить, что на тебе надето большое прозрачное тело (ты находишься внутри него), затем на вдохе втягивать плоть того тела из любого места, соответствующего какой-либо чакре, в такое-же место плотного тела, а на выдохе немного отдалить эту плоть, но отдалять не так далеко, как она была первоначально;
- 2) задать себе установку: "Я вдыхаю плоть сна" и вдыхать её пятками.

Чтобы совершить сновидение, нужно управлять как сновидческим, так и плотным телом. Во-первых, средоточие 2-го Внимания должно быть сделано доступным благодаря тому, что оно будет вдавлено кем-то снаружи или втянуто самим сновидцем. Во-вторых, для того, чтобы отделить 1-е Внимания от 2-го, средоточия плотного тела, расположенные в средней точке и в икрах, должны быть задействованы и сдвинуты как можно ближе одно к другому, пока не окажутся слитыми. Тогда возникает ощущение скатанности в клубок, и само по себе верх берёт 2-е Внимания. Правая и Левая стороны осознания сворачиваются вместе. И то, и другое успокаивается в едином клубке, вдавленном в средоточие 2-го Внимания.

Ступени совершенствования

Причина, по которой обычные люди не могут управлять своей волей в сновидениях, состоит в том, что они никогда не совершали перепросмотр своей жизни, и их сны по этой причине переполнены очень деятельными переживаниями, такими как воспоминания, надежды, страхи и т.п.. Перепросмотр высвобождает заключённую в тебе силу, без которой подлинное сновидение невозможно.

Ежедневные занятия цигун или йогой для очищения чувств помогают изменить качество и количество сновидений. Количество снов с переживаниями и особенно кошмаров существенно снижается, сны становятся приятными и спокойными. Изучение связи между цигун и сном приводит к мысли, что сновидение – это явление, происходящее на уровне тонкого тела. Другими словами, когда человек начинает засыпать, его чувства постепенно отключаются от мира Яви и уходят в глубь тела, подобно тому, как это происходит при дрёме. Когда чувства направлены внутрь, сознание, ранее сосредоточенное на Яви, обращается к тонкому телу, в область более высоких колебаний материи.

Спит только физическое тело, а тонкое тело не спит никогда, оно бодрствует в течение всей твоей жизни. Ты можешь не осознавать миг перехода сознания в тонкое тело, хотя проходишь через это каждый день. Например, когда кто-то говорит нечто такое, что тебе не любопытно, ты мыслями улетаешь куда-то... Твои глаза, по-прежнему, открыты, но сознание находится где-то в другом месте. Если это состояние затягивается, а собеседник вдруг задаёт вопрос, тебе приходится приложить усилия, чтобы «вернуться», и ты, как правило, не в состоянии ответить на поставленный вопрос.

Сознательно смещая сосредоточение в тонкое тело, ты обнаружишь, что жизненная сила не ограничивается Явью. Явь – это лишь маленький кусочек пространства бытия, большая часть коего относится к тонкому миру. И каждый раз, когда ты засыпаешь, твоё сознание захватывается тонким миром, который не ограничен временем и пространством, а потому более широк на возможности и более важен.

Исходя из сего, даосы выделяют 5 ступеней развития ведогонца, каждой из коих соответствует арийкая мантра, т.к. это знание китайцы получили от поздних ариев. Эти мантры называются воскресительными, т.к. возвращают тонким телам человека их должное осознанное состояние.

1 ступень – Парящее облако

В наше время мало кто может восстанавливать силы во время сна. Пробуждаясь, люди чувствуют неудобство и опустошённость, упадок сил и т.д. Ступень «Парящее облако» посвящена способам сна, полностью восстанавливающего силы. По утрам ты будешь бодрым и полным сил. Полностью освоив данную ступень, ты сможешь выспаться за 4 часа.

2 ступень – Нефритовый светильник

Ты полностью запоминаешь все свои ночные сновидения, которые становятся чрезвычайно яркими и похожими на явь.

3 ступень – Истинные сновидения, Переход через большую реку

Ты не менее раза в седмицу распознаёшь сновидение, сохраняя ясное сознание. Обычно на этой ступени пока что нет полной власти над ходом сновидения, т.е. ты не можешь по своей воле изменять происходящее в сновидениях, изменять там вещи и т.д.

Основными упражнениями данной ступени являются:

- 1) совершенствование изначальной природы Син;
- 2) развитие ян синь, т.е. янской осознающей стороны сознания;
- 3) возможность садханы во сне.

4 ступень – Нефритовый владыка

Ты овладеваешь способностью прямого погружения в Кемар, сохраняя незамутненность сознания, т.е. можешь свободно перемещать сознание из мира бодрствования в мир сновидений. Приметой освоения данной ступени является твоё свободное вхождение в Кемар в любое время суток из любого положения тела.

5 ступень – Небесный свет

Ты, не прилагая никаких усилий, постоянно сохраняешь совершенную естественную ясность сознания как наяву, так и в Кемаре. При этом ясность сохраняется так-же и в промежутках между сновидениями. Волнения прекращаются, и Дух (шэнь) погружается в покой, созерцая свою изначальную природу.

Способы каждой ступени преподаются в некоторых школах цигун, но на них наложена Печать Самайи (т.е. они распространяются только среди учеников определённых гуров).



Уровни входа в сон

Даосы выделяют 3 вида сна:

- 1) сны не запоминаются; это состояние называется «сны белой лошади», потому что для запоминания снов следует перед сном и после пробуждения воображать белое пространство;
- 2) ты замечаешь кемы, но не управляешь ими; это состояние называется «5 беснующихся обезьян», потому что чтобы замечать кемы, надо перед засыпанием воображать пентаграмму, пристально смотря в её середину;
- 3) работа с кемами; это состояние называется «8 бессмертных змей», потому что если при засыпании вообразить восьмёрку, то будет легче войти в Кемар через всплывающие образы.

Эти виды сна задаются иньскими потоками, тогда как уровни работы в Кемаре задаются теми силами, за счёт коих ты развиваешь своего ведогонца.

<...>

Алхимия Врат Снотворения

Алхимия Врат Снотворения – это преобразования тел. Сии преобразования видны из описаний Врат, но, кроме Врат, существуют иные описания Алхимии Сновидений, из коих можно почерпнуть знания о том, что не слишком заметно при прочтении описания Врат. Приведу 3 примера.

1. Алхимия ольмеков



Сапотэки образовали культ во главе с богом сновидения Питао-Шикалом, который соотносился с птицей-ягуаром. Культ сновидений состоял из нескольких уровней, каждый из которых имел своего дэвата. Позднее для каждого уровня была разработана система, опирающаяся на тот или иной обряд. Первые 5 уровней были открыты для всех, а 3 или 4 последующих существовали только для посвящённых.

1. Сон Змеи (Анаконды) – развитие Оси Сновидения, что значит: надо понять силовое строение кокона, чтобы построить ведогонца. При этом во снах отмечаются образы и знания. Качество силы Змеи – куб, линия.

2. Сон Ягуара (или Пумы) – получение возможности набора силы, которая создаёт намерение. Качество силы Ягуара – островерх, касательная.

3. Сон Орла (Кондора) – создание сновидческого удеса. Качество силы Орла – шар, увязывание.

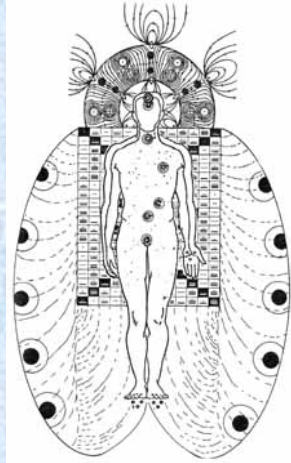
4. Выход на связь с Духом Ягуара – с Питао-Шикалом.

Сновидение Змеи, сновидение Ягуара и сновидение Орла непосредственно связаны между собой. Сила и качество сновидения Ягуара зависят от сновидения Змеи, а сила и качество сновидения Орла зависят от сновидения Змеи и сновидения Ягуара.

Чтобы эти качества были скреплены, следует осознать ритм. Каждое качество имеет свой ритм, и каждое строится по своим законам. Чтобы получать знания, надо научиться удерживать, иначе не будет накопления. Надо удерживать хотя-бы небольшие достижения в течение небольшого времени. Это как возбуждение: можно быть в нём, а можно искать, куда его приложить. Если ты в нём, ты наполняешься. Если ты ищешь, куда его применить, то идёшь к потере ради скоротечного удовлетворения.

2. Алхимия тайшинов

Ведогонец называется Ула («тёмный человек», «порождение сумерек сознания», «житель другой стороны мира», «Дракон»), но это не общее название для тела сновидений, т.к. Улой может стать любое тонкое тело, которым ты овладел до той степени, когда можешь в нём осознанно входить в Кемар.



Тонкие тела разделяются на 2 области, как и вся Вселенная. Тело, расположенное в правой части, имеет название Дэрг (у тольтэков – Правое Тело), а расположенное в левой части – Марг (у тольтэков – Левое Тело).

Такое-же разделение придерживается племя оолуг: у них принято раскрашивать половину тела в чёрный цвет, а другую – в белый, в знак того, что оолуги живут в двух мирах. «Белый мир», мир дня – это Земля, здесь оолуги – мирное племя. В другом – мире ночи – они воины, сражающиеся с соседними племенами. Время от времени кто-нибудь из оолуг замирает на месте и впадает в транс. Другие объясняют это тем, что он отправился в другой мир. Учёные-исследователи не раз становились свидетелями того, как совершенно здоровый оолуг во время транса вдруг падал замертво. Это значит, его убили в «мире ночи».

Дэрг – «тело Зверя». Именно оно, в силу некоторых особенностей человеческой силы, порождает восприятие известного мира. С этим телом связан правый глаз, он смотрит зрением этого тела. Это тело связано с силой Инь.

Марг – «Иной», «тело Шамана», «тело Видящего». Оно управляет твоей магической жизнью. Оно порождает восприятие незнакомого мира. С этим телом связан левый глаз. Если Марг развит, то оба глаза заметно отличаются друг от друга, а взгляд становится более пронизывающим и глубоким. При засыпании точка сборки смещается именно в Марг. Это тело связано с силой Ян.

Целью тайшинов является Марг, именно из Марг они создают Ула. Но чтобы до него добраться, сначала нужно развивать Дэрг. Занимаясь йогой, ты начинаешь пользоваться силой Дэрга в Кемаре и силой Марга наяву, что приводит к постепенной сонстройке их проявлений в одно тело.

Когда начинаешь развивать Марг, Дэрг начинает работать не так, как прежде. Окружающие люди начинают ощущать эти изменения, хотя, зачастую, и не осознают их. Но даже если подобного осознания не происходит, люди вынуждены отвечать на появление рядом с собой «чужого» - человека, который задействует совершенно иные механизмы взаимоотношений с миром. Тут нужно суметь сделать так, чтобы окружающие почувствовали себя в безопасности и не трогали тебя. Затем оба полушария твоего мозга станут работать с равной мощностью, как с равной мощностью станут работать физическое тело и Улла, и тогда нужно будет справиться не столько с окружающими, сколько с самим собой.

Между Дэрг и Марг находится 3-е тело, именуемое Аши («внутренний ребёнок») – твоя истинная сущность, зажатая двумя противоборствующими половинками. Сначала необходимо научиться связывать воедино Дэрг и Марг, для чего надобно смещать точку сборки из Дэрг в Марг. Затем, осознав себя в Аши, ты обретаешь свою внутреннюю Силу и становишься целостным; физическое тело ловит Ула и ты превращаешься в шамана, поймавшего собственную «тень». У многих индейских народов посвящение в шаманы заключалось именно в том, что к физическому телу посвящаемого присоединяли его Ула, за счёт чего он становился совершенно другим существом, лишь внешне похожим на человека.

3. Алхимия китайцев

Китайцы называют йогу сновидений «чжэнь мэнгун» и выделяют 4 вида выходов из тела:

- 1) Мэн – сон. При засыпании сознание погружается в печень, где и дремлет на протяжении всей ночи.
- 2) Синь – грёзы (словом «Синь» обычно обозначают осознание, но в данном случае смысл другой). Тело работает как обычно, но сознание созерцает нечто находящееся на удалении от тела. Это не является крупным достижением и при некоторых садханах нежелательно.
- 3) Инь-шэнь – выход иньского духа; в чань-буддизме называется «дунь у» - «самопришедшее прозрение». Связь с телом разрывается, останавливается дыхание и сердцебиение, но тело живо. Сие считается малым достижением и резко осуждается почти всеми школами цигун, ибо вывод иньского духа пестует иньскую природу человека, а небесный бессмертный есть чистый Ян.
- 4) Ян-шэнь – выход янского духа. Это считается средним достижением.

Основных способов получения Ян-шэнь 2:

- 1) после овладения инь-шэнь пестовать изначальную ци;
- 2) минуть инь-шэнь, развивать силы Ян и Синь (осознание, а не грёзы), а затем слить их во единое.

В большинстве школ цигун принято избегать выходов Инь-шэнь, т.е. Дэрг не развивают. Потому такой способ подходит не всем, а только тем, в ком изначально Ян выражено очень сильно. В противном случае ты создашь Ян-шэнь, но не сможешь им управлять и не сможешь прикрепить его к физическому телу.

Готовое тело сновидения называют «юаньшэнь», более точно – «ян-синь-шэнь».



1. Согласно сновидческим Орденам

Нужно научить себя засыпать когда угодно, где угодно и в любом положении тела, и спать хоть 24 часа в сутки.

Когда научишься засыпать из любого положения, нужно научиться проводить в это время энергию сновидений, дающую состояние постоянного транса. Энергия сновидений – это энергия сознания. Сосредоточься на энергии, испускаемой твоим мозгом. Получив ощущения от мозга, запитай этой энергией позвоночник – и энергия сновидений потечёт. Через тебя постоянно проходит поток и возникает ощущение, будто ты постоянно занят.

За счёт постоянного пропуска через себя данного потока, наслаивающегося на намерение, возникнет чувство готовности. Некоторыми оно воспринимается как внутреннее напряжение, пожатость (с мышцами не связано) или даже страх. Поначалу именно оно помогает выйти из тела.

Если энергия нарабатывается правильно, громко и чётко скажи: "Я хочу осознанно войти в сновидение!". Резонанс этой фразы должен быть в голове – это признак того, что ты задействовал энергию сознания. После произнесения фразы должно на некоторое время возникнуть состояние транса, затем попадёшь в сновидение.

Как только окажешься в сновидении, старайся выйти из Личного Мира Сновидений и попасть в настоящие миры (для начала хотя-бы к агешам) и там установить связь с как можно большим количеством энергетически сильных объектов, впитывая их силу. Нужно насытить энергией других миров свою нервную систему, позвоночник и мозг. При этом сплетаются потоки того мира и Личного Мира Сновидений. Этот универсальный поток и будет твоей целью. Постоянное нахождение в нём изменяет матрицу твоей души и твоё сознание, стирает грань между сном и сновидением, любой сон превращается в астральный выход.

2. Согласно кумрам

Сядь на стул, спина прямая, руки держи перед собой, ладони обращены к телу, локти упи в живот.

На каждой руке сложи следующую мудру: указательный и безымянный пальцы сложены, средний оттопырен назад, большой оттопырен в сторону и под прямым углом отогнут назад, мизинец ровный, согнут перпендикулярно ребру ладони. Получится, что мизинцы (воля) направлены на 2 малые анахатхи, в сторону груди.

Сделай вдох и замри. Если у тебя раньше были ОСы, вспомни состояние и чувство, когда ты осознаёшься. Если не было, то просто углубись в воспоминания сегодняшнего сна.

Дыхание – ровное и глубокое.

При правильном выполнении данное упражнение поднимает уровень личной силы.

3. Согласно тольтэкам

Безупречность – проживание каждого дня как последнего.

Намерение – призывать намерение (сказал и дождался ответных ощущений) перед каждой (любой) практикой.

Перепросмотр – обычный плюс перед сном перепросмотр прожитого дня.

Тэнсэгрити – при хорошем перепросмотре не обязательно, но не помешает, будет только лучше и быстрее.

4. Согласно восточным традициям

Необходимо стянуть прану отовсюду из тела в какое-либо одно место внутри сушумны. Для этого наиболее удобно сосредоточиться на точке внутри сушумны, расположенной на уровне анахаты. Когда туда стягивается достаточно праны, она не только сосредотачивается в одном месте, но и заполняет собой сушумну. Сушумну, наполненную праной, называют осью сновидений.

5. Согласно мазыкам

Всё держится на поглощении рёжи в состоянии дрёмы. Дрёма служит клейкой всех тел и всех состояний, являясь естественным состоянием силы. Данное упражнение заменяет все другие способы набора энергии, поэтому рассмотрим подробно. Помимо того, оно может применяться не только само по себе, но и отдельно для ВТО.

6. Согласно индейцам

Сложно сказать, какому племени принадлежит данный способ. Внешнюю его часть сохранили ирокезы, а внутреннюю передают духи и наставники различных общин.

Если кому-то приснился необычный сон, на такого человека шаманы обращают внимание и могут начать учить. Ему объясняют, что он должен вспомнить все свои Сновидения Силы – сны, в которых он видел что-то необычное, встречался с духами, осознавался или почти осознавался. Сила для овладения сновидениями должна прийти именно из сновидений, она содержится как раз в этих снах.

Вспоминая каждый такой сон, надлежит вдыхать его изображение глазами, словно втягивая ветер. Поначалу это непонятно и малоощутимо, но потом ты всем телом почувствуешь настоящую силу! Именно так получают силу из снов.

Свои Сновидения Силы нужно знать, нужно хорошо помнить их все, т.к. в них содержится твоя сила. Их нужно вспоминать снова и снова, особенно перед сном и во время засыпания, чтобы попадать в них опять и опять. Занимаясь этим, постепенно ты найдёшь во снах особое место, куда будешь часто возвращаться для встречи с духом-помощником или духом-союзником.

Постепенно все твои сны станут Сновидениями Силы.



<...>

Понятие о Вратах

Врата снотворения – это препятствия на пути знания, которые нужно преодолеть. Всего их 7 и каждые из них делятся на 2-е ступени. При желании можно видеть нити, тянущиеся от одного препятствия к другому; отслеживая их, можно увидеть следующие препятствия и осознать то, как эти препятствия устроены и, соответственно, то, как их можно преодолеть.

Врата снотворения ещё называют Вратами в Бесконечность, ибо они очерчивают чёткий путь становления сверх-существом и продления сознательной жизни.

На преодоление 1-х Врат может уйти сколько угодно времени – всё зависит от количества сохранённой и набранной силы и от быстроты создания ведогонца; на преодоление каждых последующих Врат может уйти в среднем по 3 года.

Если у тебя есть наставник, он тебе скажет, когда от одних Врат переходить к следующим, а если нет наставника или ты непослушный ученик, то поступай сообразно своим возможностям и потребностям, главное: быть в полном осознании, иметь чёткое восприятие и не перетруждаться. Оценивая свои достижения примерно так: если хвиль за 20 ты привык из любого состояния осознанно входить в сон, можешь приступать ко 2-м Вратам. И далее сохраняй подобную-же разумность.

У некоторых сновидцев способности к преодолению дальнейших Врат могут появиться при работе с ближайшими Вратами, но всё-таки советуется придерживаться именно той очерёдности преодоления Врат, которая дана ниже, ибо так развитие будет идти более равномерно и безопасно.

То, что ты достиг дальних Врат, не означает того, что всё достигнутое ранее нужно забросить и заниматься только освоением свежедостигнутых Врат. Правильный подход состоит в том, чтобы к достигнутому ранее прибавлять всё новые и новые достижения, не отменяя старых.

Преодоление Врат и их Прохождение – не одно и то же. Последовательно проходят семь Врат, как правило, только мужчины. У женщин обычно последовательное преодоление препятствий происходит только до преодоления 2-х Врат, далее Врата преодолеваются женщинами в произвольном порядке, а иногда и все разом. Так-же как и человек (вне зависимости от того, мужчина он или женщина), который сохранил с рождения свою светящуюся оболочку осознания тела неповреждённой, будет сновидеть за любыми из семи Врат Снотворения, если того пожелает, т.к. по силе он к этому готов.

Человек может сновидеть за любым из семи Врат Снотворения, не преодолев их препятствий. Случайные сновидения за дальними Вратами – довольно частое явление в жизни сновидящих (особенно у женщин). Безличное Намерение оценивает тебя на предмет твоих предельных возможностей по восприятию и осознанию. Затем Сила будет испытывать тебя, ставя перед тобой задачи, которые заведомо выше твоих текущих возможностей, предлагая «прыгнуть выше головы». Таким образом, Сила закаляет своих учеников, погружая их в Непознаваемое, одновременно отсеивая слабаков.

Архетип Врат

Врата Снотворения являются не только этапами сновидческой практики, но и неким архетипическим образованием, отображённым в ментале. Чаще всего это образование можно видеть как одно из двух:

- 1) трубоподобный туннель, где каждые Врата выражены в виде двух перегоронок на пути;
- 2) вокруг сине-чёрный космос и там дорога (у кого-то прямая, у кого-то виляет), где каждые Врата выражены как две стены, стоящие одна за одной.

Найди точку, в которой ты соприкасаешься с этим архетипом. У меня она виделась как оранжевая и находилась где-то ближе к солнечному сплетению.

Такое ощущение, будто труба это проход, прорытый огромным червём, а пороги это как резьба, и стены растут из особо значимых рёбер резьбы. Внутри туннеля летают светящиеся шары. На боках трубы есть описания Врат и некоторые сопутствующие записи. Первыми из людей эти записи оставили негры. До людей здесь были динозавры, раса Йита и много других существ.

Каждая стена это один из двух барьеров каждых Врат – ступень "подойти" и ступень "пройти". Т.е. чтобы пробраться ко 2-м Вратам, надо пройти 1-ю и 2-ю стену, а чтобы к 3-м Вратам – 3-ю и 5-ю стену, и т.д.

Эти стены не упругие – словно из разноцветного дыма, пройти сквозь них очень легко. Тяжёлым бывает лишь передвижение между ними. Стены служат лишь обозначением достижений, а вовсе не какими-то непроходимыми препятствиями.

Можно входить внутрь стен-перегородок и напиваться ими. При этом должно быть намерение "поглотить стену".

Можно пройти нужное количество перегородок и создать привязку за одной из них. Например, если создать таковую за 3-й перегородкой, это создаст некую связь между тобой и агешами, т.к. именно они суть хозяева 2-х Врат. Это достижение надо как-либо закрепить. Например: воткнуть колышек за 3-й стеной. Суть в том, чтобы оставить чёткий след, дабы: всегда можно было найти дорогу обратно в свой мир, и никогда не скатиться ниже достигнутого. След оставляет точка сборки – сама, надо лишь дополнительно вмятинами на трубе обозначить несколько точек.

По мере продвижения по туннэлю, контур твоего тела нарастает. Основное укрепление он получает при проходе сквозь перегородки.

Встаёшь в середину стены, находишь её источник и выпиваешь, наматывая на себя соответствующую сиддху с этого. При этом возникает чувство, что не получаешь заново, а возвращаешь то, что кто-то давно у тебя отнял... В стенах очень чистая прана. Стены – это как набор событий, повышающих тонус тонкого тела.

Но за ускорение их прохождения тебя наяву долбанёт карма, готовься. Как сильно долбанёт – зависит от степени твоей чистоты. Лично я 2 раза содрал кожу на пальце, несколько раз больно ударился и получил на работе выговор. Не противься, просто будь готов, т.к. это всё равно должно случиться, ведь должно произойти твоё очищение до того уровня, который соответствует выдвинутому тобой запросу.



Пока идёшь по туннэлю к нужным Вратам, возможны различные испытания. Например, перед тобой может нарисоваться твой собственный образ и начнёт переубеждать тебя иди дальше. Или откуда ни возьмись нарисуетя трон и тебе захочется на него сесть. Не ведись на эти ловушки. Ни на что не обращай внимания, твёрдо иди к цели, не смотря по сторонам.

Между некоторыми стенами дует сильный ветер – всасывай его и тогда он не будет тебя откидывать назад и твоё осознание повысится.

Глава 9: 1-е Врата Сновторения

Задача 1-х Врат пробуждает и развивает внимание сновидческого тела.

1-е Врата Сновторения достигаются, когда сновидец осознанно понимает, что он во сне смотрит на свои руки. Такая практика перерастает в осознание мига засыпания. Достичь 1-х Врат можно за счёт свободной сексуальной энергии, останавливания потока мыслей и практик рассеивания Забвтия.

Войти в 1-е Врата Сновторения – значит: достичь 5-го абстрактного ядра, именуемого «Требование Намерения».

1-е Врата преодолеваются, когда сновидец путём быстрых настройки сновидения собирает настоящий, несущий энергию, мир из лучей светлой энергии. Для преодоления 1-х Врат нужно перестроить свою жизнь под сновидение, и научиться жить из тишины, применяя дисциплину, что называется Путём Мага.

Преодолеть 1-е Врата Сновторения – значит: достичь 6-го абстрактного ядра, именуемого «Управление Намерением». С этого момента у сновидца появляется возможность ВИдеть энергию.

Предварительные требования

- ❖ по возможности всегда дышать только нижней частью живота и только через нос;
- ❖ при ходьбе как можно чаще сохранять "взгляд вникуда";
- ❖ довести "взгляд вникуда" до степени, когда даже при изменении положения головы ты не перестаёшь видеть чёточки, пятнышки и свечения (пусть даже не чётко, но чем чётче, тем лучше);
- ❖ стараться находится в состоянии остановленного потока мыслей всегда;
- ❖ плотное тело должно ощущаться от носочков до макушки, будучи как-бы вязким (если это ощущение ещё не пришло, попробуй нагнать его на себя воображением);
- ❖ входить в состояние дрёмы в любом положении тела и при любых внешних обстоятельствах (даже при ходьбе);
- ❖ как можно чаще и дольше находится в состоянии дрёмы (даже при взаимодействии с другими существами);
- ❖ при дрёме, перед сном развивать чувство, что ты куда-то падаешь, тебя куда-то затягивает, но знать, что затягивает тебя именно в сновидение и никуда кроме него;
- ❖ на протяжении дня очень часто говорить себе: "Всё, что я делаю, я делаю только ради сновидения" или: "Всё, что я делаю, я делаю только для того, чтобы быть свободным"; можно увязывать это с определёнными действиями, например: "Я ем только для того, чтобы каждую ночь сновидеть" или "Я ковыряюсь в носу только для того, чтобы быть свободным";
- ❖ время от времени днём и 1 раз перед отходом ко сну говорить себе: "Я помню, что сегодня должен осознаться во сне";
- ❖ о работе с намерением для достижения осознанных снов говорят: "Внутреннее надо налаживать с утра – как глаза откроются. Хранить его весь день; вечером подогреть и так заснуть";
- ❖ освоить самовнушение без слов и мыслей в состоянии дрёмы или в состоянии близком к дрёме (это сложно объяснить, можно только почувствовать как полную уверенность в правильности и действенности своих поступков, безмолвное знание);
- ❖ за 6-8 часов до начала упражнений по выходу в астрал не употреблять мяса, хмельных напитков, крепкого кофе, чёрного чая, наркотиков, не заниматься сэксом (ещё лучше – брахмачарья);
- ❖ благоприятной пищей для астральщика является мёд, орехи, зелёный чай, салаты из зелёных овощей, фрукты, лёгкие каши, компоты из сухофруктов (особенно из груш);
- ❖ непосредственно перед упражнением желательно выпить не более скана воды, в короткой была разведена ложка мёда;
- ❖ за час до астрального выхода можно прогуляться на свежем воздухе, принять тёплый душ и расслабиться;
- ❖ некоторое время (возможно, пока не достигнешь степени "хозяин") полезно вместо еженочника или в дополнение к нему вести следующий список:

седмица	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Субота	Неделя	итого

В столбце "Седмица" указывается номер седмицы (1-я, 2-я и т.д.) или её протяжённость по числам месяца (с такого-то по такое-то). В остальных столбцах указывается сколько раз каждый день или ночь тебе удалось осознаться во сне (поначалу нужно стремиться осознаваться каждую ночь и как можно больше раз, а потом – осознаваться каждую ночь и каждый раз как можно более долго не возвращаться в плотное тело). Если в какой-либо день/ночь не удалось ни разу, ставится прочерк. Если ты понял, что находишься в ярком сне, но не предпринял сознательных действий, - такие случаи не в счёт. Если тебе случилось сознательно выйти из плотного тела не в Личный Мир Сновидений, а куда-либо ещё, то отмечай это здесь-же, но отдельно – например: раздели столбец каждого дня на 2 части – одна для осознанных снов, другая для иных внетелесных опытов. В столбце "Итого" указывается общее количество осознанных снов за одну седмицу. Можешь так-же подсчитывать общее количество за месяц и год.



Работа со списком хорошо продвигается, если ложиться спать в настроении: "Или вообще не усну или буду сновидеть!". Чтобы этот настрой лучше срабатывал, перед началом работы со списком надо парочку ночей не поспать. Так-же помогает, если перед сном представлять в определённой клеточке вписанное число, настраивая себя: "Этой ночью у меня будет ровно столько осознанных снов или больше". Или перед сном карандашом написать желаемое число, а утром, если не получилось, то стереть, а если получилось, то обвести ручкой.

- ❖ главное правило для засыпающего человека, намеревающегося достичь осознанного сновидения – постоянно держать свою точку внимания в определённой области. Например, можно поместить её в середину одного из пранических каналов. Изучая влияние расположения точки внимания в том или ином канале, можно повысить вероятность осознания себя во сне. Для начала необходимо в течение нескольких седмиц помещать точку внимания в корень позвоночника. Если это не приведёт к увеличению частоты осознанных сновидений, то необходимо несколько седмиц помещать точку внимания при миге засыпания в пупочное средоточие. И так далее. Поскольку через макушку к человеку прикрепляется чужеродное сознание, то в это место помещать точку внимания нужно лишь на краткое время. Если-же намеренно купать липса в своей свободной силе, что позволяет осознать себя во сне некоторое время, то сознание липса становится со временем всё более сильным и полным, поэтому сие ведёт в тупик.

О местах для занятий сновидением

Если сновидение проводится в закрытом помещении, то лучше всего осуществлять его в полной темноте, сидя или лёжа на узкой кровати или, ещё лучше, сидя в ящике, напоминающем гроб.

Сновидение вне помещений лучше проводить под защитой пещеры в песчаных местностях у источников, но никогда не на плоских равнинах рядом с реками, озёрами или морями, потому что плоские равнины, как и вода, противопоказаны Сновидческому Вниманию.

Если желаешь сновидеть, но спишь в неподходящем месте, то просыпайся через каждые 2 часа – это не даст твоей силе завязаться с силой места и место тебе не помешает.

О сновидческих асанах

Когда ведогонец собран, засыпание в определённой асане всегда имеет значение и влечёт за собой совершенно разные сны (например, бежать во сне можно только когда спишь с выпрямленными ногами). Когда ведогонец не собран, асана почти не имеет значения.

Лучшее положение тела для отдыха и восстановления сил во сне не всегда является подходящим для занятий сновидением. Прежде, чем лечь спать, подумай, для чего ты это делаешь в этот раз.

- головой на юг или юго-восток – для восстановления сил;
- головой на запад и северо-запад – для очищения и преображений;
- на восток – для облегчения управления сном;
- на север или северо-восток – для глубоких и дальних сновидений;
- на северо-запад – для посещения ближайшего мира 2-го Внимания;
- на юго-восток – для поиска плотной и мрачной силы;
- на юго-запад – для того-же, но с половым оттенком (при этом точка сборки смещается в сторону места зверя, но попадёт-ли она именно туда – зависит от твоей силы);
- на север – для выхода в 1-е Внимания в сновидческом теле;
- на запад – для сновидения.

Сон на закате может дать много сил и глубоких знаний, если он будет осознанным. При этом лучше всего лежать головой на запад или юго-запад.

Если спишь днём, то лучше всегда лежать на животе, ибо живот и Луна оба имеют женскую природу, а значит: имеет смысл обратить живот в сторону Луны. Так-же это спасает от бессонницы.

Засыпание на правом боку может способствовать исследованию скрытой стороны повседневного мира и глубинных побуждений обыденных отношений. На левом – столкновению со странными, неопишными, иногда угрожающими сторонами нашего мира и других миров, а так-же с нашими нечеловеческими сторонами. На спине – исследованию тонких и дальних побуждений нашей судьбы, её происхождения, и человеческого мироздания в целом. На животе – исследованию глубин и первоисточников жизненных сил; сны воли.

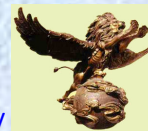
Если тело подготовлено, то оно само правильно расположится во время сна. Если-же нет, то нужно лечь женщине головой на юг, восток или юго-восток, а мужчине – на север, восток или северо-восток.

Мужчине следует сесть на тонкую мягкую подстилку, сложить ступни ног одна к другой и положить бёдра так, чтобы они касались подстилки. При этом можно сосредотачиваться на чакре, находящейся примерно на 3 см ниже пупка. Когда мужчина войдёт в сновидение, его туловище наклонится вперёд и он ляжет лбом на ступни.

Женщине следует сесть со скрещёнными ногами и постепенно дать телу упасть (можно сесть на что-нибудь, чтобы голова была выше ног). При этом можно сосредотачиваться на точке воли или на матке.

Существует и особая асана. Мужчинам надо лечь на правый бок, а женщинам на левый. Далее выполняются 3 Изгиба:

- *Изгиб Духа*: шея сзади раскрыта, а горло слегка закрыто; подбородок подобран, но шея расслаблена; ладонь нижней руки расположена под ухом так, чтобы середина ладони соответствовала середине уха;
- *Изгиб Души*: ладонь верхней руки лежит на пупке или на точке воли; тело собрано, но расслаблено – при всей своей расслабленности оно является правильным орудием и сосудом сна;
- *Изгиб Праны*: колени согнуты, но не полностью; внимание охватывает заднюю часть колен.



Для женщин входом в сновидение является матка, у мужчин-же природного входа в сновидение нет, но эти 3 Изгиба до некоторой степени замещают качество матки. Вместо этого мужчины могут попробовать сосредотачиваться на рудименте матки, предварительно включив его волей (если включится, то станет излучать радужные линии вверх к голове).

Для многих лучше подойдёт мритасана или какая-либо её разновидность. Например, с таким дополнением: положить пальцы или полностью ладонь одной руки или обеих на солнечное сплетение или в области пупка – даёт понимание, что сон это сон и способствует длительному пребыванию там в осознанном состоянии. Вообще занятия сновидением советуется начинать именно с мритасаны, а к другим положениям тела переходить только тогда, когда сможешь по своему желанию осознанно входить в сновидение.

Можно избрать вольную асану. Для этого выберите положение, в котором все части тела чувствуют себя удобно и могут очень долго лежать не шевелясь. Или так: когда решишь, каким способом проникнешь в кемар, пускай тело само примет асану именно для такого проникновения.

Если очень хочется спать или если всегда быстро засыпаешь, то прими неудобное положение тела, а если спать не очень хочется, то удобное. Это позволит сохранить осознанность при засыпании.

Наблюдай за положениями тела, в которых ты просыпаешься после долгого пребывания в осознанном сне, ибо иногда бывает полезно принимать эти положения для вхождения туда.

Иногда бывает полезно сначала покрутиться, полежать в разных положениях, а когда почувствуешь лёгкую дремоту, вернуться в основную асану, которую ты заранее выбрал, и ни при каких условиях больше не менять положения. Или сначала полностью расслабиться в одной асане, а потом принять новую асану и сновидеть уже в ней.

Если ты, засыпая, часто ворочаешься, то при каждом повороте безмысленно спрашивай себя: "Я уже во сне или нет?", намереваясь спросить себя об этом во сне. Если кажется, что вы во сне, попробуйте полетать или походить по стене.

Если засыпаешь слишком быстро, едва коснувшись подушки, то, если ты мужчина, ляг на правый бок и, если нет простуды, закрой правую ноздрю; женщинам наоборот – лечь на левый бок и закрыть левую ноздрю. А если ты простужен, то для сновидения желательно (если это не вызывает чрезмерного неудобства) лечь на спину, а голову повернуть в сторону.

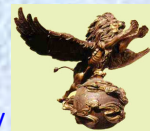
Сохраняя асану, очень важно сохранять полное спокойствие и понимать, что асана для тебя вполне естественна, она не напрягает тебя. Если, ожидая мига засыпания, тебе становится неудобно сохранять основную асану, то лучше не менять её, а просто наблюдай за своим неудобством и постепенно преобразуй его в расслабленность.

Желательно со временем развить в себе способность осознанно входить в сновидение из любой асаны, а не только из вышеперечисленных. Иногда от асаны зависит, где именно ты окажешься в сновидении, какой именно мир соберёт твоя точка сборки, так что следует пробовать разные асаны.

Но это со временем. А для начинающих есть очень хорошая асана для того, чтобы повысить вероятность сдвига точки света в положение осознанного сновидения: сесть на кровати и сложенные вместе ноги согнуть в коленях, на которые положить свою голову, т.е. межбровье должно упереться в колени, руками-же нужно удобно обнять свои голени, но так, чтобы руки не изменяли свое положение при полном расслаблении. Если почувствуешь болезненные ощущения в теле, которые будут препятствовать засыпанию, то, чтобы уснуть в таком положении, желательно отвести половину своего сна на сон в обычной асане, т.е. в положении лёжа, затем надо проснуться и придать телу эту асану. Просто дай задание намерению разбудить своё тело в наиболее благоприятный миг для того, чтобы изменить асану для сна, и намерение всё сделает вместо будильника.

Перед занятием сновидением

- всегда ставить себе цель, как то: "Через 3 дня я начну воспринимать сновиденный мир ярче, чем привык", "С каждой седмицей я вижу всё больше и больше осознанных снов", "Сегодня в сновидении я намерен сделать то-то" или "Всегда почему-то случается так, что в каждом сне я сразу осознаю и делаю то-то". Если после намеченного срока цель не исполнена, поставь себе более лёгкую цель и постепенно, по мере исполнения, усложняй. Днём то и дело напоминай себе о поставленной цели, а перед сном напоминай снова;
- сказать вслух: "Я сновидец! Я намерен сновидеть! Моё намерение несгибаемо!";
- намереваться сновидеть, будто это вопрос жизни и смерти, будто это самое последнее дело в твоей жизни, а потому должно быть исполнено безусловно;
- созерцать священные изображения, чтобы они настраивали тебя на духовный лад;
- полностью расслабиться (полезно употреблять следующие ощутимые внушения: "я отдыхаю", "ОМ... осознать миг засыпания я себе разрешаю", "ОМ... в осознанный сон я себя отпускаю", "ОМ... осознаться во сне я себе позволяю" и тому подобные);
- думать обо всех сновидцах всех стран и времён, благодаря которым сновидение стало известно и доступно, и к силе которых ты подключаешься (если ты посвящён, то думай так только о людях той верви, в которую посвящён);
- сосредоточиться на той чакре, через которую собираешься сновидеть, и вдыхать (носом или как хочешь) в неё:
 - ✓ намерение как безличную силу;
 - ✓ намерение тех людей, верви коих следуешь;
 - ✓ силу;
 - ✓ вещество мира сновидений;
 - ✓ намерение сновидеть;
- если тебе беспокойно, то вообразить и почувствовать огненный купол над кроватью или призвать охранительниц (закрывать глаза, сосредоточиться на точке в середине черепа и призывать; можно употреблять их санскритское наименование – дакини), а затем воображать и чувствовать их присутствие (сосредотачиваясь на сердечной чакре), как зелёных существ женского пола (если попросишь их явиться тебе в сновидении, там они могут выглядеть иначе), которые стоят вокруг твоей кровати, ходят по всем помещениям, излучая материнскую силу, добро, и охраняя тебя; ощущая безопасность и покой, можно молиться: "Пусть ко мне придёт ясное сновидение. Пусть сновидение будет осознанным. Пусть сновидение поможет мне понять себя";



- соединить воедино осознание источников сновидений (откуда приходят сны? чем они вызваны?), вещи для созерцания (если ты предварительно созерцал, а если нет, то – места для сосредоточения), защитников (огненного купола или хранильницы, если ты их вызывал) и себя самого;
- если трудно расслабиться, то представить и почувствовать, что ты лежишь на прекрасном тёплом пляже или гуляешь в горах, где воздух чист и свеж;
- ложиться спать и засыпать в состоянии любви ко всему и непривязанности ни к чему ("Я люблю всех и вся! И ничто меня не держит! Я чист и свободен! Я легче воздуха! Я свободен! Я лечу! Я свободен!").

Со временем, когда твоя воля и привычка сновидеть будут достаточно развиты, такая подготовка перестанет быть необходимой. То-же самое с упражнениями для прохождения 1-х Врат: единственно верный способ осознанно оказаться в сновидении = остановка потока мыслей + полное расслабление + безупречное намерение сновидеть.

<...>

Страж Порога

Страж Порога или Обитающий-На-Пороге – это нечто мешающее тебе при выходе из тела или после выхода. При ОС он появляется реже, чем при ВТО.

Страж может выглядеть как угодно, для каждого по-своему. Это может быть нечто тебе знакомое, но с каким-либо изменением (огромный саблезубый комар, рукастая рыба, говорящий молоток, твой родственник с несовпадающими чертами лица), либо совершенно незнакомое (мрачное яйцоголовое существо с красными глазами, гладкошерстный чёрт). Может быть любого пола или бесполом. Обычно Страж один, но их может быть и несколько.

Иногда Страж Порога предстаёт в виде голоса или голосов, который откликается тебе по имени и зовёт куда-то, предупреждает о чём-то, советует немедленно вернуться в тело, порицает за занятия снобдением и т.п. Все слова его есть обман и нацелены только на то, чтоб испугать тебя и отвлечь.

Страж будет угрожать, будет приказывать, смеяться над тобой, издеваться, оскорблять или льстить; будет рычать, хихикать и скалиться. Такой Страж не представляет угрозы, он сам боится тебя. Напористо лямись к нему, сквозь или мимо него, кричи ему в самое ухо, посылай подальше самым грубым матом.

Если-же Страж Порога норовит дотронуться до тебя (обнимает или давит при засыпании или просыпании) или уже сидит у тебя на закорках, то этот опасней и первое время его лучше обходить, но без боязни, а с мыслью, что он никто и его не существует. Ещё можно перевести внимание на его одежду (если есть что-то блестящее, например: пуговица, то именно на это) и через это развернуть себя в сторону от него, причём непрестанно мыслить: "Я свободен", или напевать что-нибудь и, приплясывая, двигаться мимо него. А когда наберёшься побольше силы, поймай его, накричи ему в ухо и выбрось словно сор. Если твой уровень силы не спадёт, то больше ты никогда с ним не встретишься, а если и увидишь его, то он тебя не тронет, не будет мешать. Может быть, иногда он даже поможет советом, но ты особо его не слушай, т.к. он всё равно всегда стремится рассеять твоё внимание хоть как-нибудь.

Удары руками и ногами для него не очень чувствительны. Убивать Стража оружием или испепелять мыслесозданным огнём бесполезно – потом опять появляется. Страж Порога горько обижается, если плюнуть ему в лицо. Испытывает боль от укусов.

Можно прижать его к стенке или придавить своим весом и попросить, чтобы он учил тебя. Но как только ты ослабнешь, он окончит обучение и снова станет издеваться.

С ним сталкиваются только некоторые из начинающих и, чаще всего, весьма непродолжительное время. Понять причину встречи со Стражем можно из следующей таблицы:

<i>Уровень отрешённости</i>	<i>Уровень развития сновидческого тела</i>	<i>Последствия во сне</i>
низкий	низкий	ОС и ВТО отсутствуют, могут быть только яркие сны
низкий	высокий	сны блаженны и это непредсказуемо
высокий	низкий	снятся страхи и это опасно
высокий	высокий	всё в порядке

Сильных боятся и не трогают, а сила – это сила именно сновидческого тела. Отсюда ясно, что Стража могут встретить лишь те, у кого уровень развития сновидческого тела ниже уровня отрешённости.

Ни в коем случае не жди встречи со Стражем, ибо, скорее всего, ты не встретишься с ним никогда.

Способы избежать атаки Стража:

- 1) иметь надёжную защиту и призывать её перед сном;
- 2) быть сильнее его;
- 3) излучать энергию любви и двигаться, не замечая Стража, пока пройдёшь то место, где он обычно бывает;
- 4) подарить ему что-нибудь.

<...>

Настройка чувств



Иногда (особенно при ВТО), выйдя в сновидение, окружение может быть самое разное: звук без изображения, изображение без звука, изображение и звук без телесных ощущений и т.п., но должно быть качественное подобие яви.

Со временем всё наладится. Но прилагать усилия будет не лишним.

Чтобы появилось осязание, просто потрогай что-нибудь.

Если нет изображения, нащупай своё сновидческое тело и проведи рукой по полосе сушумны от промежности к середине лба. Если отсутствие изображения вызвано чувством того, что глаза закрыты, просто потопчись на месте и глаза откроются сами.

Если нет слуха, то лучше засыпать желая слышать в сновидении или погружаться в сновидение с помощью звука.

Чтобы видеть в сновидении, точка сборки во сне должна быть на уровне рта; чтобы говорить – на уровне носа; чтобы строить поведение – на уровне межбровья.

Если вокруг темно, попроси, чтобы было светло или ощути появление света – постепенно или сразу это сбудется.

Чтобы дольше пробыть в кемаре, если тебя выталкивает в явь

- 1) расширить зрение на 360° (поначалу это состояние может утомлять, но именно оно является естественным для души и потому даёт почти полное осознание);
- 2) смотреть на границы между сильно отличающимися цветами (например, синий и красный);
- 3) бывает трудно заснуть, когда тело испытывает неудобства, точно так же – если ведогонец испытывает телесные ощущения, проснуться не так-то просто, посему сразу-же после осознания нужно начать вызывать ощущения любыми удобными способами (растирать лоб, тереть руки и ноги и т.п.), и сновидение будет длиться ровно столько, сколько будешь этим заниматься;
- 4) поначалу, попав в сновидение, не пялиться в одно место, а смотреть бегло, то там, то сям; использовать боковое зрение и взгляд вникуда (когда сновидения станут достаточно чёткими, чтобы не рассыпаться от пристального взгляда, тогда можно смотреть, как хочешь);
- 5) если при засыпании или в сновидении тебя отвлекает внешний звук из мира яви, то сосредоточиться на сушумне; наяву-же полезно поразмышлять о непостоянстве и двойственности всего сущего или сделать подношение божеству;
- 6) постоянно что-то делать, чем-то заниматься, не стоять в бездействии;
- 7) в сновидении топнуть по земле (полу) или потрогать любой иной образ сновидения и приказать: "Удерживайся!" в смысле, чтобы изображение не пропало, и чтобы ты долго тут находился;
- 8) если чувствуешь, что сновидение блёкнет и скоро исчезнет, то быстро несколько раз сделать то, благодаря чему ты осознался в этот раз (например: посмотреть себе на руки или на одежду, если ты одет);
- 9) если ты увидел в сновидении то, чего желал, а оно начло расплываться, то немедленно перевести взгляд на что-нибудь другое;
- 10) время от времени ощупывать всё или всё время держаться за воображаемую (или создай её) нить или канат, словно идёшь разматывая клубок;
- 11) как только изображение начнёт угасать, упасть на спину;
- 12) совершить прыжок через голову назад;
- 13) когда чувствуешь, что сейчас тебя выкинет в явь, сложить руки лодочками, прижать одна к другой, и дуть в них, близко поднося руки к лицу;
- 14) если сновидение разваливается, упереться там в любую поверхность и раздирать её на куски или быстро делать любые другие осмысленные движения, вызывающие ощущения (трогать руками всё, что ни попадя; менять вещи местами; прислоняться ко всему вокруг; плясать; петь и т.п.);
- 15) когда чувствуешь, что теряешь власть над сновидением, скрестить руки на груди и уставиться в землю;
- 16) когда сновидение начинает пропадать, вогнать руки в какую-нибудь вещь и схватить её за образовавшиеся края;
- 17) когда сновидение рассеивается, как-бы уснуть, задремать в нём, и тогда начнётся новое очень явное сновидение;
- 18) просто вознамериться никуда отсюда не уходить, и всякий раз повторять это намерение.

Когда тебя выдёргивает из сновидения, это напоминает, как будто тебя кто-то тянет за ниточку, привязанную где-то между лопаток, или кто-то щупальцей бьёт по точке сборки. В 1-м случае это вызвано нехваткой настройки, а во 2-м чьим-то нападением.

Когда сновидение начинает пропадать, не хватай там никого за легко возбудимые части тела и сам этими частями ни к кому не прислоняйся (к вещам можно, но не желательно) и даже не думай об этих частях, иначе это только немного замедлит "развал", но всё равно вытолкнет тебя в явь.

Если чувствуешь, что тебя всё равно вынесет в явь, не жди пока это произойдёт само собой, а сделай это сам – сознательно. Тогда твоя воля укрепится.

<...>



Чем заняться в сновидении?

Сначала развивай способность находиться в сновидении как можно более долго, занимаясь настройкой сновидения. Когда это достигнуто, то можно и порезвиться.

Поскольку в сновидении возможно всё, делайте там то, что не получается наяву. Ходи по воде, оживляй мёртвых, режь камни ладонью, кушай битое стекло и острые ножи. Отправься в то место, куда давно хотел, но не мог. Постарайся увидеть то, чего не видели прежде (места, людей, явления...). Возжелай, например, увидеть то, что видит глаз пчелы или увидеть своё тело изнутри или что-то ещё более изощрённое. Ощущайте всё, чего не ощущал прежде. Ощути просветление, дыхание рыбы под водой (если-бы ты был рыбой), прохождение сквозь стену и прочее. Можешь стать огромным как Земля или как Вселенная или ещё больше, или стать меньше самой малой песчинки. Ни в чём себе не отказывай.

Если нужно что-то выучить, учи это в сновидении, а наяву, когда выученное надо будет рассказывать, ты будешь вспоминать и рассказывать своё сновидение, не говоря никому о том, что это сновидение. Это гораздо приятнее, чем что-то зубрить.

Если занимаешься хатха-йогой, то самые сложные асаны можно разучивать в сновидении, тогда делать их наяву станет легче. Точно так-же можешь делать в сновидении то, что задумал сделать наяву, создавай и проживай в сновидении события, которые хочешь прожить наяву.

С увеличением степени осознанности, уменьшается способность делать в сновидении то, чего не можешь наяву. Например, ты помнишь о том, что в сновидении можешь просунуть руку сквозь стену, но вот ты в мире сновидений с размаху бьёшь по стене кулаком и чувствуешь настоящий удар кулаком по стене, вместо прохождения сквозь нечто густое. Поэтому надо не сомневаться в том, что ты способен в сновидении сделать что угодно, и ничто не может тебе помешать. Или-же совершать чудеса медленно; например: упереться лбом в близлежащую твёрдую стену, начать глубоко дышать (можно и без этого), и – с каждым вдохом влезает в стену глубже и глубже. Нужно каждый раз в сновидении вытворять что-то такое, чего не бывает наяву. Это обязательно!!! Самое главное тут: совершая действие, не думать, а просто сделать это!

<...>

Способы скоростного перемещения

- 1) даже если не видишь серебряной нити, представить что она есть, и руками перебирать по ней как по канату – если перед собой, то будешь быстро двигаться вперёд; если за спиной, то взад; если над головой, то вверх; если снизу, то вниз;
- 2) если перед тобой преграда, то найти в ней отверстие (хотя-бы самое маленькое) и посмотреть в него, а затем оказаться там, куда смотрел;
- 3) устать в точку на отдалении от тебя и намереваться туда не прийти, а прилететь или не пойми как быстро там оказаться;
- 4) видя что-либо впереди, ощутить себя движущимся к этому и ощутить это движущимся к тебе – сразу там окажешься;
- 5) чётко представить цель, разрезать пространство и шагнуть туда – во время перехода всё будет белым как в тумане, а потом будет казаться весьма явным.

Ложное пробуждение

Ложное пробуждение или *ложное просыпание* – это когда просыпаешься и понимаешь, что что-то не так, в окружающей обстановке витает странное чувство неизвестности, время кажется замедленным, возникает неясное беспокойство, после чего оказывается, что ты всё ещё в сновидении. Ложное пробуждение может происходить сколько угодно раз за ночь; при этом сновидение воспринимается очень ярко и явно.

Когда ложное пробуждение происходит больше одного раза, оно называется *вложенным сном*. Когда ложное пробуждение или вложенные сны происходят с тобой в состоянии предсознания или яркого сна, это называется *ступенчатым сном* и яркости, подобной яви, в них нет, всё блёкло.

Зачастую ложные просыпания случаются в двух случаях:

- 1) когда утром, после звонка будильника снова засыпаешь, но тебе кажется, что ты проснулся и собираешься на работу;
- 2) когда снится кошмарный сон и ты, спасаясь от преследователя, просыпаешься, но не наяву, а в другом сне, где кошмар продолжается.

Обычно при ложном пробуждении время пребывания в сновидении кажется неограниченным и этим надо пользоваться. Как только ты распознал, что пробуждение было ложным, сразу вспомни, что ты хотел сделать в сновидении, и займись этим.

Но бывают и всего лишь проблески ложного пробуждения, время пребывания в них недолгое. Это когда ты вроде-бы вышел из сновидения или из простого или яркого сна, лежишь на своей постели и не встаёшь. При этом вне зависимости от того, открыты твои глаза или нет, ты видишь какие-либо места своего тела (даже те, куда обычным зрением заглянуть не можешь) и какие-либо места помещения, где спишь. Всё это кажется несколько более ярким, чем обычно, но тебе не хочется вставать, ты снова хочешь заснуть и поэтому не распознаёшь ложного пробуждения. Часто проблеск ложного пробуждения бывает после того, как в сновидении ты занимался любовью.

Если ты в ярком сне или сновидении говоришь или думаешь о каком-либо предыдущем ярком сне или сновидении, то после этого ты можешь испытать чувство пробуждения в собственной постели – так сознательно вызывается ложное пробуждение.

Иногда после ложного пробуждения бывает сложно вернуться в явь. Отчасти это вызвано неспособностью распознать, где находишься – во сне или наяву. Чтобы таких трудностей не возникало, необходимо выработать для себя какой-нибудь знак, благодаря которому ты будешь понимать, что находишься в сновидении. Этому очень хорошо помогает проверка яви. Так-же хорошо действует, если ты привыкнешь в сновидении ощущать свои ладони сновидческого тела – это ощущение весьма отличается от тепла ладоней плотного тела, а потому сразу после пробуждения (ложное оно или настоящее) вызывай у себя это ощущение и определяй: тепло-ли это ладоней плотного или-же сновидческого тела. Если это тепло ладоней сновидческого тела, то пробуждение – ложное.

Применяй и другие способы проверки яви. Например: в сновидении часы никогда не показывают правильное время, а то и вообще отказываются показывать хоть какое-то, или сами выглядят странновато. Со временем сновидение будет становиться всё более явным, и



некоторые способы проверки яви будут обманывать тебя: несколько часов покажут хоть и неправильное, но одинаковое время, чем собьют тебя с толку. Из-за этого ложные пробуждения будут случаться всё чаще и чаще. Посему употребляй *лучший способ проверки яви*, который указан в упражнении "Яркий сон с помощью проверки яви" – уж настоящий-то костяной позвоночник у сновидческого тела никогда не вырастет! А если и этот способ тебя не убеждает, то попробуй, не отрывая ступней от земли, коснуться земли кончиком носа!

Ложное пробуждение это преддверие 2-х Врат, т.к. действует почти так-же как смена сновидений.

<...>

Схема прохождения 1-х Врат

1-е Врата – особый порог, о котором можно говорить бесконечно. И сколько-бы ни было сказано, всегда мало. Потому, здесь, в конце главы, я обобщу всё самое необходимое, что необходимо уметь для прождения 1-х Врат.

1. Энергетика

Энергетические упражнения в каждой системе свои и делать их надо обязательно, т.к. именно они наращивают начальную энэргомассу, при которой ОС и ВТО становятся возможными. Без этого не будет работать ни один способ выхода.

Из упражнений, не привязанных к системам, можно посоветовать, например, такие:

- 1) вытянуть руки в стороны и кружиться слева направо – при кружении происходит наматывание серебряной нити, т.е. притягивание сновидческого тела к себе;
- 2) закрыть глаза, посмотреть в пространство, осознать энэргию вдали пространства и втягивать её в середину себя.

2. Проход через яркие сны и ОС

п.1. Нарбатывай способность ярких снов. Чтобы достичь ярких снов, надо поставить себе цель увидеть во сне что-то определённое – свои руки или какую-то вещь (например, зеркало).

п.2. Преобразуй яркие сны в ОСы. Для этого поставь более сложную цель – когда увидишь во сне заданную вещь, ты должен сделать проверку яви (убедиться, что это именно сон, найти такие признаки, меты сна).

п.3. Упрочь себя в ОСе. Для этого, после того как найдена заданная вещь, соверши настройку сновидения

3. Проход через ВТО

п.1. и п.2. замени на практику ВТО.

п.3. – тот-же.

4. Проход не для всех

п.1. и п.2. могут быть заменены на одно из 4-х:

- 1) Око – его видят лишь те, кто освободился от кармы (иными словами: потерял человеческую форму, обрёл чистый взгляд); когда они созерцают темноту перед закрытыми глазами, или даже когда просто закрывают глаза, сразу появляется Око, при сосредоточении на коем, оно утаскивает их в ОС или в другой мир;
- 2) сновидческий орган – может быть в области любой одной из чакр, при сосредоточении на нём происходит ВТО;
- 3) навигатор – искусственный сновидческий орган, так-же располагается в области одной из чакр, содержит в себе все необходимые состояния, которые вскрываются при сосредоточении на нём;
- 4) канал сновидения – особый канал, который дают при посвящении.

п.3. – тот-же.

5. Настройка сновидения

Задачи сновидца:

1. собирать кемар;
2. собираться в кемаре;
3. связывать собранный кемар с собранным телом;
4. проявление единого пространства.

Умеющий это именуется ткачом сновидений.

Как только ты осознал внутри сна, осознал миг засыпания или миг отделения от тела, надо сразу немного отойти в сторону, встать на месте и заняться настройкой. Для этого посмотри себе на ладони, затем выбери 3 любых предмета из того, что видишь, и бросай на них короткие взгляды – пару раз бросили взгляд на предметы, затем снова посмотрел на ладони, и так много раз. Несколько снов занимайся только настройкой, больше ничего во сне не делай.

Есть и другие способы настройки сновидения, но самое важное это именно техники с глазами, т.к. через глаза действует воля, глаза создают Линии Мира.

6. Питание



Как только сделал настройку (или вместо неё), надо найти источник питания. Обычно питаются пустыми оболочками, т.к. разум строит их из твоей-же энергии – поглощая их, возвращаешь себе свою-же силу. Поглощать можно 2-мя способами:

- 1) вытянуть правую руку и засасывать ладонью;
- 2) направить взгляд на грудь жертвы и пить анахатой.

7. Критерий пройденности

Появилась возможность осознавать миг засыпания и миг отделения от тела.

Стали случаться ложные пробуждения.

Появилась возможность находиться в сновидении достаточно долго.

Появилась возможность выйти из тела когда угодно примерно за 20 хвиль.

8. Перед и после

Перед прохождением 1-х Врат необходимо приманить сновидческое тело. Кто имеет посвящения в такие системы как космоэнергетика, рэйки, сокаи и т.д., могут просто дать каналам задание привести к тебе своё сновидческое тело и прикрепить его к физическому телу. Для всех остальных – способы описаны в 8-й главе.

После прохождения 1-х Врат начинается подготовка ко 2-м Вратам.

Подготовка состоит из двух пунктов:

- 1) очистить тональ – для этого можно, например, сделать, как минимум, 1 полный перепросмотр (иначе будете бояться неоргаников, а они будут вас пользоваться по полной);
- 2) научиться ВИдеть энергию в сновидении (иначе не сможешь различать какой лазутчик куда ведёт).

Глава 10: Ясный Свет

О Естественном Свете

Естественный Свет – это время между полным отключением ума и его включением, промежуток между прекращением одной мысли и рождением следующей. Это-жк состояние называют *Ясный Свет* и *перекрёсток миров*. Узнавание Естественного Света достигается во время между прекращением переживаний бодрственного состояния и самым началом переживаний состояния сна.

Очень частое пребывание в этом состоянии даёт возможность осознать себя в миг умирания, когда придёт время умирать, и таким образом продолжить своё сознательное существование в другом теле. Если, находясь в состоянии Естественного Света, ты засыпаешь, то само по себе происходит так, что ты осознанно оказываешься в сновидении.

Перед тем, как начать осваивать Естественный Свет, хорошо-бы одну или больше ночей не поспать. Затем лечь спать, но оставить возле себя бодрствующего человека, чтобы он 3 раза за ночь разбудил тебя и спросил: "Находился-ли ты в осознании? Видел-ли сны? Не впал-ли в глубокий сон?". Можно и самому себя так спрашивать.

Чтобы попасть в Естественный Свет сразу из яви, нужно пристальным взглядом или взглядом вникуда смотреть на что-либо как на видимое впервые, но безо всякого любопытства, пока изображение не начнёт шалить – менять краски, тени и прочее. Когда перед глазами мгновенно вспыхнет чернота, нужно не двигать глазами, не испытывать никаких чувств, и намереваться как можно дольше видеть эту черноту.

Чтобы попасть в Естественный Свет из полусна, нужно, улавливая миг засыпания, отключить ум и перестать следить за происходящим, но с тем умыслом, чтобы через некоторое непродолжительное время опять начать следить. Предварительно и/или во время этого можно воображать букву А белого цвета в сердечной чакре или сосредотачиваться на макушке. Так-же в Естественный Свет может вынести очень долгое наблюдение мига засыпания.

Чтобы попасть в Естественный Свет из сновидения, нужно в сновидении резко мотнуть головой и проснуться, разбудить себя, и тебя вынесет в Естественный Свет, если не проснёшься. Или в сновидении намеренно долго стоять внутри стен, утопать в воде, выпрыгивать из окна головой или спиной вниз, разрезать руками пространство и входить в разрез, и т.п. – такие действия могут вынести тебя в странное подвешенное состояние (есть вероятность, что это будет Естественный Свет или весьма близко к нему), но может вынести и просто в другой мир. Или можно подойти к стене и добиться её растворения, затем растворения всей картинке сна, но при этом ты сам не должен выходить из сновидения, т.е.: вокруг тебя ничто и ты находишься в этом ничто.

<...>

Место начала отсчёта осознанности

Состояние, необходимое для обнаружения этого места, сродни состоянию Ясного Света.

На границе сна и яви есть тонкая перегородка. При засыпании надо остановиться в ней и повернуться спиной ко сну. Ещё можно ощутить как голова переливается и лицо оказывается там, где был затылок. Или приблизительно в 4 часа утра, после расслабления всего тела в течение нескольких хвиль, сосредоточиться на расслаблении глаз, включая глазные яблоки непосредственно и мышцы вокруг глаз. Главное: засыпая, не дать себе заснуть окончательно. Надо полностью осознанно управлять этим действием и остановить проваливание в сон очень чётко в тот миг, когда ещё чуть-чуть и заснёшь.

Ты увидишь открывающийся овал, похожий на огромную перегородку. Возможно, будет слышен ревущий шум. Или будет видиться серо-чёрное пространство, в котором идёт достаточно плотная толпа. При чём, если двигаться обычно, то никого не видно, а если развернуться – зрелище впечатляющее.



Будут видны люди, идущие в сон. Среди них множество серо-полупрозрачных, но есть и яркие, идущие сновидеть. Следует спросить таких, не возьмут-ли они тебя с собой. При положительном ответе – цепляйся. Ещё можно пристроится “в хвост” сновидцу. И, желательно, сразу задать куда хочешь попасть. Если встать за спину идущему в сон, то он “ветром” занесёт тебя в сновидение. Заходить в чужой сон можно наполовину, т.е. оставаясь в “срединных водах”. Лучше всего обозревать картину происходящего в этом “пространстве”, направляя свой взгляд строго отвесно к потоку (проходу), тогда перегородка превращается в пространство.

Злоупотреблять этим способом не стоит. Применять только в случаях, когда “срочно в сновидение по делу”.

<...>

Глава 11: 2-е Врата Сновторения

Подойти ко 2-м Вратам Сновторения – значит: проснуться в другом сновидении.

Пройти 2-е Врата Сновторения – значит: используя *пороги 2-х врат*, научиться пользоваться силой лазутчиков, но не быть захваченным ими.

Пороги 2-х Врат:

1. Используя изменение сновидений, обнаружить лазутчика.
2. Следуя за лазутчиком, попасть в его Мир.
3. С помощью собственных действий (а не болтовни Посредника) выяснить законы и правила Мира данного лазутчика.

Подготовка заключается в том, чтобы очистить свой тональ от «переживаний встроенного разума» во избежание того, чтобы агешам не стали доступны страхи и тайные помыслы сновидца, иначе его жизнь превратится в сплошной кошмар. Воин очищает себя от страхов через перпросмотр и способность осознанно достигать чувства благополучия.

Появление голоса Посредника в сновидении, говорит о том, что сновидец скопил достаточно энергии, и готов перейти к выполнению задачи 2-х Врат. Задача 2-х Врат учит сновидческое тело управлять точкой сборки и искать сновидение тоналя физического тела.

Как только появился голос Посредника, пути воина и мага расходятся: маг начинает взаимодействие с духами, слушая голос Посредника, а воин запрещает Посреднику говорить, сказав в сновидении: «Прекратить!».

2-е Врата Сновторения достигаются, когда сновидец научился осознанно менять сновидения.

Следующая задача состоит в том, чтобы войти в мир агешей и набрать там тёмную энергию их мира, без которой невозможно дальнейшее продвижение. Для этого сначала надо послать агешам сигнал о том, что ты готов с ними встретиться. Затем, созерцая свои сновидения, ищи лазутчиков, а найдя их, выкрикивай намерение следовать за ними в их мир.

2-е Врата преодолеваются, когда сновидческое тело сновидит тональ сновидца. Это достигается втягиванием внимания сновидческого тела в созерцание предметов 1-го Внимания.