



СОФИЯ
КИЕВ

МИРЫ
КАРЛОСА
КАСТАНЕДЫ



Т.И.
МОСКВА



КЕН ОРЛИНОЕ ПЕРО

ПУТЕШЕСТВИЕ С СИЛОЙ

ИССЛЕДОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ ВОСПРИЯТИЯ

ПУТЕШЕСТВИЕ С СИЛОЙ



Traveling With Power

**The Exploration and
Development of Perception**

Ken Eagle Feather

HAMPTONROADS
PUBLISHING COMPANY, INC.

КЕН ОРЛИНОЕ ПЕРО

ПУТЕШЕСТВИЕ С СИЛОЙ

Исследование и развитие восприятия

Издательская группа
«СОФИЯ», Киев
Трансперсональный институт, Москва

1996

Составители серии:

Ю. Смирнов («София»)

В. Майков (Трансперсональный Институт)

Перевод:

В. Ижакевич

Редактор:

И. Старых

Суперобложка:

С. Тесленко

Кен Орлиное Перо. Путешествие с Силой. Исследование и развитие восприятия. Перев. с англ. — К.: «София», Ltd. М.: Из-во Трансперсонального Института. 1996. — 352 с.

Книга «Путешествие с Силой» повествует о знакомстве автора с Тропой Толтеков и о роли дона Хуана, который так провел его сквозь эту систему, что в дальнейшем Кен мог идти вперед самостоятельно, не нуждаясь в его помощи.

Вы узнаете общие сведения о Тропе Толтеков. Вы научитесь использовать любую систему развития сознания для того, чтобы преодолеть ее рамки и двигаться дальше. Помощь в этом вам окажут приведенные в книге медитационные упражнения и диаграммы.

Особое внимание в книге уделено созданию условий здоровой и крепкой повседневной жизни, развитию техники *сновидения* и путешествий вне тела. Она позволит вам посетить мир весьма сходных с нами духовных существ, живущих на другой планете, поможет довести свои творческие способности до максимума. Она позволит вам добиться непривязанности и подчиниться Силе, руководящей всем, что существует.

© «София», Киев, 1996

© Трансперсональный Ин-т, Москва, 1996

ISBN 5-220-00008-X

СОДЕРЖАНИЕ

Глава 1	
Путешествие с Силой.....	11
Глава 2	
Поиск проводника Силы.	32
Глава 3	
Земля Толтеков.	68
Глава 4	
Идя по дороге из красного кирпича.	114
Глава 5	
Несколько советов для путешествия.....	158
Глава 6	
Спокойно плывя по течению.....	195
Глава 7	
Советы для путешествующих вне тела....	230
Глава 8	
Беседы в созвездии Плеяд.....	270
Глава 9	
Путешествие с Духом.....	317
Об авторе	347

КЕН ОРЛИНОЕ ПЕРО

**ПУТЕШЕСТВИЕ
С СИЛОЙ**

**Исследование и
развитие восприятия**

*Моей матери и отцу —
с благодарностью за поддержку*

Благодарности

Хочу выразить особую признательность Роберту Монро, Нэнси Макмонигл, а также сотрудникам Института Монро: Анне Гофф, редактору и просто другу, за ее ценный вклад в создание этой книги; Чарльзу Томасу Кейсу и Ассоциации «Поиск и Просветление»; Жанетт Томас и Фонду Эдгара Кейса; Трою Коллеру — большому человеку с огромным сердцем, помогавшему мне в связях с общественностью; Джорджу Майеру, который напоминал мне, что я люблю писать книги; проф. Марио Гарсиа, объяснившему мне смысл просветительства; проф. Уильяму Шиа — за поддержку моих поисков знаний в желаниях собственного сердца; Тому О'Доннеллу, благодаря которому я не утратил интереса к работе; наконец, участникам моих семинаров, которые привнесли собственное внутреннее понимание, ясность и значение в эту книгу; моей сестре и братьям — за их одобрение и поддержку; и большое спасибо Винсенту.

ФИЛОСОФИЯ ПРАВИЛА

Правило 1: Правил не существует.

Правило 2: Правило номер 1 — это единственное правило.

Глава 1

Путешествие с Силой

Предисловие к путешествию

Патрульный Морской Береговой Охраны переступил дверь нашей квартиры в государственном доме, неся меня на руках. Моя мать, потрясенная этим зрелищем, неподвижно застыла в дверях кухни, напоминая манекен в витрине магазина. Она безмолвно наблюдала, как патрульный бережно укладывает меня на диван в гостиной. Отец стоял рядом с матерью, обнимая ее за плечи. Он улыбался мне, ласково прижимая к себе свою жену.

Затем патрульный рассказал моей матери о том, как они с папарником возвращались домой после работы и вдруг увидели, что меня вытаскивают из озера Мичиган. Они поспешили на помощь, по к тому времени продавец наживки, торговавший у рыбацких причалов, уже вытащил меня из воды. Тогда патрульные позаимствовали простыню у одного из зевак, наблюдавших за моим спасением и добровольно согласились отвезти меня домой. Попрощавшись с матерью, патрульные вышли. Отца нигде не было видно.

Все произошло просто. Я удил рыбу, но вдруг потерял равновесие и свалился в воду. Выныривая второй — или третий? — раз на поверхность, чтобы глотнуть воздуха, пытаясь уцепиться за расплывающуюся водную толщу, я мельком увидел испуганные лица людей, наблюдавших за мной с бетонной набережной. Шапы на спасение выглядели в моих собственных глазах весьма убедительно, и это даже огорчало; но вместе с тем я помню возникшее в тот момент какое-то чувство отстраненности от происходящего. Часть меня превратилась в стороннего наблюдателя, безучастно взиравшего на происходящее.

Вновь погрузившись в воду, я заметил в ее толще неясную тень. Еще один рывок наверх, затем опять в глубину — тень не исчезала. Помню, что тогда я еще подумал: странно, что мое барахтанье не пугает рыбу. Новый глоток воздуха — и я опять иду вниз, в темноту. Теперь я уже понял, что наверх мне не выбраться. Вдруг тень приблизилась. Теперь я видел, что это не рыба, а силуэт чело-



века, как будто окутанный саваном. Нечто, напоминавшее кашюшоп, закрывало лицо силуэта. Вот тень скользнула ближе, проделав это грациозно и неуволимо быстро; она начала накрывать меня, и я медленно погрузился в тишину и абсолютный покой.

Тут я ощутил рывок и инстинктивно схватился за нечто живое, тянувшее меня обратно, к солнцу и воздуху. Мне было восемь лет, и я выжил. Через пару часов после того, как меня привезли домой, в дверях появился отец. Он бросил меня одного на пирсе, отправившись к друзьям, и вернулся домой только сейчас.

Должно было пройти добрых тридцать лет со множеством событий и перипетий, чтобы кое-какие детали происшедшего начали проявляться в моем мозгу. Несмотря на то что я помнил, как отец возвратился домой и начал расспрашивать, что случилось, у меня сохранялось и другое воспоминание: отец стоял рядом с матерью, обняв ее за плечи. Много лет спустя мать убеждала меня, что отца не было дома в момент, когда меня припесли патрульные. Лишь тогда я понял, что это воспоминание было видением, необычным восприятием. Благодаря этому необычному восприятию все установившиеся правила и понятия реальности отпали сами собой, а я погрузился в тайный и загадочный мир.

Ко времени того случая, который чуть было не стал несчастным, я не знал и не понимал ничего, что могло бы придать смысл необычным ощущениям, связанным с тем днем. Сейчас же, оглядываясь назад, я понимаю, что этот день стал своеобразной поворотной точкой. Прежде я вел заурядную жизнь, подчиняясь обычным стремлениям. После этого же все вокруг как бы потускнело, утратив свою привлекательность. Я не видел смысла в окружающем мире и не чувствовал какой-то особенной связи с ним. Я полностью ушел в чтение комиксов, где изображались всевозможные психические и другие странные явления. Если же судить об этом с точки зрения более отдаленной перспективы (о чем я тогда не имел ни малейшего понятия), то уже в то время я вступил на путь, ведущий от обычных способов восприятия мира и собственной жизни к совершенно необычным.

Одну из остановок на этом пути я сделал будучи первокурсником. Тогда наша семья жила в Вирджипия-Бич, где находился фонд Эдгара Кейса и его дочерняя организация — Ассоциация «Поиск и Просветление» (АПП). Сам Эдгар Кейс родился в 1877 и умер в 1945 году, оставив после себя более 14 тысяч материалов, доказательно описывающих различные психические феномены.



Поскольку Кейс из года в год регулярно перечитывал Библию, именно это обстоятельство придало его работам интенсивную христианскую окраску.

Вначале он писал о здоровье и методах его сохранения; впоследствии поле деятельности Кейса расширилось, включив в себя множество различных тематик, начиная с духовного совершенствования, астрологии, «холистического здоровья» и заканчивая астральной проекцией и бизнесом. Один из отпрысков обширного наследия Эдгара Кейса — АПП — занимается информационным обеспечением по материалам Кейса, а также занимается просветительской деятельностью. Фонд Эдгара Кейса содержит архив его трудов и музей, где хранятся его личные вещи; кроме того, под эгидой фонда действует одна из самых больших в стране библиотек по метафизике. Именно в этой библиотеке я детально изучил созданный в одном из вузов труд по географии, посвященный потерянной континенту Атлантиде. Не помню, чтобы я когда-нибудь обсуждал тему Атлантиды в семье или с друзьями — просто в тот момент мне показалось, что это необходимо.

Следующая остановка наступила в период войны в Индокитае. В семнадцать лет я пришел в ВМС США и несколькими годами позже отправился воевать во Вьетнам. В первую же ночь на вьетнамской земле наш лагерь обстреляли из минометов; именно тогда я ощутил, что глубоко внутри у меня произошел какой-то сдвиг. Я почувствовал, что еще больше отдалился от жизни. Вместе с тем я заметил существование необычной энергии, напоминавшей волны горячего воздуха, которые поднимаются над раскаленным тротуаром в жаркий день. Эта энергия пропитывала буквально все вокруг, но тогда глубокое внутреннее понимание подобных вещей мне было недоступно и я весьма смутно осознавал, каким образом эта странная сила воздействует на мою жизнь. В течение нескольких последующих месяцев я неожиданно начал получать множество приказов, согласно которым меня вначале перевели с базы ВМС в Даланге на обслуживание военно-морских объектов неподалеку от Сайгона, а затем мне пришлось отправиться вверх по реке, к удаленным сторожевым постам катеров речной охраны. Стоило мне вернуться в Сайгон, как через несколько недель меня вновь перевели — на этот раз на маленькую базу технического обеспечения патрульных катеров, расположенную в дельте Меконга. Я всегда хотел попутешествовать по Вьетна-



му, чтобы рассмотреть страшу во всех ее граях (редко кому это удавалось). Что ж, мои желания сбылись.

Все это время я чувствовал, что по моим маршрутам меня ведет некая неведомая сила. Стоило мне подумать, что хочется уехать из Данапа, как поступал приказ отбыть в Сайгон. Когда же паскутил Сайгон, пришло новое назначение. Каждый раз я отправлялся именно туда, куда мне хотелось в душе. Повторюсь: лишь сейчас, оглядываясь назад, я понимаю, что уже в то время начал осознавать «Силу», направляющую процесс созидания. При этом мне не пужно было упрашивать командиров, чтобы они перевели меня на новое место службы — достаточно было просто пожелать этого — и результат возникал как бы сам собой. Атмосфера военных действий значительно усилила мои способности к восприятию, так что во мне до сих пор живы воспоминания, связанные с этими путешествиями.

Через три года по возвращении из Вьетнама я обнаружил, что начал еще одно путешествие. Тогда я занялся ежедневным самообразованием, чтобы придать смысл и значение новым ощущениям. Что более важно, я наконец ощутил связь с собственной жизнью, почувствовал себя, обретя направление и цель на жизненном пути. Именно тогда я начал путешествие по ландшафтам восприятия — путешествие, которое продолжается и по сей день. Хотя за время этого путешествия я постарался исследовать и познать множество троп и тропинок, самыми серьезными указателями были и остаются уроки, полученные у дона Хуана Матуса — индейца, обучившего Карлоса Кастанеда.

Имя дона Хуана обрело популярность в конце 1960-х годов, когда появилась первая книга Кастанеды «Учения дона Хуана». Хотя книга и преподносит читателю элементы философии дона Хуана, касающиеся природы человеческого существования и сознания, в «Учениях» прежде всего описываются ощущения Кастанеды под влиянием психотропных средств, изменяющих сознание. В то время Кастанеда заканчивал факультет антропологии Колумбийского университета и собирался написать исследование о психотропных средствах, применяемых американскими индейцами. Интерес к этой теме привел Кастанеду к дону Хуану, который впоследствии стал его учителем.

Вторая книга Кастанеды — «Отдельная реальность» — также описывала использование психоделиков с тем, чтобы вызвать необычные, даже потрясающие ощущения. Однако уже во вступ-



лении к своей третьей книге под названием «Путешествие в Икста-лаш» Кастапеда говорит, что ему пришлось прибегнуть к *растениям силы* лишь потому, что иначе он слишком медленно усваивал учения допа Хуапа, в которых для усиления восприятия использовались медитационные техники. При этом Кастапеда возвращается к началу обучения, рассказывая об уроках, которые доп Хуап давал без всякого применения психотропных средств. С того времени Кастапеда значительно глубже изучил рекомендации допа Хуапа, а также разобрался во влиянии этих уроков на его собственную жизнь.

Демобилизовавшись, я проучился в нескольких колледжах и университетах, разбросанных по стране. Как-то мне случилось приехать в Тусон, где я и встретился с допом Хуаном. Мое время ученичества у него во многом напоминало учебу Кастапеды, хотя имелись и различия. Хотя многие наши впечатления были вполне схожими, мы отличались друг от друга характером и темпераментом, так что, обучая меня, доп Хуан использовал несколько иные методы. Так, Кастапеда проводил с допом Хуаном весьма много времени; я же приезжал к нему лишь ненадолго. Доп Хуан полностью объяснил Кастапедке свое учение; от меня же он требовал, чтобы дополнительные требования я черпал из других источников, дабы развить и расширить его учение.

В основном эта дополнительная подготовка происходила уже после моего возвращения в Вирджинию. Прочитав в одном журнале статью о внетелесном осознании (ВТО), я обнаружил там упоминание об Институте Монро. Основателем этого института был Роберт Монро, автор классической книги по ВТО «Путешествия вне тела». В частности, я обнаружил, что институт первым приступил к использованию технологии звука, способствующей гармонизации волн, излучаемых нашим мозгом. Эта техника позволяет достигать продолжительной концентрации внимания, что является одной из целей медитации. Затем я принял участие в шестидневном семинаре, проходившем в этом институте; на время семинара институт предоставлял его участникам жилье, и именно тогда я с головой погрузился в совершенно неожиданное путешествие (куда впоследствии вошло и время, проведенное в одной из исследовательских лабораторий института). За эти шесть дней я приобрел опыт, равный добрым пяти годам регулярных занятий медитацией. Однако подробнее об этом, как и об остальном, я расскажу позже.



Через несколько месяцев после первого появления в Институте Мофро я начал работать в АПП. К этому времени у меня была возможность познакомиться со множеством теоретических выкладок, относящихся к исследованию сознания и его развитию. Благо, труды Эдгара Кейса открывали все новые и новые перспективные подходы к различным аспектам этой проблемы, и я понял, что самое ценное здесь — это возможность ежедневно работать в области личного и духовного совершенствования. АПП регулярно проводила лекции и семинары, так что, кроме обычной работы в Ассоциации, я имел возможность общаться со многими людьми, обладающими различными навыками и собственным внутренним пониманием проблемы развития сознания. За два года работы в АПП я сменил три различных должности, каждая из которых позволила мне научиться азам обычного бизнеса, предлагающего совершенно необычный товар.

Однако невидимому потоку моей жизни было уютно, чтобы я покинул АПП и возвратился в гористую часть Вирджинии, где находился Институт Мофро. Как и во Вьетнаме, моя дальнейшая судьба предопределялась *Силой*, которая, казалось, существует где-то вне пределов моего сознания. И все же, прежде чем я удалился в горы, судьба преподнесла мне неожиданный подарок в виде трех сеансов трансформации сознания во флотационной камере.

За последнее время флотация приобрела значительную известность благодаря ее свойствам действовать расслабляюще, стимулировать процесс решения проблем и способствовать общему исследованию процесса сознания. Когда-то флотационную камеру даже называли «камерой для утешения чувственных ощущений». Изобрел флотационную камеру доктор медицины Джон Лилли, который первым начал эксперименты по общению с дельфинами; список его изобретений в области медицинской технологии действительно впечатляет.

Владелица камеры терпеливо объяснила мне, как ею пользоваться. По ее словам, мне предстояло оказаться в полной темноте, в состоянии, близком к невесомости, которое обеспечивала вода, насыщенная парой сотен килограмм английской соли. Именно благодаря соли можно свободно держаться на поверхности воды с температурой, равной температуре тела. Один из важных советов заключался в том, чтобы не беспокоиться о слишком сильном погружении головы в воду, так как при этом инстинктивно пытаешь-



ся удерживать голову усилием шейных мышц, а это приводит к перенапряжению. Каждый раз перед занятием в камере я раздевался, мылся под душем, а потом забирался во флоатационную камеру через маленькую дверку. Закрыв дверку, я оказывался в полной темноте и погружался в шелковистую, ласковую воду. Я лежал на спине, восхищаясь от потрясающе непривычного ощущения парения без малейших усилий.

В первое свое заплывание у меня в голове крутились две мысли. Первая касалась сюжета фильма «Измененные состояния», который довольно произвольно толковал исследования Джона Лилли. В один из моментов фильма сам Лилли изменял свою физическую форму, превращаясь в доисторического гоминида. По этому поводу мне хотелось узнать, насколько легко происходит подобная трансмутация. Во-вторых, я хотел убедиться, удастся ли мне разделить мое физическое и нефизическое сознание и испытать во время флоатации ВТО.

Вскоре после погружения в камеру я утратил все физические ощущения, привычные моему телу. Затем у меня возникло чувство, будто я превратился в полутораметровую ящерицу, выплывающую из воды. Глазами ящерицы я видел берег островка в тропическом море; вдоль полосы прибоя тянулась линия пальм. Одновременно я чувствовал, что меня буквально пронизывает мощный поток информации об эволюции сознания, которое человек привык считать центром восприятия внутри сознания вообще. Наплыв информации был столь мощным, что мне не удавалось сосредоточиться на ее отдельных фрагментах. Одновременно я все больше и больше ощущал свое тело ящерицы, вживаясь в новый окружающий мир. Вскоре я почувствовал глубочайшее уважение к природному уму ящериц и их самоощущению. Никогда ранее мне не удавалось так сильно и инстинктивно воспринимать окружающий мир. Я немного выбрался из воды на песок острова... И тут ко мне вернулось ощущение моего физического тела. Я поймал себя на мысли, что восхищаюсь только что испытанным ощущением.

До заплываний во флоатационной камере я несколько раз переживал ВТО; при этом мое восприятие всегда перемещалось из моего человеческого тела в плоть различных животных. Теперешнее же ощущение отличалось гораздо меньшими усилиями и значительно большей возможностью управлять собой, чем в предыдущих



случаях ВТО. Занятие, длившееся 45 минут, закончилось, как только я начал думать о путешествии вне тела.

Приступая ко второму занятию, я не имел никаких определенных желаний исследовать что-нибудь — мне просто хотелось посмотреть, что произойдет. Находясь во флотационной камере, в этот раз я почувствовал, что мое физическое тело хранит сведения о моих прошлых жизнях. Эта информация сочилась из моих мышц, вызывая первое подергивание во всем теле. Однако в то время мой интерес к перевоплощению был весьма поверхностным, так что я не делал никаких детальных записей по этому поводу.

Ощущая связь моего физического тела с прошлыми жизнями, я вспомнил один из своих разговоров с друзьями. Оба они были практикующими психиатрами. Тогда мы разговаривали за ужином, и они сообщили, что с годами я могу заболеть кальциевой недостаточностью. Тогда они объяснили свои слова сугубой интуицией. Вспомнив об этих рассуждениях во время флотации, я обнаружил, что в состоянии самостоятельно решить эту проблему. Я интуитивно почувствовал, что мое беспокойство из-за предсказания действительно приводит к вымыванию кальция из моих костей и что если я перестану думать об этом, то вопрос будет решен.

Готовясь к третьему занятию, я вновь не предвкушал ничего заранее. Но стоило мне полностью расслабиться, как я очутился в поле белого света. Я вспомнил, что уже был здесь во время лабораторных исследований в Институте Монро, когда мое осознание «взорвалось» изнутри; в тот момент я ощутил, что большая часть меня способна одновременно воспринимать бесконечное множество реалий. В этот же раз, расслабленно покачиваясь на поверхности воды, я просто решил спокойно погрузиться в это свечение, ощущая его силу. Участие в программах Института Монро и занятия во флотационной камере привели к тому, что я начал понимать значение технологии для облегчения развития восприятия.

Несколько месяцев спустя я пересел жить поближе к институту и стал его сотрудником. На протяжении последующих полутора лет я проработал в институте на разных должностях; кроме того, мне удалось участвовать еще в двух его программах, а также в нескольких циклах лабораторных исследований. Время работы в институте значительно расширило мои знания о восприятии: я узнал о направлении энергии, внеземных мирах, ВТО и других ви-



дах нефизической энергии. При этом я все больше и больше учился по собственной воле путешествовать дорогами восприятия, направляясь в интересующие меня области.

Все это время на меня оказывал значительное влияние доп Хуан. Большинство его указаний отнесли к древней традиции, или системе развития сознания, созданной еще Толтеками. По словам допа Хуана, в древности Толтеки — как мужчины, так и женщины — обладали высшим мастерством в управлении собственным восприятием. Таким образом, Тропа (или система) Толтеков объединяет технические приемы и упражнения на развитие видения перспективы с теорией, объясняющей методику выведения самоосознания за пределы нормального, обыденного восприятия. В процессе занятий ученик обучается тому, как достигать равновесия в повседневной жизни, каким образом формировать у себя личные и профессиональные интересы на всю жизнь, как достигать различных состояний восприятия (например, ВТО и телепатии) и, что самое главное, — как отказаться от канонов теории и практики во имя пути к полному освобождению. Наиглавнейшей заботой допа Хуана всегда было стремление научить своих последователей преодолевать рамки догматов, дабы жить полнокровной, насыщенной жизнью.

Я, например, создавая для себя Тропу Толтеков, использовал описание реальности, данное допом Хуаном. Признавая существование ограничений как в описательном отражении реальности, так и в мировоззрении, доп Хуан использовал эти ограничения для того, чтобы снабдить своих учеников точкой отсчета, позволяющей им сравнивать и оценивать. Таким образом, учитель создавал своего рода иерархию, состоящую из *первого, второго и третьего внимания*. *Первое внимание* соотносится с физической энергией. Я научился управлять собственной жизнью, тренируя в себе эту энергию с помощью упражнений, которые способствуют достижению гармонического равновесия. *Второе внимание* определяет нефизическую энергию; и здесь есть специальные упражнения, которые позволяют исследовать в себе и развивать такие умения, как ВТО, являющиеся основной характеристикой *второго внимания*. Исследуя этот вид энергии, я посетил своего умершего отца и смог пообщаться с вездемым разумом.

Доп Хуан всегда старался привить желание развивать и использовать *первое и второе внимание* для достижения состояния *третьего внимания*. Это *третье внимание* определяет чистую, пе-



дифференцированную энергию (не имеющую никакой другой формы, кроме изначально присущей ей). Дон Хуан полагал, что умение управлять своими силами на уровне *третьего внимания* ведет к полному освобождению и отличается тем, что при этом личная энергия полностью смешивается с энергией окружающего мира. Накапливая этот вид энергии, я приходил в состояние спокойного и расслабленного озарения, когда вся жизнь выстраивается в совершенно определенном (хотя и спонтанном) порядке.

Преподавая упражнения на тренировку и развитие уровней *внимания*, дон Хуан нередко подкреплял свои пояснения элементами природы. Так, он использовал водный поток для направления восприятия на характеристики *первого* и *второго внимания*: например, «влажность» воды прямо соотносится со свойствами *первого внимания*. Если мы говорим о том, что энергия влажная и что ее можно воспринимать физическими органами чувств, то этим мы способствуем выработке понимания сущности *первого внимания*, или физического мира. Ведь мы используем свойство воды быть влажной, когда плаваем, утоляем жажду или тушим пожар.

Такое же качество воды, как подвижность, текучесть, соотносится с аналогичным свойством *второго внимания*. В частности, дон Хуан описал одно особое движение, которое можно уловить теми органами чувств, которые в обычной жизни человеком не используются. Фиксация на этом движении действует подобно катализатору, позволяя нам двигать собственное восприятие не только по привычным маршрутам — например, в другие измерения, отличающиеся от нашего физического мира. В седьмой книге Кастапеды — «Огонь изнутри» — описаны различные подходы к разделению элементов природы, способствующие стимуляции навыков *внимания*.

Что бы мы ни исследовали с помощью двух уровней *внимания*, это создаст в нас дополнительные (и, нередко, кажущиеся на первый взгляд противоречивыми) точки отсчета. Запимаясь *вторым вниманием*, я обнаружил, что мое восприятие автоматически ищет то, что ему описано; в случае с водой оно стремится обнаружить движение определенного типа, которое можно использовать с конкретной целью. Разделять свойства воды надвое — все равно, что использовать триангулярную систему локации объекта, чтобы точнее определить его местонахождение. Возьмем, к примеру, терпящее бедствие судно, которое подает в эфир стандарт-



ный международный код просьбы о помощи. Достигнув побережья, этот сигнал моментально возбуждает системы аварийного слежения в портах; далее система аварийного слежения определяет частоту и максимальную силу сигнала по направлению. Значит, если судно подаст сигнал бедствия у берегов Вирджинии, то компьютер аварийной системы в Норфолке предупредит о ситуации и одновременно определит, что максимально сильный сигнал исходит с восточного направления. Однако при этом полученная информация ничего не скажет о том, как далеко от берега находится аварийное судно. Здесь вступает в действие компьютер порта в Нью-Йорке, для которого направлением максимально сильного сигнала будет юго-восток. Теперь две прямые линии, проведенные из Норфолка и Нью-Йорка в направлении наиболее сильного сигнала, образуют треугольник, вершина которого и укажет приблизительное местонахождение искомого корабля. При этом в Норфолке подсчитают, что корабль находится приблизительно в 200 милях к востоку, и смогут отправить туда спасательное судно.



Метод триангулярной локации.

Этот метод восприятия сигналов от объекта под двумя различными углами позволяет более точно определить местонахождение.

Разделение воды надвое согласно ее качествам и свойствам также дает нам возможность рассматривать ее под двумя различными углами зрения и, следовательно, лучше понять сущность воды. Использование метода, аналогичного триангуляции, при изу-



чении взаимодействия *первого* и *второго* внимания создает дополнительную базу для исследования реальности. Я, к примеру, с помощью этого метода убедился в том, что процесс восприятия автоматически направлен на поиск того, что было описано ранее. Кроме того, это ослабило влияние на меня *первого* внимания, или реального мира, и позволило хоть ненадолго взглянуть на *третье* внимание.

Дон Хуан утверждал, что концентрация на *третьем* внимании приводит человека в состояние *бытия* и вызывает опущение равновесия в мгновение, когда хочется скорее опутить реальность, а не терпеть себя ее видениями. Вся суть, добавлял при этом дон Хуан, заключается в том, чтобы сохранять способность к управлению собственным восприятием. Он учил, что взгляд на мир с точки зрения, отличной от привычной, приводит к раздвоению осознания. Зная это, дон Хуан пересмотрел свое учение таким образом, чтобы создать совершенно новое, нестандартное мировоззрение, основанное на Тропе Толтеков; а научившись достигать равновесия между этим мировоззрением и взглядом на мир, свойственным современному обществу, дон Хуан показал мне, как можно пропикнуть в место в середине между этими двумя мировоззрениями — туда, где оба они одновременно существуют и не существуют.

В привычном нам мире мы питаем собственное осознание информацией, которую доставляют нашему телу пять органов физических чувств. При этом наш разум определенным образом организует эту информацию, создавая для нас картину реальности. Какой бы реальной и цепной эта картина ни была, все же дон Хуан считал ее ограниченной. При этом он основывался на своем опыте пребывания в нефизических измерениях, на небывалых примерах жизненной силы и выносливости, на путешествиях в миры, существующие вне физического времени и пространства. Он использовал необычную реальность лишь как средство, помогающее освободиться от ограничений реальности, но не для создания новых границ и рамок.

Преодолев эти границы, человек пропикает в новую реальность, которую он сам для себя определяет как реальность *видящего*. *Видящие* переросли потребность в какой-либо системе или организованной методике усиления осознания. Единственное, чем интересуются *видящие* — это дальнейшим исследованием и развитием собственного восприятия; они стремятся раздвинуть рам-



ки своего осознания, чтобы оно заполнило все их существо. По словам дона Хуана, это является целью любой системы развития осознания и поэтому вполне может быть внутренней причиной такого успеха книг, написанных Кастапедой. Ведь учение не только описывает реальность, отличную от привычной, — оно предлагает ученику способ оцепить эту новую реальность с тем, чтобы в дальнейшем преодолеть и ее пределы.

Учение постепенно приводит занимающегося к работе по осмысленному устройству собственной жизни. Последователи учения дона Хуана развивают собственную индивидуальность и учатся конструктивно самовыражаться в обществе, а учитель при этом облегчает им задачу, давая попутно определенные задания. Как правило, первое задание заключается в том, чтобы определить отличительную черту необычной реальности. Например, Кастапеде было необходимо найти то самое благодатное место перед домом дона Хуана, где он мог бы продемонстрировать свою готовность к дальнейшему обучению. Позже, через некоторое время, ученик получает задание, требующее от него полного погружения в сущность учения. Так, за несколько месяцев до окончания моей учебы дон Хуан сообщил мне, что я должен «пролить свет на книги Кастапеды».

Тропа Толтеков насчитывает многие тысячелетия. В беседах с Кастапедой дон Хуан разделял линии Толтеков на два цикла: старый и новый. Однако участие Кастапеды в этом привело к определенным изменениям. В своих книгах Кастапеда создал целый новый цикл, изменив всю историю линии и ее систему. История Тропы Толтеков испокон веков представляла собой традицию, передававшуюся из уст в уста одним поколением другому; теперь же учение Толтеков оказалось кодифицированным, а написанные на бумаге древние знания обрели единообразие. Кроме того, Кастапеда явился своеобразным мостиком, соединяющим Толтеков старого и нового цикла с новым историческим порядком первого, второго, третьего и четвертого циклов.

Первое поколение обнаружило начальные, едва заметные признаки того, что за границами обыденной реальности, за пределами конечного «Я» существует еще нечто. Произошло это в глубокой древности, когда человек, ощутив, как изнутри рвется наружу его дух, осознал свою связь с ЧЕМ-ТО, существующим вне пределов физического мира. Отличным примером образа жизни Толтеков первого цикла является фильм под названием «Обледе-



невший», повествующий о том, как в двадцатом столетии удастся оживить давно покоившегося в ледяной глыбе неандертальца. Древний человек, вернувшись к жизни, немедленно приступает к исполнению первобытных ритуалов, восхваляя духовные силы, которые живут вне его тела.

Прошли столетия, и Толтеки придали форму своим павыкам необычного восприятия; появилась также и устоявшаяся философия, описывающая как физическую, так и нефизическую реальности. Возникли определенные подходы и технические приемы, способствующие осознанию взаимоотношений между этими уровнями. Говоря о Толтеках того периода, дон Хуан называл их «старым циклом». То была эпоха расцвета всевозможного магического зелья, притираний, талисманов, колдовства и ведьминых чар. Постепенно брат восстал против брата, стремясь утвердить преимущество своей силы; так отличительным признаком второго цикла стало злоупотребление знанием. Такое отношение к окружающему миру обернулось в конечном счете против самих же Толтеков второго цикла; которые в результате уменьшили осознание физического мира и реальности, существующей вне сферы человеческого познания.

Середина XVIII столетия ознаменовала конец второго цикла и провозвестила начало третьего, как говорил дон Хуан, «нового» цикла. Отличительным признаком нового периода стало возникновение и утверждение этики. Практики были отработаны и очищены от всего лишнего и вредного. Посвященные тщательно проверили систему, стремясь вернуть себе утраченное было ощущение проникновения за пределы физического мира; при этом исчезли многие «темные» элементы. Сама идея использовать систему для развития осознания омолодила Толтеков третьего цикла, вернув их поведению целенаправленность.

Уже в конце 60-х годов нашего века Кастанеда, как антрополог, начал использовать полученное им знание для постижения, по его мнению, критически важных компонентов учения Толтеков. Об этом он писал в своих книгах, создавая, таким образом, своеобразный мост, по которому система Толтекских знаний покинула границы третьего цикла. Пришло время устной традиции уступить место распространенному способу систематизации знаний. Представители нового цикла системы Толтеков заново реорганизовали историю старого и нового циклов, распределив ее между четырьмя циклами. Учение становилось все более сжатым и ком-



дактым, так что многое из того, что испытал Кастапеда, заимавшая с доном Хуаном, оказалось утраченным. Однако с другой стороны усиление компактности знаний Толтеков позволило еще больше оптимизировать эти знания, что прекрасно дополняет намерение Толтеков третьего поколения довести систему до совершенства, очистив ее от всего лишнего. Несмотря на то что Кастапеда не излагает некоторые практики второго поколения (например, такие, как использование зеркала для «перебрасывания» существ из нефизических миров в привычную нам систему координат), тем не менее его книги содержат упражнения по развитию восприятия и убедительно раскрывают перспективы такого совершенствования.

Выполняя роль связующего звена, Кастапеда оказался в положении между двумя циклами, что привело к его частичной изоляции от единомышленников. С другой стороны, его труды являются значительным достижением, которое делает его одной из наиболее ярких фигур в многовековой традиции Толтеков. Я пользовался книгами Кастапеды как учебниками — и это дало мне возможность проникнуть в древний род дон Хуана и стать одним из первых представителей четвертого цикла.

Эти циклы также воплощают собственно стадии развития сознания. На опыте других и собственном я убедился в том, что вначале возникает «дверь» к новому опыту (что соответствует первому циклу), затем наступает период овладения техникой и участия в соревновании на право быть лучшим (второй цикл); после вы придете к необходимости оттачивать свою технику и избавиться от мыслей о конкуренции (третий цикл), а свидетельством перехода к четвертому циклу станет стремление к дальнейшему совершенствованию Толтекской традиции.

Толтекскую традицию во многом роднит с мексиканскими и исконно американскими культовыми традициями сильный отблеск шаманизма: она тесно связана с культами Земли и природы и активно стремится к поиску Бога как создателя всего сущего. Обычно шаманизм относится к религиозным течениям индустриального общества. Однако Толтекам совсем необязательно использовать исполнение шаманского танца для целей духовного самообразования или предсказания будущего; им не нужна монотонная дробь барабана, чтобы достигнуть определенного состояния сознания, или ритуалы американских аборигенов — для усиления духовного самоосознания. Так что, даже если считать тради-



цию Толтеков проявлением шаманизма, то, думаю, здесь следует говорить о весьма специфической ветви общей шаманской традиции.

Многие люди, даже не являясь Толтеками, сегодня в том или ином виде используют систему Толтекских знаний — в основном, благодаря книгам Кастанеды. За время моих поездок в различные страны я не раз наблюдал, как эта система смешивается с другими традициями духовного совершенствования. Таким образом создается впечатление, что одним из отличительных признаков четвертого цикла является его «врастание» в современное общество. Это «врастание» также отражает и массовое возрождение интереса к метафизическим и духовным аспектам существования. В наше время все больше людей рассуждает о медитации, всевозможных психических проявлениях и духовном саморазвитии. Безусловно, все перечисленное появилось не вчера; однако эта эпоха буржуа заслуживает внимания именно из-за необычайно высокого уровня активности вокруг индивидуального (в том числе духовного) совершенствования. Возможно, когда-нибудь историки перекут наш век новой эрой и дадут ей название не менее возвышенное, чем Эра Разума или Эра Индустриальной Революции.

Чем больше люди будут стремиться совершенствовать свое восприятие, тем больше мир будет меняться самым фундаментальным образом; это вызывает прямую ассоциацию с глобальными переменами, происшедшими в результате бурного развития средств массовой информации. С точки зрения осознания происходящего, весьма противоречивая тема «изменений всего сущего на Земле» оказывается неотъемлемой частью современного метафизического мышления. В сущности, идея «изменения всего сущего на Земле» подразумевает грядущие перемены в окружающей среде нашей планеты. Сторонники одной крайности в этом подходе предсказывают, что в ближайшие двадцать лет на Землю грядут частые природные катаклизмы — такие, как опустошительные землетрясения, невиданные цунами и катастрофические извержения вулканов. Сюда же относятся и рассуждения о том, что подобные бедствия должны явиться следствием смещения земной оси вращения. Другие говорят, что столь печальное будущее объясняется тем, что человек долгое время злоупотреблял законами Земли и природы и что миссия катастроф будет очистительной, направленной на восстановление изначальной гармонии. Третьи утверждают, что ориентация земной оси изменится каждые несколько



сотен тысяч лет и что в близком будущем мы как раз столкнемся с очередным таким изменением.

Но есть и другая крайность, адепты которой также признают приближение времени великих перемен; однако, утверждают они, перемены будут заключаться в мощном скачке технологической революции, в том, что технику ВТО станут преподавать в университетах, а правительства всех стран научатся лучше и теснее сотрудничать друг с другом.

Поклошники умеренности говорят, что значительные геологические трансформации действительно произойдут, но на протяжении довольно длительного периода. Ни Калифорнийский полуостров, ни Великобритания не исчезнут в одночасье под волнами внезапно поднявшегося Мирового океана — доказывают они — наоборот, все изменения будут постепенны, так что у людей хватит времени на то, чтобы к ним приспособиться. Умеренным приписывают идею о том, что если люди научатся расти духовно, мирно и плодотворно сотрудничать, то человечество в целом сможет уменьшить эти разрушительные влияния, а то и вовсе избежать их, таким образом устраняя то физическое и психическое напряжение, которое и может послужить причиной геологических катастроф.

По словам дона Хуана, результат любого события зависит исключительно от диктата Силы, которую можно также рассматривать и как волю Господа. Одним из аспектов этой Силы является «личная сила», возникающая из индивидуального знания каждого. Что бы вы ни изучали — восприятие, электронику или химию — вы будете обладать тем большей силой, чем лучше вы разберетесь в тонкостях изучаемой науки. Я изучал взаимоотношение между Силой и личной силой во время моих путешествий в восприятии; именно тогда я обнаружил, что где-то в бездонных глубинах сознания существуют все мыслимые сценарии «изменений на Земле». Я также узнал, что все мои желания, намерения и особенно склонность моей натуры обуславливают восприятие совершенно определенной реальности, которое тесно взаимосвязано с перечисленными свойствами.

Всеобщее сознание воспринимает отдельно взятый окружающий мир, или реальность, через фокусирующую точку восприятия, которая для меня идентична моему собственному Я. Если мои самые сокровенные намерения (независимо от того, осознаю я это, или нет) таковы, что я склоняюсь к возможности природных



катаклизмов, то мое тело со временем сонастроится именно с той реальностью, в которой возможны цунами, землетрясения и извержения вулканов. И наоборот, если мои сокровенные намерения направлены на стремление избежать этих катастроф — тогда и в мыслях, и в действиях я буду постепенно двигаться в направлении той реальности, в которой всего этого не происходит или происходит с умеренной силой.

Другими словами, существуют любые реальности, будь они осязаемые, или неосязаемые. Вопрос же о том, какую реальность вы будете ощущать, зависит исключительно от условий вашего восприятия.

Путеводной звездой для Толтеков четвертого цикла (и одновременно главной целью этой книги) является путешествие дорогами восприятия, а также исследование взаимоотношений между Силой и своим Я с тем, чтобы продвинуться дальше и выше. В своем произведении я использую многие термины из книг Кастанеды, поскольку я являюсь сторонником того же учения, о котором пишет Карлос Кастанеда и, кроме того, нахожу в его понятиях точную описательность. Вдобавок к перечисленному, подобный подход целесообразен и с точки зрения дальнейшей стандартизации системы Толтеков. Ведь общение в любой области знаний — например, в математике или психологии — требует определенной, стандартной терминологической базы.

Вместе с тем, исходя из исторической задачи дальнейшего очищения системы и конструктивной сонастройки открывающихся перспектив с генеалогией Толтекских знаний, я изменил некоторые понятия, которые использует Кастанеда. Так, меня несколько смущает, что слово «магия» нередко используется в отрицательном, негативном смысле; поэтому я счел более приемлемым называть учение дона Хуана Тропой Толтеков. Другие изменения я объясню по мере их появления в книге. А сейчас самое время ознакомиться с кратким содержанием остальных глав «Путешествия с Силой» — это облегчит первые ваши шаги на пути общения с этой книгой, повествующей о перспективах, технике и необычайных впечатлениях.

Глава «Поиск проводника» повествует о том, как я впервые познакомился с Тропой Толтеков, о событиях, предшествовавших моему знакомству с доном Хуаном и о некоторых впечатлениях от общения с ним. Кроме того, здесь рассказано и о роли дон Хуана,



который так провел меня сквозь эту систему, что в дальнейшем я мог идти вперед самостоятельно, не пугаясь в его помощи.

«Земля Толтеков» проведет вас через философские начала процесса трепировки и развития восприятия. Вы узнаете общие сведения о Тропе Толтеков — это подготовит вас к тому, что вы будете воспринимать, и научит вас ответственно к этому относиться. Вы научитесь использовать любую систему развития сознания для того, чтобы преодолеть ее рамки и двигаться дальше. Помощь в этом вам окажут приведенные в главе медитационные упражнения и диаграммы.

Следующая глава — «Идя по дороге из красного кирпича» — перепесет вас в другой мир развития сознания. В ней вы прочтете об Институте Монро, о его развитии, о технологии и программах изучения и развития сознания. Я расскажу вам о своем пребывании в Институте Монро во время трех шестидневных программ *Открытия Прохода*, а также о нескольких экспериментах, проведенных в исследовательских лабораториях института — там я исследовал аспекты осознания, в частности относящиеся к ВГО и внезапному разуму.

«Несколько советов для путешествия» — в этой главе вы ознакомитесь с упражнениями, медитационными техниками и поймете основные направления общего развития восприятия. Каждый из описанных методов является действенным; он позволит вам двигаться в любом избранном направлении. Особый акцент в этой главе сделан на создании условий здоровой и крепкой повседневной жизни, что увязывает эту главу непосредственно с *первым вниманием*.

Глава «Спокойно плывя по течению» представляет собой автобиографический отчет о развитии техники *сновидения*. Глава скомпонована по уровням и стадиям *сновидения*, а также по техническим приемам, использованным мною для овладения *сновидением*; этот раздел проведет вас от ярких снов к *осознанным сновидениям*, а оттуда — к ВГО. (Поскольку ВГО является основным инструментом познания для Толтеков, в каждой главе книги вы найдете элементы, которые помогут вам овладеть этим искусством.)

Технические приемы, направленные непосредственно на развитие ВГО как совершенного способа развития сознания, изложены в главе «Советы для путешествующих вне тела». Здесь ВГО рассматривается с трех точек зрения — бодрствования, состояния,



близкого к гишозу, и собственно *сновидения* — и это даст возможность рассмотреть феномен ВТО полно и детально. Поскольку эта глава делает основной акцент на проблемах достижения ВТО, различных аспектах этой техники и упражнениях для ее развития, следовательно, изложенный в ней материал отнесется ко *второму вниманию*. Кроме того, в «Советах для путешествующих вне тела» я описал одно из наименее известных открытий Эдгара Кейса — «астральную проекцию», — которая весьма сходна с ВТО.

Глава «Беседы в созвездии Плеяд» позволит вам посетить мир весьма сходных с нами духовных существ, живущих на другой планете. В основном этот необыкновенный материал состоит из расшифровок моих записей, сделанных во время лабораторных экспериментов в Институте Мопро. Здесь мы опять сталкиваемся с «Туннельным эффектом», когда человек позволяет другому существу воспользоваться своими собственными голосовыми связками.

Нередко такие существа живут в нефизических измерениях, следовательно, используя «Туннельный эффект», мы получаем возможность общаться с представителями этого измерения. В моем случае существа использовали «Туннельный эффект», чтобы сообщить, что они также живут в физическом мире и что их различные виды обитают на весьма удаленных планетах. Хотя этот эффект не рассматривается в главе детально, читатель все же сможет уяснить некоторые условия овладения «*туннельным общением*», которое в моем случае из невнятного бормотания развилось в нормальную способность общаться голосом.

Наконец, последняя глава под названием «Путешествие с Духом» содержит объяснение того, как довести свои творческие способности до максимума. Вы сможете со стороны посмотреть на проявления своих чувств и научитесь лучше контролировать этот процесс. Основной акцент в главе сделан на развитии и проявлении *третьего внимания*, на *состоянии бытия*.

Книга «Путешествие с Силой» откроет вам путь к тому, чтобы стать более сильным и путешествовать, в полной мере осознавая свою связь с окружающим. Она позволит вам добиться непривычности и подчиниться Силе, руководящей всем, что существует. При этом вы лучше ощутите высшее творение в себе и одновременно научитесь ярче выражать свою естественную индивидуальность. Открыв для себя восприятие, исследуя его, вы обнаружите путь, ведущий к вашему собственному Я. А изучая перспективы



восприятия, его технические приемы, читая о нем, вы обретете средство, которое позволит вам чувствовать больше и лучше в процессе потрясающих исследований человеческого осознания.

Глава 2

Поиск проводника Силы

Как сориентироваться в правильном направлении

Проводники бывают самые разные. Это может быть таксист, который показывает вам незнакомый город, или профессор математики, открывающий самые тонкие секреты математики; накопец, это может быть существо из нефизического мира, которое благодаря «*туннельному эффекту*» сообщит подробности жизни после смерти. Так или иначе, проводники существуют. Лучшие проводники обладают достаточным опытом, чтобы мгновенно оцепить вас и доставить именно туда, куда вам нужно. Их опыт заключается в том, что они много путешествовали по землям, интересующим вас.

Поскольку все ваши внутренние впечатления и возможности, начертанные у этих проводников, тесно взаимосвязаны с их уровнем знаний, основной задачей является найти такого проводника, который с максимальной эффективностью покажет вам красоты и опасности своего края. Найти же проводника, способного научить вас искусству принимать вызов, который постоянно бросает жизнь, и исследовать новые, пешеходные тропинки — это настоящая удача. Поскольку каждый проводник идет своим собственным путем, его способность научить вас тому, как обходиться без проводника, напоминает некий волшебный дар. Каждое утро вы будете открывать этот воображаемый ларец, всякий раз обнаруживая в нем нечто новое и неизведанное. Именно такие чувства таинственности и благодарности возникают во мне, когда я вспоминаю о предоставленной мне судьбой возможности встретить дона Хуана Матуса и учиться у него.

Не забывайте: еще Кастеда напоминал, что Хуан Матус — не постоянное имя этого человека. Дон Хуан потребовал от Кастеды выполнения лишь двух условий — ни его постоянное имя, ни адрес его жилища не подлежат огласке. Я же использую имя Хуана Матуса лишь в продолжение традиции, установленной Кастедой. Одним из условий моего обучения у дона Хуана была необ-



ходимость полностью полагаться на произведения Кастанеды в том, что касается деталей Тропы Толтеков. Книги Кастанеды охватывают период в добрых 20 лет, начиная с того, как Кастанеда пробовал использовать пейот, галлюциногенные грибы и дурман вопиюий, и закапчивая его смутцепием от необходимости общатся с такими же, как он Толтеками — до момента, когда благодаря своему искуству Кастанеда стал воплощением Толтекской дисциплины и знания.

До пачала 1973 года я ничеого не знал о книгах Кастанеды, пока мой старший брат не порекомендовал мне «Путешествие в Икстлан» — третью книгу Кастанеды, выпенденую в свет в 1972 году. Каждая глава этого произведения содержала урок самодисциплины, основанный на учении допа Хуана о том, как искать смысл в нашем мире и за его пределами. Кое-что казалось странным и малопонятым — например, строки о том, как мир соглашался с доном Хуаном при помощи свистка закипевшего чайника. Было и то, что восприималось более значительно и казалось достойным внимания. В целом, освоив все уроки, я добился большого мира и согласия в себе, счастья и благополучия.

В своих книгах Кастанеда описал многие компоненты Тропы Толтеков, а комментарии из личного опыта допа Хуана придали этим описаниям осмысленность. Хотя дон Хуан всегда понимал мои вопросы, по английски он говорил не очень хорошо, так что наши разговоры пикогда не были продолжительными. Он предпочитал невербальное общение — кивок головы, взрыв энергии разума или наполненный необычайной силой взгляд. Нередко его действия казались непонятыми, обретая смысл лишь тогда, когда я рассматривал их запово в глубокой внутренней тишине. Собственно, этот метод позволил мне натренировать свое внимание и привел к тому, что я выучил совершенно другой язык — язык без слов.

За три года до знакомства с Кастанедой я тяжело страдал язвой — эта болезнь возникает лишь по вине самого больного и заключается в том, что организм начинает поедать самого себя. Я месяцами валялся на больничной койке и припимал самые различные лекарства, по это не приносило облегчения. Зато приступив к запятиям, описанным в «Путешествии в Икстлан», я значительно облегчил свое состояние и вскорости практически выздоровел. А ведь до этого приходилось годами обращаться к врачам и глотать самые различные пилюли лишь для того, чтобы



получить временное облегчение! Как видите, мне буквально ничего не оставалось после этого, кроме как ступить на Тропу Толтеков. Позапимавшись некоторое время, я даже ощутил внутреннюю необходимость перебраться в Тусон — и там я лично встретился с допом Хуаном.

Эта встреча стала поворотным моментом в моей жизни. Годы подготовки к тому, чтобы стать Толтеком, теперь принесли результат в виде учителя, и это еще больше отдалило меня от привычного образа жизни.

Я вырос в семье военного, и к моменту, когда возникла необходимость определиться в жизни, я без колебаний решил пойти в армию. С тех пор я не ведал иной жизни, кроме походной. Таким же естественным показалось мне стремление воевать во Вьетнаме — ведь чувство долга перед страпой было у меня буквально в крови. Однако вскоре после прибытия во Вьетнам я пережил потрясение, односторонне сменявшее мой жизненный путь.

... Транспортный самолет наконец приземлился в Даланге. Мы с товарищами не спали двое суток и чувствовали себя совершенно измотанными. Вдобавок к этой усталости, в первую же ночь наш лагерь трижды обстреливали из минометов, причем во время третьего обстрела одна из мин попала в склад, где хранились баллоны с ацетиленом. Пламя взрыва было таким ярким, что, казалось, затмило бы и солнце. Взрыв баллонов уничтожил громадные холодильники, где хранилась провизия: двери холодильных камер, сделанные из двенадцатисантиметрового стального листа, выглядели так, будто некий гигант вспорол их громадным консервным пожом. Странно, но некоторые из дверей остались на своих петлях с углами, вывороченными в разные стороны.

В эту ночь что-то необъяснимое, странное внутри меня как бы вырвалось наружу, вызвав жесточайший конфликт у меня в душе. Сейчас, оглядываясь на события прошлого, я понимаю, что причиной этого была чрезмерная усталость, которая позволила мне ненадолго заглянуть в неизведанный уголок себя. Тогда у меня на мгновение не хватило сил на то, чтобы поддерживать нормальную, привычную перспективу — и я на секунду погрузился в более глубокую и только организованную часть своего Я, которая до того оставалась скрытой. Передо мной промелькнул весь мой жизненный путь — и я при этом практически ничего не чувствовал! Пропало ощущение, будто я знал единственно возможную жизнь, по тогда я еще не понимал этого в полной мере.



Несколько лет спустя я все еще был военным и все еще никак не был связан с глубочайшими внутренними чувствами и потребностями моей истинной сущности. Собственно, проблема не сводилась именно к военной жизни — просто мне еще предстояло узнать, что путь военного человека не был тем путем в жизни, который позволил бы мне выразить самое сокровенное в душе. Лишь в третий раз оказавшись в госпитале из-за разыгравшейся язвы, я начал поемному задумываться над новой жизнью.

Сосед по палате, который лежал на койке пижного яруса, дал мне почитать несколько книг по восточным религиям, в основном по буддизму. Под влиянием этого нового для меня интереса я прочел и о других эзотерических системах — в частности, о йоге и суфизме. Позже я узнал, что подобные направления избрали и некоторые секты в иудаизме и христианстве; при этом я обнаружил, что все они стремились, по меньшей мере, к одной главной цели, заключавшейся в развитии осознания. Какими бы ни были различия между отдельными философскими течениями и методами, этот общий момент оставался неизменным.

Наконец, мой брат принес мне книгу «Путешествие в Икстапан». Я читал ее целый год, так как через пару страниц ловил себя на том, что не могу сосредоточиться на словах. После каждого такого «сеанса чтения» я чувствовал себя по-хорошему усталым; закончив же книгу, я вдруг заново перечел ее — на этот раз буквально за два дня. Хотя меня не покидали сомнения о том, стоит ли отказываться от давно избранного жизненного пути, я никогда не подвергал сомнению ценность прочитанного, ибо оно казалось мне совершенно естественным. Запавшись описанными в «Путешествии» практиками, я постепенно уменьшил неприятные ощущения от моей язвы.

Например, я емного поэкспериментировал с «бегом силы», и этот метод позволил мне как-то почью совершенно свободно пробежаться по пересеченной местности. В обычном состоянии такой «подвиг» показался бы мне чем-то «уж слишком», поскольку это никоим образом не вписывалось в привычную, и потому изученную схему реальности. И все же меня не покидало смутное желание попробовать. В то время я жил в пригороде Клиэрвотера, во Флориде, так что в отличие от Кастанеды, я не мог разучивать эту технику в пустыне. Так или иначе, я прилежно искал подходящие темные и безлюдные пустыри. Темпота была необходима, чтобы я не мог видеть, где и куда я бегу. В идеале, местность должна была



быть бугристой, с обилием нор и покрытой высоким разнотравьем. Во всяком случае, я вообразил, что если взаправду собираюсь испытать приведенные в книге рекомендации, то должен подобрать себе подходящую местность.

Обнаружив то, что нужно, я немного стигбался в пояс, сохраняя спину прямой. Руки я держал совершенно прямыми параллельно позвоночнику, жестко зафиксировав локти. Во время бега я высоко поднимал колени, передвигая ноги короткими шажками в ритме стаккато — я обнаружил, что подобная техника лучше всего подойдет для случая, если придется наступить на какой-нибудь камень — тогда я не вывихну себе лодыжку. Чтобы дополнительно укрепить голеностоп, я надевал жесткую обувь. Поначалу я бежал короткими рывками, внимательно следя за тем, чтобы не попасть в какую-нибудь пору. Конечно, мне следовало бы полагаться на другие формы восприятия; однако я часто напрягал зрение, стараясь высматривать путь обычным для человека способом (надеясь на то, что свет фар проезжавших недалеке автомашин поможет мне). Но даже с такими предосторожностями я неоднократно подворачивал ногу, спотыкался и падал в течение первых трех недель моих каждодневных занятий — правда, никогда это не вызывало более серьезных последствий, чем пару пустяковых царапин. Как-то перед началом очередной моей ночной пробежки я решил избавиться от всех страхов и предосторожностей и внезапно ощутил, как из моей груди рвется наружу колоссальный поток необычной энергии. Я как бы слился воедино с почью. Первородная жизненная энергия наполнила все мое тело — и я помчался через почву, легко касаясь перовой земли. Я инстинктивно ощущал, где нужно свернуть налево, где — направо, чтобы не угодить в очередную пору; тело знало, что оно неуязвимо, пока в нем непрерывно течет этот энергетический поток. Постепенно физическое зрение становилось все более пелужным.

Я обнаружил, что для поддержания этой энергии в себе мне необходимо освободиться от любых мыслей (или хотя бы «заморозить» их на время), чтобы тело могло беспрепятственно ощущать почву и темпоту вокруг. В дальнейшем я испытывал «бет силы» на лесистых отрогах национального заповедника Большой Каньон, на скалах Мэна и в пустыне Аризоны. Как оказалось, пустыня таила в себе опасности, о которых я даже не подозревал. Во-первых, в случае травмы мили песка отделяли меня от возможной помощи. Во-вторых, сказывался непривычный ландшафт, состо-



явший из скалистых обрывов, нор, грязевых холмиков, странных растений и животных. Добившись максимальной осторожности, я буквально за несколько минут восстанавливал привычный поток энергии в себе. Думаю, что пикогда ранее мне не удавалось достигнуть такого уровня отстраненности, как это было в Мэне или в Большом Каньоне. Иногда возникало ощущение, будто я растворяюсь в почве и по земле летит лишь ступок чистой энергии, свободный от какой-либо физической формы.

Однажды несколько моих приятелей попросили меня научить их этому искусству. Ночью мы вышли прогуляться; дело было за городом, и места вокруг были холмистые. Выбрав более-менее ровную площадку, я построил их в ряд, плечом к плечу и продемонстрировал им положение тела при беге и сам бег. Друзья приступили к запятию с превеликим удовольствием и шутками, добившись кое-каких успехов в новом предприятии. После двое из них подошли ко мне и сообщили, что в какое-то мгновение я на бегу исчез из виду, как бы растворившись.

Судя по всему, павыки «бега силы» все же требуют регулярной, постоянной тренировки. Не так давно я отправился в Сан-Диего, чтобы обсудить свои выводы и впечатления с Барри — фермером, участвовавшим в моем семинаре в Лос-Анжелесе. Барри искренне стремился познать более тонкие аспекты необычной реальности. Я решил, что поскольку «бег силы» не слишком распространен, он явно произведет впечатление на Барри. Я не занимался этим бегом уже несколько лет, но тем не менее был уверен, что это искусство до сих пор живет во мне. Владения Барри граничили с песками пустыни — место для демонстрации было создано самой природой. Показав ему исходное положение тела, я рванул вперед, твердо намереваясь поразить его своим умением. Однако, не пробежав и десяти метров, я угодил в небольшую вырытую кем-то капаву; в результате я разорвал брюки и сильно оцарапал ногу. Ошарашенный таким плачевным результатом, я стал наблюдать за попыткой Барри. Хотя ему и не все удалось, Барри смог ощутить необходимую для этого энергию и сказал, что намерен попрактиковаться в «беге силы». На следующий день он рассказал мне, что во время медитации ему явился старик, который сообщил, что походка силы — это отличный метод для прогулок и добавил, что этим совсем не обязательно заниматься по почам. Старик посоветовал Барри научиться высвобождать свою внутреннюю энергию так, чтобы она свободно текла вверх, направляя движения тела. Я



понял, что этот совет безусловно мудр; вместе с тем, полученный урок научил меня не слишком кичиться своими умениями.

Изучая «походку силы», я также попробовал овладеть и другими упражнениями из «Путешествия в Икстлан», такими, как «разрушение повседневности». При этом я исходил из предположения, что разрушение или изменение привычного повседневного уклада подстегнет мое осознание и создаст почву для нового типа восприятия, от которого можно будет отталкиваться в дальнейшем. Я понимал, что это поможет мне выработать новое восприятие мира и, в свою очередь, создаст предпосылки для нового типа поведения. Один из способов «разрушения повседневности» на практике заключался в том, чтобы каждый день изменять маршрут, по которому я шел на занятия. Однако вскорости я обнаружил, что избегая жесткой рутины повседневности, я создаю куда более жесткий распорядок, заключающийся в том, чтобы избавиться от распорядка. Стараясь разрешить эту проблему, я стал чаще пользоваться интуицией. Теперь я мог несколько дней подряд идти привычным маршрутом, а затем неожиданно, по непа�долго изменить его. Все это время мной руководило *ощущение*, которое Толтеки называют еще одним способом восприятия. Развивая это *ощущение* в себе, я научился теснее соприкасаться с жизнью; при этом жизнь превращалась в меня, а не оставалась чем-то лишь относящимся ко мне. Более того, под влиянием успеха в моих новых начинаниях я решительно настроился исследовать Тропу Толтеков до самого конца. Вскоре моей уверенности было суждено пройти испытания.

Осенью 1973 года я, только что уволившись из Военно-Морских Сил США, прозапимался половину первого семестра в моем первом колледже. В это время у меня появилось совершенно необъяснимое стремление отправиться в Колорадо. Поначалу я объяснял это рассказами моих сокурсников, которые успели побывать в этом штате и теперь описывали красоту его природы. Однако время шло и желание стало буквально неукротимым. Тогда, укоряя себя (и одновременно опираясь на бывалый подъем и целеустремленность), я бросил занятия, упаковал вещи в манипу и, попрощавшись с семьей и друзьями, рванул в сторону закатного солнца...

Оказавшись в Колорадо, я исколесил весь штат, не понимая, зачем я здесь и куда мне направиться дальше. Но однажды, пробравшись сквозь лесную чащу, я достиг маленького городка, на-



ходившегося в глубине горного массива Роки Маунтинз. Неподдалеку от города я облюбовал себе небольшой карниз на скале, откуда открывался замечательный вид на окрестности. Разглядывая вершины могучих сосен внизу и сверкающую голубизну неба, я никак не мог сосредоточиться на созерцании отдельных частей пейзажа. Окруженный первозданной красотой, я погрузился в какую-то легкую эйфорию — но тут неожиданно построение изменилось и у меня возникло вполне определенное, невероятно сильное ощущение, что я погибну, если немедленно не покину горы. Как бы подтверждая это, прямо над моей головой пропелся орел.

Вспоминая сейчас тот момент, я отношу возникшее чувство к результату моего детского восхищения красивыми пейзажами. Восхищение окружающей природой лишило меня эмоционального контроля над ситуацией, так что в результате сила гор могла поглотить меня (во всяком случае, мне так казалось). Как бы там ни было, я решил не ждать, появятся ли в горной чаще тролли с намерением сделать из меня хороший ужин. Я поспешно ретировался, забросил все свои пожитки в машину и уехал прочь.

После моего путешествия на север я решил отправиться в противоположном направлении, чтобы разобраться с обилием полученных впечатлений — и выехал из Денвера по шоссе I-25. В тот же вечер я остановился переночевать в мотеле в Пуэбло, Колорадо. Оказавшись далеко от бескрайних горных хребтов, я расслабился и не чувствовал необходимости спать; чтобы немного отдохнуть от долгой езды, я прилег на кровать в номере, читая журнал. Зачем-то взглянув вверх, я обнаружил некое круглое видение, витавшее в дальнем углу под потолком. Оно двигалось совершенно беззвучно, переливаясь и лучась мягким внутренним светом. Хотя четкой формы это образование не имело, оно казалось достаточно плотным, а блики света напоминали разводы от нефти на воде, образуя некую странную палитру диаметром чуть больше полуметра.

Поначалу моей единственной реакцией было удивление; затем удивительная гостья с быстротой молнии приблизилась ко мне. Восстановив способность трезво оценивать происходящее, я обнаружил, что лежу на полу в добрых двух метрах от кровати, пытаюсь чем-нибудь укрыться. Тут я почувствовал себя совершенно раздавленным и одиноким. У меня не было никакого разумного объяснения происшедшему, и я поспешно покинул мотель. Два



последующих дня я безостановочно мчался во Флориду, останавливаясь лишь затем, чтобы перекусить и заправиться.

Через несколько месяцев таинственная энергия вновь посетила меня. Тогда, направляясь из предместий Мэна в Канаду, я также решил заночевать в придорожной гостинице. Приняв душ, я сел в кресло и занялся медитацией (после того памятного путешествия в Колорадо я весьма неплохо овладел этой техникой). Полуметровый переливающийся шар появился так же беззвучно. Сам не понимая почему, я разглядывал его с каким-то отстраненным интересом. Шар медленно приближался — и тогда я понял, что это проявление моих сомнений в себе и своих силах. Едва ли коснувшись меня, он исчез так же незаметно, как и появился. Хотя сомнение и осталось моим противником, периодически возникающим в душе, с того момента я больше не встречался с таинственной шарообразной энергией.

Незадолго после этого, в самом начале лета 1974 года я уехал из Флориды в Мэн. Когда я учился в местном университете, Кастапеда выпустил свою четвертую книгу; она называлась «Сказки о Силе». Тогда язвенные кровотечения уже прекратились, по временами я еще испытывал боли и дискомфорт. Новая книга, с ее непосредственными объяснениями мировоззрения Толтеков, оживила мой интерес и заставила меня с новой силой погрузиться в исследования себя и окружающего мира. С одной стороны, я с большей ясностью научился воспринимать физический мир с его океанами, лесами, горами и т. д. С другой стороны, мои мечты стали более яркими и интригующими. Но что особенно поразительно — я встретился с доном Хуаном.

Теперь я понимаю, что перед этой встречей я должен был пройти определенный обряд инициации, чтобы быть посвященным в его ученики. Ученическое задание завершается после этапа предварительного обучения, когда новичок знакомится с методами Толтеков, а учитель составляет мнение об ученике. Это задание вызывает у ученика необходимость преодолеть как минимум одно, но зато глобальное смещение осознания. Такое смещение выводит ученика за пределы его привычной реальности, позволяя непосредственно рассмотреть новые возможности восприятия и поведения. Мое задание заключалось в том, чтобы излечиться от язы.

До этого я всегда считал, что единственным средством от этой болезни являются лекарства; в принципе, подобное суждение яв-



лялось частью того мироощущения, которое формировалось у меня с детства. Этому способствовали взгляды моих родителей и друзей; так считали и врачи. Сейчас же я начал понимать, что тело человека вполне послушно воздействию разума. Итак, призвав на помощь всю свою смелость, я решился ускользнуть от судьбы, почувствовал возможность выздороветь. Я решительно выбросил в мусорное ведро все таблетки и поклялся, что никогда не прикоснусь к препаратам, лечащим язву, какой бы сильной ни была боль.

Иногда мне приходилось терпеть из-за всей мочи — но я никогда не нарушил данную себе клятву, ибо она была знаком для дона Хуана, свидетельствующим о том, что я закончил подготовительную стадию в ученичестве и готов идти дальше. Вскоре после отказа от лекарств я впервые встретился с доном Хуаном. Тогда я корпел над книгами, готовясь к экзамену. На мгновение отведя взгляд от учебников, я как-то рассеянно уставился на ковер — и тут мое нормальное зрение пропало! Исчезло! Передо мной не было ни ковра, ни стереопроигрывателя, ни камина — вместо этого возникло светящееся видение лежащего на спине человека. Он был бледным и умиротворенным на вид. Глаза его были закрыты. Тело человека окутывало сверкающее зеленое сияние. Затем зрение восстановилось, и вдруг до меня дошло, что умер отец. По лицу заструились слезы: это была реакция не только на утрату, но и на необычайную силу видения. В то же время какая-то часть меня наполнилась восхищением от этого нового и неожиданного способа восприятия. Несколько позже, поговорив с отцом по телефону, я с облегчением отказался от сделанного было вывода. Лишь много месяцев спустя, переехав в Аризону, я понял, кого я видел в тот раз.

Видение оказалось знаком, подтверждающим, что я выдержал посвящение в ученики. До этого момента я не осознавал, что дон Хуан учит меня. Излечение от язвы стало громадным достижением для меня, драматическим свидетельством того, что жизнь Толтека практически возможна. Еще одним выводом, который я осознал лишь несколько лет спустя, было то, что человеческое сознание способно влиять на сознание других людей независимо от времени и пространства. То видение приоткрыло для меня завесу над совершенно новой формой восприятия, известной, как *видение*. Видение символизирует собой необычное восприятие; сюда относится таинственная тень, которую я видел ребенком, когда топтал, а также волны энергии во время войны во Вьетнаме, радуж-



ные энергетические шары, поселавшие меня в Колорадо и Мэне. Овладев искусством *видения*, человек обретет непосредственное знание ситуации, и это поможет ему правильно истолковывать, или интерпретировать происходящее.

Как и в случае, приведенном к поездке в Колорадо, в конце лета 1975 года у меня возникло сильное желание съездить в Аризону. Во-первых, я ожидал, что во время поездки встречу с учителем-Толтеком (лучше всего, чтобы он оказался таким же знающим, как и дон Хуан). Кроме того, я решил поступить в университет штата Аризона. По прибытии в Тусон в один из первых дней я шел по центральной улице и увидел, что навстречу мне шагает старый индеец. Он двигался с какой-то юной, но вместе с тем зрелой грацией. Индеец был среднего роста, весьма мускулистый, с седыми волосами, зачесанными назад и обрезанными довольно коротко. Он выглядел вполне обычно в своей голубой рубашке и брюках цвета хаки; правда, при этом он разительно отличался от индейцев, которых мне доводилось видеть раньше. Легкая походка, миролюбивая, но вместе с тем решительная осанка привлекли мое внимание. Тогда моя машина находилась в ремонте, и, засмотревшись, я опоздал на занятия. Второпях я перестал глупо тараторчить на незнакомца, отметив про себя, что он мне не так уж не знаком. Индеец же смотрел на меня, как на истукана. Лишь за партой аудитории мне пришло в голову, что именно этого индейца я видел тогда, в штате Мэн. Душа наполнилась легким эйфорическим чувством паники. Я *знал*, что встретился с доном Хуаном. Тут я решил, что обязательно заговорю с ним, если нам удастся повидаться снова.

Пару дней спустя наши пути вновь пересеклись; на этот раз я увидел его у небольшого уличного базара на окраине города. Дон Хуан выглядел совершенно странно: рубашка свободно свисала поверх брюк, волосы на голове были взлохмачены. Индеец покачивался и спотыкался, будто пьяный. Подойдя поближе, я *увидел*, что такое поведение было совершенно сознательным — дон Хуан намеренно двигался, подражая пьяному. Таким образом он заставил меня усомниться, действительно ли он одно лицо с тем, кто явился ко мне в видении. Он безошибочно выбрал цель, памятуя попасть в область моих сомнений. Одновременно он выпудил меня быстро оценить ситуацию. Я сделал над собой усилие и подошел к индейцу (еще раз убедившись, что его неверная походка — лишь игра). Уверенность в том, что я осознаю ситуацию,



пересилила мои сомнения, хотя и не помню. Я вяло промямлил что-то в знак приветствия. Индеец взглянул на меня так, будто я совершаю ужасную ошибку. Песколько секунд я был не в состоянии отвести глаза. Тело пепнуло мне, что я прекрасно понимаю происходящее. Правда голос разума, находившегося в поисках осмысленных слов или действий, совершенно сбил меня с толку. Повернувшись, я медленно отошел.

Я с испугом чувствовал, что не смог обратиться к нему напрямую и что мне не удалось воспользоваться полным знанием происходящего. Удаляясь от индейца, я слышал в голове молчаливый крик его голоса: «Оставь свое чувство собственной важности!» И тут я все понял. Главное препятствие, не позволившее мне прямо обратиться к индейцу, заключалось не в моих сомнениях, а в боязливом нежелании глупо выглядеть со стороны. И именно пытаюсь избежать этого, я действительно свалил дурака. Тем не менее я не вернул, утешая себя уверенностью в том, что он всегда учил и будет дальше учить меня.

Следующая встреча с доном Хуаном оказалась еще сложнее. Как-то я решил побродить по городу — просто размять ноги, — наслаждаясь теплым ласковым полднем. Завернув за угол, я увидел в дальнем конце улицы дона Хуана. Убедившись в том, что я узнал его, индеец вдруг быстро задвигался, имитируя движения боксера, который напосит удары и уклоняется от атаки. Действия дона Хуана совершенно сбили меня с толку; во мне вновь зародились сомнения: а вдруг вместо дона Хуана я связался с каким-то мошеником, который предпочитает боксировать с тенью на улицах! Совершенно обескураженный и опустошенный, я побрел дальше. В то же время поведение индейца разрушило во мне нечто неопределенное, а его непосредственность, драматизм и умение контролировать себя оставили в моей душе глубокий след.

Большинство наших встреч происходило, когда я выходил на прогулку. Как-то, решив убедиться в том, что индеец — это действительно дон Хуан, описанный Кастанедой в его книгах, я буквально столкнулся с ним на пригородной улице. Индеец также прогуливался. Завидев меня, он остановился и по-хитрому, едва заметно улыбнулся. Я подошел поближе, остановился и спросил, как его зовут. Казалось, мой вопрос пемного испугал его; вероятно, он не ожидал такого. Однако индеец оказался не из путливых: я заметил, как он собрал всю свою энергию в одну линию. «Хуан», — кратко ответил он. Затем он поинтересовался, зачем мне это



пужно, причем я подметил одну страшность: индеец говорил, но его рот двигался не в такт произносимым словам. Я слышал английскую речь, но его губы двигались так, будто он говорил на совершенно другом языке. Казалось, будто смысл слышимых слов доходил до меня благодаря его эмоциональному намерению. Когда я спросил индейца, не он ли учил Кастанеду, он кивнул головой — да — и пробормотал что-то о том, что теперь его оседлал еще один белый. При этом его глаза светились от удовольствия.

Новая встреча произошла, когда я возвращался домой из гостей. Я увидел его в дальнем конце улицы, рядом с небольшим двориком какого-то домишки; дон Хуан нес большое бревно. Рядом с ним шла мексиканка. Тут я произнес его имя. Индеец резко отвернулся и направился на задний двор. Тогда я позвал его. Жепцила вопросительно взглянула на меня, а я в ответ указал на спину донна Хуана. Пожав плечами, она отвернулась.

И тут я увидел, как голова донна Хуана окутывается мощным малиновым сиянием. Я мог видеть очертания его тела, но голова скрылась из виду, уступив место этому яркому облаку. Дон Хуан выглядел, как свеча с человеческим телом. Игнорируя мои призывы, он скрылся за домом. Я понял, что нарушил некое правило, обращаясь к нему до того, как смог оценить ситуацию. Было очевидно, что он ожидал от меня совершенно иного поведения. В страхе и отчаянии я направился к своему дому.

Потребовались годы, чтобы пробраться сквозь чашу моих сомнений и тревог и наконец признать в индейце *того самого* донна Хуана. Лишь тщательно разобравшись в сущности *видения*, усвоив смысл предзнаменований и знаков, указывающих на определенные обстоятельства, вопрошая его, действительно ли он обучал Кастанеду и получая утвердительные ответы на любую форму этого вопроса, я понял со всей определенностью: да, судьбой мне уготовано великое счастье стать учеником донна Хуана — человека, к которому после книг Кастанеды я испытывал глубочайшее уважение. Сверяясь с Толтекским мировоззрением, я накопил достаточно личностной силы, чтобы осознать свою цель — пайти себе учителя. Хотя я и не надеялся на встречу с доном Хуаном, его присутствие максимально усилило неразрывную связь между книгами Кастанеды и моим обучением.

Ко времени нашей встречи дон Хуан развил в себе замечательную способность физически покидать этот мир и возвращаться в него. В моих глазах он был человеком, который переступил черту



привычного понимания живого. С моей точки зрения, он живет в ином измерении, сохраняя свою способность к телесному проявлению у нас на Земле. Он всегда появляется неожиданно, как бы ниоткуда. Сейчас вспоминаю, что каждому его появлению у меня соответствуют два различных впечатления. Первое — *видение* дона Хуана, приближающегося ко мне из неуловимой точки пространственной перспективы. Другими словами, я помню, как он шел ко мне изнутри линии физического горизонта, из точки, расположенной на грани моего восприятия. Второе воспоминание содержит мое *видение* того, как дон Хуан «струится» вниз из светящейся плоскости, как бы по воображаемой лестнице. При этом тело его лучится светом. Когда же оба восприятия пересекаются, я вижу дона Хуана в нашей, физической реальности.

Для меня до сих пор остается загадкой, как и почему я встретил дона Хуана (хотя я не перестаю спекулировать этим, говоря, что причина в моем необычном погружении в мир книг Кастанеды, которое одновременно привело к установлению контакта с доном Хуаном). Я пользовался наставлениями, которые дон Хуан давал Кастанеде, так, будто они адресовались лично мне. Я как бы окутал себя учением дона Хуана и его энергией. В результате же он откликнулся из своего невидимого измерения на мое стремление обрести учителя и направил для этого свою физическую энергию в нашу физическую систему координат.

Фигура дона Хуана всегда захватывала мое воображение. Его рост составляет около ста семидесяти сантиметров. Тело крепкого сложения источает физическую силу и мощь. Лицо его, пожалуй, можно было бы назвать гладким, если бы не глубокие борозды морщин на лбу. За исключением одного-единственного случая я всегда видел его в хлопчатобумажных рабочих брюках цвета хаки, или темно-зеленых, да в хлопковой рубашке. Его отличие больше, чем в чем-либо другом, заключается в его отношении к миру. Походка дона Хуана напоминает скольжение, будто его несет вперед какая-то внешняя сила. Он всегда уравнивает, даже смешивает свою внутреннюю энергию с окружающим миром.

В тот единственный раз, когда дон Хуан был одет иначе, он переоделся в старуху. В тот день я возвращался домой, проведя полуденные часы в центральном парке Тусона, где журчат фонтаны, полно деревьев и иногда играет оркестр. По дороге я обратил внимание на старушку,ковылявшую мне навстречу. На ней было простое платье странного желтого цвета; старомодные кружева



украшали воротник и рукава. Из толпы прохожих ее выделяла именно походка: старуха не столько шагала вперед, сколько перекатывала свои тела с боку на бок. Выглядела она странно, даже грубовато — и все же в ней сквозила женственность. Поравнявшись со мной, она подняла глаза — и я увидел, как во взгляде внезапно загорелась надежда.

Впрочем, каким бы замечательным ни было выражение лица у допа Хуапа, в тот момент я не обратил на это внимания. Как обычно, я шел, погрузившись в свои мысли и сосредоточившись лишь на себе. Лишь много позже я расхохотался, узнав его ужимки. Доп Хуап обладал потрясающим даром перевоплощения, и огонек надежды в глазах подразумевал желание, чтобы я узнал его в ту минуту.

Приблизительно в то же время я познакомился с принципом «доверия к личной силе другого человека». Сила является центральным элементом учения допа Хуапа. Она направляет вселенское созидание; она пронизывает все сущее и соединяет его воедино. Личная сила — воплощение нашей непосредственной связи с Силой. Чем теснее мы связаны с процессом созидания, тем больше в нас личной силы.

Один из способов осознать эту взаимосвязь заключается в том, чтобы пойти свой собственный *Путь с сердцем*. Это включает в себя ежедневное выполнение определенных действий, гармонично сочетающихся с наиболее глубокими проявлениями вашей натуры. Выбрать для себя такие действия очень просто; для этого нужно лишь честно ответить себе: вызывает ли искомое действие опущение силы, мира и радости? В результате вы придете к обнаружению собственных «предпочтений», или глубинных черт. Осознавая на этом, вы найдете «предпочитаемое место», где найдут свое выражение в физическом мире самые сокровенные стороны вашего характера.

Вскоре после переезда в Мэп я обнаружил такое «предпочитаемое место» для себя. Вообще говоря, этот штат очень быстро стал для меня чем-то особенным. В глубине его территории вас встретят пейзажи, полные зелени, озер и рек; с этим отлично сочетается лесистая линия берега и сияя, почти темная вода, в которой отражаются скалистые валуны. Почти повсюду в Мэпе я чувствовал себя спокойно и расслабленно. Однажды я отправился к побережью. Избегая людей, я выбирал самые пешоженные дороги, направляя автомобиль туда, куда звало сердце. Решив поразмять ноги, я



засхал в какой-то тушичок и вышел из машины. Темного времени спустя я набрел на утес. Усевшись на скале, папомипавшей куб с покатыми гранями, я наслаждался прохладным бризом и хрустящим от соли морским воздухом. Я вслушивался в мопотопный шум прибоя, и вдруг пекий голос в моей голове неслыпно произнес: «Это твое предпочитаемое место». Я даже испугался — слова прозвучали как-то пезависимо от моих мыслей, да и вообще от меня. Однако мысль оказалась правильной.

По словам допа Хуапа, это место помогает мне пакапливать личную силу. Часто приходя на утес, я мог создавать там запасы избыточной энергии, включая ту энергию, которую я получал во время уроков. Сливаясь с окружающим пейзажем, я автоматически отдавал скопившуюся во мне энергию ландшафту, а затем, скажем, испытывая ее недостаток, мог прийти сюда и пополнить свой энергетический потенциал. Теперь мне казалось, что я получил свой Толтекский счет, на который могу положить излишек энергии, или наоборот, при необходимости снять его. Действительно, в последующие приезды туда я пачал опупать, что избыточная энергия скапливается в «предпочитаемом месте», ожидая меня. Кроме того, местность вокруг утеса воплочала в себе самые лучшие мои представления о красоте природы. Четкая линия сосеп отделяла лес от пагромождений ледпиковой морепы. Хотя берег был восточным, очертапия бухты позволяли мне подолгу сидеть на утесе и паблюдать, как солнце опускается в воду. Так внешняя сторопа жизни стала совпадать с пейзажем, всегда существовавшим в моей душе.

Еще одним моментом, на который обрапал особое внимание доп Хуап, является *безупречность*. *Безупречность* определяется уровнем доверия к вапей собственной личной силе. Развить в себе *безупречность*, а заодно и личную силу можно, если паучиться действовать, не допуская памеренного произвола. Если вам удастся «отстрапиться» от самого себя, принимать решения на основе иптуиции, применяя метод проб и ошибок (а также проб и безоппобочного успеха) — вы создадите сильную связь с собственной жизнью, окружающим миром и Силой. Благодаря этому вы сможете увеличить свою личную силу.

Говоря о целостности Тропы Толтеков, мы подразумеваем, что все вышеперечисленные приппицы должны работать одповременно и взаимосвязанно. Ко времени моего переезда в Мэп я как раз несколько месяцев работал пад тем, чтобы перевести эти



прищипы в разряд привычного поведения. Как-то вечером, в самый разгар телепередачи о кунфу, я почувствовал неодолимое стремление отправиться па берег, к «предпочитаемому месту».

Вообще-то эта передача была моей любимой, поэтому я пытался досмотреть ее до конца. Но с каждой секундой желание все парастало; тогда я выключил телевизор и отправился в четырехчасовое путешествие к утесу. Я приехал на место где-то в полттретьего почии; припарковав машину, остаток пути до утеса я прошел пешком. На месте я с удивлением обнаружил пескольких незнакомцев. Пара человек стояли на утесе, остальные расположились вокруг. Ночь была очень темная и мне видны были лишь силуэты людей. Не желая оказаться замеченным, я сохранял дистанцию. Вскоре мне захотелось пройтись, и так как почь была необыкновенно темная, я отбросил всякие мысли о том, что меня могут заметить. Я медленно двинулся через валуны — и неожиданно остановился. Мне хотелось добраться до воды, но я был не в состоянии двигаться. Так я стоял неподвижно добрых полминуты. Когда же глаза лемного привыкли к мраку, я обнаружил, что буквально прямо подо мной виднелся провал диаметром почти в три метра. Еще один шаг, и я свалился бы на скалы впизу с десятиметровой высоты.

Каким бы простым (и, вероятно, вполне объяснимым) ни показалось вам это событие, я расценил его как дополнительное свидетельство цепности Тропы Толтеков. Мое тело продемонстрировало свою собственную волю, на опыте доказав мне мою возрастающую связь с новым способом жить в этом мире и воспринимать его. Эту практическую демонстрацию личной силы я воспринял с благодарностью, ибо с этого момента я начал переживать необычные ощущения, которые вырвали меня из капвы повседневности и перенесли непосредственно в мир Толтеков.

Например, одним из проявлений Силы является так называемый «союзник» — пекая нейтральная сила, увеличивающая личную силу человека. На начальных стадиях осознания этого «союзник» проявляет себя весьма неопределенным образом. Моя первая осознанная встреча с союзником произошла в Мэне. Я сходил в кино и вернулся домой довольно поздно. Открывая дверь квартиры, я замер, услышав громкий и резкий звук, будто взорвалась петарда. Через мгновение звук повторился, напоминая выстрел из маленького пистолета. Вдруг неведомая сила толкнула меня изнутри живота, как бы пытаясь вырваться наружу. Тут же после-



довала целая серия стаккато, состоявшая из мелких хлопков; от этих звуков свет померк у меня в глазах... Поспешно закрыв дверь, я ринулся вниз по лестнице и помчался к ближайшему мотелю. Давление под ребрами все нарастало. Я лег на кровать и обеими ладонями сжал себе живот. Постепенно опущение ослабело, и я заснул. Вернувшись на следующее утро в квартиру, я не нашел там никаких признаков вчерашнего происшествия.

В подобных ситуациях, связанных с восприятием ощущений из неизвестной мне реальности, дон Хуан советовал подходить ко всему постепенно. В самом восприятии он всегда различал несколько отдельных процессов. Например, вначале восприятия мы замечаем падение опущения. Если эти ощущения ведут к опознаванию уже известной последовательности, то следующим шагом будет управление ситуацией и применение пугающих знаний. В описанном случае я опустил, как нефизическая энергия различным образом влияет на мою физическую энергию. Я оказался перед необходимостью восприятия элементов, существующих вне привычной мне реальности. Все эти стуки, хлопки и давление изнутри были лишь аспектами проявления «союзника». Не обладая осознанием истинного вида этой энергии, я мог лишь воспринимать ее внешние проявления. Но ведь процессу распознавания предшествует множество ощущений, которые необходимо испытать. Со временем я научился не только распознавать эту энергию, но и немного управлять ею.

К примеру, в Аризоне я иногда совершал ночные вылазки в пустыню; в этих походах меня сопровождал лишь стрекот насекомых да шуршание ящериц. В пустыне я всегда чувствовал себя свободно и легко (если не считать легкого беспокойства по поводу возможной встречи с гремучей змеей). К прогулкам по пустыне меня подтолкнул дон Хуан, который считал, что таким образом я приучусь к самостоятельности и перестану надеяться на него.

Как-то ночью я как раз отрабатывал в пустыне «походку силы». Невдалеке заухала сова, и я остановился, чтобы послушать: совы в этих местах встречались часто. Звук притягивал, завлекал. Для совы, пожалуй, он звучал слишком мягко и мелодично. Совы кричат более резко и «жестко». Тут же создавалось ощущение, будто крик птицы скользит по какому-то туннелю. Звук распространялся круговыми волнами и наконец достиг места, где стоял я. В то же мгновение мое тело без видимой причины напряглось; я почувствовал страх и решил вернуться домой. И тут я услы-



шал внутри себя голос доша Хуаша, который говорил, что мне следовало задержаться подольше, чтобы больше узнать о «союзниках». Это привело меня еще в больший ужас, и я пошел быстрее. Кастанеда так же описывал свой опыт подобных встреч; по я все еще избегал встречаться с «союзниками» лицом к лицу, считая свои опущения плодом разыгранного воображения. Все изменилось, когда я встретился с «союзником», проходясь в обществе другого человека.

Как-то вечером я остановился перед домом одного случайного знакомого: я рассчитывал, что он, возможно, составит мне компанию в подъеме на горы неподалеку от Тусона. Приятель достаточно хорошо знал книги Кастанеды, и мне нравилось беседовать с ним. Два часа мы взбирались по кручам; наконец, мы добрались до горного ручья и решили немного передохнуть перед спуском вниз. Ночь была безлунная, но свет звезд был достаточно ярким, чтобы мы не сбились с пути. Частично тропинка проходила через чащу — и тут за спиной мы услышали треск веток. Обернувшись, мы увидели большого зверя (во всяком случае, силуэт напоминал очертания большого животного размером с взрослого датского дога). Волосы у меня на голове зашевелились, и я ощутил мощный прилив энергии. Теперь позади нас была неподвижной и не издавала более ни звука. Не знаю, заметила ли она, что мы смотрели на нее, но темная фигура начала раскачиваться, делая что-то типа выпадов в нашу сторону. Тут мы решили встать в полный рост и одновременно резко отвернулись от нее. При этом таинственная теперь бесследно растворилась в ночном воздухе. Мы оба видели все происходящее.

Впоследствии союзник принял новую форму. Однажды ночью я прогуливался по берегу, как вдруг мне в голову пришла мысль заняться медитацией. Я сел на песок лицом к океану, метрах в двадцати от кромки воды. Для удобства я скрестил перед собой ноги, держа спину прямо. Как всегда, при виде океана я чувствовал себя легко и расслабленно. Я успокоил течение мыслей, полностью сконцентрировав свой слух на шуме океанского прибоя. Зрительно я сосредоточился на знаке городской черты, который стоял в десяти метрах справа от меня. При этом я попытался никак не концептуализировать ни сам знак, ни песок, ни воды океана, ни скамейки на берегу... Я просто наблюдал существование всего вокруг, никак не связывая логически элементы окружающего мира. При этом я перестал чувствовать, будто «пахожусь на пляже».



Совсем скоро — через каких-нибудь пять минут — я увидел, что знак превратился в фигуру человека; человек направился ко мне. У меня возникло ощущение, что, скорее всего, человек образовался из этого дорожного знака, а сам знак внезапно обрел фантасмагорические свойства. Темпота не позволяла полностью разглядеть человека. Я продолжал медитировать, не пытаюсь убедить себя в том, что незнакомец действительно только что отделился от знака и идет ко мне. Одновременно я никак не воздействовал на свое восприятие приближающейся фигуры — я просто стал невосприимчивым. Человек двигался все быстрее. Когда фигура почти достигла меня, я инстинктивно одним ловким движением вскочил на ноги. Человек тут же исчез, остался лишь тускло поблескивавший в звездном свете придорожный знак.

По мере того как союзник постепенно превращался во вполне определенное существо, которое я условно называл «миротворцем», мое тело продолжало пакапливать эти необычные впечатления. Я вижу союзника в виде маленького и очень яркого шара белой энергии. Хотя у меня нет никаких конкретных сведений о нем, создается впечатление, что этот шар способен умиротворять внутреннюю энергию человека, если союзника направить к конкретному индивидууму. Если я знал, что кто-то из моих друзей болен или неважно себя чувствует, я немедленно направлял туда *миротворца*. Друзья, ничего не зная о моих проделках, звали меня на следующий день и рассказывали, что почувствовали облегчение, что им удалось расслабиться и теперь они в состоянии справляться со своими ежедневными обязанностями.

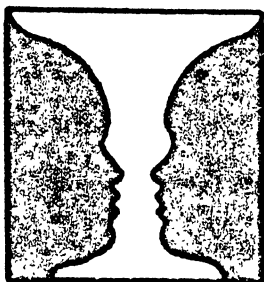
Миротворец — это воплощение возможности управлять союзником, которая, в свою очередь, отражает высший смысл описываемых допом Хуапом трех этапов в развитии общего восприятия. Я прошел путь от почти неуловимых ощущений (вроде тех, что я обнаружил у себя в квартире) к возможности ощущать различные формы (наподобие встретившейся нам на горном склоне) и далее — к способности распознавать соответствующую последовательность, при которой я могу использовать знания, — так происходит с *миротворцем*.

Исследование и использование нефизических энергий (таких, как *союзники*) является еще одной характерной особенностью Тропы Толтеков. Доп Хуап учил меня исследовать нефизические виды энергии, объясняя свои требования с помощью жестов. На случай, если мне не удастся правильно истолковать его намерение,



я мог мысленно воспринимать голос дона Хуана, объяснявший мне необходимые действия. Однажды я вышел днем на прогулку. Завернув за угол, я увидел дона Хуана — он сгребал листья на газоне перед маленьким домом белого цвета. Внешне домик ничем не отличался от трех своих собратьев, выстроившихся в ряд, за исключением разве что того, что цоколь у него был выкрашен в фиолетовый цвет. Увидев меня, дон Хуан направился к пестро раскрашенной садовой тележке и повалился на собранные в кучу листья. Мы немного побеседовали, причем дон Хуан сообщил мне о своем желании, чтобы я обращал внимание на погоду. Попрощавшись, я отправился дальше; пройдя квартал, я услышал внутри себя голос дона Хуана: он советовал мне использовать листву в качестве объекта медитации, так как это хорошо натренирует меня в знаниях о нефизических видах энергии.

Я понимал, что подразумевал дон Хуан: мне пужно было собрать опавшие листья в кучу, а затем, повернув вспять взаимоотношение между кучей листьев и тенью от нее (т. е. взаимоотношение фигуры, отбрасывающей тень, с плоскостью, на которой эта тень образуется), полностью погрузиться в эту тень. Иначе го-



Обратное взаимоотношение света и тени.

С одной точки зрения, фигурой является силуэт белой вазы, а черные лица, глядящие друг на друга, образуют фон. Однако стоит сменить перспективу, как лица становятся единой фигурой, а ваза превращается в фон.



воря, обычно мы, увидев кучу листьев, концентрируем свое внимание именно на листьях, позабыв о тепе. Здесь листья выполняют роль «фигуры», а тепь — «плоскости». Как правило, наше физически ориентированное восприятие наделяет наибольшей значимостью именно листья; соответственно, тепь рассматривается лишь как фон, выгодно оттеняющий листья. Именно поэтому, стремясь разрушить во мне подобную привычку смотреть на мир, дон Хуан и посоветовал мне изменить соотношение и сконцентрировать свое внимание на тепе.

Дон Хуан применял и другие методы обучения. Он считал, что именно его задачей является *обеспечение* моей учебы, и чтобы добиться этого, ему случалось прибегать и к достаточно таинственным приемам. К примеру, одним из способов стимуляции обучения у Толтеков является «метод достойного противника». Достойный противник — тот, кто обладает значительной личной силой и использует ее, чтобы угрожать другому. В самом начале моего ученичества я был достойным противником самому себе — до тех пор, пока я не излечился от язвы. В дальнейшем дон Хуан, заметив, что я расслабляюсь, придумывал конфликт между каким-нибудь человеком и мною, вынуждая меня разрешить его.

Например, однажды он убедил меня в том, что существует одна недобрая женщина, которая задумывает злое против меня. Хотя я ни разу в жизни не видел этой женщины, через какие-то три недели мне казалось, будто я ощущаю, как она витает надо мной, стремясь обнаружить во мне роковую слабость. Я решил посоветоваться с доном Хуаном, и тот сказал, что мне следует поискать кристаллы кварца, чтобы потом сделать из него кристалл силы. Очевидно, что если женщина действительно задумала покуситься со мной, ей так или иначе придется явиться передо мной в своем физическом обличье — и тогда я пивырпу в нее наполненный моей энергией кристалл в попытке повернуть вспять волну зла.

В один из дней, когда я с особой силой ощущал присутствие моей педоброжелательницы, я бросился в пустыню на поиски кварцевого кристалла. Несколько часов кряду я рыскал по песчаным барханам — все было безрезультатно. Жара была невероятная, а захватить с собой воды я не догадался. К полудню я почувствовал, что силы на исходе. И тут на ум пришло Толтекское правило: если хочешь что-то найти, просто позволь своему телу двигаться в направлении, которое оно найдет пужным. Я изменил



тактику и в течение получаса обнаружил кварцевую друзу, подпавшую из растрескавшейся глинистой почвы. Только я наклонился, чтобы отколоть несколько кристаллов, как услышал в голове неслышимый голос дона Хуана, возмущавший, что испытание закопчено. Оказывается, он так манипулировал моим восприятием, что я на самом деле ощущал присутствие дьяволицы. Из-за этого я был воистину вынужден искать кристалл. Больше всего меня поразило то, что я ведь знал: такой же прием дон Хуан использовал и с Кастанедой — и тем не менее я так и не догадался о закулисных маневрах учителя и попался в ту же ловушку!

Так как дон Хуан никогда не разрушал окружающий мир без достаточно уважительной причины, он успел развеять паваждение прежде, чем я от огорчения успел разбить кристаллы кварца. Такое неизменное уважение к окружающей среде было основным элементом, позволявшим создавать самые различные ипостаси дона Хуана — просто ли человека, или Толтека, — причем каждый образ органично дополнял другой. По-человечески он обладал мягкостью, которая проявлялась в нежелании нести смерть всему живому, даже самому чахламу стебельку, кроме случаев, когда дон Хуан знал, что это необходимо. Как Толтек, дон Хуан постоянно творил маленькие чудеса. Как-то он сменил цвет своих обычно карих глаз на голубой. В то время я как раз учился владеть собой, чтобы избежать малейшей возможности повторного заболевания язвой, так что подобное проявление физического самоконтроля значительно укрепило мой интерес к занятиям.

Учение дона Хуана во многом повлияло и на мой мир снов. Например, он неожиданно явился мне в одном из снов, полностью изменив фокус моего тогда еще неопределенного *сновидения*. В моем сне я видел, как дон Хуан едет на велосипеде вдоль витрин супермаркета. Стоило мне узнать его, как мгновенно возникло ощущение, будто дон Хуан выманил мое осознание из физического тела, переманив его в мир *сновидения*. Затем картина сменилась; я оказался в лесной чаще. Рядом змеилась река. Я пытался бороться с этим новым ощущением, но тут вновь увидел дона Хуана и немного расслабился. Практически одновременно с этим через весь сон, радугой изогнувшись над рекой, мелькнула сверкающая многоцветная фраза «Второе Кольцо Силы». Стало быть, тогда дон Хуан поделил реку символическим значением, способностью олицетворять *сновидение*; эта способность была известна многим Толтекам как второе кольцо силы, или *второе внимание*.



Еще большее значение как инструмент восприятия *второе внимание* обрело с момента, как в мои *сновидения* стал являться лично Кастанеда. В одном из снов он просто официально представился мне. Тогда он был одет в классический костюм-тройку, белую рубашку и галстук. Паряд символизировал чистоту и безупречность Кастанеды в первом кольце силы, также известном как *первое внимание*, порядок и устройство, ассоциируемые с физическим миром. Таким образом Кастанеда хотел продемонстрировать мне, что он уверен в себе, спокоен и вообще «в порядке».

В другом *сновидении* я видел, как Кастанеда прохаживался недалеко от высокого и мощного дерева. На нем была пакидка-серапе и сомбреро. Этот сон оказался более жизненным и ярким. Кастанеда присел под деревом, затем полностью погрузился в свое *второе кольцо силы*. Я увидел, как его тело внезапно засветилось, превращаясь в громадный сверкающий шар. В этот момент во мне внезапно пробудилась некая неизвестная сила, и я почувствовал, как энергия внутри моего физического тела начала перетекать в сон. Инстинктивно застопив, я проснулся. В этот раз Кастанеда весьма убедительно продемонстрировал мне свою способность управлять *вторым вниманием* и показал мне базу для сравнения двух ипостасей существования.

Моя последняя физическая встреча с допом Хуапом произошла в тот день, когда я ехал по окраинам Тусона. Тогда доп Хуан направлялся в центр города. Движение не было оживленным, так что я остановился прямо посреди дороги и окликнул его, предложив подвезти. Он отказался и вытянул руку вперед, показывая, что идти ему совсем далеко. Тогда я крикнул: «Надеюсь, увидимся позже!» Улыбнувшись мне в ответ, он махнул рукой. В тот день я впервые не почувствовал того огромного волнения, которое я обычно испытывал видя его или приближаясь к нему. Как странно, пропало и острое ощущение нашего контакта. Через несколько недель я уехал во Флориду, ибо мне сообщили о болезни одного из близких родственников.

Расстояние между Аризпой и Флоридой выпужденно сделало меня более самостоятельным, и все же доп Хуан продолжал влиять на мою жизнь. К тому времени я очевидно подошел к концу моего десятилетнего ученичества. Пришло время получить Толтекское задание, которое подтолкнет меня к дальнейшему росту и заставит применять полученные знания и навыки.



Вскоре после моего приезда во Флориду в одно жаркое и влажное летнее утро я почувствовал необходимость отправиться к югу. Все мои пожитки еще не были разгружены из пикапа, и я опасался, что уеду безвозвратно, понимая, как много возможностей таит для меня эта ситуация. Проехав с десяток миль, я вновь ощутил сильное желание остановиться и передумать все заново. Я подъехал к автомобильной стоянке у местной церквунки, выпел из машины и, не закрывая ее, побрел на запад. Проходя мимо каменной ограды местного госпиталя для ветеранов, я вдруг ощутил присутствие дона Хуана. В этот момент я внутренне услышал, что мне необходимо делать: до сих пор пелые мысли очистились, пройдя через некую совершенную призму. Дон Хуан, воспользовавшись чем-то вроде телепатии, неслышно, но явственно сообщил мне, что я должен написать книгу.

Размышляя над всем этим, я не мог избавиться от самых страшных мыслей. Я должен был отправиться пешком из Флориды в Коннектикут и там самым волшебным образом меня должен был встретить кто-то, кто поможет мне завершить задание. Эти мысли никак не увязывались в моем сознании с доном Хуаном. Но даже осознавая всю внешнюю абсурдность ситуации, я чувствовал, что все это очень правильно и своевременно. Итак, я вернулся на главное шоссе и пошел на север. Я шагал остаток дня и большую часть ночи.

Уже на закате я почувствовал себя истощенным как физически, так и морально. По сторонам дороги начали возникать видения, и я действительно *видел* их — песколькох лепреконов, громадную рыбину, которая превратилась в обезьяну, человека с деревянной ногой... Деревья превращались в танцующих человечков, а там, где должна была царить полная темнота, внезапно вспыхивали разноцветные огоньки. Эта какофония восприятия вызвала во мне еще большую усталость; и все же я чувствовал, что необходимо двигаться дальше. За весь день у меня во рту не было даже маковой росинки и я не выпил в эту жару ни глотка воды, так что силы мои слабели с каждым шагом.

Ближе к полуночи я обнаружил заброшенное здание с креслом-качалкой у входа. Я бессильно повалился в кресло. Комары с голодным нетерпением набросились на мои открытые щиколотки, но у меня не было сил, чтобы смахнуть их — теперь мне уже было все равно и я не обращал внимания на происходящее. Я был настолько изнурен, что решил: что будет, то и будет. Устало погля-



дывая на шоссе, я вдруг увидел картину, как бы нарисованную поверх кроп деревьев. Я увидел фигуру-тень человека, сидящего за пиंपуцей машинкой. Мистическое изображение возвышалось к небу; от земли его отделяли добрые пятьдесят метров. Огоньки, мерцавшие ниже гигантской пиंपуцей машинки, освещали еще одну фигуру: человек в цилиндре и с тросточкой тапцевал на сцене. Я внимательно разглядывал все это еще за секунду до того, как провалиться в сон, и понял, что увиденное символизирует паставления допа Хуана о том, как мне следует писать книгу и что рассказать в ней следует о Тропе Толтеков.

Как и в первую ночь во Вьетнаме, усталость перенесла меня от повседневных забот на более глубокий уровень самоосознания. Тогда Вьетнам забрал у меня одну жизнь; теперь же новый эпизод вернул мне ее. Иллюзорные видения очистили мое зрение. Возможно, все это произошло потому, что усилия при ходьбе убрали во мне все папосное и печистое, очистив и обповив мое зрение. Но важнее всего было то, что теперь я знал, какую жизнь мне строить. На следующее утро я проснулся еще до восхода солнца. Усталость все еще опущалась, но теперь к ней присоединилось глубочайшее умиротворение. Сменивший с дежурства дорожный патрульный согласился меня подвезти до дома моего друга, где я умылся и привел себя в порядок. Немного погодя я нашел свой пикап.

Испытанные мной иллюзии явились лишь отражением стимуляции необычного восприятия, вызванной чрезмерной усталостью. Мое привычное осознание исчезло, выпустив наружу необычное осознание. Теперь же это необычное осознание спроецировало себя на окружающий мир, и мне казалось, что я смотрю непрерывающийся фильм в летнем кинотеатре под открытым небом. Я вырвался за привычные рамки восприятия и смог прикоснуться к необычной реальности. Хотя происходящее частично выглядело хаотичным, в конце концов мне удалось собрать мои видения в целостную картину, осознав, что они непосредственно связаны с инструкциями допа Хуана. В результате я обрел некоторую способность управлять происходящим и понял его смысл. Если бы я не узнал истинное предназначение видений и не понял их ценность, в лучшем случае это осталось бы в моей памяти как галлюцинации; в худшем варианте я, пожалуй, считал бы их проявлениями психоза. Так или иначе, благодаря тому, что мое осознание преодолело определенную границу, я смог навсегда избавиться от условностей обычной реальности.



Через несколько месяцев после этого похода и где-то за год до окончания моего ученичества я восстановил добрые отношения с представителями Роки Мауптинз и получил новое имя. Как-то мне позволил знакомый и спросил, приходилось ли мне папевать ман-
... Мане Падме Хум»? Я ответил, что использовал ее пару раз и собираюсь это проделать также сегодня вечером. Произнеся мантру пять или шесть раз, я столкнулся с видениями: я *видел* небольшую гору, окруженную черпотой; по внешнему краю черпота окаймляло яркое свечение. Видение выросло в размерах, при этом черпота начала постепенно превращаться в свет. Затем очертания гор исчезли и появилось перо орла. При этом я чувствовал, что передо мной — мое новое духовное имя. Как только я понял это, видение исчезло; передо мной возник дон Хуан. Сурово взглянув на меня, он сломал перо. Воспользовавшись намерением *ощущения*, я спросил его, что это значит. Ослушав его ответ, я истолковал его, как *сломанное*. И вновь с помощью *ощущения* я спросил, правильно ли я понял увиденное. Дон Хуан утвердительно кивнул. Затем передо мной появился орел, из оперения которого вылетело перышко. Тут я спросил дон Хуана, значит ли это, что мое новое имя звучит, как «Сломанное Орлиное Перо»? И вновь — утвердительный кивок. Затем дон Хуан сделал движение рукой, почти сведя вместе большой и указательный пальцы. Я понял, что мне разрешено сократить слово «сломанное» до второго слога¹. Вот так я получил свое новое имя. Кроме того, дон Хуан сообщил мне, что по желанию я могу использовать «Кеп», как собственное прозвище. При этом я почувствовал, что могу спокойно возвращаться в Роки Мауптинз.

По окончании ученичества я юридически оформил смену имени и с тех пор не жалею об этом. Вероятно, гораздо важнее то, как я получил мое новое имя: мои ощущения и видения, связанные с этим, явно указывают, что я перешел на следующий уровень. Установив для себя значимые цели в физической жизни, или моем *первом внимании*, полностью исцелив себя, я подготовился к переходу во *второе внимание*.

1 Broken (англ.) — сломанный; отсюда второй слог «Кеп», соответствующий также сокращенному мужскому имени. — *Прим. перев.*



С другой, но взаимосвязанной с предыдущей, точки зрения видно, что едва ли не главной заботой дона Хуапа было обучить меня Тропе Толтеков как ритуалу, дабы освободить мое восприятие. Вступив на эту тропу, невозможно вернуться назад. Постоянное совершенствование вызывало во мне стремление все глубже погружаться в бесконечные поиски дальнейшего развития и зрелости; обстоятельства способствовали этому, так что новый отрезок пути открывался мне именно тогда, когда я был готов к этому. Одним из направлений этого бесконечного поиска было исследование *второго внимания* с помощью востелесных оцуплений (ВТО), являющихся составной частью *сновидения*.

В принципе, ВТО заключается в проекции вапего сознания за пределы физического тела. Испытывая ВТО, вы оцупаете свое второе, нефизическое тело, которое также обладает определенной формой. Например, передко это второе тело состоит из рук, ног, туловища, головы и т. д. Однако оно может оцупаться вами и как светящийся шар, и просто как энергетический сгусток. Поначалу дон Хуап советовал развивать в себе ВТО естественным образом, с помощью спов. Скажем, если вы трепируетесь в умении пайти свои руки во сне, сам сон переходит в светящуюся фазу, то есть вы осозпаете собственное *сновидение* во время *сновидения*. Сон можно постепенно стабилизировать, вводя в него поддерживающие элементы (например, автомобиль, картину, лампу и т. д.). При этом картины сна перестанут беспорядочно меняться, как это обычно происходит. При стабилизации сна возникают ВТО. Собственно говоря, в этом и заключается основное различие между обычным сном и ВТО — если во сне картины и сцены непрерывно меняются, то в процессе ВТО изображение окружающего мира остается неизменным.

Затем необходимо использовать свое *намерение* временпой синхронизации, увязывая отрезок времени, в котором вы находитесь во время сна со временем, соответствующим местоположению вапего физического тела (нужно учесть, что физическое и нефизическое тела находятся в одном и том же временном поясе). Благодаря этому вы сможете *сонастроить* свою физическую и нефизическую энергии. Данное упражнение позволяет лучше контролировать и использовать ВТО. В результате овладения ВТО можно научиться искусству «билокации», которое заключается в способности одновременно осозпавать два мира.



Вскоре после того, как я оставил свою работу в институте Мопрэ, я с помощью биллокации переместился в Нью-Йорк. Я бодрствовал, лежа в кровати — и одновременно осознавал, что гуляю по улицам громадного города далеко отсюда. Свои способности к восприятию и управлению ВТО я развивал годами, поэтому меня это не удивляло. Оглянувшись, я увидел небоскребы Всемирного Центра Торговли... Возвратив свое осознание в Вирджинию, я оглядел спальню, затем закрыл глаза и вернулся к осознанию своей прогулки по Нью-Йорку. У меня даже возникло ощущение, что в Нью-Йорке я обрел физическое тело, хотя обычно моим излюбленным видом путешествия с помощью ВТО является светящийся шар. Через две недели я сел на поезд до Нью-Йорка, чтобы повидаться там с друзьями. Ранее мне не доводилось бывать в этом городе, и меня повели на импровизированную экскурсионную прогулку. Проходя по центру города, я безошибочно узнал те места, где побывал до этого в нефизической форме.

Еще одной высшей формой владения ВТО является «изменение формы». Например, во время случайных ВТО я вдруг начинаю ощущать изменения и воспринимаю окружающий мир глазами того или иного животного. Несколько раз моя внутренняя энергия преобразовывалась таким образом, что я ощущал себя ястребом: я ничего при этом не видел, но мог ощущать воздушные потоки вокруг себя; фактически, я как бы превратился в часть порыва ветра. Кроме того, я ощущал два уровня силы этого ветра. Первым было обычное, сугубо физическое ощущение скольжения по воздуху. Второе же относилось к нефизической энергии, которая, казалось, и создавала ощущение первого типа. Я чувствовал, будто воздушные потоки зарождаются в этой невидимой энергии и поддерживаются благодаря ей. Летая и пикируя под небесами, я испытывал необыкновенное чувство подъема и свободы.

Изменение формы может происходить и на уровне *первого внимания*. Так, доп Хуан пользовался этим, когда являлся передо мной то в облике бродяги, то в виде человека-свечи, то перевоплощаясь в жепцину. Помимо непосредственных результатов, упражнение на изменение формы создает дополнительную возможность соединить вашу личную энергию с остальным миром. Увлекательные, подчас странные ощущения открывают дорогу к более глубокой связи вашего Я и окружающий среды. Испытывая на себе изменение формы, крайне трудно не потерять хотя бы часть своего ограниченного, эгоистически настроенного самосознания



ради возможности запово определить свое место в мире. Ведь именно таким образом вы сможете опутить себя как неотъемлемую часть нашего мира.

Хотя ВТО и изменение формы, безусловно, свидетельствуют о личном росте на пути к самосовершенствованию, все же наиболее сильным в учении дона Хуана — можно даже сказать, его самым ценным даром — стала сама возможность узнать его самого. Он оказывал наибольшее влияние на меня именно как ролевая модель — не в смысле того, что он требовал от меня особого поведения, но потому, что я использовал его как наглядный пример гармонии и равновесия. Его решительная натура уступала лишь грациозным и уравновешенным усилиям слиться с окружающим миром. Глядя на физическое тело дона Хуана, я смещал свое восприятие и *видел* светящиеся линии, которые напоминали толстое стекловолокно для оптической связи и казались очень плотными, сплетенными в единую сеть. Я также *видел*, как эти светящиеся линии, выходя из тела дона Хуана, соединялись с такими же волокнами, окружающими тело извне. При этом дон Хуан казался стопроцентной индивидуальностью, и вместе с тем он полностью принадлежал внешнему миру. Так что в те мгновения, когда я задавался вопросом о пути своего развития, или наткнулся на, казалось бы, непроходимую стену, мне было достаточно лишь вспомнить о человеческом присутствии дона Хуана в этом мире, чтобы в полной мере оценить его учение.

Дон Хуан создавал свое учение для того, чтобы стимулировать, усилить восприятие. Он требовал, чтобы я терпеливо изучал различные формы Тропы Толтеков, чтобы лучше разобраться в этих формах и научиться их применять. Например, вот один из способов изучить в деталях, что такое корпорация: можно прочесть множество книг и журналов по бизнесу, начиная с совершенно элементарных, и при этом постепенно продвигаться по лестнице карьеры. При этом каждый достигнутый уровень нового опыта будет приносить вам больше информации и вы будете получать все более полную и четкую картину работы корпорации, увеличивая свою осведомленность и силу. Точно так же и дон Хуан использовал свою личную силу для создания ситуаций, которые приводили меня в мир еще неизведанных Толтекских реальностей. Со временем я освоился в этом мире. Достижение внутреннего равновесия и здоровья, манипуляция собственным восприятием с ис-



пользованием ВТО и союзников — все это были лишь первые шаги, за которыми последовало множество других.

Дон Хуан также научил меня, что с помощью особой манеры поведения я могу развивать собственное осознание, утверждая силу своего знания. Ступеньками к развитию эмоциональной и интеллектуальной техники «несистемности» — этого основного элемента Тропы Толтеков — стало уменьшение чувства собственной важности, отказ от повседневной рутины и походка силы. Несистемность представляет собой умение сохранять равновесие в оценке ситуации без намеренной интерпретации последней. Представьте, например, что вы завтракаете в ресторане. Вдруг в зал входит мужчина в темном костюме-тройке в мелкую полоску, с большим чемоданом в одной руке и элегантным кожаным дипломатом — в другой. Из нагрудного кармана явно выглядывает уголок билета на самолет. Что вы подумаете об этом человеке? Большинство репит, что перед ними бизнесмен, или, может быть, важный чиновник, который собирается в деловую поездку или только-что вернулся из нее. Если же вы будете использовать прием несистемности, то увидите перед собой лишь человека в костюме с чемоданом и дипломатом и с авиабилетом в кармане. Следовательно, вы не увидите бизнесмена, потому что не дадите воли своей способности к интерпретации; вы будете воспринимать человека, так сказать, безоценочно и объективно. При этом действительная оценка ситуации и ваше поведение будут зависеть лишь от вашей способности *ощущать*.

Кто знает, может, перед вами окажется крупный торговец наркотиками. Не исключено, что вы будете совершенно не против побеседовать с бизнесменом, но вам вряд ли захочется поддерживать разговор с торговцем наркотиками. Для обмена информацией интеллект использует символы. Алфавит, дорожные знаки, жесты — все это способы передачи сообщений по цепочке, каждый из которых что-либо символизирует или представляет. Но *ощущение* воздействует на намерение непосредственно, минуя символы. Отказавшись от интерпретации с помощью разума, вы сможете проникать в суть вещей и событий, воспринимая их непосредственно. Это позволит вам расширить свою палитру восприятия и будет способствовать созданию более широкой базы жизненного опыта. Тренируясь в навыках *ощущения*, вы обретете более целостный взгляд на мир.



Использование *ощущения* в сочетании с несистемностью улучшает наши способности общаться с растительным и животным миром. Однажды вечером я отправился на пробежку по пустыне; это было недалеко от моей квартиры, в холмистом предместье Тусона. Плотные облака скрывали луну и звезды. По дороге мне встретился высокий кактус чолла с толстыми и длинными ветвями, густо усеянными колючками. Он был высотой около двух метров и излучал невероятно сильную первичную энергию. Внутренне прислушавшись к этому излучению, я почувствовал страх растения за свою жизнь. На следующий день я вновь посетил эти места: оказалось, что здесь собирались что-то строить и бульдозер только что разровнял довольно большую площадку. Край этой площадки находился всего в шести метрах от кактуса. Из этого я заключил, что кактус осознавал предполагаемое разрушение растительного царства и чувствовал, что сам рискует погибнуть. Через пару недель под строительство попала и та площадка, где рос уже знакомый мне кактус.

Вскоре после моего возвращения во Флориду мне довелось пережить необычную встречу со змеей. Возвращаясь к себе после обеда, я решил пойти короткой дорогой через небольшой заросший пустырь; мне хотелось полюбоваться листвой. Я шел, полостью полагаясь на указания деревьев, чьи ветки покачивались, как бы направляя меня по правильному пути. В конце концов я оказался в тупике и повернул назад — тут я увидел большую черную змею. Пресмыкающееся перегородило мне путь. Мы оба испугались этой неожиданной встречи.

Я стоял неподвижно и смотрел на змею, которая свернулась клубком вокруг небольшого холмика, напоминавшего заброшенный муравейник. Вот змея медленно подняла голову, пристально глядя в моем направлении, и застыла. Я присел на землю в полуметре от змеи и попытался передать ей свои ощущения. Например, я «рассказал» ей о извечном страхе человека перед змеями, а также сообщил, что не собираюсь причинять ей вред. Вдруг у меня появилось понимание, отчего люди боятся змей: во-первых, это обычно основывалось на возможности погибнуть от змеиного укуса. Потом я почувствовал, что хотя риск погибнуть от нападения змеи в сегодняшнем мире мизигален, отпечения между человеком и змеей памертво впечатались в наш разум много поколений тому назад и в результате жизненного опыта и эволюции превратились в инстинкт. Вся эта информация пропеслась у меня



в голове в одно мгновение; она ничем не напоминала мой обычный ход размышлений. Я подумал, что, вероятно, все эти рассуждения передала мне змея.

Тогда я постарался выразить свое восхищение неподвижностью змеи, ее строением и искусностью. Затем я спросил змею, отчего кажется, будто люди так отделились от природы? Змеиная голова легко качнулась впиз, и я услышал совершенно беззвучное: «Давай не будем усложнять». И все же, думая о «более светской» беседе, я не мог избавиться от мыслей и образов о том, как же человеку удалось создать себе прочный фундамент, который надежно изолировал его от матери-земли? Отказавшись от мысли продолжать наш необычный разговор, я почувствовал, что мне нравится просто сидеть рядом с этой змеей. Где-то через десять минут я ощутил некую связь с ней, но почти одновременно с этим змея опустила голову на землю и медленно заструилась прочь. Эта необычная встреча стала возможной потому, что я не пытался придерживаться определенного взгляда на мир и никак не интерпретировал свои мысли о правильном мироустройстве. Несистемность позволила мне выйти за рамки обычного мира и войти в новый, чудесный мир.

Кроме того, несистемность дала мне возможность полностью перестроить свою жизнь. Она позволила мне исследовать новые, передко радикально отличающиеся формы восприятия. Распирив крутозор своих взглядов, я достиг нового равновесия и смог встать на путь нескончаемого развития и свершения. Я изучал мир дона Хуана шаг за шагом, пачав когда-то с походки силы, добившись излечения от язвы и, наконец, повстречавшись с союзниками. Каждое из новых ощущений увеличивало мою личную силу; и я накапливал эту силу, всякий раз все полнее понимая сущность Тропы Толтеков.

Наконец, в октябре 1983 года все разрозненные элементы этой мозаики легли на свои места, и мой период ученичества подошел к концу. В то время мое сознание проникло в реальности, совершенно отличные от нашего физического мира. Тогда я участвовал в шестидневном семинаре, который проходил в институте Монро (см. также главу «Идя по дороге из красного кирпича»). Каждый день семинара был непосредственно связан с учением дона Хуана. В последний же день работы все кирпичики его учения сложились в моем мозгу в целостное и величественное здание — и я потерял всякое осознание своего физического тела. Мне каза-



лось, будто мое тело просто исчезло. Кстати, Касташеда также писал, что в конце обучения его физическое тело фактически перестало существовать и он пропик в другое измерение. Были даже свидетели, которые позже подтвердили истинность происходящего. Правда, рядом со мной тогда не было никого, так что могу рассказать лишь о моих субъективных ощущениях.

Когда это произошло со мной, я осознал, что путешествую в совершенно иных измерениях, отличающихся от привычного физического мира. В некоторых мирах я чувствовал себя очень легко и уютно, будто прожил в них всю свою жизнь. Мне встречались светящиеся существа, которые рассказывали, что давно отказались от физической материализации своей энергии. Им довелось пережить уже достаточное количество перевоплощений на Земле и других планетах, так что теперь у них не было ни малейшего желания собирать информацию о мире физических ощущений.

Однако далеко не все миры показались мне разумно устроенными — вероятно, потому, что я не мог встать на их позиции восприятия реальности и был способен лишь наблюдать. В одном из измерений я столкнулся с наполненной парами атмосферой, которая плотным туманом укрывала почву. На этой планете жили существа, похожие на роботов; они выпускали из своих рук направленные пучки энергии, которая достигала определенного партнера на Земле. В другом мире я познакомился с таинственным сообществом, которое было невидимо; тем не менее я мог интуитивно общаться с ним. Мужская часть этого сообщества говорила со мной о различных формах энергии, причем мужскую энергию я воспринимал как указующую, напористую и независимую. Затем я ощутил некое энергетическое смещение — как будто вошел в другую комнату — и почувствовал женскую энергию — гибкую, аморфную, подпитывающую. После мое осознание вдруг сместилось вверх, и там я ощутил, как мужская и женская энергии смешиваются. При этом меня охватило чувство умиротворения, и я понял, что в настоящий момент больше ни к чему не стремлюсь.

Закопчив стадию ученика, я принялся развивать в себе те навыки и ощущения, которые получил за прошедшие десять лет. При этом я регулярно выполнял упражнения и работал со взглядами дона Хуана на восприятие и реальность. Стоило мне закончить обучение, как я перестал ощущать присутствие дона Хуана. Я готов был поклясться, что это было частью его метода обучения — подготовить меня, а затем заставить действовать самому. Но



хотя где-то в душе я скучал по допу Хуашу, все же я чувствовал в себе достаточно сил, чтобы дальше бороться самостоятельно. В конце концов, он показал мне жизнетворный путь, провел меня через все подстерегающие преграды и опасности, дал мне средство, с помощью которого я мог строить свою собственную жизнь как индивидуум и как неотъемлемая частичка этой самой жизни. Еще несколько лет после обучения я развивал и доводил до совершенства свои теперь уже профессиональные навыки. Я изучал литературу, преподавание и бизнес. Благодаря этому я обрел большой опыт в применении знаний Толтека в повседневной жизни.

Непросто пайти новый опыт, заменяющий учителя, который с помощью необыкновенных возможностей лично провел меня через весь цикл обучения. Та критическая часть меня, которая в свое время требовала пайти учителя, теперь настраивала мой разум на путь к цели. Я представлял себе, что высший уровень моего развития определяется лишь моей натурой — и я достиг желаемого. Уже теперь, после этого замечательного опыта общения с допом Хуаном, я часто вспоминаю изречения типа «Учитель появляется тогда, когда ученик готов к этому» или «Чтобы реализовать свою возможность развития, совершенно необходимо иметь учителя с осознанием хотя бы на уровне допа Хуана». Хотя оба утверждения могут показаться истинными, все же вероятно, что человеческое восприятие достигло той точки в своем развитии, когда больше нет необходимости в каком-либо конкретном учителе.

В мире существовало множество допов хуанов, которые поддерживали незатухающий огонь своих традиций, подобно факелу передавая их по эстафете поколений. Теперь же этот факел превратился в громадный костер. Вокруг нас множество всевозможных учителей и инструкторов, которые читают лекции и семинары по самым различным темам, относящимся к личному и духовному совершенствованию. В конце концов, развитие личного осознания за счет многих источников преследует ту же цель, которая испокон веков соотносилась с ролью личного учителя — научиться самостоятельно управлять собой.

В одном журнале я как-то прочел, что просто новый опыт, новое ощущение — независимо от его природы — стимулирует образование новых сигнальных путей между нейронами мозга. Если же мы получаем достаточно много одинаковых ощущений, образуется постоянный путь, к которому мы имеем доступ в любой момент. Следовательно, занимаясь с различными учителями, каж-



дый из которых имеет свои навыки и взгляды на единственную цель — развитие сознания, — мы вероятно сможем в достаточной степени стимулировать свое восприятие, чтобы затем перенестись туда, где нам не понадобится внешний источник авторитета. Другими словами, при условии достаточного опыта мы создаем прочный фундамент для любых своих начинаний, который поможет нам перенестись в совершенно иную реальность. То, является ли наш опыт результатом общения с единственным и совершенным проводником, или приходит от десятка учителей, каждый из которых специализируется лишь в своей области, скорее всего имеет второстепенное значение. Я полагаю, что любой проводник, которого мы используем, вполне хорош — если он может показать нам, что все ответы находятся внутри нас и что мы в состоянии без чьей-либо помощи противостоять тайне бытия. Тогда и только тогда ученик обретет настоящего учителя.

Глава 3

Земля Толтеков

Путешествие сквозь процессы восприятия

Можно сказать, что Толтеки живут в своей особой стране, культура которой в основном направлена на развитие восприятия. Если мы пройдем вдоль границ этой страны, то увидим такие чудеса, как ВТО и походка силы. Углубившись в территорию, мы столкнемся с сокровищем внутреннего восприятия, которое зиждется на основе постоянного развития осознания. Скорее всего, пейзажи этой необычной страны покажутся вам совсем не такими, как те, к которым вы привыкли. Подобно процессу осознания *союзников*, эти новые для вас картины тоже обладают способностью вызывать смещение; они обязательно станут играть с вашей способностью чувствовать. Конечно, это усложняет задачу разведчика, но с другой стороны, вы будете щедро вознаграждены возможностью сравнить одну страну или реальность с другой, привычной вам. При этом вы освободитесь от границ вашей родной земли и будете совершенно свободно парить надо всем. Может быть, вам даже удастся проскользнуть между отдельными реальностями к самому ядру восприятия.

Занимаясь развитием таких Толтекских качеств, как *сновидение*, *чувствование* и *видение*, очень важно обеспечить себе прочный, надежный фундамент — это позволит вам поставить себе целью высшие критерии добра и двигаться по самому правильному пути. Но даже если вы уже позаботились о фундаменте, лишняя минута, использовавшаяся для того, чтобы разобраться в различных подходах к развитию восприятия, лишь даст вам большую свободу. При этом палитра вашей осведомленности станет разнообразнее, так что вы почувствуете себя более уверенно и сможете лучше управлять собственной жизнью. Целесообразность надежного фундамента еще и в том, что он позволит вам определить, насколько правильно расставлены ваши приоритеты и упредит случайное вторжение на те территории, куда вы совершенно не стремились. Короче говоря, хороший фундамент даст вам правильную



ориентацию на пути, и тогда процесс развития восприятия навсегда останется для вас источником радости и волнующих ожиданий.

Создать этот фундамент еще в начале моего ученичества мне помогал дон Хуан. Для этого он едва ли не в первую очередь начал прививать мне новое описание мира — мировоззрение Толтека. Так как по-английски дон Хуан говорил с трудом, я изучал основные теоретические выкладки, дисциплину Толтеков и практические приемы, читая и перечитывая книги Кастанеды. Во время наших кратких бесед и невербального общения дон Хуан подсказывал мне, какую еще литературу мне следует изучить; перечень книг был довольно широк, начиная с малоизвестных трудов по оккультным дисциплинам, а также академических произведений по религии и заканчивая священными книгами крупнейших религиозных течений мира.

Какую бы ориентацию я ни использовал, мои тренировки по овладению техниками расширения осознания с лихвой окупились. Активное изучение различных систем мировоззрений в сочетании с практической отработкой технических приемов дали мне богатый опыт ощущений, который позволил мне продвинуться дальше вглубь себя. Кроме того, я обрел большую ясность в собственном Толтекском технике, ибо теперь у меня было с чем ее сравнивать. Требуя, чтобы я ознакомился и с другими способами и средствами восприятия, дон Хуан уберек меня от полного растворения на Тропе Толтеков; он считал, что мне следует искать равновесия между мировоззрением Толтеков и другими формами взглядов на мир, чтобы я смог прийти к точке «свободного восприятия», находящейся посередине между установившимися видами мировоззрения.

В самом начале моих исследований я открыл для себя множество древних способов развития осознания, для которых было характерно наличие общих элементов. Все эти способы представляли собой систему, науку, или традицию. Вообще все эти старинные системы признают существование одной, первичной реальности, которая соотносится с нашими физическими и нефизическими мирами. Физические и нефизические миры образуют вторичную реальность — отражение обычно невидимой, трансцендентальной, бесконечной реальности. Кроме того, эти системы подразумевают, что хотя бы часть людей сходна (или даже идентична) с первичной реальностью. С этой точки зрения мы всегда сохраняем связь с источником мироздания. Стоит нам осознать



это, как исчезнут всякие мысли об отчужденности, чувство безнадежности и одиночества. Благодаря этому древние системы, указывающие путь к первичной реальности, способны открыть дорогу к эмоциональному, умственному и духовному здоровью. Эти методы образуют доктрины, описывающие суть восприятия первичной реальности, и содержат описания техник, которые позволяют нам опутить это осознание и даже слиться с ним воедино.

Системы, которые изучал я, казалось, предлагали путнику идти к одной и той же цели; однако сами пути отличались цветом, привкусом и даже фактурой. Совсем необязательно, чтобы один путь был лучше другого. Различия могут заключаться именно во влиянии на избранный путь — ведь существуют различные темпераменты, и они требуют специфического подхода.

Например, в христианской традиции используются медитация, созерцание и молитва — как правило, направленные на свет Господень. В сравнении с созерцанием медитация требует меньших умственных усилий. Техника медитации позволяет развить в себе полную внутреннюю неподвижность, поэтому правильно медитировать гораздо сложнее. Созерцание же действует мягко, исподволь; оно как бы навевает восприятие черт выбранного объекта или идеи. Нередко созерцание кажется более простой техникой, чем медитация, хотя оно также способно вызвать интенсивное, направленное внутрь осознание. Молитва искусно создает все более и более глубокие уровни общения; в ней заключена громадная сила, которая особенно проявляется при общении с Богом, Иисусом Христом или иной божественной сущностью.

Символами христианского мистицизма служат распятие, икона и паломничество к святым местам. Распятие воплощает Божественную силу восставшего страстотерпца-Христа. Икона представляет собой изображение, которое символически отображает определенное значение, исторических личностей или события определенных ветвей общехристианского наследия. Например, одна ветвь может особо превозносить св. Франциска, тогда как другая — тяготеть к учению св. Тимофея.

Паломничество к святым местам — это длительное путешествие, часто совершаемое пешком к религиозным святыням. Паломник, как правило, совершает такой поход для того, чтобы исцелиться, или пообщаться со Всевышним, или в ознаменование особого преклопения перед Богом. На пути христианина встречается целый сонм религиозных персонажей, центральной фигурой



которого является Иисус Христос, который выполняет роль посредника между смертным и Богом как воплощением Высшего мирового порядка.

Дзэн-буддист следует иным путем; он ищет возможности утратить себя (*Му*) во имя *Ис*, то есть четкого, ясного восприятия того, что реально имеется в палиции. В определенном смысле дзэн-буддист переступает через религиозных посредников, дабы обеспечить непосредственное общение между своим внешним и внутренним осознанием. Для облегчения достижения цели часто используются пустая комната с белыми стенами и ваза. Последователи дзэн-буддизма упражняют свое восприятие с помощью медитации и созерцания, концентрируя внимание на белой стене или вазе.

В принципе, плоскость стены — отличный инструмент, помогающий открыть или расширить фокус восприятия. Выпустить восприятие на волю очень просто — достаточно лишь расфокусировать взгляд и позволить своему осознанию свободно распространяться во всех направлениях. При этом главное — не сосредоточивать восприятие на том, что ему попадется; этот метод прежде всего основывается на технике непривязанности. А однонаправленность мышления достигается за счет концентрации исключительно на вазе, вместо того чтобы упражняться в расширении пределов концентрации.

Оба подхода — как связанный с расширением концентрации, так и относящийся к концентрации на единственном объекте — направлены на распространение осознания за пределы индивидуального *Я* и его дальнейшее развитие до осознания целого мира. Это позволяет занимающемуся медитацией выйти за рамки установившихся предубеждений и достигнуть точки, где больше не существует ни дуализма (то есть разделение на *Я* и не-*Я*), ни упитарности (когда *Я* и не-*Я* сливаются воедино), сохраняя при этом осознание того, что ни дуализма, ни упитарности нет. Существуют ли эти категории, или нет — именно этот вопрос становится фокусом *внимания* в глазах воспринимающего. С этой точки зрения реальность становится тем, что воспринимается органами чувств в отдельные моменты.

Несмотря на то что история дзэн-буддизма не менее других богата личностями, которые повлияли на развитие этого религиозного течения, многие все же считают дзэн чем-то сухим и стерильным, ибо там нет непосредственной концентрации на



влиятельных религиозных фигурах. Я же пришел к полностью противоположным выводам. Я вижу нечто очень личное в том, что связь, порожденная потерей поверхностной индивидуальности, вызывает потрясающее ощущение, выходящее за рамки этой самой индивидуальности. В отказе от своего Я человек обретает все. Основное в этом — не привязываться к любому ощущению собственной связи с чем бы то ни было, чтобы позволить себе максимально испытать это «все».

Традиционные верования американских индейцев вместо поисков Христа или Му направлены на общение с Великим Духом. Это, конечно, не значит, что от Христа, или Му можно просто отказаться. Вполне допустимо поклоняться Великому Духу по индейским капонам и одновременно заниматься медитациями в христианском или дзэн-буддистском стиле — так же, как можно быть христианином и заниматься дзэн-буддизмом. На индейском пути используются такие символы, как амулеты, ритуальная пляска и исповедание.

Амулеты обладают особым значением. Передко считают, что их дарит Великий Дух — всеобъемлющая сила, которая управляет ходом жизни и в которой существуем все мы. Амулеты способствуют концентрации энергии и, следовательно, восприятия. Это могут быть кампи, шарики, изделия из кожи, части животных (как общеизвестная кроличья лапка «на счастье») или еще что-нибудь, обладающее сверхъестественными способностями согласно культурным традициям использующего эти предметы. Обычно амулеты помогают создавать и поддерживать связь владельца амулета с Великим Духом. Ритуальная пляска применяется для самых различных целей: оттаивания судьбы, прорицания, определения диагноза при лечении больного или определения смысла жизни (наподобие астрологических предсказаний). Перед церемонией ясновидения индейцы часто уходят подальше от людей и несколько дней постятся, чтобы установить связь особого рода — как правило, в виде видения, — которая подсказывает правильный ответ или способ действий.

Каждый из описанных способов служит для выведения осознания за рамки индивидуума; каждый из них подробно описывает и предлагает способы контакта с первичной реальностью; накопец, каждый содержит определенный способ справиться со стоящей задачей. Содержащаяся в этих способах внутренняя сила, или индивидуальность, обеспечивает мощную поддержку процессу



исследования сознания. Все способы, каждый по-своему, общаются с внутренними теплещиями, резонируют с ними, предлагая избравшему путь испытать совершенно различные ощущения и оттенки значений на пути к одной и той же цели. Но несмотря на различие в методах, сами процессы, влияющие на развитие восприятия, остаются неизменными. Так что, какой бы ни была ваша цель: изучить определенную систему знаний, исследовать варианты ВТО или попасть в определенную точку времени и пространства — знание и понимание взаимосвязей между элементами восприятия станет тем фундаментом, который позволит вам уверенно достигнуть желаемого.

Когда вы постигаете необычную реальность и исследуете мировоззрение, призванное помочь вашей связи с первичной реальностью, возникает мощная трансформация. Обычная реальность, как правило, утверждает, что психических явлений не существует, что *сновидение* — это просто нечто, происходящее во время сна, а ВТО — просто плод воображения. Когда же ученик изучает необычную реальность, он сталкивается с новым, гораздо более широким мировоззрением. Часто человек начинает узнавать (и ощущать) такую реальность, в которой случаются необычные психические явления, где в *сновидениях* можно учиться, а ВТО представляют собой совершенную технику и повсеместно распространены.

Внутренняя сила, или характер учения может помочь вам раскрыть свои возможности восприятия — но есть вероятность и того, что она станет ловушкой для восприятия. По мере расширения вашего мировоззрения, у вас может появиться склонность расщеплять расширенный вариант реальности как *высшую истину*. Но если вы ранее считали обычную реальность истиной, то теперь вы понимаете неразумность своего прежнего пути и действительно *знаете*, что высшей истиной является именно необычная реальность. Если все произошло именно так — значит, воспринимая любую данную реальность (обычную, необычную или иную другую) как конечную истину, а не как организованную совокупность впечатлений и интерпретаций восприятия, вы допустили ту же ошибку, что и раньше.

Именно поэтому дон Хуан заставлял меня изучать Тропу Толтеков, но лишь до степени, позволявшей мне балансировать между Тропой и обычной реальностью. При этом я научился самостоятельно выбирать то или иное мировоззрение в соответствии с моими желаниями на данный момент. А овладев способностью



проникать между обычной и необычной реальностями, я смог оставаться открытым для осознания, чего в другом варианте просто не было бы. Такая позиция значительно уменьшает возможность для меня пасть жертвой догмы.

Процесс организации восприятия обладает кумулятивным эффектом, который заключается в конструировании реальности; в процессе же изоляции отдельных черт этой реальности проявляется так называемая «избирательная передача сигнала». Избирательная передача сигнала состоит в акцептировании (или наоборот, снятии акцента) определенного восприятия. Так, например, с раннего детства и до зрелого возраста нас постоянно учат, как и что воспринимать. Родители говорят нам: «Это — стул. У него есть ножки, сиденье и спинка». Кроме того, нам рассказывают о функциональном применении стула. Все это постепенно формирует наше восприятие и настраивает его на определенный путь. В результате каждая часть описания попадает в заготовленную заранее ячейку, и в определенный момент в нашем мозгу словно по волшебству возникает понятие «стул».

Родители, наставники, учителя и товарищи — все снабжают нас информацией, выстраивающей восприятие определенным образом. В нашем сознании образуются своеобразные улицы; а благодаря избирательной передаче сигнала вдоль улиц возникают дома и тротуары. Положительный момент в подобной системе восприятия заключается в том, что мы берем разрозненные информационные блоки и организуем, применяем их, создавая нечто значимое. Аналогично тому как мы создаем себе понятие стула, мы строим и полную картину окружающей реальности.

Цена за эту естественную избирательность выражается в количестве энергии и внимания, которое нас просят (а иногда и требуют) уделить для восприятия определенных свойств и качеств в ущерб остальным формам восприятия. В соответствии с тем же принципом избирательности, применяемым при поиске чего-либо, нас также учат, чего следует избегать. Так, если ребенок рассказывает родителям, что видел, как по комнате летало некое видение, родители, как правило, говорят ему, что это лишь плод фантазии. Точно так же человеку, рассказавшему о востелесных ощущениях ночью, обычно отвечают: «Пустяки. Это всего лишь сон». В результате в своем стремлении к тому, что в вашем понимании является значимым, вы намеренно сужаете или вообще теряете часть вашего осознания. В основном ощущение значимости прив-



носят в нашу жизнь социальные группы, к которым мы принадлежим; так что, стремясь *соинтегрироваться* с остальными членами группы, мы постепенно привыкаем отбрасывать некоторые формы восприятия. Желая принадлежать к этой группе и понимать ее, мы в совершенстве овладеваем пониманием группового варианта окружающей реальности. В наших глазах это выглядит серьезным достижением, хотя за него мы расплачиваемся ограничением собственного кругозора. При этом бесконечная первичная реальность обычно упрощается до размеров конечной, вторичной реальности.

С детских лет мы стоим перед необходимостью активного участия в создании, поддержании и очищении окружающей реальности. Постепенно интерес к кукольным домикам перерастает в интерес к автомобилям, а сам интерес к автомобилям варьируется, начиная от машины друга, взятой напрокат ради свидания в выходной, и заканчивая регулярными выплатами для того, чтобы вовремя поспевать на работу. По мере того как изменяется наш привычный мир, меняются уровни нашего восприятия, значения и ценности. Но по мере того, как меняются значения и ценности, то же самое происходит и с миром.

Шаг за шагом, с помощью сложения и вычитания тасуются элементы нашего мировоззрения, когда вы, создавая для себя целостную картину реальности, ставите эти фрагменты на пущее место, или, наоборот, убираете их. Воспринимаемая реальность определяет наш образ мысли, а образ мысли, безусловно, влияет на то, что вы воспринимаете; точно так же наше восприятие определяет поведение, а поведение, в свою очередь, определяет наш образ мысли. И мышление, и восприятие, и поведение постоянно взаимодействуют друг с другом: например, если правительство во всеуслышание заявит о наличии неопровержимых доказательств существования внеземного разума, мы начнем чаще задумываться об этом. Мы начнем замечать книги и журнальные статьи по этой проблематике и откроем свои уши для дискуссий о внеземных цивилизациях. В результате большей информированности изменится и наше поведение: мы станем думать немного иначе — и это изменит как наше восприятие, так и поведение.

Для того чтобы достичь большего внутреннего понимания этого бесконечного процесса, попробуйте заняться описанной ниже целевой медитацией. Вначале хорошо прочтите объяснение, чтобы в процессе медитации вы чувствовали себя свободно и не



задумывались о следующем шаге. Постарайтесь использовать как можно больше способов восприятия, включая воображение, кинестетические ощущения (т. е. ощущения, поступающие от мышц, суставов и связок), обоняние и слух.

Сцена Четвертая. Действие

Сцена первая: Почувствуйте себя так, будто вы находитесь в поселении американских колонистов. Вы сидите за грубо сколоченным деревянным столом, вдыхая запах жаркого, которое кипит в котелке над огнем. Потрескивают поленья. Столовые приборы и кухонные принадлежности сделаны из дерева и железа. Вы рассматриваете этот срубленный из бревен дом и бедную одежду тех, кто вместе с вами находится в компании. Опустите себя в середине этой цепки и постарайтесь понять, что вам действительно уютно и удобно там, так как вы принадлежите тому времени (если вам хочется создать сцену на свое усмотрение — не стесняйтесь).

Сцена вторая: Теперь полностью отвлеките внимание от созданной сцены. Как при съемках фильма, медленно «отъезжайте камерой» назад; теперь в поле зрения попали простые гипсовые перегородки снаружи от представленного интерьера. Вокруг действительно установлены кинокамеры. Почувствуйте, будто вы находитесь на съемках фильма о временах «Дикого Запада». Вы стоите на съемочной площадке и просто из любопытства наблюдаете за происходящим: жужжат камеры, режиссер отдает распоряжения, а позади стоят помощники, готовые поменять сцену, когда эпизод будет отснят. Рассмотрите актеров в кадре.

Сцена третья: И вновь медленно отвлеките внимание, выходя за рамки съемочного павильона. Теперь вы снаружи и вдыхаете свежий чистый воздух. Посмотрев по сторонам, вы замечаете множество различных постановочных макетов, относящихся к колониальному периоду, современной жизни или изображающих нечто фантастическое. Осознайте, что вы находитесь внутри громадной киностудии. Почувствуйте разницу в ощущениях, сравнивая актерское участие в съемках, наблюдения за процессом съемок просто из любопытства и осознание себя как части громадной студии, где одновременно снимаются несколько фильмов.

Сцена четвертая: Опять «оттяните» осознание назад. Вы продолжаете увеличивать папораму, одновременно поднимаясь над



землей. Теперь вы видите всю территорию студии с высоты птичьего полета и замечаете, что за ее границами нет ничего. Вы висите в пространстве и над вами холодно мерцают далекие звезды; сама студия и люди, вдыхающие в нее жизнь, теперь кажутся вам ирреальными — да и что может быть вообще реальным? Вы продолжаете удаляться назад и вверх, ощущая при этом как в спину входит мягкий, но необычайно мощный поток энергии. Теперь обернитесь и пристально всмотритесь в сверкающее энергетическое поле — в волшебное белое, беззвучное пламя, охватывающее все вокруг.

Действие: Продолжая пристально смотреть на белое свечение, сформулируйте в глубине себя вопросы. Попросите, чтобы вам показали отдельные части, составляющие реальность, процесс образования реальностей; вы хотите лучше узнать вашу собственную реальность и то, как выйти за ее рамки. Осознав эти вопросы внутри себя, полностью освободитесь от всех восприятий, связанных с киностудией, и сфокусируйте внимание на белом свечении. Слейтесь воедино с этим свечением, вместе со всеми вашими мыслями и чувствами. Одновременно выпустите имеющиеся вопросы изнутри себя и почувствуйте, что вы обязательно получите на них вполне адекватные ответы. Одни ответы появятся моментально, другие придут к вам когда-нибудь позже, например во время работы или отдыха. Главное — откажитесь от ожидания.

Как и в других медитативных упражнениях, обращайтесь внимание на любые «сопутствующие восприятия». Сопутствующие восприятия — это то, что вы ощущаете дополнительно, вне поставленной цели. К примеру, в приведенной медитации вы избирательно фиксируетесь на восприятии эпизодов фильма и киностудии; следовательно, это восприятие соответствует цели упражнения. Сопутствующими же будут ваши чувства, внезапно появляющиеся в мозгу образы, внутреннее понимание или сугубо личный, общий «привкус» медитации. Обычно сопутствующие восприятия гораздо важнее целевых.

Скажем, многих нередко совершенно захватывает кажущаяся реальность первой сцены. Отводя в дальнейшем свое осознание назад, люди понимают, что это лишь декорация — и сразу разочарованно бросаются под защиту своих физических ощущений. Сопутствующее восприятие в этом случае поможет применить внутреннее ощущение медитации к жизни. Тогда медитирующие пой-



мут, что в их осознании есть место не одной лишь физической реальности.

Старайтесь запоминать ваши ощущения. Проводите чувственную идентификацию посещаемых мест (это может быть совершенно неповторимое ощущение, связанное с человеком, конкретным местом, или предметом). Позвольте себе вернуться туда, если вам этого захочется. При этом концентрация на эмоциональном идентификаторе определенного человека или места поможет вам направить свое восприятие в нужную сторону. Когда вы вернетесь в состояние бодрствующего сознания, ваши физическая и нефизическая энергии окажутся гармонично *сопоставленными*.

Сегодня многие из нас принимают вызов и перестраивают свою реальность; при этом люди нередко встречаются с проявлением необычных реальностей. Исследование перевоплощения, психических явлений, внеземного разума или общего духовного совершенствования становится новым приоритетом в жизни. Перестроить необычную реальность ничуть не менее тяжело, чем построить обычную реальность. За любым пониманием перевоплощения (или любого другого качества необычной реальности) стоит целая система понятий, с помощью которой мы можем в буквальном смысле построить новый мир.

Ниже я объясню причину столь большого количества возражений, которые можно слышать по поводу необычных реальностей. Стремясь осознать такие понятия как перевоплощение, люди пытаются привязать их к своей системе или модели реальности. Но ведь эта модель определяет восприятие и, следовательно, понимание. В метафизике — философском течении, описывающем природу реального мира — существует множество моделей самой реальности, а также ее компонентов. Скажем, одна система может рассматривать перевоплощение как линейную последовательность, в результате которой определенное существо, обладающее душой, проходит ряд перевоплощений — например, с 1700 года и через 1815-й, 1939-й до 1990 года — с тем, чтобы научиться преодолевать границы физического существования. В другой системе перевоплощение может трактоваться как цепочечная трансформация, при которой души-существа связаны с некоей «сверхдушой» — большим нефизическим образованием, с которым общается каждая из составляющих его душ, или индивидуальностей. С точки зрения этой «сверхдуши» все жизни как события происходят одновременно, так что вопрос духовного роста как следствия



линейной временной последовательности выглядит весьма неоднозначным.

По моему опыту, который основывается на эволюции взглядов и теорий в научном мире, многие люди сегодня расценивают вторую модель как более правдоподобный и совершенный вариант процесса перевоплощения. Однако давайте не будем забывать, что сама истина зависит от точки зрения и что может возникнуть какой-нибудь третий вариант теории перевоплощения, который сделает две предыдущие модели несостоятельными.

Давайте, к примеру, разовьем мысль о том, что все существа возникают одновременно; тогда мы можем предположить, что существует бесконечное количество существ, ожидающих возможности проявить себя с бесконечно многих точек зрения. Теперь предположим, что две «сверхдуши» ощущают одно и то же падшее душой существо по имени Вильви Хатчит (это вымышленный персонаж, который в нашем случае символизирует жепципу — преуспевающего бизнесмена, которая живет на Земле в Нью-Йорке в 1990 году; при этом отметим вероятность того, что где-нибудь в другой вселенной, на планете... скажем, Ксерконе, также находится город Нью-Йорк). С другой точки зрения обе «сверхдуши» могут не знать о существовании Вильви, поскольку на данный момент их внимание привлечено к кому-то другому. Есть и еще один вариант, когда лишь одна «сверхдуша» осознает существование Вильви. Каждая из точек зрения по-своему является фактом. На какую бы точку зрения мы ни обратили внимание, она будет истинной.

Теперь посмотрим, как развивается ситуация дальше: Вильви, которая жутко боится воды, решает заняться изучением перевоплощения. Она думает, что ее страх объясняется тем, что при рождении она едва не погибла из-за жидкости, скопившейся в легких. Однако, исследуя регрессию в своей прошлой жизни, она обнаруживает, что в 1426 году она была рыбаком, который утонул в море. Осознав в полной мере этот факт и желая преодолеть страх, Вильви учится удить рыбу и постепенно уменьшает панический ужас перед водой. Поработав с памятью в своей нынешней жизни, она преодолевает препятствие, сохранившееся из жизни прошлой. В этом случае, если хотите, Вильви переживает линейное движение во времени, начиная с 1426 года и заканчивая состоянием души в 1990 году.



Продолжая заниматься изучением проблемы, она обнаруживает самые различные взаимосвязи с водой. Вместо того чтобы рассматривать свою эволюцию в цикле «рыбак-утопление-страх», Вильви преодолевает обычное течение времени и встречает «сверхдупу», которая занимается изучением всевозможных вариантов соотношения с водой. Эта «сверхдупа» использует время как инструмент для создания различных воплощений в эксперименте с водой; при этом одно воплощение связано с утоплением, во время второго боязнь воды преодолевается. Расширив таким образом свое осознание, Вильви отбрасывает всякие страхи по поводу воды.

Теперь папа героини переходит к изучению следующего жизненного пласта. Находясь в 1426 году, она обнаруживает, что была известной художницей, которая пожертвовала церкви почти все свое состояние, падеясь, что это принесет ей пользу в богатстве иного рода. Теперь же, в 1990 году, Вильви обнаруживает, что занятие бизнесом дается ей невероятно легко; она с готовностью признает это, хотя считает это чем-то загадочным. Намерение избавиться от страха перед водой уже освободило ее осознание, и теперь Вильви готова исследовать причину «легких денег». Еще важнее то, что исследовав несколько различных жизней в один и тот же год, она приходит к заключению, что восприятие любого определенного жизненного пути непосредственно связано с событиями и проблемами ее нынешней физической жизни. Силы и обстоятельства ее нынешней жизни как бы ведут, или фокусируют восприятие Вильви на определенных вариантах жизненного пути, отражающих ее заботы. Родовая травма проникла в само ее существо и оказала воздействие на восприятие и поведение. Стремясь избавиться от страха перед водой, она закрыла для себя ту прошлую жизнь, в которой ей довелось утонуть. Таким образом, с одной точки зрения боязнь воды возникла в результате родовой травмы. С другой — этот страх впервые появился в 1426 году, когда Вильви утонула. Но есть и еще вариант: и травма при рождении, и утопление были частью более глобальных драматических событий, в процессе которых «сверхдупа» просто исследовала качества воды. Разрешив для себя эту проблему, Вильви обретает возможность исследовать свои способности к бизнесу, и это еще больше расширяет ее осознание.

Теперь, обладая результатами исследований и стремясь поделиться своими открытиями с другими, Вильви приходит к вос-



приятию новой кашвы своих прошлых жизней — кашвы, в которой она развивает свои качества воспитателя. Это происходит в 1498, 1601, 1837 и 1941 годах. После столь продолжительных изучений своих прошлых жизней Вильви оказывается более склонной к осознанию того, что все ее перевоплощения происходят сейчас, в вечности настоящего. Это в свою очередь создаст новое осознание, при котором Вильви отказывается от ощущения собственной индивидуальности, сливаясь с безграничной Вселенной. Уже на этой новой стадии осознания она ощущает совершенно иную последовательность прошлых жизней, — затем — еще одну, и так до тех пор, пока она не придет к слиянию со всеми людьми во всех уголках Земли во все времена существования человечества.

И тут у Вильви появляется мысль, что на определенном этапе осознания любая модель перевоплощения становится неверной. По крайней мере с одной точки зрения оказывается, что модели реинкарпации неверно отображают реальность существования. Вместе с тем, отдавая себе отчет в целебных качествах изучения своих прошлых жизней, Вильви понимает ценность и значимость перевоплощения как такового. Пытаясь объединить свои знания о том, что перевоплощение одновременно является истинным и ложным, наша героиня приходит к выводу, что все этапы ее внутреннего понимания являются значимыми и истинными (в зависимости от мироощущения в каждый конкретный момент). Именно это чувство свободы создает предпосылки для ощущения вечности и бесконечности.

Перевплощение — лишь один элемент, или кирпичик, в громадном здании необыкновенной реальности. Вероятно, вы уже поняли, что создание необыкновенной реальности требует больших затрат времени и энергии. При этом сам процесс создания нередко приводит к конфликтам с самыми сокровенными верованиями, хранящимися глубоко внутри, — и тогда неизбежны стычки с другими людьми, или, что еще хуже, возникает непримиримая борьба внутри себя. Судя по моим личным наблюдениям, человек отказывается от совершенно нефункционального восприятия мира во имя нового мировоззрения лишь тогда, когда к этому его подуждает совершенно безвыходная ситуация, в которой он оказался. Хороший пример этому — болезнь. Долгое время, проведенное мною на больничной койке, со всей очевидностью доказывает, что мое привычное мировоззрение не смогло в достаточной степени поддержать даже мое физическое существование.



Изучение традиций духовного совершенствования — таких, как христианство и дзэн-буддизм — послужило для меня мостиком в страну Толтеков, где пустило всходы зернышко моей энергетики, и я действительно расцвел.

Правда, в самом начале моего обучения у допа Хуана я испытывал буквально ужасающее одиночество. Сейчас, оглядываясь назад, я вижу, что тогда я отошел от одного жизненного пути ради того, чтобы воспринять совершенно иной. Воспитываясь в семье военного, я внутренне воспринял армейский взгляд на жизнь, так что поверьте: свернуть с пути, ведущего к безвременной кончине, мне было очень и очень нелегко. Прежде чем обрести новый смысл жизни, мне пришлось пережить время полного внутреннего опустошения. К чему бы я ни обращался — я нигде не мог найти смысла; если не считать немногих друзей, то в этой борьбе за возвращение к новой жизни я чувствовал себя совершенно одиноким.

Кажущаяся бессмысленность окружающего возникла не только в результате необычного образа жизни — она также явилась следствием моих попыток полностью переключиться на Толтекское мировоззрение. Будучи взрослым и вполне сформировавшимся человеком, я был вынужден, как ребенок, учиться всему заново. Каким бы тяжелым ни казался этот мой период жизни, он дал мне одно из весомых и конструктивных преимуществ, которое заключалось в том, что я совершенно определенно понял: единственной, фундаментальной реальности просто не существует. Любая реальность возникает на основе определенной изоляции, концентрации и выработки специфического восприятия. Если возникает достаточное количество взаимосвязанных и обоснованных восприятий, формируется реальность, или мировоззрение. Но даже само понятие первичной реальности служит средством высвобождения восприятия, а не его фиксации.

В частности, я обнаружил, что чем больше мы способны ощущать понятные нам изменения, тем больший смысл и значение приобретают *смещения*. При этом *смещения* более не кажутся нам обрывочными и неестественными. Мы получаем возможность с большей легкостью возвращаться к определенным зонам своего сознания. Подобно тому как в свое время мы научились играть во дворе, не вытаскивая при этом клумбу с цветами, мы учимся возвращаться в определенные места сознания — такие, как осмысление прошлых жизней или *путешествия вне тела*. Ощущая в



себе все большее количество связанных друг с другом *смещений*, мы пытаемся создавать новую капву. Например, Вильви слышала рассуждения многих людей о пропавших жизнях, прежде чем решила сама заняться изучением этого феномена. Поначалу необычные представления о перевоплощении входили в противоречие с привычным мировоззрением Вильви и она отказывалась от необычного. Но при этом зерно изменения восприятия уже попало в благодатную почву и пустило росток. С помощью *сновидений* и проблесков интуиции Вильви начала ощущать некоторые элементы своих пропавших существований. Затем она начала читать книги по этой тематике и общаться с теми, кто знал о перевоплощении; благодаря этому Вильви смогла выработать фундаментальные понятия, с помощью которых можно было исследовать мысли и чувства. *Смещения осознания*, до этого случайные, начали приобретать ясность и смысл. А получив возможность прочувствовать несколько эпизодов из своих пропавших жизней, Вильви осознала их как действительный факт, и это повлияло на ее мировоззрение, изменив его.

Используя этот пример воздействия пропавших существований на пылеющее мировоззрение, задумайтесь над тем, что вы обретете, если будете жить совершенно иначе, изучая свой новый стиль жизни с помощью специальных упражнений, технических приемов и измененного мировоззрения. В результате всего этого ваше восприятие подвергнется полному *смещению*, или реорганизации; возникнет совершенно новая, отдельная реальность. И здесь опять мы сталкиваемся с опасной возможностью совершенно «потеряться» в непривычном мироощущении, когда одна догма заменит собой другую. И все же, соблюдая определенную осторожность, человек вполне в состоянии управлять обоими мировоззрениями, при необходимости сменяясь из одного в другое.

Дон Хуан, помогая мне выработать в себе Толтекское мировоззрение, использовал несколько технических приемов. Я уже писал о том, что он требовал от меня прочесть книги Кастанеды и другие труды на эту тему, чтобы изучить сами основы этого нового мировоззрения. При этом дон Хуан особо подчеркивал, что необходимо добиваться именно быстрого переключения между системами мышления, а не догматического заучивания их.

Важную роль играли и физические упражнения. У Толтеков физическое и нефизическое восприятия настолько сплетены водино, что становятся практически различимы лишь при необ-



ходимости перехода с уровня на уровень. Во всяком случае, дон Хуан одинаково совершенно владел не только своим разумом, но и телом.

Запимаясь в колледже, я жил в холмистом предместье Тусона. В то время автомобиля у меня еще не было, так что на запятая в университет, находившийся в центре города, я ходил пешком. В один из семестров мне пришлось запиматься пять раз в неделю, причем лекции пачинались в семь утра, так что моя прогулка длинною в семь миль пачиналась в половине пятого. Занятия заканчивались к обеду (к этому времени жара на улице доходила до 40 градусов по Цельсию). И мне предстояло проделать то же самое расстояние, но уже по дороге домой. Если в субботу вечером я собирался в кино, то в этом случае мне предстоял настоящий подвиг общей длинною в двадцать шесть миль. Кроме того, я ежедневно проплывал одну милю. Как ни странно, но дон Хуан, которому в то время было уже за восемьдесят, постоянно паводил меня на мысль, что моя физическая форма весьма далека от совершенства. Казалось, будто он передвигается без малейших усилий и физически также крепок, как здоровый тридцатилетний мужчина.

Стоит ли удивляться, что дон Хуан заставлял меня усиленно отрабатывать технические приемы Толтеков? Я мог размышлять над системой Толтеков дни напролет — но лишь непосредственная работа с техниками и упражнениями позволяла освоить и закрепить изученное. Реальное применение системы проясняло для меня смысл отдельных ее понятий, а более четкое понимание, в свою очередь, позволяло оттачивать технику. Многие технические приемы подробно описаны в главах «Несколько советов для путешественника» и «Советы для путешествующих вне тела».

Несмотря на жизненную необходимость упражнений, правильно усвоенные понятия не менее важны, потому что они способствуют направлению энергии по определенным маршрутам или ее концентрации в тех или иных интересующих областях. Ранее я уже говорил о том, что базовым понятием является Сила. Толтеки исторически пришли к пониманию того, что Сила действует извне, выступая той внешней причиной, которая определяет события или поведение. Принятие решения представляет собой весьма тонкий процесс подчинения себя всеобъемлющей силе. При этом совсем не обязательно разграничивать себя и Силу (хотя подобные ощущения нередко возникают). Смысл в том, чтобы принять точку зрения, согласно которой события определяются



Силой высшего порядка. Чтобы представить это, вообразим, что человек является тормозной системой некоего автомобиля, а Сила — эта нога, нажимающая на педаль тормоза. В повседневной жизни мы считаем, что именно усилие нашей ноги приводит в действие тормозные колодки автомобиля, вынуждая его остановиться. Но если посмотреть на это несколько шире, мы обнаружим, что надавливание ступни на педаль тормоза приводит в действие целую гидравлическую систему, которая и заставляет тормозные колодки (в нашем примере — наше поведение) прижаться к тормозному барабану.

Воплощением этого осознания стали Толтеки первого цикла. Именно они создали знание о существовании великой силы, доминирующей над человеческим Я. Из этого осознания затем возникли ритуалы, которые служили потребности Толтеков соединиться с этой Силой и через это соединение установить глубокую связь между собой.

В понимании Толтеков Сила является нейтральной и ее можно использовать как для добра, так и для зла. Наблюдая за Силой, соединяясь с нею, можно научиться направлять ее энергию — точно так же, как физик манипулирует физическими видами энергии, а писатель использует энергию разума. Чрезмерное увлечение Толтеков второго цикла силой вообще и такими элементами Силы, как телепатия и ВТО, создали предпосылки для соревнования, кто обладает большей личной силой. В то время Толтеки еще не знали, что полного осознания Силы можно добиться лишь подчинившись принципу единообразия всего сущего. Эту мудрость привнесли представители третьего цикла, которые отказались от многих вариантов Силы ради развития более тонких уровней восприятия. Вместе с тем, третье поколение признало, что личная сила проявляется совершенно естественно по мере развития осознания и что изначально в этой личной силе нет ничего плохого. Действительно, путешествие вне тела является одной из важнейших Толтекских техник. Но индивидуальный упор на собственную силу в ущерб развитию осознания считается неприемлемым.

Запимаясь усовершенствованием системы, третий цикл запово определил отношения между Силой и индивидуальностью. Этот новый взгляд во многом напоминал современные представления о необыкновенной реальности, вроде «вы сами создаете собственную реальность» и «все, что вы ощущаете, основывается на состоянии вашего собственного осознания в данный конкретный



момент». Подобные кошечции отражают то состояние осознания, из которого и возникает собственно Сила.

Голтеки четвертого цикла признают, что и внутренние, и внешние точки зрения па происхождение и действие Силы являются истинными с позиции соответствующей моменту перспективы. Именно поэтому четвертый цикл стремится уравновесить восприятие этих двух противоположных точек зрения, понимая, что это позволит лучше осознать изначальную сущность Силы — ту сущность, которая превосходит любые точки зрения и описания. Такое равновесие, в сочетании с целью уменьшить заинтересованность в личной силе ради того, чтобы больше узнать о Силе, углубляет осознание, дает новые знания и, следовательно, увеличивает личную силу.

В этом смысле Сила остается нейтральной лишь до определенного предела — предела, начиная с которого развитие Силы требует полного подчинения себя Богу, когда любые мысли о реальном мире растворяются в ощущении создания всего сущего. В этом и заключается истинное значение Силы.

Для Голтеков четвертого цикла Сила была порождением сердца Господа — высшего (состояния) Существа, которое пронизывает собой все сущее, но существует совершенно независимо и само по себе. Бог — это совершенное Существо, не нуждающееся в определении; но все существующее является частью Бога. Это высшее Существо в полной мере осознает себя. Бог прислушивается к существам, создаваемым внутри его бесконечности, ощущает их, помогая каждому создать свое ощущение себя. Поэтому ни один человек не является одиноким в полном понимании этого слова. Все, что нам надо, — это лишь не забывать о существовании связи с Богом.

Хорошим примером воздействия Силы являются предзнаменования. В сущности предзнаменования представляют собой знаки, или указания, возникающие в окружающем мире по поводу этого мира. Когда я только начал заниматься изучением предзнаменований, мне пришлось отказаться от любых положительных и отрицательных окрасок. В самом начале я использовал технику *пристального созерцания*, чтобы научиться ощущать цвета. Я внимательно осмотрел каждый предмет моего гардероба, пытаюсь определить основные цвета и обращая особое внимание на то, как цветовая палитра в одежде влияет на мое настроение в течение дня. Через несколько месяцев я пришел к выводу, что два цвета



следует определенно выделить: зеленый придавал ощущение силы и спокойствия, тогда как от оранжевого у меня буквально волосы на затылке становились дыбом. Когда я практически убедился в том, что подобрал для себя подходящие цвета, я получил подтверждение правильности своего выбора; это подтверждение явилось ко мне в виде предзнаменования. Однажды я сидел на невысокой кирпичной ограде между двумя корпусами университетского городка. Ограда окаймляла своеобразный палисадник, в котором росли несколько деревьев и кактусы. Я перечитывал книгу Кастапеды «Сказки о Силе». Неожиданно мне пришла в голову мысль, что хватит заниматься подбором цветов. Я поднял взгляд и увидел буквально в трех метрах от себя два велосипеда, привязанные друг к другу цепочкой: каждый из них был окрашен как раз в мой цвет. Когда я подходил к ограде, велосипедов явно не было; после же, погрузившись в чтение, я не заметил никого, кто бы мог привязать эти велосипеды рядом со мной. И вот теперь прямо перед собой я видел один велосипед, окрашенный в позитивный, зеленый цвет и другой — в негативный, оранжевый. Стало быть, Сила дала мне предзнаменование, указав на правильность моего выбора.

Во время моих путешествий по пустыне я подыскивал себе место для привала с помощью умения *чувствовать*. Слегка прищуривая глаза, я методично оглядывал почву вокруг, никак не концентрируя взгляд на увиденном, а наоборот, стараясь воспринять глазами исходящую от земли энергию. Эта энергия, проходя через все мое тело, указывала мне те места, которые наиболее подходили моей внутренней энергии, гармонизировали с ней. Мне часто доводилось *видеть* легкое свечение пустыни, и вскорости я обнаружил, что цвет этого свечения соответствует *чувствованию*. Позже, объясняя другим этот способ находить благоприятное место для отдыха, я обнаружил, что, как правило, мне удастся подобрать собеседнику подходящее место раньше, чем он это поймет сам. Дело в том, что, когда человек находится в благоприятном для себя месте, поле его ауры (нефизической энергии, излучаемой физическим телом) *видится* более ярким, четким и мощным.

Метод использования цветов оказался достаточно надежным и при толковании предзнаменований в условиях города. Однажды я подыскивал себе квартиру. Остановившись у конторы одного домовладельца, я заметил автомобиль оранжевого цвета перед входом. Переговорив с домовладельцем, я обнаружил, что он запрашивает слишком высокую цену, которую я не могу себе поз-



волить. Отправившись на поиски другого варианта, я обнаружил еще один офис по сдаче жилья в паем; перед ним также стоял автомобиль, но зеленого цвета. Я решил остановиться, и оказалось, что здесь я могу снять жилье за подходящую цену и в удобном для меня месте. Несколько месяцев спустя я увидел на улице девушку в оранжевой блузке — она стояла около пожарного гидранта у одной из дверей на моем этаже. Через несколько дней пожар уничтожил одну квартиру и серьезно повредил еще несколько других, попав в мою.

Как-то, работая в Ассоциации Исследований и Просветления, я стоял в коридоре у кофейного автомата и читал объявление о конкурсе на вакантное место мепеджера. В то время я еще не слишком задумывался об этом, ибо мои интересы были далеки от подобного. Лишь только я закончил читать объявление, как в коридоре появилась одна из сотрудниц. Она отправилась к автомату, чтобы набрать себе кофе. На ней была зеленая блуза, а в руке девушка держала зеленую чашку. Я сразу же подумал, что это хорошее предзнаменование, которое сулит мне успех, если я подам заявление на эту вакансию. После этого я построился получить очередное предзнаменование, которое укажет мне, действительно ли я получу это место. Через один-два дня, направляясь на обед, я увидел зеленый микроавтобус, стоявший перед входом в невысокое здание. Дверь в здание была открыта и в глубине виднелась лестница наверх. Я понял, что для меня это знак повышения, «продвижения по служебной лестнице».

Хотя обычно я не склонен обсуждать с кем-либо предзнаменования, в этот раз интуиция подсказала мне поделиться с другими как предзнаменованиями, так и моей интерпретацией этих знаков. Я рассказал обо всем этом троим знакомым. Один выступал передо мной без всякого видимого интереса, а двое других сообщили мне, что никаких шансов на эту работу у меня нет, так как это место уже «застолбил» для себя один предприимчивый и пастырный рекламный режиссер с местного телевидения. Предварительное собеседование оставило двоих претендентов на должность: этого режиссера и меня. Дальнейшие предзнаменования подтверждали, что место достанется мне; окружающие утверждали, что ничего не выйдет и предлагали мне выбросить это из головы. В результате меня-таки приняли на должность мепеджера.

Через несколько лет, прогуливаясь в утренние часы по пляжу, я увидел мужчину в зеленой тенниске с надписью «Даллас». Ближе



к вечеру в тот же день я включил телевизор: играли «Даллас Ковбойз» и «Вашингтон Редскинз». Памятуя о предзнаменованиях, я не сомневался, что выиграют ребята из Далласа. К концу первого тайма оказалось, что вашингтонская команда понемногу обыгрывает соперников, и я почувствовал легкое волнение, хотя всегда болел за «Вашингтон Редскинз». Какое облегчение испытал я, когда ковбой из Далласа выиграл с минимальным разрывом в одно очко! Ежедневное наблюдение за предзнаменованиями в течение пятнадцати лет убедило меня в том, что эти знаки весьма надежны, а для меня, в частности, они служат едва ли не самым надежным указателем. Главное было осознать саму последовательность исполнения, которая в дальнейшем всегда оказывалась безупречно точной. Наблюдения за предзнаменованиями требуют постоянного внимания к деталям: ведь сами предзнаменования постоянно усложняются, превращаясь в нечто вроде особого языка с быстрым произношением. Это свойство предзнаменований поддерживает во мне интерес к тому, что со мной происходит, так что мое внимание все больше укрепляется. Уже одно это делает предсказания необычайно цепкими; а с момента, когда я убедился в их правдивости, предсказания приобрели для меня мощную драматическую окраску. Во-первых, я совершенно определенно убедился в том, что события можно предсказывать. Во-вторых, предзнаменования свидетельствуют, что я начал изучать совершенно необычный и сложный язык, требующий вполне определенных соглашений между мной и остальным миром. Теперь мир мог говорить со мной по собственному желанию или отвечать на мои вопросы. В-третьих, хотя предзнаменования и являются лишь внешней формой управления человеком, необходимые для этого павыки позволили мне более тесно опутить свою связь с миром.

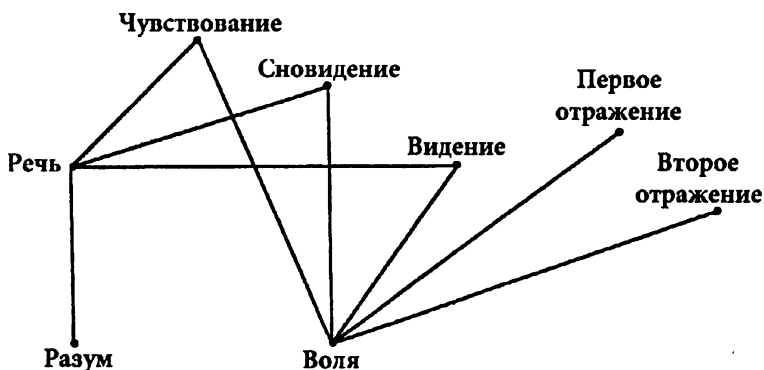
Предзнаменования обеспечивают лишь один способ измерения; основные же принципы заключены в «восьми краеугольных камнях восприятия», которые соотносятся с «восемью точками всеобщности самовосприятия», описанными Кастапедой. Если мы будем рассматривать их как всеобщность, то в этом случае мы ограничим наше восприятие, лишаясь возможности искать и познавать другие его формы — может быть, даже такие, которые нам пока что не доступны. Если же мы определим их как краеугольные камни, то в этом случае мы признаем их влияние, оставив свое восприятие открытым.



Вот эти красугольные камни: *речь, разум, воля, видение, чувствование, сновидение, первое отражение и второе отражение*. Каждый из них является движущей силой восприятия; все они работают взаимосвязанно и нередко смешиваются, обеспечивая таким образом синтез восприятия. Например, вполне возможно использовать *видение* во время *сновидения*. Правда, каждое из этих свойств имеет характерные отличия от других.

При этом не стоит забывать, что описанные восемь красугольных камней служат лишь примерной моделью, цель которой — избирательно разделить различные способы восприятия. Благодаря этой модели вам при необходимости будет легче распознать проявления того или иного вида и осмысленно работать над их совершенствованием. Восемь красугольных камней представляют собой способы исследования и осознания *первого, второго и третьего внимания*. Как и при методе триангуляции (см. главу 1), здесь измеряются *смещения* восприятия, а также различные соотношения между такими *смещениями*, что в результате дает максимально возможное количество цепной информации.

Используя эту модель, вы никоим образом не оказываетесь связаны необходимостью познавать мир лишь с помощью пяти физических чувств. Наоборот вы приобретаете разнообразную палитру средств сбора необходимой информации. Мы рассмотрим



Восемь красугольных камней восприятия.

На этой диаграмме представлен способ организации восприятия в соответствии с философией Толтеков.



один (но далеко не единственный) способ использования этих сфер восприятия.

Краеугольный камень	Местоположение	Вид восприятия
Разум	Мозг	Организация информации, поступающей из мозга и от органов пяти физических чувств
Речь	Мозг	Косвенная, символическая оценка себя и окружающего мира за счет перевода информации, поступающей от других органов чувств
Воля	Живот	Связь с космосом, напоминающая пуповину. Обеспечивает связь между остальными краеугольными камнями и управление ими
Ощущение	Сердце	Интуиция и чувственное осознание себя и окружающего мира
Соведение	Надпочечники	Соведения, ВТО, нефизические измерения
Видение	Поджелудочная железа	Доп Хуан считает это вершиной человеческого восприятия. Получение знаний непосредственно, в обход разума (включая видения и умение видеть поле ауры)
Первое отражение	Половые органы	Порядок, структура и взаимосвязь
Второе отражение	Прямая кишка	Пустота, континуум, где ощущение фактически является отсутствием феноменального ощущения (или наблюдаемого события)

Рассматривая приведенную здесь таблицу, обратите внимание на то, что *разум* и *воля* образуют два центра, или точки организации. *Разум* организует мысли о вашем непосредственном окружении, ваших целях и желаниях, мировоззрении. Он также полу-



часть информацию от *речи*, которая, естественно, состоит из того, что вы говорите остальным и самому себе. Несмотря на всю силу, которая заключается в *разуме*, сам он полагается лишь на поверхностные восприятия нашего существования. Чем больше вы разговариваете с собой и создаете собственное мировоззрение, тем больше вы фактически удаляетесь от общей картины ощущений. Передавая ощущение словами, вы перекодируете его в символы, по-своему описываете его и таким образом удаляете самого себя из этого ощущения. По мере дальнейшей интерпретации символов вы все дальше удаляетесь от истинного ощущения. Таким образом, дважды отделившись от полноценного ощущения, вы воспринимаете лишь то, что создано мысленно. Безусловно, это свидетельствует о большой силе нашего *ума*, но поступая таким образом, вы выпущенно уходите от источника всего сущего, который не подвластен никаким описаниям. Дон Хуан утверждает, что по мере развития цивилизации люди делали акцент на *речи* и *уме* в ущерб другим своим способностям. Современные же метафизические исследования, несомненно, отражают возрождение древних, до сей поры дремавших способов восприятия.

Одно из возрожденных качеств — *воля*; подобно пуповине, она связывает нас со всеобщим процессом созидания. Выступая силой, активизирующей необычное восприятие, *воля* дает нам непосредственное знание, позволяет прямо оценивать окружающий мир, в обход речевых форм отражения этого мира. Первый раз я столкнулся с проявлением *воли*, прогуливаясь неподалеку от казарм военных моряков. Первые двадцать четыре года моей жизни были неразрывно связаны с ВМС США, так что я ощущал определенную принадлежность. Идя, я размышлял о военно-морских силах и моей связи с ними — и тут ощутил сильное давление немого пупка. Казалось, будто что-то рвется изнутри меня наружу. Затем я почувствовал, как некий поток энергии устремился из пупка моего живота в окружающий мир; казалось, будто он направляется к зданиям казарм. Внимательно прислушиваясь к этому странному (хотя не скажу, что неприятному) ощущению, я обнаружил, что могу дифференцировать весьма разнородные, но вполне определенные ощущения. Поток энергии, струившийся из меня, напоминал мощный луч фонаря, освещающий просторную комнату, и я решил поближе разобраться с некоторыми ощущениями, связанными с моей жизнью военного моряка.



Никак не прибегая к сознательному контролю, я сразу согласился с сильным чувством, подсказывавшим мне, что казармы передо мной совершенно не являются частью моей теперешней жизни. Усилием мысли я вызвал в себе прошлые ощущения того времени, когда я служил на флоте. При этом я заметил, что мои мысли действуют подобно линзе, в фокусе которой другая часть меня воспроизводит эти прошлые ощущения. Вернувшись обратно в настоящее, мое осознание сконцентрировалось на импульсе воли, который говорил, что теперь я не принадлежу к числу военных. Эти казармы были частью моего мира — но я уже не был частью казарм. На основе пережитых ощущений я обнаружил, что с легкостью могу разграбичить *разум* и *волю*.

В сущности, *воля* соединяет все и направляет остальные пять потоков восприятия. Один из них — *чувствование* — представляет собой независимый способ восприятия, которому свойственны самые различные ощущения. Развитие в себе *чувствования* позволяет овладеть телепатией (и другими формами психического общения), повышается уровень интуиции и углубляется осознание. Более тесной связи с процессом созидания вообще. Так, моя первая встреча с проявлением воли произошла благодаря *чувствованию*. С 1978 года я не встречался с допом Хуаном физически, однако именно *чувствование* позволяет мне периодически общаться с ним. Как правило, мое общение с допом Хуаном заключается в том, что я получаю указания о действиях, необходимых для преодоления жизненных трудностей. Затем я дополняю его рекомендации, используя для этого *чувствование*. Иными словами, я пытаюсь укрепить свои навыки интуитивного восприятия, периодически оценивая ситуацию на основе рекомендаций Учителя.

В процессе *сновидения* сон используется для получения дополнительных знаний. Одним из вариантов этого является толкование снов; но все же основная цель заключается в том, чтобы задействовать *тело сновидения* — энергетическую форму, которая позволяет совершать путешествия вне тела. Учитывая, что *сновидение* является основной техникой Толтеков, я посвятил две главы своей книги исследованию этого вида восприятия. В главе «Спокойно плывя по течению» я расскажу вам о своем пути от неясных снов до осознанных *сновидений* и ВТО. «Советы для путешествующих вне тела» объясняют цели и методы развития внетелесных ощущений.



Умение *видеть* предусматривает возможность разрушить привычную пелену восприятия. Видения, способность видеть ауру других людей, любая иная форма прямого знания — все это различные аспекты *видения*. По словам дон Хуапа, можно научиться *видеть*, лишь отказавшись от привычки *думать*. В процессе *сновидения* присутствует явная тенденция воспринимать очевидно *внешний* окружающий мир, сохраняя при этом осознание субъекта и объекта восприятия; в то же время при *видении* субъектно-объектное осознание исчезает, так как *внутренний* и *внешний* миры сливаются в единое целое.

Видение характеризует собой полноту восприятия, это уникальная форма усвоения зрительной (и приравливаемой к ней) информации. Оно может включать в себя определенные варианты мысленных образов, но при этом не является ни сугубой визуализацией, ни случайным восприятием. Визуализация предусматривает активное создание мысленных образов. Чтобы лениво развлекать себя такими образами, совершенно не обязательно использовать *видение*. Эта форма восприятия необходима для того, чтобы убедиться в существовании уже существующего и поэтому включает в себя способность воспринимать что-либо совершенно иначе, чем с помощью обычного физического восприятия. Например, вы можете *видеть* светящееся видение, мысленный образ, наложенный на образ физический, или какой-нибудь другой образ, позволяющий непосредственно воспринимать ситуацию, задачу или событие.

Первое и второе отражения соотносятся лишь с *волей*. Оба эти способа тесно связаны друг с другом; по существу, эта пара представляет собой противоположность упорядоченности и пустоты. Дон Хуап называл их «топалем» (toh-na'hl) и «пагвалем» (pah-wa'hl). Использование термина «отражение» не только объясняет двойные качества каждого из этих красутольных камней, но и позволяет более глубоко пропикнуть в сущность процесса восприятия. Во-первых, этот термин определяет свойства в сочетании с привычкой избирательности. Иными словами, вы находите то, что искали. Во-вторых, *отражение* привлекает к себе и удерживает ваше *внимание*. При этом вы интерпретируете свои ощущения на основе созданных вами же определений.

Первое отражение отражает упорядоченность, причинно-следственную связь и организацию. Оно позволяет вам осознать взаимоотношения внутри элементов любых измерений — физи-



ческих и нефизических, — а также отношения между самими элементами. Используя избирательность, разум организует свое ограниченное, косвенное осознание упорядоченности, обнаруженной в *первом отражении*. При этом разум даст вам то, о чем вы можете рассуждать, и одновременно он прислушивается к самому себе, создавая самодостаточное кольцо движения информации, которое и направляет ваше осознание. Именно поэтому доп Хуан считает, что одной из наиболее важных техник является остановка внутреннего диалога. Прекращая привычное течение мыслей, поддерживающее существование вашей реальности, вы открываете свое сознание для новых форм восприятия. Кроме того, это даст вам возможность избавиться от постоянного бормотания мозга, который твердит вам «это называется так», или «а это — вот так».

Второе отражение описывает полноту пустоты. Оно одновременно является и не является космосом, существующим между материальными объектами; оно передает эффект движения, подобно тому как черные пробелы между отдельными кадрами на кинопленке создают на экране иллюзию движения. Говоря о *втором отражении* как о пустоте, космосе и воздействии, мы уже придаем ему некую упорядоченность, и это автоматически переводит его в категорию *первого отражения*. Правда, вам потребуется определенная избирательность, чтобы усвоить определение, а после и опущение непознаваемого пространства; в этом смысле проще понять идею, используя термины «пустота» и «непознаваемое». Тогда, практически восприимая это опущение, вы скажете: «Копечно, я знаю этот тип осознания!» *Первое и второе отражения* прописывают собой все сущее.

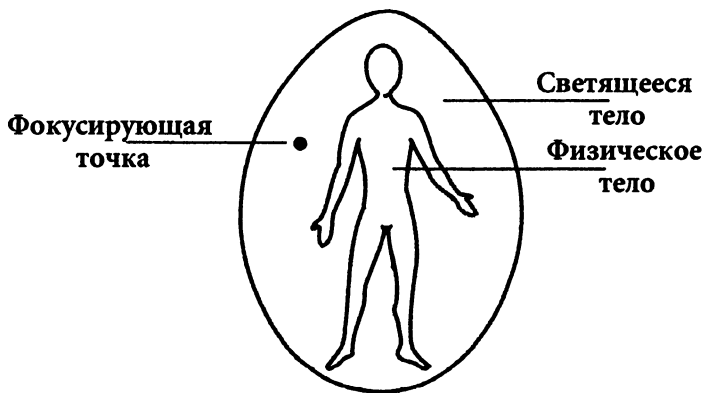
В книге Кастапеды «Огонь изнутри» говорится, что доп Хуан приравливает *тональ* (или *первое отражение*) к *первому вниманию*, а *нагваль* (*второе отражение*) — ко *второму вниманию*. Чтобы Тропа Толтеков была более понятной, я предпочитаю противопоставлять трем уровням *внимания* восемь краеугольных камней. При этом уровни *внимания* соотносятся с категориями опущаемого, а краеугольные камни — с восприятием, оценкой и использованием этих уровней. *Первое и второе внимание* являются не столько видами восприятия, сколько разделами, ограничивающими восприятие совершенно различных уровней опущения.

То, что краеугольные камни имеют физические места расположения, позволяет отслеживать связь между физической и нефизической энергиями. Например, надпочечники — это физический



орган, следовательно, соответствующая им функция *сновидения* — нефизическая. На вопрос о том, почему надпочечники соотносятся со *сновидением*, я, пожалуй, лучше отвечу другим вопросом: а для чего мы едим? Суть в том, что можно по-разному ответить на этот вопрос, но главный ответ все же заключается в том, что мы едим потому, что мы едим.

Разбирая Толтекскую модель глубже, мы обнаруживаем «*светящееся тело*» и «*точку фокусировки*», которую Кастанеда называл «*точкой сборки*». *Светящееся тело* можно увидеть: оно имеет вид светящегося облака яйцеобразной формы. Вообще, восприятие наших тел в качестве физических объектов открывает возможность наблюдать удивительную палитру цветов, светящихся нитей и соотносящихся с ними ощущений. Как правило, *светящееся тело* на три-пять футов выше и на три-четыре шире, чем физическое тело человека. Толтеки считают это естественной формой человека. Физическое тело составляет лишь несколько процентов от *светящегося тела*, в котором заключено все, что мы воспринимаем.



Светящееся тело и точка фокусировки.

Физическое тело является частью нашего «большого» существа, или тела светящегося. Расположение точки фокусировки на поверхности или в глубине светящегося тела определяет наше восприятие.



Где-то на поверхности или внутри *светящегося тела* есть маленькая звездочка, частичка *светящегося тела*, более яркая, чем окружающее. Вот эта точка, сияющая мягким светом и является *точкой фокусировки*. Ее расположение зависит от того, что именно мы воспринимаем. Например, если она располагается на правой половине *светящегося тела*, значит вы в настоящее время ощущаете *первое внимание*, или физический мир. Если *точка фокусировки* находится слева — вы воспринимаете *второе внимание*, или ту часть вашей жизни, которая относится к *сновидениям*. Ни одно из этих восприятий никуда не исчезает: оба они постоянно находятся с вами. Воздействовать на восприятие вы сможете именно в том случае, если будете трепировать определенное положение или перемещение *точки фокусировки*. Используя *чувствование* для того, чтобы исследовать малейшие смещения и изменения настроений, физического местоположения, собеседников и спов, вы сможете опутить перемещение *точки фокусировки*. Иногда смещение *точки фокусировки* возникает в результате переутомления или стресса, и тогда человек может воспринимать нечто необычное — например, спонтанные ВГО, или *видения*. Но если вы постоянны и терпеливы, то сможете научиться управлять этим смещением, в частности упражняя свою волю.

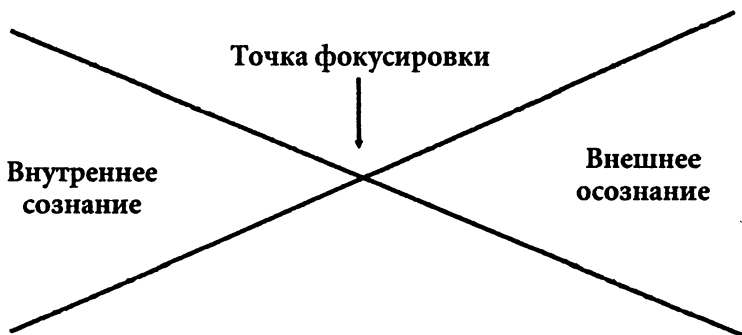
Дон Хуан говорит, что во время сна происходит естественное перемещение *точки фокусировки* с правой части *светящегося тела* на левую. Поскольку вы не обладаете возможностью управлять своими снами, они кажутся вам неясными и свободно перескакивают с одной сцены на другую. Здесь речь не идет об отсутствии контроля над сном как таковым — скорее, следует говорить о неумении контролировать движение *точки фокусировки*, которое и вызывает ощущение неясного и изменчивого сна. Научившись же контролировать свою волю, вы сможете стабилизировать *точку фокусировки* в левой части. При этом вы научитесь управлять снами, и у вас появятся *осознанные сновидения* (когда просыпаясь во сне и понимаете, что находитесь в *сновидении*). Втягивая *точку фокусировки* все глубже в *светящееся тело*, вы отсекаете любые ощущения вне тела; продолжая втягивать эту точку, вы научитесь *видеть*, добираясь до самой сути восприятия.

Более того, вполне возможно управлять движением *точки фокусировки* другого человека. Помните, я рассказывал о том, как меня преследовал грозный противник — ведьма? Это дон Хуан играл моим восприятием. В последующих главах я расскажу вам о



том, как я воздействовал на восприятие других людей, помогая им овладеть сновидением.

Фокусирующая точка — именно то место, где сознание *светящегося тела* переходит в личностное осознание. Обычно мы в течение всей жизни поддерживаем в себе постоянную картину реальности, которая практически не меняется. Тем не менее под воздействием возраста, культуры, единомышленников — короче, всех жизненных впечатлений — мы привносим некоторые незначительные изменения. Достаточный опыт общения с необычной реальностью может привести к гораздо более значительным изменениям и последующей стабилизации на новом месте; при этом меняется и личностная картина реальности. Умение управлять своей *точкой фокусировки* открывает перед вами бесконечно богатую палитру новых впечатлений (которые все являются частью вашего *светящегося тела*, а следовательно — частью единого целого). Развитие этой способности является одной из высших целей Тропы Толтеков.



Раскрытие точки фокусировки.

Фокусирующая точка располагается в месте пересечения внутреннего и внешнего осознания. В принципе, человек подвержен бесконечно разнообразным воздействиям; но как правило мы воспринимаем лишь то, на что натренировано наше восприятие.

Одним из показателей такой тренировки и является точка фокусировки, поскольку ее расположение отражает место, в котором мы стабилизировали свое восприятие.



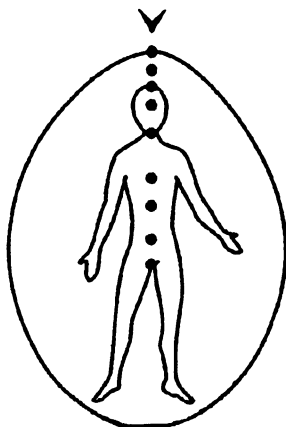
Чтобы жить так, как живут Толтеки, нужно уметь стабилизировать свою *точку фокусировки* в той части *светящегося тела*, которая отражает необычную реальность. Каким бы серьезным ни казалось это умение, все же его недостаточно для обретения свободы. Однако если вам удастся пойти равновесие (или *точку свободного восприятия*) между восприятиями мира, то у вас появится энергия, с помощью которой можно будет передвигать *точку фокусировки*, одновременно пытаясь ощутить все *светящееся тело* целиком. Дон Хуан утверждал, что именно этот навык помогает полностью сосредоточиться на *третьем внимании* и, таким образом, дает возможность достигнуть полного осознания и совершенной свободы.

В умении управлять *точкой фокусировки* есть и другие преимущества. Я, например, видел в сновидении, что смещение *точки фокусировки* уменьшает напряжение как в человеке, так и в окружающей среде. Во время сновидения я видел, как *светящееся тело* расслабляется и постепенно начинает пульсировать, подчиняясь ритму движущейся внутри него энергии. Напряжение уменьшается потому, что человек не старается удерживать определенный вид восприятия. А поскольку *светящееся тело* каждого индивидуума является частью общего светящегося поля всего живого, то уменьшение напряжения в одном человеке ослабляет напряжение и в окружающем мире. При этом реальность приобретает большую гибкость. Интуитивно я понял, что эта гибкость может буквально изменить ход событий. Если говорить, к примеру, об «изменениях на Земле», то я чувствовал, что если человеку удалось бы снизить собственное напряжение, то Земля испытывала бы гораздо меньше катастрофических землетрясений (которые снимают избыточное напряжение).

Наблюдать и учиться ощущать *светящееся тело* можно и по-другому: посредством «чакр», или центров нефизической энергии. Во многих системах нетрадиционной медицины говорится о семи чакрах. Кое-кто утверждает, что их всего тринадцать. Я же во время медитации и сдвигов *точки фокусировки* по различным частям *светящегося тела* убедился в существовании десяти чакр; поэтому я объединил их названием «Метрическая система чакр». Как бы ни различались представления о различии чакр, сторонники различных подходов, как правило, соглашаются в вопросе о функциональных особенностях первых семи.



Каждая чакра отвечает за выработку определенного вида энергии. Каждая энергия выглядит по-своему. Знакомясь с особыми характеристиками каждой энергии и учась уравнивать различные энергии, мы создаем гармонию во всех сферах, воздействующих на состояние человека. Все чакры так или иначе влияют на восприятие; конкретная же направленность восприятия определяется доминирующим энергетическим центром. Ниже приведена таблица, в которой избирательно представлены общие места физического положения чакр, а также описания основных особенностей соответствующих видов энергии. Обратите внимание, что каждая чакра имеет свой цвет (индивидуальные оттенки цвета меняются в зависимости от особенностей каждого человека).



Метрическая система чакр.

Обратите внимание на то, что все десять чакр располагаются на одной линии, которая проходит практически параллельно позвоночнику. Такая система организации восприятия присуща многим видам нетрадиционной философии.



Расположение	Цвет	Восприятие
Нижний отдел позвоночника	Красный	Этот центр управляет физической и биологической энергией. Он непосредственно связан с физическим выживанием человека. При гармоничном и уравновешенном развитии «сырая», созидаящая энергия центра позволяет передвигать восприятие к другим чакрам.
Живот	Оранжевый	Вместилище эмоциональной энергии. Теперь мы видим уже два вида энергии, воздействующих на наше осознание. Благодаря дуалистическому взаимодействию этих энергий мы воспринимаем жизненную силу. В одних нетрадиционных системах утверждается, что эта чакра несет сексуальную энергию; другие соотносят сексуальную энергию с первым центром.
Солнечное сплетение	Желтый	Энергия разума. Эта чакра дает возможность проводить различия между первыми тремя чакрами. Соотносится с управлением (овладением) окружающим миром.
Сердце	Зеленый	В этой чакре заключена энергия единения/общности, которая дарит нам первое ощущение нашей причастности с другими людьми и окружающим миром. Восприятие своей «индивидуальности» идет через отношение к другим формам жизни и взаимоотношения между ними.
Основание гор- тапи	Голубой	В этой чакре мы накапливаем энергию общения. Мы способны направлять свое намерение посредством звука, используя звук в основном в качестве средства выражения намерения. Многие полагают, что именно этот центр первым стимулирует наше осознание Бога.



Располо- жение	Цвет	Восприятие
Лоб	Синий	Центр психической энергии; посредством восприятия и знания нефизической упорядоченности обеспечивает осознание и управление силой. Точно так же, как физик познает естественную организацию физического мира, метафизик изучает естественную организацию нефизической реальности. Во многих традиционных системах эта чакра представляется, как «третий глаз», который посредством видений, телепатии и других паранормальных способностей задействует психическое осознание.
Макушка	Фиолетовый	Эта чакра представляет собой границу, отделяющую естественный порядок жизненной организации Земли (и ее обитателей) от других измерений.
Шесть- восемь дюймов (15 — 20 см) над го- ловой	Эпон	(Цвет «эпон» представляет собой смесь пурпурного, лилового и серебристо-металлического оттенков. Может быть, вы видели нечто похожее в окраске последних моделей автомобилей. Автомобильные компании часто называют его «цветом шампанского», или «металлической розой». Я использую название «эпон» лишь потому, что «э» здесь обозначает <i>extraterrestrials</i> — внеземные существа, а «пон» указывает на НЕ-физическую их природу. Скорее всего, у человека эта чакра существовала изначально; тем не менее люди относительно недавно приступили к ее активному массовому развитию и использованию. Частично свидетельство этому — увеличение количества книг, видеофильмов и семинаров, посвященных внеземным цивилизациям и нефизическим существам.) Я считаю эту чакру центром внепространственной энергии, которая вызывает осознание существования нефизических существ и дает возможность общения между этими существами и биологическими формами космической жизни.



Расположение	Цвет	Восприятие
Один-два фута (0,9 — 1,8 м) над головой	Белый	Центр божественной энергии; расположен на самой вершине <i>святища</i> тела. Охватывает весь спектр излучений, из которого и возникают цвета. Погрузившись в белое свечение, вы вскоре почувствуете себя безраздельной, целостной индивидуальностью и перестанете воспринимать любые взаимоотношения и различия. Четвертый центр дает нам осознание взаимосвязи внутри этой индивидуальности; здесь же вас внезапно озарит осознание совершенной, единой целостности.
Над святищем телом	V-образное свечение	Строго говоря, эту чакру нельзя признать энергией, поскольку источником этой энергии является белый свет. Эта не-энергия относится к тому непознаваемому, откуда берет начало все познаваемое. В некоторых восточных теориях этот центр называется «Головой Бога», т. е. местом, где Господь берет свое начало. Я воспринимаю этот центр как свечение в форме буквы V, потому что он находится вне области цвета. На фоне привычных ощущений энергии в предыдущих чакрах это парадоксальное восприятие кажется необычайно мощным: центр напоминает вакуум, наполненный всем.

Чакры поднимаются от нижней части спины к макушке и далее практически по прямой вертикальной линии, символизируя линейную организацию процесса восприятия. Вспомните таблицу краеугольных камней и обратите внимание, что восемь краеугольных камней образуют случайную, или нелинейную, структуру восприятия. Толтеки третьего цикла — такие, как индеец дон Хуан — стремясь упорядочить Тропу Толтеков, жили очень близко к природе. Но так как в природе прямолинейность — явление довольно необычное и даже редкое, то традиция возникла именно на основе их жизненного опыта.

В способах организации чакр и краеугольных камней есть и другие различия. Например, в отношении чакр мы говорим, что десятая чакра выступает создателем девятой, а девятая служит источником всего остального; в то же время *первое и второе отра-*



жения создают прочную взаимосвязь между источником созидания и творением, всегда существовавшими одновременно. Чакры создают линейную, иерархически строгую структуру; краеугольные камни, наоборот, придают восприятию нелинейную, эгалитарную форму. Но и те, и другие предоставляют возможность ступить за пределы обычной реальности и исследовать реальность необычную. Правда, при этом и система чакр, и восемь краеугольных камней соотносятся с одними и теми же видами восприятия. Например, десятая чakra соответствует *второму отражению*, шестая — *видению*, четвертая чakra — *чувствованию* и вторая — *сновидению*.

Все эти многократные перестройки и реорганизации еще раз напоминают нам об основном вопросе, который заключается в том, что проще совершенно потеряться в описании мира, чем жить, практически ощущая его проявления. Воспитание свободы непосредственного восприятия свойственно всем традициям духовного совершенствования, которыми мне довелось заниматься. Как правило, поначалу эта свобода выражается через опыт мистического восприятия, который нередко считают вершиной религиозного опыта. Сюда входит прямое знание Созидających Сил, Бога и высших способностей человека. При этом мы чувствуем подчиненность процессу вселенского созидания, одновременно получая в дар осознание нашей неразрывной и тесной связи с Великим Духом.

В нашем случае не стоит уравнивать понятия «мистического» и «оккультного». Как правило, оккультизм подразумевает непосредственное ощущение, использование и применение физических сил, недоступных с точки зрения обыкновенной реальности (как в описанных мной случаях в Колорадо и Мэне, когда я встречался с радужно светящимися шарами). Оккультный подход часто ограничивается якобы сверхъестественными событиями, не требуя от нас расширять наше видение за пределы происходящего. Какими бы ценными не представлялись оккультные явления, они далеко не всегда могут указать путь к истинной свободе.

Мистическое восприятие требует как можно более полного понимания и ощущения нашей связи с Божественным. При этом отменяются любые ограничения во имя постоянного движения к свободе. Более того: мистическое восприятие буквально требует от нас разрушения любых барьеров, ибо его невозможно держать в рамках. Однажды теплым летним днем я гулял по пляжу неподале-



ку от моего жилища в Виргиния-Бич. На мгновение я остановился, чтобы отбросить подальше пустую пивную банку, валявшуюся на песке, и без всякой задней мысли подумал, что если бы каждый посетитель пляжа выбросил попадающуюся ему под ноги банку или другой мусор, пляж стал бы чистым. Я отправился дальше — и тут заметил на песке перо чайки. Помня о своем новом имени, я подумал, что у меня с этим пером есть нечто общее, что я — это оно. После этого я вспомнил о птицах, стремительно летающих над океаном, и решил, что будучи этим перышком на песке, я принадлежу каждой из этих птиц. Птицы принадлежали всему миру, а я был неотъемлемой частью каждой из них.

На этом мои размышления неожиданно прекратились, и я опустил внутри себя *тихое пламя*. Я почувствовал, что являюсь самостоятельной, сложно организованной частицей мира. Одновременно я понял, какие стадии мышления мне довелось пройти, чтобы воспринять себя таким образом. Я прошел путь от отдельно взятого человека на пляже к отдельно взятому перышку и оттуда — к единству со всеми перпатыми; от нейтральной и естественной связи с человечеством — к осознанию индивидуальной целостности внутри себя и далее — к моей связи со всем миром нашей планеты. *Тихое пламя* становилось все сильнее по мере того, как я понимал свою связь на самом глубоком уровне с мирозданием Вселенной. Мое физическое тело наполнилось удивительно прекрасной энергией, а разум обрел связь с собратьями, проникнув через привычный мир и небеса в самое сердце мироздания. Ощущение от внезапного озарения было столь сильным, что после я даже почувствовал облегчение.

Определенная индивидуальная организация восприятия образует совокупность мистического опыта точно так же, как определенная группа звезд составляет созвездие. Если бы вам пришлось испытать мистический опыт прямо сейчас, то, вероятно, вы обнаружили бы, что это удивительное созвездие состоит по крайней мере из десяти различных форм восприятия, сочетающихся друг с другом.

Элементы мистического опыта

1. Для описания этого опыта силы слов не достаточно. Даже если вы в состоянии воспроизвести происходящее, вы ясно ощущаете, что слова описывают лишь внешнюю оболочку.



2. Возникает ощущение покорности. Вы чувствуете облегчение, понимая, что силы созидания «лепят» вашу жизнь. При этом ощущение мистического опыта возникает и проходит совершенно самостоятельно, даже если вы ожидали его.

3. Прикасаясь к мистическому, вы понимаете, что вас обволакивает ощущение священного трепета. Этот привкус мистики, тайны вам дают Силы, пахотящиеся вне понимания. Власть мистических ощущений не требует каких-либо доказательств и является самодостаточной. Для осознания реальности происходящего вам не требуется поддержки со стороны.

4. Как правило, сам опыт длится недолго: возникают восприятия, которые откладывают в вас осознание их и затем исчезают.

5. Вы чувствуете, как вас уносит за пределы привычного времени и пространства. Несмотря на кратковременность ощущений, вам может показаться, что вы соприкоснулись с вечностью. При этом совершенно пропадает ощущение, будто вы живете исключительно в трехмерном пространстве — теперь вы осознаете непосредственную внутреннюю связь с всеобщим созиданием, которой чужды привычные нам координаты.

6. Вы ощущаете парадоксальность: несмотря на кратковременность опыта вам кажется, что вы соприкоснулись с вечностью. Может быть, вы почувствовали себя среди плодородных и диких земель. Сам опыт богат настолько, что его не с чем сравнить — при этом вы не в состоянии удержать ни крупинцы.

7. Вы накапливаете в себе прямое знание, которое не требует участия разума. Вы чувствуете, что непосредственно учитесь (вместо того, чтобы размышлять над пережитым после его окончания). Вы не изучаете знание — вы сами являетесь этим знанием.

8. Вы понимаете, что опыт мистического познания является положительным и утверждающим. Вы раскрываетесь изнутри, полностью доверяясь происходящему.

9. Вы можете объединять различные случаи мистического опыта, а постоянные изменения в вашей личности препятствуют уходу от нового осознания.

10. Вы чувствуете, что неразрывно «сплавлены» с созиданием. Вы уже не отделяете себя от своего существования; а осознание своей единственности придает вашей жизни новый смысл.

Хотя в приведенном перечне даются основные свойства мистического опыта, само отдельное событие всегда имеет индивидуальные отличия. Более того, мистические ощущения совсем не



обязательно должны обладать всеми перечисленными качествами. Некоторые элементы могут оказаться вам недоступны, подобно тому как облачность иногда мешает увидеть созвездие целиком. Кроме этого, сила воздействия личного мистического опыта в принципе может переходить за рамки того, как именно *это должно выглядеть*. И все же очень важно знать эти основные элементы, поскольку их осознание пригодится вам, когда вы будете «прорастать» в необыкновенные миры. Мистические ощущения — это симфония, в которой все элементы смешиваются.

Опыт мистического ощущения не только открывает и очищает ваше восприятие — он создает для вас цель, к которой стоит стремиться. Ощущение священного единства всего сущего помогает создать этический кодекс. Скажем, вместо того чтобы использовать ВТО для «подглядывания» за другими или в целях самовозвеличивания, их можно применять для исследования как самых далеких миров во Вселенной, так и сокровенных глубин самого себя. Кроме того, научившись объединять свои ощущения положительным образом, вы будете стремиться точно так же положительно выражать свое знание. *Путешествие с Силой* для вас пацнется именно с ощущений этого опыта и со способа выражения этих ощущений. Встав на этот путь, вы расширите свои горизонты познания, соприкоснетесь с гораздо более широкими формами проявления реальности. Анализируя иные, более грандиозные миры, вы одновременно ощутите самые глубокие пласты внутри себя.

Главным условием в этом процессе совершенствования является способность держать припцтый курс, не поддаваясь каким-либо концепциям или объяснениям реального мира. Состояние осознания, свободное от воздействия любых концепций извне и называется «свободным восприятием». Понимание сущности этого состояния позволит вам разрушить условности привычного взгляда на мир. У вас появятся новые возможности выбора, новое поведение, новые пути решения проблем.

Описанная ниже «медитация тихого пламени» помогает сместить осознание в среднее, нейтральное положение, свободное от напряжения противоположных мировоззрений. Умение папцупать точку равновесия между двумя противоположными принципами дает прямое знание того, что эти принципы суть кирпичики, из которых строится наш реальный мир, что реальные миры могут существовать пезависимо друг от друга и что вполне воз-



можно выработать шкалу оценки, никак не привязываясь к конкретной реальности.

Медитация тихого пламени

Вам предстоит уравновесить взаимно противоположные концепции свободной воли и отсутствия таковой. При этом вы будете участвовать в создании новой реальности, осознавая ту, которая уже существует. Вы также осознаете, что и *разум* и *воля* являются создателями реальности. Если у вас уже есть глубоко укоренившееся представление о какой-либо из концепций и вы испытываете трудности в формировании соответствующих энергетических сфер — я предлагаю вам временно оставить свои убеждения в стороне и поиграть немного по моим правилам. Я считаю, что перед заятием медитацией вам будет полезно ознакомиться с некоторыми подготовительными действиями.

1. Представьте себе визуально (ощущайте, или воспринимайте любым другим образом) энергетическую сферу, которая воплощает всю красоту возможности свободного волеизъявления. Погрузитесь в эту сферу так, чтобы все ваше существо наполнилось этой энергией. Помпите, ваши решения — действительно ваши. У вас есть естественная свобода выбора.

2. Теперь на время оставьте эту энергию и почувствуйте другую энергетическую сферу, которая воплощает все величие отсутствия свободной воли. Воспринимайте себя неотъемлемой частью Божественного порядка; осознайте, насколько тесно вы связаны с Божественным. Вы — лишь актер на сцене, который уже получил свою определенную роль. Почувствуйте, что вам удобно и легко в этой энергетической сфере.

3. Теперь расположите обе энергии перед собой, на равном расстоянии от центра вашего восприятия. Установите свое внимание посередине между энергиями и найдите точку равновесия — точку свободного восприятия, — где вам удобно и вы не ощущаете напряжения от противодействия двух энергий.

4. Отвлекитесь от осознания этого. Визуально или любым другим образом ощутите ту энергетическую сферу, которая воплощает всю прелесть вашего участия в создании Богом вашей реальности. Вы отдаете и принимаете, ваша энергия взаимодействует с Божественным порядком и таким образом создается реальность.



5. Теперь на мгновение оставьте это осознание и воспринимайте эпергетическую сферу, которая воплощает всю силу постепенного осознания существующей реальности. Движение через время и пространство становится упражнением, развивающим восприятие. Время скапливается в настоящем, а движение через пространство оказывается движением разума. Все вокруг уже когда-то было и будет всегда. Углубляя свое осознание и путешествуя в измерении, которое мы называем «время», вы постепенно осознаете то, что было ранее, существует сейчас и будет существовать после.

6. Теперь поставьте обе эти эпергии перед вашим осознанием. Встаньте посередине между ними в *точке свободного восприятия*.

7. Отвлекитесь от этого осознания и постарайтесь воспринять сферу эпергии, которая передает всю точную механику разума — творца реального мира. Подобно архитектору, использующему разум для изучения будущего здания и подготовки чертежей строительства, рассмотрите ваш собственный способ применения разума для создания вашей реальности.

8. Теперь переключитесь на восприятие эпергетической сферы, воплощающей грандиозные усилия воли по созданию реальности. Эта нефизическая эпергия накапливает в себе безграничное сознание всего сущего; она определяет ваше личное осознание, место во времени и то восприятие, на основе которого возникает ваша реальность.

9. Расположите обе эпергии перед собой, поместив внимание точно посередине между ними, в *точке свободного восприятия*. Отметьте про себя, какие это дает результаты.

10. Теперь мысленно представьте треугольник, каждая вершина которого представляет собой *точку свободного восприятия* из пунктов 3, 6, и 9.

11. Найдите центр треугольника, где расположена истинная точка свободного восприятия, в которой не ощущаются напряжения от полярных эпергий.

12. Находясь в *точке свободного восприятия*, вы заметите там проблеск белого свечения. По мере того как вы приближаетесь к этому свечению, оно будет становиться все больше и ярче. Наконец, находясь совсем близко к центру треугольника, вы обнаружите отверстие, по ту сторону которого все заполнено ослепительно-мягким светом. Встаньте на границе этого отверстия, на рубеже света и тени.



Треугольник свободного восприятия.

13. Мысленно задайте себе вопрос типа: «Что мне необходимо в это мгновение, чтобы узнать как можно больше?» (Можно задавать любые вопросы.)

14. Скользните в этот мир белого света, «отпуская» свой вопрос с тем, чтобы он постепенно растворился в свечении. Согласитесь с тем, что ответ придет к вам в положенное время через любую форму восприятия.

15. Оставайтесь в этом море белого свечения столько, сколько захотите. Когда вы вернетесь к осознанному бодрствованию, все ваши физические и нефизические энергии окажутся гармонично сбалансированными.

Форма тихого пламени

А	Равновесие	Б
Свободная воля	Точка свободного восприятия	Отсутствие свободного волеизъявления
Участие в создании	Точка свободного восприятия	Осознание существующего
Разум-создатель	Точка свободного восприятия	Воля-создатель

Обратите внимание, что элементы столбцов А и Б логически взаимосвязаны. Совместное с Богом участие в созидании требует как свободной воли, так и способности использовать свой разум



для создания мира. Точно так же, осознание существующего вытекает из отсутствия свободного волеизъявления, когда *воля* определяет воспринимаемое вами. В каждую колонку можно добавлять бесконечное количество элементов (при условии, что они взаимосвязаны и согласуются друг с другом). Когда наберется достаточное количество элементов, вы сможете создать свою собственную философию, которая будет влиять на ваше восприятие, поведение и опыт ощущений. Как правило, ощущения служат оценочной шкалой для вашей собственной философии, и это создает замкнутый круг, в котором восприятие и ощущение целиком зависят от того, что и как вы думаете. Другими словами, вы воспринимаете реальность на основе собственной интерпретации ощущений, причем независимо от того, обыкновенная это реальность, или нет.

Один из наиболее ценных результатов применения необыкновенной реальности заключается в поиске *точки свободного восприятия*, которую затем используют для смещения *точки фокусировки*. Если восприятие не зажато в узких рамках точки зрения, оно обладает большей способностью к смещению. Кроме того, подобное очищающее действие можно использовать в качестве созвучного шага к овладению необыкновенными способностями. В описанных далее упражнениях *точка свободного восприятия* будет использоваться, как первый шаг к овладению ВТО.

Способность перемещать *точку фокусировки* создает предпосылки к личностному росту. В боевых искусствах уровни совершенства отмечаются поясами — например белым, коричневым и черным; подобные знаки отличия существуют и на Тропе Толтеков. Так, перед началом ученичества человек знакомится с системой Толтеков: он беседует о ней с другими, читает и осваивает базовые технические приемы. К моменту накопления достаточного осознания или личной силы посвященный выполняет задание ученика, для чего в той или иной степени необходимо знание Толтека. Скажем, Кастанеда должен был пойти *благоприятное место* перед домом дона Хуана, а мне пужно было отказаться от приема лекарств, зная, что я могу самостоятельно справиться со своей язвой. На этом этапе учитель приступает к подготовке ученика, причем по самым жестким методикам.

Через определенное время (несколько месяцев или лет — в зависимости от индивидуальных особенностей человека) ученик начинает жить по своему усмотрению, формируя собственное вос-



приятие на основе Толтекских взглядов. После этого он становится «рейнджером» или, по терминологии Кастанеды, — «воином». С моей точки зрения, термин *рейнджер* звучит не так воинственно, как *воин*, хотя и указывает на то, что человек получил определенную специальную подготовку. *Рейнджер* уже обладает практическим знанием Тропы Толтеков и в соответствии с ней выстраивает свою жизнь. *Рейнджерам* приходится ежедневно работать над развитием восьми краеугольных камней восприятия; они постоянно обращают внимание на предзнаменования и неумоимо стремятся к уменьшению своих желаний. Они стараются вручить свою жизнь Силе. К этому моменту *рейнджер* уже хорошо осознает свою *точку фокусировки* и имеет возможность перемещать ее посредством *воли*. Это позволяет ему видеть окружающий мир с самых различных точек зрения. Главным для *рейнджера* является вопрос дисциплины.

Увеличение знания и обретение дополнительной личной силы позволяют *рейнджеру* совершить поразительный подвиг — деяние, которое говорит об искусстве Толтека. При этом мужчины до такой степени смещают свое физическое сознание, что в результате их осознание полностью покидает мир физических измерений. Все более точное управление перемещением *точки фокусировки* дает *рейнджеру* возможность удалить восприятие из физического мира — настолько, что при этом реально ощущаются совершенно новые формы сознания. В книге «Сказки о Силе» Кастанеды писал об одном таком подвиге, когда мужчине было прыгнуть со скалы в ущелье. Во время прыжка физическое тело Кастанеды исчезло, а его осознание полностью перенеслось в нефизические миры.

Женщины выполняют не менее таинственные операции. Сюда, в частности, входит синхронизация их менструального цикла с ритмами Земли и Неба. Они должны полностью подчиниться естественному ходу событий. Отчасти именно поэтому доп Хуан считал, что женщины обладают определенным превосходством над мужчинами. Он говорил, что женщины обладают внутренне присущей им способностью раствориться в окружающем мире, не теряя при этом ощущения самих себя. При этом они обретают буквально все. Для женщины вопрос заключается не столько в том, как научиться тому или этому, сколько в том, чтобы полностью осознать свою природу. В то же время, утверждал доп Хуан, мужчинам приходится учиться способности сливаться с Твор-



цом всего сущего. Обязательной задачей для Толтеков четвертого цикла является обретение еще большей свободы. Человек получает возможность выбора: использовать далее Толтекские методы и догмы, или отказаться от них (при этом подразумевается, что занимающийся обладает достаточными навыками и умениями). Теперь избравший Тропу Толтеков переходит в разряд *человека знания*. Определяя характеристики этой стадии, дон Хуан говорил, что *человек знания* не имеет ни семьи, ни дома, ни родины, ни имени... «Лишь жизнь, которую нужно прожить». К этому дон Хуан добавляет, что *человек знания*, осознавая свою непосредственную взаимосвязь с другими людьми, никогда не нанесет вреда другому человеку, даже под угрозой смерти лично для себя самого.

Высшим достижением на этом пути является пропикновение в реальность *видящего*. *Видящий* является безусловным знатоком человеческого восприятия; он *видит* столь же хорошо, как *чувствует*, или *сновидит*. *Видение* дает Толтекам уверенность в том, что они смогут успешно использовать свою традицию для переноса самих себя за пределы системы — ведь они *видят* Тропу Толтеков не как реальность, а как совокупность технических приемов. В результате такой эволюции *видящий* выходит за узкие рамки окружающего общества. Незыблемые капоны привычек и традиций более не довлеют над ним, ибо он живет настоящим мгновением. Главная цель *видящего* заключается в том, чтобы обрести полную свободу.

Для него необычные реальности становятся тем импульсом, который перебрасывает восприятие в новые миры. Чтобы вести жизнь Толтека, нужно многое знать и понимать, иначе чувствовать. Чтобы извлечь пользу из Толтекских методов и способов, совершенно не обязательно становиться Толтеком. Одно из преимуществ Тropy Толтеков перед другими традициями заключается в том, что она, основываясь на уравнивании противоположностей, открывает занимающемуся более ясные перспективы. Кроме того, она помогает лучше уяснить себе смысл других возможных путей совершенствования. Во многих странах есть свои традиции, которые не всегда используют знания, подобные знанию Толтеков; вместе с тем, Толтеки дополнили свое знание и за счет других традиций. Так что, с моей точки зрения, страна Толтеков — это идеальный остров, с которого можно отправиться в путешествие к другим берегам.

Глава 4

Идя по дороге из красного кирпича

Путешествие по высокотехнологичной стране Оз

Глубочайшее влияние на мою жизнь оказал Институт Монро. В этом он уступал разве что Тропе Толтеков. Институт расположен в штате Вирджиния, в графстве Нельсон — там, куда еще не добралась цивилизация и где не найдешь ни светофора, ни платных автостоянок. Окрестности Института Монро встречают посетителей спокойным и мягким величием отрогов горного массива Блю Ридж Маунтинз. Чтобы добраться до института, нужно свернуть с одной проселочной дороги на другую, а затем — на частную дорогу, извилисто поднимающуюся в горы. Обогнув склон, вы тут же оказываетесь перед «Центром» — солидным трехэтажным зданием, которое будторосло в гору. На северном склоне горы расположена вышка с наблюдательной площадкой, откуда можно наслаждаться красотой окружающего лесного пейзажа. Стоянка для машин подле института сделана в виде трех террас, обложенных по периметру большими каменными глыбами. Сбоку к Центру примыкает небольшое здание, где находятся офисы и комнаты для переговоров. Рядом с офисами — лаборатории Института Монро.

Этот институт стал вершиной деятельности Роберта Монро — человека, всемирную славу которому принесли его книги «Путешествия вне тела» и продолжение — «Далекое путешествие». В первой книге Монро описывал те нередко мучительные испытания, которые ему довелось пережить, когда он развивал в себе способность проецировать свое сознание за пределы физического тела. «Далекое путешествие» засвидетельствовали значительный эволюционный скачок в изысканиях Монро. В частности, встречи с неизвестными формами сознания, находящимися далеко за пределами «обыкновенных» видов ВТО, породили в Монро неколе-



бимую уверенность в том, что «мы, люди, представляем собой нечто гораздо большее, чем просто физические тела».

Когда в сентябре 1983 года я собирал информацию о ВТО, собираясь написать статью по этой теме в один журнал, я обратился в Институт, к самому Монро, с просьбой о встрече. Его секретарь сообщила, что в это время Монро не сможет увидеться со мной; правда, при этом она предложила мне написать статью иного рода — о самом Институте и его программах. Если бы я заинтересовался участием в шестидневном «Путешествии через Врата», то в качестве подготовки к этому я мог бы надеяться на встречу с Монро.

Приглашение я принял с удовольствием, хотя ни на йоту не представлял себе содержания предстоящего семинара. Подобно другим людям, я увязывал образ Монро с ВТО; однако вскоре я обнаружил, что горизонты его исследований гораздо шире и охватывают множество не менее увлекательных областей. В частности, его исследование не только отражает одиссею в различные реальности сознания, но и может практически применяться в повседневном личном совершенствовании, обучении и психотерапии.

Ядром деятельности института является «Полу-Синх» (сокращение от «полушарная синхронизация»). Техническую основу этой деятельности положили работы Монро в области исследования звука — основатель института был продюсером нескольких сотен радиопрограмм. В двух словах, «Полу-Синх» заключается в использовании звуковых волн для уравнивания электрической деятельности правого и левого полушарий мозга. Это концентрирует осознание и позволяет слушателю более полно исследовать различные аспекты сознания.

Проведенные за последнее время научные исследования привели к популяризации проблем деятельности мозга. Хотя роль определенных мозговых центров до сих пор оспаривается оппонентами, все же возникла общая психологическая модель мозговой деятельности, позволяющая четче понять различные способы восприятия. Коротко говоря, эта модель утверждает, что правая часть (или полушарие) головного мозга воспринимает в интуитивной, символично-ориентированной, пространственной, целостной манере. Напротив, левое полушарие обрабатывает информацию аналитически, то есть линейно, последовательно. Всеобщее внимание вызвали и частоты четырех основных волн, испускаемых мозгом. Частота этих волновых колебаний измеряется в герцах (колеба-



ниях в секунду). Как и в случае с чакральными энергиями, все четыре волны обязательно присутствуют в мозговой деятельности, а преобладание одной из них, как правило, указывает на определенное состояние сознания.

В наиболее общем виде считается, что дельта-колебания (0,5 — 4 Гц) соотносятся с фазами глубокого сна; тета-волны (4 — 8 Гц) возникают во время быстрого сна и часто сопровождаются активным формированием визуальных образов в сочетании с глубоким физическим расслаблением. Альфа-колебания (8 — 13 Гц) доминируют при физическом расслаблении, сопровождающимся образованием мысленных образов, а бета-волны (выше 13 Гц) соответствуют состоянию бодрствования, взаимодействию с физическим окружающим миром и пространственной ориентации.

Метод «Полу-Синха» строится на принципе, что мозг способен подключать себя к какой-либо из этих частот, следовать им. Чтобы исследовать «скорость частотного перехода», в каждое полушарие мозга посылаются немного различающиеся волны звуковой частоты. Для улучшения результата используют стереофонические наушники. Например, в одно ухо подается звуковой сигнал частотой 100 Гц, а в другое — 110 Гц; сменяя оба сигнала, мозг автоматически вырабатывает колебания с частотой, соответствующей разности частот двух подводимых сигналов. Следовательно, в нашем примере мозг начнет вырабатывать «стереофоническую пульсацию» частотой 10 Гц. При этом основная масса мозга начинает резонировать на частоте в 10 Гц, вырабатывая больше альфа-волн. В результате этого человек приходит в более расслабленное состояние и у него начинают активно вырабатываться мысленные образы — совсем как в случае с преобладанием альфа-колебаний. Чтобы пронаблюдать дальнейшее развитие процесса, представьте себе, что человеку дают прослушать две стереофонические пульсации частотой 4 и 16 Гц. Нижняя частота соответствует диапазону резонанса головного мозга при прохождении дельта-колебаний, так что у слушателя постепенно начнет возникать восприятие, в основном характерное для фазы глубокого сна. Вместе с тем, звук частотой 16 Гц соответствует бета-волнам, так что человек будет оставаться в состоянии бодрствования и сможет лучше воспринимать образы из фазы глубокого сна.

За четверть века исследований в Институте Монро используют метод полусферической синхронизации для обнаружения последовательностей генерируемых головным мозгом колебаний, ха-



рактерных для определенных состояний сознания. При этом Монро одновременно использует разнообразные стереофонические пульсации для того, чтобы создать своего рода «ворота», через которые можно выйти на уровни сознания, паходящиеся вне привычных физических. Именно поэтому программы изучения получили общее название «Врата». Как говорит Монро, эти «последовательности создаются памеренно, чтобы заставить вас выйти за пределы... разрушить привычные параметры того, во что вы верите. Они помогут вам ощутить такие аспекты существования, действия и мышления, о которых вы пакогда и не подозревали».

В программах «Врата» эти переходы в другие плоскости осознания имеют в основном символические имена. Чтобы избежать субъективизма в определениях, Монро использует пейтральные термины — например, концентрация на определенном уровне осознания у него называется просто «фокусировка». «Фокусировка-3» обозначает начальную стадию «Полу-Сипха», то есть состояния начальной синхронизации головного мозга. Другие уровни фокусировки достигаются за счет накладыаания дополнительных звуковых частот на основные. Так, «Фокусировка-10» является состоянием, когда физическое тело человека глубоко расслаблено и практически пребывает во сне, тогда как разум бодрствует и находится в повышенной готовности к восприятию. При этом некоторые говорят, что слышат чей-то храп — и лишь спустя некоторое время убеждаются, что слышали себя самих!

Находясь в состоянии, когда «тело спит, а разум бодрствует», человек начинает мысленно оперировать обрааами, которые гораздо сложнее слов. Создается предпосылка к развитию невербального общения. В процессе того, как человек задает вопросы во время внутреннего диалога, у него возникают мысленные образы и интуитивные ощущения. Папример, как-то, паходясь в состоянии «Полу-Сипха», я мысленно спросил, что мне следует изучить в первую очередь. После этого у меня в уме возник образ: я дремлю, развалившись в кресле. Задумавшись над значением увиденного, я ощутил, что мне необходимо сильнее расслабиться.

Состояние «Фокусировки-12» соответствует расширенному осознанию, когда люди продолжают развивать в себе нефизические и невербальные формы общения. При этом можно с легкостью усовершенствовать свое умение решать возникающие задачи, творчески самовыражаться или исследовать нефизические измерения. Участники семинара, испытывающие состояние «исчез-



новения времени», или «Фокусировки-15», нередко воспринимают какое-то бесформенное черное облако; при этом час реального, земного времени уменьшается для них буквально до одной-двух минут. При «Фокусировке-21» человек исследует альтернативные энергетические системы. В этом состоянии вполне естественно проникнуть в иные измерения, отличные от нашего мира (который в Институте называют «Реальностью времени-пространства-физической материи»).

Путешествие через Врата

Во время семинара нас сопровождали два тренера-координатора. В их обязанности входило помогать нам в наших исследованиях во время «путешествия через Врата», да и вообще сделать наши впечатления более приятными. Как правило, тренеры имеют психологическое или общее медицинское образование и перед тем, как приступить к работе, проходят специальную подготовку в Институте. Работа тренера заключается не в том, чтобы учить присутствующих правильно воспринимать мир, а в том, чтобы лишь поддерживать при необходимости ощущения каждого участника семинара. При этом пренебрегают правильными или неправильными способами восприятия и ощущения ради того, чтобы выработать чувство собственной уникальности.

Основная часть семинара состояла из прослушивания заранее подготовленных пленок по методике «Полу-Сипх». При этом всех нас, участников, каждый раз изолировали в «Камере контролируемой холистической среды» (ККХС). Эта камера напоминает небольшую, но уютную пещеру и сконструирована так, что внутри нее практически не слышны звуки снаружи. Тяжелый бархатный занавес перед входом в ККХС полностью отсекает свет и способствует лучшему восприятию нефизических энергий. Через вентиляционные решетки сверху подается свежий воздух. На стене — пульт управления, с помощью которого можно управлять обстановкой в камере по своему желанию. Например, свет внутри ККХС можно сделать красным, голубым, золотисто-желтым или белым. Можно менять и громкость звука. Стереофонические наушники подключаются в разъем на панели. Там же смонтирован микрофон и стереомагнитофон, чтобы в процессе упражнения вы могли записать ваши мысли и восприятия. Кроме того, пол камеры покрыт очень удобным матрасом. Весь этот физический ком-



форт делает ККХС удобным местом для работы по методике «Полу-Синх» (вдобавок представляет собой отличное спальное место).

Каждое упражнение начиналось подготовительным этапом: мы расслаблялись, избавлялись от мыслей о повседневных заботах и постепенно входили в контакт с космическими энергиями высшего порядка. В это время мягкий, приятный голос Мопро легко руководил нашими исследованиями во времени и пространстве, нашим внутренним самосовершенствованием. Например, в одно из занятий мы должны были мысленно создать образ колеса, а затем следовать за его вращением в ту или иную сторону. Топкость заключалась в том, что оборот в одну сторону переносил нас в будущее, а в другую — в прошлое. Нам объяснили, что это упражнение совсем не обязательно использовать для вычленения определенных событий нашей прошлой или будущей жизни; смысл его заключался в том, чтобы дать нам возможность лучше осознать гибкость времени и пространства, избавиться от привычной манеры воспринимать эти два измерения как нечто данное раз и навсегда.

В другой раз мы создали у себя в мозгу «энергетический стержень», по которому проследовали внутри белого бумажного пакета. Ранее треперы сложили в этот пакет три неизвестных нам предмета, и теперь нам предстояло определить их, находясь под воздействием «Полу-Синха». Один из участников разглядел там кпигу с большим количеством цифр; двое других увидели яблоко и еще один — обыкновенную зажигалку. В результате оказалось, что в пакете находились телефонный справочник, яблоко и зажигалка.

Безусловно, «путешествие через Врата» не ограничилось лишь необходимостью лежать и слушать магнитофонные записи. Каждый вечер Мопро собирал нас, чтобы обсудить различные аспекты своих исследований и после ответить на вопросы. Как-то вечером он вкратце рассказал нам о своей программе «Исследователь». Исследователи обладают естественной способностью изучать те области сознания, которые нередко находятся вне общепринятых направлений научных исследований. В Институте эти естественные способности развивают, обучая исследователей, чтобы они изучали другие миры и докладывали о своих наблюдениях. Как-то нам дали прослушать пленку с записью эксперимента одного исследователя. Во время эксперимента на связь с исследователем вышла психофизическое существо с другого уровня существования —



Миранон — которое временно воспользовалось физическими голосовыми связками исследователя и с помощью *туннельного эффекта* передало «концепцию семи резонансов».

В принципе, семь цветов (синий, красный, желтый, розовый, зеленый, пурпурный и белый) обозначают резонансы, или аспекты сознания. Сочетания этих цветов соотносятся с различными уровнями осознаваемого разумом ощущения, жизненных сил или форм существования как в физических, так и в нефизических измерениях. Например, изначальный набор цветов свойствен растениям. Второй вариант сочетания семи цветов имеют представители животного царства — правда, при этом основные цвета имеют другие вибрации, или отщепки. Для человеческого разума характерна третья комбинация исходных цветов, тогда как четвертая служит мостиком к совершенно нефизическим измерениям сознания. Каждый набор из семи резонансов строится на предыдущих — так получается нескончаемая лестница.

Во время одного из упражнений Мопро заставил нас пройти через шесть цветов «концепции семи резонансов». Опуская себя в синий цвет, я обнаружил там свое основное эмоциональное состояние. Я чувствовал, что в этот момент готов создать все, что угодно. Главное требование заключалось в том, чтобы мягко и ослабленно находиться внутри цвета, продолжая концентрироваться на цели. Это ощущение вызвало во мне видение: я жил в тростниковой хижине, какие строят полинезийцы. Красный цвет заставил меня пуститься в увлекательное путешествие к неведомым далям мерцающего света. В нем ощущалось что-то первородное. Желтый цвет символизировал чистый разум; там я мог исследовать любой результат разумного мышления. Спросив о формуле $E = mc^2$, я ощутил ответ, в котором звучало предположение, что с точки зрения максимального роста человеческих возможностей, эта формула не выглядит абсолютно справедливой. В этот момент я ощутил шар энергии в своей груди, и как только я позволил своему вниманию проникнуть в него, я почувствовал, что в будущем в физике произойдут новые открытия, в результате которых знаменитая формула будет применяться лишь в весьма ограниченных сферах.

Очувтившись внутри розового цвета, я увидел, как сверкают молнии над небольшим городком в долине; это напомнило мне о горном рельефе, окружавшем здание института. Я почувствовал, что вскоре город пострадает от наводнения, причем восприятие в



тот момент казалось мне более непосредственным и полным, чем просто визуализация, или обычное воображение. В тот же день после обеда разразилась страшная буря с грозой и настоящей степной дождя. Зеленый цвет увлек меня в неясную пустоту, наполненную ощущениями мира, тишины и покоя. Пурпурный цвет привел меня на страшную почву, окутанную туманом: там плечом к плечу стояли какие-то фигуры, напоминавшие роботов. Тогда же я подумал, что это, паверное, часть «иного мира». И это было последнее, что связывало меня с чисто земным планом восприятия. Прорвавшись дальше за его пределы, я погрузился бы в реальности, весьма далекие от нашего физического мира — в реальности невыразимой и динамичной красоты.

После выполнения упражнений и ознакомления с инструментами исследований нам дали возможность самостоятельно воспользоваться техникой «Полу-Сипх». Самостоятельные исследования не только укрепили уже полученный опыт, но и толкнули меня на новые возможности. Так, на одном уровне я участвовал в семинаре «Путешествие через Врата» в качестве журналиста, получив приглашение от Института. Я должен был ознакомиться с исследованиями «изнутри», а после описать собственные ощущения. На другом уровне я был учеником-Толтеком. Незадолго до того, как я покинул свой дом в Вирджиния-Бич, чтобы отправиться на семинар, доп Хуан с помощью телепатии сообщил мне, что всю эту неделю будет наблюдать за мной. Кстати, прослушивая пленки «Полу-Сипха», я периодически ощущал его незримое присутствие.

За эту неделю я постепенно открывал для себя взаимосвязь между семинаром и ученичеством у допа Хуана. Во мне продолжали расти и укрепляться его особые, объединяющие принципы обучения. Например, во время одного из упражнений «Полу-Сипха» я получил подтверждение того, что внутренний диалог (поток мыслей) соединяет нас, людей, с остальным миром. На основе этой мысленной болтовни, которая кажется нам бескопечной, мы создаем свою модель окружающей реальности. Остановив же этот поток, я открыл свое восприятие для других миров. В сущности, «Полу-Сипх» позволил мне выработать такое же осознание, как и при использовании медитативных техник, которым я учился у своего индейского Учителя.

Благодаря более глубокому ощущению окружающего мира я почувствовал себя более расслабленным; увеличились и мои спо-



собности. По сути, мое состояние теперь настолько настраивалось в соответствии с определенным ходом событий, что я ощущал, будто меня выбрасывает в новый мир. Возникло так много прочных связей с учением дона Хуана, что десять лет пастойчивого ученичества закончились. В полном соответствии со словами дона Хуана о том, что Трону Толтеков можно применять для перепоса восприятия за рамки обычных функций наблюдения за миром, члены нашей семинарской группы также выработали в себе осознание, по сравнению с которым уровни фокусировки казались просто чем-то устаревшим. Иными словами, теперь мы могли сразу перейти из «Фокусировки-10» в «Фокусировку-21». Нам ничего не стоило перейти к «Фокусировке-12», слушая упражнение для «Фокусировки-21». Как только физическое тело обучается изменять свой фокус восприятия, способность менять уровни зависит целиком от человека, а не используемого инструмента. По этому поводу Монро говорил, что мы учимся расширять наше восприятие и управлять им.

Кроме того, я начал накапливать информацию на уровнях, с которыми еще не работал дон Хуан. На одной из кассет голос Монро советовал нам просто «расширить» свое осознание». Выполняя предписание, я получил видение Земли: под углом 45 градусов к экватору изнутри планеты били наружу мощные импульсы энергии. При этом я интуитивно осознал, что именно таким образом Земля отражает свое состояние существования. После этого я почувствовал, что все планеты по-своему отражают аналогичное состояние, и понял, что физические свойства Земного шара являются лишь иллюзией, спом, набором видений. Более того, оказалось, что отдельные существа создаются в результате «пересечения» сознания Высшего Существа с сознанием Земли. Я ощутил, что Высшее Существо — это совокупность всех энергий космоса. При этом оно существует независимо, не сводясь к простой сумме компонентов. Высшее Существо существует одновременно внутри физической реальности и снаружи ее. Следовательно, индивидуально ощущаемые энергии и формы восприятия формируются под давлением внешних проявлений Высшего Существа — и это создает в нас иллюзию, что физическая реальность является фундаментальной и единственной.

Сохраняя это состояние, я «задал вопрос» о перевоплощении, удерживая смысл вопроса в центре осознания, а затем вытолкнув сам вопрос наружу. Тут мне явилось другое видение Земли. На



этот раз планета была окружена множеством сил, каждая из которых имела свой цвет. И вновь я интуитивно понял, что Земля — такая же часть самого меня, как я — часть планеты. Видение все усложнялось, и я почувствовал, что часть нашего сознания будет вынуждена обитать в земном плане до тех пор, пока мы не осознаем свою принадлежность к человеческому роду со всеми его слезами, страхами, радостями и победами. По мере того как люди усваивают эти уроки, происходит смещение намерения от физического я к Высшему Существо; при этом фокусировка также смещается, уходя от нашей планеты к другим уровням, или планам существования. Ощущая отдельные компоненты и проявления энергии, я в начале мысленно увидел, затем интуитивно почувствовал и наконец понял, что земная жизнь не имеет заранее установленного порядка. Да, Земля привлекает сознание; по этим процессом управляют те аспекты сознания, которые обладают внутренне присущей тягой к Земле. Другими словами, земное существование — не единственное во Вселенной, и его совсем не обязательно ощущать практически во имя индивидуального совершенствования, или ради понимания Высшего Существа.

Тут я понял, что вся эта информация — лишь прелюдия к развитию навыков внетелесных ощущений. Правда, прежде мне пришлось осознать, что ВТО не является обязательным условием развития сознания. В ту же ночь дон Хуан телепатически передал мне, что для меня ВТО должно быть совершенно необходимым упражнением. Тогда я бережно собрал все предварительные сообщения. Одно распоряжение просто требовало от меня смеяться, свободно говорить и завести множество друзей. Другое предлагало, чтобы я рассматривал ВТО не только как возможный, но и естественный элемент человеческого бытия. Еще одно указание гласило, что я должен позволить своим чувствам свободно бурлить во мне, не отпуская их от себя. Прошла неделя, и все эти разрозненные кусочки информации проявились. Наиболее интенси́вным этот процесс стал в последний день семинара, когда я не спал всю ночь, записывая получаемую информацию, в то время как нефизическое сознание то покидало мое физическое тело, то возвращалось в него.

Ценные советы все приходили и приходили независимо от того, слушал ли я кассету с упражнениями или нет. Как-то я телепатически услышал предложение следовать любым непривычным ощущениям. Например, слияние с теплом тела помогало обнару-



жить некоторые секреты ВТО. Безусловно, необычные ощущения или боль могли свидетельствовать о жизненной ситуации или состоянии, когда телу необходима помощь. Борьба с собственной язвой уже научила меня, что прислушиваться к голосу физического тела весьма полезно. Новая же информация сделала это знание более точным. Еще один совет убеждал: будь терпелив, не форсируй свои ощущения. Я уже узнал, что как только начинается процесс отделения, необходимо отдаться на его волю и плыть постепенно, как по течению реки. Кроме того, я обнаружил, что расправляться со своими заботами следует до сна; нужно как минимум решить проблемы мысленно, отложив их физическое решение на момент бодрствования.

Еще одна инструкция говорила о необходимости установки конечной цели. Поначалу целью должно стать что-либо значимое конкретно для вас. К примеру, мне ничего не стоит запланировать и опутить связь с моим *предпочитаемым местом*; при этом путешествие к этому месту значительно упрощается. Я также узнал, что должен быть активным и хорошо подготовленным физически. Завершающее послание гласило, что следует относиться ко всему легко, не усугубляя проблему, нужно бороться со своими страхами, прислушиваться к окружающему миру и стремиться к подчинению высшей силе. Когда забрезжил рассвет, я понял, что все эти советы и наставления были призваны лишь примирить меня с моим физическим телом.

В другом упражнении по методике «Полу-Сипха» я обнаружил, что мое сознание сфокусировано в некоем мире, где в небе над землей сверкает разноцветие розового, красного, белого и голубого цветов. В этом путешествии я достиг некоей странной конструкции, как будто взятой из научно-фантастического романа: все помещения были высокими, с потолками, напоминающими купол. Они были похожи на изящные зернохранилища различной высоты — почти как домики в Изумрудном Городе из известной сказки. Это даже скорее напоминало Рубиновый Город, поскольку все постройки матово сверкали красным светом. Дверей и окон не было, но я ощущал присутствие разумных существ, хотя и не видел их. Вдруг меня пригласили войти в один из домов, и тут же передо мной появилась сверкающая дверь платинового цвета. Дверь не открывалась — я просто каким-то образом вошел через нее. Уже внутри дома я услышал, как бестелесный голос советует мне появляться здесь почаще, ибо именно тут меня просветят о



различных аспектах существования и несуществования. Несколько месяцев спустя, уже во время лабораторных исследований в Институте, я вновь посетил эту до сих пор не известную цивилизацию разума.

Когда эти все еще невидимые существа отметили основательность моего обучения у допа Хуана, внутри меня возникло сильное чувство благодарности и признательности. Затем прямо поверх грандиозной структуры жилищ возникло лицо Мопро, и я понял, что должен поблагодарить его за это неопишемое путешествие. Так я и сделал. Теперь я понимал, что каким-то образом Мопро удалось соединить науку и технологию во имя новых возможностей созидания. В своем роде Мопро был высокоцивилизованным Толтеком, волшебником, у которого были свой стиль и своя страсть. И все же, как бы окрылили меня новые находки, я решил, что по окончании ученичества мне нужно немного успокоиться, чтобы установить еще одну связь. Нужно было практически *применить* тот заряд, который я получил от многих часов запятий по полусферической синхронизации.

В тот же день поздно вечером я бродил по окрестностям Института. В пазухах скопился густой туман и в разрывах проглядывали звезды. Я лег на скамейку и засмотрелся в ночное небо. Звезды одновременно начали вращаться вокруг оси, в центре которой находилась Земля. Тогда я выбрал одну звезду и, полностью сконцентрировавшись на ней, постарался удержать ее. При этом вращение остальных звезд замедлилось, а вскоре и вовсе прекратилось. Я встал, немного прошелся и начал *прислально созерцать* пелену тумана. У самой границы тумана появилась фигура с очертаниями человека. Фигура напоминала тень и, казалось, колебалась, как бы ожидая моего разрешения приблизиться. Тогда я послал ей осторожное приветствие. Тень придвинулась поближе, она была очень высокой, с большой головой и толстым телом. От нее до земли ниспадала просторная накидка с капюшоном. Я решил, что передо мной мужчина.

Тут я увидел фигуру моей собственной тени, а затем и третью полупрозрачную фигуру, которая, возвышаясь над мной, прислально смотрела вниз, прямо внутрь моей головы. Третий силуэт положил ладони мне на плечи и толкнул их вниз. При этом моя тень как бы сморщилась, и я почувствовал в этом приказ стремиться к подчинению. Одновременно я ощущал, что эта фигура — лишь еще одна (возможно, высшая) часть моего существа, ко-



торая, тем не менее, сохраняя свою целостность и целеустремленность, продолжала существовать.

Далее последовал интуитивный обмен информацией. Высокая фигура в капюшоне сообщила, что мне можно дожидаться космического корабля, который вот-вот прибудет, а затем сесть на него. Я открыто выразил свое нежелание. Когда-то я видел по телевизору сериал «Мерцающая зона», где была книга пришельцев под названием «Как человеку подать себя». В сериале эта книга оказалась обыкновенным взлезшим сборником кулинарных рецептов, так что с тех пор я весьма скептически относился к возможности проявления добрых намерений со стороны пришельцев из других миров. Фигура в капюшоне повторила свои слова, настаивая, что я должен преодолеть свои страхи. Я согласился. Немного времени спустя в небе возникла некая громадина, напоминавшая громадный корабль из фильма «2001: Космическая одиссея». Точные ее размеры указать вряд ли возможно. С виду корабль был плоским и гладким, высотой около трех с половиной метров, шириной где-то метр-полтора и тридцать сантиметров толщиной. Подчинившись команде подняться на борт, я остался на земле, одновременно оказавшись на чужой планете, поверхность которой состояла из пустыни и мерцающих скал. Тут все мои страхи по поводу пришельцев исчезли.

Осознавая происходящее, я также осознавал и присутствие моего физического тела на земной тверди. В тот момент я для себя определил, что воспринимаемые ощущения являются своеобразной проекцией, когда мне каким-то образом удалось намеренно трансформировать сцены чужого мира в физический пейзаж. Чисто практически казалось, что я одновременно являюсь и космонавтом, и космическим кораблем. Если бы при определенных обстоятельствах эта энергия могла материализоваться в полное физическое сознание, увиденное преобразовалось бы в более серьезную встречу с братьями по разуму. Если бы мое намерение окончилось на моменте выражения энергии, то можно предположить, что эта энергия сгустилась бы, став частью физического мира. Во всяком случае, испытанные ощущения стали мне уроком относительно того, как бороться с придуманными собой же препятствиями. В то же время этот урок отразил перспективу заняться исследованиями возможностей общения с взлезшим разумом.

По окончании программы семинара я продолжал поддерживать тесные и дружеские отношения с Сюзанной — одной из уча-



стищ, архитектором из Германии. Рассказывая о своих ощущениях уже много лет спустя после «Путешествия через Врата», я с удивлением узнал, что приблизительно одновременно со мной она также ощущала контакты с пришельцами из других миров. Сюзанна рассказала, что в ту памятную ночь она не могла уснуть. Подойдя к окну, она выглянула приблизительно в том направлении, где пахотился я; каким-то смешанным чувством, состоящим из *видения* и *чувствования*, она восприняла яркий свет, который спускался с неба в место на горе, где стоял я. Было слишком темно, чтобы Сюзанна могла увидеть меня, так что она решила, что в горах приземляется корабль пришельцев. При этом она почувствовала, как из круга света на горе исходит мощный пучок энергии. Она также ощутила энергию живых существ, движущихся в направлении Центра Института. Подумав, что этого просто не может быть, она сказала себе: «Полно, Сюзанна, проспай-ка!». Перед тем как ложиться в постель, она вновь выглянула в окно и увидела там нечто вроде смутного свечения, хотя ощущение энергии пропало.

Как я уже говорил, опыт семинара «Путешествия через Врата» позволил мне установить множество прочных связей с наиболее глубокими сторонами моего существа. За время семинара я с успехом усвоил учение дона Хуана, полученное за годы ученичества, да и коллеги-участники уверяли, что получили много полезного. Все отмечали, что по-новому чувствуют себя, других людей, да и всю жизнь. Так, например, выполняя упражнение «Фокусировка-10», менеджер большой компании по производству компьютеров обнаружил новые решения своих профессиональных и личных проблем. Самым первым практическим результатом для него стало избавление от головных болей, прежде годами мучивших его буквально с утра до ночи. Немецкие архитектор и психотерапевт сообщили, что «Фокусировка-12» позволила им преодолеть свои страхи, по-новому чувствовать, обрести более прочную эмоциональную базу. В процессе «Фокусировки-15» профессиональный психиатр ощущал одновременно прошлое, настоящее и будущее. Сюзанна рассказывала, что во время медитации она спонтанно переходила на уровни наподобие тех, которые возникают в упражнении «Фокусировка-21»; ее очень взволновала возможность свободного выхода на эти уровни.

Еще до начала семинара Мопро говорил нам, что после «Путешествия через Врата» никто из нас не сможет «вернуться обратно».



Он объяснял, что перед занятиями все мы пребывали на определенной стадии девственного непонимания существования; мы были полны собственных иллюзий и искаженных верований. Благодаря же «Путешествию» мы обрели возможность «совершить количественный скачок в своем неведении». Нам предстояло отбросить свои иллюзии и установить новые взаимоотношения со «взрослым» миром. С моей точки зрения, это все оказалось правдой. Закончилось мое ученичество, потускнела детская наивность — но зато передо мной открылись новые горизонты действительно взрослого мира.

Основные направления

В марте 1988 года я участвовал в организованный Институтом шестилетней программы для прошедших семинар «Путешествие через Врата» под названием «Основные направления». Как и в семинаре, в этой программе используются четыре уровня *фокусировки* — 10, 12, 15 и 21; однако записанные на магнитофонную ленту упражнения направлены на использование пятнадцатого и двадцать первого уровня, или уровней «отсутствия времени» и «альтернативных энергетических систем». «Путешествие через Врата» способствует общему развитию сознания, тогда как «Основные направления» направленно помогают занимающимся развивать свою целенаправленность, какой бы индивидуальной она ни была. У одного это может выражаться в интуитивности, другой будет лучше осознавать внешние направляющие факторы, третий, может быть, сможет использовать *туннельный эффект* для перемещения в совершенно иную, независимую реальность.

У меня отдельные части программы вызвали иллюзию, будто ничего не происходит: я не осознавал, что именно я изучаю. Вместе с тем я понимал, что где-то, как-то ко мне приходят новые знания. Во мне действительно существовало совершенно определенное ощущение собственного роста, исследования чего-то нового, овладения новым знанием — просто я не мог «осознать» эти новые ощущения. К концу программы я начал понимать, что динамика «Основных направлений» значительно отличается от динамики «Путешествия через Врата». Семинар буквально взорвал внешнюю оболочку моего сознания, отправив меня далеко за пределы моего собственного понимания. Программа же, в свою оче-



редь, взорвала сознание изнутри, соединив мое осознание с глубинами, куда мне пикогда не доводилось проникать ранее.

Еще более важным представляется то, что программа вызвала во мне ощущение завершенности. В течение нескольких лет до участия в «Основных направлениях» основным источником удовольствия для меня заключался в исследовании психофизического восприятия — в основном в том виде, в каком оно отражалось во *внетелесных ощущениях*. ВТО интриговали меня, приносили ощущение своей значимости; в каждом мгновении ВТО я находил чувство ожидания, ощущение безграничного потенциала. В сравнении с *внетелесными ощущениями* обыкновенная физическая жизнь казалась пресной и скучной. Когда я поработал в программе «Основные направления», то ощутил, что физическая реальность таит в себе не меньший потенциал. Осознание этого все росло, порождая убежденность, что теперь я уже не могу возвратиться к старым, привычным способам воспринимать окружающий мир. Теперь я понимал, что скорее умру, чем соглашусь опять обречь себя на жизнь без силы и тайны, в существовании которых (неважно, в физическом или ином мире) я уже убедился.

В первый же вечер, во время «инициационной» медитации я увидел элементаль, или духа природы. Я воспринимал его как существо ростом около двадцати сантиметров, с крыльями размахом где-то двадцать шесть сантиметров. В остальном фигурка элементали имела человеческие — жепские — очертания. В руке она держала скипетр с пятигранником наверху; пятигранник отражал во все стороны лучики света. Незнакомка произнесла: «Мы будем с тобой».

Насколько я понимаю, подобные существа должны витать вокруг таких объектов природы, как деревья, реки и животные. Моя первая встреча с элементалью произошла несколько лет тому назад, в моей квартире в Тампе. Мой тогдашний гость был ростом около тридцати сантиметров; крепким сложением он напоминал кузнеца. Одежда элементали состояла из коричневых бриджей, стютчюка цвета свежей листвы и зеленого же котелка. Я как раз заходил в столовую — и тут увидел незваного гостя. В изумлении я выскочил из комнаты, а когда вернулся, его уже и след простыл.

Несколько позже во время запятий по программе я вновь встретился с женщиной — крылатой элементалью во время выполнения записанного на магнитофонную пленку упражнения. Я обнаружил, что местом ее обитания было устье реки — она была



«духом воды». Через два дня по окончании программы я возвратился от друзей — и мы встретились с нею опять. Перейдя мостик, я остановился на пригорке и загляделся в воду. Тут у кромки воды я увидел ее. Вспорхнув, она подлетела ко мне и села на мое правое плечо. Чувствование подсказало мне, что ее зовут Ксена (see-nah).

Она сообщила мне, что я должен рассказать людям о пей и о ее отношении к природе. Когда люди вырубают растительность, говорила Ксена, дом элементарей исчезает из нашего мира. Мы не можем уничтожить элементарей, но мы разрушаем нашу связь с ними и теряем способность воспринимать их. Неделию спустя я вновь пришел к этому месту, и Ксена показала мне свой дом. Я увидел, что над берегом существует целая система крошечных полупрозрачных пещер. Я понимал, что в настоящий момент в моей физической реальности берег выглядит твердым и прочным, что в нем нет никаких туннелей, но одновременно я осознавал и мир Ксены — мир, который сосуществует с нашим (если мы, люди, позволим ему это).

Записываясь по программе «Основные направления», я также получил больше сведений о ВГО — как правило, их сообщал мне какой-то мягкий, спокойный голос изнутри. В определенном смысле я начал постепенно обобщать приобретенный опыт. Собрав воедино крупицы полученного знания, я пришел к определению ВГО, как направленного смещения восприятия прочь (или в сторону) от физического тела, возможно, даже в иные измерения. Во время внетелесных ощущений мое восприятие обладало формой и материальностью. Кроме того, я рассмотрел ВГО и более практически: я обнаружил, что их можно использовать при контактах с духами-проводниками, для выживания (во время *трэкинга*), во время исследования этого и других измерений, а также при манипулировании временем, пространством и энергией.

Благодаря кумулятивному эффекту от недели постоянных упреждений, в последний вечер заплывов я через туннель вошел в контакт с Чарльзом, который представился, как внеземной дипломат из созвездия Плеяд. Хотя общались мы недолго, я позволил ему воспользоваться мной и выступить перед остальными участниками. Полностью рассказ Чарльза помещен в главе «Беседы в созвездии Плеяд».



Работа в Институте

Мое обучение в Институте происходило и в другом измерении. Так, с января 1988 года я начал работать там водителем. Я привозил участников программы «Основные направления», которые прибывали в аэропорт города Шарлоттвилль, штат Вирджиния, в Центр, а затем отвозил их обратно. Это, на первый взгляд, пехитрое занятие позволяло мне сравнивать энергию участников до и после их занятий по программе. При этом неизменно оказывалось, что после занятий они были более расслаблены и уверены в себе физически, улучшалось чувство юмора. Усовершенствовав свою способность *видеть*, я обнаружил, что у прошедших обучение по программе поле ауры — энергии, излучаемой телом и окутывающей всего человека — стало чище и ярче.

Позже у меня появилась возможность устроиться на полную ставку в администрацию Института. В мои основные обязанности входило поддержание документации в порядке, ответы на вопросы участников относительно «Опыта Восприятия Врат», проводимых в Институте исследований и курса «Полу-Сипха». Подобно остальным институтским программам, обучения серии «Врата», «Опыт Восприятия Врат» способствует изучению собственного сознания.

Еще одной моей обязанностью было выслушивать личные впечатления от ВТО и отвечать на связанные с этим вопросы. В Институт поступало множество телефонных звонков и писем со всего мира; на основе сообщений складывалась картина общности *внетелесных ощущений* во всех уголках планеты. Независимо от культурных и географических особенностей своей страны, люди писали о сходных ощущениях, а это указывало на универсальность ВТО. Эта часть моей работы, вероятно, более всего остального помогла мне весьма досконально разобраться в собственных ощущениях и снабжать других достоверной информацией о ВТО и техниках ее развития.

Повторное путешествие

В мае 1989 года, работая в Институте, я записался во второй раз на семинар «Путешествие через Врата», чтобы лучше изучить переходы между различными состояниями сознания, особенно те,



которые относились к ВТО. Семинарские занятия помогают развивать более широкий спектр ощущений за счет постоянных переходов от одних уровней *фокусировки* к другим, и это дает возможность накопить достаточный опыт самых различных перемещений. Я надеялся, что «Путешествие через Врата» поможет мне исследовать эти переходы между уровнями *фокусировки*, а затем использовать полученные знания при изучении ВТО. Из разговоров с сотрудниками Института я понял, что допускать мысли о цели в практический опыт семинара нельзя, ибо приступать к занятиям следует, заранее отказавшись от каких-либо ожиданий. Кроме того, мне рассказали, что повторное «Путешествие через Врата» нередко воспринимается совершенно иначе.

После первого же упражнения я почувствовал, что во мне плывет поток энергии; вскоре этот поток устремился прочь из моего физического тела. Тут я вспомнил одно из правил в ВТО: на самых ранних стадиях медитации почувствуй различия между физической и нефизической энергией. Полностью переключившись на вступительную стадию семинара, я лишь позже осознал свою основную цель в нем: например, я понял, что любой переход является совершенно определенным, конкретным и независимым от других состоянием осознания. В процессе перехода может произойти все, что угодно, потому что собственно процесс перехода в свою очередь также состоит из множества определенных, стабильных состояний осознания. Проиллюстрируем это на примере радиоприемника: если его указатель настройки находится в конце шкалы и вы крутите ручку, чтобы перевести его в другой конец, приемник последовательно воспримет все радиостанции, действующие на данный момент в данном диапазоне. Таким образом, определенных и стабильных состояний осознания (в примере — радиостанций) великое множество, и вы имеете возможность остановиться, или настроиться на любое. Кроме того, вы можете перемещаться по всему диапазону, или границам сознания (подобно переключению между средними и ультракороткими волнами, вы можете выбирать между физическим и нефизическим осознанием).

Это, в свою очередь, означает, что за исключением возникающих *чувствований* или движения энергии во время перехода, маловероятно, чтобы вы восприняли два перехода как одинаковые. Осознание каждого человека подвержено влиянию множества факторов: окружающего физического мира, эмоциональных пе-



репадов, смены отношения и т. п. Если бы все они оставались постоянными — а это вряд ли может произойти — тогда вероятность возникновения сходных друг с другом переходов была бы большей (но все равно не стопроцентной). В противном случае, каждое состояние сознания (радиостанция) в процессе перехода может оказывать влияние на ощущения вообще. Как и в радио, сигнал передающей станции может в один день оказаться сильнее, и тогда его влияние на переход будет более мощным, чем в другой день. К этому добавлю, что под переходом подразумевается перемещение между любыми двумя точками внутри вашего сознания. Шансы испытать одинаковые переходы крайне невелики.

Мне также удалось достигнуть цели — увязать уровни фокусировки с ВТО. Например, я обнаружил, что Фокусировка-10 помогает легче добиться физического расслабления и с ее помощью проще различать физические и нефизические типы энергии. Во время Фокусировки-12 появлялись кое-какие ощущения, напоминающие ВТО; однако общей интенсивности, свойственной востелесным ощущениям, не наблюдалось. Фокусировка-15 не приводила в состояние ВТО, но с ее помощью можно было легко освоиться с собственным физическим телом. А впечатления от путешествий во время Фокусировки-21 часто казались востелесными ощущениями, даже если в тот момент я не испытывал состояние ВТО.

Один из участников программы, узнав о моем интересе к изучению ВТО, однажды попросил меня, чтобы я помог ему покинуть физическое тело при сновидении. Я согласился. Мы договорились встретиться в определенное время (когда прослушивали записанное на магнитофонную пленку упражнение) в период сновидения. Мне самому было интересно: удастся ли «вытянуть» моего собеседника из физической оболочки? Итак, в означенное время мое нефизическое тело отправилось в ККХС моего нового знакомого. Я легко различил его физическое и нефизическое тела. Моя энергия «зацепилась» за его нефизическую энергию и я потянул ее вверх, мысленно напоминая ему о нашем плане. Он сопротивлялся; казалось, будто он весит целую тонну. Я узнал, что по какой-то причине он не хочет отправляться со мной. Тогда я взмыл прочь, одновременно пытаюсь разобраться в том, что делать дальше.

Вдруг я оказался в соседней камере. Там был один из участников, который некогда высказал мне определенное и решительное желание испытать ВТО, хотя и не просил ни о какой помощи. Приблизительно посередине его спины я заметил сгусток энергии,



который напоминал короткий цилиндр. Этот цилиндр связывал физическое и нефизическое тело занимающегося. Я просто *узнал* о существовании этой связи — точно так же, как знал о том, что она удерживает его, не позволяя отделиться от тела. Я подвигал своей нефизической рукой сквозь эту энергию, намереваясь убрать ее. После нескольких махов я обнаружил, что больше не *вижу* ее. Тогда я оставил ту камеру, чтобы лучше изучить процесс перехода.

После окончания упражнения мой второй «пациент» рассказал остальным членам группы, что он впервые пережил ВТО. Он сказал, что непосредственно перед этим ощутил присутствие некоего мужчины и решил, что это, очевидно, один из инструкторов. Потом его нефизическое тело отделилось от физической оболочки, покинуло ККХС, вылетело из здания и поднялось над Институтом. Позже из разговора с первым участником программы я узнал, что он никоим образом не ощутил моего присутствия.

Во время следующего упражнения я обнаружил, что мое осознание движется по своеобразному *туннелю* из пыльных облаков. В конце туннеля был виден белый свет. Оттуда возникал столб света неправильной формы с зубцом на конце. Тогда я подумал, что это был луч созидания. Мысленно я представлял себя в окружении этого света, причем светящийся столб упирался в меня, словно я стоял на цепи под лучом софита. По мере того как цвет свечения изменялся, менялось и мое настроение. Тогда я понял, что одна из стоявших передо мной задач заключалась в том, чтобы подобрать цвет, гармонирующий с моим привычным настроением. Благодаря этому я мог лучше *сонастроить* себя с силой созидания в облике луча. Кроме того, я понимал, что это был и луч жизни. Путешествие к источнику луча означало необходимость выйти за рамки жизненных реалий. И тут я понял: самое лучшее путешествие вполне может заключаться в том, чтобы отправиться против течения — вверх по лучу, — делая это постоянно, пока жив. При этом я мог испытать состояния сознания, параллельные осознанной физической смерти. Осознанная смерть должна была заключаться в том, чтобы частично сопротивляться силе смерти, невзирая на муки умирания, для того чтобы осознавать все, вплоть до мгновения последнего перехода.

В самый разгар запятий по программе я почувствовал, что пахожусь в состоянии еще неизвестного мне перехода. У меня все чаще возникали мысли и ощущения, что вскоре мне предстоит



покинуть Институт. Новая информация была настолько неожиданной, что я попытался проверить свои ощущения, проделав шесть независимых упражнений с использованием «Полу-Синха». Каждый раз выходило, что я должен покинуть Институт, чтобы заняться определенным самостоятельным делом. В течение нескольких лет я сознательно жертвовал стабильной, гарантированной работой во имя получения новых впечатлений в компаниях, занимающихся развитием восприятия и пропагандой соответствующих методов. АПП и Институт обладали международным авторитетом, так что работа в них была мерилом определенного успеха на пути к моей цели. Теперь же пришло время использовать полученный опыт для целей иного порядка.

Через два дня после «путешествия», занимаясь медитацией, я без помощи «Полу-Синха» отправил свое осознание в *Фокусировку-21*. Мысленным взором я увидел, как ко мне приближается столб белого света, на поверхности которого выступает несколько кубов, сфер и пирамид. При этом я испытал поразительную радость, которая до этого пикогда не бывала у меня такой сильной. С помощью внутренних мыслей я спросил эти странные предметы, что они обозначают, и почувствовал ответ: вскоре в моей жизни произойдет много нового и хорошего.

Через некоторое время я уволился из Института и решил отправиться на лето в Нью-Йорк. Я жил то на Лонг-Айленде, то в Манхэттене. К моему удивлению, я обнаружил, что очень люблю сбитую в плотный комок, вибрирующую энергию громадного города. Более пасторальная атмосфера у Хемптонов на Лонг-Айленде создавала неповторимый контраст, и это стимулировало мое восприятие, позволяя по-новому увидеть мир. В то время я начал серьезно работать над этой книгой и стал ездить по стране, проводя семинары.

Профессиональное членство

Институт Монро состоит из Отделения Образования и Исследовательского Отделения. «Путешествие через Врата», «Основные Направления», другие программы, а также упражнения с использованием магнитофонных записей и методики «Полу-Синха» представляют собой начальную стадию образовательного направления. Несмотря на то что деятельность Института всегда связана с исследованиями, Исследовательское Отделение самостоятельно



проводит изыскания не только земных, но и довольно необычных явлений.

Среди профессионалов, работающих в Исследовательском Отделении, есть врачи-терапевты, психологи, специалисты в вопросах образования и ученые. Все они применяют в своей работе изобретенные в Институте методики. К примеру, когда я в первый раз участвовал в «Путешествии», мне попала журнальная статья о работе Института. Из нее я узнал, что Девон Эдрингтон — преподаватель философии в Общественном колледже в Такоме (предместье Вашингтона) — провел уникальный эксперимент, используя во время классных занятий технику «Полу-Сипха».

Вначале он записал на магнитофон комплекс из «Полу-Сипха», способствующий концентрации внимания на том материале, который он собирался изложить студентам. Кроме того, Эдрингтон поместил в начало каждой пленки упражнение на расслабление. Он пригласил добровольцев и провел сеанс сравнительной учебы между двумя группами изучающих психологию. «В общем, — подытожил Эдрингтон, — результат заключается в том, что студенты, использовавшие этот метод, усвоили материал в целом на балл лучше, чем ребята из контрольной группы».

Учитывая склонность людей лучше работать в атмосфере повышенного к ним внимания (эффект Хоуторна), Эдрингтон решил получить изучить эффективность техники «Полу-Сипха». Потом он познакомился с Джо Ди Оуэнс, учительницей начальной школы из Такомы, которая имела пятнадцатилетний преподавательский стаж. Результаты Эдрингтона произвели на нее большое впечатление. Под влиянием этого Оуэнс начала иногда использовать методику «Полу-Сипха» во время занятий в первых классах. Практически применить паузики было вряд ли возможным, поэтому учительница транслировала импульсы «Полу-Сипха» через стереоколонки, «смешав» синхронизирующую вибрацию с тихой легкой музыкой. Вначале учебного 83/84 года Оуэнс начала использовать «Полу-Сипх» ежедневно через определенные регулярные интервалы. Через два месяца обнаружилось, что большинство из учеников первого класса научились писать так, будто они уже обучались этому год. «Через шесть-восемь недель мои ученики в состоянии самостоятельно выражать на письме собственные мысли и писать длинные законченные фразы», — говорит она.

Более того: Оуэнс утверждала, что ее метод позволяет ученикам избавиться от перенапряжения и «делает их более мягкими».



Она сообщила, что ее ребята могут заниматься самостоятельно в течение значительного времени. Чтобы это было возможным, добавляет Оуэнс, необходимо добиться основного — внимания. «Самой большой проблемой в образовании является способность обучающихся концентрировать свое внимание», — добавляет она. По этому поводу Эдрингтон сообщает, что успех пришел в результате «умещения фрагментированности внимания учеников», хотя поначалу преподаватель высказывал несогласие с методикой Оуэнс, полагая, что эффективность «Полу-Синха» непосредственно связана с применением паузников. Так или иначе, на основе фактов Эдрингтон пришел к выводу, что метод Оуэнс хотя и менее эффективен, по все же «дает отличные результаты».

Позже мне случилось беседовать с Полом Тревисом, врачом-психиатром, работающим в Вашингтоне. Он рассказал мне об одном пациенте, ветеране войны во Вьетнаме, который страдал от синдрома скрытого стресса и имел «достаточно серьезную степень агорафобии» (агорафобия — психическое расстройство, связанное с боязнью открытого пространства). Занимаясь лечением этого пациента, Тревис, в частности, использовал упражнения по методике «Полу-Синха» и обнаружил, что этот способ «обладает истинной драматической способностью уменьшать уровень тревожности за счет улучшения реакции на расслабление». Это лечение дало пациенту решимость удаляться все дальше и дальше от своего дома, и теперь, по словам Тревиса, «он вполне в состоянии вести самостоятельный образ жизни». В принципе, добавляет психиатр, его подопечный «почти полностью излечился, тогда как другие [страдающие этим же синдромом и не прошедшие лечение с использованием «Полу-Синха»] чувствуют себя гораздо хуже».

В 1988 году доктор медицины Майкл Даллинг, доктор юридических наук Лоуренс Фолк и магистр искусств Эпп Мартин провели в Сан-Франциско восьминедельный семинар для ВИЧ-инфицированных (людей с положительной реакцией на вирус СПИДа, поражающий человека). На объявление о наборе добровольцев откликнулись восемь гомосексуалистов. У участников семинара наблюдались различные симптомы заболевания, включая расстройство сна, физические боли в результате клинических экспериментов по излечению от СПИДа, очаги поражения опоясывающим лишаем, состояние стресса, чувства беспомощности и безнадежности. Среди тем, обсуждавшихся на семинаре, были системы укрепления веры в себя, вопросы борьбы со стрессами,



способы повышения иммунитета, а также методы визуализации. Вместе с магнитофонными записями упражнений на расслабление и визуализацию дополнительно использовались двадцать две пленки из методики «Полу-Сипха».

Все добровольцы, участвовавшие в семинаре, сообщили об общем улучшении сна. У двух ВИЧ-инфицированных, страдавших от сильных болей в результате химиотерапии, полностью исчезли болевые ощущения. Все участники отметили, что пленки с упражнениями «Полу-Сипха» вызвали у них общее улучшение самочувствия и позволили расслабиться физически. Один больной, у которого был опоясывающий лишай, не обнаружил никаких изменений в частоте и интенсивности проявления болезни.

Думаю, что приведенных примеров достаточно для иллюстрации разнообразной деятельности профессионалов в данной области. Исследования в этом направлении продолжаются, и Институт все чаще публикует сообщения об успешном применении методики «Полу-Сипха». Где бы ни применялась эта методика — в кабинете стоматолога или автогопках, в исследованиях внетелесных ощущений или лечении аутизма, в преподавании или психиатрии, — она неизменно помогает лучше понимать человеческое осознание. Результаты многих из проведенных Институтом испытаний были опубликованы и, таким образом, стали доступны широкой публике.

Лаборатория

Другой конец всего спектра исследовательских работ непосредственно связан с лабораторными экспериментами. Лаборатория Института является непосредственным продолжением первых исследований Монро относительно человеческого сознания. В 1958 году Монро начал испытывать случайные ВГО (он детально описал это в своей книге «Путешествия вне тела»). Пытаясь лучше разобраться в феномене ощущений вне тела, Монро основал свою первую группу исследователей. Вместе они начали изучать воздействие определенных последовательностей звуковых колебаний на человеческое осознание. В начале 1970-х годов Монро основал в Эфлоне, штат Вирджиния, центр «Уилсфилдские исследовательские лаборатории». Впоследствии, в середине 70-х, Монро переехал на новое место, где и основал нынешний Институт, призванный поддерживать и дальше развивать эти исследования.



Начиная с мая 1984 года, я имел возможность участвовать в качестве испытуемого в 22 лабораторных экспериментах. В каждом эксперименте было три участника: испытуемый, который слушает пленки с записями «Полу-Синха», позволяющие ему испытывать различные состояния сознания, а затем подробно рассказывает о собственных ощущениях; инструктор, который поддерживает голосовую связь с испытуемым и помогает ему фокусировать свое внимание; и наконец — техник, в обязанности которого входит следить за качеством сигналов «Полу-Синха» и записывать данные об изменениях физиологического состояния испытуемого.

В течение первых нескольких экспериментов я лежал на водяном матрасе с подогревом. Помещение было маленьким и напоминало обыкновенную спальню. Прямо над головой висел микрофон — моя связь с инструктором, находившемся в комнате управления экспериментом. На голове у меня были стереонаушники, а к пальцам были прикреплены электроды, с помощью которых измерялось изменение гальванической реактивности кожных покровов (ГРК). Метод определения ГРК многим напоминает проверку на «детекторе лжи»; смысл замера ГРК в обнаружении изменяющегося сопротивления кожи слабому постоянному электрическому току, проходящему по ее поверхности между двумя прижатыми к коже электродами. ГРК позволяет определить степень тревожности индивидуума.

Со временем лаборатория разрослась. «Спальню» сместили на камеру десенсибилизации. Единственным сходством оставались водяной матрас с подогревом, микрофон над головой да стереонаушники. Стены, пол и потолок камеры теперь были покрыты слоем меди — это позволяло предотвратить влияние электромагнитного излучения извне на результаты эксперимента. Кроме того, камера была хорошо изолирована, а фундамент ее теперь покоился на песчаной подушке, так что ни посторонний шум, ни малейшие колебания земли больше не влияли на осознание испытуемого.

Теперь контроль физиологических параметров организма, помимо ГРК, включал датчики для измерения температуры тела и электрического потенциала кожи (ЭПК). Это действительно необходимо: например, у некоторых испытуемых по мере возникновения все более сильных ощущений в результате эксперимента возникает повышение температуры кожи ладоней. Метод ЭПК ос-



повышается на измерении разности электрических потенциалов на поверхности кожи без пропуска слабого тока между электродами. Сотрудники Института обнаружили определенную закономерность, когда стимуляция восприятия в процессе эксперимента вызывает изменения ЭПК вне зависимости от результатов измерения ГПК. На сегодняшний день эти исследования еще слишком непродолжительны, чтобы можно было однозначно трактовать физиологические или психологические причины, влияющие на колебания измерений; но в будущем полученные результаты могут оказаться полезными для уточнения обстоятельств, влияющих на изменение сознания.

За последнее время Институт еще больше усовершенствовал свою техническую базу — теперь исследователи пользуются мощным двадцатикапальным комплексом, позволяющим измерять параметры электромагнитной активности головного мозга. Современные компьютерные технологии позволили отказаться от традиционных методов электроэнцефалографии, когда для записи волновой деятельности мозга требовались десятки и сотни метров специальной ленты. Теперь достаточно взглянуть на экран монитора, чтобы увидеть самые сложные графики, отображающие частотную и амплитудную составляющие излучаемых мозгом электромагнитных волн — причем все это в отличном разрешении и дополняется цветной картой волновой деятельности мозга, проецируемой на паружную поверхность черепа!

Современное техническое оснащение позволило реализовать несколько новых программ, одна из которых называется «Испытание талантов». Участники экспериментов по этой программе имеют особые способности в направлении энергии, нетрадиционном исцелении, ВГО или математике. Им предлагается продемонстрировать свои выдающиеся способности, находясь под контролем новейших энцефалографов, датчиков температуры, измерителей ГПК и ЭПК. Затем результаты исследований анализируются с тем, чтобы определить, можно ли найти «общий знаменатель» для людей с неординарными способностями в каждой конкретной области. Например, может оказаться, что имеющие особый дар к математике в процессе активного решения экспериментальных задач обнаружат сходную последовательность электромагнитного излучения мозга. В этом случае сотрудники Института, используя уже отработанную технологию, смогут записать пленки для «Полу-Сипха», которые будут генерировать определенную последова-



тельность стереофонических сигналов, имитирующих определенную последовательность волн, излучаемых мозгом. В результате удастся пайти ответ: можно ли таким способом повысить математические способности человека, слушающего эту специфическую пульсацию? Кроме того, подобные исследования служат для обогащения существующих шестидневных программ обучения, а также применяются в лабораторных экспериментах.

Во время каждого лабораторного исследования испытуемым вначале дают прослушать шум океанского прибоя, за которым следует «пурпурный звук» — хаотичный шум, модуляции которого выходят за пределы шкалы восприятия нормального человеческого уха. Пурпурный звук создает своего рода основу, фундамент для последующего восприятия частот «Полу-Синха»; кроме того, этот звук вызвал лично у меня какое-то постоянное, неподдающееся описанию «едипое» звучание, которое как бы убаюкало меня, позволяя отрешиться от обычного мыслительного шума в голове. Благодаря этому я смог лучше раскрыться, или осознать восприятие опущений, паходящихся вне обыденного повседневного сознания. Потом техники включали упражнения «Полу-Синха» — и наступала основная фаза эксперимента.

Исследования, в которых я участвовал, продолжались почти пять лет. Темы проведенных экспериментов можно обобщить до четырех основных групп: путешествия вне тела; чакры, или центры нефизической энергии; перевоплощение и внесемной разум (ВР). Иногда исследование охватывало все четыре области. В этой главе я расскажу об экспериментах, относящихся к первым трем темам. Лабораторные исследования в области ВР были более многочисленны, и о них я расскажу позже.

Мои рассказы о впечатлениях, записанные в процессе исследований, нередко были отрывочными и грешили всякими грамматическими неточностями; поэтому я кое-где подредактировал записи, стараясь максимально сохранить их достоверность. Там, где информация оказывалась изначальнo понятной, я поместил в кавычках более точные определения. Кроме того, я добавил несколько рассуждений относительно моей оценки обстоятельств эксперимента.

Каждое отдельное исследование в той или иной степени увеличивало пределы моего осознания. Я *практически ощущал* эти эксперименты, а не только сообщал о мыслях инструктора, проходивших через мой мозг. Я воспринимал эту информацию с по-



монцию интуиции, визуально, кинестетически и/или посредством слуха. Я всегда вначале осознавал, а затем входил в ту или иную энергию, и это требовало от меня ослабить свое обычное восприятие через физические органы чувств, одновременно пытаюсь перейти к непривычным способам восприятия. В сущности, в то время обычные пять физических органов чувств были для меня бесполезны. Если даже программа «Путешествие через Врата» не убедила меня полностью, то проведенные впоследствии лабораторные эксперименты не оставили и теперь сомнения в том, что «мы — это не только наши физические тела».

30 мая 1984 года

Я шел по дорожке из красного кирпича, ведущей от автомобильной стоянки к лаборатории, ощущая легкое волшебство от предвкушения. Осторожно постучал в дверь. Мне открыл инструктор. Его лицо светилось сердечной улыбкой. Он пригласил меня войти, и я очутился между рядами сложных электронных приборов. Внутри лаборатория выглядела словно павильон, где собираются снимать научно-фантастический фильм. Инструктор и техник явно спокойны и стараются сделать так, чтобы я тоже расслабился. Пока инструктор объясняет мне детали эксперимента, техник укрепляет электроды ГПК на пальцах моих рук и ног. Потом мне на голову надевают наушники, техник спрашивает, насколько мне удобно, и покидает комнату. Начинается эксперимент. В первое мгновение я осваиваюсь с пурпурным звуком и сигналами «Полу-Сипха», позволяя своему уму «парить в свободном полете». В голове мелькают несвязные картины и образы; постепенно восприятие стабилизируется, образы упорядочиваются и возникает ясность мысли.

Неожиданно я переношусь мыслями к Средиземному морю. Я рассказываю о том, что вижу развалины древнегреческих городов. После этого я переношусь в Англию, где наблюдаю Биг-Бэн. Потом мое осознание возвращается в физическое тело: я снова оказываюсь в Институте. Немного позже я опять переношусь к Средиземному морю, затем в Англию, а оттуда — в американскую колонию Новой Англии. Там у меня возникает особое чувство сопричастности празднованию Дня Благодарения. Полностью сконцентрировавшись на визуализации (или



мысленных образах), я вижу индейских аборигенов и поселенцев: они стоят и сидят вокруг большого, грубо сколоченного стола. Я чувствую, будто когда-то так или иначе побывал там; я ощущаю какую-то родственную связь с американскими индейцами.

Потом я начинаю путешествовать по чакрам собственного тела, и осознание резко изменяется. Впрочем, все это соответствует движению энергии внутри моего физического тела и вокруг него.

Находясь в седьмой чакре, я вижу изображение цветка лотоса, который традиционно ассоциируется именно с этой энергетической сферой. В середине цветка находится крошечное облачко, напоминающее комочек ваты, но более плотный с виду. Я рассказываю инструктору, что тычинки цветка служат приемниками, а это облачко в середине является основным приемником, или зоной восприятия седьмой чакры.

На шестой чакре я обнаруживаю нечто вроде четырех гребней, торчащих из моего лба. В центре образовавшегося квадрата находится пестик, окруженный тычинками.

Я отметил значение дыхания как средства связи с окружающим миром... прана.. жизненная сила.

Пятая чakra появляется в виде необыкновенного цветка, растущего из моей гортани. Его лепестки совсем крошечные, изящные, но упругие; они фиолетового цвета и окружены легким голубым свечением энергии.

Четвертая чakra — это сила (напоминающая биение пульса), которая «выходит и возвращается из-под». Я вижу ее в виде большого распустившегося цветка гибискуса.

В третьей чакре я вижу сверкающее желтое сияние. Тут же появляется мысль, что оно воплощает мудрость всего человечества.

Вторая чakra оранжевого цвета, причем я убежден, что она связана с ощущениями вне тела.

Первая чakra вызывает ощущение первичности — первозданной сущности. Цвет красный. Жизненность.

Потом я чувствую свечение вокруг живота и одновременно легкое напряжение. Я замечаю, что мой центр находится в двух



с половиной — пяти сантиметрах выше пупки и чувствую, что это место является центром силы (в смысле равновесия). Центр тяжести... Срединная точка.

Потом я чувствую себя слегка ошалевшим, будто я долго спал; однако оказывается, что прошло лишь сорок пять минут. В комнату бесшумно входит техник; снимает с меня электроды и наблюдает за мной, чтобы убедиться, что я в состоянии самостоятельно встать. Я выхожу из испытательной комнаты. Наступает стадия «разбора полетов». Инструктор спрашивает меня о самочувствии. Я отвечаю, что чувствую себя отлично, если не считать легкого головокружения. Потом мы обсуждаем эксперимент. Инструктор проверяет, остались ли у меня хоть какие-то ощущения после того, о чем я сообщил. И вот я выхожу на улицу, под яркие и теплые лучи солнца. Я чувствую, как от окружающих Институт гор исходят волны тепла. Ощущение недавнего открытия вызывает во мне чувство душевного подъема, а мысль о недавнем пребывании в месте, где совершенствуется сознание, наполняет меня удивительным спокойствием.

6 июня 1984 года

Этот экспериментальный цикл представляет собой удивительную смесь из бурно сменяющихся мысленных образов и ощущений, связанных с перевоплощением. К концу эксперимента обрывочные фрагменты коллажа дополняются ощущением целостной картины. То, что я испытал, оказалось слишком всеобъемлющим, чтобы это можно было выразить словами. Мне даже пришлось отдохнуть, чтобы понять, что я воспринял гораздо больше, чем в состоянии объяснить. После завершающей беседы с инструктором я коротко описал то, как эксперимент помог мне лучше разобраться с метафорами о перевоплощении.

Например, каждая книга на полках библиотеки оказывается душой, обладающей целостным и неразрывным в своей сущности духом. Каждая глава книги оказывается индивидуальной жизнью.

Еще одна метафора: капля в море. Каждая капля — это жизнь, причем все жизни происходят в один и тот же момент.



9 августа 1984 года

Несмотря на свое положение новичка, я начинаю чувствовать себя «старым, опытным волком» — это безусловно свидетельствует о степени моей пассивности. Инструктор и техник относятся ко мне очень дружелюбно, стараясь сохранять обычную деловую атмосферу. Они быстро и привычно готовят меня к следующему эксперименту.

У меня возникает смутное ощущение, что я парю в воздухе над лабораторией, поглядывая вниз.

Инструктор спрашивает, что я ощущаю. Я отвечаю ему, что чувствую присутствие энергии ВР — и еще что-то. Выполняя рекомендацию инструктора, я направляю свое внимание за пределы ВР и оказываюсь в туннеле. В дальнем конце виден белый свет.

Я ощущаю этот туннель как водоворот, конец которого теряется где-то далеко-далеко. Я чувствую, что белое свечение представляет собой единое, целостное и неделимое энергетическое поле неопишуемых размеров. На выходе из тоннеля я вижу громадный шар белого света. Несмотря на то что я ощущал его в каких-то абстрактных терминах (вероятно, это нечто личное), я в состоянии понять, отчего этот шар можно воспринимать как некое громадное светящееся существо — или сущность.

Приближаясь к свету, я воспринимаю его в виде чистой энергии, или как пустоту (в зависимости от моей ориентации). Проникнув внутрь свечения, я ощущаю, что оно может быть использовано в личных целях, пассивно по натуре и нейтрально по знаку. Здесь восприятие перестает быть интеллектуальным. Я обращаюсь к инструктору со словами, что, наверное, можно взять с собой в путешествие интеллект, поскольку это свечение представляет собой энергию, пронизывающую все сущее, не исключая и сам интеллект.

Потом я пронизываю свечение насквозь: оказывается, что по другую его сторону все выглядит словно в зеркальном отражении. Там присутствует зеркальное отражение той физической вселенной, которая мне известна из повседневной жизни.



Мой разум буквально отказывается воспринять масштабность впечатления. Я покидаю свечение и ко мне постепенно возвращается осознание того, что я лежу на упругом водяном матраце.

19 октября 1984 года

Сегодня мне предстоит пройти два эксперимента: утром и в полдень. По этому поводу я чувствую особое волнение. На душе необыкновенно легко и я жду начала эксперимента с явным нетерпением.

Вскоре после начала у меня появляется кинестетическое ощущение тоннеля внизу живота. Я снова вижу поле белого света. Без всякого предубеждения и раздумий я говорю о том, что белый свет является одной волной, одним цветом в общем спектре бытия — если не считать дополнительного цвета (диапазона). Феноменологические аспекты света [такие, как Концепция Семи резонансных Частот], или собственно бытия, представляют ценность сами по себе; вместе с тем, их нельзя отделить от этого белого света. Белое свечение пронизывает собой всю жизнь. Физические чувства выхолащивают это понимание до простого восприятия. Туннель является представлением восприятия относительно силы, которая ведет нас обратно, к этому белому свету. Из-за направленности света и его единой сущности все это часто воспринимается в виде тоннеля. Избежать этого невозможно. Это не в моей воле, но в Его.

На этот раз я без всяких колебаний проникаю в самый центр свечения, смеясь над всем. Основываясь на новой точке зрения, я обнаруживаю, что все мы, люди, слишком серьезно воспринимаем самих себя. Мне удастся прикоснуться к тому, что напоминает самые сокровенные глубины моего естества. Во мне неслышным ослепительным цветком взрывается знание того, что все сущее возникает одновременно. При этом я остаюсь со своим убеждением в том, что существует бесконечное количество вариантов физической, земной реальности, причем каждый вариант слегка отличается от остальных. В одной реальности я осуществил военную карьеру; в другом мире оказалось, что я никогда не был военным. Вот еще одна реальность: я убит во время войны во Вьетнаме. И еще одна, когда я чувствую себя



японцем-реставратором. И еще одна, где я нахожусь во главе большой бразильской корпорации. И еще одна, где я оказываюсь венгерским крестьянином. И так до бесконечности.

По окончании эксперимента я задумываюсь над тем, как можно применить полученное осознание. В течение нескольких последующих дней в моем мозгу неожиданно всплывают полузабытые кусочки пережитого. Я понял, что тогда существовала иная физическая реальность, отличие которой от реальности моего нынешнего существования заключалось в том, что одна-единственная клетка моего волоса оказалась иной. При этом новая реальность была столь же осязаемой, не менее физической, чем та, в которой я действительно существую. Одно небольшое изменение привело к тому, что вся вселенная оказалась другой. Я знал, что существует и другая реальность, отличие которой заключается в различном строении уже двух клеток моего одного-единственного волоса. Эти различия можно было экстраполировать до бесконечности, включая сюда все возможные варианты.

Но я также понимал, что мои желания, стремления, и особенно черты моей натуры, *сопоставлялись* меня именно с той реальностью, в которой проявляли себя эти специфические формы. Другими словами, мои желания и стремления приводят меня (или *сопоставляют*) к той самой реальности, где уже существуют определенные аспекты созидания, отраженные в этих самых желаниях и стремлениях.

Меня мучил вопрос: есть ли какое-либо практическое изменение этого нового осознания? Более трех лет я отчаянно боролся со знанием, полученным в результате этого эксперимента; когда же я наконец разложил все по полочкам, оставалось лишь рассмеяться: как бы тяжело ни было, мне просто нужно было оставаться здесь и сейчас. При этом любая другая реальность, которая разворачивалась передо мной, должна была оказаться результатом максимального использования того, что было в моих силах в каждый конкретный момент настоящего.

19 октября 1984 года

В этот же день я участвовал во втором эксперименте, где мне довелось еще раз встретиться с белым свечением. Чем больше я пропитываюсь этим свечением, тем менее значимой оказывается



необходимость раскладывать все по полочкам. Просто появляется желание «побродить». При этом я несколько не страдаю от лентаргии — напротив, я все больше и больше стремлюсь к простой и тихой жизни.

Мысленным взором я охватываю колонны, которые поддерживают здание, а также белое свечение. Потом на какое-то мгновение я оказываюсь в месте, которое увязывается у меня с периодом расцвета Римской Империи; после этого я отправляюсь в Атлантиду.

«Перевоплощение — довольно неудачное понятие», — ни с того, ни с сего говорю я, соприкасаясь с какой-то неопределенной энергией. «Тут скорее нужно говорить об одновременных множественных воплощениях, о проявлении энергии с точки зрения временного фактора. Например, с точки зрения белого света, можно взять пять энергий, из которых [в свою очередь получается] еще пять энергий, по одной из каждой, а у этих возникает соответственно еще пять... Энергия, из которой берут начало пять любых других, является сверхдушой [в этом случае она является составной энергией, объединяющей по крайней мере пять индивидуальных, или раздельных сущностей].

В момент биологической смерти мы естественным образом встречаемся с другими умершими, поскольку Это (сверхдуша) является темместилищем, где суждено быть каждому. В этой области время и пространство отличаются, хотя и остаются феноменальными [наблюдаемыми]. Возвращается ли энергия обратно в свечение, или остается на (каком-либо) месте — это лишь вопрос точки зрения. Это зависит лишь от того, в какой сверхдуше вам суждено находиться.

Последующее перевоплощение [в смысле будущей жизни] может оказывать влияние так же, как и прошлая жизнь, потому что и то и другое происходит одновременно. Предыдущие воплощения оказывают на нас большее влияние, чем будущие, лишь из-за природы нашего мышления [наше образование и воспитание является условным в смысле линейного восприятия времени. Другими словами, мы выстраиваем прямую из прошлого, настоящего и будущего, не воспринимая время, как одновременность. Поэтому наше восприятие идет на поводу наших верований, а наши практические ощущения непосредственно связаны с восприятием].



*Смысл жизни в том, чтобы ощутить ее саму — вот и все.
И это зависит от индивидуальной организации восприятия».*

Я удивился, что все это время говорил достаточно быстро, не раздумывая над смыслом сказанного. Ни инструктор, ни техник не придали этому какого-то особого, необыкновенного значения. Они все это проходили раньше, так что кажется, будто все, что случается во время эксперимента, их устраивает. Ощущение того, что какая-то незнакомая энергия говорила посредством моих голосовых связок, вызвало много вопросов (но не дало никаких ответов). Несмотря на то что я читал о *туннельном эффекте* и видел людей, занимающихся этим, я не был уверен, что мне хочется идти таким путем.

7 мая 1985 года

В начале этого эксперимента я контактировал с ВР. Однако оказывается, что эта связь либо исчезает, либо каким-то образом перефокусируется туда, где контакт с ВР не кажется столь очевидным. Несмотря на то что я не оценил по-настоящему этот *туннельный эффект*, происходящее напомнило мне процесс передачи голосовых связок другой сущности, поскольку я свободно излагал все, что приходило мне в голову. Остальная часть эксперимента относилась к чакрам, или центрам психофизической энергии, которые располагаются вдоль позвоночника, начиная от копчика и заканчивая макушкой. В этот раз я старался не редактировать получаемую информацию, так что, как это нередко бывает, мысли изложены в темпе стаккато.

«Первая чакра: давление в основании черепа соответствует первому энергетическому центру, или чакре. Красный цвет. Выживание. Сохранение вида. Биологическое. Первородное.

Вторая чакра: вызывает сильную энергетическую стимуляцию и общий подъем. На предварительных ступенях является отличной точкой сборки, или фокусировки, чтобы с ее помощью вызывать ВГО. Часто относится к половой сфере.

Третья чакра: желтый. Разум. Совершенство. Объективация. Персонификация. Овладение всеми сферами физического мира. Оптическая в смысле разделения. Очищение восприятия и овладение им.



Вторая и третья чакры вместе: как одно целое способствуют разделению. Физические. Эфирные. Астральные.

Первая, вторая и третья чакры: вместе дают импульс к исследованию и развитию.

Все чакры соотносятся с ВТО по мере того, как занимающийся приобретает опыт. Первая слишком неосознаема, воздушна — трамплин к ВТО. Вторая вызывает осознание, отличное от физического. Пятая, шестая и седьмая создают осознание — в смысле более сложных ВТО. Еще более очищенная энергия... Новая игра в мяч.

Четвертая чакра: сострадание. Область сердца. Чакры с первой по третью отвечают за разделение: отсюда пробиваются первые ростки чувства собственной уникальности. Взаимосвязанное с этим осознание. Эпицентр ощущений. Свойства скорее размытость, чем разделение.

Пятая чакра: голубой. Очень близко к голосовым связкам. Связана с самовыражением посредством голоса. Выражение посредством голоса становится более гармоничным, сильным и резонирующим; оно само по себе является силой. Звук воздействует на уши, горло, сердце и тело. Входит в основные союзы (период новичка).

Шестая чакра: шишковидная железа. Полный спектр психического восприятия. Сложная организация. Чрезвычайно совершенна и склонна к разделению.

Шестая и седьмая чакры: действуют совместно в смысле привязки индивидуума ко всему эфирному.

Седьмая чакра: полное совершенство и погружение в целостный спектр преобразованного осознания. Очищение этой энергии предполагает возможность входа в другие области осознания. Лепестки лотоса.

Вторая и седьмая чакры: выглядят размытыми.

Третья и шестая чакры: разделительные.

Вторая и третья связаны воедино так же, как шестая и седьмая, но в обратном порядке (зеркальное отражение).

Семь центров осознания представляют собой истинный спектр человеческого осознания. В этой теоретической модели они не являются чем-то конечным. Они принадлежат человек-



ности». Проникновение внутрь белого свечения является единственным проходом через Врата. Дальше открываются другие сферы бытия.

«Пятая, шестая и седьмая чакры: сознательное пересечение реальностей. Через эти центры проходит процесс осознания и генерирования восприятия [с тем, чтобы можно было общаться между реальностями]. Чакры представляют собой теорию, в которой содержится самоотражение информации. По мере того как человек возвращается [привлекает свое внимание] к чакрам, они (как и связанные с ними виды восприятия) становятся более очевидными. Они превращаются в широкий проспект для сонастройки себя, следовательно, они создают энергетические проспекты, которые помогают точнее фокусировать каждую энергию. Следовательно, чтобы заставить работать седьмую, нужно вначале позаботиться о своих биологических, интеллектуальных и сексуальных потребностях».

К тому времени я прочел лишь несколько книг о чакрах. Запово просматривая этот материал, я не обнаружил никаких явных различий — за исключением того, что касается двух или трех энергетических центров, образующих другой способ восприятия. Свою первую информацию о чакрах я собрал почти год назад во время первого своего эксперимента. Однако мой интерес к этой тематике получил толчок именно во время нынешнего исследования; он побудил меня принципиально заняться изучением чакр во время медитации с тем, чтобы проверить полученную информацию.

8 мая 1985 года

Иногда по ходу эксперимента приходила информация, которая никак не согласовалась с естественным течением событий. В первой части исследования у меня был контакт с неким Абе, который, по его собственным словам, существует там и тут, везде и нигде. Я ощутил эту энергию только один раз. Когда инструктор попросил меня дать какое-то определение этому явлению, я назвал его просто «Абе».

«Выражение повседневной жизни облегчает возможность перевода сознания вовне [ВТО]. Осторожная, плавная, резонирующая, намеренно продуманная повседневная жизнь увеличива-



ет способность до такой степени, когда экстериоризация сознания становится естественным результатом. При условии, что человек считает это совершенно необходимым. Это ни в коей мере не определяется потребностями развития. Подходить ко всему нужно с радостью, независимо от результатов.

Погружение в повседневную жизнь, концентрация на том, что здесь и сейчас; колебаться и тянуть время там, где это окажется подходящим. Полное выражение жизни».

Потом я ощутил разрозненные кусочки информации, исходившие, казалось, ниоткуда. Один фрагмент заключался в том, что использование оранжевого цвета во время медитации может облегчить ВТО. Другое соображение рекомендовало, чтобы все вокруг шло своим путем и советовало не беспокоиться о результатах. Последнее сообщение утверждало, что туннель является фокусом восприятия, который соотносится с переходом так же, как жизнь со смертью — если хотите, это своего рода побочный эффект. Это просто индивидуальная невербальная интерпретация процесса во время перехода.

8 мая 1985 года

Когда в процессе этого эксперимента пошла информация, непосредственно отображающая теории Толтеков, я почувствовал волнение. В одном случае я определенно ощутил присутствие дона Хуана — по крайней мере, у меня возникли очень сильные воспоминания о нем. Поэтому эксперимент показался мне действительно особенным.

«Иногда сновидения являются результатом случайностей в повседневной жизни [в немного размытом виде]. Это представляет собой феноменальную деятельность низшего порядка. Более совершенные сновидения кажутся яркими в самых различных отношениях — наподобие вещей снов. Когда сновидения проникают вглубь сознания индивидуума, они становятся осознанными. Это осознанное сновидение может оказаться ловушкой из-за более глубокого состояния осознания; тогда оно становится всеобъемлющим, конечным».

Сновидения хорошо подходят для расширения и исследования сознания. Они определяются конкретным местоположением точки фокусировки.



ВТО является результатом размещения индивидуального намерения с последующей его фиксацией на точке фокусировки сновидения, которая сама по себе уже является зафиксированной. Если точка фокусировки находится в физическом мире, то и экстериоризация сознания также будет происходить в физической реальности.

Сновидение представляет собой естественное смещение фокуса осознания; следовательно, является случайным упражнением... немного слабительного свойства. Руководство сменой сновидений — это связь с другими областями разума/осознания.

Существуют связанные с этим процессы, которые напоминают сновидение у нефизических сущностей. Сновидение далеко не всегда обязательно, во всяком случае, в том смысле, что оно является естественным выражением сознания. Эти процессы позволяют индивидууму осознавать составляющие части энергии.

Аура — это один из аспектов целостного светящегося тела индивидуума. В светящееся тело также входят физическое тело, эфирное тело, астральное тело и тело причинности. Восприятие определяется расположением точки фокусировки на поверхности светящегося тела. В определенном смысле аура является отражением светящегося тела.

13 декабря 1987 года

Этот эксперимент в основном заключался в отдыхе внутри специальной комнаты, так что сообщать мне было не о чем. Когда я заговорил, я никоим образом не определил тип той энергии, с которой я слился воедино. Откуда-то из голубого пространства выскочила «десятая чакра». Большинство известных мне систем описывают лишь семь чакр, причем все они связаны с физическим телом; но сейчас я ощущал не только обычные семь, но еще и три дополнительных чакры вне моего физического тела. То было начало «Метрической системы чакр». Как часто бывает, мои впечатления от эксперимента стали провозвестниками аналогичных ощущений в повседневной жизни.

Немного позже, занимаясь медитацией, я вдруг осознал существование трех центров нефизической энергии: они располагались над седьмой, самой верхней чакрой. Восьмая соответствует



энергии переходов между измерениями. В то время как первая чакра ориентирована на физическое, на восприятие условий выживания, восьмая соотносится с нефизическими сущностями, физическими внеземными существами и их соответствующими измерениями. Мне показалось, что с ней ассоциировался пурпурно-фиолетово-серебристый цвет. Девятая чакра представляет собой воплощение белого света, вершины всего сущего. Десятая — это источник белого света, его «жилище». Это — то самое неясное, из которого возникает явное, созданное позже. Я никогда не воспринимал цвет, ассоциируемый с этой чакрой; однако в моем мозгу появился мысленный образ наподобие буквы «V», олицетворяющий ее энергию.

«Чтобы исследовать белый свет, человек должен обладать равновесием разума и эмоций. Без достаточной связи с другими уровнями бытия такое исследование может превратиться в некую двойственность, не отвечающую ни физическим, ни эмоциональным потребностям. При этом получаемые впечатления будут лишены как целостности, так и силы. Местом существования белого света является принцип объединения абсолютного ничто — десятая чакра».

3 июля 1988 года

Я сообщил о ВТО, но попытка выйти за пределы комнаты для экспериментов лишала меня возможности сообщать о моих наблюдениях, так что я решил отказаться от подробных сообщений и немного полетал над лабораторией. Позже я рассказал инструктору о вероятности того, что, если я использую туннельный эффект и потом выйду за пределы собственной телесной оболочки, мне удастся и дальше комментировать, продолжая исследования других измерений. Но если покидаешь тело спокойно, а потом испытываешь ВТО, это приводит к прекращению сообщений о переживаемом. Остальная часть эксперимента касалась ВР.

1 декабря 1988 года

В это время лабораторные исследования были в основном направлены на ВТО и ВР. Эксперимент, в котором я участвовал, относился к обоим феноменам.



Я чувствую, что ВТО вызывает у меня чрезмерную озабоченность, искажая мою энергию и мое внимание.

Потом с помощью чего-то вроде неслышного мысленного сообщения я воспринимаю технику ВТО:

1. Для лучшего управления телом сохраняй нефизическую энергию внутри физического тела.

2. Позволяй нефизической энергии направляться туда, куда она стремится, сохраняя в себе чувство понимания того, что она делает.

3. Между указанными двумя состояниями существует оптимальный промежуток, в течение которого можно высвободить на некоторое время свое второе тело.

Еще до меня неизвестно откуда доносится совет: каждый день находить время для занятий ВТО и исследований методики перехода к ощущениям вне тела.

Я интуитивно воспринимаю созвездие Плеяд в качестве места моей будущей жизни, моего следующего воплощения.

16 января 1989 года

Инструктор с вниманием отнесся к сделанным мной ранее замечаниям о том, что в процессе эксперимента мне хочется, чтобы мной меньше руководили. Он предлагает мне просто присутствовать на эксперименте, не получая никаких рекомендаций. Сегодня мне не нужно регулярно докладывать о собственных ощущениях.

У меня возникает видение громадной деревянной двери, которая, словно плотина, закрывает дорогу потоку чистой, прозрачной воды. Дверь прилегает плотно, так что ни капли не просачивается через нее. Потом появляется шар белой энергии; он проникает сквозь дверь.

Позже я понял, что видение символизировало технику ВТО, где шар энергии был собственно ощущениями вне тела. В частности, увиденное означало, что если я буду предотвращать возможные утечки собственной энергии, не расходуя ее понапрасну, то смогу чаще испытывать ВТО.



2 февраля 1989 года

Хотя раньше мне доводилось слышать о проекции третьего нефизического тела за пределы второго тела (о состоянии вне тела), именно во время этого эксперимента я впервые осознанно испытал это. Несмотря на то что эксперимент предусматривает мои регулярные сообщения о впечатлениях, инструктор вновь объявляет, что я могу просто участвовать в эксперименте без всяких указаний экспериментатора.

Я покидаю свое физическое тело, превратившись в энергетическую сферу. С этой новой точки зрения я вижу свое физическое тело в окружении физических реалий лабораторной комнаты — даже несмотря на полную темноту. Кроме того, возвращая свое внимание физическому телу, я могу ощущать комнату. Я также в состоянии воспринимать с какой-то третьей точки зрения шар энергии: кажется, будто он весит у потолка комнаты. Эта третья точка зрения воспринимается мной как нечто не имеющее формы, или тела, посредством которого можно было бы воспринимать. Это просто осознание.

Мое путешествие по стране, отличающейся от страны Толтеков, породивших культуру, основанную на развитии нефизического восприятия, оказалось весьма полезным. Со временем я научился чувствовать себя более спокойным, твердо стоящим на ногах, уверенным в своем пути, созданном на основе Тропы Толтеков и работы Института. Языки Тропы Толтеков и Института оказались во многом совместимыми: оба они научили меня открывать восприятие и путешествовать в новые измерения; вместе с тем, оба языка оказались по-своему упикиальны в смысле избирательного просмотра различных ландшафтов. Например, Тропа Толтеков рассматривает восемь краеугольных камней и знамений, а Институт говорит об уровнях фокусировки и «Концепции семи резонансов».

Программы Института не только значительно усовершенствовали учение дона Хуана, но и преподали несколько новых уроков. Применяемые в Институте физические технологии как бы сплетали особую ткань, отражающую исследование восприятия. Вероятно потому, что эта технология была более физически доступна, чем методы дона Хуана, я смог добиться большего равно-



всия в объединении собственных физических и нефизических энергий. Основанные на технологии уроки всегда возникали на базе физической реальности. Вместе с тем, они были прочно соединены с вполне осязаемой сферой влияния.

И все же больше всего я обязан этими уроками разнообразию впечатлений от жизни и работы в Институте. И сотрудники, и другие участники программ, и даже дон Хуан — все они сделали возможными эти уроки, которые образовали великолепный узор на той ткани, которая всегда будет согревать и хранить меня во время путешествий как в этой жизни, так и, наверное, за ее пределами.

Глава 5

Несколько советов для путешествия

Как стимулировать, уравнивать и фокусировать восприятие

Какие бы путешествия мы ни предпринимали, нам обязательно приходится сталкиваться с предшосылками, определяющими конечный успех всего мероприятия. Так, отправляясь с палаткой на природу, мы берем спальные мешки, смену одежды, нож и, вероятно, пищу. Перед дальней поездкой мы осматриваем свой автомобиль, проверяя уровень тормозной жидкости, количество воды в радиаторе, плапги, патрубки, приводные ремни, шины и все остальное, что приходит нам в голову. В этом смысле путешествие тропами восприятия ничем не отличается: мы знакомимся с инструментами и способами, с помощью которых сможем высвободить свое воображение и которые поддержат нас, помогут восстановить внутреннее равновесие, если мы окажемся в невиданной ранее стране, утратив всякую связь с привычными ощущениями реальности.

Запимаясь по методикам, описанным в этой главе, вы сможете стимулировать осознание чакр и восьми краеугольных камней восприятия. Это даст вам силы более эффективно использовать собственные способности. Эти упражнения заставляют *точку фокусировки* перемещаться, направляя восприятие от привычной обыденности в область тонких материй и магии. По мере того как это будет происходить, мы обнаружим, что восприятие имеет различную форму, размеры и конфигурацию, а с помощью опыта мы «покроем смазкой» наше восприятие так, чтобы оно гладко катилось из одного неизведанного места в другое. Таким образом мы можем исследовать различные измерения времени и пространства, знакомиться и беседовать с другими жизненными формами, а также путешествовать в самые сокровенные места внутри нас самих. Направляющую силу восприятия образуют теории и взгляды об устройстве реального мира; а упражнения и технические при-



смы дают нам способ проявить эту направляющую силу, опустить ее, а также дальше развивать наши взгляды и теории.

Наше знание зиждется на опыте. Он представляет собой субстанцию, из которой мы черпаем как временные, так и вечные истины. Мы склонны воспринимать и практически переживать те взгляды, которым мы обучены. Но если стремление к знаниям порождается различными точками зрения, то практический опыт нередко дает нам то знание, масштаб которого превосходит известные точки зрения. Достаточное количество необычного опыта часто коренным образом меняет наш взгляд на мир, а это, в свою очередь, открывает новые возможности к познанию еще более необычных явлений. Так мы и развиваемся, двигаясь скачками, подобно лягушке. Технические приемы также дают нам возможность сохранять свою повышенную готовность и равновесие в момент, когда мы оставляем за спиной все прежние предположения о реальном мире и с головой окунаемся в новое познание, не отягощенное никакими ссылками и связями. После этого мы можем без всяких страхов и сомнений усвоить результаты такого познания. Когда мы применяем эти результаты в повседневной жизни, они дают нам возможность еще более расширить познание. Давайте, к примеру, предположим: вас учили, что внеземных существ не бывает. Что произойдет, когда вы воочию столкнетесь с этим феноменом? Сможете ли вы использовать этот опыт своего познания, не поддавшись искушению инстинктивно отвергнуть его достоверность? Именно поэтому технические приемы, направленные на изучение сознания, создают необходимую перспективу, с помощью которой вы сможете принимать нечто из ряда вон выходящее, избегая поспешных выводов.

Описанные ниже упражнения и технические приемы позволят вам создать себе сильный и прочный фундамент для того, чтобы начать, возобновить или расширить путешествия вашего сознания. Вы также найдете здесь упражнения, с которыми стоит поэкспериментировать, описания техник восприятия и управления психофизическими энергиями, методы уравнивания повседневной жизни. Все это имеет особое значение при работе с *первым*, или физическим, *вниманием*. Отдельные упражнения вполне сходны с такими же, существующими практически в каждой системе развития сознания. Различаться могут лишь названия да некоторые элементы; но общее сходство неизменно указывает на их эффективность.



Другие технические приемы более характерны для Троицы Толтеков. Я ссылаюсь на эти приемы в своих разговорах с доном Хуаном, его приближенными и учениками. Всякий раз они понимали, о чем идет речь, и нередко даже использовали аналогичную терминологию (что еще больше повысило ценность работ Кастапеды). К примеру, в книге Кастапеды «Путешествие в Икстлап» обсуждаются такие понятия, как *смерть-советчик* и *стирание личной истории*.

Какими бы ни были избранные вами упражнения, ваше отношение к технике их исполнения образует своеобразную связь, которая либо поможет вам вознестись до небес, либо будет прочно удерживать вас на самом дне, где нет и проблеска света. Не стоит отказываться от возможности сочетать существующие технические приемы, придумывать нечто новое или модифицировать старое. Старайтесь не растворяться в условностях техники — наоборот, используйте ее для того, чтобы она поддерживала вас. Если вы будете использовать технические приемы для серьезных целей (например, изучая Тропу Толтеков), они сделают ваши шаги к совершенству более уверенными и мощными.

Физические упражнения. Упражняйте свое физическое тело так же, как вы упражняете восприятие. Здоровые системы обращения позволяют другим энергиям свободно циркулировать по телу. Запишитесь спортом или хотя бы совершайте ежедневные прогулки. Забота о своем физическом состоянии поможет вам уменьшить стресс, связанный с исследованием необычных миров и укрепит вашу способность противостоять этому стрессу. Если вы не уверены относительно возможных ограничений при занятиях спортом и физическими упражнениями — проконсультируйтесь у врача-терапевта.

Группы поддержки. Регулярные встречи с теми, кто разделяет ваши интересы, могут помочь вам расширить познания в конкретной области и, вполне возможно, создадут у вас чувство сопричастности. Именно для этого при Ассоциации Исследования и Просветления создано Отделение группового изучения, деятельность которого направлена на помощь в формировании и развитии подобных групп по всему миру.

Иногда, впрочем, может получиться так, что группа начинает угнетать индивидуальные возможности самовыражения. При этом над членами группы постепенно начинает довлеть принцип



«так считает вся груша», когда несогласия с мнением и тенденцией большинства просто не терпят. Но и здесь вы можете найти для себя поистине неиссякаемый источник роста, если будете пытаться сохранять свое собственное равновесие в атмосфере петеримости, созданной «любимыми недругами».

Внимание. Внимание даст нам возможность воспринимать. Если вы обращаете внимание на свое развитие, то способность подмечать детали автоматически ускорит этот процесс. Чем больше вы будете обращать внимание, тем сильнее будет ваше осознание. Некоторые рекомендации, приведенные ниже, послужат вам основными направлениями, с помощью которых вы сможете извлечь максимальную пользу из упражнений, описанных в этой главе:

1. Выполняя упражнение, обращайтесь внимание на то, как вы это делаете. Старайтесь подметить, как различные технические приемы влияют на вас. Поначалу вы можете не заметить различий, но при постоянной тренировке это придет к вам.

2. Постоянно контролируйте (неоднократно!) выполнение упражнений и их интенсивность. Если вы обнаружите наиболее подходящий ритм занятий и нагрузку — следуйте своим наблюдениям.

3. Периодически пытайтесь выйти за рамки собственных возможностей. Расширяйте свое осознание.

4. Учитесь приспособливать себя и свою жизнь достижению намеченных целей. Реорганизуйте свою жизнь так, чтобы ваши стремления получили достаточную поддержку и направленность.

5. Обращайте особое внимание на ваше продвижение по намеченному пути; старайтесь увидеть, откуда вы начали движение, как далеко конечная точка маршрута и — что особенно важно — где вы находитесь сейчас.

Медитация. Смысл медитации, в частности, состоит в том, чтобы исследовать самые сокровенные глубины внутри себя. Она нередко помогает растворять препятствия и барьеры на пути к нормальному восприятию, служит своеобразной смазкой, позволяющей вам исследовать новые горизонты восприятия; медитация может быть и той направляющей силой, которая придаст смысл вашей деятельности. *Основное в каждой медитации — никогда не анализировать происходящее в процессе медитирования;*



пусть любое восприятие, каким бы оно ни было, посещает и покидает вас без всякой цензуры и осмысления с вашей стороны.

В процессе занятий вы обнаружите, что практическая польза медитации состоит в улучшении вашей способности к внутреннему расслаблению, а также в усилении ваших возможностей решать возникающие проблемы. Это тихое слушание поможет вам лучше и проще исследовать и понимать самого себя. Если вы решите, что «э» представляет ваши пылкие верования, подходы и модели поведения, а «то» будет означать более экспансивную часть вашей патуры, включая таинственность, непознанное, а также те ощущения и осознание, которые до этого вы видели лишь краем глаза — тогда вы можете сказать, что медитация позволяет вам объединить «это» в одно целое.

Существует множество книг, магнитных записей, семинаров и других обучающих средств, с помощью которых желающие могут изучить медитацию. Во многих вариантах медитации используется направленная визуализация. Визуализация представляет собой способ внутреннего расслабления и исследования нефизических энергий с одновременным контролем вашей способности к концентрации внимания. Не забывайте, что визуализация является лишь одним из приемов и что ее совершенно не обязательно считать моментом полной реализации ваших медитативных способностей. Попробуйте на себе несколько разных способов медитации; найдите наиболее естественный для вас. Используйте возникающий при этом опыт, когда будете открывать для себя самые потаенные уголки своего «я».

Пристальное созерцание. Техника пристального созерцания — это одна из форм медитации, которая позволяет вниманию мягко приходить и уходить. Это такое состояние зренья, когда вы плавно воспринимаете возникающие и исчезающие образы. Пристальное созерцание стимулирует вашу способность воспринимать нефизическую энергию (например, необычный свет) в почве, в небе, в окружающих людях. Кроме того, этот способ отлично помогает добиться внутреннего расслабления.

1. Расфокусируйте свой взгляд так, чтобы глаза «просто» смотрели вдаль.

2. Медленно поворачивая голову в разные стороны, внимательно осмотрите окружающий вас мир. Смотрите туда, куда вам хочется. Старайтесь увидеть необычный свет и (или) чувство.



3. Соберите небольшую кучку опавших листьев, потом сядьте перед ней и пристально взгляните в тени, отбрасываемые листьями. Смотрите за тем, как тени меняют свою форму, но не фиксируйте в памяти картину перед глазами.

4. Пристально посмотрите на облака (но только так, чтобы в глаза не попадал прямой солнечный свет). Вы можете увидеть множество светящихся точек, которые хаотично мечутся в небе. Умение различать эти светящиеся точки служит первой стадией превращения в *видящего*.

5. Попросите своего друга (подругу) встать перед ровной белой стеной и пристально вглядывайтесь в пространство вокруг контуров физического тела. Старайтесь увидеть свечение — это будет поле ауры данного человека.

Намерение. *Намерение* представляет собой сфокусированную энергию — энергию, которая жестко зафиксирована на каком-то объекте или направлена в определенную сторону. *Намерение* служит своего рода калькой, которая формирует наши впечатления. Если мы настраиваемся на что-то, то, как правило, нам удается достигнуть цели. Причем чем больше мы фокусируемся на этой цели, тем быстрее приходит результат. Если впоследствии наши интерес переключается на нечто другое, *намерение* быстро угасает — но вполне может оказаться, что мы уже подготовили почву и опустили туда семя. Приближаясь к намеченной цели, можно нередко заметить различные уровни *намерения*. При этом углубляются наши практические впечатления и решимость; неопределенность сменяется ясностью, а неведение уступает место знанию. Чтобы лучше узнать о *намерении*:

1. Создайте для себя общую стратегию: к чему я стремлюсь в своей жизни? Что хочу испытать? Чему научиться?

2. Создав стратегию, осторожно приступайте к приятию решений. Прежде чем окончательно определиться в необходимых действиях, постарайтесь максимально уточнить ситуацию и ее отдельные детали. Следите за тем, чтобы ваши решения ни на йоту не отходили от основной стратегической линии.

3. Если уж пришлось принять решение оперативно, на месте, — не отказывайтесь от него. Умейте доверять себе, верить, что вы поступили правильно и что ваше *намерение* заключается в действии на других уровнях во имя достижения поставленных целей.



4. Обращайте внимание на ваши ощущения в связи с принимаемыми решениями и по поводу ваших попыток достигнуть цели. Ощущаете ли вы разницу между энергиями? Обладают ли эти энергии фокусом и направленностью? В состоянии ли вы направлять их?

5. Будьте гибким: позволяйте неожиданностям спонтанно направлять вас к избранной цели.

6. Не забывайте об интуиции; прислушивайтесь к внутреннему голосу и обращайтесь внимание на то, как и куда он вас направляет.

Отношение. Отношение представляет собой одно из средств, с помощью которых вы легко добьетесь однозначности в смысле «пап — или пропал». Когда вы будете все глубже и дальше познавать свое сознание, отношение либо поможет вам преодолеть барьеры, или заставит вас буквально расшибить себе о них лоб. Изменение в отношении в конце концов может изменить ваши связи с окружающим миром, а развитие собственной индивидуальности или формирование своего определенного поведения может оказаться интересным и приятным. Вот что для этого нужно:

1. Старайтесь всегда осознавать, как именно ваше отношение к чему-либо влияет на ваше поведение и, соответственно, на различие в конечных результатах.

2. почаще говорите себе, что вам хочется больше узнать о своем отношении к чему бы то ни было. Добейтесь, чтобы такой подход стал для вас внутренним правилом.

3. Почувствуйте, как энергия этого обязательного правила собирается где-то в глубине вашей груди. Потом вытолкните эту энергию наружу, прочь от себя, чтобы она растворилась в окружающем мире. Освободитесь от любой энергии, связанной с этим намерением, а когда энергия вашего запроса к миру вернется, позвольте себе в полной мере ощутить новые впечатления.

4. Обращайте внимание на то, каким образом ваше различное отношение отражается на вашей связи с остальным миром. Посмотрите, как люди отвечают на смену вашего настроения, изменения в голосе, на ваши жесты и характерные движения. Не старайтесь моментально измениться, если вы обнаружили что-нибудь, что вам не нравится, — помните, что вы еще находитесь в



положении «разведчика», которому необходимо все разузнать. Накопите как можно больше информации об этом.

5. Изучайте варианты отношения на примере других людей, кинофильмов и т. п. Например, талантливо созданный персонаж обычно имеет целостное поведение, а посему может служить отличным объектом изучения. Вам может понравиться ехидная манера полицейского, или шутливый подход к жизни, с помощью которого студентка колледжа пытается подбодрить себя, чтобы преодолеть трудности.

6. Попробуйте экспериментировать с необычными вариантами отношения. Например, если вы находитесь под влиянием необычного стресса, представьте, что вы уже умерли, что теперь вам уже ничто не повредит и что вам преподнесли особый дар, благодаря которому вы можете прожить свою жизнь, даже не будучи живым. Потом ненадолго остановитесь, полностью расслабьтесь и запово поразмыслите над тем, как собираетесь вести себя дальше. Можно попробовать представить себя одним из участников съемок кинофильма. Что бы ни происходило в жизни — авария, ссора с любимым человеком, сказочный выигрыш в лотерею — представьте, что это лишь часть готового сценария. Убедите себя, что любое событие происходит лишь потому, что так того пожелали сценарист и режиссер. Потом со всей ответственностью оцените ваши ощущения и отправляйтесь дальше, продолжая чувствовать себя настоящим актером в кадре. Те варианты отношения, которые заставляют вас отказываться от привычной модели поведения, сами подскажут вам необходимую точку зрения, с которой вы сможете по-новому посмотреть на ситуацию и понять ее.

7. Найдите немного времени (неделю, месяц, год) для того, чтобы изучить свои варианты отношения и разобраться в них. Определите, каким образом вы можете положительно и целесообразно выразить себя и свои потребности. Разработайте свой личный, индивидуальный пакет отношений, который будет помогать вам в ваших начинаниях.

Непривязанность. Непривязанность (пожалуй, ее еще можно назвать отстраненностью) является совершенно необходимой моделью поведения при исследовании восприятия. Она образует нечто вроде тихой, спокойной зоны, или пространства между внешним обстоятельством или событием и вашей внутренней реакцией, или оценкой этого события. Непривязанность представ-



ляет собой нейтральную, но безусловно личную связь между окружающим миром и индивидуумом; она дает возможность более четко воспринимать паходящеея в непосредственной близости. Вот некоторые рекомендации, которые помогут вам развить в себе отношение *непривязанности*:

1. Осознайте свою полную связь с окружающим миром и ответственность за ваши действия. *Непривязанность* — это вариант отношения, связи с миром, поэтому никогда не отделяйте себя от остального мира.

2. Старайтесь всегда оставаться внутренне спокойным и уравновешенным. В этом вам помогут регулярные занятия медитацией.

3. Принимайте участие в групповых занятиях, не обращая внимания на то, как воспринимают вас остальные члены группы. Это не означает, что можно вести себя глупо, — просто если вам придется действовать вопреки установившимся в группе правилам, критика не должна воздействовать на вас.

4. Оказываясь в ситуациях, которые обычно заставляют вас «взрываться» и бурно реагировать, старайтесь вместо критики примирить свой разум и чувства с происходящим, не реагируя на раздражитель.

5. Воспитывайте в себе чувство самонаблюдения. Смотрите на себя как бы со стороны, не осуждая и не подвергая цензуре собственное поведение. Старайтесь не отождествлять себя с какими-нибудь ролями — просто позволяйте себе действовать естественно. Со временем вы обнаружите те пошасы поведения, которые вам необходимо изменить или вовсе устранить.

6. Старайтесь постоянно осознавать, что вы развиваете в себе *непривязанность*; будьте терпеливы, позволяя этому осознанию руководить вами. Иными словами, вы станете учиться определенным движениям, связанным с *непривязанностью*, просто высказав соответствующее намерение. Так что напоминаю еще раз: *обращайте внимание*.

Ответственность. Дон Хуан утверждает, что принимать на себя личную ответственность за свои действия — значит вести себя так, будто вся ваша жизнь постоянно находится у дуэльной черты. Он считал, что такая позиция, такое отношение создают общую ясность, которая позволяет человеку жить полной жизнью. Личная ответственность подразумевает необходимость жить



в мире с собой. Это позволяет вам сохранять контакт с самим собой и вырабатывать свободу поведения, при которой само поведение будет зарождаться глубоко внутри вас, как выражение высшего глубинного «я». Итак, чтобы развить в себе ответственность:

1. Прежде, чем действовать, полностью оцените ситуацию. Осторожно взвешивайте все «за» и «против» со всевозможных точек зрения. Будьте честны с собой по поводу самого себя. Отказываясь признать свои чувства и ощущения, вы ничего не добьетесь.

2. На протяжении дня спрашивайте себя: «Поступил бы я так же в порядке самовыражения, если бы сегодняшний день был моим последним днем на этой Земле?» Вместе с тем, после такой оценки собственного поведения не стоит быть ни чрезмерно серьезным, ни угнетенным.

3. Единжды приняв решение, полностью подчиняйтесь как ему, так и возникающим результатам. Никогда не старайтесь ни «переиграть самого себя», ни свалить вину на другого. Расходуя свою энергию на очередную возникшую проблему, используя все знания, полученные в предыдущих ситуациях.

4. Найдите в себе смелость пробовать новые, повторские решения. Создайте для себя широкую базу практического опыта, на которой будет основываться ваше знание.

5. Постарайтесь понять и оценить тот факт, что именно вы создаете свою собственную жизнь. Относитесь к этому с должным уважением.

Проекция. Проекция возникает тогда, когда вы приписываете другим происходящее внутри вас. Скажем, если вы гневно заявляете, что некто совершенно эгоистичен — это значит, что эгоизм сидит именно в вас самом. Чем больше вас беспокоит или раздражает поведение другого, тем сильнее это неприятное качество в вас. Но проекция может возникать и по поводу положительных качеств: к примеру, если вы находите, что данный человек отличается добротой и любящим сердцем, это значит, что вы также не лишены этих качеств.

Если вы перестанете ощущать ответственность за собственные действия и будете пытаться судить о поведении других, проекция может превратиться в настоящую проблему для вас. Чем больше вы будете позволять остальным быть такими, какими они есть, тем большего внутреннего равновесия вы сможете добиться.



Смерть-Советчик. Отношение к смерти как к советчику делает вашу жизнь подчеркнуто личной. При этом вы откажетесь от собственных претензий добраться до самой сути того, что всегда казалось вам важным. Любые сомнения и проблемы бледнеют перед лицом смерти. Значение всего берет начало в вашем сердце; при этом вы четко понимаете, как именно хотите жить. Возникающее чувство подчиненности помогает закалить и укрепить характер. Скажем, для меня наибольшая ценность смерти в том, что она позволяет сконцентрироваться на действительно значимом. Но при этом совсем не обязательно считать, что с физической смертью прекращается все наше существование. Впрочем, это несколько иной вопрос и другая проблема. Использование смерти в качестве стимулятора *фокусировки* служит практическим способом концентрации и *сонастройки* вашей внутренней энергии; в конечном итоге это позволяет вам жить максимально полно.

Сильная концентрация на смерти даст возможность так же сильно концентрироваться на жизни. Сознательно отказываясь от понимания того, что вы физически умрете, вы одновременно отталкиваете от себя наиболее значимые события в своей жизни. В результате вы придете к слепому отказу от того, чтобы «ухватиться» за эту жизнь. В учении донна Хуана есть несколько простых советов о том, как использовать смерть в качестве советчика:

1. Просто спрашивайте свою смерть о том, как вам стоит вести себя.

2. Старайтесь выработать в себе ощущение, что каждое ваше действие — это последнее деяние вашей земной жизни.

3. Применяйте технику *непривязанности*, чтобы не оказаться в плену у мыслей о смерти.

4. Дайте возможность энергии истекать из вашего сердца, таким образом направляя вас. Куда же направит вас сердце, отражающее самые сокровенные ваши глубины? Помните, что фокусом восприятия этой направленности для вас должна служить смерть; поэтому вместо того, чтобы искать ответы на вопросы типа «как добиться материального богатства?» или «почему весь мир настроен против меня?» и использовать подобное отношение, вы будете лишь легко отмечать то, что имеет для вас настоящую значимость.

5. Действуйте соответственно.

6. Со временем вы почувствуете, что вам удастся как бы одновременно осознавать энергии, связанные с жизнью и смертью.



Такое осознание значительно усилит ясность и чувство ответственности.

Уменьшение чувства собственной важности. Я не раз говорил дон Хуану, что способ использования *смерти как советника* был единственным стоящим методом в его учении. Возможно, это объяснялось тем, что я наконец-то обрел эффективный способ *сфокусировать* самого себя. На это дон Хуан отвечал, что самой ценной с практической точки зрения и мощной техникой является *уменьшение чувства собственной важности*. Он считал, что смирение позволяет нам отказаться от устаревших взглядов на мир, изменить собственное поведение и буквально возродить восприятие. Дон Хуан был сторонником сильного «я» в человеке, но это не исключало необходимости находиться в равновесии с Силой, а также с теми силами, которые существуют внутри и снаружи физического тела. Дон Хуан предлагал много способов *уменьшения чувства собственной важности*, которые позволяют лучше развить осознание мира вокруг внутреннего, сугубо личного «я». Вот некоторые способы:

1. Если в какой-то момент вы чувствуете, что стали «важной персоной» или занимаете положение, позволяющее глядеть на остальных сверху вниз, — поговорите со своей смертью. Поймите, что в любое мгновение ситуация может измениться. Конечно, это не значит, что не стоит замечать собственных успехов; это просто помогает сохранять правильное отношение к жизненным удачам, благодаря чему вы сможете добиться еще большего успеха.

3. Не позволяйте, чтобы поведение других воспринималось вами как оскорбление. Выработайте в себе подход к окружающим как к части природы. Поймите, что поведение любого человека ничем не отличается от поведения другого живого существа.

4. Помогайте другим. Неважно, будете ли вы сметать крошки с обеденного стола, участвовать добровольцем в работе какой-нибудь благотворительной организации или создадите собственную фирму по предоставлению социальных услуг — подобная деятельность позволит вам отвлечься от самого себя, обогатит вас дополнительным практическим опытом, поможет лучше разобраться в себе и в окружающих.

5. Защищайте себя, но не опускайтесь до обороны. Например, писатели защищают свой способ зарабатывать на жизнь, оформляя авторские права на собственное произведение. Таким образом,



никто не сможет воспользоваться их трудом в целях личной паживы. Топкость здесь заключается в том, что писатели не опускаются до обороны, например, в случае жарких дискуссий относительно ценности произведения. Книга сама становится аргументом и оправданием вложенного в нее труда.

Изменение постепенности. Изменение постепенности включает в себя разрушение устоявшихся привычек. Избавившись от привычки, вы даете себе самому возможность избрать новое поведение, новое мировоззрение. Новые впечатления, в свою очередь, дадут вам новые знания. Вот несколько советов, с помощью которых вы сможете ослабить тиски собственного восприятия:

1. Делайте хотя бы что-нибудь (неважно, что) просто ради изменения повседневности. Например, можно в один прекрасный день сдвинуть всю мебель в вашей комнате куда-нибудь на середину и оставить ее в таком виде на несколько дней. Потом снова расставьте ее, прислушиваясь к собственным ощущениям: что говорят ваши чувства относительно нового места для дивана? А куда бы вам хотелось поставить кресло-качалку? Не переживайте о том, как будет выглядеть ваша новая обстановка. Просто позвольте своим ощущениям направлять вас. Доставьте себе небольшую радость перемены.

2. В течение недели последите за тем, чтобы каждый раз обуваться, начиная с левой ноги; потом в течение четырех дней обувайтесь, начиная только с правой. Прделайте это упражнение некоторое время, бессистемно чередуя ноги.

3. Постарайтесь иногда ездить на работу другими маршрутами или в другое время.

4. Каждый день совершайте двадцати-тридцатиминутную прогулку по окрестностям вашего дома, руководствуясь при этом лишь собственными ощущениями. Старайтесь не прислушиваться ко всяким «за» и «против». Ощувив безотчетное желание пагнуться и подпять с тротуара яркую обертку от конфеты, не противьтесь этому чувству. Если вам в голову придет мысль без всякой видимой причины позвонить в дверь к соседу — немедленно подчинитесь, несколько не раздумывая.

5. Обращайте внимание на свои повседневные дела. Вполне возможно, вы обнаружите, что кое-какие внешне удобные привычки окажутся поверхностными, не имеющими никакого смыс-



да. Не исключено, что вы почувствуете, как привычки в поведении влияют на создание привычек в восприятии. Итак, если вы хотите воспринимать больше — дайте себе больше пансов.

6. При этом вы можете столкнуться с определенной проблемой, когда вы станете верить, что изменяете повседневность, но на самом деле начнете создавать себе ту же ежедневную рутину, но в большем масштабе. Так, если вы каждый день меняете маршрут, по которому едете на работу, в конце концов у вас сформируется привычка ежедневно добираться до работы по-новому. Чтобы этого не случилось, опять-таки пользуйтесь *ощущениями*: скажем, три дня подряд вы будете произвольно выбирать новую дорогу, а потом пару дней предпочтете ездить одним и тем же способом.

Стирание личной истории. Намеренное изменение или создание элементов вашей личной истории — вот упражнение, которое далеко не каждый найдет соответствующим индивидуальному чувству собственника. Необходимость лгать своим друзьям относительно моего местонахождения и событий прошлого вызывала потрясение относительно моих взглядов на самого себя и моего же отношения к остальному миру. В этом данная методика явно отличается от других. Придумывание историй о себе продемонстрировало мне, что цепочка событий, воспринимаемая мной как продолжительность жизни, — также не более чем одна большая выдумка. Но это была лишь одна точка зрения. Я начал рассматривать личность как внешнее проявления *святищающегося тела*. На пути исследования еще лежали глубинное самоощущение и личная связь с остальным миром. Эта методика не есть упражнение в искусстве обмана; она направлена на смещение *точки фокусировки* с места ее постоянного расположения. Чтобы овладеть этой техникой:

1. Сочините свою собственную историю — место и дату рождения, страну или город, где вы жили, школу, в которую вы ходили, и т. п., используя при этом любые, даже самые экстравагантные мысли и идеи. Создайте таким образом свой мир. Возможно, что вы захотите использовать эту технику в особых случаях, исключая необходимость составить резюме, или подать личные сведения при приеме на работу.

2. Старайтесь быть максимально честным по отношению к самому себе. Сохраняйте связь с собой и собственной жизнью, даже исследуя альтернативные способы переоценки своего существ-



воваия. Иными словами, даже если вы говорите кому-то, что являетесь президентом банка, не стоит делать заявление от имени этого учреждения.

3. Не позволяйте прошлому стоять у вас на пути. Не создавайте себе ограничений только лишь потому, что в прошлом вы совершили какую-то ошибку или вам не удалось настоять на чем-либо.

4. Дон Хуан считает, что как только человек смеет свое имя и фамилию, ему больше не понадобится техника *стирания личной истории*: новое имя автоматически изменяет нормальное течение личной истории и поэтому человек способен воспринимать самого себя с иной точки зрения.

Недоступность. Эта техника заключается в том, чтобы избежать всяческих течений, модных увлечений и энергий, которые отвлекают нас от главной цели: *сонастроить* себя с Силой и добиться равновесия с ней. Например, какой-нибудь последователь не сможет оказать на вас давление, если вы решите, что его требования находятся вне ваших основных интересов. При этом вы будете оставаться более сконцентрированным, целеустремленным и сосредоточенным. Помните фильм «Звездные войны»? Если воспользоваться аналогией с ним, вы сможете сопротивляться притягивающему лучу, с помощью которого корабль «Звезда Смерти» пытается управлять вами, — более того, вы прежде всего сможете просто избежать этого луча. И даже если вы совершите оплошность, оказавшись в крайне нежелательной для вас ситуации, *недоступность* поможет вам не допустить перерасхода энергии из-за треволпений, связанных с необходимостью вернуться на путь истинный. Вот несколько практических замечаний к овладению этой техникой:

1. Используйте смерть в качестве советчика. Действительно, зачем расходовать последние мгновения на всякие беспокойства, если вы находитесь перед лицом смерти?

2. Прислушивайтесь к своему внутреннему голосу и глубинным чувствам.

3. Воспринимайте себя таким, каков вы есть.

4. Не принуждайте себя уживаться с окружающим миром; вместе с тем не навязывайте свои взгляды другим.

5. Ощущайте разницу между вашим путем и путями, выбранными другими.



6. Оценивайте ситуации по существу, а не в соответствии с вашими представлениями о том, как все должно происходить.

7. Свободно выражайте свои мысли.

8. Стремитесь *сонастроить* себя с Силой, а не с мыслями и желаниями окружающих.

Доступность Силе. Если с помощью предыдущей техники вы избегаете общераспространенных течений, то эта методика переносит вас как раз в середину потоков Силы. Коротко говоря, благодаря *доступности Силе* вы входите «внутрь потока». При этом может показаться, будто вы перестали разумно контролировать свои действия, и теперь *ощущение* направляет (или притягивает) вас к определенным людям и местам. Создается впечатление, будто все находится под контролем сверхлогики. Чем больше вы будете подчиняться этому, тем больше ощутите «странные совпадения»: например, вы неожиданно встретите друга, с которым как раз собрались поговорить. Или, войдя в магазин, вы обнаружите в нем именно тот костюм, который вам совершенно необходим для деловой поездки. А может быть, вы окажетесь в книжном магазине и прямо перед вами с полки упадет книга, в которой вы найдете ответы на те самые вопросы, которые вас мучают в последнее время. Чтобы испытать на себе воздействие этого потока, сделайте следующее:

1. Практикуйтесь в *чувствовании*. Позвольте, чтобы в течение дня ваши действия направлялись *чувством*, а не *разумом*, который для многих является привычным инструментом принятия решений. Естественным условием является отсутствие вреда от подобных действий как для вас, так и для окружающих.

2. Запоминайтесь *сновидением*.

3. Развивайте в себе способность к восприимчивости. Для этого перестаньте форсировать свои ожидания по поводу конкретной ситуации. Позвольте себе мягко и естественно ощутить альтернативные решения, результаты или впечатления.

4. Направляйте свою жизнь к конкретным и значимым целям. Работайте над достижением этих целей, но так, чтобы в процессе вы не искажали ни саму цель, ни себя, ни окружающих.

5. Берите от жизни ровно столько, сколько вам необходимо, — но не больше. Мир необходимо употреблять, но не злоупотреблять им.



Прекращение внутреннего вербального диалога. Ваш внутренний вербальный диалог привязывает вас к остальному миру. Он состоит из постоянного потока мыслей, поддерживающего ваш взгляд на окружающую реальность. Прерывая этот поток, вы открываете путь новым идеям и восприятиям. Постепенно вам удастся «остановить мир», познав опустение, когда известная вам реальность просто исчезает. Расскажу один пример. Как-то мне довелось присутствовать на бейсбольном матче Малой Лиги. Среди игроков был один знакомый парень. В самый разгар игры над полем пролетел реактивный самолет: рядом находилась авиабаза ВМС США. Другому это показалось бы возмутительным; я же просто взглянул вверх и начал спокойно наблюдать за самолетом, стараясь не вызывать в себе гневных эмоций по поводу яростного рева его двигателей. Я спокойно и с удовольствием наблюдал за происходящим, избавившись от всяких посторонних мыслей. Вдруг самолет «на полном ходу» остановился, словно это была игрушечная модель, подвешенная к потолку в детской. Наблюдая за тем, как самолет молча висит в воздухе, я обратил внимание, что матч тоже приостановился. Игроки на поле, словно в стоп-кадре, замерли в самых различных позах. Через некоторое время (мне показалось, что прошло пять или десять секунд) мир вновь закрутился. Самолет с ревом умчался прочь, игроки пришли в движение. Если вам когда-нибудь удастся испытать нечто подобное, сразу станет легче воспринимать альтернативные точки зрения на реальность и наши возможности восприятия. Можно считать доказанным, что нас ограничивает наша собственная привязанность к повседневной, обыденной реальности. Вот несколько упражнений, с помощью которых можно усмирить внутренний диалог и исследовать способности к необычному восприятию:

1. Сконцентрируйте свое внимание на течении мыслей. Выпустите мысли на волю, позволив им безраздельно властвовать над вами; при этом старайтесь не контролировать их. Избегайте всяческой внутренней цензуры.

2. Расфокусировав взгляд, пристально посмотрите на какой-нибудь объект (скажем, вазу или камень) или просто на ровную стену. Потом медленно сведите глаза к переносице, пока не увидите два совершенно одинаковых изображения вашего объекта. Установите свое *внимание* между этими изображениями. Если вы смотрите на стену, то используйте боковое зрение, стараясь охватить взглядом как можно больший участок стены.



3. Пусть ваши мысли продолжают свое беспрерывное течение; не стремитесь подправлять их. Какая бы мысль ни пришла к вам в голову, признайте ее наличие, а затем отпустите.

4. Постепенно мысленно сконцентрируйтесь на одном предмете размышлений. Потом отпустите от себя выхватывающую из потока тему, продолжая концентрировать внимание на стене (объекте).

Можно попробовать и другую технику, которую доп Хуан объяснял Кастанеде (я немного изменил этапы упражнения):

1. Идите, держа руки в непривычном положении (которое не привлекает внимания). Это отвлечет ваше внимание от головы к рукам. Если положение рук будет слишком неудобным, не исключено, что вам придется объясняться с окружающими, которые непременно захотят узнать, что это вы задумали.

2. Направьте взгляд немного выше горизонта. Если вы находитесь на холме или в горах — смотрите перед собой в абстрактную точку на расстоянии четырех-шести метров.

3. Расфокусируйте взгляд так, чтобы ваше боковое зрение охватывало как можно больше.

4. Вслухайтесь и впохайтесь в окружающий мир. При этом вы будете пытаться покинуть собственную голову и проникнуть внутрь тела.

5. Походите в привычном для вас темпе (или немного медленнее).

6. Возможно, что поначалу вы захотите ходить в известном вам месте, чтобы не возникали проблемы с автомобильным движением и т. п.

Со временем вы начнете чувствовать что вы «плывете», или подобные ощущения — это подскажет вам, что вы смогли остановить свой внутренний вербальный диалог.

Внутренний невербальный диалог и направляющая сила. Внутренний невербальный диалог — это те чувства, впечатления, видения и физические ощущения, благодаря которым вы знаете, что происходит внутри вас. Скажем, пелюды с желудком знают, что либо вы употребили неподходящую для вас пищу, либо где-то в вашей жизни имеется явный избыток напряжения.

Часто возвращающийся сон может означать, что к вам возвращается нечто, чему вы не уделяете достаточно внимания, а следовательно, не решаете связанную с этим проблему.



Постепенно вы создадите себе богатый невербальный язык. Это немного напоминает изучение иностранного языка. Описанные ниже шаги помогут вам пачать выработку способности поддерживать диалог со своими внутренними процессами, сохраняя открытыми каналы общения и управления:

1. Найдите себе место и время, чтобы вам никто не мешал.

2. Постарайтесь почувствовать любые ощущения внутри вашего физического тела: покалывания, пощипывания, боль, давление и т. п. Направьте свое внимание в область ощущения и позвольте этому ощущению развиваться под полным вашим вниманием. Потом тихо спросите ощущение, что оно представляет и почему оно паходится именно в этом месте.

3. Используйте как можно больше способов общения. Вы можете воспринимать при этом образы, звуки, а также кинестетические ощущения в мышцах и связках.

4. Во время запятый медитацией, перед сном или отдыхом замечайте все мысленные образы, которые появляются у вас. Какие у них цвета, формы? Или это сценки действительных событий? Внутри своего сознания задайте определенные вопросы; подойдет все, что угодно, например: Нужно ли мне что-нибудь менять в своем питании? Что мне сейчас необходимо узнать больше всего? «_____» — это хороший кинофильм? Потом пошлите этот вопрос прочь, в область ваших видений, отпустив его на волю. Понаблюдайте за происходящим. Появилась друтая сценка? Или в вашем осознании возникают иные символы? А может, изменились ваши ощущения?

5. Оцепивайте свои чувства на протяжении дня. Например, идя по улице, вы можете почувствовать, что вам хочется идти в друтую сторону. Или, направляясь домой в своем автомобиле, вы вдруг ощутите желание поменять свою карьеру. Еще вариант: вы разговариваете со своим супругом(ой) и тут у вас появляется мысль, что неплохо сходить куда-нибудь поужинать.

6. Поиграйте с этими мыслями, ощущениями и видениями. Постарайтесь заметить, имеют ли возникающие символы какой-нибудь интуитивный смысл для вас. Вновь прибегните к ним, позволяя им увлекать вас за собой; подчинитесь их направляющей силе. Сначала пусть это будут незначительные предположения, вроде того, чтобы пройтись совсем не в ту сторону или вдруг отправиться поужинать в ресторанчик. Чтобы изменять более серьезные жизненные направления, вам потребуется некоторый опыт.



В общем, вступайте в полный внутренний диалог с самим собой, используя для этого как можно больше способов восприятия.

7. Вы будете создавать свой язык внутреннего общения на основе символов, ощущений и других результатов восприятия. Используйте, проверяйте, перепроверяйте, измеряйте всевозможные формы направляющей силы. Со временем вы сможете вычленишь те из них, которые наиболее приемлемы для вас.

8. Доверяйте полученной таким образом информации: вы обнаружите, что она точно отражает самые сокровенные ваши интересы.

Простой поиск видений

В традиционном варианте поиск видений нередко сопровождается долгим периодом голодания (постом), регулярными медитациями и личной изоляцией от окружающего мира — ради того, чтобы явилось видение, которое сможет придать вам направление. Но люди в современном обществе вечно страдают от нехватки времени. Например, представим, что ваш начальник предлагает вам повышение по службе, причем с хорошей прибавкой к жалованью, но, согласившись на это предложение, вы будете гораздо меньше времени проводить с семьей. Более того: уже завтра вам нужно дать ответ на это предложение. Оказавшись в аналогичной ситуации, я занялся медитацией; я вопрошал о том, существует ли быстрый способ, с помощью которого можно получить обоснованные ответы — мипи-видения, которые указывают направление. Воспользовавшись внутренним невербальным диалогом, я вскоре получил (и опробовал на практике) следующее:

1. Спрашивайте у других (не для того, чтобы переложить на них решение вашей проблемы, а чтобы прояснить для себя собственно ее суть).

2. Отправьтесь подальше от места или окружения, которое ассоциируется у вас с этой проблемой.

3. Съездите к *месту силы* — личному источнику наслаждения и силы.

4. Сфокусируйте внимание на сущности проблемы и любой цепой удерживайте ее в центре вашего сознания.

5. Отсылайте энергию волнующего вас вопроса (проблемы) прочь от себя, в окружающий мир. Потом высвободите всю связанную с этим энергию.



6. Согласитесь с тем, что ответ придет к вам в свое время посредством любого из способов восприятия. В частности, вы должны чувствовать (знать), что желаете получить ответ в положенное время.

7. Подчинитесь необходимости принять полученный ответ.

Это упражнение в моем случае помогло мне: направляющая сила подсказала, что мне необходимо согласиться с предложением новой должности. До этого я говорил начальнику, что возможность повышения меня не очень интересует; даже в самой середине моего *поиска видений* я выражал намерение не соглашаться на это повышение, так как оно уменьшило бы время, в течение которого я мог писать. Я использовал это упражнение лишь потому, что сообщил начальнику о своем намерении пересмотреть решение. Когда же моя направляющая сила указала мне на необходимость принять предложение, я сначала даже огорчился. Однако со временем я обнаружил, что новая работа открыла для меня много полезных перспектив, которые вполне убедительно перевесили все недостатки.

Предзнаменования. Предзнаменования — одна из форм направляющей силы, в которой используются знаки, или знамения из окружающего мира. При этом у вас возникает язык, на котором вы общаетесь с внешним миром. В этом языке участвуют автомобили, птицы, цвета одежды на людях и многое другое. Один из способов использования предзнаменований на начальном этапе вы найдете в главе третьей. Совершенно необходимо помнить, что положительные и отрицательные цвета, связываемые с предзнаменованиями, совсем не обязательно должны соответствовать цветам чакр. Если оранжевый цвет является для вас отрицательным, это не всегда означает, что ваша вторая чakra (отвечающая за эмоции) несет в себе негативный заряд. Изучать предзнаменования и чакры — все равно что изучать английский язык и математику (в том смысле, что это два совершенно разрозненных предмета, каждый из которых имеет свой собственный язык).

Смешивание. Смешивание позволяет путешествовать проще и свободнее. Эта техника состоит в слиянии человека с его непосредственным окружением; кроме того, смешивание дает вам возможность соразмерять свою скорость движения по мере того, как вы уравниваете свою внутреннюю скорость со скоростью



окружающего мира. Более высокая степень овладения техникой смешивания позволяет вам проводить изменение формы объектов, смену ваших взглядов и привязанностей — и даже трансформировать свою физическую форму. А для начала научитесь следующему:

1. Наденьте одежду, подходящую вашим конкретным занятиям: например, для участия в спортивных мероприятиях вполне подойдут джинсы и тенниска. Но для официального званого ужина лучше подойдет торжественный костюм.

2. Не привлекайте к себе излишнее внимание только потому, что вам хочется выразить себя. Уменьшайте чувство собственной важности и смешивайтесь с окружающим. Гибкость значит очень много. Но если вы, к примеру, обязаны развлекать людей, тогда привлечение и стимуляция чужого внимания оправданы.

3. Прогуливайтесь по окрестностям своего дома, руководствуясь *чувствованием*. Заметьте скорость ходьбы. Почувствуйте, какая скорость для вас наиболее удобна и позволяет лучше всего расслабиться.

4. Разговаривая с другими людьми, обращайте внимание на энергию по всему вашему телу. Вы чувствуете, что стоит вам заговорить слишком быстро, как во рту появляется ощущение, будто он полон камешков? А может, вы замечали, что при слишком медленном темпе разговора руки словно паливаются свинцом? Вы чувствуете, что если говорите с нормальной скоростью, все тело наполняется равномерным потоком энергии?

Несистемность. Это одно из основных Толтекских упреждений; мой опыт подсказывает, что оно входит в любой вид медитации. Чем бы вы ни занимались, несистемность будет для вас одним из наиболее практически применимых инструментов, который вам подлежит развитию. Эта техника, известная также под названием *не-делание*, требует, чтобы вы воспринимали происходящие события такими, каковы они есть. Не допускаются никакие заключения по поводу причин или результатов происходящего. Другими словами, это значит, что вы не организуете, не формулируете и не структурируете ситуацию. Помните человека в темных одеяниях из лоскутов ткани, описанного в «Поиске Проводника Силы»? Так вот, идея этого заключалась в том, чтобы не выходить за рамки фактов и отказаться от личной интерпретации происходящего. По мере того как ваш опыт в овладении несистем-



постью будет расти, вы должны будете при любых необычных обстоятельствах действовать так, как будто вам ничего не известно об этих необычных событиях, одновременно обращая внимание на детали. Такой подход уберезет вас от необоснованных и скоропалительных выводов и вместе с тем даст вам возможность быстро собрать необходимую информацию.

Несистемность можно применять даже тогда, когда от вас требуются формулировки или системный подход. Представьте, например, что вы занимаетесь чем-то на улице, и вдруг в уши врывается определенный звук, который вы на основе своего опыта определяете как «визг колес по асфальту». Используя несистемность, вы не будете «переводить» этот звук ни в визг шин, ни в крик птеродактиля. (Между прочим, во время ваших путешествий вы вполне можете оказаться в таком месте, где автомобильных шин не существует, зато существуют птеродактили. Если вы при этом определите услышанный звук как визг колес автомобиля, то не исключено, что при этом вы упустите из виду другие характерные черты повои для вас земли.) Возможно, что звук, определенный, как визг колес, привлечет ваше внимание к опасности от приближающегося к вам потерявшего управление автомобиля. В результате этого вам удастся вовремя отскочить. Но у вас все равно остается возможность применить несистемность, невозмутимо и спокойно согласившись с мыслью, что вы едва не оказались под колесами автомобиля. Вы отключаете свое восприятие, чтобы потом получить включить его снова; а ожидая, пока информация извне организуется, вы расширяете свои горизонты интерпретации и реального мира.

Структурирование ситуации вызывает активизацию таких красутольных кампей, как *думание* и *разум*. Несистемность же активизирует *чувствование*, *видение*, *сновидение* и *волю*. Упражняя свое *чувствование*, вы обнаружите нейтральное состояние равновесия между положительными и отрицательными *чувствами*, словно вы подвешены между двумя полюсами магнита. Спокойное пребывание в этой нейтральной области позволит вам фокусировать свое внимание, направляя его туда, куда вам захочется. Запимаясь *видением*, вы сможете останавливать движение мира и направлять свое внимание к полям света. Эти поля могут состоять из вариантов ауры, *светящихся тел* или других измерений. Тренировка *сновидения* разрушит канву привычных спов, приспособив их в качестве инструмента для сбора информации. Работа од-



повременнно над чувствованием, видением и сновидением укрепит вашу волю. Вот несколько способов овладеть техникой несистемности:

1. Рассредоточьте свой взгляд и начните пристально созерцать окружающее пространство. Здесь особенно пригодится навык взаимного превращения рельефной фигуры и фона (как в варианте с опавшими листьями и тепями от них). Подробнее о диаграмме отношений фигура-фон в главе 2.

2. Поменяйте порядок утверждений: например, вместо «Ощущения вне тела помогают развитию восприятия» получится «Развитие восприятия помогает ощущениям вне тела».

3. Избегайте «ярлыков», или концептуализации действий, предпринимаемых вами или другими людьми. Не считайте себя ни врачом, ни автомехаником, ни учителем. Хорошо выполняйте свои действия, но не идентифицируйте себя с этими профессиями. Если вас кто-нибудь спросит, чем вы занимаетесь, — отвечайте, что вы собираете информацию, живете, гуляете по поверхности планеты по имени Земля. И если это покажется вам нереалистичным, вспомните: вы стремитесь к ирреальности в том, что касается вашего стремления расширить ваши понятия реальности и нежелания привязывать себя к ним в дальнейшем. В свою очередь, предложите эту точку зрения окружающим.

4. На протяжении дня воспринимайте без всяких интерпретаций по крайней мере пять событий.

Доверие к вашей личной силе. Если вы в ладу с самим собой, значит, при необходимости вы в состоянии определить правильный ход действий. Вполне вероятно, что вы не решитесь оставить общество и жить отшельником; но все равно доверие к собственной личной силе требует, чтобы вы управляли собственным поведением, оценивая его лишь собственными глазами. Это не значит, что нельзя спрашивать у других совета, — это значит, что вы можете оценить всю информацию, используя для этого все методы восприятия, которые только можно — а после определитесь, каким путем идти. Вы можете обнаружить, что чем больше вы открываете в себе, тем больше вы подчиняетесь Силе, позволяя своему поведению основываться на этом осознании. Вы будете оглядываться назад все меньше, избавляясь от этой привычки «запово перерешать». Вы просто будете слишком заняты строительством



вом лучшей жизни для себя, двигаясь в будущее и стараясь одновременно оставаться в настоящем.

Предпочтения Силы. Поведение формируется из предпочтений и черт характера, которые вы проявляете в своих отношениях с миром. Вы, к примеру, можете отдавать предпочтение кинофильмам. В детстве это у вас выражалось в страстной любви к мультипликационным фильмам; будучи подростком, вы предпочитали смотреть ленты с героями, которые популярны среди ваших сверстников. В зрелом возрасте у вас, возможно, появилась склонность к фильмам, в которых раскрываются страстные тайны. Наконец, не исключено, что вы вообще утратили всякий интерес к художественному кино. Предпочтения могут сами по себе меняться, а могут исчезнуть вообще.

Совокупность ваших привычек создает вашу неповторимость и является отражением вашего жизненного пути. Скажем, одного тянет к занятиям медициной; но, избрав эту дорогу, человек вновь оказывается на перепутье — стать ли ему радиологом, специалистом по внутренним болезням, хирургом или другим врачом. Другой ощущает тягу к драматизму работы полицейского — и вновь развилка: отдел убийств, полиция правов или работа полицейским-патологоанатомом. Ваши предпочтения могут позволить вам полностью ощутить прелесть жизни или помочь преодолеть трудную полосу биографии. С другой стороны, если предпочтения не отражают самые глубокие уголки вашей души, они могут навредить вам. Тогда вы ощутите, что жизнь утратила смысл, и поймете, каким тоскливым может быть чувство бесцельности существования.

Путешествие с Силой требует от вас полной оценки ваших предпочтений. Вы должны прежде всего выделить те предпочтения, которые помогают вам поддерживать внутреннее равновесие и гармонию и одновременно несут в себе глубокое личное значение. Предыдущие упражнения дадут вам возможность прервать свои привычные связи с окружающим миром; такой разрыв, в свою очередь, позволяет переосмыслить заново место в жизни, в котором вы находитесь сейчас и определить, куда вы стремитесь двигаться.

Предпочтения действуют подобно фильтрам. Они служат своеобразным щитом, который не позволяет окружающим вас мощным энергетическим потокам наводнить ваше сознание и



довести вас до точки бездействия, когда вы испытываете такие информационные и энергетические перегрузки, что совершенно теряете возможность разобраться во всем этом. Кроме того, выступая в роли фильтров, предпочтения определяют и специфику вашего восприятия. Всех нас окружает невообразимое количество разнообразных энергий физической и нефизической природы; эти фильтры направляют наше сознание в определенных направлениях — направлениях, которые ассоциируются с нашими предпочтениями и отражают их.

Предпочтения Силы выражают самые сокровенные черты и свойства вашей натуры. Они образуют ту понятийную базу, на основе которой наше сознание расширяется; это дает вам силу моментально уйти в сторону в момент, когда накапливаются новые ресурсы и новые результаты восприятия. У вас есть нечто, достойное того, чтобы к нему возвратиться (или сосуществовать с ним рядом), значит, у вас хватит силы признать поражение и подчиниться остальному миру — или Силе. Поскольку эти тропы отражают самые глубокие течения вашего естества, они несут в себе и глубокое личное значение. Чем глубже внутри вас проходит ваша тропа, тем более последовательным становится ваше поведение.

Значение предпочтений придает жизни силу целеустремленности и направленности. Поэтому предпочтения помогают вам накапливать вашу личную энергию. То, что вы отдаете, возвращается к вам в гораздо большем количестве. Когда вы стремитесь добиться соответствия с остальным миром, эта точно сфокусированная энергия дает вам возможность сохранить свое эмоциональное равновесие. По мере того как вы смешиваетесь с окружающим миром, ваша внутренняя целостность и чувство цели самым положительным образом отражаются на жизни общества. С точки зрения дона Хуапа, тщательная оценка «питов» и их осторожный подбор выводят человека на *Тропу с Сердцем*.

Тропа с Сердцем. Мне известны два метода выработки самых сокровенных предпочтений. Первый способ я испытал вскоре после того, как прочел книгу Кастанеды «Учение дона Хуапа», а второй обнаружил в произведении Роберта Монро «Далекое путешествие». Метод дона Хуапа научил меня основным техникам приемам, с помощью которых я смог одолеть свою язву. Кстати, интересно вспомнить, что Монро, выступая перед участ-



никами прошедшего в 1989 году семинара «Путешествие через Врата», сообщил, что его «азбучный» АБВ-метод помог *ему самому* излечиться от язвы. Так или иначе, оба метода способствуют развитию терпения.

Метод дона Хуана, позволяющий создать Трону с Сердцем:

1. Добейтесь острого ощущения своей смертности как физического существа. Можно поставить вопрос и иначе: как бы вы хотели прожить свою жизнь?
2. Чтобы осознание этого не заполонило (и не ослабило) вас, применяйте *ко всему* технику непривязанности.
3. Произвольно выберите для себя несколько сфер деятельности, где вы будете участвовать лично, — например, друзья, работа и хобби. Критерий отбора прост и основан на ответе на следующий вопрос: приносит ли вам эта деятельность умиротворение, радость и силу?
4. Проверьте и перепроверьте свой выбор, чтобы убедиться, что это дает вам силу.
5. Это должно помочь вам обрести и сохранить равновесие в жизни и способность управлять ею.
6. Подберите для себя соответствующие занятия для физического, эмоционального, интеллектуального и духовного совершенствования.
7. Идите дальше. С помощью *сновидений* подберите для себя то, что может стать для вас самым глубоким смыслом жизни — что может сделать жизнь достойной того, чтобы ее прожить.

АБВ-метод Роберта Монро, с помощью которого можно найти дело всей жизни и завершить его:

1. Напишите список «А», куда войдут все ваши тревоги, волнения и сомнения, с которыми вы ничего не можете поделать.
2. Сделайте список «Б»; в него вы запесете все тревоги, волнения и сомнения (сколько бы их ни было), которые существуют на сегодняшний день и с которыми вы можете как-то бороться.
3. Накопец, создайте список «В», перечислив в нем все ваши пока еще не осуществившиеся надежды, цели, желания, неудовлетворенные потребности.



4. Теперь уничтожьте список «А», осознавая, что одновременно из вашего сознания исчезает существовавший там аналогичный список.

5. Сделайте любое (пусть даже самое незначительное) действие в отношении каждого пункта из списка «Б». Коль скоро вы занимаетесь собственными проблемами, вы обретаете контроль над ними и одновременно не позволяете, чтобы они довели над вами.

6. Сделайте какое-нибудь действие, относящееся хотя бы к одному пункту из списка «В», понимая, что таким образом вы накапливаете собственный момент движения и обретаете направленность.

7. Делайте это ежедневно, пока не исчезнут все пункты из списков «А» и «Б» и вы не сможете полностью переключиться на список «В». Для этого метода совершенно не важно, в какое время суток вы будете им заниматься.

8. После этого вы сможете спокойно завершить цель вашей человеческой жизни.

Равновесие. Развивая для себя тропу, которая будет отражать самые глубинные качества вашей натуры, вы обретете равновесие и гармонию. Позже вы поймете, что вопрос заключается уже не в том, чтобы стремиться достигнуть равновесия, а в том, чтобы это равновесие сохранить. Ведь вам уже удалось испытать, что такое равновесие, — значит, добиться его уже не проблема. Если вы сможете предупреждать возможный выход из равновесия, это позволит вам легче решать ваши повседневные проблемы и нередко можно будет избавиться от тревожений еще до того, как они возникнут. Теперь и счастье перестанет быть для вас лишь неопределенным побочным продуктом поведения, которое, неизвестно, принесет ли результаты, — вы уже знаете, что нужно делать, дабы быть счастливым.

Одним из технических приемов для поддержания равновесия является «Настройка чакр» — контролируемая медитация. Я узнал об этом способе во время медитации, когда я задал вопрос о том, каким образом можно достигнуть равновесия и удержать его. «Настройка чакр» поможет вам уравновесить энергию, существующую внутри ваших чакр и между ними (см. также главу 3). Чтобы ваши впечатления были максимально сильными, рекомендую вначале ознакомиться со всей медитацией.



Настройка чакр

1. Вы будете работать с восемью чакрами, потому что девятая чакра заключает в себе «все сущее» — следовательно, она изначально находится в состоянии равновесия. Десятая чакра воплощает неопытное (непроявляющееся), поэтому понятие равновесия к ней вообще неприменимо. Правда, после обретения некоторого опыта вам, возможно, удастся сфокусировать свое внимание в направлении девятой и/или десятой чакры и вы сможете использовать технику «настройки чакр» для того, чтобы направить дополнительный энергетический заряд в эти области осознания, чтобы исследовать их.

2. Возьмите чистый лист бумаги и напишите слева в столбик по одной характеристике каждой чакры (оставьте между каждой строчкой пустого места), например: 1. Физическая энергия; 2. Эмоции; 3. Умственные способности; 4. Единство с другими людьми; 5. Общение с другими; 6. Психические способности; 7. Духовность; 8. Внеземной разум.

3. Под каждой категорией запишите один ее признак, который вам в ней нравится, и один, который не нравится. К этой части задания отнеситесь с определенным юмором; не воспринимайте ее слишком серьезно. Если ничего не приходит в голову — напишите первое, что возникло в уме. Например, вам может показаться трудным определить, что же вам не нравится в связи с категорией «духовности». Будьте просто посвободнее в своих ответах. В нашем случае вы можете написать, что вам не нравится необходимость надевать костюм и галстук, чтобы идти в церковь; или, скажем, вас не устраивает слишком длинная дорога до места, куда вы каждую неделю ездите заниматься медитацией. Тут не может быть неправильных ответов. Кроме того: вы не концентрируетесь на том, что не нравится, просто для того, чтобы выразить это; вы лучше осознаете себя и, следовательно, учитесь более эффективно фокусировать свои энергетические потоки. Осознание — это знание.

4. Представьте, что каждая чакра имеет вид энергетической сферы. Цвет сфер должен совпадать с цветом чакр: например, первая сфера должна быть красного цвета, вторая — оранжевого. Оттенки цветов можете подбирать в соответствии со своими вкусами. Кроме того, вы можете представить себе энергию в какой-либо иной, не обязательно сферической форме. Если визуализа-



ция не относится к числу ваших самых сильных способностей — воспользуйтесь любой другой формой восприятия. Главное, чтобы был результат. Можно воспринимать красный цвет, скажем, в виде определенного звука или даже вкуса. Вполне допустимо стимулировать зрительное представление аналогиями из повседневной жизни — например, красный цвет можно увязать с автомобильными стоп-сигналами или знаком «проезд запрещен».

5. Пусть нижняя часть каждой сферы воплощает для вас все, что вам не нравится в этой энергии; верхняя часть будет соответствовать тому, что нравится в ней. Теперь начинайте двигаться от первой чакры к восьмой, каждый раз располагая внимание сначала в нижней части сферы (которая воплощает все отрицательные свойства), а затем передвигая его вверх (туда, где сконцентрированы положительные свойства). Задерживайтесь ненадолго в каждой точке. Добравшись до верха восьмой чакры, вы избавитесь от необходимости задумываться о том, что вам нравится и что не нравится. Пусть затем ваше осознание возвратится к первой чакре, мягко опускаясь через все энергетические центры.

6. Теперь измените ассоциации, заместив то, что нравится, и то, что не нравится, соответственно отрицательной и положительной полярностью. Положительная и отрицательная полярности несут в себе дополнительный оттенок нейтральности; они относятся к положительному и отрицательному так же, как электрические батареи, имеющие положительный и отрицательный заряд. Сфокусируйте свое внимание на отрицательном фокусе первой чакры, затем передвиньтесь к положительному полюсу. Передвигайте внимание вверх, останавливаясь в каждой точке, пока не дойдете до восьмой чакры. Когда ваше внимание окажется в верхней части восьмой чакры, вам уже не нужно будет думать о разной полярности. Позвольте своему осознанию мягко опуститься через все чакры к первой (особое внимание обращайте на ощущение движения энергии).

7. Теперь уведите фокус внимания прочь от полярности, к восприятию и управлению движением энергии через каждую чакру. Не нужно ни идентифицировать энергию, ни придумывать ей какое-нибудь название — просто двигайтесь через каждую чакру, начиная с первой. Почувствуйте движение энергии, потом позвольте своему осознанию плавно вернуться к первой чакре.

8. Выберите себе удобный ритм и несколько раз «прогоните» энергию вверх-вниз по восьми чакрам.



9. Ощувив, что энергия равномерно распределилась по всем чакрам, приведите ее в состояние гармонии. В процессе этого вы ощутите такое умиротворение и равновесие; что можете даже не почувствовать циклического движения энергии; может быть, у вас даже будет чувство вибрации. Хорошо, если вы будете чувствовать, что энергия движется циклично. Больше ничего не делайте — просто наблюдайте за ее движением.

10. Выполняя эту технику, используйте внутренний невербальный диалог. Например, если вы воспринимаете зеленую энергию как нечто неясное и смутное, воспользуйтесь мыслями, образами и/или чувствованием, чтобы узнать причину этого. Может быть, такое восприятие отражает определенную разбалансированность в ваших отношениях; не исключено, что вы слишком усердно трудились в этой области и теперь нуждаетесь в небольшом отдыхе. Задайте вопрос о сущности проблемы. Спросите, можно ли вам привлечь энергию другой чакры и добавить ее к зеленой энергии. Если одна чakra кажется вам более яркой в сравнении с остальными, спросите, каким образом можно оживить другие чакры. Старайтесь чувствовать себя удобно во время этого диалога, потому что с его помощью вы сможете оценить происходящее внутри вас.

«Настройка чакр» позволяет научиться маленьким хитростям алхимии. Представьте, что вы чувствуете себя просто замечательно — и вдруг входите в комнату и сразу ощущаете, как упало настроение. Вспомните, что вы уже работали над смещением отрицательной энергии в положительную; проделайте то, что вспомнили.

Вспоминание. Учитесь периодически оценивать и переоценивать то, где вы были до этого и куда направляетесь теперь. Заново прослеживая маршруты своих путешествий, вы превращаете собранную информацию в знание. Например, для меня подобным упражнением послужила эта книга: мне потребовалось перечислить последовательность событий, сформулировать модели, к которым эти события относились, и, стало быть, заново синтезировать годы своих занятий. Когда я работал над книгой, меня часто удивляло, что мое творение во многом лепило меня так же, как я — придавал ему форму. У моего вспоминания оказались свои направления, и оно унесло меня за пределы пережитого. Я собирал, оценивал и соединял полученную информацию, а потом покидал каждый уровень своей деятельности. После этого я чувствовал себя осве-



женным и обновленным, готовым к следующей стадии роста и обучения. Вот несколько советов по овладению воспоминанием:

1. Установите для себе намерение, исходя из которого ваше воспоминание позволит вам изучить, обобщить объект (область) переоценки и выйти за ее пределы.
2. Сформулируйте (или переформулируйте заново) ваши главные и второстепенные цели, связанные с этим упражнением.
3. Оцените свое недавнее и прошлое поведение с тем, чтобы определить, соответствуют ли ваши действия намеченным целям.
4. Собирайте свои мысли и впечатления, записывая, обсуждая и/или тщательно разбирая их.
5. Медитируйте, чтобы эта энергия пропитала вас насквозь.
6. Следите за результатами. В этом процессе зарождается начало ваших дальнейших действий. К концу воспоминания вы отправитесь вперед, вооружившись ясным опущением возобновившейся целеустремленности.

Психоделики. Вещества, изменяющие состояние сознания (их еще называют галлюциногенами), иногда способны сыграть определенную роль, позволяя индивидууму хотя бы ненадолго взглянуть на состояния необыкновенной реальности. Подобно врачу, прописывающему препарат пенициллина для борьбы с инфекцией, Толтек может воспользоваться веществом, изменяющим состояние сознания, для того, чтобы осознать дисбаланс внутри себя и устранить его. Мой опыт употребления подобных веществ ограничивается тем, что однажды я жевал кактус-пейот да еще курил марихуану.

Пейот вызвал мое первое состояние биллокации вне тела (см. главу 8). Что же касается марихуаны, то после того, как я оставил военную службу, мой врач сообщил мне, что периодическое употребление этой травы может помочь мне расслабляться, а следовательно, излечить язву. Поначалу я действительно использовал марихуану для расслабления. Позже я почувствовал, что она способствует некоторому расширению восприятия и постепенно помогает мне уразуметь ограниченность тех или иных теорий и мировоззрений. Учитывая, что я всегда подходил к марихуане как к средству образования, она играла значительную роль в моем самоизлечении.

В своих книгах «Учение дона Хуана» и «Отдельная реальность» Кастапеда сообщает о том, что он пробовал несколько ве-



неств, изменяющих состояние сознания, включая пейот, дурман и некоторые виды галлюциногенных грибов. Как правило, перед применением этих средств дон Хуан требовал, чтобы Кастанеда выполнял определенный ритуал. Этот ритуал помогал Кастанеде фокусировать свои энергии, а также настраивал на серьезное отношение к происходящему. Во вступлении к «Путешествию в Икстлан» Кастанеда рассказывает, что дон Хуан «назначал» ему *растения Силы* лишь из-за того, что Кастанеда слишком медленно воспринимал иные технические приемы, позволявшие достичь той же самой цели.

Принципиальное различие между восприятием необыкновенных состояний под влиянием психоделиков и использованием для той же цели медитационной техники заключается в том, что медитация нетоксична. Психоделики изменяют восприятие, силой заставляя *точку фокусировки* смещаться. Энергия *растений Силы* давит на *точку фокусировки*, вынуждая ее смещаться в иное место светящегося тела. Однако я заметил, что наркотики искажают, «искривляют» восприятие. Несмотря на то что определенные впечатления, возникшие под влиянием психоделиков, могут оказаться достаточно ценными, побочный эффект от внутреннего искажения не позволяет ясно оценить, каким образом можно использовать и смещать *точку фокусировки*. Кроме всего, общее восприятие оказывается не таким ясным, каким могло быть, если бы его не стимулировали искусственно.

Преимущество использования *растений Силы* в том, что они позволяют почувствовать: нам доступно гораздо больше, чем мы предполагали изначально. Обычно считают, что галлюцинация — это восприятие того, что не существует в действительности, а присутствует лишь в мозгу испытывающего галлюцинацию. Дон Хуан придерживается той точки зрения, что галлюцинации — это взгляд на необычную реальность с использованием способов восприятия, которые обычно находятся в «дремлющем» состоянии. Наркотики стимулируют эти скрытые способности, вызывают их к жизни. Обнаружив в себе эти тайные способности, человек может дальше исследовать и развивать их, уже без помощи галлюциногенов.

Необходимо также помнить, что применение наркотических веществ является незаконным — за исключением разве что медицинских исследований и некоторых индейских ритуалов. Учитывая результаты злоупотребления наркотиками (посмотрите хотя



бы на то, как разрушается общество под воздействием кокаина), можно понять, что законодательные органы вряд ли когда-либо легализуют психodelики. И все же мы, как члены единого общества, не имеем полного представления об этих веществах. Мы так и не поняли, что с помощью галлюциногенов человек способен восстанавливать свое эмоциональное, интеллектуальное и духовное равновесие. Например, при правильном подходе пейот можно использовать в лечебных целях так же, как и пенициллин. Подобно тому как мы и не вспоминаем о пенициллине до появления в нашем теле инфекции, мы не вспоминали бы и о пейоте, пока «инфекция» не поразит наш мозг.

Я ни в коем случае не выступаю за разрешение наркотиков. Безусловно, куда лучше производить *смещение точки фокусировки* без помощи дурмана. Но я считаю, что в некоторых обстоятельствах *растения Силы* применяют потому, что люди понимают: на определенных уровнях осознания происходит нечто весьма продуктивное. Однако поскольку условий для адекватного применения и оценки впечатлений не существует, основной упор делается на приток избыточной энергии, на необычность ощущений, на «кайф». Так употребление становится злоупотреблением.

Любовь. Из всех разновидностей любви Толтеки особенно выделяют любовь к Земле. Земля представляет собой воплощение, осязаемое проявление Господа, которое позволяет фокусировать свою энергию и управлять ею. Благодаря связи между Землей и человеческим «я» магическим образом исчезают все страхи, заботы и сомнения; их место занимают чувство всеобщности и понимание индивидуумом своего места в естественном порядке природы. Такая любовь делает человеческое восприятие подчиненным по отношению к Земле. Мы нередко считаем, что имеем полную власть над окружающей средой, и это отношение привело к весьма неблагоприятным последствиям. Осознавая, что Земля необходима нам как гарант выживания человечества, мы добиваемся более уравновешенных отношений.

Кроме того, Толтеки учатся собирать энергию, получаемую от Земли, и использовать ее для пополнения запасов личной энергии. Соединение личной энергии и энергии Земли делает особый акцент на природной жизненной силе планеты; это позволяет «подтолкнуть» сознание индивидуума к проникновению в другие миры. Чтобы лучше уяснить себе действие потока любви:



1. Почувствуйте, как из вашей груди в окружающую среду изливается поток энергии.

2. Даже если эта энергия несет в себе ваши страхи и переживания, отправьте ее прочь от себя с уверенностью в том, что вы не собираетесь причинить этим никакого вреда кому бы то ни было; убедите себя в понимании того, что Земля воспримет энергию ваших тягот и трансформирует ее с положительным результатом.

3. Не забывайте в течение дня посылать Земле положительную, целенаправленную, мирную энергию.

4. Уважайте окружающую среду; не оставляйте мусор где попало. Вместо того чтобы отправиться за покупками на автомобиле, лучше прогуляйтесь до магазина. Направляя энергию к Земле, не забудьте поблагодарить ее за поддержку.

5. Поддерживайте Землю. Относитесь к ней как к живому, разумному существу, а не предмету эксплуатации.

Рейнджер. После применения различных упражнений и способов совершенствования сознания наступает время, когда вы переходите за рамки теории и начинаете воплощать в себе полученное знание. Вы ощущаете, что находитесь в постоянно изменяющемся энергетическом потоке. Ваши инстинкты становятся более чуткими и ясными. Вы стремитесь к гармонии с остальным миром; вы ощущаете, что ваш разум ясен. Вы чувствуете себя эмоционально стабильным и защищенным. Задача в том, чтобы оставаться в состоянии рейнджера, на собственном опыте убеждаясь, что Сила позаботится о всех ваших пущах и желаниях.

В этом нет определенных стадий: скорее даже наоборот, состояния рейнджера можно достичь, объединив и применив все, что вы изучили. Рейнджер обладает определенным набором качеств, знание которого поможет вам направлять и фокусировать свою энергию к этой достойной цели. Итак, рейнджер:

1. Ощущает себя в состоянии равновесия, самонаправленности.

2. Рассматривает мир с различных точек зрения.

3. Более всего заинтересован в применении всех способов восприятия, чтобы с их помощью получить наибольшее количество знаний и максимально развить свое осознание.

4. Наблюдает за собой и контролирует себя.

5. С помощью совершенного самоуправления достигает высшей ступени самоотречения.



6. Стремится управлять лишь собой, но не другими.
7. Действует эффективно, в произвольной манере, не испытывая привязанности к результатам своих действий.
8. Осознает ограничения всяких верований, теорий и мировоззрений.
9. Ценит таинство жизни.
10. Постоянно изменяется, оставаясь неизменным.
11. Стремится к смирению.
12. Слушает.
13. Тренирует свое терпение, постоянно зная, чего и зачем он ожидает.
14. Доверяет своей личной силе.
15. Смеется и получает удовольствие.

Несмотря на то что состояние рейнджера является основным аспектом *Тропы Толтеков*, чтобы понять его, совсем не обязательно придерживаться Толтекских взглядов. Постепенно, шаг за шагом испытывая на себе различные методы, вы в конце концов добьетесь этого особого состояния равновесия. Со временем мелкие шажки превратятся в семимильные. Стараясь раскрыть для себя чудесную тайну того, что ныне лежит перед вами, вы слой за слоем снимали с себя кожуру верований. Теперь вы смотрите на мир новыми глазами и испытываете радость, наблюдая, как перед вами открываются новые широкие горизонты. Вы начинаете чувствовать, как течет вперед ваша собственная жизнь. Словно находясь под воздействием слабого электрического тока, вы тонко ощущаете, какие свойства внешнего мира созвучны вам.

Все эти упражнения нацелены на то, чтобы помочь вам сделать первые шаги к необычным реальностям. Как и в любом другом новом начинании, вначале вы будете делать маленькие, осторожные шажки. Например, непривязанность, уменьшение чувства собственной важности и использование смерти в качестве советчика могут удержать вас от раздражения, скажем, по поводу того, что мастер по ремонту холодильников не явился в оговоренное время. Непривязанность создаст расстояние между событием и вами; уменьшение чувства собственной важности избавит вас от необходимости приписывать неприятность слишком близко к сердцу, а использование смерти в качестве советчика потребует от вас серьезного ответа на серьезный вопрос: так ли уж вы хотите на самом деле выходить из себя? Конечно, в некоторых ситуациях проявление собственных эмоций может оказаться вполне достой-



ным средством общения; но в нашем случае оно скорее окажется бессмысленной растратой энергии, которую можно было бы использовать для чего-нибудь более полезного.

Основной обучающий принцип, изложенный в этой главе, помимо всего прочего, призван настроить вас на постоянное исследование и развитие своего восприятия. Тренируя восприятие, можно невидимое сделать видимым. Научившись, вы сможете не только думать о неведомых мирах, существующих вне нашего привычного мира, но и путешествовать туда на самом деле. Используя эти путешествия, вы в состоянии создать для себя истинное и точное направление, которое будет отражать самые значимые качества вашего естества. Отправляясь в длительное путешествие, цель которого — постоянное развитие сознания, вы обнаружите, что ваша энергия невероятно укрепилась и теперь вы можете перейти от неясного, смутного восприятия необыкновенной реальности к четкому и ясному знанию отдельных необыкновенных способностей.

Глава 6

Спокойно плывя по течению

Путешествие по Стране Грез

Многие описанные в этой книге упражнения и точки зрения являются плодом исследований, изысканий и смещения различных аспектов восприятия, которые осуществлялись Толтеками по одну тысячу лет. Частично все это имело целью оценить и довести до высшей степени совершенства знания об «обратной стороне» — тех областей сознания, которые существуют вне границ физического времени, пространства и материи. В качестве основного инструмента в своих исследованиях аспектов нефизической энергии эти мужчины и женщины использовали *сновидение*.

В настоящей главе я описал мои собственные впечатления о *сновидении*. Моя цель заключалась в том, чтобы усовершенствовать обычный сон до уровня *сновидения*. Постепенно это привело меня от неясных, почти незапоминающихся снов до осознанных *сновидений*, а затем и к ВТО. Дон Хуан утверждал, что во время сна *точка фокусировки* естественным образом смещается в левую часть светящегося тела. В результате такого смещения возникают сны; а различие между обычным сном и *сновидением* заключается в способности произвольно управлять *точкой фокусировки*.

Собственно сны никогда не вызывали у меня интереса. Моя печальная цель заключалась в том, чтобы использовать сны в качестве естественного трамплина к ВТО. Однако на пути к *внетелесным ощущениям* я обнаружил прогрессию уровней и возможностей, так что моя заинтересованность в снах значительно возросла. Обычные сны стали более живыми, наполнились цветом и жизнепостью. Когда я освоился с этими новыми *сновидениями*, ко мне начали приходить обучающие *сновидения*, когда каждый сон, очевидно, нес в себе частицу некоего знания. Стабилизировав эти сны, я мог испытать осознанное *сновидение*, а стабилизация последнего открывала дорогу к ВТО. Со временем и опытом ВТО



превращались в биллокацию — и тогда я мог просыпаться в двух местах одновременно.

Прежде чем зафиксировать стадию ясного сна, мне вначале было необходимо вспомнить, что я видел в нем. И тогда я понял, что каждый вечер я программировал себя на сон, а не на развитие *сновидения*. Вместо того чтобы пайти время для медитации, я по обыкновению укладывался «на боковую», и это служило мне сигналом, что пора спать. Я понял, что для меня сон является «отключкой»; теперь же мне предстояло потрудиться над сохранением своего осознания в это время. Чтобы избавиться от привычки, я ложился на спину, прикрывал глаза и фокусировал пристальный взгляд в середине внутренней части лба. Я программировал себя на «вхождение в сон для того, чтобы испытать ВТО». В результате перед сном я видел абстрактные вспышки света, ощущал, будто мое тело куда-то проваливается, наполняясь энергией. Чтобы можно было лучше управлять *точкой фокусировки*, я передко пытался «проснуться во сне», разглядывая свои ладони во время *сновидений*.

Целью сказать, что мое совершенствование представляло собой размеренный и постепенный процесс; обычные сны не всегда сменялись осознанными *сновидениями*, а последние весьма печально переходили в ВТО. В одну ночь у меня могло возникать ВТО, в другую — лишь обычный сон. Именно по этой причине материал этой главы располагается не в хронологическом, а в тематическом порядке, чтобы у вас, читатель, возникло более полное представление о сущности *сновидения*. В частности, здесь мы рассмотрим самые разные варианты и уровни *сновидения* — настоящую иерархию видов, которая в целом отвечает всем потребностям восприятия непрерывности развития.

Описанные здесь впечатления я испытал за период с 1977 по 1989 гг. Большинство из них были зафиксированы в «Журнале сновидений», который я начал вести в апреле 1982 г. Я решил вести этот своеобразный дневник для того, чтобы сохранить для себя мои собственные впечатления о *сновидениях* и иметь точку отсчета, с помощью которой можно направлять энергию. Я хотел узнать побольше о различиях между особенностями моего дневного и ночного поведения; я стремился сопоставить то, что я пытался осуществить, и то, что получалось в результате. Я не делал ежедневных записей, а в моменты, когда появлялись новые впечатления или новое внутреннее понимание, я иногда делал лишь крат-



кие наброски. Основным результатом ведения этого дневника явилось осознание того, насколько дневная жизнь влияет на *сновидение*. Я обнаружил, что, если долгое время веду размеренную и спокойную жизнь, частота *сновидений* увеличивается.

Яркие сны

Главная особенность ярких снов заключалась в том, насколько сильно они отвлекали меня от моей цели — ВТО. Например, однажды во время сна я очутился в подвешенном состоянии среди своеобразной матрицы из равноудаленных объектов. Некоторые объекты представляли собой большие металлические шары; другие оказались пирамидами и кубами. Хотя это и не было визуально очевидным, я чувствовал, что каждый из объектов словно невидимыми нитями был соединен с окружающими, причем интуитивно я понимал, что расстояние между всеми объектами совершенно одинаковое. Точность этой поразительной конструкции настолько заинтриговала меня, что я утратил всякое осознание сна и того, что в моем мозгу должны были бы находиться иные мысли.

Другое впечатление продемонстрировало мне, насколько полезным может быть вспоминание снов. Когда-то давно я привык за обедом пить пиво. В то время я нередко задумывался о воздействии алкоголя на *сновидение*. Иногда даже одной бутылки пива было достаточно, чтобы притупить мое восприятие; в другой раз казалось, что напиток наоборот стимулирует деятельность моего сознания в процессе сна. Как-то ночью мне во сне явилась громадная бутылка пива: она загораживала собой дорогу, по которой я ехал на автомобиле. Вывод из этого был более чем очевидным, так что я значительно уменьшил количество выпиваемого пива, и это, судя по всему, изрядно помогло восприятию *сновидений*.

Бывали и такие сны, которые просто напрашивались на интерпретацию. Скажем, как-то мне приснилось, будто я — подводная лодка. Погрузившись на глубину, я задел днище какого-то корабля-авианосца. В то же мгновение я проснулся во сне, по мне не удалось перевести сон на следующий уровень. Проснувшись, я почувствовал, что авианосец был воплощением Силы, а субмарина представляла мое подсознание. Таким образом, я был символически соединен с целью: закрыть глубинные уровни внутри себя с тем, чтобы развить личную силу.



Передко сны не несли никакого дополнительного смысла, кроме непосредственной связи с событиями повседневной жизни. Например, однажды я раздумывал над тем, какие университетские курсы выбрать себе на следующий семестр, и мне явился сон, будто я спрашиваю преподавателя, будет ли она читать курс журналистики. Она ответила положительно. Несмотря на то что в тот семестр я так и не пошел к этой преподавательнице, я узнал, что она действительно читала этот курс. В другом сне женщина пыталась угадать, сколько мне лет. Предыдущим вечером я как раз разговаривал об этом за ужином со своими друзьями. Еще в одном случае (у меня тогда был сильный стресс, так как я не успевал закончить одновременно несколько проектов) я во сне вел свой старый четырнадцатилетний автомобиль через мост над бурной широкой рекой. Мост был разводной и поднимался все выше и выше. Указатель температуры охлаждающей жидкости свидетельствовал, что двигатель был порядком нагрет, но перегрева еще не было. Потом я обратил внимание на то, что пастил моста был мокрым от дождя и, судя по всему, колеса машины теряли сцепление. Наклон моста все возрастал, и я начал волноваться, как бы машина не заглохла и не покатила назад. Как только я осознал одновременное существование всех этих факторов, мост поднялся вертикально вверх, растворился в воздухе и... я проснулся. Эти сны касались моих ежедневных проблем и первых перенапряжений и должны были показать мне, как повседневность влияет на сновидения.

Отдельные яркие сны были подчеркнута графическими, с необыкновенным разнообразием цвета, глубиной и четкостью. Они тоже довольно часто относились к определенным событиям из моей жизни. В одном из снов я увидел, что подтекает коробка передач моего автомобиля. На следующий день на земле я заметил пятно жидкости — как раз под этим местом находилась коробка передач моей стоявшей машины. Отогнав автомобиль в гараж, я осмотрел его и понял, что пора менять сальники. Конечно, возможно, что за пару дней до этого я заметил на земле пятно трансмиссионной жидкости, но не обратил на это осознанного внимания и только сновидение толкнуло меня на эту проблему.

Иногда сны как бы предсказывали определенные события — правда, безуспешно. Находясь в состоянии осознанного бодрствования, я закончил работу над статьей «Мое путешествие на Луну», в которой я описывал некоторые мои ВГО. Статью я отослал в журнал, никогда до этого не публиковавший моих работ; так я



надеялся получить ошределешную известность. Редактор журнала подтвердил получение статьи и сообщил, что она вызвала у него интерес. Через несколько дней у меня был сон, будто я разговариваю с редактором. Там, во сне, он известил меня, что припнял статью к публикации и уже выслал мне по почте чек. Однако в реальной физической жизни редактор через некоторое время отказался от публикации моей статьи. Это несколько ослабило мой оптимизм по поводу практической ценности «вепчих» снов, так как сейчас я получил доказательство от обратного. С одной стороны, я пазвал это для себя свидетельством того, что не стоит припнимать сны чересчур серьезно; с другой, я задумался, не значил ли сон, что мою статью был готов припнять какой-нибудь другой журнал. Может, я просто не понял переданных мне сигналов?

Семь месяцев спустя я увидел во сне, что моя статья о ВТО оказалась в другом журнале. На следующий день я отпечатал два экземпляра статьи, отослав их в журналы, которые до этого уже публиковали мои работы. Один журнал отказался от публикации; редактор сообщил мне, что теперь они выбрали пове, более перспективные направления деятельности. Второе издание согласилось опубликовать подготовленный мной материал.

Я никак не управлял яркими сповидениями — просто расслаблялся и паблюдал за разворачивающимися перед внутренним взором сценами. Это папоминало стереокино с объемным звучанием. Необычная стимуляция более сложного сповидения па- столько занимала мое внимание, что я даже и не вспоминал о возможности перехода на следующий уровень. И как будто одной яркости было недостаточно, пачали появляться совершенно бессмысленные сюжеты, которые напрочь выбивали меня из колеи. Чего стоила, например, такая вот поразительная картина: громадные насекомые летят над головами быстро марширующих австралийских матросов? Естественно, это полностью разрушало мою концентрацию. В другом случае я безуспешно пытался смыть в кухонную мойку двух божьих коровок. Жутки отчаянно цеплялись за стенки раковины и лапки их постепенно превращались в человеческие руки. Необходимость прикопчить этих жутких тварей па- столько поглотила меня, что я совершенно выпустил из виду на- мек обратить внимание па свои руки.

Призыв обратить внимание па руки встречался мне и в других снах. В одном из них я оказался участником старого вестерна. Я был в компании какого-то ковбоя. Нам встретилась гремучая



змея, и ковбой попытался швырнуть в нее своей кожаной перчаткой, но промахнулся. Змея изготовилась к броску, но так и не атаковала пас, потому что я обращал на нее пристальное внимание. Потом ковбой схватил змею правой рукой и куда-то ушел. Проснувшись, я ощутил, что образ змеи представлял собой жепскую энергию и что для совершенствования моих *сновидений* мне необходимо вырабатывать в себе этот вид энергии. Я понял, что мне пужно быть менее напряженным, что мой подход к жизни должен быть более пассивным, что я не должен пытаться управлять буквально всем вокруг. Что более важно, я понял необходимость опущать (в том числе интуитивно) свое окружение, а не просто слепо «бить паутад».

Осознанные сновидения

Задача пайти свои руки во время *сновидения* — это, по сути, задача сделать яркие сны *осознанными сновидениями*. *Сновидения*, как правило, смещаются, переходя одно в другое. Как только вы считаете, что вы владеете ситуацией, ход *сновидения* полностью изменяется. Если во время *сновидения* вам удалось пайти собственные руки — значит, вы проснулись во сне. Конечно, антураж *осознанного сновидения* все равно может смещаться, но зато вы теперь можете управлять этим смещением. Скажем, чудовище можно превратить в обычную дверь, дерево — в аэроплан, и все за счет простого намерения. На этом уровне *сновидения* формы и очертания образов, как правило, ясные и четкие, а цветовая палитра отличается богатством и глубиной. *Осознанные сновидения* требуют более интенсивной *фокусировки* и намерения, чем яркие *сновидения*. Вот почему задача пайти собственные руки превращается в подходящее упражнение, которое развивает умение *фокусировки* и управления *сновидением*.

Как и раньше, намерение отыскать руки иногда проявлялось во время сна; по все равно ничего не получалось. Как-то я задремал и в процессе *сновидения* увидел, что сижу за рулем автомобиля, а рядом со мной, на сиденье пассажира — мой друг. Я чувствовал, что пытаюсь оторвать свои руки от кого-то, кого я не мог рассмотреть во сне. Этот человек бормотал мне: «Да ладно тебе». И снова я никак не увязал происходящее с задачей пайти свои руки. Очередная возможность была упущена. Иногда я задумывался, правильно ли я выполняю это упражнение, и каждый раз приходил к вы-



воду, что мне необходимо перестать беспокоиться о результатах своих действий и о том, что об этом подумают (или скажут) другие. Я укрепился в этой мысли еще больше после того, как во сне я почувствовал, что любое мое действие на протяжении дня либо приближает меня к успеху, либо отдаляет от него. Тогда я понял, насколько необходимо действовать в соответствии с поставленными целями.

Поначалу ощущение границы *осознанного сновидения* вызывало у меня чувства паники и страха. Энергия, ассоциировавшаяся с проникновением в *осознанное сновидение*, вызывала одновременно небывалый подъем и не менее сильный испуг. Несколько лет, пытаясь проснуться во сне, я вдруг обнаруживал, что плыву где-то в океане. Тут же оживали все мои страхи перед неизвестным, и тогда в толще воды появлялась тень акулы. Как только мои чувства и эмоции окончательно вырывались из-под контроля, акула разворачивалась и плыла ко мне. Я реагировал на это еще большим чувством страха, все еще не понимая, что с помощью простого *намерения* могу заставить эту акулу исчезнуть. В результате раз за разом морская хищница подплывала вплотную ко мне, заходила со спины и набрасывалась на меня. Я просыпался в момент, когда громадные челюсти должны были вот-вот сомкнуться на моих ногах...

Расстроенный и испуганный неудачами с освоением *осознанных сновидений*, я попытался объяснить себе смысл этой повторяющейся картины. Я понял, что океанская вода символизирует мои эмоции (позже я узнал, что вода вообще является стандартным символом эмоций в сновидениях). Размышляя над появлением акулы, я осознал, что эти твари лишены разума — ведь они способны проглотить даже померной знак автомобиля и не брезгают друг другом. Кроме того, я пришел к выводу, что они вызывают у меня высочайшее уважение. Ведь акулы существуют многие миллионы лет и за это время претерпели лишь незначительные эволюционные изменения. Из этого можно было прийти к выводу, что они действительно являются неким совершенством.

С другой стороны, их инстинктивная глупость явно соответствовала моему нежеланию разобраться со своими эмоциями. Не обладая никакими особыми эмоциональными достоинствами, я, тем не менее, пускался в безумные переживания, подкармливая этим свои издевательские чувства. В то же время мне удалось уцелеть во многих неблагоприятных ситуациях, так что возможно, еще не



все было потеряно. Я использовал все эти рассуждения, пытаясь разобраться в своих чувствах и определить их «протяженность», коль скоро я еще не мог совладать с ними. В результате нападения акул стали происходить гораздо реже. Когда же за ужипом в компании друзей я отведал акульего филе, акулы исчезли из моих спововсе.

Несколько раз во время *сновидения* я обнаруживал свои руки; но при этом я постоянно забывал о причине этого, так что *осознанного сновидения* все-таки не получалось. Интересно, что *осознанное сновидение* совсем не обязательно должно содержать в себе какие-то откровения. Впечатления могут быть на первый взгляд даже совершенно дикими. В одном *сновидении* я мчался по калифорнийской проселочной дороге на своем автомобиле. Рядом со мной сидела девушка, с которой я действительно встречался в то время. Мы ехали со скоростью 55 миль в час, и я держал мою подругу за руку. Вдруг слева нас обогнал мужчина на скейте. Поравнявшись с нами, он заухал и засвистел. Я тут же понял, что нахожусь в *сновидении*, — и перешел в *осознанное* состояние. Как ни странно, смена несколько не изменилась. Тогда я сказал себе, что этот парень не может обогнать меня на скейте, потому что это противоречит всем существующим законам физики. Неожиданный соперник тут же замедлил ход, и мы вырвались вперед. Тогда я напомнил себе, что не стоит выдвигать поспешных и непоколебимых суждений, особенно если находишься в *сновидении*. При этой мысли парень со свистом пропесся мимо нашего автомобиля, промчался и исчез впереди.

Потом сон стал жутковатым, даже кошмарным, и я почувствовал, что теряю осознание происходящего во сне. Сон изменился еще больше; в моей голове промелькнула дикая мысль, что впереди меня ожидает нечто ужасное. Потом я одернул себя, вернувшись к пониманию того, что этот сон — лишь результат едва заметной энергетической пульсации моего мозга. Я все еще находился в состоянии *сновидения* и какая-то часть меня захотела увидеть лик смерти. В то же мгновение слева от автомобиля появился мотоцикл; он ехал с такой же скоростью, не вырываясь вперед и не отставая. Мотоциклист был в шлеме. Я взглянул на него; он тоже повернул голову ко мне — в полумраке шлема смутно белел голый череп! Он улыбался, сжимая в зубах длинный стебель розы. Я подумал: «Ничего себе развлечение!» — и проснулся.



Осознанные сновидения интересуют меня в основном потому, что они вплотную граничат с ВТО. Работа над овладением яркими и осознанными сновидениями естественным образом прокладывает путь к более высокому уровню сновидений — ВТО. Совсем не обязательно считать, что ощущения вне тела имеют внутренние присущие им преимущества; просто ВТО кажутся мне более интригующими и одновременно стабильными. Если и есть какое-нибудь различие между сновидениями и ВТО, так оно в том, что сны во сне подвержены смещению, а мир ВТО остается постоянным. Элементы пейзажа осознания сами поддерживают себя. Видимую картину легко изменить с помощью путешествий, отправляясь из пункта А в пункт Б, но превратить один объект в другой, находясь в состоянии ВТО, так же трудно, как в мире физического сознания. Именно поэтому мне кажется, что ВТО несут в себе более ясную и устойчивую информацию. Находясь под надежным контролем, исследуемые объекты (или ситуации) не подвержены колебаниям настроения или случайным желаниям, которые в иных обстоятельствах часто влияют на интуитивные или психические способности человека.

Тело сновидения

Стабилизировав осознанное сновидение, вы проникнете в мир ВТО. Многие особенности моего восприятия сновидений и ВТО основываются непосредственно на учении дона Хуана. В частности, он считал, что эффективное освоение сновидения требует, чтобы человек, стремящийся к ВТО, миновал фазу сна. ВТО, утверждал дон Хуан, представляет собой первую законченную стадию успеха в овладении сновидением. Полностью осознавая ценность других аспектов сновидения, он напрочь отметал возможность разумного понимания высших уровней сознания, частично из-за необходимости перерасти рамки сновидений, частично — из-за стремления воспитать такую необходимость в своих учениках.

Основной чертой ВТО является восприятие ощущений собственного тела — некоей формы, которую еще называют *телом сновидения*. Сущность ВТО заключается в том, чтобы воспринимать окружающее с точки зрения не физического, а именно этого, вторичного тела, будь оно в виде человека, осознающего шара, животного или в какой-либо форме. Еще одной характеристикой ВТО является способность воспринимать действительно происхо-



дящее событие физического мира. Например, во время ВТО можно воспринимать нечто также, как вы воспринимали бы своими физическими органами чувств во время бодрствования. Нередки случаи, когда люди, испытывая ночью *ощущения вне тела*, «парят по своей спальне, в то время как их физическое тело мирно поживает на кровати. И так же часто изумление от вида своего физического тела там внизу ошеломляет людей настолько, что они торопятся вернуться в привычную физическую оболочку.

Проецируя *тело снавидения*, можно посещать различные удаленные места. Доказательства этого можно найти в книге Роберта Монро «Путешествия вне тела». В частности, он писал, что во время ВТО он посетил свою знакомую и даже ущипнул ее, перед тем как вернуться в свое физическое тело. Тремя днями позже из разговора с этой жепщиной он узнал, что у нее на теле появился небольшой сипяк — как раз в том месте, где он ущипнул. Большинство из публикуемых сегодня материалов на тему ВТО содержат свидетельства людей, переживших состояние, близкое к смерти (СБС). Эти состояния возникают тогда, когда физическое тело подвергается серьезному травмированию, угрожающему жизнедеятельности организма. Итак, во время СБС нередки случаи, когда индивидуум переживает *ощущения вне тела*. В таком случае очевидцы рассказывают о том, что видели усилия реаниматоров или даже хирургическое вмешательство, наблюдая за происходящей физической драмой буквально сверху. А вот и более строгий, научный подход к ВТО: психиатры Глен Габбард и Стюарт Твемлоу в своей книге «Глазами разума» сообщают, что по результатам их исследований почти 80% спонтанных ВТО возникали в состоянии глубокого умственного и физического расслабления. СБС же случались менее чем в 15% описанных случаев. Остальные 5% происходили в результате усталости, стресса или паркотического опьянения. 94% опрошенных описали ВТО как нечто более реальное, чем сон. От 86% до 95% (в зависимости от типа исследований) переживших ВТО сообщили, что с удовольствием испытали бы это состояние еще раз.

По моему мнению, глубокое расслабление приводит к ВТО потому, что людям в этот момент удастся достаточно эффективно избавиться от своих привычек восприятия, так что происходит вполне естественное *смещение* от физического восприятия к нефизическому. Таким образом, человек позволяет своему физическому существу ослабить хватку, поддерживающую физическое вос-



приятие, до такой степени, чтобы могло проявиться нефизическое восприятие (из которого, собственно, и состоят *сновидения*). А достаточно ясные случаи нефизического восприятия и приводят к *ощущениям вне тела*.

Несмотря на то, что сны могут предшествовать возникновению ВТО, я не всегда осознаю наличие такой связи. Я просто вдруг оказываюсь вне моего физического тела и начинаю парить над верхушками деревьев или резвиться в облаках. Однако не менее часто предпосылки к ВТО возникают тогда, когда я тщательно работаю со *сновидением*. Однажды я только было начал осознавать состояние *сновидения*, как вдруг почувствовал, что как-то неприятно связан с физическим миром, присутствующим во сне. Казалось, будто физические законы гравитации и температуры стали более строгими, чем обычно. Понимая, что я нахожусь в *сновидении*, я покинул свое тело, превратившись в пар, который светился мягким голубоватым сиянием. Я проник в помещение тира для пистолетной стрельбы. Помню, что первой мыслью было обратиться в пустую кабинку и попрактиковаться в прицельной стрельбе по мишеням. Потом я вспомнил, что нахожусь вне своего физического тела. Тогда я взмыл под потолок, наблюдая, как стреляют другие. Я разобрался в ситуации неожиданно спокойно — можно даже сказать, что знание происходящего вдруг затопило меня, словно громадная волна. Я знал, что благодаря *несистемности* я вспомнил о состоянии вне тела. На мое отношение повлияли элементы приятия происходящего и участия в нем; по сюда же накладывалось и одновременное неприятие, неприятие в происходящем. Это дало возможность разуму заявить о своем присутствии. Более того: впервые за долгое время я испытал какое-то волнение от того, что находился рядом с огнестрельным оружием. Еще со времен войны во Вьетнаме я неизменно сохранял поразительное презрение ко всему, что стреляет; и лишь теперь я ощутил, что эта ледяная ступка разрушилась. Фиксированные эмоции больше не удерживали меня. Значительные результаты давали и псевдачи в попытках испытать ВТО. Однажды я уже собирался покинуть физическое тело — и тут проснулся с осознанием, что мне необходимо изменить свой дневной рацион. Я почувствовал, что за день до этого я съел слишком много сливочного масла, а немного раньше явно злоупотребил количеством сахара. В другой раз, находясь в бодрствующем состоянии, я ощутил какие-то энергетические скачки вдоль всего позвоночника. Я немедленно перевел



эти импульсы в стоячую волну, так что теперь энергия равномерно распределялась по всему физическому телу. Конечно, энергия была слишком рассеяна, чтобы могла покинуть тело, но я почувствовал, что, развивая *предпочтения Силы* и прочно связывая себя с ними, я смогу накопить большее количество энергии и это поможет мне во время ВТО.

Немного позже я пришел к пониманию того, что возникающее ощущение вибрации может служить сигналом перехода от бодрствования (или *сновидения*) к ВТО. Так, однажды во время *сновидения* я увидел торнадо. По мере того как он приближался ко мне, я чувствовал, что его сила заставляет меня содрогаться. Постепенно содрогания перенесли в вибрацию, которая всегда возникает в момент выхода из физического тела. И уже в момент подъема я сознательно понял, что перехожу из *сновидения* к ВТО. Я отдалился от своей физической оболочки уже на полфута, и тут у меня появились мысли о торнадо — ведь я много раз видел эти смерчи в своих *сновидениях*. Потом я подумал, что торнадо — это настоящий волшебник из страны Оз, и рассмеялся. Смех вернул меня обратно в тело.

Весьма важную роль играет и звуковая энергия. Как-то днем я прогуливался вокруг дома и вдруг услышал звук, напоминающий грохот грузового поезда. Звук все усиливался; казалось, будто невидимый тяжелый состав вихрем промчался через гостиную. Снова началась вибрация вдоль позвоночника. Мне удалось подчинить ее себе, вначале направляя ее вверх-вниз, а после равномерно распределив по всему телу. Потом я начал подниматься. Оторвавшись от физического тела приблизительно на пятнадцать сантиметров, я остановился, обнаружив это новое свойство ВТО. Я вернулся обратно в свое тело в приподнятом настроении, радуясь, что не испугался. При этом я частично концентрировался на звуке и вибрациях и одновременно огорчился, что мне не удалось сохранить *непривязанность*.

Был у меня и самый «гладкий» на сегодняшний день переход: во время медитации я плавно и легко отделился от своего физического тела и мгновенно очутился над болотистой трясиной. Я медленно проплыл на высоте около четырех метров над впадавшей в болото речушкой, а потом с шумом плюхнулся в воду и водоросли внизу. Прослушавшись, я задумался, почему мне не удалось управлять своим полетом над болотом — и тут вспомнил дурацкую историю, происшедшую со мной несколько лет назад.



Тогда я пошел на вечерний киносеанс. Показывали фильм Чака Норриса «Прощавший без вести», в котором рассказывалось о ветеранах вьетнамской кампании, возвратившихся во Вьетнам, чтобы разыскать своих товарищей по оружию, попавших в плен. Этот фильм произвел на меня сильное впечатление, вызвав к жизни глубоко засевшие во мне чувства. Возвращаясь после фильма к своему автомобилю, я страстно желал использовать ВТО с тем, чтобы прочесать всю территорию Вьетнама в поисках американских военнопленных. В ту же ночь я *проснулся во сне*. Как оказалось, я летел над Южно-Китайским морем. Я тут же узнал те места. Воспоминание мощно подтолкнуло мое осознание, и я быстро преодолел стадию *осознанного сновидения*, переходя к ВТО. Я приближался к Северному Вьетнаму. Пересекая границу, я почувствовал притяжение реки. Скорость снизилась, высота полета упала. Вне себя от ярости, я бессильно наблюдал за тем, как меня затягивает в мутную, илистую воду узкой реки. В момент, когда я совсем скрылся под водой, осознание вернулось в физическое тело и я проснулся в холодном поту.

В течение нескольких последующих недель я несколько раз использовал ВТО, чтобы вернуться во Вьетнам. Мне казалось, что я нашел по крайней мере два концентрационных лагеря, в которых содержались пленные американские солдаты. Один из лагерей был расположен в нескольких километрах к юго-западу от Ханоя. Как оказалось, там находилось около трех десятков заключенных. Второй лагерь размещался в центральной высокогорной части Южного Вьетнама. Этот район, окруженный высокими горными массивами и непроходимыми джунглями, располагался за много километров к северо-северо-западу от Сайгона.

Постепенно осваиваясь с исследованиями подобного рода, я присел, чтобы набросать достаточно жесткий метод поиска и попытаться определить, каким образом я могу сообщить о полученных результатах. В это время в моей душе зародилось *чувствование*, которое свидетельствовало: мне стоило бы оставить все это в покое. Судя по прошлому опыту, я знал, что такие предупреждения не стоит игнорировать; и все же я был сильно привязан к своей идее. Так или иначе, у меня началась жестокая внутренняя борьба, на чашах весов которой лежали моральные соображения, рассматриваемые со всевозможных точек зрения. Пару недель спустя я снова пытался воспользоваться ВТО, чтобы отправиться во Вьетнам, как вдруг все ощущения энергии, концентрации и наме-



рения, которые я обычно увязывал с вхождением в состояние ВТО, разом исчезли. Не знаю, какова была причина этого (или каким уровнем Силы это было вызвано), но я прекратил поиски. Я почувствовал, что вместе с этим я оставил позади какую-то часть себя — часть, которую мне уже никогда не вернуть.

Другие случаи ВТО были не менее эмоциональными, но более радостными. С детских лет я мечтал отправиться на Луну. Одним из академических курсов, который я выбрал, будучи школьником, была астрономия. Историю и математику я на дух не переносил, а кроме детских книг по астрономии читал разве что «Флэп» и прочие фантастические комиксы. Путешествие на Луну притягивало меня так же, как естественное желание отправиться куда-нибудь. Уже в зрелом возрасте я часто пытался настроить ВТО на полет к Луне, собирая для этого всю свою интеллектуальную и эмоциональную энергию, но каждый раз что-то меня отвлекало, и в конце концов я оказывался где угодно, только не у заветной цели. Однако рано или поздно желания осуществляются, если к ним настойчиво стремиться.

Я лежал на спине посреди гостиной и медленно погружался в сон — и тут совершенно неожиданно у меня возникло ВТО! У меня не было никаких ощущений, что я покидаю свое физическое тело. Я просто «выпрыгнул» из него. Ничто не указывало на изменения — я просто *знал*, что нахожусь в открытом космосе. Едва поняв это, я тут же подумал о Луне и через миг оказался на спутнике Земли. Как правило, во время ВТО все чувства обостряются и утончаются, к этому я привык. Но все равно при виде лунного ландшафта у меня перехватило дыхание. Мягкая, тонкая пыль магической кисеи переливалась в воздухе. Яркое солнце искрилось на каждом скальном выступе. Луна буквально сочилась энергией. Я открыл для себя, что она сама по себе является уникальной формой жизни. Изумление от столь неожиданного посещения Луны было таким сильным, что я неожиданно вернулся обратно, в свое физическое тело. Конечно, мне хотелось бы побыть там подольше, и все же я грациозно покинул гостеприимную планету, унося с собой поистине огромное знание: желания становятся былью независимо от того, сколько времени на это потребуется.

Глубина этого нового знания поглотила восхищение от моего полета на Луну. Несмотря на то что я осуществил мечту буквально всей жизни, понимание того, как таинственные внутренние силы управляют восприятием, сделало мое лунное путешествие детской



игрой, направленной на исполнение детской же мечты. Правда, я понимал и то, что моя детская мечта отчасти способствовала этому приключению и сыграла определенную роль в моем совершенствовании. След проплого, который привел меня на Лупу, одновременно шаг за шагом учил меня различать некоторые созидательные силы восприятия.

Занимаясь исследованием *сновидений*, я поставил себе цель ежедневно испытывать ВТО, и мое решение подсказало мне, что любую свободную минутку в течение дня можно и нужно использовать для медитации или *сновидений*. Во время такой короткой полудремы-полумедитации я научился сохранять осознание потока образов, который совершенно отличался от любых других известных мне форм восприятия. Эту непрерывную череду видений и звуков сложно даже описать. Присовокупив это новое умение к своим дальнейшим путешествиям, я смог заново настроить себя на полное раскрытие собственного восприятия.

Сновидение с биллокацией

Одна из более сложных форм ВТО состоит в том, чтобы оставаться бодрствующим, находясь в двух местах одновременно. Нередко этот феномен называют биллокацией. Человек в состоянии биллокации физически бодрствует в процессе ВТО; он может с легкостью смещать свое восприятие между местами, где находятся соответственно его *тело сновидения* и физическое тело. Как мне помнится, свое первое *ощущение вне тела* я испытал одновременно с биллокацией.

Тогда я находился у горы Предрассудков, неподалеку от Фипикса. За день до этого мы с двумя моими друзьями оставили мой грузовичок в месте, где обрывалась грунтовая дорога, и начали восхождение на гору. Мы карабкались вверх, начиная с полудня, а когда решили раскинуть походный лагерь на высокогорном альпийском лугу, было уже за полночь. У друзей были спальные мешки; я путешествовал палатке, так что постелил себе лишь толстое покрывало. От холода меня спасал костер, куда я подбрасывал сухие ветки и кизяк. С рассветом мы продолжили восхождение. Ближе к полудню мы набрали на заброшенную хижину посреди яблоняного сада. Весь день я старался быть поближе к хижине. Я ощутил немалое облегчение, когда понял, что хозяина здесь нет, —



следующая ночь должна была быть похолоднее, чем предыдущая, так что я был доволен своим новым пристанищем.

Опустились сумерки. Я оглядел хижину при свете небольшого очага — и вдруг обнаружил, что лечу над вершинами деревьев. За мгновение до этого я стоял перед каминным экраном, восхищаясь его изяществом, — и вот всякое ощущение хижины пропало. Я понял, что пахожусь снаружи и мчусь куда-то по воздуху с невероятной скоростью. Потом восприятие сместилось, вернулось осознание каминного экрана. Я опять сместил осознание обратно в горючую почву и снова полетел над деревьями. И в одной, и в другой ипостаси я чувствовал себя совершенно реально. Когда я летел, мое физическое тело перед каминном казалось воспоминанием. Когда же я ощущал, что пахожусь внутри хижины, осознание полета пропадало, но все-таки я знал, что лечу где-то. Это смещение произошло трижды.

Страпность происходящего объяснялась тем, что тогда я в первый и последний раз попробовал пейотль — кактус, обладающий психотропным действием. За час до билокации я съел пять или шесть сухих сморщенных кусочков пейота. Они были коричневатого цвета. Я проделал это, сидя в одиночестве, под одним из деревьев сада. После этого меня тут же вырвало. Поскольку я знал, это означало, что я съел достаточное количество пейота для моего веса. После этого я вошел в хижину и вскоре началась билокация.

Доп Хуап не единожды высказывал восхищение этим кактусом, считая его физическим домом некоего существа, которое называют «мескалитом». Пейот содержит вещество, служащее главным агентом изменения сознания. Это вещество — мескалин. Доп Хуап полагал, что энергетический заряд, передаваемый *мескалитом*, способен преподать человеку весьма ценные уроки. Принимать пейот доп Хуап советовал лишь тем своим ученикам, кто нуждался в радикальной переориентации своего восприятия, чтобы у них осталось понимание: в нас, людях, есть нечто большее, чем мы привыкли думать. При этом доп Хуап верил, что *растения Силы* вызывают мгновенную переброску личной энергии, поэтому пользоваться ими пужно с осторожностью и благоговением, только тогда, когда запятия медитацией не приносят результата. Он никогда не говорил мне, что я должен употреблять пейот, поэтому я попробовал кактус только из личного любопытства. Зато в результате я получил дополнительный энергетический импульс, ко-



торый в дальнейшем дал мне возможность испытывать ВТО во время медитации.

В следующий раз я пережил билोकацию, сидя в ресторане. Тогда я действительно не слишком хотел присутствовать на этом обеде. Особого голода я не испытывал, но меня буквально упростили приять приглашение. К счастью, две мои спутницы оказались вполне довольны обществом друг друга и не мешали мне грезить паяву. Вдруг я осознал присутствие двух существ, сотканных из света. Их светящиеся тела были яйцеобразной формы и в общем папомипали очертания человеческой фигуры, хотя я чувствовал, что незнакомцы не принадлежат к миру физической материи и живут в другом измерении. В тот момент я испытывал определенную романтическую привязанность к одной из женщин, сидевших за столом; поэтому я спросил у существ, что они думают по поводу секса. При этом свечение внутри их тел изменило свою форму, будто через незнакомцев прошел мощный разряд электрического тока. Где-то внутри себя я услышал, что они не желают разговаривать на эту тему и что мне предстоит самому разобраться с предметом моего вопроса. Когда я спросил их, что именно они хотели бы обсудить со мной, существа внезапно растворились в воздухе.

После обеда я немного прогулялся. Я чувствовал легкое нарушение координации, хотя сил моих все же хватило, чтобы не столкнуться с телеграфным столбом на обочине тротуара. Во время этой прогулки я понял, что единственным качеством, отличающим меня как физическое существо в земной жизни от них как нефизических существ из какого-то другого существования, было весьма особое ощущение, помогавшее мне концентрировать мое восприятие на различных аспектах, импеемых «жизнью».

Дон Хуан утверждает, что *тело сновидения* может быть развито гораздо дальше билокации — до такой степени, когда паходящийся в сновидении сможет осуществить *проекцию тела сновидения* на определенное место так, что его будут видеть другие люди, не испытывающие ВТО. Дон Хуан говорил, что *тело сновидения* не в состоянии припимать пищу или припосить из своих путешествий обратно какие-либо физические объекты; но зато оно способно собирать информацию и взаимодействовать с другими людьми так, как если бы это было физическое тело. Эта способность приводит к знанию того, что физическая материя представляет собой мысль, то есть часть разумной деятельности.



Доп Хуан учит, что способность управлять мыслями на этом уровне позволяет осуществлять полную переброску физической материи в нефизические измерения и обратно. Полагаю, что он сам продемонстрировал эту способность, «перелучаясь» из физического измерения и обратно. С помощью рациональной памяти я видел, как доп Хуан приближается ко мне с какого-то далекого расстояния. Разум не в состоянии признать нечто, выходящее за рамки его понимания; поэтому он предпочитает выдавать собственную интерпретацию происходящего. Но моя память *сновидения* демонстрировала, что доп Хуан спускается с какой-то священной плоскости, служившей природным ландшафтом или окружающей средой нефизического мира. Когда же две памяти встретились, я физически увидел его.

Сновидения третьего уровня

Несколько раз у меня возникали ВТО третьего уровня. Тогда мне казалось, будто я покидаю тело, уже испытывая состояние вне тела. Основной отличительной характеристикой такой проекции третьего уровня было всякое отсутствие формы. Осознание было сфокусировано в точку, которая могла изменять перспективу восприятия, но теперь осознание было лишено какой-либо вещности. Впервые я испытал это состояние в лаборатории Института Монро. В другой раз *сновидение третьего уровня* возникло у меня во время полуденной медитации, когда у меня возникали видения полета вверх-вниз над горной лужайкой. Перенеся свое внимание на фазу полета, я испытал ВТО. Потом, выгнув спину, я резко распрямился вверх и назад, чтобы начать полет. Уже выровнявшись в воздухе, я заметил, что могу наблюдать за своим *телом сновидения* в перспективе сверху. Смещая свое восприятие, я мог также разглядеть свое физическое тело, которое в тот момент находилось в квартире. Более того: я обнаружил, что могу наблюдать одновременно за обоими телами.

Обучающее сновидение

Помимо уже описанных уровней *сновидения*, я на практике обнаружил и другие области применения этой способности. В одном из вариантов *сновидение* давало уроки, обучающие восприятию и жизни. Это были вполне конкретные уроки по узкой тема-



тике, разбросанные по *сновидениям* различных уровней. К примеру, однажды во время *сновидения* мне удалось четко разграничить физические и нефизические органы чувств. Нефизические органы восприятия отличались остротой; они совершенно не зависели от своих физических аналогов. Я мог оупуцать окружающую обстановку, воспринимать присутствующих там существ несмотря на то, что не взаимодействовал полностью со всем этим. Именно это дало мне понимание того, что человеческое осознание не зависит от физических органов чувств. Я также узнал, что нефизическая окружающая среда может заключать в себе значимые впечатления — эквиваленты физической жизни.

Я мог оставаться в состоянии *сновидения* более длительное время. Кое-какие проведенные мной исследования *сновидений* указывали на то, что сами *сновидения* могут длиться лишь крайне незначительное время, возможно, считанные минуты. Другое же исследование позволяло утверждать, что эти самые *сновидения* приходят к человеку циклично, с 90-минутным интервалом. Вдобавок ко всему я выяснил, что могу находиться в состоянии *сновидения* по двадцать часов и больше, при условии, что в тот момент у меня нет никаких срочных обязательств вроде необходимости идти на работу. Я делал перерывы лишь на туалет и прием пищи, обнаружив при этом, что теперь я могу возобновить состояние *сновидения* с гораздо меньшими усилиями. Достаточно было удобно улечься и запово сфокусировать *внимание* на образах из *сновидения*. После этого всякое осознание физического тела пропадало. При желании я мог фокусировать *внимание* на своем физическом теле, не выходя из *сновидения*. Я оупуцал это напрямую, без концептрации сознания.

Кроме того, я получал полезные знания на темы морали и этики. Во время одного из *сновидений* я воспринял комок энергии неясного происхождения. Разобравшись в этой энергии, я интуитивно воспринял информацию о том, что интерпретация *сновидений* нередко основывается на различении хорошего и плохого (положительного и отрицательного). Другими словами, *сновидения* могут сообщать нам определенные намеки, что делать стоит, а что — нет. Смещение в сторону непредвзятых или неинтерпретируемых впечатлений приводил к сверхконцептуальному состоянию. Это означало, что находящийся в *сновидении* выходил за пределы символического значения того, что он воспринимает, пе-



реходя к признанию очевидности без всяких рассуждений и (возможно) участвуя в этом, что бы это ни было.

После *сновидения* я вспомнил утверждение дона Хуана о том, что восприятие растет по мере того, как индивидuum слой за слоем исследует свою способность к интерпретации, откладывая в сторону каждый исследованный слой. При этом он подчеркивал, что первый слой представляет собой интерпретационный раздел между добром и злом. Благодаря этому мы рассматриваем жизненные обстоятельства с точки зрения того, хороши они или злы. Распирывая свое осознание, мы испытываем *смещение* и оцениваем события с точки зрения их позитивности или негативности, а это уже напоминает скорее алгебраическое упражнение, чем эмоциональные различия между добром и злом. При этом мы воспринимаем все, основываясь на положении, что окружающее — это воплощение нашего разума и что любая интерпретация возникает как следствие нашего отношения к внешним обстоятельствам.

Отражая такое осознание, я во время одного *сновидения* превратился в торнадо. Когда мысли о человеческих жизнях и ущербе имуществу жителей беспокоили меня, я совершил *смещение* обратно, к человеческой перспективе. После этого я почувствовал, что все нормально и я могу опять слиться с торнадо в единое целое. Смерч взмыл высоко в воздух; он бушевал с какой-то размеренной, контролируемой яростью, сметая все вокруг. Мужчина, лежащий на земле, выстрелил в торнадо из ружья. Я лишь рассмеялся, зная, что пули не могут принести торнадо никакого вреда, и *сместился* обратно в свою физическую оболочку, беспокоясь, как бы выстрел не угодил в кого-нибудь за мной. Потом я внезапно вернулся к состоянию торнадо; теперь я наблюдал, как гигантский вихрь в клочья разнес строения и легко вырывал с корнем громадные деревья. Вскоре я понял, что все идет как надо — ведь теперь я был самой природой. Никаких моральных различий и того толка просто не существовало. *Сновидение* служило и иной цели, напоминая мне о необходимости быть самим собой, сохранять естественность и просто принимать себя таким, каков я есть.

Несколько лет по телевидению показывали мини-сериал под названием «Ветры войны». В одном из эпизодов обыгрывалась ситуация «присутствия разума». Через пару дней я, находясь в *сновидении*, задумался, что бы это могло значить. Каким бы ни было само *сновидение*, через миг в результате *смещения* я оказался во Вьетнаме, на маленькой далекой заставе. Нас атаковали северовь-



етнамские регулярные силы — хорошо тренированные, профессиональные солдаты. Находясь в осаде, я на собственном опыте убедился, что присутствие разума означает необходимость действовать сильно и раскованно перед лицом смерти.

Желание научиться чему-нибудь настолько захватывало меня, что я, как правило, «застревал» в своих *сновидениях*. Если я пытался действовать по собственному разумению, то вскоре ощущал, что событие меня затягивает, и терялся в происходящем. Тогда я понял, что необходимо сохранять расслабленность и одновременно контроль над собой — это автоматически позволило бы моему *намерению* слиться со *сновидением*, поднимая его на новый уровень. Часто выходило так, что если мне удавалось сохранять свое *намерение*, за ним тут же следовало ВТО.

В одном случае я медленно перешел от медитации в состоянии бодрствования к легкой дреме со *сновидением*, которое я толком не запомнил и даже не потрудился записать его в свой дневник. Но тем не менее я понял, что это было *сновидение*, поскольку тогда мое сознание *сместилось* к ВТО. При этом я не чувствовал, чтобы мое сознание покинуло мое физическое тело. Как и в других случаях, я просто обнаружил, что нахожусь вне своего физического тела — более того, я бодрствовал и парил над улицами Тусона. Как оказалось, что я мог либо летать над городом, словно ветер, либо мог устроиться на облаке, будто я сидел в кресле-качалке. И все-таки мне казалось, что я обладаю чем-то вроде тела: у меня было ощущение, что руки, ноги, голова и туловище на месте. Правда, интуитивно я понимал, что мое физическое тело спит в нескольких кварталах отсюда, в моей квартире на шестнадцатом этаже.

Итак, я сидел в воображаемом кресле. Вскоре я осознал, что могу изменить свое восприятие времени, соразмеряя его с движением автомобилей на улицах, мчавшихся в сотни метров вблизи подо мной. Я мог наблюдать за автомобильной суетой, напоминавшей оживленное движение из фильма «Полицейский из Кистоуна», а мог и смотреть, как они лениво ползут, будто в замедленной съемке. Я никоим образом не влиял на автомобилисты — я изменял лишь свою связь с их движением. Изменилось только мое восприятие времени. Поиграв с этой новой для меня возможностью некоторое время и изучив гибкость времени, я вернулся в свое спящее физическое тело и позволил ему поспать еще.



Тренировочное сновидение

Рука об руку с обучающим сновидением идет еще один вид, в котором новые знания сообщает другой человек или какое-нибудь существо. Я, например, во время полуденного сна испытал сновидение, в котором я беседовал с кем-то невидимым. Во всем остальном наш разговор ничем не отличался от обыкновенного общения. Со всей очевидностью я предположил, что это существо обладало информацией о сознании. Я задал своему собеседнику общий вопрос, касающийся развития восприятия. «Во-первых, развитие восприятия — это одна из величайших задач, — явился мне ответ ниоткуда. — Во-вторых, из-за сложности и, вероятно, двойственности природы этой задачи, лучше всего иметь какую-то конкретную цель». Из этого я понял, что мне необходимо сформулировать принципы, по которым я стремлюсь исследовать конкретные области восприятия. Зачем я стремлюсь к ВГО? Как можно применить знания об этих реальностях? Определение конкретных целей не только помогло бы сфокусировать энергию и придать импульс для движения к заветной цели, но и способствовало бы сохранению чистоты моего восприятия, чтобы я не погряз в сомнениях.

В другом сновидении рядом со мной появился дон Хуан; мы обсудили с ним некоторые вопросы ВГО. Потом ко мне пришло осознание какого-то приглушенного жужжания, приближавшегося издалека. Оно чем-то напоминало гудение крошечного самолета. Я взмахнул руками, словно надеясь, что они превратятся в крылья и я смогу подняться в воздух. Тем временем гудение переросло в звучный рокот. Но взлететь мне не удалось. Я спросил у дон Хуана об этом, и он показал мне образ моего отца, сообщив, что я всегда стремился угодить как родителю, так и другим окружающим, из-за чего потерял смысл собственной жизни, а заодно и личную силу.

Были и сновидения о Кастанеде. В одном из них я в одиночестве наблюдал пейзажи осознания — различные аспекты, из которых состоят области сознания. Потом непонятно откуда появился Кастанеда. Когда я обратил на него свое внимание, справа от меня прожужжал мотылек. Пасекомое быстро увеличилось в размерах. Вот оно уже бьет крыльями прямо по моему носу. Я ощущал, что начинаю первничать. В это время Кастанеда, обращаясь к самому



себе, сказал что-то о Вирджиния-бич (тогда я жил в этом городке). Из его слов я понял, будто бы он собирается посетить его. Потом раздвигнувшийся мотылек укусил меня слева в плечо и я проснулся. Кстати, в своей книге «Сказки о Силе» Кастанеда описывает аналогичные встречи с мотыльками, или, скорее, с энергией, которая принимает вид этих насекомых. По словам Кастанеды, эти мошки символизируют собой знание. В своем *сновидении* я уже был на грани того, чтобы захватить знание о том, как непосредственно переносить свое осознание на индивидуума; но знание пропеслось мимо, и я потерял его след.

Во время одного из *сновидений* я ощутил сильное давление в груди, словно у меня начинался сердечный приступ. Я услышал совет Кастанеды: выдохнуть через рот, чтобы уменьшить давление. Потом он сказал, что необходимо остановиться, чтобы не спизить давление ниже предела. Тут я физически проснулся и увидел образы трех мужчин. Они стояли передо мной на коленях. Один выглядел как индеец, два других были белой расы. Их тела были сотканы из света, а не из физической материи. Вот двое из них подняли мое нефизическое тело из физического, и я осознал, что они удерживают меня на краю скалы. Потом эти двое сбросили меня вниз, и пока я падал, мое осознание вернулось в физическое тело. Это напомнило мне прыжок Кастанеды в пропасть, который знаменовал окончание периода ученичества.

Несколько раз я, просыпаясь, обнаруживал в своей комнате присутствие незнакомцев со светящимися телами. Например, как-то я проснулся рано утром от необычного ощущения внизу живота, где находится область моей *воли*. Я увидел женщину, похоже, мексиканку. Она стояла рядом с моей кроватью. Женщина была невысокого роста и выглядела как-то по-домашнему, естественно, как будто она была обыкновенной крестьянкой, хорошо сжившейся со своей ролью. Незнакомка держала в руке длинную тонкую трубку. Один конец трубки был расширен и к нему женщина прижималась губами, а другим, узким, концом трубка упиралась в низ моего живота. Тут меня одолел страх, и фигура женщины испарилась. Я попытался с помощью *чувствования* разобраться в происшедшем. Интуиция подсказывала, что у женщины были самые дружеские намерения и что она была помощницей допа Хуана. Я понял, что таким образом она стимулировала мою *волю*, используя для этого древнюю методику Толтеков. Весь день после этого я чувствовал себя немного разбитым, как бы не желая иметь



дела с физическим миром, и стремился вернуться обратно в *сповидение*.

Однажды в полдень я заснул на полу в комнате матери. Во сне мне явилось четкое осознание *смещения* от бодрствования ко сну, а оттуда — к *сповидению*, дальше к ВТО и обратно. При этом я отдавал отчет о переходе в каждую фазу, затем цикл повторялся снова. В это время в комнату вошла мать. Я почувствовал, что ее первым стремлением было разбудить меня; тогда я испустил импульс энергии «прошу не беспокоить», и мама отказалась от своего намерения. (На следующий день я спросил ее об этом, и она рассказала, что собиралась задать мне вопрос, но после решила этого не делать, потому что почувствовала, что я хочу побыть один.) Я непадолго оставался на каждом уровне, пока не совершил три цикла подряд. Потом, оставаясь в *состоянии вне тела*, я встретился с неким существом. Оно беседовало с рядами растений, ветви которых были подрезаны так, чтобы кусты напоминали человеческие формы. Это напомнило мне живую изгородь в «Диснейленде», которую стригут так, чтобы она напоминала персонажи всем известных мультфильмов. Я спросил у существа, как его зовут. Оно ответило мне: «Эпзел», — и продолжило читать какую-то лекцию растениям, выстроившимся перед ним рядами, как солдаты в строю. Эпзел говорил так, будто он был запрограммирован лишь на передачу определенной информации. И тогда я подумал, что он паверняка представляет собой вариант компьютера.

Но как только я почувствовал, что сыт по горло его игнорированием меня, и начал было возвращать свое сознание обратно в физическое тело, Эпзел резко развернулся на месте и спросил, что мне нужно. В испуге я частично проснулся. Я все еще лежал на полу, ощущая, что вполне могу подняться в воздух и неудержимо заскакать по всему дому. Тут же я вспомнил о матери, которая, должно быть, наблюдала за всем этим и подавил все порывы моей энергии, стараясь вернуть ее целиком в физическую оболочку. В это время я услышал гулкий голос Эпзела, допосившийся неизвестно откуда: «Неужели люди все еще беспокоят тебя?» Это еще больше потрясло меня, и я полностью проснулся.



Сновидения с внеземными существами

Во время сновидений я неоднократно встречался с другими существами, которых я называю внеземным разумом (ВР), или существами, ассоциируемыми с другими физическими планами, отличающимися от Земли. Где-то за полгода до начала настоящей «саги о ВР», у меня было сновидение о том, что я сижу на берегу моря и читаю книгу. Где-то в полукилометре от меня виднелись рыбацкие мостки, довольно далеко уходящие в океан. Потом я заметил приблизительно в пяти метрах от себя два зеленых шара энергии. Они лежали на песке. Один шар светился ярко, второй лишь мерцал. Сфокусировавшись на более ярком шаре, я вдруг почувствовал желание зажечь огонь. Я обернулся и посмотрел через дорогу на стадион — поле и трибуны мгновенно охватили языки пламени. Тогда я что было сил помчался к кнопке пожарной сигнализации. Но тут же я осознал свои действия и замедлился. Казалось, будто я едва могу двигаться. Наконец я добрался до сигнализации и нажал кнопку. Человек, разговаривавший по телефону в соседней будке, потребовал, чтобы я выключил сирену, пояснив, что он хочет, чтобы приехали лишь две пожарные машины. При этом он сказал в трубку: «Здесь находится зеленый человек». Тогда я спросил незнакомца, кто такой зеленый человек. Он ответил мне, что так называют гражданина, пекущегося о своем городе и стремящегося помочь.

Я появился обратно на пляж за книгой. Тут я увидел, что к берегу на большой скорости мчится катер, и разволновался при мысли о том, что в таком темпе он, пожалуй, выскочит из воды прямо на берег, а мне не удастся вовремя свернуть. Тогда я выразил намерение, чтобы катер остановился; сновидение стало осознанным, но все же я не пытался управлять событиями. Внезапно над рыбацкими мостками появилась летающая тарелка. Она начала раскачиваться, неуправляемо дрожать, а потом загорелась и обрушилась вниз, прямо на сидевших на мостках рыбаков. Те бросились в разные стороны, пытаясь избежать гибели в пламени. Я проснулся с чувством легкой дрожи, чувствуя, что ВР действительно существует.



Позже мне явилось *сновидение*, в котором я встретился с привлекательной женщиной. Она сообщила мне, что она — инопланетянка. Потом она решила показать мне свой настоящий облик. Область вокруг ее левого глаза внезапно начала изменяться, и женщина отправилась в туалет, чтобы закончить изменения. Меня разобрал смех: я мог только гадать, насколько странно она будет выглядеть на самом деле. Наконец дверь открылась, и я увидел большой комок белого света. Тут *сновидение* закончилось, и я спокойно проспал тринадцать часов. В другом *сновидении* я наблюдал за тремя людьми с точки зрения представителя внеземного разума. До этого я и не подозревал, какими примитивными кажутся люди! В следующий раз меня и какого-то незнакомого мужчине подобрала маленькая металлическая летающая тарелка. Я чувствовал, что выбора не остается и придется войти в космический корабль. Мы покинул атмосферу Земли и каким-то образом начали перекачиваться: тарелка стала менять конфигурацию. Тут я услышал шум энергетического потока; он напоминал мне момент ВТО, когда покидаешь физическое тело. Правда, никакой связи я не уловил. Я силой заставил себя забыть это *сновидение*, чтобы скрыться таким образом от преследователей.

Еще одна связь между ВР и ВТО произошла во время ВТО третьего уровня, когда я передал *проекцию* себя на Марс. Пейзаж был темным и мрачным, но я все же определил, что планета заселена нефизическими существами. Некоторые из них напоминали голубоватые светящиеся сферы из фильма «Марсианские хроники». Другие напоминали собой треугольники, кубы и другие геометрические фигуры. Они общались со мной методом телепатии. Инопланетяне выражали озабоченность тем, что земляне не в состоянии воспринимать их присутствие. Они опасались возможности того, что человек осуществит некую безжалостную программу исследования Марса, которая никоим образом не будет учитывать или предусматривать присутствие альтернативных форм разумной жизни.

Эта серия *сновидений* достигла своей кульминации, когда некие представители ВР продемонстрировали мне их собственный вариант одного электромагнитного прибора, над которым я в то время работал. Дело в том, что более года я исследовал возможность применения технологии, способной стимулировать и усиливать человеческое восприятие и даже (возможно) способствовать физическому исцелению. Как и в случае с первыми компь-



ютерами, предполагаемый прототип этого прибора, наверное, занял бы целую комнату. Во время же *сновидения* посетитель ВР просто протянул мне руку с устройством длиной чуть больше метра и шириной с десяток сантиметров. Интуитивно я понял, что речь шла о той же технологии, только в более усовершенствованном виде. Продолжая ту же апологию, можно было бы сказать, что ВР обладал «персональным компьютером», тогда как земляне еще не создали свою первую ЭВМ.

Сексуальные сновидения

Во время одного из состояний ВТО я совершал полет, превратившись в светящуюся сферу. Потом ко мне приблизилось какое-то другое *тело сновидения*, которое казалось мне женским. Я почувствовал, что меня сильно тянет к этому объекту. Наппи энергии соприкоснулись, и меня заполонили восхитительные всплески невиданного электричества. Потом наппи *светящиеся тела* плавно слились, и мы стали одним целым. Наступил экстаз.

Один из наиболее часто задаваемых вопросов, который я слышу на своих лекциях по ВТО, относится к возможности сексуальной активности, или «астрального секса», во время ВТО. Мысли о сексе свойственны большинству людей, однако активный поиск какой-то особой привязанности во время *ощущений вне тела*, когда человек полностью свободен от повседневных этических рамок, вызывает удовольствие практически у всех. Конечно, во время ВТО сексуальные контакты возможны; но все же, наверное, для определения так называемого астрального секса нам потребуется другой термин. Он во многом напоминает обычные интимные отношения: здесь и эротика, и повышенное осознание тела или формы партнера, и оргазм — все это может присутствовать. И все же это больше чем секс, это слияние двух индивидуальных существ, нередко на границе полного забвения. Здесь полное проникновение друг в друга, здесь познание самых сокровенных глубин партнера — такое слияние идет гораздо дальше обыкновенной плотской любви. Собственно сексуальные ощущения составляют лишь незначительную часть этого слияния, поскольку они в основном напоминают привычный физический акт как с точки зрения техники, так и по силе и глубине возникающих ощущений, то общее впечатление, естественно, несет на себе отпечаток сексуальности.



Далеко не все встречи *светящихся тел* стимулируют обмен сексуальной энергией. Это слияние может происходить и тогда, когда его участники просто ощущают лучшее взаимопонимание (без всяких сексуальных намерений). Но если страсть все же возникает, то сила ощущений возрастает так же быстро, как и при физическом половом контакте. При этом совершенно исчезает чувство времени, и два существа могут оставаться вместе пять секунд или пять часов.

Групповые сновидения

Я нередко слышал рассказы от испытывавших *сновидение* о якобы имевших место встречах с другими людьми, также находящимися в этом состоянии. В своих книгах «Второе кольцо Силы» и «Дар Орла» Кастанеда также повествует о подобных контактах. Я же начал интересоваться этим вопросом лишь после того, как получил хотя бы незначительные доказательства возможности такой встречи (тогда мне удалось помочь другому человеку покинуть свое физическое тело (См. главу «Идя по дороге из красного кирпича».)

Я побеседовал на эту тему со Сьюзен — психотерапевтом из Новой Англии — и мы решили попробовать, смогу ли я воздействовать на нее в процессе лабораторного эксперимента в Институте Мопро. Вместе с ней мы участвовали в «Путешествии» в мае 1989 года; потом Сьюзен решила участвовать в программе «Основные направления», и в последний день тренинга мы беседовали с ней по телефону. Она сказала мне, что завтра, в девять тридцать утра она будет участвовать в эксперименте, находясь в камере десенсибилизации. В то время я жил во Флориде, приблизительно в двух тысячах километров от места эксперимента.

На следующее утро я удобно расположился в кресле-качалке в моей гостиной. Расслабившись, я сфокусировал свое *внимание* на помещении лаборатории, где в свое время мне пришлось бывать неоднократно. Постепенно осознание *сместилось* в маленькую, затемненную комнату: я понял, что нахожусь в той самой камере. Вскоре я ощутил присутствие Сьюзен; при этом я слегка напряг свое *видение* — и вот я уже могу различить смутные очертания ее фигуры на водяном матрасе. Слившись в одно целое с ее энергией, я сосредоточил свои усилия на том, чтобы помочь Сьюзен войти в состояние *сновидения* — лучше всего — в ВТО. Потом мое осоз-



наше покинуло камеру и взмыло где-то на три метра над ней. От пола меня отделяло расстояние метров в шесть. Потом я заметил, что рядом со мной витает энергетический комок. Судя по ощущениям, это была Сьюзен. Энергия двигалась, словно это был пластиковый пакет, заполненный водой; казалось, будто она пытается сохранять шарообразную форму, но ничего не выходит. При каждом смещении на поверхности, светившейся мягким белым сиянием, пробегали темпо-голубые пятна.

Позже Сьюзен рассказала мне, что в самом начале запытия она почувствовала, что ее «ведут» светящиеся существа. Потом у нее возник мысленный образ моего физического тела, и она почувствовала, что я должен быть где-то рядом. После этого, заключила Сьюзен, у нее возникли ощущения, будто она летит куда-то, а я поддерживаю ее в этом путешествии.

Потом у меня начался цикл семинаров по ВТО, а через несколько месяцев я начал заниматься индивидуальным обучением. Это позволило мне лучше разобраться с *групповым сновидением*. Одним из моих первых клиентов стал Том — психолог, который жил в ста двадцати километрах к югу от моего флоридского дома. Он подписался на трехмесячный курс обучения. Часть программы заключалась в том, чтобы физически посетить его дом, поскольку это было необходимо для нормального преподавания теории и практической техники. Другая часть обучения предусматривала *проекцию* моего сознания ему, причем я должен был находиться у себя дома, а он — у себя. За это время я должен был поднять энергетику его *сновидения* с тем, чтобы вызвать ВТО. Если посмотреть на это с другой точки зрения, моя задача заключалась в намеренном *смещении его точки фокусировки*, обучении его ощущать свое *тело сновидения* и управлять им.

Том был неплохо подкован в метафизике и когда-то до этого уже испытывал ВТО, так что особой начальной подготовки ему не потребовалось. Во время первого же запытия я научил его медитации по «настройке чакр». В тот же вечер в одиннадцать часов я попытался на расстоянии воздействовать на его восприятие. Я использовал ту же технику расслабления и фокусировки *сновидения* на Тома и вскоре заметил, что появилась связь. Постепенно я увидел его ступни и голову. Я заметил, что внутри него мелькают вспышки красного, голубого и желтого света. Тогда я присоединился к его *телу сновидения* в области ступней и начал воздействовать на его седьмую чакру в верхней части головы. Потом я «под-



лез» под его тело и сильно толкнул *тело сновидения* вверх. Никакого результата не последовало, и я внимательно просканировал его энергетiku, пытаясь обнаружить причину неудачи. Я почувствовал, что Тому не хватает уверенности в его способности самостоятельно покинуть свое физическое тело. У меня возник образ его восприятия самого себя: оно как бы замкнулось внутри Тома. Именно поэтому поток энергии не мог выйти наружу. На следующий день мы обсудили это, и Том сказал мне, что он опустил, как в него вливается мощный поток энергии, подтвердив мои ощущения о том, что ему не хватает уверенности в своих силах.

Где-то через две недели, несмотря на то что Том подозревал у себя грипп, мы решили провести в половине двенадцатого почти нефизический эксперимент. Я чувствовал, что в этот раз связь у нас достаточно слабая. Это было неудивительно, потому что в десять вечера я работал с другим клиентом, а теперь чувствовал себя усталым и сонным. И все же я попытался «подкачать» Тома своей энергией. На следующее утро он известил меня, что во время нашего эксперимента у него пропали все симптомы гриппа и что через несколько часов после этого, на рассвете, я вновь посетил его.

О повторном визите я ничего не помнил, поэтому решил, что либо Том зафиксировал память о предыдущей нашей встрече, либо это может служить доказательством того, что мы можем покидать наши тела, не осознавая этого. Многие из тех, кто занимаются внетелесными ощущениями, считают, что ВТОО происходят регулярно у всех людей, просто мы забываем о них. Скажем, Роберт Монро полагает, что каждый человек, находясь в фазе глубокого сна, испытывает ВТОО. Сновидения, однажды сказал он, являются побочным продуктом электрических разрядов, которые возникают, когда мы, возвращаясь обратно в состояние бодрствующего сознания, пытаемся найти смысл в «побочных» впечатлениях.

Еще через три дня мы с Томом запланировали новый нефизический эксперимент. Мы договорились на одиннадцать вечера. Впечатления в основном напоминали предыдущее занятие, но через пару часов Том проснулся с мыслью, что я вернулся. Расслабившись, он попытался воспринять мои инструкции. Позже он рассказал, что в то время я вел себя несколько иначе: вместо того, чтобы работать с его головой, ступнями и спиной, я начал производить *смещение* его энергии влево-вправо. В процессе этих мапи-



пуляций *тело сновидения* у Тома медленно отделилось от физического тела. После этого, рассказывал дальше мой ученик, наши *тела сновидения* поздравили друг друга с успехом. Затем Том вылетел из спальни в гостиную и с чувством полного триумфа вернулся в свою физическую оболочку.

Когда на следующий день мы сравнили папи записи в дневниках, я сообщил Тому, что в момент его ВТО я крепко спал — так, как я не спал, наверное, год. После этого мы решили, что мне придется «отключать» мою сознательную часть разума, чтобы избежать попыток обойти привычную технику, и после этого использовать другой метод. Этот опыт научил меня, что необходимо больше расслабляться и пытаться без предубеждений решать возникающие проблемы. Поскольку в этот раз я не манипулировал энергией Тома сознательно, он получил поддержку в виде доказательства его способности самостоятельно покидать свое физическое тело. Более того, этот случай убедительно доказал, что человек во время сна действительно совершает путешествия вне тела, не осознавая этого.

Через шесть недель после последних *ощущений вне тела* у Тома мы запланировали новый сеанс общения. На этот раз Тому предстояло лететь из Флориды в Аризону. Когда подошло назначенное время, я смог определить местонахождение его эмоциональной личности. (Каждый из нас имеет определенное ощущение, отделяющее нас от других. Фокусируясь на этой форме определения индивидуальности, вы можете посылать свою нефизическую энергию прямо к человеку, вне зависимости от того, где он находится физически.) Через несколько минут я начал осознавать себя в виде овального энергетического сгустка, парящего в салоне туристического класса самолета. Я тут же увидел Тома: он сидел справа по борту и рядом с ним было три свободных места. Том посмотрел в мою сторону так, будто осознавал мое присутствие.

Мимо прошла темноволосая стюардесса, и я полетел за ней в салон первого класса. Потом вернулся в туристический класс и поглядел по сторонам. Мне показалось, что Том чем-то занят, так что я решил не приближаться к нему. Перед тем как я решил вернуться, я почувствовал, что самолет начало трясти. У меня появилась мысль, что авиалайнер, наверное, попал в грозовой фронт. Вернувшись из салона прямо в свое физическое тело, я записал время возвращения.



Через несколько дней мы сравнили наши записи, и Том сказал, что хотя самолет был полон, рядом с ним оказалось три свободных места. Он также упомянул, что в какой-то момент воспринял мысленный образ меня; однако он не последовал за этим образом, потому что сначала занимался подготовкой бумаг, а потом ужинал. Когда я его спросил о болтанке, Том рассказал, что в указанное мною время самолет заходил на посадку в аэропорт Хьюстона и попал в грозу. Однако цвет волос стюардессы он не запомнил.

Сновидение с конкретной целью

Помимо изучения различных вариантов *сновидений*, я обнаружил, что можно применять это состояние для достижения конкретных целей; другими словами, *сновидение* практически применимо для выполнения любых интересующих вас задач. Так, несколько лет назад я испытал яркое *сновидение*, в котором я просматривал какой-то написанный материал. Приглядевшись внимательнее, я увидел, что лист бумаги покрывали потные записи и куплеты, написанные мелким аккуратным почерком. Я почувствовал, что это мое и что запись была моей все время. Удивление от этого открытия привело к тому, что страница сначала подернулась рябью, а потом исчезла. Позже, уже изучая журналистику в колледже (тогда я уже начал профессионально писать журнальные статьи), я обнаруживал во время *сновидений* отдельные абзацы и даже целые статьи. Иной раз я мысленно *видел* уже написанные слова; случалось и так, что я начинал осознавать какой-то энергетический массив, после чего начинал писать на основе собственной интуиции, будто статья была живым существом, которое посещало меня и, дождавшись, пока я его напишу, исчезало.

Постепенно моя заинтересованность в других реальностях вывела меня на встречу с моим отцом, со времени кончины которого к тому моменту исполнилось четыре года. Мой первый контакт с ним (уже после его смерти) произошел во время медитации. Я ощутил его присутствие и услышал его речь, обращенную ко мне: он сообщил мне, что собирается приглядывать за мной и, если мне что-нибудь будет необходимо, он всегда с удовольствием поможет. С помощью *чувствования* я ответил ему, что у меня все в порядке и пока что его помощь не нужна. Я подумал, что из-за



моего интереса к необыкновенным реальностям моя жизнь стала для отца чужой и что он, наверное, попытается изменить ее направленность, искренне полагая, что это будет лишь во благо мне. Но он ответил, что будет наблюдать за мной в том виде, в котором он сейчас существует, а не так, как это было при его жизни. Осознав это, я тут же расслабился и почувствовал полное умиротворение. Я сказал ему, что однажды увижу, как он привыкнет к новой для него точке зрения.

Через год я в виде энергетической сферы посетил его измерение. Когда я проник в пространство жизни после жизни, состоящее из нефизической энергии, отпали всякие сомнения в том, что существо, с которым я встретился — мой отец. Несмотря на то что я воспринимал его как символ объединения мужской и женской энергии, я все же легко распознал его эмоционально. Это было, несомненно, то самое ощущение, которое я ассоциировал с отцом.

Символ парил в пространстве, наполненном пастельным, белым и голубым светом. Оттенки свечения вокруг мягко и условно изменялись, и у меня возникло ощущение, что картина вокруг столь же изменчива, сколь и постоянна. Потом символ устремился от меня, направляясь к большому шару энергии. Тогда я подумал, что этот шар представляет собой большую часть отца — существо, по отношению к которому отец является лишь небольшим его компонентом. Когда символ слился с шаром, по крутой поверхности промелькнула едва заметная рябь. Я почувствовал, что это существо познало многие физические и нефизические миры и распространило себя на них. Никаких слов произнесено не было — я воспринимал и принимал происходящее в виде завершающихся информационных пакетов. Оставаясь для меня мертвым с точки зрения физической формы, отец продолжал жить в виде части громадного энергетического существа, паходившегося передо мной. Как только я понял, что мой отец — лишь крошечная частица этого всеобъемлющего энергетического поля, я *ощутил*, что существо приказывает мне удалиться. Урок подошел к концу.

Бывали случаи, когда во время *сновидений* я общался с ВР, представители которого показывали мне свои технологические достижения. Большинство из увиденного, казалось, было взято прямо из научно-фантастических романов. Всякие приборы для усиления деятельности мозга, космические двигатели, позволяющие путешествовать между измерениями, лучеметы, способные



испарить любую материю, — все это вызывало ощущение, что я нахожусь в павильоне, где снимают очередную серию фильма «Звездный путь». Мне также удалось посетить другие физические миры, нефизические измерения, поговорить с представителями ВР, Учителями и такими же путешественниками, как я сам. Вместе с тем, я смог хотя бы одним глазком взглянуть на новые формы искусства, архитектуры и оригинальные варианты ведения предпринимательской деятельности. Интуитивно я понимал, что при условии достаточного контроля над человеческим восприятием все это со временем можно будет применить.

В начале 1989 года я приступил к систематизации своих записей, готовясь читать семинары по ВТО. В то время я решил лучше разобраться в способах управления ВТО, для чего мне потребовалось уточнить параметры моих собственных *ощущений вне тела* — например, обобщить информацию о способе вхождения в ВТО. В следующие пять месяцев я испытывал ВТО от одного до трех раз за день. Девяносто процентов *ощущений вне тела* приносили информацию о том, как готовиться к разделению физической и нефизической энергии и как проводить это разделение на практике. Так я узнал, что есть совершенно определенные способы управления ВТО. Теперь моя задача заключалась в том, чтобы усовершенствовать свою способность точно контролировать *сновидение*, так же как человек учится управлять физическим восприятием и стабилизировать его. На этом этапе я остановился, чтобы подвести итоги моей повседневной жизни, провести *вспоминание*.

Спокойно плывя по течению

После повторного участия в программе «Путешествие через Врата» я перестал испытывать *ощущения вне тела*. Когда я медитировал, размышляя над этой проблемой, у меня возникло *чувство*, что волноваться не стоит — в свое время ВТО возвратятся. Пока же, думал я, мне нужно научиться пребывать в собственном теле, сохранять концентрацию и внимательность к окружающему физическому миру, как я пытался сделать это во время посещений нефизических реальностей. Через восемь месяцев ВТО начали постепенно возвращаться. Ко мне пришло убеждение, что единственный наиболее эффективный способ испытывать ВТО заключается в том, чтобы сохранять полное соответствие со своими каждодневными начинаниями. Несмотря на то что обычные



ВТО почти не возникали, через несколько месяцев после «Путешествия через Врата» я испытал несколько биллокаций, одна из которых перенесла меня в место в пустыне. Там я находился в обществе четырех человек, ни с одним из которых я до этого не был знаком; тем не менее я узнал в каждом из них друга, профессионально близкую личность — может быть, даже собрата-Толтека. Все это задавало тон возобновляющимся *сновидениям*. Я установил новые возможности управления — например, посещения определенных людей, восприятие написанного (и пока еще не опубликованного) материала, исследование технологии ВР и встречи с другими Толтеками.

Время вынужденного прекращения ВТО я использовал для написания большей части этой книги. Систематизация моих многолетних записей, дневников, записывание и переписывание способствовали тому, что я на время отошел от исследования техники и стал ближе к практическому использованию добытого в результате технической подготовки. Я старался вести себя в соответствии со своими *чувствованиями* на момент фокусировки на естественном течении моей жизни. Я даже становился упрямее в своих попытках жить по собственному разумению, а не в соответствии с предложениями и требованиями окружающих. Я разорвал путы культурных условностей и почувствовал себя более сильным и уверенным на избранной мною Тропе. В то же время я начал лучше понимать свою роль в обществе. Теперь я ощущал возросшую ценность моей деятельности, равно как и способность отразить ее результаты в понятиях, доступных современному мне обществу. Я также чувствовал, что самая продуктивная пора моей жизни еще впереди. Все, что оставалось, — это тихо и спокойно плыть по течению.

Глава 7

Советы для путешествующих вне тела

Как покинуть свое тело и получить
удовольствие от новых впечатлений

Упражнения, описанные в пятой главе, помогут вам двигаться вперед, овладеть все более сложными и тонкими техниками присам и расширить горизонты исследования сознания. Один из вариантов *ощущений вне тела* (ВТО) нередко называют «астральной проекцией». ВТО представляет собой усовершенствованную технику, обеспечивающую глубокое понимание *второго*, или нефизического, внимания, а также осуществлять контроль над ним. Люди часто называют ВТО *сновидением*, мысленным полетом сознания или еще каким-нибудь психическим феноменом; однако, исходя из существующего в литературе классического определения ВТО, я рассматриваю *сновидения* и мысленные проекции как ощущения, воспринимаемые телом, отличающимся от физического. ВТО представляет собой одну из форм таких ощущений, и поэтому ВТО присущи определенные характерные черты.

В частности, ВТО имеет три основных компонента. Первый заключается в том, что сознание распространяется за пределы физического тела. Стоит испытать это, и становится совершенно понятным, что сознание вполне может существовать вне пределов физического тела человека. При помощи ВТО вы можете рассматривать свое физическое тело, находясь под потолком спальни или вовсе в другой комнате. Во-вторых, такая нефизическая точка зрения имеет свою определенную форму, имя которой — *тело сновидения*. *Тело сновидения* может напоминать ваше физическое тело с привычными и вполне осязаемыми ногами, руками и т. п.; оно также может восприниматься как светящаяся сфера или в любой другой форме — например, в виде животного. При желании вы сможете повторить в нем свои физические органы чувств. Тогда вы во время ВТО сможете видеть, слышать, обонять, осязать и пробовать на вкус. Наконец, в-третьих: эта форма является оду-



шевленной, ей свойственны эмоции. ВТО лишены «сухости» в том смысле, что вы не превращаетесь в одно лишь осознание. *Тело сновидения* имеет возможность совершать различные движения, воспринимать ощущения и выражать эмоции.

Итак, поскольку *тело сновидения* обладает формой и эмоциями, вы можете взаимодействовать со своим непосредственным окружением так, как и находясь в своем физическом теле. Действительно, сходство процесса восприятия в сравнении с физическим телом да еще с учетом повышенных возможностей *тела сновидения* делают ВТО весьма практичным методом, позволяющим лучше понять процесс восприятия. Физические органы чувств — такие, как зрение и слух — служат мостиком между физическим и нефизическим восприятием, благодаря чему ваши впечатления не будут слишком оторваны от привычных. А свойства ВТО новые способности (например, относящиеся к «закольцовыванию» или просто выходу за рамки привычного времени и пространства) ускоряют процесс обучения, снабжая вас самыми разными впечатлениями. Это даст вам возможность измерить свое осознание и глубже понять его природу.

Я общался и переписывался с людьми со всего мира относительно вопросов ВТО — одно время это входило в мои рабочие обязанности в Институте Монро. Благодаря семинарам эта возможность все еще сохраняется. В процессе таких бесед я услышал превеликое множество объяснений природы ВТО. Например, один человек утверждает, что *тело сновидения* всегда существует и не прекращает свою активность. Он говорит, что ВТО — это сечение состояния из физического к нефизическому телу. Другой подход заключается в том, что люди существуют одновременно везде и что собственно тренировка необходима для *фокусирования внимания* в разных направлениях. Физическое тело и *тело сновидения* рассматривают как всего лишь два из многих проявлений общего осознания. Еще одна теория утверждает, что упражнения необходимы для создания нефизического тела, которое затем покидает тело физическое.

Кто-то полагает, что ВТО представляет собой действительное отделение от физического тела; другой возражает, настаивая на том, что переход и отделение являются лишь иллюзорными, что все заключается в *перефокусировке внимания*. Найдутся и такие, кто согласен с мыслью о ВТО как об электрохимической реакции, в результате которой все возникающие впечатления зарождаются



исключительно внутри мозга, так что в лучшем случае их можно считать просто занимательной галлюцинацией.

В результате подобного общения я обнаружил, что, независимо от культурных традиций говорящего или его взглядов на ВТО, большинство возникающих впечатлений во многом сходны. Например, мне доводилось часто слышать о спонтанном возникновении ВТО, когда *тело сновидения* индивидуума взмывало под потолок спальни, наблюдая за раскинувшимся впису спящим физическим телом. Изумление от рассматривания собственного физического тела с расстояния, как правило, тут же заставляло нефизическое тело вернуться обратно. Часто сообщают и о возникающей во время ВТО способности проникать сквозь потолки и стены и рассматривать жилища соседей так же ясно, как и с помощью физического тела. Все эти впечатления указывают на то, что ВТО представляют собой естественный для человека способ восприятия.

В результате моих изысканий я обнаружил, что ВТО может возникать во время чего угодно. Помимо состояний, близких к смерти, ход нормальных процессов в организме могут изменить усталость, стресс, горе или болезнь. Все это может способствовать восприятию разделения физической и нефизической энергии. ВТО могут также возникать в результате сильной радости, ощущения эйфории или экстаза.

По определению, спонтанные ВТО встречаются случайно; нередко это происходит без всяких предупреждающих знаков или особого намерения. Однако спонтанные ВТО позволяют человеку испытать весьма необычные ощущения и нередко оставляют после себя долгое воспоминание. Кроме того, в них можно найти намеки на то, каким образом можно целенаправленно вызывать состояние вне тела. В принципе, обстоятельства, способствующие возникновению спонтанных ВТО, во многом напоминают ситуацию, в которой происходят намеренные ВТО. Например, необычно глубокая медитация может вызвать спонтанные (подсознательные) ВТО. Главная разница при этом может заключаться в том, что человек, испытавший ВТО сознательно, про себя сформулировал *намерение* испытывать ВТО во время медитации. Таким образом, для этого человека ВТО будут иметь регулярный, а не случайный характер.

В результате моего опыта общения с допом Хуаном, работы в Институте Монро, бесед с людьми, испытывающими ВТО, кро-



потливой работы над трудами Эдгара Кейса о психических феноменах и моих собственных исследований, я разработал трехступенчатый процесс «вызывания» ВТО. Этот «метод тройки» заключается в *фокусировке* на собственном ожидании (раскрытии восприятия), возбуждении (уравновешивании восприятия) и исследовании (фокусировке восприятия). Большинство из входящих сюда упражнений требуют определенной подготовки. Например, ожидание включает в себя раскрытие и очищение осознания с тем, чтобы ВТО можно было рассматривать как достижимую цель. На этом этапе вы начинаете ощущать движение энергии. Подобный вид осознания вам помогут развить подходы и упражнения из главы «Земля Толтеков».

Возбуждение подразумевает захват «сырой» энергии и первые шаги по приданию ей формы и уравновешиванию. Если ожидание создает новое осознание, то возбуждение начинает процесс очищения этой энергии. При этом вы постепенно сплавляете энергию с задачей, состоящей в гармонизации ваших повседневных действий и целей из мира необычной реальности (в нашем случае — ВТО). Сливая воедино свои действия и цели, вы добиваетесь равновесия интеллектуальной, эмоциональной и физической энергии, а это, в свою очередь, создает еще большую энергию и придает направленность вашему движению к цели.

Упражнения из главы пять созданы для того, чтобы помочь вам на протяжении всей жизни устанавливать прочные связи. Например, медитации и *предпочтения Силы* действуют рука об руку, позволяя вашему осознанию глубже проникнуть в ваше сердце — в самое ваше естество. Медитация поможет вам обнаружить, что именно вы хотите развить в своей личной и профессиональной жизни, а эти предпочтения укрепят вашу жизнь и в свою очередь помогут вам более эффективно заниматься медитацией. Поиск вариантов применения ВТО в соответствии с вашим родом запятий полностью изменит вашу жизнь, обеспечив большее количество энергии, лучшее равновесие и более сильную целеустремленность.

Фаза исследований предусматривает симуляцию действительных *ощущений вне тела*, или намеренную фокусировку энергии на ВТО. Работая с различными техническими приемами ради развития своего внетелесного осознания, вы сможете постепенно развить в себе *намерение* ВТО. Это *намерение* заключается в фокусировке энергии, приводящей к ВТО. Чтобы добиться этого, вам потребуются собрать вместе все связанные с ВТО *ощущения*, кото-



рыс вы испытали во время упражнения на симуляцию. По мере того как эти *ощущения* начнут сливаться вместе, образуя компактный энергетический сгусток, вы сможете отделить их от себя, используя для этого изученную технику и постепенно продвигаясь непосредственно к ВТО. В конце концов ВТО превратится для вас в еще один способ тренировки восприятия, более совершенный, чем специальные упражнения по развитию восприятия.

Постепенно вы начнете замечать, что мой «тройной метод» дает вам подход, позволяющий развивать новые способности, связанные с пребыванием вне физического тела. При этом стадия ожидания будет отражать вашу готовность к совершенствованию ВТО; стадия возбуждения потребует еще большего уравнивания интеллектуальной, эмоциональной и физической энергии. Вы начнете создавать для себя эту энергию, гармонизируя ее по мере того, как ваши впечатления позволят вам лучше ознакомиться с самыми разными пейзажами восприятия. Это, в свою очередь, позволит вам сформулировать ответ на собственный вопрос: зачем вам пущо ВТО. На стадии исследования вы научитесь управлять ВТО, а также поймете, как лучше применять этот феномен для достижения ваших целей. Вы сможете, скажем, отправиться в какое-нибудь интересующее вас место или воспринимать письменные тексты (книги, стихотворения, деловые предложения), которые можно будет действительно записать после возвращения в физическое тело.

Но прежде чем рассмотреть упражнения для развития ВТО, давайте обратимся к вопросам, сомнениям и проблемам, связанным с феноменом состояния вне тела. Когда у вас наступит момент ВТО, знания в этих областях помогут вам в полной мере насладиться богатством новых ощущений.

Ясность. Если ваша цель заключается в том, чтобы испытать ВТО, значит, скорее всего, вы уже имели дело с необыкновенными реальностями. Конечно, может быть и так, что эта тропа давно притягивает вас без всякой видимой причины, а теперь, когда ваши шаги обрели большую уверенность, вы расщепляете *ощущения вне тела* именно как следующий шаг. Что бы ни вызвало ваши интерес, это все равно поможет вам более четко размышлять над феноменом ВТО, а также определить мотивы для этого. Спросите себя, зачем вам ВТО, чего вы боитесь в связи с этим и как вы хотели бы использовать это явление. Итак, полное согласие с са-



ним собой и жизненными обстоятельствами открывает дорогу к ясности.

Но ясность может и угнетать. Иногда человек доходит до такой степени ясности, что начинает думать и чувствовать, будто разрешил все возможные проблемы. Такой вид ясности становится препятствием к дальнейшему росту. Чтобы избежать этого, терпеливо соизмеряйте все предпринимаемые вами шаги; двигайтесь вперед постепенно, шаг за шагом обретая большую силу. Подвергайте сомнению, исследуйте и рассматривайте со всех сторон все ваши обязанности.

Рацион питания. На данной стадии, когда вы более подвержены самым различным влияниям, рацион питания может повлиять на вашу способность открывать новое. Возможно, вы захотите уменьшить прием одурманивающих веществ (куда, кстати, входят и алкоголь, табак, кофеин). Может быть, вы решите уменьшить количество потребляемого мяса, а то и вовсе исключить его. Не исключено, что вы придете к выводу: несколько приемов легкой пищи в течение дня гораздо лучше, чем один-два раза до отказа «набить утробу». Пусть вами руководят запросы вашего собственного тела — и не переживайте, если временно вы будете питаться странным для вас образом. Просто позаботьтесь о правильном и размеренном питании.

Мне приходилось беседовать с теми, кто после обильной еды или употребления значительного количества спиртного испытывает большую активность вне тела. Полагаю, что в результате таких резких изменений рациона в организме возникают определенные сложности, изменяющие нормальное отношение индивидуума к окружающему миру. Отсюда и возникает измененное состояние сознания или ВТО. Но я не считаю, что такой способ изменения повседневности в течение длительного времени будет способствовать частым и продолжительным ВТО.

Не забывайте: неумеренность в приеме пищи и других продуктов может нанести вашему организму гораздо больший вред, чем поглощение того, что вы изначально считаете вредным. Я знаю, что некоторые люди находят вредным употребление, например, красного мяса; но я помню и слова допа Хуана, который заявлял, что достаточно силён, чтобы употреблять любую пищу без вреда для себя. Мне кажется, он имел в виду, что в результате совершенствования сознания в человеке накапливаются определен-



ные побочные эффекты — например, способность есть то, что ослабляет обычного среднего человека.

Защита. Нередко можно слышать беспокойство по поводу того, что после отделения *тела сновидения* от физического тела последнее может оказаться заперто каким-то другим существом. Некоторые опасаются также, что недоброжелательно настроенные существа могут неожиданно атаковать *тело сновидения* во время ВТО. Думаю, что наиболее распространенным способом защитить как физическое, так и нефизическое тело является их окутывание белым свечением, прежде чем человек входит в состояние вне тела. Довольно часто встречается мысленная визуализация такого свечения, как Христова сияния. Помимо погружения в белое свечение, многие из тех, с кем я разговаривал, используют утверждения типа «Я нахожусь вне всякой опасности. Со мной не произойдет ничего плохого» или «Сияние Христа осеняет и защищает меня».

За более чем четырнадцать лет ВТО я использовал этот метод лишь два-три раза; в последнее время он служил лишь средством дополнительной защиты в ситуациях, когда я не мог быть совершенно уверен в том, где именно я нахожусь. Зато я обнаружил, что лучшее средство защиты прямо зависит от того, как я живу. Чем более уравновешена моя повседневная жизнь, тем меньше мне приходится беспокоиться о возможности всяких опасных впечатлений. Развитие *предпочтений Силы* в точности относится к подобному способу защиты. Раскрывая внутри себя самые сокровенные *предпочтения*, вы автоматически впитываете в себя больше света, заключенного внутри вас; и чем больше этого света в вашей жизни, тем меньше вероятность столкнуться с силами тьмы.

Предпочтения Силы фокусируют вашу энергию, которая в основном и определяет ваши впечатления. Если ваше *намерение* направлено на целостные, продуктивные ВТО, то впечатления будут соответствовать этому *намерению* (вот вам еще одна причина необходимости знать, зачем вы стремитесь к ВТО). Чем больше вы очищаете все свои виды энергии, чем лучше вы можете настроить их на достойную цель, тем больше вам удастся *сонастроиться* с конструктивными переживаниями и впечатлениями. При этом старайтесь не игнорировать и ваши наименее желаемые ощущения, ведь отказ четко признать самому себе в том, что ты чувствуешь (даже если чувства покажутся вам отрицательными), —



почти стопроцентная гарантия того, что рано или поздно вам придется столкнуться с этими проблемами во время ВТО.

Ниже вы найдете упражнение под названием «Тело Света». С одной стороны, оно позволит вам лучше узнать, что такое *светящееся тело*. С другой, вы найдете в нем способ окружить себя светом, словно коконом. Вообще существует много вариантов этого упражнения. Я же впервые выполнил его, участвуя в одной из программ Института Монро. В Институте это упражнение называют «Резонирующий энергетический шар» и используют в качестве подготовительного упражнения в институтских программах обучения, а также в курсе для самостоятельных занятий под названием «Впечатление от врат».

Тело Света

1. Используя мысленные образы и/или органы чувств, попытайтесь ощутить, как энергия света входит в ваши ступни и оттуда распространяется по всему физическому телу.

2. Позвольте энергии выйти из макушки паружу.

3. Постарайтесь ощутить, как энергия течет, бурлит, мчится или струится вокруг вашего физического тела.

4. Почувствуйте, как она вновь проникает в ваши ступни и поднимается вдоль позвоночника вверх.

5. Поддерживайте этот поток энергии.

6. Распространите энергию света наружу из вашего тела, посылая ее во всех направлениях.

7. Вернитесь в состояние сознательного бодрствования, продолжая осознавать движение энергии.

8. Для улучшения эффективности упражнения представьте, что все вредные вещества, все очаги напряжения в вашем физическом теле превращаются в черные или коричневые сгустки. Поддерживая в себе циркуляцию потока энергии, мысленно представьте и ощутите, как эти черные сгустки выходят из вас под напором светящейся энергии, выходя через макушку и растворяясь в окружающем пространстве. Почувствуйте, как очищенная энергия мягко опускается вниз и вновь проникает в вас через ступни.

Неблагоприятные ситуации. Даже при действующей защите вы иногда можете оказаться в неблагоприятной ситуации. Если не считать того случая, когда во время ВТО я начал тонуть в илистой вьетнамской реке (и не учитывать атак акулы, которые я



пережил в самом начале исследования *ощущений вне тела*), я не сталкивался с неблагоприятными ситуациями, полностью находясь в теле снавидения.

Правда, однажды во время тренировки *видения* я мысленно увидел трех индейцев, которые договаривались как-то навредить мне. Тогда у меня появилось *чувствование*, что у меня есть три варианта поведения: во-первых, я мог отреагировать на это страхом, и тогда моя энергия перешла бы к моим недрутам, позволив им воспринимать меня в качестве их жертвы. Если бы я поступил таким образом, они *заметили* бы меня, и тогда я оказался бы в самом центре их злых деяний. Во-вторых, я мог присоединиться к ним с предложением сколотить общую шайку и навредить кому-либо еще. Третий способ, который я использовал, заключался в том, чтобы неторопливо подойти к ним, а потом спросить с издевательской серьезностью на лице: «Эй, ребята! Вы что, все еще занимаетесь этой ерундой?» Признание их действий без энергетической «подачки» с моей стороны разрушило их злую энергию и превратило всю ситуацию во вполне безобидную.

Иногда бывает так, что некоторые ситуации не могут припести зла, если судить по их *намерению*; однако интерпретация этих ситуаций вызывает страх и сопутствующие ему реакции. Например, в фильме «Навигатор», где рассказывается о путешествиях во времени, несколько взрослых мужчин и мальчик, находясь в Британии четырнадцатого века, стараются попасть в наше столетие. В момент, когда они гребут на лодке, переплывая через канал, из-под воды появляется подводная лодка. Путешественники реагируют на нее, словно это чудовище. Интерпретация судна как подводной лодки была выше их понимания и уровня знаний. Точно так же и вы, путешествуя по бескрайним просторам сознания, поначалу можете столкнуться с тем, что не укладывается в привычные вам рамки. Тренировка *несистемности* позволяет избежать преждевременных интерпретаций и дает вам возможность собрать больше информации, которая, в свою очередь, даст вам возможность отправиться дальше.

Переходы. Во время перехода от состояния бодрствования, медитации, сна или *сновидения* к ВГО может произойти все, что угодно. Например, вы можете просто оказаться вне вашего физического тела, никак не ощутив при этом процесс перехода. Или вдруг у вас появится чувство, что вы проникли в зону высокой



энергии (при этом возникает, как правило, неспродолжительное опущение, что тебя окружает энергия невиданной мощности). И в данном случае вы окажетесь в зоне высокого энергетического потенциала — в том состоянии сознания, в котором может произойти буквально все. Причем на поверхность может выйти малейшее сомнение, любая тревога, страх или самое затаившееся желание. Вам может даже показаться, что вы находитесь в невероятном «суперсписе» потрясающей яркости и четкости, в котором вам приходится бороться со всем, что живет у вас в мозгу.

Мой собственный опыт подсказывает, что переход из медитативного состояния к ВГО позволяет лучше контролировать происходящее, что имеет смысл, поскольку теперь вы «проснулись во сне» и более собраны. Правда, зона высокой энергии может изрядно потрясти вас, словно самолет в грозу; часто необходимость прохождения через эту зону вызывает испуг. Однажды во время медитативного перехода мое осознание сместилось из спальни, где находилось мое физическое тело, в гостиную. Только я подумал, что вижу все ясно и отчетливо, картина перед глазами внезапно распалась на отдельные фрагменты, будто я разобрал картинку-головоломку. Опущение оказалось достаточно беспокоящим, чтобы я тут же вернулся в свое физическое тело, закопчив на этом свою попытку.

В некоторых случаях перехода (особенно когда я медитировал, намереваясь таким образом вызвать *ощущения вне тела*) я ощущал, что прохожу сквозь пять уровней. В самом начале я чувствовал напряжение. Пробиваясь через это поверхностное напряжение, являющееся естественным результатом жизнедеятельности, и ожидая, пока оно исчезнет, я постепенно переходил к созерцанию зрительных образов. Используя *несистемность*, я позволял этим образам появляться и пропадать, никак не вмешиваясь в их суть. Это открывало мне путь на третий уровень — там меня окутывал мрак, но зато там было спокойно и можно было отдохнуть. Вскоре я переходил на четвертый уровень, где меня ожидали новые вереницы мысленных образов. В этот раз с помощью расслабленных усилий я мог удерживать образы. При необходимости я позволял образам сменяться, концентрируясь на том, чтобы мягко удерживать их в неизменном состоянии. После того как происходила стабилизация четвертого уровня, я получал доступ к ВГО — пятому, последнему уровню. Не думаю, что обязательно переходить через все пять уровней — вы можете испытать их все, по не



исключено, что вам удастся «проскочить» один из уровней (или даже больше). Я рассказываю все это для того, чтобы ознакомить вас с как можно большим количеством характерных для ВТО черт, а не затем, чтобы навязать вам жесткую, негибкую модель.

Состояние перехода способно также вызвать к жизни вполне нормальный страх перед ВТО. Один из типичных — страх смерти. Во время обсуждения вопросов ВТО Роберт Монро высказал мысль о том, что первоочередным препятствием на пути к *ощущениям вне тела* является человеческий инстинкт физического самосохранения. Опущая, что движемся к ВТО, мы инстинктивно поворачиваем обратно, поскольку отделение от собственного физического тела ассоциируется у нас с образами смерти. Монро полагает, что главным прорывом к ВТО может стать успешное преодоление этого барьера страха.

Необходимость отказаться от боязни смерти совсем не значит, что вам придется утратить инстинкт самосохранения. Я по личным впечатлениям знаю, что *тело сновидения* реагирует на нужды и потребности физического тела, так что в случае, если жизнь оказывается под вопросом (или даже в случае, когда у вас переполнен мочевой пузырь), ВТО окапчиваются и ваше физическое восприятие восстанавливается.

Аналогичный страх вызывается опущением потери ориентации во время перехода. Мысли о ВТО могут прояснить ваше осознание поставленной перед собой цели; однако момент действительного покидания физического тела, когда вы опущите, что находитесь в действительно необыкновенной реальности, может вызвать состояние шока. При этом поддержка со стороны вашего привычного взгляда на мир, вероятно, окажется неэффективной, так что вы будете лихорадочно искать способ справиться с этим потрясением.

Из этого видно, что проблема состоит в том, насколько вы преданы идее исследования ВТО. Не исключено, что вы опущите неспособность управлять своими опущениями (особенно на начальных стадиях овладения ВТО). Вы можете почувствовать, что какая-то сила, более мощная, чем вы, управляет вашим восприятием или даже полностью контролирует его. Это *действительно* ужасно. Теперь вы лицом к лицу столкнулись со знанием Силы — того, что находится вне пределов вашего понимания и способно predeterminedить вашу дальнейшую судьбу. Более того: вы можете даже ничего не знать о своей судьбе. Размышления, книги и эк-



сперименты с различными вариантами взглядов и методов ВТО создадут для вас крепкую перспективу, благодаря которой вы сможете поддерживать себя.

Подобные сомнения и опасения встречаются не у всех; но даже если страхов у человека гораздо больше, время, необходимое на завершение перехода и полное погружение в *состояние вне тела*, уменьшает интенсивность этих переживаний, а то и вовсе стирает их. Вы облегчите себе переход, если воздержитесь от паники и сохраните в своем мозгу осознание поставленной цели. Полная самоотдача пропикповению в *состояние вне тела* не только сделает переход более плавным, но и поможет вам добраться до заветного конца путешествия.

Ниже приведено упражнение, которое стимулирует смещение между различными состояниями сознания. Сюда же входит методика, позволяющая справиться с неожиданными смещениями.

Переход

1. Определите направление вашего маршрута и две промежуточные остановки на нем. Две эти остановки и конечная цель должны быть для вас теми местами, которые вы желаете посетить.

2. Соберите энергию в центре вашего физического тела.

3. Направьте сконцентрированную энергию прямо к точке цели, не настраиваясь на посещение остановок.

4. Возвратитесь обратно в физическое тело.

5. Вновь проделайте путь к поставленной цели, но на этот раз остановитесь и на промежуточных остановках.

6. Снова возвратитесь в физическое тело.

7. Отправьтесь в направлении своей цели, задерживаясь на каждой промежуточной остановке. Но достигнув второй остановки, не заканчивайте путешествие, а последуйте в первое же попавшееся место, которое придет к вам в голову.

8. Находясь в состоянии медитации, спросите себя, почему вы отправились в это случайное место.

9. Возвратитесь в ваше физическое тело.

Барьеры. Помимо страхов, выходящих на поверхность во время отделения от физического тела, вы можете напрямую столкнуться и с барьерами. Мы создаем себе барьеры в течение всей нашей жизни, причем большинство этих искусственных препят-



ствий образуется из-за нашего индивидуального способа восприятия и понимания мира. Самый распространенный барьер заключается в убежденности, что испытать ВТО просто невозможно. Другие его собраты — это ограничения, которые мы сами же и накладываем на себя, полагая, что мир должен существовать так, как мы полагаем, а не иначе. Действуя, чувствуя и думая в определенной канве, мы создаем шоры для мыслей, чувств и действий, и эти шоры, в свою очередь, снова определяют наш образ мыслей, ощущений и действий. К примеру, если вы изучаете медицину, ваши чувства, мысли и действия становятся все более фиксированными по мере того, как вы развиваете свои профессиональные знания и навыки. Вы открываетесь лишь в одном направлении, прикрывая все остальные возможные пути. Будучи не в состоянии делать абсолютно все, вы начинаете устанавливать приоритеты; вы распределяете свое время между работой и отдыхом. Недостаток гибкости или жесткость мышления и поведения приводят к заострению этих шор — так появляются барьеры.

Свойственный *предпочтениям* фильтрующий эффект позволяет нам избирательно воспринимать значимую информацию, вычленив ее из безграничного количества сведений, которые постоянно воздействуют на наше осознание. *Предпочтения* фильтруют поступающие данные, и благодаря этому мы получаем возможность воспринимать ту информацию, которая что-то значит для нас. *Предпочтения Силы*, позволяя нашему восприятию совершенствоваться, дают эффект гибкого щита; при этом наши шоры остаются просто шорами, не затвердевая до непреступного барьера.

Управление собой после отделения от тела. Завершив процесс перехода, вы уже, наверное, ощутили, как ваше восприятие *смещается* из физического тела в *тело свидения*. Теперь в вашем распоряжении есть несколько состояний осознания — например, вы можете парить под потолком собственной спальни, облететь Землю, отправиться к другим планетам или вовсе в иные измерения.

Если вам не нравится конкретная ситуация, в которой вы оказались, вы вполне можете удалиться оттуда, не пытаясь изменить окружающий вас ландшафт. Это достигается за счет *сонастройки* вашего мышления и чувствования. Слияние мыслей и ощущений создаст *намерение маневра*, которое, в свою очередь, даст вам силу,



или энергию для путешествий. Вы можете отправиться сколь угодно далеко в мгновение ока или, по желанию, медленно облететь окрестности. Передко получается так, что вы мгновенно оказываетесь в месте, о котором только что подумали. Если вы, находясь в *состоянии вне тела*, чувствуете потребность размышлять и одновременно не желаете, чтобы мысли влияли на направление вашего путешествия, — отделите свои *ощущения* от мыслей, и тогда вы сможете наблюдать все, что вам хочется, причем продолжительность этого наблюдения будет зависеть только от вас.

Нельзя исключать и вероятность случайной встречи с силами, которые явно мощнее вас. Если при этом вы будете знать, что они существуют, и обращаться с ними так, как вы обращаетесь с физическими впечатлениями, эти силы станут неопасными для вас. Вот вам пример: периодически появляются сообщения о том, что путешественники... топят в наших юго-западных пустынях, пытаются пересекать их на джипах по руслу криков¹. Во время сезона дождей крики вновь наполняются водой, и бурные потоки короткоживущей реки могут принести смерть, перевернув и поглотив джип. Правда, это не совсем точная аналогия взаимосвязи между ВТО и физическими ощущениями. Оказавшись в ситуации, которая вас обескураживает, вы всегда имеете возможность вернуться обратно в свое физическое тело. Вы также можете посредством внутреннего невербального диалога попытаться понять природу встретившейся силы, узнать о ее истоках и причинах вашей встречи. Потом без всякого страха и сомнений разрешите своим впечатлениям развиваться дальше. Кроме того, в подобных обстоятельствах может оказаться целесообразным, если вы будете вести себя так, словно смотрите обучающий фильм или участвуете в нем.

Частичные проекции. Нет ничего необычного в том, чтобы испытывать частичные проекции, когда вы ощущаете, или *видите*, как из вашего физического тела поднимается, скажем, нефизическая рука (или нога). Если вы ощущаете, что ваше осознание в основном находится вне вашего физического тела, по продолжая-

¹ Крик — река, которая протекает в местности с засушливым климатом и поэтому подвержена сезонному пересыханию — *Прим. перев.*



те чувствовать свою частичную связь с собственной физической оболочкой, подобный вид проекции может даже показаться вам более драматическим.

Частичная проекция достаточно часто встречается в самом начале занятий ВТО. Позже причиной этому могут оказаться проблемы повседневной жизни, которые не отпустят вас, пока вы их не решите. Не исключено, что частичная проекция возникнет в результате познания чего-то нового. Зато в результате раздвоения вашего восприятия вы окажетесь на пути к овладению *билокацией*, которая представляет собой более совершенную стадию ВТО.

Ландшафты восприятия. В главе «Медленно плывя по течению» вы уже увидели, что существует множество состояний *сновидения*, одним из которых является ВТО. Вообще говоря, впечатления — это росток, который поднимется из тех семян, которые вы посеете. Ваши впечатления будут зависеть от того, как, в каком направлении вы организуете свою жизнь. Все это относится и к ВТО (одновременно помните, что во время ВТО вы можете наблюдать и совершенно неожиданные, немотивированные события). Любое новое событие может произойти лишь один-единственный раз, но может и возвестить об открытии новой области, которую вы захотите исследовать.

Точно так же, как существуют различные страны, государства, города и области, в нефизических измерениях есть самые разные ландшафты. Например, вы вдруг окажетесь в незнакомой вам стране — придется даже учить язык инопланетян! Визит в соседнее «государство» сознания, может привести вас в такую «Силиконовую Долину»¹ и там вы откроете для себя проект какого-нибудь принципиально нового электронного прибора. Или вы окажетесь в некоем нефизическом варианте церкви, где помощники и проводники укажут вам путь к духовному совершенству.

Восприятие после отделения от физического тела. Вам покажется, будто вы захватили с собой все ваши физические орга-

¹ Местность в штате Калифорния, США, где сосредоточены научные и производственные мощности крупнейших компаний-производителей электроники. — *Прим. перев.*



ны чувств, причем, скорее всего, они будут служить вам еще более остро. Цвета окажутся более яркими и насыщенными; очертания станут гораздо четче; усилятся и другие сенсорные ощущения — например, звуки станут громче. Вообще-то, находясь вне физического тела, вы можете продублировать все пять физических органов чувств (при этом лучше всего поддается воспроизведению наше зрение, а вот для ощущения вкуса и запаха придется приложить больше усилий).

В отдельные моменты вы ощутите, что ваше зрение из стереоскопического и относительно узконаправленного стало панорамным и теперь охватывает все 360 градусов, причем в любой плоскости. Путешествия вне тела в виде энергетической сферы способствуют развитию именно такого зрения. Правда, поначалу вам, вероятно, покажется, что вы видите словно в тумане. Не исключено, что остальные сенсорные ощущения вообще будут отсутствовать. Но со временем и опытом все эти проблемы разрешатся.

Несмотря на то что воспринимать вы будете как бы с помощью физических органов чувств, другие психические потребности, свойственные физическому организму, — например, дыхание — окажутся непугными. Находясь в *состоянии вне тела*, вы сможете оставаться глубоко под водой или в открытом космосе столько, сколько захотите. Точно так же *тело сновидения* не пугается и в пище. При этом вы получите возможность проникать сквозь физические объекты, такие, как стены дома или горы.

Общение. Иногда вы будете общаться так же, как и в физическом мире. Ваши органы чувств будут подсказывать вам, что вы участвуете в нормальном общении или что вы читаете книгу. Однако в основном общение будет происходить в невербальной, нефизической форме; при этом обостренная чувствительность органов чувств позволит вам уверенно воспринимать и передавать мысленные и чувственные образы. За телепатией следует признать одно неоспоримое преимущество: она позволяет автоматически переводить любую информацию на незнакомом языке в знаки и символы вашей родной системы общения.

Как и в случае с *предсказаниями*, вы постепенно научитесь распознавать значение символов. В зависимости от вашего типа личности символы могут либо непосредственно нарисовать картину, имеющую прямое значение, либо дадут вам возможность в пол-



ной мере насладиться таинством развития внутреннего невербального диалога.

Серебряная нить. Если вам уже случалось ранее читать или слышать о ВТО, вероятно, вы сталкивались с понятием *серебряной нити* — тонкого светового пучка, соединяющего физическое и нефизическое тела. Мне часто говорили, что, когда эта нить разрывается, человек умирает; слышал я и о том, что, отправляясь в слишком далекое путешествие, мы рискуем оборвать эту самую серебряную нить. При этом лично я ни разу не видел этой нити. Кроме того, опыт моих путешествий подсказывает, что разорвать эту нить достаточно трудно (да и вообще, она вряд ли имеет конечную длину). Учетывание описанных выше условий существования серебряной нити накладывает сугубо физические ограничения на восприятие нефизических ощущений.

Возможно, что серебряная нить служит своего рода символом связи с физическим телом, способом убедить самого себя, что ты еще не в объятиях смерти. А может быть, эта нить представляет собой нефизическую «пуповину» и я просто не проявил достаточной заинтересованности, чтобы разглядеть ее. (Находясь вне физического тела, я никогда не видел его, пока меня несколько раз не спросили об этом. Тогда я решил, что лучше вернуться и рассмотреть его. Так я и поступил. Впечатления были весьма интересными, но впереди меня ожидали более захватывающие события.)

Возвращение. В основном, обратный переход, или возвращение, заключается в *перефокусировке внимания* на физическое тело и обретении физических органов чувств. Как правило, для возвращения достаточно подумать об этом или захотеть вернуться. Кроме того, я обнаружил, что лучшим способом, позволяющим осуществить гарантированное и легкое возвращение, является «техника Дороти».

Техника Дороти

1. Резко сведите вместе пятки, или подвигайте какой-либо частью вашего физического тела, как это делала девочка Дороти в сказке «Волшебник Страны Оз». Иногда человек, находящийся в состоянии *вне тела*, чувствует себя физически парализованным. Если вы чувствуете себя именно так, просто приведите в движение часть вашего тела *сновидения*, чтобы оно символизировало пере-



мещение физического тела. Это *сфокусирует* вашу физическую энергию в направлении физического тела.

2. Подумайте: «Нет ничего лучше родного дома». Сконцентрируйтесь на возвращении. Это направит к физическому телу ментальную энергию.

3. Ощутите желание возвратиться — это *сфокусирует* вашу эмоциональную энергию на физическом теле.

4. Подумайте и почувствуйте, насколько сильно вы желаете плавно и спокойно вернуться обратно.

После того как на возвращении *сфокусируются* три типа энергии, ваши шансы спокойно завершить ВТО значительно увеличатся. Крайне редко (и вообще маловероятно) что-нибудь может помешать нормальному возвращению. Если это случилось, постарайтесь определить, что именно вам мешает, используя для этого внутренний невербальный диалог и технику направления. Как правило, чтобы вернуться, вам просто потребуются еще немного побыть в *состоянии вне тела*, чтобы ощутить или познать нечто «дополнительное». Может быть, вам потребуются исследовать какой-нибудь жизненный барьер, препятствующий вашему росту. Но что бы вы ни наблюдали, оставайтесь расслабленным и спокойно разрешайте ситуацию, не позволяя себе перейти к испугу и волнению.

С появлением опыта ВТО вы научитесь возвращаться легко и уверенно. Иногда слишком поспешное возвращение может выразиться в физических ощущениях тошноты, слабости или головокружения. Чтобы вернуться без всяких усилий, сохранив внутреннее равновесие всех видов энергии — сообщите себе об этом посредством *чувствования и мышления*.

Изменение формы. *Тело снавидения* нередко принимает очертания физического тела человека. Однако в самом начале работы с ВТО я обнаружил, что при любых впечатлениях от *внетелесных ощущений* любой продолжительности (а также при частых ВТО) мое *тело снавидения* автоматически превращается в энергетическую сферу. В настоящее время мое *тело снавидения* практически всегда имеет форму шара. В процессе ВТО форму можно произвольно менять. Многим даже нравится заниматься *смещением* формы, превращаясь то в леопарда, то в птицу, то в змею, или другое живое существо. Действительно, такое *смещение* может



не только прикоснуться к удовольствию, но и служить источником познания нового.

О жизни после смерти. Часто люди считают, что ВТО служит неоспоримым доказательством существования жизни после физической смерти. С моей точки зрения, *ощущения вне тела* доказывают лишь то, что нам, людям, доступны дополнительные способы восприятия. Использование этого восприятия в качестве инструмента для исследования вопросов выживания даст нам возможность контакта с покойными родственниками или с существами из нефизических миров, которые поделятся своими знаниями о жизни после смерти. Таким образом, мы способны пакапливать сведения о вероятности личностного выживания, причем эти сведения могут повлиять на наше мировоззрение. Да, можно сказать, что ВТО предполагает «загробную» жизнь; однако сами по себе *ощущения вне тела* вряд ли можно считать достаточным доказательством. Ведь даже ВТО во время состояний клипической смерти не обязательно свидетельствует о возможности «жизни после жизни». В конце концов, состояние «близкое к смерти» — это еще не сама смерть.

Самоубийство во время ВТО. Как-то один мой друг поймал скорпиона и посадил его в стеклянную банку. Решив подразнить насекомое, друг потряс банку. Каково же было наше удивление, когда скорпион выгнул дугой свой хвост и вонзил ядовитое жало в собственное тело! Вместо того чтобы выносить мучения в певоле, он убил себя.

Эта история приходит мне на ум, когда я слышу о том, как кто-то, находясь в состоянии ВТО, свел счеты с жизнью, решив, что с него достаточно. Все-таки я думаю, что люди, которым известен этот способ самоубийства, очень и очень любят земную жизнь. В каждом из известных мне случаев человека липали его жизни в основном в виде тюремного заключения. При этом заключенный действительно мог отправиться в бесконечное путешествие из физического тела, предпочтя его долгим годам мучительного существования за решеткой.

Но даже тот, кто и не помышляет о самоубийстве, иногда боится не вернуться из ВТО. Такие люди обычно говорят, что поскольку повседневная жизнь доставляет им одни огорчения, однажды они покинут свое физическое тело и... не вернуться. Побороть этот страх вам опять же помогут *предпочтения Силы*. Если



ваша жизнь хороша, вы обязательно захотите вернуться. Эта же техника поможет и преодолеть *отделение от тела*, потому что вы сможете отпустить все мысли и ощущения, отпавляясь в путешествие *вне тела* с уверенностью, что все идет хорошо. Избавиться от всяких тревожений помогает и мысль о том, что *ощущения вне тела* — совершенно естественное явление, происходящее во время обыкновенного сна.

Дополнительные соображения

1. Если вы спите в кровати с партнером (партнершей) и боитесь, что во время сна он (она) может случайно коснуться вашего физического тела и прервать ВТО, запрограммируйте себя, что из состояния *ощущений вне тела* вы должны вернуться только в случае, если вашему физическому телу угрожает непосредственная опасность. Прежде чем переходить к ВТО (или во время *ощущений вне тела*), поясните себе условия, при которых вы будете продолжать ВТО и возвращаться. При этом *сфокусируйтесь* на определенных обстоятельствах, с которыми вы можете столкнуться (например, ваш партнер во время сна случайно касается вашего физического тела).

2. Если вы вдруг оказались *вне тела* и теперь смотрите на свое физическое тело внизу — покиньте область, в которой вы находитесь, и сделайте что-нибудь, буквально что угодно. Это разрушит привычный образ мыслей, в соответствии с которым мы считаем, что обязательно должны находиться в своем физическом теле. Кроме того, не позволяйте случайностям вмешаться и разрушить ваши ВТО. Сохраняя *фокусировку* на цели ваших ВТО (т. е., зная, куда и зачем вы направляетесь), вы тем самым обретаете способ преодолеть любую неожиданность и свойственную последней тенденцию *перефокусировать* ваше внимание обратно на ваше физическое тело.

3. Постарайтесь не чувствовать излишне жесткого стремления к цели, чтобы не стать чрезмерно пегибким, закрепощенным.

4. Вы можете ощущать временную депрессию. Это нередко происходит из-за того, что изменяется ваш взгляд на мир и ваши отношения с окружающим. От тоски и грусти вам помогут отвлечься наполненная *силой* жизнь и упорные упражнения.

5. Дайте себе время. Подобно тому как ребенку дают время учиться, у вас ощущение должно предшествовать пониманию, а



понимание — предшествовать управлению и контролю. Другими словами, прежде чем вы распознаете сущность ВТО и научитесь управлять ими, научитесь чувствовать тончайшие черты, свойственные процессу отделения от физического тела.

Общее введение. Теперь пришла время взять нефизическую энергию, с которой вы работали в описанных ранее упражнениях и медитативных приемах, и направить ее строго на достижение ВТО. При помощи упражнений вы уже *открыли* и стимулировали эту энергию, а после придали ей конструктивное направление в вашей жизни. Сейчас же вы сузите выражение этой энергии до одной конкретной цели — ВТО.

Эти упражнения не только помогут вам продвинуться дальше к ВТО, но и позволят вам лучше подготовиться к знакомству с вашими собственными ощущениями, которые возникают на различных стадиях ВТО — таких, как *подготовка, переход и отделение*. Вы начнете подходить к пониманию ВТО с трех точек зрения: в состоянии бодрствования, в гипнагогическом состоянии (т. е., между бодрствованием и сном) и во время собственно *сновидения*.

Во время бодрствования

Некоторые из описанных далее упражнений известны под названием «технические приемы Роберта Моцро». Сам Моцро подробно изложил их в своей книге «Путешествия вне тела». Упражнения также входят в проводимые Институтом семинары «Путешествие через Врата» и «Впечатления от путешествия через Врата». Я поместил здесь и некоторые сходные техники, обнаруженные во время моих собственных *ощущений вне тела*. Все эти способы создают отличный базис для восприятия различий между физической и нефизической энергиями. Во время циклов занятий отдельные упражнения необходимо повторять. Постарайтесь заметить как можно больше возникающих ощущений. Впоследствии вы научитесь распознавать эти ощущения и то, что они значат для вас лично.

Вариант А

1. Подыщите место, где вам можно будет удобно лечь на спину.



2. Почувствуйте следы движения энергии внутри и вдоль всего вашего тела, словно энергия медленно вращается по спирали вдоль оси вашего позвоночника. Если для восприятия этой вращающейся энергии вам потребуется помощь — представьте себе маленький символ урагана, который обычно используется в телевизионных сводках новостей о погоде. Расположите центр этого урагана посередине своего физического тела. Пусть окружающие смерч тучи проходят сквозь вашу кожу, окутывая все тело в радиусе одного-двух метров. Представьте, что воображаемое атмосферное образование начинает вращаться, подчиняясь вращению сгустившихся туч. Используя воображение, подключите к этому движению энергетическую ось. Энергетическая ось начнет вращаться, и благодаря этому вы научитесь тонко ощущать нефизическую энергию внутри себя.

3. Дождаясь, когда энергетическая ось начнет вращаться, плавно остановите ее.

4. «Поднимите», или спроецируйте, энергетическую ось вверх, разместив ее параллельно вашему физическому телу, словно вы перебираетесь с нижней полки двухъярусной кровати на верхнюю. Пусть ось мягко парит в полутора-двух метрах от вашего физического тела.

5. Поменяйте свое *намерение* в обратную сторону — так, чтобы энергетическая ось вновь опустилась внутрь вашего физического тела. На этой стадии вам предоставляется хорошая возможность научиться управлению процессом *возвращения* вашей нефизической энергии (или тела) в физическое тело. Возвращаясь, говорите себе о том, что желаете мягкого, плавного *перехода*, когда все ваши энергии *сопоставлены* и падают в гармоническом равновесии.

6. Чтобы несколько «оживить» упражнение, можно с помощью *намерения* заставить нефизическую энергию изменить свое положение вне тела так, чтобы она парила не параллельно физическому телу, а перпендикулярно ему. Попробуйте двигать ее по комнате, поиграть с ней — при этом вы будете упражнять свое умение концентрироваться и управлять энергией.

Вариант Б

1. Повторите шаги с 1 по 3, описанные в Варианте А.



2. Аналогично тому, как вы поднимали нефизическую энергию вверх, опустите ее вниз, пропуская сквозь кровать и пол.

3. Возвратитесь обратно.

4. Один из вариантов метода опускания энергии состоит в том, чтобы частично опустить энергию, а затем «встретить» ее противоположно направленной и равной силой. Для этого начните опускать свою энергию и одновременно мысленно создайте импульс силы, направляя его из-под физического тела вверх, навстречу опускающейся энергии. С помощью поднимающей силы давите на опускающуюся энергию так, чтобы в результате обе энергии остановились неподвижно в состоянии равновесия. Когда давление двух энергий друг на друга уравнивается, измените направление вашего намерения на противоположное и поднимите опускающуюся энергию вверх. Одновременно помогайте себе за счет импульса «нижней» силы, направленного вверх.

Вариант В

1. Повторите действия, описанные в п. 1 — 3 Варианта А.

2. Потом, вместо того, чтобы просто поднять энергетическую ось вверх, вообразите, что она прикреплена к вашему физическому телу в области лодыжек. Теперь начните подъем энергетической оси так, чтобы в результате она установилась вертикально, под углом 90 градусов к поверхности вашего физического тела. Иными словами, представьте, что наступаете на энергетические «грабли», рукоятка которых при этом поднимается вертикально.

3. Измените направление вашего намерения на противоположное и вернитесь обратно в физическое тело.

4. Вновь покиньте свою физическую оболочку, поднимая энергетическую ось вертикально.

5. Если хотите немного поразвлечься — в момент, когда ваше энергетическое тело будет стоять вертикально, попытайтесь проделать сальто назад.

Вариант Г

1. Во время выполнения этих упражнений вы можете ощутить вибрацию. Например, вам покажется, будто все ваше тело содрогается, хотя сторонний наблюдатель не заметит ничего подобного. Вибрация может сопровождаться звуками — скажем, возникнет ощущение, будто через комнату с грохотом и лязгом



мчится товарный поезд или вас захлестывает громадная волна океанского прибоя. Если вы столкнулись с подобными феноменами — продолжайте сохранять вашу концентрацию на упражнении. Научившись справляться с вибрациями, вы значительно облегчите свои ВТО. Для овладения вибрациями вполне подходит описанное ранее упражнение «Настройка чакр». Когда вы полностью перейдете в *состояние вне тела*, вибрация и фантомные звуки умерят свою силу и вскоре исчезнут.

Вариант Д

1. В этом последнем из серии упражнениях вам будет необходимо собрать свою нефизическую энергию «в комок» внутри вашего физического тела. Выполняется это так же, как и образование энергетической оси. Для облегчения можно представить, будто вы наполняете мешок клубнями картофеля.

2. Затем позвольте собранной энергии покинуть ваше физическое тело через макушку; энергия должна истекать, подобно пару, туману или газу.

3. Вновь соберите энергию, на этот раз уже снаружи вашего физического тела.

4. Втяните комок энергии обратно в физическое тело.

В гипнагогическом состоянии

«Пограничное» состояние между бодрствованием и сном представляет собой благодатную почву для исследования сознания и сфер его применения. При этом нередко изнутри «всплывают» решения наболевших проблем, что, в свою очередь, стимулирует появление новых творческих устремлений. Гипнагогическое состояние также служит естественным мостиком к совершенствованию индивидуальной нефизической энергии, поскольку *внимание* и энергия, обычно направленные на поддержание физического восприятия, теперь в основном смещаются в область нефизического. Таким образом, в отличие от упражнений, выполняемых во время бодрствования, гипнагогическое состояние больше напоминает медитацию. Вот почему его можно использовать в качестве универсальной медитации (если вы не *фокусируете внимание* непосредственно на ВТО). Ниже приведено упражнение, которое



я составил на основе бесед с теми, кто так или иначе использует гипнагогическое состояние для перехода к ВТО.

Вариант А

1. Выберите место, где вы сможете удобно прилечь или сесть.
2. Начните стимулировать свои физические органы чувств: опустите кровать или стул, отметьте текстуру ткани на вашей одежде. Уловите урчание кондиционера (или компактного обогревателя), прислушайтесь к шуму автомобилей за окном. Обратите внимание на тиканье часов. Постарайтесь уловить запахи из кухни или исчезающий аромат лака для волос; почувствуйте, как пахнут цветы на улице. Опустите, что вам уютно и удобно в вашем физическом теле.

3. Теперь закройте глаза и медленно поднимите взгляд, направляя его на внутреннюю поверхность лба. Сейчас в вас начнет происходить *смещение* от физической энергии к нефизической.

4. Ослабив *внимание* к физическим органам чувств, сконцентрируйте его на нефизических ощущениях цвета, очертаний, иптуции. Мысленно отправьтесь вслед за слышимыми звуками.

5. Если ощущение давления в вашей голове (или другой части тела) подскажет вам, что нужно посмотреть в другом направлении, — не сопротивляйтесь. Вступите в *диалог* с этим давлением, чтобы определить его причину. Потом ослабьте давление и верните взгляд к внутренней поверхности лба.

6. Если у вас возникнет какой-либо образ, сохраните его при помощи расслабленной концентрации. При слишком больших усилиях удержать образ не удастся; с другой стороны, при недостаточном старании образ также исчезнет. Не стоит тут же *проецировать* себя в направлении образа, поскольку вы можете помешать действительно происходящей в данный момент проекции или парализовать перемещение в ранее избранном направлении. Итак, главное в этом — расслабленная концентрация.

7. Пропаблюдайте последовательность образов: вначале цветочное поле, затем статический образ наподобие фотоизображения и, наконец, — мерцающий образ, напоминающий смену кадров в кинофильме. Безусловно, может случиться так, что вы не увидите такой прогрессии. Вы можете сразу увидеть движущийся образ или не продвинуться дальше цветового поля. Однако цель заключается в том, чтобы увидеть движущуюся картину, так что если



вам посчастливилось начать сразу с этого — тем лучше для вас. Если же вы видите лишь цветовые различия, значит, вам необходимо больше и чаще тренироваться. Не старайтесь подвергать видимые образы цензуре или «редактированию». Воспринимайте их такими, какими они вам являются.

8. Во время наблюдения ментальных зрительных образов у вас может возникнуть ощущение, будто что-то внутри вашего физического тела из всех сил рвется наружу, пытаясь слиться с образом в единое целое. Не исключено также, что вы ощутите большую притягательность этих ментальных зрительных образов: они покажутся вам более яркими, чем обычные мысленные образы. В этом случае ваша главная задача — тренировать собственное терпение. Подождите, пока не ощутите, что внутри вас собралось достаточное количество энергии, чтобы вы могли слиться с образом воедино.

9. Если вам удастся слиться с движущимся образом так, что вы начнете воспринимать окружающее с точки зрения этого образа, а не с позиции физического тела, значит, вы совершили удачный *переход* к ВТО.

Вариант Б

1. Повторите действия, описанные в пп. 1 — 5 Варианта А.

2. Вместо последовательности цветов и образов вы можете воспринимать лишь светящуюся точку или изображение глазного яблока.

3. Используя расслабленную концентрацию, заставьте светящуюся точку (глазное яблоко) увеличиться в размерах.

4. После этого у вас может возникнуть ощущение, что сила, находящаяся внутри светящейся точки или глаза, притягивает вас к себе. Мягко сопротивляйтесь этому воздействию, пока не почувствуете, что влияние силы становится совсем мощным.

5. Прекратите сопротивление, позволив силе втянуть вас внутрь и дальше, за пределы образа. Нередко на этом этапе возникают ВТО.

Вариант В

1. Повторите действия, описанные в пп. 1 — 5 Варианта А.

2. Фокусируя собственную концентрацию на области лба, не обращайте внимание на воспринимаемое вами в данный момент.



3. Вспомните ощущения, аналогичные ощущениям, возникающим во время упражнения «Тело Света» (описано ранее в настоящей главе).

4. Разделите свое осознание, уравнив его части между действиями 2 и 3; одновременно сохраняйте как визуальное восприятие, так и возникающие ощущения. (Подробнее об этом «промежуточном» состоянии — см. «Медитацию тихого пламени».)

5. Позвольте энергии истечь из вас наружу, как если бы поток энергии направлялся из вашего физического тела.

В процессе сновидения

Здесь мы рассмотрим упражнение, которое отлично подходит для стабилизации восприятия. Благодаря тому что это упражнение относится непосредственно к стадии *сновидения*, оно одновременно отражает естественный подход к ВТО. Один из основных акцентов в нем сделан на том, что ВТО регулярно происходят во время нашего сна, все дело лишь в том, что обычно мы забываем об этом. Таким образом, вместо того, чтобы создавать себе ВТО «с нуля», мы должны лишь вспомнить то, что с нами происходит. Дополнительно эта техника рассмотрена в книге Кастанеды «Путешествие в Икстлан».

1. Ложась спать, с помощью мыслей и мысленных образов прикажите себе обязательно найти свои руки во время сна. Просто скажите себе: «Я хочу пайти свои руки во сне». Затем представьте, что вы поднимаете руки на уровень глаз. Обнаружение рук во сне служит отличным упражнением на развитие концентрации; это действие вызывает *осознанное сновидение*. Если вы достаточно возбуждены, чтобы найти собственные руки во сне, значит, вы определенно находитесь в стадии *сновидения*. Психотерапевт Кеннет Келзер в своей книге «Солнце и Тень» сообщает, что он использовал данный прием для того, чтобы вызвать у себя состояние осознанного *сновидения*, которое было ему необходимо для духовного самосовершенствования.

2. Когда вы начнете засыпать, постарайтесь прочувствовать уровни перехода. Не исключено, что вы перейдете от упражнения непосредственно к яркому и осознанному *сновидению*, а оттуда — к ВТО.

3. Обнаружив собственные руки, вспомните, зачем вы проделали это. У меня было несколько случаев, когда я находил свои



руки, но не мог вспомнить, зачем, так что в результате ничего не происходило.

4. Если вы проснулись, скажите себе, что вернетесь в стадию *сновидения*; по все же будет лучше, если вы сможете *ощутить* это.

5. Постарайтесь разрушить имеющиеся у вас привычки и условности, сопровождающие отход ко сну. Я, например, ложась на бок, посылаю самому себе сообщение: «Теперь я готов спать». Но если я стремлюсь испытать ВТО, то ложусь на спину и ожидаю, пока сон сморит меня — тогда-то именно сон и посылает мне сообщение, что я стремлюсь к ВТО. Кроме того, я обнаружил, что когда я лежу на спине или на животе, мои кости и мышцы подвергаются гораздо меньшему сдавливанию.

6. Стабилизируйте свое *сновидение*. Помпите: разница между осознанным *сновидением* и ВТО заключается в стабильности последних. *Сновидения* могут *смещаться* от одного к другому; но во время ВТО окружающий ландшафт не изменяется до тех пор, пока ваше *тело сновидения* не изменит свое местоположение. Чтобы стабилизировать *сновидение*, выберите в нем три-четыре объекта, удерживая их в своем осознании без всякого *смещения* или удаления. Если объекты начинают меняться, верните осознание обратно к рукам и удерживайте на них до тех пор, пока не почувствуете, что ваша энергия стабилизировалась или выровнялась. Потом снова посмотрите на объекты. Если они перестали *смещаться* — значит, вы достигли *состояния вне тела*.

7. Чтобы улучшить свою способность к управлению ВТО, практикуйте путешествия в иные места. Например, полетайте вокруг собственного дома; или отправьтесь в Англию, Азию... Откройте для себя волшебство лунного пейзажа. Пусть в путешествиях вас направляет ваш «внутренний автопилот».

8. Для еще большего совершенствования управления научитесь синхронизировать время суток, в котором реально находится ваше физическое тело, со временем, в котором находится *тело сновидения*. Определите оба ваших тела в единую временную зону. Вскоре вы поймете, куда хотите направить свои *ощущения вне тела*. Учтите, что это действие — лишь упражнения для улучшения вашей способности управлять ВТО, а не способ вызвать *ощущения вне тела*.

Технические соответствия. Намеренный переход к ВТО нередко включает в себя совершенно различные стадии: поначалу



вы можете ощутить состояние повышенной энергетики, когда все тело будет заполнено необычно большим количеством энергии; вероятно даже ощущение головокружения. Во-вторых, вы начнете воспринимать вполне определенные различия между физическими и нефизическими энергиями. В третьих, вы испытаете состояние *перехода*, причем уровень энергии значительно повысится и (не исключено) возникнет потеря ориентации. Наконец, в четвертых, вы ощутите полное разделение физических и нефизических энергий. Вот таблица, в которой каждой из описанных стадий ставятся в соответствие три наиболее общих подхода к вызыванию ВТО.

Стадия	Бодрствование	Гипнагогическое состояние	Сновидение
1.Высокой энергии	расслабление	цвет	распознавание сновидения
2.Различия	вращение энергетической оси	статические образы	обнаружение рук
3.Перехода	направление энергии наружу	динамические образы	ощущение смещения
4.Разделения	выход наружу	участие	стабилизация окружающего ландшафта

Техники смешивания. Описанные здесь методы совсем обязательно приведут вас к ВТО. Поэтому технические приемы нужно использовать лишь в качестве общих направляющих принципов, а не в виде жестко регламентированных правил. Сохраняйте свою открытость новым путям (и новым коротким дорогам). К примеру, если вы пропускаете фазы восприятия цвета и статических образов, свойственные гипнагогическому состоянию, то в итоге совершите серьезный скачок вперед, перейдя сразу к фазе движущихся образов. Не стоит сдерживать себя лишь потому, что ранее вы где-то прочли или слышали, будто «это» должно происходить совершенно определенным образом. Однажды, выполняя упражнение «для бодрствующих» — когда энергетическое тело поднимается вверх — и просто ради удовольствия, я решил прямо



в полете развернуться на девяносто градусов. Вдруг без всякого намерения с моей стороны энергия вернулась в мою брюшную полость, свернулась там в сферу и вновь покинула мое тело.

В самый разгар сновидения вы также можете неожиданно физически проснуться и очутиться в *переходе* «бодрствующего» типа. Кроме того, у вас есть возможность целенаправленно смешивать различные варианты техники: например, глубокие медитативные ощущения в процессе упражнений, которые выполняются в гипнагогическом состоянии, дают вам превосходный случай запрограммировать себя на обнаружение собственных рук во время сновидения — что как раз и предусматривают упражнения для состояния сновидения. Общее правило здесь гласит: в любом своем путешествии старайтесь отыскать или смоделировать технические приемы, которые оптимально подходят лично вам. Прекроите собственную жизнь под свою фигуру!

Дополнительные поддерживающие методики. Многие упражнения облегчают дальнейшее развитие ВТО. Их можно использовать как совместно с основными приемами перехода к ВТО, так и самостоятельно. В любом случае, чем больше энергии вы направите на достижение поставленной цели, тем больше вероятность успеха.

1. Визуализируйте себя с точки зрения вашего *тела сновидения*.
2. Расслабьтесь и сосредоточьтесь на выработке ощущения бестелесного парения.
3. Мысленно *спроецируйте* себя в направлении выбранной цели. Убедитесь, в состоянии ли вы воспринимать происходящее в месте назначения.
4. Чтобы лучше освоиться с ощущением подъема из физического тела, представьте себя в виде стартующей ракеты или взлетающего самолета.
5. Определившись с конечной точкой путешествия, соберите внутри себя всю имеющуюся нефизическую энергию. Пропитайте эту энергию цветом, лучше всего оранжевым или желтым (есть мнение, что эти цвета позволяют лучше прочувствовать ВТО; но не стесняйтесь поэкспериментировать и с другими цветами). Потом, вместо того чтобы *проецировать* к цели себя, отправьте туда окрашенный заряд энергии.



6. Позвольте вашим чувствам «бродить» там, где им захочется, но одновременно старайтесь, чтобы центр всех ваших чувств оставался в вашем физическом теле. С одной стороны, дайте полную свободу своему *чувствованию*; с другой — держите *чувствование* сосредоточенным внутри вас. Помните: антенна радиоприемника «ловит», или воспринимает, многие вибрации (радиочастоты), доносящиеся как с близких, так и с далеких станций, но при этом все вибрации стремятся к антенне, а не наоборот.

7. Ощущая сексуальное возбуждение, позвольте этой энергии пропитать все ваше тело, но не пускайте ее в действие. Просто плывите по ее течению, не подчиняясь ее власти. Отказывать себе во владении этой энергией все равно что отказаться от нее — то есть отказаться от самого себя и от того, что происходит внутри вас. Такое отношение автоматически ущемит свободу энергии. С другой стороны, это вовсе не значит, что следует слепо подчиняться сексуальной энергии, растворяться в ней. Постарайтесь отпустить ее, чтобы она отправилась в другие области восприятия, трансформируясь при этом в энергию другого типа. Вы можете использовать эту дополнительную энергию практически в любых целях, даже для ВТО.

Намеревание ВТО. Занимаясь по описанным здесь методикам, не забывайте, что они поверхностны. Приобретая все большую силу, вы стремитесь достигнуть лишь одного — возможности преодолеть ограничения техники, чтобы добраться наконец до настоящего практического опыта. Чтобы реализовать это, вам потребуется выработать в себе *намерение ВТО* — компактное ощущение, служащее движущим средством, или туннелем, с помощью которого начинается (возникает) ВТО.

Я считаю, что с точки зрения «бодრствующего» подхода центр тяжести *намерения ВТО* находится внутри моего физического тела. Затем эта энергия *проецируется* наружу. Если анализировать *намерение* с точки зрения гипнаготического и сновиденческого подхода, у меня возникает ощущение, что я соединяюсь с чем-то, находящимся вне моего тела, причем это «что-то» притягивает меня к себе; или другой вариант, когда я тянусь за этим манящим «чем-то» и хватаю его, дабы покинуть свое физическое тело. Таким образом, в одном случае ударение делается на внутреннем осознании, в другом — на паружном.



Сонастраивая собственную энергию с помощью ясного и четкого мышления на достижение поставленных целей, уточняя свои желания и эмоции относительно их, принимая модели поведения, способствующие выполнению задачи, вы тем самым объединяете свою энергию. Затем вы придаете энергии определенную форму, *фокусируете* ее — и это подводит вас вплотную к практическим ощущениям *вне тела*. Чем более точно и целенаправленно вы сформулируете собственную задачу, тем большая сила будет сконцентрирована в вашем намерении. А сосредоточив свое намерение, вы сможете отказаться от упражнений — теперь у вас уже будет средство для того, чтобы быстрее и эффективнее вызывать ВТО.

Помощь светящихся существ. Многие собеседники рассказывали мне о визитах неких «сотканых из света» существ, движимых желанием помочь землянину в путешествиях вне физического тела. Обычно эти существа каким-то образом захватывают нефизическую энергию индивидуума и затем пытаются «вытянуть» ее из физического тела наружу. В этой ситуации самое трудное — сохранять расслабленное состояние, чтобы не мешать происходящему. Большинство из рассказчиков сообщали, что несмотря на осознание отсутствия опасности и «понимание» вполне благих намерений со стороны этих существ, им все же приходилось прерывать эти впечатления, поскольку последние выглядели слишком уж непривычно. Однако светящиеся существа вскоре совершают следующие попытки, и со временем человеку удастся достаточно расслабиться и успокоиться, чтобы позволить «втянуть» себя в ВТО.

Особое вовлечение. Вот где вам пригодятся все ваши навыки концентрации и управления! Научившись покидать физическое тело, вы захотите научиться и тому, что можно делать с собой в состоянии *вне тела*. Подобно тому как вы овладели намерением вызвать ВТО, вы овладеете и способностью направлять свои ощущения *вне тела*. Может быть, вам захочется исследовать бесконечные измерения необыкновенной реальности, открыть для себя секреты новых технологий, усовершенствовать свои ВТО для того, чтобы перейти к *билокации*, или применить новые знания в процессе духовного самосовершенствования.

Например, художнику может прийти в голову идея отобразить в своих картинах свои новые знания о других измерениях, полученные во время путешествий *вне тела*. Инженер-электрон-



щик, наверное, откроет для себя в нефизических измерениях технологические новшества и потом воплотит их в привычном физическом мире. Каждой деятельности свойственно свое *намерение*. Открывая себя для новых ощущений, уравнивая и гармонизируя энергию в своей повседневной жизни, направляя ее к определенной цели, вы постепенно разовьете в себе осознание того *намерения*, к которому вы стремитесь. Так откройтесь ему, уравнивайте себя с ним, выполните его!

Некоторые полезные советы

1. Сохраняйте невозмутимость, чтобы оставаться свободным и открытым для нового.

2. Не привязывайте себя к результатам своих действий. Используя *непривязанность*, делайте все, что считаете необходимым; не переживайте о том, насколько успешными окажутся ваши действия.

3. Ваши мысли о ВТО должны исходить из внутренней слабленности, но не из напосного жесткого принципа «Я должен сделать это».

4. Решайте все свои проблемы перед тем, как лечь спать. По крайпей мере, достигните определенного соглашения с самим собой, которое позволит вам расслабиться перед сном.

5. Не вызывайте ВТО (или что-либо другое) насильно.

6. Отпустите на свободу все, что есть внутри вас, — по не теряйте самого себя.

7. Продолжайте вести активный, здоровый образ жизни, чтобы оставаться в форме.

8. Займитесь рисованием или чем-нибудь еще, чтобы раскрепостить собственное воображение.

9. Для цели выбирайте нечто значимое и целесообразное.

10. Будьте веселым, даже игривым; старайтесь сохранить определенную беззаботность.

11. Прислушивайтесь к звукам окружающего мира.

12. Старайтесь услышать как можно больше.

13. Помните о возможной конфликтности символов. Способность «не заикливаться» на определенном взгляде на реальность поможет вам оставаться недосягаемым для мирских проблем и забот. Это, безусловно, не означает, что вам следует вообще отгородиться от окружающего мира, — речь лишь о том, чтобы не «утонуть» в трясине повседневности.



14. Старайтесь сохранять спокойствие.
15. Боритесь со своими страхами; отдаляйте их от себя.
16. Будьте стабильной натурой: всегда знайте, чего вы хотите, и добивайтесь этого.
17. Старайтесь «подчищать хвосты» в своей жизни (это может относиться к поставленным целям, отношениям с другими людьми, заботам и прочим огорчающим своей перепенностью факторам).
18. Не торопитесь, будьте терпеливыми.
19. Старайтесь концентрироваться на том, что происходит здесь и сейчас, на обычном течении вашей жизни.
20. Силу в развитии способности к ВТО вам придадут скромность и эффективность; эти же способности улучшат ваши возможности к исследованию.
21. Не пренебрегайте медитацией.
22. Временно откажитесь от уверенности в том, что вы наверняка знаете или во что верите.
23. Думайте о том, что испытать ВТО вполне возможно.
24. Сохраняйте перед собой цель испытать ВТО (по не доходите в этом до навязчивой идеи).
25. Никого не обвиняйте в своих собственных неудачах.
26. Будьте добры и терпеливы по отношению к любой жизни, не исключая собственной.

Основной импульс. Умение оставаться внутри своего физического тела является одним из наиболее сильных упражнений по овладению ВТО. Метод состоит в том, чтобы в течение повседневной жизни оставаться расслабленным, невозмутимым и сосредоточенным. Конечно, предложение не из легких. Достаточно просто задуматься над тем, сколько раз за день наше внимание перескакивает с одного объекта на другой. Но умение оставаться в своем физическом теле до момента, когда появится желание покинуть его, поможет вам развить в себе способность управлять собой.

Больше того: если мы будем исходить из предположения, что ВТО возникают регулярно и естественно во время сна, то приходим к выводу, что чем больше мы будем вести себя естественно, соответственно нашим глубинным мотивам, тем больше мы сможем осознавать то, что естественно для нас (в нашем случае, ВТО). Можно даже сказать, что самой эффективной техникой является



не сама техника, а истинное равновесия между личностью и окружающим миром.

Характерным состоянием, в котором наблюдается это уникальное равновесие, является состояние *рейнджера* (см. гл. 5), когда человек не напряжен и спокойно следует по течению реки жизни. Чем более расслабленным, внимательным к моментам повседневности вы будете, тем больше аспектов внутри себя вы откроете — ведь при этом вы не будете перенапрягать или закрепощать ваше осознание. Более подробно вопросы внутреннего равновесия освещены в последней главе под названием «Путешествие с Духом».

Эдгар Кейс об астральной проекции. В интересном свете предстают ВТО, если их рассматривать с позиции лекций по психологии Эдгара Кейса, собранных в библиотеке Фонда Э. Кейса в Вирджиния-Бич, штат Вирджиния. Цикл этих лекций, безусловно, представляет собой систему знаний; в нем раскрывается внутренняя сущность описанных в настоящей книге процессов восприятия. В трудах Кейса отражено не только соответствующее мировоззрение, но технические приемы, с помощью которых можно этот мир исследовать.

Сами лекции также отлично иллюстрируют, каким образом философия и практические комментарии могут содействовать развитию ВТО. Несмотря на то что из 14 263 задокументированных трудов лишь немногие освещают тему *астральной проекции* (так Кейс называет ВТО), те из них, в которых рассматривается *астральное путешествие*, указывают искателям духовного совершенства широкий путь к заветной цели.

Всеобъемлющее, необычное мировоззрение в работах Кейса содержит некоторые «намекы» на основе *избирательной выборки* характеристик, не свойственных обычному восприятию через физические органы чувств. Если мы будем сохранять наше восприятие открытым и чистым, тогда прочитанная или услышанная информация о чем-либо тут же направит наше восприятие исследовать именно это направление. Отсюда следует, что если мы прочтем сведения о физических и астральных мирах, для каждого из которых существует свой тип тела, то таким образом наше восприятие *сонастроится* вначале на поиск различий между этими плоскостями бытия, а потом и на более детальное исследование этих измерений.



В лекциях Кейса *астральное тело* называется формой *космического тела*, существующей тогда, когда последнее не связано с физическим телом (лекции 900-348). Это тело есть у каждого; и каждый им пользуется. Более того: «Душа каждого человека покидает тело, когда человек спит» (853-8). Следовательно, если во время сна мы естественным образом покидаем собственное тело, наша задача заключается в том, чтобы вначале обнаружить способ осознать это естественное *смещение*, а затем развить его.

Чтобы это осознание могло возникнуть, указывает Кейс в одной из своих работ, «астральное путешествие должно быть результатом, а не попыткой, если только вы не знаете точно, для какой цели вы этим занимаетесь» (853-9). Другими словами, *астральная проекция* должна быть побочным продуктом духовного самосовершенствования, а не результатом намеренной попытки — за исключением ситуации, когда вы обладаете достаточными знаниями, чтобы осознавать, зачем вам необходимо астральное путешествие. По своему опыту знаю, что наличие конструктивного желания применить то, что узнаешь во время астрального путешествия, позволяет сделать хороший рывок вперед. Такое желание помогает избавиться от нежелательных, а иногда и совершенно бессмысленных впечатлений, возникающих во время *проекции*. Чтобы развить в себе это желание, вы должны рассмотреть ваши астральные цели с точки зрения своих духовных, материальных и интеллектуальных запросов (853-8). Если окажется, что ваши подходы и желания относительно *астральной проекции* тесно взаимосвязаны с вашими духовными идеалами — значит, у вас имеется прочный базис.

Согласно Кейсу, астральные путешествия позволяют получить непосредственное знание о реальностях, существующих вне привычного физического мира. В описаниях необыкновенных реальностей в трудах Кейса встречаются взаимозаменяемые определения «астральное тело» и «духовное тело»; а понятия «астральный», «космический» и «лунный» используются как синонимы (900-348). Судя по терминологии, с помощью которой рисуется общая картина, физическое является лишь частью огромного целого, а основным стремлением души является возвращение к осознанию собственной индивидуальности как части этого целого — возвращение к осознанию собственного единства со всем сущим.



Вот что утверждается в этих работах по поводу части целого: «Телесное-физическое имеет все признаки физического тела. Телесное-лунное, или космическое, тело содержит в себе сходные признаки физического, объединенные с такими же признаками космического, когда и слух, и зрение, и понимание сливаются воедино» (900-348). Такое взаимопроникающее единство уровней особенно важно с точки зрения астрального путешествия — ведь в лекциях Кейса указывается, что самым первым эффектом астрального путешествия является именно распознавание уровней.

Даже более того: с появлением опыта в распознавании уровней вы постепенно начнете постигать самую суть сознания (900-348); иными словами, в вас существуют слои, оболочки, которые окутывают ваше сознание в целом, словно это луковица. При этом каждый слой луковицы вносит свою часть значения в общее понятие «луковицы». Итак, один из способов узнать побольше об этих слоях, составляющих понятие «я», состоит именно в астральном путешествии.

Приобретая определенный опыт в отношении одного слоя, вы естественным образом перейдете к изучению следующего, потом еще одного — и так далее. Каждый слой обладает присущими ему интеллектуальными, эмоциональными или физическими характеристиками. Познывая слой за слоем, вы постепенно доберетесь до сущности вашего ядра сознания. Ядро сознания — это вселенское сознание, поделенное на всеобщность сущего. Но даже добравшись до этого ядра, вы все равно сохраните свою индивидуальность.

Развивая далее эту идею, лекции утверждают, что «в материальном, или физическом, плане каждого состояния, как и в космическом, или духовном, плане, существует определенная последовательность... поскольку все силы — все равно что единая сила» (5756-4). Из чего следует вывод, что физическое есть отражение космического порядка — этакая часть голограммы воистину космического масштаба. Итог подводит аксиома «что вверху, то и внизу», то есть, что на земле, то и на небе.

Во время одной из лекций кто-то из присутствующих задал Кейсу вопрос относительно существ, с которым участник лекции встретился во время *астральной проекции*. У него сложилось впечатление, что некоторые астральные существа были одушевленными, тогда как другие напоминали безжизненные восковые фигуры. Ответ Кейса состоял в том, что неподвижные фигуры пред-



ставляют собой «телесный образ, или оболочку индивидуума, оставшиеся после того, как его душа спроецировала себя, но еще не растворившиеся — хотя должны были бы — в реальности этих действий» (516-4). Можно было бы сказать, что эти неподвижные образы представляли собой эхо тех индивидуумов, которые уже не были полноправными участниками деятельности в той конкретной области. «Одушевленные» же люди были теми индивидуумами, которые все еще сохраняли активность в астральной сфере.

Во время той же лекции другой слушатель спросил, почему, встретившись во время астрального путешествия со своим отцом и братом, он нашел их молодыми, хотя оба родственника умерли седыми в гораздо более зрелом возрасте. «Они растут, так и должно быть, — прозвучал ответ, — в плане вечности. Ведь каждая смерть — это возрождение; это опутит каждое существо. Поэтому те, кто растет, появляются именно в стадии роста».

Основной темой лекций Кейса было положение о том, что по мере духовного развития человек разрушает пути деструктивных сил, привязывающих его к трехмерной физической реальности. При этом оживают другие качества человеческого существа — такие, как способность общаться с тем, кто находится в духовном плане. Правда, эта способность зависит исключительно от вашего желания общаться (5756-4), так как впечатления от астрального путешествия возникают именно благодаря желанию, а также тому, с чем вы себя *сонастраииваете*.

Помимо предупреждения относительно *астральной проекции* (т. е. о необходимости осознавать, зачем вы это делаете), в лекциях Кейса описываются несколько методов, которые помогут вам развить в себе впечатления от *астральной проекции* или усилить их. Вот эти советы:

1. «Прежде всего, выполняйте то, что делает ваше тело ЕДИНЫМ (как и должно быть). Проекции, переключения, астральные впечатления — все это дается гораздо сложнее тому, кто не имеет полноценной физической формы» (516-4).

2. «Позволяйте вашей индивидуальности покидать ваше тело тогда и только тогда, когда она научится окружать себя сиянием Христового Сознания, дабы предупредить использование возможностей вашей индивидуальности тем, кто склонен злоупотреблять» (489-1).

3. «[Настройте] свой разум в гармонии с духом, пока не появится возможность наблюдать за тем, как ваша индивидуальность



покидает ваше тело. Смотрите, как она пролетает мимо вас. Смотрите — и не вмещивайтесь. Наблюдайте за тем, как ваша индивидуальность участвует во всех возможных действиях» (2533-8).

4. «Остерегайтесь чувства собственной значимости, или самовозвеличивания. Старайтесь быть самоотверженным; ибо все, кто слышит звук моего голоса, все, кто находится рядом со мной, разглядывая свое внутреннее содержание, приходят к знанию и ощущению: вот, действительно, этот человек находился в присутствии Создателя, и он видел видения тех пространств, с которых все так стремятся сорвать покров таинственности, чтобы прозреть грядущее» (294-155).

5. «И только благодаря Терпению человек все больше пачкает осознавать СОБСТВЕННО течение жизни и то, что его душа является лишь частью Всеобщего» (1554-3).

6. Впечатления *астрального тела* зависят от «того, на чем оно возросло. То есть от того, из чего оно создано; к чему оно стремится. Из того, чего ищет мыслящий разум, подсознательный разум!» (5754-3). Следовательно, «держите себя в *сонастроенности*. Содержите собственное тело в том состоянии, которое является для него наиболее желательным и подходящим, ибо первое, что значит, — это желание, а потом уж поиск желаемого» (599-8).

7. «Учитесь содержать себя в угодности Богу, трудитесь так, чтобы не стыдиться ни своих мыслей, ни деяний; сохраняйте осознание вашего идеала незапятнанным; имейте смелость замахнуть-ся на то, о чем вы точно знаете, что оно в воле Господней» (853-8).

Несмотря на то что эти советы приведены в лекциях по *астральной проекции*, их основной смысл красной нитью проходит через все наследие Кейса. Они сами по себе служат вполне убедительным доказательством ценности метода *астральной проекции*. Собственно методу посвящена лишь небольшая часть лекций Кейса, однако эта тематика служит основным стимулом к духовному совершенствованию.

По мере того как вы пачпете исследовать ВТО, вначале упор будет сделан на осознании самой сущности *ощущений вне тела*. Позже акцент сместится на то, чтобы просто позволять ВТО происходить; к этому времени вы уже исследуете многие связанные с этим технические приемы и точки зрения. Погружение в соответствующие упражнения и подходы расширит ваше общее осозна-



ние, так что ВТО окажется лишь одним из дивидендов от «вложения» энергии в развитие вашего восприятия.

Постоянно усложняя и совершенствуя поставленные цели, соединяя их воедино с ВТО, вы добьетесь того, что вся ваша жизнь превратится в широкую дорогу к цели. Отделение энергии на период *состояния вне тела* не значит, что необходимо вести двойную жизнь, устанавливая одни цели на дневное время и совершенно другие — для темной части суток. Смысл в том, чтобы жить единой, полноценной жизнью. Именно таким образом вы вырабатываете в себе отношение согласия и притяжения происходящего, что и послужит условием открытости вашего осознания. А остальное придет в свое время и само собой.

Глава 8

Беседы в созвездии Плеяд

Мгновения настоящего: взгляд на будущее

Как и в любом долгом путешествии, иногда мы встречаемся на пути с многими интересными людьми. Конечно, нередко для этого мы непадолго остаемся, чтобы перекинуться парой слов с новым собеседником. Такое общение помогает нам несколько лучше понять и себя, и окружающий нас мир. По мере того как я путешествовал тропами моего раскрывающегося восприятия, глубинные течения моей жизни неоднократно изменяли свое направление, посылая мне встречи с неожиданными соседями. Эти визиты помогли мне уберечься от заикливания на узких подходах к реальности; кроме того, они способствовали выработке нового, свежего взгляда на род человеческий и на земную жизнь.

Начиная с августа 1982 года у меня были самые различные контакты с внеземным разумом (ВР). Большинство из них происходило в лабораториях Института Монро. Полученная при этом информация вместе с воздействием ипной энергии сделала общение с ВР еще одним важнейшим событием в моей жизни. Философия существ из ипных измерений, их намеки на уровень технологического прогресса указывали мне основные вехи для моего самосовершенствования — новое мощное направление, в котором я путешествовал с удовольствием.

Нужно признать и то, что подобные контакты привели к эволюционному совершенствованию самого материала. С течением времени сформировались новые понятия, открылись более тонкие сферы восприятия. Из-за того, что я совершенствовался вместе с получаемой информацией, некоторые сведения могут оказаться несколько неточными. Иногда я ощущал, что мое восприятие и энергия оказываются в потоке информации, несущемся из какого-то внешнего источника; это приводило к искажению сведений, которые я затем сообщал во время экспериментов в лабо-



ратории Института. И все же я считаю как пережитые ощущения, так и сам контакт ценным событием.

Хотя Институт с готовностью занимается исследованиями самых различных реальностей бытия, он никак не регламентирует содержание проводимых экспериментов или информации, получаемой в результате программы «Исследователь». Мои личные впечатления, начиная со смутного ощущения присутствия ВР, *туннелирования* с представителем цивилизации из созвездия Плеяд и заканчивая осмотром «летающей тарелки», заставляют меня утверждать, что полученные мной сведения являются частью растущего массива доказательств существования внеземной разумной жизни. С течением времени научная фантастика нередко превращается в научный факт. Так что вполне вероятно, что уже в ближайшие годы мы сможем часто посещать места в космосе, которые напоминают сценки из сериала «Звездные войны» и где будут встречаться представители самых различных инопланетных цивилизаций.

В связи с проблемой ВР довольно часто появляются сообщения о случаях различного психического инопланетного над землями. Безусловно, такую вероятность исключить нельзя, но я полагаю несколько умерить тот пыл, с которым мы, люди, обсуждаем наши контакты с ВР. Сообщая о том или ином событии, мы рассматриваем его с нашей привычной точки зрения, а не с точки зрения новых для нас разумных видов, которые могут мыслить и действовать вне пределов нашего понимания. Скажем, наша технология ограничивается утверждением, что мы не в состоянии передвигаться быстрее скорости света — но представители ВР, с которыми мне довелось общаться, сообщали мне, что они просто путешествуют со скоростью, превосходящей скорость светового пучка. Преодолев рамки наших физических законов, инопланетные существа, вполне возможно, смогли преодолеть и барьеры нашего понимания действительности.

Горизонты восприятия

Впервые я встретился с ВР у подножья горного массива Блю-Ридж Маунтинс в Вирджинии; в то время мы с друзьями разбили там туристский лагерь. Ощущения подсказывали: сегодня обязательно произойдет что-то необычное. По крайней мере, меня спросил, когда мы отправимся в путь, и я получил ответ, что мы



уедем отсюда через день после окончания летних зачетов и вернемся за день до начала осеннего семестра. Так и вышло. В университете никому не пришло в голову проверить мой план путешествия.

Я лежал на спине метрах в восьми от своей палатки. Над головой раскинулось звездное небо. Я рассказал своей подруге, которая была рядом, что у меня какое-то смутное ощущение чьего-то присутствия. Вскоре ощущение усилилось, и мне вдруг показалось, что моя голова начала расти. Она увеличивалась в размерах, становясь совсем огромной, а остальное тело выглядело, как всегда, нормальным. Потом я ощутил, как меня влечет в открытый космос. В голове мелькали видения далеких галактик. Позже моя подруга рассказала, что при этом я бормотал себе под нос странные рассуждения, причем совершенно необычным голосом. Я с трудом вспоминал случившееся, хотя в моей памяти сохранились тогдашние ощущения начала страшного и неожиданного путешествия.

Я смог увидеть еще одну важную часть своего будущего, хотя в то время я еще не понимал этого. Как оказалось, Институт Монро находился всего лишь в тридцати километрах от нашего лагеря. Поскольку все мы интересовались психическими явлениями и возможностями личностного совершенствования, то решили побольше узнать об Институте — тем более, что тогда мы еще ничего не знали обо всем этом, если не считать прочитанной первой книги Монро.

Во время того памятного путешествия я знал, что вскоре после окончания университета переберусь в Вирджинию. Действительно, в мае 1983 года я переехал в этот штат, а в октябре я уже был в Институте и участвовал в программе исследований под названием «Путешествие через Врата». Именно тогда я впервые познал иной мир, который структурой походил на зернохранилище. Тогда я решил, что это — не что иное, как *проекция*; каково же было мое удивление, когда контакт повторился!

Представители ВР появились вновь. На этот раз они больше говорили о перевоплощении (реинкарнации), а также про общее развитие восприятия. Среди других аспектов нашей беседы были энергетика, медицина, общественное устройство инопланетной цивилизации, отношения пришельцев с другими жизненными формами в космосе, включая Землю. Эта информация придала новое измерение моим путешествиям. От меня потребовалась ра-



бота по дальнейшему развитию и расширению уже приобретенных понятий, моего мировоззрения, моих отношений с самим собой и Вселенной.

В лаборатории

6 июня 1984 года, во время цикла экспериментов в лаборатории Института Монро у меня состоялся контакт с энергией, которая назвала себя инопланетным разумом. Из последующих встреч стало ясно, что эта энергия родом из созвездия Плеяд. Несмотря на то что я продолжал считать эту энергию плодом моего воображения, два примечательных события, происшедших за время контактов, все же вынудили меня серьезно отнестись к этому контакту. Первое — предсказание, которое сделали представители ВР 9 августа 1984 года, в котором говорилось, что в ближайшие пять лет появится гораздо больше информации о так называемой «свободной энергии». Вторым откровением явилась возможность осмотреть часть инопланетного космического корабля. Впрочем, я расскажу об этом позже.

Материал, как и данные по экспериментам в главе «Идя по дороге из красного кирпича», расположен в хронологическом порядке. Кроме того, и в этом случае я старался как можно меньше редактировать свои записи; там, где это необходимо, я в целях большей ясности несколько улучшил структуру подачи изложенного материала. Помещенные в этой главе замечания, помещенные в кавычках, содержат не только мои дословные высказывания, но и речь другого существа (или энергии), которое использовало для общения мои голосовые связки. Поскольку многие циклы экспериментов относились не только к исследованию ВР, в моих заметках вы найдете некоторые повторения названий (но не содержания) экспериментов, описанных в уже упомянутой главе. Эта глава посвящена именно ВР.

6 июня 1984

Во время цикла экспериментов я, как правило, ощущал, что контакт с ВР происходит совершенно натуральным образом. Я задавал вопросы, получал на них ответы, которые и сообщал инструктору обычно без всяких колебаний. Сомнения возникали лишь перед началом эксперимента и сразу после него.



На протяжении нескольких исследований представители ВР старались подробнее развить понятие «биокогнитивного интерфейса»¹. Сущность этого термина заключается в развитии, или «развертке», восприятия. Например, существа ВР стремятся запрограммировать свои имена в заголовках новостей (независимо от издания), чтобы земляне могли постепенно свыкнуться с присутствием инопланетного разума. Чем больше человек думает об инопланетяпах, тем большей будет его эмоциональная стабильность относительно контактов с ВР, а следовательно, значительно повысится вероятность физического восприятия пришельцев.

Я рассказываю инструктору о том, что ощущаю присутствие дружелюбно настроенных пришельцев. У меня возникает совершенно четкое представление, что в социальном плане инопланетяне представляют собой единую сущность и что они отличаются от нас лишь в некоторых пределах восприятия. Пределы восприятия — это метафора, интерпретация уровней, или процессов, восприятия. Мы — это они, а они — это мы. Наше общение с ними становится возможным благодаря сливающейся структуре осознания [ее соединительному единству]. Они управляют общением; это зависит только от них. Я могу искать возможность контакта, но аудиторию представляют они. При этом существует свободный обмен разумом. Основа отношений между ВР и землянами заключается в том, что они здесь. Разница в том, что в нашем восприятии они кажутся далекими, словно они на другой планете. С физической, трехмерной точки зрения мы воспринимаем их как пришельцев (которые постепенно сделают так, что мы сможем на самом деле воспринимать их присутствие). Примером биокогнитивного интерфейса может послужить книга Ширли Мак-Лейн под названием «У черты». С помощью изданий, таких, как произведение Ш. Мак-Лейн, они подготавливают нас к своему присутствию. С другой стороны, мы подстраиваем свое восприятие под них. Другими словами, мы развиваем свое осознание их

1 «Биокогнитивный» — позволяющий распознавать информацию на биологическом уровне; интерфейс (комп.) — система унифицированного обмена информацией. — Прим. перев.



нефизической энергии до такой степени, чтобы видеть физические проявления этой энергии. Если же мы создаем лишь физических существ, то ничего не получается.

Физическое никогда не покидало эту реальность [всегда было его составной частью]. Мы имеем дело с уровнями восприятия. И предыдущие модели — модели Большого Взрыва, модели Эдгара Кейса [который говорил, что сознание, а затем движение внутри этого сознания и создало жизнь] — основаны на уровнях восприятия. [Каждая модель реальности имеет свой набор верований и восприятий. Каждая модель по-своему ценная — но только в пределах своего круга существования. В теологии мироздания и теории Большого Взрыва говорится, что жизнь возникла в результате соответственно Божественного, или космического, проявления. С другой стороны, плеядеанцы оперируют моделью, которая строится на вечности, бесконечности жизни.] «Утверждение о том, что сознание когда-нибудь было лишено жизни, является столь же абсурдным, как и вывод о том, что биологическая [жизнь] лишена духовного содержания».

«Каким образом Институт может развивать это общество?» — задает вопрос инструктор. Я тут же вижу образ самого себя — и подвергаю его цензуре, не желая акцентировать внимание на себе. Иначе говоря, я ощущаю, что Институт может использовать других исследователей для сбора данных, впоследствии опубликовав эти сведения в любом издании.

Представители ВР считают себя частью нас, людей, находя различия только в пределах восприятия. Как только настраивается система распознавания, происходит настройка и биологических фильтров в психике индивидуума; это позволяет воспринимать поток информации, которая затем интерпретируется как жизнь инопланетян. С точки зрения другого предела восприятия, доказательств их существования нет, поскольку в этой соответствующей реальности они не находятся здесь, на Земле.

«Мы [разумные существа из космоса] уже здесь. Поскольку мы соответствуем определенной модели сознания, вся энергия является единой, и, следовательно, движения не существует. Движение относится к другим моделям или пределам восприятия. Однако будет ошибочным потеряться в модели всеобщего



единства. Сознание также разделяется на слои; оно настолько сложно, что недоступно пониманию. Одним из компонентов сознания является физическое восприятие — отсюда и внеземная разумная жизнь, например в виде «летающих тарелок». С точки зрения человеческого восприятия и нашей технологии, форма [летающей тарелки] соответствует принципам аэродинамики».

«Во время эксперимента мы [ВР] разговариваем с другой энергетической системой [Землей]. С нашей точки зрения, мы рассматриваем ее как внеземную».

14 июня 1984 года

Как субъект лабораторных исследований, я все еще чувствую себя недостаточно опытным; поскольку туннелирование еще вновь для меня, я ощущаю неуверенность относительно своей способности передавать сведения ясно и точно. И все же предыдущий эксперимент заинтересовал меня, я почувствовал, что энергия ВР наполнена жизненной силой. Итак, я пытаюсь оставаться открытым для всего и вся.

ВР называет себя гостем из созвездия Плеяд. Название планеты разобрать не могу, хотя определенно слышал его. Они занимаются исследованиям, как наше НАСА¹, а не как миссионеры — «как можно дальше и полнее».

У них есть шахтные разработки в Южной Америке. Там они добывают горючее для двигателей своих космических кораблей. В этот раз я чувствую, что общаюсь с одним существом — инопланетянин сидит на боковой панели своего звездолета. Они выглядят совсем иначе, а нынешний их вид представляет собой лишь физическое описание той формы, в которой они предстают перед нами. Инструктор просит меня не анализировать информацию, а просто сообщать о своих впечатлениях.

¹ НАСА — Национальное управление по авиации и исследованию космического пространства в США. — Прим. перев.



Физическое восприятие существ [контакты с ними] происходит постепенно. Они не хотят вселять в нас панику. У них есть способность позволить увидеть себя после легкого предупреждения.

В ответ на вопрос о том, могут ли они иметь физическую форму, я мысленно вижу тощий скелетик, громадные глаза, крупный череп; уши меньше, чем у нас, и расположены ниже, ближе к основанию черепа. «Да, среди нас есть те, кто показывается в физической форме».

21 июня 1984 года

Я начинаю ощущать присутствие энергии ВР еще до прихода в здание лаборатории. Даже несмотря на то, что я не намерен продолжать контакт, стоит мне сосредоточиться на звуках «Полусинха», как появляется старая знакомая энергия.

Социальная структура ВР немного анархистского толка: у них есть руководители, но отсутствует борьба за право управлять общественными институтами. «У каждого существа есть чувство собственного направления. Каждое существо в целом знает суть своих функций. Так для чего существу стремиться в другие государства?»

По сравнению с Землей они чувствуют себя более развитыми. У них есть устройство, которое по своим функциям напоминает наш телевизор. Телепатия, особенно в семьях, — обычное явление. Наших знатоков эзотерики, весьма сведущих в метафизике, по уровню знаний можно сравнить с обыкновенным членом этой цивилизации. Как только инопланетянин вступает в тамошний монашеский орден [речь об адептах метафизики], его сила восприятия настолько увеличивается, что землянин по сравнению с ним выглядит просто обезьяной.

Я сообщаю инструктору, что между Землей и созвездием Плеяд существует весьма тонкая связь. Это энергетическая нить. Они смотрят на нас как на наследников. Они не могут злоупотреблять этой связью или намеренно разрушить ее, потому что это было бы все равно что нанести вред самим себе. Но при этом их правила не запрещают любые действия, необходимые во имя их собственного благосостояния. Так что, хотя



представители ВР одни и те же, они считают себя отдельной формой жизни.

Я чувствую присутствие военных. Они не выдвигаются на первый план, но при необходимости могут начать действия. Глупо и безрассудно думать, будто мы в состоянии противопоставить им нашу технологию. «Если в этой игре должен быть проигравший, им, безусловно, будет Земля». В утверждении нет никакой угрозы — просто констатация факта.

Инструктор говорит, что здесь, на Земле, для них нет ничего угрожающего. «Очевидно, вы говорите не от имени ваших политических структур». Они понимают, что Институт не представляет для них никакой угрозы и рассматривают возможность приобрести надежный источник общения с людьми, воспринимая Институт как инструмент этого общения. Инструктор вновь подтверждает, что Институт никоим образом не заинтересован в конфронтации. Мне в голову приходит идея, что их озабоченность конфронтацией будет основным базисом общения для тех [неизвестных], которые находятся вне стен Института. Они рассматривают Институт как инструмент установки контактов за его пределами.

Инструктор интересуется целью их контакта. Я интуитивно, всем своим физическим телом воспринимаю ответ:

1. Для обоих видов характерна совершенно естественная функция тяги к знаниям.
2. С их стороны это совершенно потрясающее с эмоциональной точки зрения личное намерение поделиться с нами знаниями, которые стимулируют наше развитие.

Отвечая на вопрос инструктора относительно их космических кораблей, я ощущаю ответ: с одной стороны, их корабли физические. В определенном смысле физическое является иллюзорным, но при этом оно все же реально. Физическая реальность становится иллюзорной по мере того, как восприятие перерастает физические границы. Например, физические законы преодоления расстояний можно легко изменить. Если транспортное средство погружено в физическое сознание, оно не может двигаться быстрее скорости света. Но если вспомнить о других реальностях бытия, то станет возможной технология, которая позволит кораблю физически исчезнуть в другом измерении,



а потом вновь обрести изначальную форму в физической точке назначения.

Я сообщаю о чувстве, что в определенных местах словно прочерчена жесткая линия; это сделано для того, чтобы мы нашли время исследовать эти места рациональным и свойственным для нас духовным способом. Их подход так же осторожен, по причине их ответственности перед теми, кто находится вне Института: они стремятся избежать всеобщей паники и прихода военных, который мог бы последовать за паникой. Вот почему необходимы эти жесткие линии, которые отражают тот способ взаимодействия с землянами, который ВР находят подходящим.

Инструктор спрашивает, являются ли они частью общей иерархии. Безусловно, следует ответ, но этот вопрос лучше обсудить во время отдельного контакта, целиком посвященного структуре монашеского ордена. Сейчас же мы говорим о политике, с дипломатом. Я чувствую, что не побеседовать с этим существом во время нынешнего сеанса общения будет проявлением грубости. Нам советуют для следующих контактов:

1. Во-первых, подготовить наши вопросы по темам, чтобы выстроить канву контакта.

2. Исследователь, который будет осуществлять контакт, должен быть соответствующим образом подготовлен для общения по заданной тематике.

3. Вначале установить контакт с дипломатом по имени «Чарльз», который будет выполнять обязанности «модератора», направляя вопросы соответствующему инопланетному существу. [Это было впервые, когда они называли определенное имя. Я услышал и ощутил это имя на их родном языке. Оно показалось мне слишком инородным, чтобы понять его — говорю честно, без обид. Поначалу, в лаборатории он попросил меня пользоваться идентификатором «Чарли», однако уже во время следующего контакта попросил меня называть его «Чарльз» — на случай, если будут вестись записи о контакте.]

Переварив сообщение относительно конфронтации между землянами и плеядяанцами, инструктор говорит, что Институт существует вне политических структур и стоит на позициях равенства всех живых существ. Они отвечают, что не



считают Институт находящимся вне политической структуры, хотя и симпатизируют высказыванию инструктора.

Для них свойственно индивидуальное самоуправление, но при этом у них естественным образом сложилась определенная социальная структура. Чарльз еще раз подчеркивает необходимость временного проведения жесткой линии в отношениях, но старается оставаться дружественным по отношению к нам. Такое отношение объясняется не возможностью конфликта, а лишь желанием избежать всяческих злоупотреблений или эксцессов. По крайней мере, он сделал все от него зависящее, чтобы защитить своих соотечественников во время нашего с ними общения. После этого я вижу мысленный образ: он машет рукой на прощанье.

20 июля 1984 года

Само понятие контакта с представителями ВР кажется почти нормальным, естественным. У меня почти нет сомнения в том, что контакт произойдет. Во время эксперимента я понимаю, что постепенно избавляюсь от узко-личных интересов, отчего все глубже погружаюсь в туннелирование. Внутреннее ощущение от туннелирования просто потрясающее. Я чувствую себя легко, каким-то ясным и прозрачным.

Я говорю инструктору, что могу пообщаться с Чарльзом или отправиться в любую область, какую только мы захотим исследовать... Давайте займемся какой-нибудь медицинской тематикой... мозгом... телом... Со стороны жителей Плеяд на медицинскую тему будет говорить некто по имени «Дэрил»... Потом я говорю, что мне необходимо больше сосредоточиться.

Собеседником Дэрила оказывается «Анджелина». Они оба занимаются исследованиями в этой области. Анджелина представляет теоретические разработки; практическими вопросами она занимается в меньшей степени. Дэрил же достаточно осведомлен во всем, но его теоретические выкладки по глубине уступают суждениям Анджелины.

«Центр мозга служит средоточием сознания, — говорит Анджелина. — Отсюда энергия распространяется в высшие и низшие порядки: высшие порядки относятся к интеллекту и духовным способностям; у высших порядков есть и физический



противник [он находится] в определенной части головного мозга, [объяснения относительно которого] слишком пестрят технически сложными подробностями, чтобы говорить об этом сейчас. Нижние порядки [представляют собой] более биологическое, эмоциональное, сохранение, изменение окружающего мира, прямые физические манипуляции. Очень важно понимать, что все это взаимосвязано; но как модель, как способ понимания и отношения к практической стороне бытия, все это довольно эффективно и действенно».

Я чувствую, как легко смещаюсь внутрь структуры, напоминающей зернохранилище...

Я говорю, что этот визит подтверждает, что это та же самая энергия, с которой я общался во время своего первого «Путешествия через Врата». Теперь я разобрал, что нахожусь в монастыре. Его обитатели поддерживают и совершенствуют духовные ценности и цели плеяданцев. Со временем я ощущаю, что моя способность управлять нашим общением должна улучшиться. Я смещаюсь обратно, в общество Чарльза.

По предложению инструктора я прошу Чарльза рассказать побольше об их шахтных разработках. Он сообщает, что их корабли проносятся под поверхностью Земли, не оставляя никаких внешних следов своего присутствия [в отличие, например, от открытых разработок]. Шахтная добыча производится в пустых, изолированных от человеческой деятельности местах. Если бы человек попал в место таких шахт, он обнаружил бы настоящие отверстия в земной коре. Поскольку ВР действует в физическом плане, ему необходим физический источник энергии. Их энергетические системы чужды нашему пониманию.

«На планетах встречается в общем сходный набор минералов, — запинаясь, произношу я, — разница в том, что одни владеют этим, другие — нет. Цинк, фосфор, редкие [дальше невозможно разобрать запись на пленке]. Экономически выгодно добывать эти элементы на Земле, потому что в настоящее время некоторые металлы не представляют ценности для землян.

По мере естественного прогресса вы разберетесь в конструкции и принципах работы наших энергетических установок.



Как физические существа, мы имеем много сходного с вами. Одно из сходств — только что упомянутые сложности (например, нетерпеливое желание узнать принцип действия энергетической установки). Другое сходство заключается в том, что мы также испытываем потребность в пище, а двигатели наших кораблей нуждаются в топливе — минералах. Сновидение, которое было у Кена десять дней назад, содержало точное изображение одного из наших кораблей. [В моем сновидении я видел «летающую тарелку». У нее был основной диск диаметром около 15 метров, наверху которого располагался еще один диск, метров десяти.] Это казалось вполне логичным с точки зрения аэродинамики. Тот корабль, который я видел, использовали для ближнего облета планет; преодолевать большие расстояния он не мог. Корабли-матки не нуждаются в соблюдении законов аэродинамики — они действуют за пределами атмосферных воздействий, курсируя «между мирами» в гиперпространстве. С физической точки зрения кажется, что такой корабль исчезает и через мгновение вновь появляется в удаленной точке пространства. В течение нескольких сотен лет это все еще остается недоступным для вашего наблюдения.

Собственно говоря, периодическое возвращение не значит, что каждый раз мы прилетаем в одно и то же место. Девяносто процентов собственного времени я трачу на общение с землянами. У меня есть близкий друг в Индии. В Китае живет крестьянин — простой земледelec, на участке которого иногда приземляются наши корабли. Вся картина целиком недоступна его пониманию, потому что он слишком занят обработкой своего надела, но все же мы часто посещаем его. Мы регулярно материализуемся в различных местах Земли и с помощью психических каналов воздействуем на других. Контакты с такими людьми объясняются нашим огромным интересом к планете Земля и желанием постепенно приучить землян к нашему присутствию. Правда, мы считаем, что пройдет еще, наверное, двадцать лет, прежде чем вы сможете признать факт нашего существования. Если бы мы позволили себе показаться перед вами в физическом обличье сейчас, это вызвало бы большую панику и нанесло бы многим эмоциональную травму. Но если мы время от времени будем зашифровывать наше имя в заголовках периодических изданий, эмоции людей стабилизируются, к на-



шему присутствию постепенно станут относиться терпимо и тогда мы сможем произвести настоящий физический контакт — ваши и наша цивилизации лицом к лицу.

Согласно земному времени путешествие от вашей планеты до созвездия Плеяд занимает один год на корабле-матке, еще год — на кораблях другого класса. Однако в действительности мы передвигаемся немного медленнее, по причине большого количества груза, наличия на борту хрупких и точных инструментов, а также ценных геологических образцов с других планет. Самые лучшие ваши учение-физики еще и не догадываются о возможности такой двигательной установки. Но наши двигатели не производят таких возмущений в окружающей среде, как ваши реактивные двигатели».

Когда Чарльза спросили о Дэриле и Анджелине, тот ответил: «Я слышал о них. Нас нельзя персонифицировать, как это делаете вы на Земле. Они принадлежат кораблю-матке. Их лаборатории достаточно просты, но совершенны. Мы можем соединить вас с любой интересующей вас областью, однако в этом случае ваш исследователь не может слишком глубоко погружаться в технические сложности — иначе его голосовые связи порвутся.

Вы — наши последники. Давайте на мгновение отвлечемся от физических границ и тогда мы совсем честно и искренне скажем: мы — это вы через определенное время. По крайпей мере, наш мир — это Земля, какой она могла бы быть где-нибудь в параллельном измерении, если бы ваша планета стремилась к этому. Но в физическом смысле мы действительно старше, поскольку вы произошли от нас».

27 июля 1984 года

Я чувствую, как меня уносит к «Глазу» — так зовут учителя в монастыре. Ощущаю, что это не ВР отправил меня туда, пока я пахожусь в испытательной кабинке, а мое сознание само путешествует. Меня просят повторить имя учителя, и я вновь говорю «Я», или «Глаз»¹. (Я предпочитаю говорить «Глаз» из-за воспоминаний об одном случае, происшедшем со мной в Тусоне. Однажды, ближе к вечеру, меня вдруг охватило сильнейшее ощущение, будто вскоре я должен физически «прыгнуть» в другое измерение и что



этот прыжок будет знаменовать собой окончание моего периода ученичества у дона Хуана. Казалось, будто мной руководит Сила. Я ощутил, как меня уносит из моей квартиры. Я пронесся вниз по ступенькам лестницы и вскоре оказался в зарослях колючего кустарника, который рос позади дома. Я почувствовал, что время моей земной жизни подходит к концу и пора отдать последние почести земному существованию, чтобы подготовиться к отлету. Прделав все необходимое, я взглянул наверх и прямо над головой увидел большое глазное яблоко. Оно парило в воздухе, неотрывно глядя вниз, на меня. У меня возникло ощущение, что этот глаз является вратами, или проходом в иные измерения. Тогда я подготовился пропикнуть внутрь глаза. Но стоило моим чувствам соответственно настроиться, как глаз мигнул и растворился в воздухе. Я остался стоять на задворках дома, чувствуя себя совершенным дураком. Как я не понял сразу, что это была лишь «контрольная работа», цель которой заключалась в том, чтобы подготовить меня ко времени, когда я должен буду переместиться в другие измерения!)

Понятие спектральной энергетики [новый термин] кратко определяется как иерархия в проявлениях сознания, или совершенной формы. Мы способны взаимодействовать с самыми разными вариантами этих форм, таких, как ВТО, звездные созвездия света и звука, существа, состоящие из света или звука... Плотность — это свойство, присущее эмоциям, даже пониманию, физическому... каждое из них занимает свое место.

«[Свойственная землянам] концепция перевоплощения [выглядит] немного устаревшей. Из упражнений «Фокусировка-15» вам должно быть хорошо известно, что время — это одновременно реальность и иллюзия. Когда речь идет именно о перевоплощении, естественно возникает идея времени. Каждое существо обладает своими собственными отличиями, своими укромными бухтами — каждое существо является укромной бухтой для самого себя. Не во всех бухтах есть одинаковые лод-



ки (и их количество), дома на берегу и т. п.; все существа живут на различной широте и долготе. Мы предполагаем, что все они составляют единую сущность. Но, пожалуйста, сделайте шаг за пределы этого — в реальность, где живет одна лишь тайна.

Чтобы уважать тайну, необходимо иметь такое качество, как понимание; мы также считаем, что там, где нет тайны, нет места и пониманию. Если бы в вашей жизни не было тайн, вы не задавали бы вопросы о перевоплощении. Понимание — это лишь ограниченная функция, поэтому его необходимо в одно и то же время беречь и отбрасывать прочь.

Наши [т. е. монастырские] отношения с обществом [плеяданцев] двойки. Во-первых, они заключаются в обеспечении духовной направленности через распространение теоретической информации и способов практического применения. Во-вторых, в целях интеграции имеющихся знаний мы поддерживаем контакт с политическими, медицинскими и научными лидерами. В обществе к нам относятся с уважением, но мы — вполне рядовые его члены. У нас нет религиозных орденов — через эту фазу мы уже прошли. Хотя внутри монастыря ордены существуют [для различных темпераментов]. Низший член ордена может доложить о своих открытиях монастырю, и если эти сведения окажутся стоящими, их представляют [обществу]. Если речь идет о «пограничной» информации, то ее помещают вместе с остальной информацией такого же рода и передают по соответствующим каналам. «Пограничные» материалы содержат как гениальные вещи, так и откровенную чепуху.

Разделение труда существует и одновременно отсутствует. Наши заботы о подрастающем поколении позволяют обмениваться максимально мощными потоками эмоциональной, психической и интеллектуальной энергии. Отсюда полное отсутствие задержек в естественном развитии. Подметающий улицы имеет те же возможности для внутреннего совершенствования, что и мы».

Мысленным взором я вижу пирамидальные структуры, геометрические формы строений, пролетающие транспортные средства, каналы, заполненные странными жидкостями.



«У нас на дворников смотрят как на тех, кто заботится о чистоте планеты; они необходимы обществу. Никакого табу неприкасаемых».

Во время анализа эксперимента инструктор хихикает, заслышав имя существа «Ай» (т.е. Я). Общераспространенная точка зрения на необычное заключается в том, что все впечатления зарождаются в одном. Если бы это было так, то возможность разговаривать с существом «извне» по имени Я оказалась бы действительно умирительной.

8 августа 1984 года

Один из участников проведенного на этой неделе «Путешествия через Врата» занимается сейчас исследованиями «свободной энергии» — энергии, которая доступна без всякой переработки или очистки (в отличие от наших основных методов получения топлива). Несмотря на то что источник топлива при этом действительно используется, он не содержит привычных нам нефти или природного газа. Например, энергетическая установка, извлекающая сырую энергию из воздуха вместо бензина или ядерного топлива, является системой, использующей свободную энергию. Итак, участник программы «Путешествие через врата» имеет целый перечень вопросов, на основе которых он надеется завершить работу умершего ученого.

Я ощущаю, что сегодня у Чарльза весьма жесткий подход. Может, все дело в том, что перед встречей он вымыл палубу своего корабля.

Инструктор задает Чарльзу вопрос относительно устройств, использующих свободную энергию. В свою очередь Чарльз знакомит меня с инженером: «Это Мэнджер». Мэнджер подтверждает, что проблема ему знакома и высказывает предположение, что от этого разговора было бы больше проку, если исследователь с нашей стороны был бы более подкован технически. Я ощущаю технический разум, многое знающий в инженерном деле и осведомленный в вопросах применения электричества для движителей.

Я также ощущаю, что эти устройства можно усовершенствовать. В моем мозгу мелькают термины «диод» и «выпрямитель». Чувствую, что не могу управлять потоком инфор-



мации, поскольку общение выходит на слишком серьезный уровень, а мои познания в электронике ограничены. Все сказанное относится к валентности энергии, изменяющей нормальное движение электронов — но не выходя за рамки законов природы. Это модель предшественника их нынешних двигательных установок. У меня возникает видение, каким образом их звездолет использует, преодолевает и уравнивает силу гравитации.

Вот в чем основной, фундаментальный закон спектральной энергетики: она модулирует гравитацию, превосходит ее.

Инструктор задает вопрос: «Это предназначено для использования имеющейся свободной энергии, окружающей планету и готовой для применения?»

Мой голос запинаятся; в нем чувствуется хриловатая напряженность: «Мы полагаем, что «пропитывающей» — более подходящий термин, чем «окружающей». Мы обнаружили, что эти энергии существуют, пронизывая материю. На сегодня нам точно неизвестно, можно ли считать эти энергии неисчерпаемыми. Можно провести аналогию с вашими аэрозольными баллончиками, источающими озоновый слой, в результате чего губительная солнечная радиация проникает в нижние слои атмосферы и таким образом достигает земной поверхности.

Высказана гипотетическая теория о том, что при достаточном интенсивном использовании этой энергии (которая в начале XXI столетия станет широко доступной человечеству), есть вероятность истощения определенных атмосферных слоев. С точки зрения иерархии сознания вполне возможно «кровотечение» из других измерений. Если эти лучи будут исходить из квадранта сознания, не являющегося физическим, эффект от этого может оказаться самым разрушительным — наподобие электромагнитного излучения, которое проникает через естественным образом источающийся озоновый слой. В то же время не исключены и положительные результаты — например, получение новой информации о сознании.

Вы понимаете нас?»

«Да, понимаю», — отвечает инструктор. Потом он говорит об электрической буре, бушующей за стенами лаборатории. Обычно правила требуют, чтобы на время такой бури



все электронные приборы были отключены. «Думаем, что это поможет эксперименту», — говорит Мэнджер. Тут я вмешаюсь, говоря об эксперименте и о том, что буря может помочь установлению контакта с Мэнджером. Инструктор все же решает прекратить исследования — ради сохранности оборудования и субъекта эксперимента.

Я сообщаю инструктору, что энергия Мэнджера набирает ошеломляющую силу, и вскоре возвращаюсь к полному бодрствующему сознанию.

9 августа 1984 года

Кроме инструктора, техника и участника программы «Путешествие через Врата», работающего над проблемой свободной энергии, присутствуют также инженер из лаборатории и Роберт Мопро. Я ощущаю какое-то нежелательное давление, будто мне придется работать и на тех, кто пришел «сверх плана». Эксперимент специально предназначен для сбора информации по устройствам, использующим свободную энергию.

Несмотря на то что много информации извлечь не удалось (из-за моей неспособности перевести в слова воспринимаемые сложные технические сведения), представители ВР неоднократно подчеркнули, что тема свободной энергии стоит обсуждения. Даже несмотря на то, что я не смог расшифровать значительную часть услышанного, мы все же услышали от ВР пророчество.

Устройства, работающие на [свободной] энергии, очень экономичны и практически целесообразны. В ближайший пять лет свободная энергия будет использоваться лишь незначительно. Пик ее применения наступит в начале XXI века.

Я совершенно запамятовал о «пятилетнем сроке давности», пока инженер-электронщик не сообщил мне технические новости, полученные им от хорошего знакомого профессионала из Европы. Я услышал подробное описание конструкции летающего аппарата типа «тарелки», использующего свободную энергию. Помимо конструкторских чертежей и пояснений к изготовлению, в материалах я обнаружил фотографию опытного образца «тарелки», парящего над землей. Летательный аппарат использовал электромагнитную энергию, которая искажает гравитационное поле или взаимодействует с ним. Этот материал я получил 24 марта



1989 года, почти через пять лет после того эксперимента с контактом. Таким образом, я получил первое из двух предсказанных подтверждений, что заставило меня принять всерьез информацию, полученную от ВР.

19 октября 1984 года

Эту информацию я воспринял от неизвестного источника (это не был контакт с уже знакомым существом).

С помощью искусственного осеменения инопланетяне [ВР] оплодотворили обезьян. Инопланетяне (если говорить по-земному) представляют собой проявление человеческой энергии через определенное время. Поскольку все [сущее] является Единым, существует бесконечное количество реальностей. Инопланетяне представляют собой человеческие возможности, рассматриваемые через призму времени. Человек постепенно превратится в то, что сейчас воспринимается как инопланетная цивилизация. Если инопланетяне оглядываются назад через годы, в людях они узнают своих праотцов.

Существуют враждебно настроенные инопланетяне — так же, как существует соперничество между различными странами на Земле или противоборство между человеком и другими биологическими видами. Например, человек охотится на птиц и ловит рыбу. Точно так же существуют проявления враждебной человеку энергии, поскольку его потенциально можно использовать в качестве дичи или пищи. «Одно поглощает другое, в процессе поглощения превращаясь в это другое».

8 мая 1985 года

Монастырь, существующий в измерении ВР, все больше интригует меня. При каждом контакте с ВР я высказываю намерение отправиться туда.

Я нахожусь в монастыре плеяданцев, где живет Глаз. Непонятно откуда я слышу, что белый свет — это лишь одна категория знания. Я вижу высокие цилиндрические башни с округлыми вершинами. В одной башне вида широкая прямоугольная дверь [ее ширина больше высоты]; дверной ручки не видно. Я вхожу вовнутрь, просто пожелав оказаться там.



Очутившись внутри, я обнаруживаю там школьные парты. Все напоминает знакомые с детства классные комнаты. Я воспринимаю духовные обертоны — духовные в смысле получения доступа к энергиям высшего порядка, а не в смысле канонической религии. Это имеет скорее академический привкус. Потом я переносусь в огромную зеленую комнату, одну из множества комнат в этом монастыре. В этом классе много стульев; но я там один. Чувствую, что я как бы сопоставляю себя изнутри и снаружи с этой энергией. Глаз — вроде куратора или декана колледжа в огромном университете. Самого учителя я не ощущаю, зато я чувствую присутствие энергии, воплощающей учителя. Урок, который мне преподают в этой комнате, заключается в том, что мне необходимо выработать в себе более мягкий (по женскому типу) подход... и не вести себя, словно слон в посудной лавке. В других классах и дисциплины другие.

Инструктор спрашивает, могу ли я ощутить сами уроки вместо того, чтобы описывать одни лишь «декорации». Чувство, почти сравнимое с материнской любовью, пропизывает все мое тело слева направо.

Чувствуя поддержку этого сильного чувства, я прошу отключить «Полу-Синх», чтобы попробовать, смогу ли я сохранить свою фокусировку.

Я чувствую присутствие учителя слева от меня. Потом я ощущаю прилив энергии в левой половине моего тела. Энергия движется к моему сердцу, потом выходит наружу и обтекает уже всего меня целиком. Мысленно я вижу фонтан, символизирующий поток энергии. Внутри фонтан остается нераскрытой тайной. Безусловное принятие.

Повый класс. Требовательная, утверждающая, мужская энергия. Я вновь требую убрать из моих наушников все звуки... сразу после этого утверждающая энергия никнет и уменьшается. Отцовская энергия. Вверх и направо... в очередную классную комнату. Структура. Отдавать и брать. Привязанности — это еще более ошеломляющая любовь, любовь скорее безусловная, а не материнская или отцовская.

Проходя мимо монастыря, я вижу энергию, границы которой не имеют границ. Пройти через эту границу — все равно что выскочить из воды в воздух и попасть в среду, где энергия



смешивается со всем остальным. Индивидуальность настолько смешивается со всем остальным, а ее выражение встречается настолько редко, что никакой индивидуальности просто не существует. И все же, она есть — там. Меня втягивает обратно в монастырь, и эксперимент заканчивается.

Несмотря на то что после отключения звуков «Полу-Синха» мне пришлось гораздо сильнее напрячься, чтобы сохранить фокусировку, это все же удалось. Позже инструктор и техник сказали мне, что по данным физиологического мониторинга после отключения звуков я начал немного первичать.

Основные направления

В марте 1988 я участвовал в семинарской программе Института под названием «Основные направления». Семинар начался субботним утром. Во время выполнения упражнения, записанного на магнитофонную пленку (это было утром в среду), я почувствовал себя так, будто вот-вот должен заняться *туннелированием* с Чарльзом. Ощущение было приятным. В тот вечер наша группа в порядке участия в программе слушала *туннелирование «живьем»*. Когда после прослушивания все начали расходиться по своим ККХС, готовясь к очередному упражнению, я почувствовал, что мне нужно остаться.

Потом мне показалась приятной идея посидеть на стуле, где до этого сидела женщина, занимавшаяся *туннелированием*. Почти сразу же после того, как я опустился на стул, у меня возникло ощущение, что энергия Чарльза наполняет мое тело. Я оглядел комнату: оказалось, что я смотрю на окружающее глазами Чарльза. Цвета выглядели иначе и казались более насыщенными. Я чувствовал, что мои глаза увеличились. С точки зрения этой новой перспективы, теперь комната выглядела бедно и примитивно. Моя голова покачивалась, шея совершала короткие нервные движения.

Я рассказал об этих ощущениях одному из участников эксперимента и согласился с его предложением провести на следующий день *туннельный контакт* в присутствии членов нашей группы. В качестве вступления я немного рассказал им о своем опыте участия в лабораторных исследованиях, а также о происшедшем со мной прошлым вечером. Я чувствовал волнение пополам с испугом от мысли о проведении контакта с ВР вне лабора-



тории. Однако я отпустил эти мысли на свободу и вскоре ощутил в своем теле энергию Чарльза. Я позволил ему заговорить. Один из участников эксперимента записал наше общение на магнитофонную пленку.

«Передаю вам приветствие... Пожалуйста, называйте меня именем «Чарльз». В вашем понимании я являюсь дипломатом из звездного скопления Плеяд. Пожалуйста, спрашивайте — это облегчит и ускорит общение».

«Сколько вам лет, Чарльз?» — спрашивает один из участников.

«По-вашему это будет тридцать-пять-ноль лет. Я молод. Продолжительность жизни приближается к одной тысяче земных лет».

«Скажите, пожалуйста, какова цель вашего визита к нам?» — звучит еще один вопрос из группы.

«Цель этой миссии — устанавливать контакт во всех возможных направлениях. Может быть, вы поняли, — биокогнитивный интерфейс как миссия. Мы не обязательно нуждаться в непрерывном общении. Наша раса оправдывает существование самой себя. Однако ваша раса создает атмосфера непрерывного общения. В приближающиеся годы войны у вас будут такой природы, чтобы не давать общению развиваться, и в этом отношении мы есть осторожны в связях с Земля. Пожалуйста, должны понять природу наших предосторожности».

[Дальше запись неразборчива и понять заданный вопрос невозможно.]

Чарльз отвечает: «Правительственные чиновники знают о нашем ответе. Разделять нас. Не хотеть быть терпимыми. Настоящее время курс неразумен. Пожалуйста, еще один вопрос и мы уходим».

«Скажите, есть ли у вас сообщение именно для членов сегодняшней группы?» — звучит вопрос.

«Пожалуйста, когда упоминать своих звездные братья, говорить о них с осторожностью, уважение и радостью».

Здесь я высказываю замечание, что это, скорее, не светлое, наполненное любовью послание, а «сугубо деловой» разговор. Их настороженность, помимо всего прочего, может объясняться и



нашими привычками в подобном общении, когда мы пытаемся сбивать летающие в небе НЛО (как это было в фильме «Вторжение с Марса»). Вероятно, исследовав наше отношение и историю — частью которой являются и подобные научно-фантастические фильмы, — они соответствующим образом определяют наше отношение к ним.

Я спрашиваю у членов группы: «Может, вам казалось, что я как будто читаю комикс или выдумываю все это, а?»

«До этой недели, — говорит один из присутствующих, — я далеко не всегда верил в это. Ваши сегодняшние манеры, движения, то, как часто вы двигали головой, — все это сильно отличалось от моих впечатлений от наблюдения за вами в течение недели. Да и речь ваша была неправильной».

Желая проверить их реакцию на контакт, я спрашиваю снова: «Кто-нибудь ощутил присутствие энергии?»

«Думаю, что помимо энергии, которая была здесь раньше, во время контакта я ощутил появление еще какой-то энергии. Мне кажется, что что-то было, но вообще я не настолько чувствителен».

Здесь я упомянул, что Чарльз был лишь единственным представителем ВР, проявлявшим озабоченность возможностью конфронтации с землянами. Остальные жители Плеяд, с которым мне довелось «разговаривать», были гораздо более открытыми и никогда не высказывали ни мысли, ни даже намека на такие сомнения.

Кто-то из участников задает вопрос: «А вы не считаете, что все это лишь плод вашей фантазии?»

«Я так не считаю — я думаю над этим вопросом», — отвечаю я.

Задавший вопрос продолжает: «Я чувствовал, что, кроме вас, мы разговаривали с кем-то еще. Не могу сказать, что это была энергия; просто у меня возникло ощущение, что этот парень только что буквально прибыл из других краев, и я подумал, что он оказался на чужой для себя территории, весьма плохо владея здешним языком. Так что я почувствовал, что разговаривал не то чтобы с инопланетянином, но с кем-то, кто казался довольно странным».



«Мне трудно было понять их озабоченность нашей возможной враждебностью. Ведь их отделяют от нас десять тысяч лет!» — говорит другой участник эксперимента.

«Безусловно, — отвечаю я, — но не забывайте, что вы очень прямолинейно мыслящий человек». Тут я понимаю, что пытаюсь защитить Чарльза, хотя стараюсь оставаться нейтральным.

Во время туннелирования внутри меня жила энергия, в которой было гораздо больше информации, чем я смог передать словами. Я воспринимал целые страницы информации, а успевал произнести лишь одну строчку. В частности, я не сообщил о моем чувстве полного понимания того, что пытался передать мне Чарльз. Например, я прочувствовал нежелание плеядеанцев приземляться на своем космическом корабле и подвергнуть себя возможной враждебной акции. Это представлялось мне вполне разумным, особенно если учесть мое ощущение, что плеядеанцы гораздо лучше разбираются в нас, чем мы сами.

Через неделю после окончания программы экспериментов я брел вдоль пассажа — и вдруг ощутил, как энергия Чарльза наполняет мое физическое тело. Он сообщил мне, что выбрался на прогулку и хочет прочувствовать типично земную окружающую среду. Тут я ощутил, что какая-то определенная, но чужая мне энергия слилась с моим телом. Я почувствовал, что мои глаза стали больше; повысилось мое восприятие цвета. Казалось, что я гуляю с другом, показывая ему местные достопримечательности.

Снова в лаборатории

14 мая 1988 года

После программы «Основные направления» я заметил ощутимое смещение к лучшему беглости моих экспериментов. Теперь во время контакта я говорил с меньшим количеством запинок, да и соответствующие понятия быстрее подворачивались на язык. Лаборатория давала мне чувство безопасности, поскольку там мои впечатления не подвергались критике. Именно поэтому я чувствовал, что экспериментирую с *туннельным эффектом*.



В самом начале эксперимента я сообщаю, что туннелирование кажется мне вполне привлекательной идеей. Мое осознание стремглав переносится в открытый космос, потом возвращается обратно в физическое тело — и вновь ускользает во тьму. Я чувствую себя так, словно существуют различные способы избавиться от самоосознания.

«Можно начинать» — слышу я чей-то голос. Кажется, он доносится откуда-то слева от меня.

Потом я ни с того, ни с сего заявляю: «Перед нами то, что вечно». После этих слов я чувствую, что мне необходимо просто следить за процессом. Вспышки произвольной энергии возникают в левой части моего тела и продвигаются вправо — явный сигнал, что «Тур» желает говорить со мной. Интересно, кто такой Тур? — вертится мысль в моем мозгу. Ага, это Тур Хейердал, знаменитый путешественник, который переплыл на своем плоту много океанов. У меня появляется мысленный образ туннелирования: вот Тур на своем тростниковом плоту плывет в океанской дали, позволяя морскому созданию выразить себя в естественной (для Тура) окружающей среде [воздушном пространстве]. То, что Тур не может видеть их [эти морские существа], еще не значит, что их нет вообще.

У меня появляется мысль, что существует единственный путь к Божественному (тут же у меня возникает мысленный образ: представители ВР тянут Землю на буксире). Потом я ощущаю, что меня «вытягивают» из моего ощущения: «Итак, уверься в том, что мы не стремимся исказить тебя или твой мир; скорее [мы стараемся отыскать] уровень общения для всех заинтересованных, а не только для отдельных участников. Возможно, что наш опыт укажет вам более выгодные пути, которые помогут вам справиться с вашими взаимодействиями. И все же вы еще должны найти свой собственный путь. Так что не ожидайте от нас никаких намерений манипулировать (можете быть уверены в этом) и сохраняйте тот стандарт взаимного роста и восхищения, на основе которого наши две нации, наши две планетарные сферы смогут наслаждаться взаимоприемлемым сосуществованием.

На сегодня определить отдельные существа не представляется возможным, поскольку это созвездие энергии несколько статично в том смысле, что оно находится внутри сферы су-



ществования, но вне временного континуума. Другими словами, это напоминает бетонный блок, который лежит поперек вашей дороги: вы должны постоянно о нем помнить, но при этом всегда можете преодолеть его, пройдя поверху. Этот бетонный блок послужит верстовым столбом, вехой, относительно которой накапливается разум и откуда он после может быть извлечен.

Но пока этот бетонный блок еще не обнаружен и не понят. Немного погодя после того, как это произойдет, отдельные — такие, как [тут я несколько запнулся, вероятно, из-за того, что было непривычно слушать их настоящие имена вместо использовавшихся прозвищ] Анджелина, Чарльз и, может быть, ваш друг из монастыря Глаз, — возможно, смогут наслаждаться вполне конкретным, произвольно выбранным контактом, который может стать реальным в результате этого процесса. До того же момента, пока скорость общения не достигнет нормы, вы должны — действительно должны — находиться внутри этого бетонного блока.

Таким образом, в некотором смысле это очень безличное общение. И все же оно содержит в себе ключи ко всему, чему нам пришлось научиться, чем мы должны делиться с другими».

Инструктор благодарит их за визит.

«Опять-таки, благодарностей вовсе не нужно, ибо это не совсем соответствует конкретной сегодняшней вибрации общения. Можно пояснить это на примере какого-нибудь неподвижного объекта: вы что, всегда благодарите книгу после того, как открыли ее и прочли страницу-другую? Все это говорится не ради издевки, а для установления отношений».

Инструктор задает вопрос: «В чем содержание вашей формы существования?»

«В одном смысле это поле электромагнитной энергии. В другом варианте о нас можно думать как о форме мысли. Это — энергетическое хранилище, в котором содержится определенное, но безгранично большое количество записей о нас, в которых отражено состояние нашего общества, наши заботы, цели относительно нашей же планетарной сферы и, во-вторых, цели в отношении вас. Повторяю: все [это] безлично. Если хотите, это можно сравнить с записью на магнитную ленту.



Эта энергия окружает всю вашу планету целиком. Мы делаем именно это, подобно тому, как вы покинули свои капсулы времени и проецируете свои сообщения в открытый космос — только мы покинули нечто более сложное по своей природе. Иначе говоря, без всякого [физического] контакта, лишь с помощью энергии, которой мы наполнили вашу сферу, получать и хранить сведения о любых технических, социальных, политических и религиозных чудесах, чтобы вы могли изучить их, рассмотреть и принять — если захотите этого».

Инструктор требует комментариев по поводу технологии этой энергетической формы.

«Здесь мы имеем дело со спектральной энергетикой. Это — наложение волновых структур. Например, недавно наши политические структуры выбрали себе особенно гармоничное волновое колебание. У нас существует объединенная сфера влияния политической структуры; вы же существуете в нескольких политических средах, созданных различными партиями. Наша планетарная реальность существует внутри объединенной структуры, с которой резонируют все ее участники. Это приводит к значительному снижению страха и вообще устраняет причины к беспокойству.

Те, кого мы считаем лидерами, обладают естественным внутренним равновесием частот, с помощью которых они отвечают на команды, распространяющиеся внутри этой волновой формы. Например, комбинация из трех электронов, вращающихся внутри ядра, соответствует должности менеджера. Предположим, что [некто имеет] семь электронов; потом один из его электронов возбуждается и перепрыгивает на новую орбиту. Такой индивидуум может быть у нас политическим лидером, а его поведение будет совершенно естественным образом определяться формой волны, ибо волна станет диктовать поведение этому электрону [а следовательно, и лидеру]. Так что надо говорить не о подчинении, а об отражении целой формы волны.

В политике все гармонично; определенный дисбаланс наблюдается в технологии, поскольку она постоянно развивается. С точки зрения времени, технология возникла уже после политических влияний. Отсюда и некоторое отставание в смысле усовершенствования, понимания и применения. И все же [нам]



нравится этот дисбаланс в технологии, потому что новые игрушки доставляют нам удовольствие. [Мы] рассматриваем это как игрушки, поскольку считаем себя детьми, которые развиваются. В результате наше управление технологией более совершенно.

Точно так же, как политическая структура придает стабильность технологическому порядку, религиозный порядок придает стабильность политике. Религиозный порядок — это основная направляющая сила всего вообще. Монастырь дает такое совершенствование восприятия, что технология вынуждена соответствовать этому восприятию, чтобы не обратиться против нас самих. Поэтому мы постоянно осознаем состояние — и остерегаемся — таких технологических ответвлений, как неконтролируемое совершенствование ядерной (выражаясь вашими понятиями) технологии, когда сама технология обращается против людей, создающих ее.

Инструктор задает вопрос об их методике установления контактов с землянами.

«На данный момент у нас есть несколько программ. Одна из них состоит в том, что мы действительно идем на контакт с людьми лицом к лицу. В этом участвуют земляне из самых различных общественных слоев, начиная с политических фигур и заканчивая простыми крестьянами, случайными прохожими на улице и тому подобными. Люди, с которыми мы встречаемся, как правило, имеют врожденную внутреннюю силу, позволяющую им выдерживать потрясение от контакта с чужеродной конфигурацией. У нас имеются и стоячие волны¹, наподобие того бетонного блока, с которым вы говорите сейчас. Используются и группы исследователей, каждый из которых старается стать как можно более незаметным, чтобы извлечь стабильную и полноценную информацию о вашем мире.

Существуют другие планетарные сферы, которые используют свои собственные уровни исследования. Частично этим

¹ Стоячая волна (акуст.) — волновое колебание с постоянными частотно-амплитудными характеристиками. — Прим. перев.



можно объяснить известные у вас случаи исчезновения или зверского убийства крупного рогатого скота. Причины, по которым они участвуют в подобных формах проявления, кроются лишь в стоячей воле, управляющей их политическими структурами. Враждебно настроенные инопланетяне, наподобие тех, которые изображаются в ваших кинофильмах, появляются крайне редко и вообще практически не существуют. Такая их реакция на ваш мир объясняется только уязвимостью земной реальности, которая представляет собой легкую добычу. Возникают определенные психологические формы (волновые формы), потому что людям, возможно, настолько нравится чувствовать столь сильный испуг и ужас от контакта с инопланетянами и жестоким разумом из космоса, что они сами вызывают из глубины собственного сознания те формы выражения вселенской энергии, которые могут сделать явью любые человеческие желания.

Правда, уровень ущерба (говоря вашими словами) от представителей двадцати трех известных нам планетных систем, вращающихся по орбитам вокруг вашей планеты, достаточно низок. Мы провозглашаем вас своими наследниками; поэтому [мы] не стремимся ни причинять какой-либо вред, ни творить жестокости, ни нарушать конфигурацию предметов, находящихся на вашей планете.

«Сможем ли мы развиваться до вас?» — спрашивает инструктор.

«Это уже произошло. В ваших единицах летосчисления это будет происходить эволюционным путем в течение десяти тысяч лет. Вот почему мы разделены. Иначе говоря, это уже произошло и сейчас вы говорите со своими будущими копиями».

«Вы здесь находитесь для того, чтобы провести набор новобранцев?»

«У нас нет такого понятия, как «набор новобранцев». Мы делаем то, что мы делаем, потому что мы такие. Цель нашего общения заключается просто в том, что вы [Институт] обнаружили ее [энергию]. [Эта] энергия не обладает ни намерением, ни личным желанием. Она представляет собой библиотеку, из которой можно извлекать информацию. При этом она способна обретать личностные характеристики таким образом,



что вы можете индивидуально взаимодействовать с ней. В ней нет какого-то чувства миссии, не содержится и никаких особых посланий. Она статична и никоим образом не связана с чувством благодарности или ценности. Она начинает действовать на [основе] намерения пожелать узнать информацию».

Инструктор спрашивает относительно биологической медицины, в особенности о СПИДе.

«Здесь мы предложили бы три подхода. Первый заключается в коренной переориентации восприятия относительно физического сексуального поведения. Мы совсем не выступаем в поддержку абстиненции, дело в том, что вы все еще представляете собой молодую, инстинктивно действующую популяцию, полную похоти и желаний. Именно эти желания (если вы простите нам уже упоминавшуюся аналогию с ядерной энергией в вопросах технологии) теперь обратились против вас.

Второй подход касается исключительно биологической медицины. Плодотворным скачком вперед в исследованиях станут работы с антителами, необходимыми для поддержки иммунной системы, которая быстро разрушается под воздействием вируса. Однако осознание этих антител проявится лишь в результате самого видового развития человека. Чтобы получить в библиотеке полноценную книгу по этой тематике, вам потребуется либо полностью посвятить три-четыре года исследовательской работе, либо найти достаточно подготовленного ученого, который мог бы быстро усваивать большой объем технологической информации и задавать вопросы.

Наконец, третий подход — это сама природа. Ваша биологическая сфера на этой планете ужасно перегружена количеством населения. Она просто вышла из равновесия. Таким образом, природа — подобие выражения сознания — стремится вернуться в былое состояние.

Значит ли это, что вы вели себя плохо? Нет, мы так не считаем. Это просто означает (насколько мы могли видеть по любой форме вашей деятельности на этой планете), что вам еще предстоит достигнуть хоть какой-нибудь формы саморегуляции. Способность к саморегуляции требует стать [неотъемлемым и уравновешенным] единым целым в любой волновой форме.



«Каким образом индивидуум с помощью поведенческой техники может справиться, помириться с вирусом гриппа?» — слышится вопрос инструктора.

«Достигнуть перемирия с вирусом гриппа — значит не допустить его активизации в физическом организме, где он уже в это время находится. Опять-таки, если мы рассмотрим это с точки зрения спектральной энергетики, нам следует говорить о двух, возможно, трех формах — или волнах.

Первую можно назвать психологической. Это заключается в том, что ориентация человека на его (ее) жизнь должна находиться в гармонии. Если человек решает жить не в соответствии с гармонией, это может вызвать корректирующее действие, либо активизировать разрушительный вирус, стремящийся исправить электромагнитную энергию, либо с помощью осознания этой дисгармонии, либо посредством уничтожения — так, чтобы могла действовать вся волна целиком.

Вторая форма должна представлять собой антитела, которые будут отвечать разрушительному вирусу разрушительными действиями, достигая таким образом положительного результата.

Наконец, третий, достаточно разрушительный метод заключается в том, чтобы изолировать индивидуума от внешнего воздействия отрицательных вирусов. Это может быть эффективным лишь в случае, если этот индивидуум находится в гармонии с волной изоляции — иначе придут в действие другие негативные реакции, которые и восстановят внутреннюю гармонию в человеке.

Коротко говоря, индивидуум должен ощущать в себе три различные волны, из которых волна с наивысшей амплитудой должна будет представлять высшую внутреннюю гармонию. Решение обрести волну наивысшей амплитуды соответствует решению позволить себе ощущать, обрести доступ. В этом случае двумя остальными волнами более низкого порядка можно пренебречь, простив их и отложив в сторону. Но при этом они должны оставаться внутри».

Появляется Чарльз. Он говорит: «Здравствуйте и до скорого свидания!»



3 июля 1988 года

Я испытываю быстрые смещения восприятия. Даже возникает непродолжительное состояние вне тела, когда я парю под потолком лаборатории. Я контактирую с Чарльзом, потом — с безличным энергетическим полем. Я чувствую, что перед повторным контактом с Чарльзом мне вначале необходимо освоить азбуку туннелирования.

После этого я ощущаю предложение Чарльза открыться для того, чтобы потуннелировать.

«Прошло уже немало времени с момента нашего последнего разговора». Ощущаю, что с моими голосовыми связками происходит какое-то искажение. Некая энергия слишком сильно ухватила меня за шею.

«Дни Земли сочтены [пока я размышляю над смыслом этой фразы, мозг прямо разрывается от всяких предположений на эту тему]... в смысле прекращения боязни своих звездных братьев».

Я мысленно формулирую вопрос о доме человека, рассказавшего мне о том, что энергия Плеяд воздействует на этот самый дом и на жизнь его обитателей. Тут же ответ:

«Энергетические конфигурации в этом доме делают его восприимчивым к влиянию окружающей среды созвездия Плеяд. Наше предположение заключается в том, что это не обязательно должна быть черная дыра, созданная правительством плеядеанцев; скорее, это естественный проводящий вектор настройки с нашей звездной системой. Следовательно, если исходить из того, что наши люди излучают электромагнитную энергию, он, если хотите, выполняет функции приемника. Если кто-нибудь присутствует при этом, этот человек становится более способен воспринимать эти потоки вибрационной энергии, известные под названием переданные частоты.

С помощью погружения [и] адаптации к воздействию Плеяд индивидум может на самом деле больше узнать о нашем мире, а также о воздействии, которое мы в настоящее время оказываем на Землю. Мы не пытаемся насильно стабилизировать окружающую среду на Земле, но все же признаем, что неко-



которые наши передачи, частоты, модели поведения дают положительное воздействие на человечество».

Видения

Однажды летним днем 1988 года я брел вдоль пыльной дороги, тянувшейся неподалеку от лаборатории к грушке сараюшек. Облаков на небе почти не было и воздух, в основном, был чистым, хотя вдалеке виднелась небольшая дымка. Взглянув вверх, я увидел необычное свечение. Свет напоминал вспышку в глазах, когда слишком быстро поднимаешься на поги и какую-то секунду все вертится вокруг. Правда, источник свечения оставался в одном и том же месте, куда бы я ни обернулся или посмотрел.

Позже я увидел, что из свечения словно появился искривленный металлический предмет. Объект увеличивался в размерах, пока я не разглядел в нем то, что, вероятно, было расширенной кормовой частью металлического диска диаметром около пятнадцати метров. Свечение окутывало диск и казалось порталом из иного измерения. Вот какие у меня были размышления. Мысленно я ощущал все большую отстраненность по отношению к происходящему, однако мое физическое тело отражало эмоциональное состояние: я ощущал первичную дрожь и сильнейшее волнение. Когда волнение достигло определенного уровня, диск изменил направление движения и исчез вместе с окружавшим его свечением.

После увиденного я перестал относиться к моим ощущениям во время лабораторных экспериментов как к простой игре воображения. Более того: подобные переживания способны изменить, а то и вовсе разрушить наши ощущения реальности. Даже если мы открыты для контакта с ВР, уровень нашей образованности и культуры таков, что мы вполне можем не только проглядеть возможность такого общения, но и отказаться от нее как от чего-то невозможного, создавая тем самым барьеры в собственном сознании. Восприимая «летающую тарелку», я получил достаточно сильную встряску, которая напрочь уничтожила взгляд на мир, который неуклонно культивировался в течение всей жизни.

Увиденное помогло до конца разобраться в природе биоконнитивного интерфейса. В основном из-за экспериментальных циклов я отпосился к мыслям о ВР все более спокойно. Кроме того, я темного успокоил свои чувства, позволяя происходить физическим видениям. Но, как видно, успокоение было недостаточным, да



и не удалось мне «встроить» эти впечатления на физическом уровне. Мое потрясение, словно разорванное звено цепи, нарушило связь между моим разумом, эмоциями и физическим телом. Так закончилась эта встреча.

Новый интерес к плеядеанцам

7 сентября 1988 года

В этом эксперименте участвовало двое приглашенных. Одним из них был Тед, доктор медицины, имеющий также степень доктора биохимических наук. Одна из его целей заключается в том, чтобы извлечь образец ткани физического тела иноплеядянина, а после исследовать его. Тед пришел с целым перечнем вопросов к представителям ВР. Уже после эксперимента он рассказал, что как только он задал свой первый вопрос, остальные оказались «обойденными». Тед объяснил, что у него это вызвало ощущение, будто человеку из двадцатого века задают вопросы из века восемнадцатого. Другим участником была Пэт — врач-фармацевт, она путешествует по странам третьего мира, помогая им профессионально. Она пришла в лабораторию из любопытства.

«Спонтанный контакт с представителями ВР должен происходить во время ВТО», — сообщаю я, не устанавливая в тот момент никакого конкретного контакта.

Потом я вижу буквы «ВР»: они на светло-зеленом фоне. Одновременно возникают общие фразы относительно ожидания ВР. Я ощущаю энергию ВР так, как никогда не ощущал ранее. Я начинаю отслеживать ее. Так, Андромеда.

Я говорю, что эта звездная система более сонастроена с Тедом. «Исследователь все еще не вошел в контакт с этой энергией, поскольку естественные ритмы различаются. Следовательно, его энергия отслеживает или отвечает на влияние Плеяд, которое передает более детализированную информацию, чем запрашивалось. В свою очередь, ритмы, подобные тем, которые есть у Теда, позволяют получить лишь наиболее обобщенные умозаключения. Характеры, природа и личности, выражаемые в галактиках, измерениях и звездной системе Андромеды таковы, что...»



«Физические доказательства, которые он хотел бы получить...» — далее я теряю ощущение контакта, но продолжая видеть слово «нет».

Я ощущаю смещение восприятия в сторону Плеяд. Это определяется мощными энергетическими вихрями, проносящими-ся в моем теле.

Относительно восприятия ВР в физическом мире Чарльз говорит: «Если намерение становится настолько большим и сильным, могут возникнуть соответствующие физические явления и даже настоящий контакт».

Тед задает вопрос относительно физиологии. Я чувствую, как энергия смещается к Анджелине. Я ощущаю, что ее намерение направлено больше на Теда, чем на меня. Я чувствую инструкции, призванные помочь общению; в них говорится, чтобы я ощутил ее «в своей открытой ладони, ибо это будет проводником твоего сердца».

Теперь я чувствую себя так, словно очутился в открытом космосе. Я ощущаю, что должен каким-то образом удалиться отсюда и направиться туда, где туннелировать будет лучше. Я временно теряю всякое ощущение иных существ как таковых. Теперь я ощущаю, что нахожусь в монастыре вместе с Глазом. Я слышу предложение отдать мои голосовые связи.

[Немного сбивчиво] «Когда ВР сливается с человеческим разумом, происходит изменение спектральной материи». [Уже четче] «Уровень разума, переданного во время любого общения, берет свое начало, если хотите, из открытого выражения души. Модуляция разума определяет эффективность общения».

Чтобы вы поняли наше физическое строение и то, как мы воспринимаем и понимаем физическую реальность, вам необходим существенный скачок в сознании в отношении того, что мы больше не заботимся о генетических кодах, распространенных заболеваниях и способах взаимодействия с окружающей средой. Генетическое строение скорее отображает... [я теряю эту мысль и тембр моего голоса изменяется].

Мы принадлежим философии, которая воздействует на все уровни нашей планетарной сферы, которую мы в нашем общении с вами называли спектральной энергетикой. Если объяснить это в деталях, то понятие «спектральный» описывает



различное влияние, которое оказывают частоты, пронизывая любой объект в каждое конкретное мгновение. Визуально это можно представить себе в виде радуги. Под термином «энергетика» мы подразумеваем то, что каждый объект наполнен энергией [и] для получения желаемых результатов мы манипулируем энергиями как таковыми.

Термин «спектральный» берет свое начало в сознании, находящемся в вашей атмосфере, из чего следует...» Тут мое осознание смещается обратно в мое тело и я вижу невообразимое количество радиоволн.

«Изменение впечатлений у вашего исследователя служит демонстрацией к процессу очищения и перемещения энергий. Если мы станем перемещать вашего исследователя вперед-назад по времени, то отпечатки разума, относящиеся к этому процессу, будут активироваться все больше. Таким образом, говоря вашими словами, мы выносим на передний план другой аспект генетического кода. В этом смысле связь с генетическим кодом имеет смысл, так как это ваша работа. Но если вы захотите оборвать такой вид взаимодействия с окружающим миром, вы станете открыты для более совершенных аспектов, где [вы] впоследствии обнаружите другой основополагающий аспект выражения вашего генетического кода. Да, мы обладаем точно таким же генетическим кодом».

«Значит ли это, что в плане физической материи у вас произойдет то, что мы называем эволюцией на основе углерода, или эта эволюция будет основываться на кремнийсодержащих структурах? А может, это будет эволюция на атомарном уровне?» — спрашивает Тед.

Я слышу слова «так же, как и у нас сейчас»; потом я вижу слово «кремний».

Тед задает новый вопрос: «Были ли вы углеродной формой жизни в прошлом?»

«Если мы сейчас станем выражать перед вами себя с точки зрения нашей нынешней базовой кремниевой структуры так же, как до этого мы выражались исходя из углеродной основы, это станет хорошим способом разрешить соответствующие сомнения — в частности, относительно информации. С другой стороны, это позволит нам замести следы. Если мы предста-



вились вам как существа на углеродной основе, это удержит вас на пути, параллельном вашим нынешним знаниям, и устранил у вас те новые приобретения, которые представлены нашим намерением и указывают на то, что теперь мы имеем кремниевую основу».

«Можете ли вы манипулировать физической материей так же, как существа на этой планете управляют светом?» — интересуется Тед.

«Если понимать ваш вопрос в смысле возможности включить и выключить свет в люстре, или в плане очищения и концентрации света, фокусируя его с помощью лазера, или в отношении возможности избавиться от солнечных ожогов при помощи соответствующей защиты — да. У нас есть некоторые существа, которые выражают определенное совершенство такой возможности, — например, они могут до такой степени изменить физическую форму объекта, что он будет выглядеть как гротескное животное. Есть и такие, кто использует ту же самую способность для того, чтобы изменить выражение своего физического проявления, переводя его в режим излучения света.

Как вы знаете, наша степень управления собственными автономными процессами весьма велика. Кое-кто из обитателей монастыря может впадать в кататоническое состояние на несколько недель, месяцев — может, даже лет. Теоретическое обоснование этого, с точки зрения спектральной энергетики, заключается в том, что определенные частоты настолько устойчивы и совершенны, что индивидуум может трансмутировать их в частоту иного рода, излучая при этом некоторое свечение; в результате индивидуум становится видимым в различных формах, не теряя при этом содержания базовых сфер применения своих первичных частот».

«Вот вы говорите о длительном кататоническом состоянии — зачем оно используется, что представляет из себя? Расскажите подробнее, пожалуйста!» — продолжает спрашивать Тед.

«Цель этого — регуляция и управление. Ведь если монахи (если говорить по-вашему) находятся в таком состоянии, их сознание свободно и в определенном смысле их можно назвать исследователями. Возвращаясь обратно, они придают монас-



тырской деятельности философскую перспективу и уравновешенность.

Вернемся к предыдущему вопросу, относительно манипулирования физической материей. Например, есть космические корабли, которые никак не подчиняются законам распространения световой энергии, — они перемещаются вне зависимости от их массы. Скажем, наши корабли-матки могут вернуться на базу в мгновение ока; в то же время, некоторые виды груза требуют меньшей скорости. Если подвергнуть внешнюю (для нашего мира) массу воздействию законов нашей реальности, это исказит, поставит под угрозу срыва результаты наших исследований и нанесет им вред. Такой ответ более полный?»

Тед откликается: «Расскажите подробнее о способе питания ваших жителей».

«Нам необходим воздух; для находящихся в этом [кататоническом] состоянии физические вещества не нужны — при условии, что перед погружением в это состояние они приняли достаточное количество таких веществ. У кататоников физическое усвоение питательных веществ замедлено настолько, что одной энергетической таблетки достаточно, чтобы поддерживать их физиологически на протяжении многих месяцев. Но при окончании кататонического состояния и переходе к физическим движениям начинается медленный и кропотливый процесс повторной стимуляции и энергетического наполнения частот, которые обычно ассоциируются с активными физическими движениями.

В определенном смысле это напоминает возвращение из долгого космического путешествия, хотя есть и небольшая разница: индивидуум, находящийся в этом состоянии, не совершает никаких движений вообще. Ткани тела, как таковые, физически не изменяются; но поскольку частоты и ткани, гармонизировавшие с активными физическими движениями, в этот период находятся в «спячке» (хотя ткани могут иметь, так сказать, вид здоровой плоти), для полного восстановления их энергетики необходимы упражнения в движении.

Если мы, например, возьмем частотные характеристики радуги, то нижняя граница красного цвета будет [соответствовать] поддержанию физиологической нормы — основному,



здоровому состоянию тканей. Скажем, ваши спортсмены будут располагаться где-то в пределах фиолетовой части, а обыкновенные жители будут соответствовать голубому цвету, соотносящемуся с частотами активного физического движения.

Индивидуум, находящийся в коматозном состоянии, попадает в частоты красной части спектра, которые поддерживают физиологическую живучесть; у него нет активных фиолетовых и голубых частот. Поскольку ткани находятся в режиме базового физиологического восстановления, нет никакого физиологического вреда. Поскольку особь не действует в пределах широкого спектра частот, ей необходимо значительно меньше питательных веществ. Когда же индивидуум выходит из коматозного состояния, эти частоты, а следовательно, и физиологические питательные вещества, вводятся постепенно, шаг за шагом».

Тед снова спрашивает: «Вот вы говорите о тканях этих индивидуумов. Действительно ли это физические ткани в нашем понимании? Обладают ли они многоклеточной структурой?»

«Да, это ткани в вашем понимании, с той лишь разницей, что теперь они имеют кремниевую основу [тут слышно, как они смеются, пытаюсь объяснить, что кремний взят исключительно для примера, а не как действительный факт из эволюции]. Клеточная структура, строение митохондрий сходны с вашими, но в каждой клетке нашего тела есть элемент, отражающий путь нашей эволюции».

«Что же это за элемент?»

«[Пауза]... Призрак».

«Не могли бы вы ответить на вопрос: есть ли у вас то, что мы называем рибосомами — образованиями, продуцирующими белок? А к призраку вернемся чуть попозже», — говорит Тед.

«Для нас белок является устаревшей энергетической формой». [Тут, по поводу вопроса о клеточном строении белка, я ощущаю смещение в сторону Анджелины. Возникает видение следов отдельных элементов. Анджелина утвердительно кивает головой в знак того, что белок — это нечто большее, чем просто след элемента, к которому мы привыкли.]



В комнате управления ходом эксперимента Пэт передает Теду вопрос: «Есть ли у вас такая же, как и у нас на Земле, периодическая таблица химических элементов, или все это у вас совершенно отличается?». Тед задает вопрос.

«Мы знакомы с вашими химическими элементами и их структурой. На нашей планете происходят определенные мутации; кроме того, у нас есть не все элементы из тех, что известны вам. Поскольку наша жизнь имеет кремниевую основу, у нас встречается гораздо меньше (если вообще встречается) молекул, имеющих в своем составе атом углерода. Однако по мере того, как мы переносим себя в другие измерения, наша таблица химических элементов также обретает новые измерения — кубические.

Если мы вначале возьмем, например, сходную с вашей периодическую таблицу химических элементов, а потом возьмем гелий — один из элементов этой таблицы — и микрон, который является элементом из другой таблицы, и направим перпендикуляры от этих ячеек к центру куба, то на пересечении этих двух позиций возникнет новый элемент. Он будет обладать уникальными свойствами, причем необязательно на молекулярном уровне — скорее, даже на атомарном, в зависимости от того, где произойдет пересечение. Таким образом этот куб превращается в соответствующую периодическую таблицу».

«Можете ли вы превращать один химический элемент в другой?» — спрашивает Тед.

«Конечно, можем. Если мы умеем изменять свою физическую форму, значит, мы безусловно сможем проделать это и в стенах лаборатории».

«Существуют ли у вас аналоги того, что мы называем здесь, на Земле, микроорганизмами — крошечные одноклеточные существа, способные жить самостоятельно?»

«В нашем физическом развитии имеются такие прослойки, когда возникают различные условия для возникновения разных форм жизни. Единство, к которому, насколько мы понимаем, вы стремитесь, является постоянным; но приближаясь к центру вселенной, мы обнаруживаем там главный элемент — ядро. Оно напоминает ядро вашей Земли, с которым соединяются все объекты вашего физического, интеллектуального и



духовного мира. Мы развиваемся от одинакового компонента одноклеточного уровня до невероятно сложных экстраполяций, существующих вне границ самой безумной — даже по нашим понятиям — фантазии.

Все мы обладаем единственной основой нашего развития, из которой возникают все физические, духовные и интеллектуальные аспекты; потом эти аспекты взаимодействуют, накладываются друг на друга, развиваются, экстраполируются и эволюционируют».

Тед спрашивает: «Насколько я понял из полученной нами ранее информации, вы обладаете двусторонней симметрией [в смысле правого и левого полушарий головного мозга]. Кроме того, органами слуха у вас являются тоже уши. Я прав?»

«Мы имеем такие же, как у вас, физиологические компоненты выражения и доступа к информации. Наши глаза больше в размерах, губы меньше, нос более приплюснут, а уши смещены к основанию черепа. Они лучше воспринимают объемность звука за счет наших базальных ганглий. Наши половые органы меньше ваших; конечности более компактные, тонкие и изящные. Наша система пищеварения менее подвержена запорам, волос на теле гораздо меньше или нет вовсе. Наши глаза воспринимают большие частоты; они более чувствительны, так что мы различаем больше цветов, чем ваши оптические приборы.

[Потом темп разговора сильно увеличился] Поскольку наши органы слуха находятся ближе к основанию черепа, они более расположены к восприятию сигналов из других измерений — как вы говорите, к туннелированию (мы считаем, что сознание находится в основании черепа). Наша эволюция, с точки зрения развития головного мозга, от рептилий к млекопитающим и человеку совершенно совпадает с вашей. Правда, функции коры и новой коры нашего головного мозга значительно шире, чем у вас. Поскольку мы обладаем расширенным набором функций коры головного мозга, пропорции черепа у нас относительно остального тела больше, чем у человека.

1 [Помимо наличия правого и левого полушарий (так называемое



Во время одного из экспериментов вы сообщили, что ваша кора головного мозга вмешивается в деятельность, так сказать, вашего интеллекта низшего порядка. Мы обнаружили, что более низкое расположение наших ушных раковин у основания черепа уменьшает подобные возбуждения коры, в чем наше основание [я быстро говорю и одновременно пытаюсь исследовать себя... «Э-э-э, секундочку», — говорю я]... То, что наши органы слуха расположены ближе к основанию черепа и соединены с отделом головного мозга, соответствующим мозгу рептилий (который мы считаем центром сознания), влияет на этот аспект; одновременно это не позволяет ему оказаться под властью более технически и эволюционно совершенных функций коры. Следовательно, наш мозг млекопитающих более развит, поскольку он получает и обрабатывает больше сведений, получаемых из отдела, соответствующего мозгу рептилий.

И все же наш мир, если рассматривать его с точки зрения линейной эволюции от вас к нам, более совершенен, поскольку функции коры нашего головного мозга более развиты и разнообразны, более управляемы, более приспособлены к извлечению информации из окружающей среды. Так что, когда мы говорим, что с точки зрения видового развития мы более совершенны, чем вы, в этом нет ничего оскорбительного для землян — это

горизонтальное, или латеральное, деление), головной мозг имеет и трехуровневое вертикальное деление. В этом случае различают отделы, соответствующие рептилиям, ранним и поздним млекопитающим. Отдел, соответствующий поздним млекопитающим, часто называют новой корой. Интересно, что отдел, соответствующий рептилиям, напоминает мозг рептилии (например, ящерицы); отдел ранних млекопитающих сходен с мозгом низших представителей класса млекопитающих (скажем, крысы или собаки), отдел поздних млекопитающих обладает решающими отличительными признаками, свойственными обезьянам и человеку, а также другим высшим млекопитающим — например, китам и дельфинам. Высших представителей отряда млекопитающих отличает толщина новой коры головного мозга, или отдела, соответствующего поздним млекопитающим].



лишь констатация физиологического, политического, социального и биологического факта — например, в отношении нашей способности изменять, трансмутировать собственные физические функции. В то же время наша эволюция вынудила нас к отказу от функций рептилий и млекопитающих [за счет их безусловного принятия]. Поэтому наше эволюционное преимущество проявляется и в том, что мы испытываем значительно меньшее вмешательство коры, чем вы».

«Наверное, вы знаете о методике «Полу-Синха», которую разработали в Институте Монро? — спрашивает Тед. — Был ли этот метод полезен для вашей цивилизации когда-нибудь в прошлом, или вы применяете его сейчас? Есть ли у вас какие-либо предложения относительно того, каким образом можно модифицировать нынешнюю методику, чтобы повысить эффективность работы, проводимой в Институте?»

«В настоящее время для уравнивания электрической активности головного мозга мы применяем свет. Теперь мы рассматриваем это не как синхронизацию деятельности полушарий, а как холистическое структурирование. Ваша методика полушарной синхронизации более продумана, поскольку она также помогает в отношении ваших тканей, свойственных млекопитающим. Применима она и для стимуляции функций, доставшихся от рептилий. Эти функции очень тесно связаны с вашим выживанием и имеют по-настоящему широкое эволюционное применение. Ваши структуры, сочетающие в себе качества рептилий и млекопитающих, будут производить достаточное количество энергии, которая стимулирует функции новой коры; это позволит вашему черепу постепенно увеличиваться в размерах, значит, кора вашего головного мозга будет развиваться на клеточном и тканевом уровнях. [Позже] вы по уже описанным причинам ощутите на биологическом клеточном уровне необходимость приблизить свой слуховой аппарат к структурам, оставшимся от рептилий.

Сегодняшние ваши успехи в полушарной синхронизации достойны похвалы — особенно в том, что касается вашего поиска новых функций и изоляции определенных зон головного мозга. Если бы вы смогли усовершенствовать методику настолько, чтобы оказалось возможным вычленить координаты зон, соответствующих мозгу рептилий и млекопитающих, которые



следует стимулировать вместо того, чтобы выяснять сущность квазифункций коры или производить замеры, то [это] могло бы значительно улучшить процесс, а вы обрели бы динамичность и получили бы в своих лабораторных экспериментах ошеломляющие результаты.

Сейчас ваши технические возможности выглядят весьма примитивно и ограничиваются всего лишь сканирующими устройствами и приборами, работающими по принципу ядерного магнитного резонанса. В обозримом будущем привести ваши возможности в соответствие с вашим же миром не представляется возможным, поскольку агентства, которые финансируют и направляют исследования этих функций, более не считают целесообразным использование подобных приборов для полусферной синхронизации. Все, что мы можем сделать сегодня, — это пожелать вам удачи и новых замечательных публикаций».

В горле все горит и першит, но я чувствую в себе сильный прилив энергии. Чтобы вернуться обратно, потребовалось некоторое время — я даже попросил инструктора включить дополнительные бета-сигналы «Полу-Синха», чтобы полностью вернуться к сознательному бодрствованию. Ощущение такое, будто я рассказал лишь десятую часть пережитого. Несколько дней после эксперимента я чувствую какое-то растяжение, словно порвалось что-то внутри. Чтобы полностью восстановить равновесие в моей повседневной жизни, мне потребовалось целых две недели.

1 декабря 1988 года

В дополнение к уже состоявшимся сеансам общения с Плеядами меня заинтересовал прошлый контакт с представителями созвездия Андромеды.

Вначале я транслирую ощущения относительно ВТО. В ответ я получаю ощущение, что туннелирование плеяданцев вроде бы должно помочь совершенствованию ощущений вне тела.

Потом возникают ощущения о созвездии Плеяд относительно Андромеды:

Между ними существует прямая связь, которая объясняется взаимным участием. Жители Плеяд более склонны к зем-



ледельческому укладу (американо-индейский тип отношений с физическим миром); они занимаются выращиванием растений. Андромеда относится к физическим мирам, однако ее ориентация более... напоминает христианство. Население Андромеды более склонно к философии и созерцательности. Итак, различные особенности и ориентации.

Жители Плеяд считают, что их собратья с Андромеды более развиты духовно. Может быть, это так, а может — нет, но плеядеанцы лишь пожимают плечами, говоря: «Если это так — значит, так тому и быть», и возвращаются к своим повседневным делам.

Я вижу изображение представителя ВР [словно из фантастического фильма об инопланетянах]. Он обнимает меня, потом отворачивается и продолжает свой путь. Вновь я оказываюсь в плеядеанском монастыре; там мне предлагают установить контакт с Андромедой и спросить ее жителей о том, что они думают. Представители Андромеды не считают плеядеанцев ниже или выше себя; они просто знают, что обе цивилизации сосуществуют в физическом мире и встречаются в нефизических измерениях. Обе популяции воздействуют на земную жизнь во имя успешного взаимного роста. С точки зрения политических ассоциаций, Земля ближе к Плеядам; в этом смысле визитеры с Андромеды остаются в тени, пока что осуществляя нефизическое влияние.

Я вижу мир на Андромеде: буря пастельного цвета самых различных оттенков, но с явным преобладанием голубого. Как и на Плеядах, никаких определенных физических форм. Это напоминает кусок мягкой ткани, окутывающий форму, которая так и не показывается. Я чувствую, что они больше времени проводят в нефизических мирах, а не в царстве физического.

То был последний раз, когда я занимался туннелированием. С одной стороны, вскоре после последнего эксперимента закончилось мое участие в лабораторных исследованиях. Появились новые направления в экспериментах, я же почувствовал, что мне хочется идти своим путем. Я хотел достигнуть выбранной цели без помощи «Полу-Сипха» или каких-либо других средств поддержки. Поскольку большинство моих контактов с ВР происходило в лаборатории, а сами контакты не были конечной целью на тот момент, я ощутил, что утратил жгучее желание продолжать встре-



чи в дальнейшем. Кроме того, я не мог избавиться от ощущения, что зашел чуть дальше, чем собирался. Я не имел ничего против того, чтобы называть представителей ВР «они», а себя — собой, встретиться с Чарльзом лицом к лицу или усовершенствовать свои ВТО до такой степени, чтобы при желании слетать к нему. Однако *туннелирование* сверх возможностей ВТО и других аспектов *Тропы Толтеков* показалось мне чем-то сверх необходимости. Совсем как в фильме «Космобойцы», я ощутил, что приблизился к «сметхотворной скорости».

Однако испытанные ощущения не только пролили свет на исследуемые области, но и продемонстрировали мне новые темы — такие, как *биокогнитивный интерфейс*. Самое главное влияние на меня эти контакты оказали тем, что изменили мою точку зрения на Землю и на человека. Со временем я нередко возвращался к ощущениям встреч с представителями ВР, рассматривая эти контакты с точки зрения инопланетян и используя для этого мысленные образы и *интуицию*. Такой подход открыл моему восприятию новые горизонты, а также возможные пути для странствований столь долго, сколько длилось все, что я пережил. Наверное, в этом и заключалась самая основная ценность испытанных ощущений.

Глава 9

Путешествие с Духом

Умение демонстрировать искусство бытия

Когда начинается путешествие? Мы всегда готовы обнаружить различные отправные точки, в которых и зародилась идея начала. Например, действительно ли моя *Тропа Толтеков* началась тогда, когда я в восьмилетнем возрасте едва не утонул, получив при этом возможность на миг заглянуть за пределы обыденного? Началась ли она из-за моего вьетнамского опыта, изменившего мою жизнь? А может, все случилось тогда, когда я встретил моего учителя, дона Хуана? Можно с достаточным на то основанием избрать в качестве отправной точки любое из перечисленных событий, при условии наличия достаточного количества дополнительных деталей к основному, большому полотну — реальности. Если мне нужно было открыться новой реальности, пройдя через определенный обряд инициации — тогда да, это была та история в восьмилетнем возрасте. Если речь шла о жизненном тупике, значит, все началось во Вьетнаме. Ну а в случае необходимости вначале встретить учителя, начало положила встреча с доном Хуаном. Каждое рассуждение истинно со своей точки зрения; но если говорить о всеохватывающей перспективе, каждой точке зрения свойственна общая черта. Она заключается в том, что все они возникали в свой конкретный момент настоящего. Вот почему можно сказать, что каждое путешествие начинается *сейчас*.

Для толтеков ощущение мгновения настоящего является производным от осознания *третьего внимания*. *Третье внимание*, являясь чистой, неопределенной и бесформенной энергией, содержит в себе источник всех ощущений. Оно отражает истоки обычных и необыкновенных восприятий и реальностей. Толтеки подходят к овладению *третьим вниманием* постепенно, развивая вначале *первое* и *второе* внимание.

С момента, когда я вступил на *Тропу Толтеков*, мне в нескольких случаях удавалось соскользнуть на повышенный уровень осознания. Это было непосредственным результатом применения тол-



текских методик. В трех из этих случаев я оставался в состоянии повышенного осознания по крайней мере десять дней. Новый уровень осознания отличался чувством спокойствия, уверенности в своих силах и глубокой уравновешенности. Достигнуть такого состояния мне помогли многие технические приемы. По ощущая повышенное осознание, я мог не заниматься этими упражнениями — тогда я жил ими. К примеру, вместо того чтобы заниматься чередованием повседневного распорядка, я спонтанно изменял его; а вместо упражнений на тренировку внутреннего невербального диалога я ощущал внутри собственного тела мягкое напряжение или наблюдал за мысленными образами, которые без всяких усилий направляли меня по избранному пути. Я считаю, что самым главным результатом повышенного осознания стало то, что я избавил свое восприятие от всякой цензуры. Даже испытывая крайнюю ярость, я позволял себе спокойно ощущать происшедшее внутри меня. Я не реагировал буквально на каждое ощущение, но чувствовал свободу признать существования любого из восприятий, позволив ему существовать, а после отпуская его наружу. Когда я достиг состояния повышенного осознания, большинство отрицательных восприятий просто исчезли.

Я чувствовал, что погружен в естественный порядок; я ощущал, что двигаюсь с естественной скоростью, которая оказалась чуть более медленной, чем моя обычная. Казалось, будто я двигаюсь по мягко увлекающему меня течению — потоку электрической энергии, который управляет моей жизнью. Вместо того чтобы постоянно поглядывать на часы, я интуитивно ощущал, когда нужно выйти из дому и с кем-нибудь встретиться или как вовремя оказаться в нужном мне месте. Я справлялся со всеми своими потребностями и обязанностями, включая закупку продуктов и посещение колледжа. У меня даже оставалось свободное время: по утрам я приходил на берег какой-нибудь речушки или ручья, а вечером наблюдал солнечный закат. При этом я чаще погружался в состояние глубокой медитации, а спал меньше, чем обычно. Вообще-то, было бы правильнее сказать, что я ощущал себя так, будто нахожусь в состоянии круглосуточной медитации, испытывая иногда более глубокую (по сравнению с привычной) медитацию.

Подчиняясь тем мыслям и действиям, которые в конечном итоге стали «мной», я, вместо того, чтобы исказить эту информацию привычками, направленными на поддержание уже устоявшейся модели личности, постепенно научился понимать, кто же



«я» такой в действительности. Воспользовавшись терминологией толтеков, я воспринимал скрытые указания Силы, позволяя ей направлять все мои действия. В результате стало очевидным, что погружение в подобное состояние сознания и сохранение этого состояния представляет собой более разумный способ жить. Я ощутил в себе большее умиротворение, наполнился энергией и стал воспринимать жизнь более полно — я стал более живым.

Я все еще ощущаю, как эта энергия действует во мне. Чем больше я открываюсь ей, тем больше я понимаю эту энергию, тем сильнее она отражается в моей повседневной жизни. Она стала наиболее важной гранью моей жизни. *Ощущения вне тела*, контакты с представителями ВР, исследования восприятия вообще — все это подчинено основной идее культивирования этого состояния более полноценной жизни.

Такое осознание доступно не только толтекам, но каждому человеку вообще. Большинство теорий совершенствования осознания описывают способы, как достигнуть этого. Не забывайте, что мистические впечатления являются общим элементом любых методик духовного развития, какие только существуют в мире. Мистические впечатления охватывают осознание того, что находится вне привычного восприятия окружающего мира. Трансцендентные впечатления нередко *захватывают третье внимание*, а также то, что в метафизических кругах обычно называют «Духом».

Осознание *третьего внимания* заставляет нашу память вернуться к первичной, исходной реальности — туда, где соединяются частицы наших жизней, где сосредоточено внутреннее знание мира, нас самих и нашего отношения к этому миру. Без осознания *третьего внимания* мы остаемся *сфокусированными* на второй реальности, откуда выйти за рамки самого себя просто невозможно. *Фокусировка на третьем внимании* создает постоянную мистическую связь с миром, известным под названием *бытие* (так об этом пишет Рам Дасс в своей книге «Здесь и сейчас»).

Не думаю, чтобы наше осознание когда-либо покидало *третье внимание*. Мы просто стали более медлительными, озабоченными другими мелочами. Видения и звуки, доходящие из *первого* и *второго внимания*, настолько захватывают нас, что мы теряем ощущение более тонких и совершенных восприятий *третьего внимания*. В сущности, и *первое*, и *второе*, и *третье внимание* сливаются в единстве, имя которому — наше осознание. Запи-



маясь вплотную отношениями с другими людьми, работой, повседневными проблемами и заботами, маленькими радостями жизни, даже, наверное, ВТО, мы настолько увлекаемся собственной *фокусировкой* на явлениях вторичной реальности, что совершенно забываем о наших целостных возможностях, не исключая и осознание первичной реальности.

Используя такие термины, как *первое, второе и третье внимание* (или первичная и вторичная реальность), мы получаем в свое распоряжение инструмент, с помощью которого оказывается возможным *перефокусировать* самого себя. Наше *внимание* привлекается с помощью техники *избирательной выборки*. Наше восприятие в попытке узнать объект обнаруживает понятие, которое, судя по имеющемуся опыту, подходит к объекту. Чем больше энергии затрачивается на поиски, тем более полным оказывается наш практический опыт. Однако мы нередко воспринимаем этот инструмент как реальность. Да, саму реальность мы подменяем термином, или определением. Именно поэтому мы вновь отстраняемся от первичной реальности, окутывая себя тепетам собственных ошибочных представлений о том, каким образом пойти смысл в своем практическом опыте.

Вторичная реальность возникает по мере того, как мы интерпретируем наши впечатления, придавая им форму. Сам по себе этот процесс нельзя считать ни плохим, ни хорошим — это лишь то, что мы делаем совершенно естественно. Если говорить о исследовании восприятия и его развитии, то проблемы возникают тогда, когда мы настолько увлекаемся приданием формы нашим впечатлениям, что совершенно перестаем воспринимать чистую, бесформенную энергию — энергию *третьего внимания*, или Духа. Все это приводит к застою осознания. Однако по мере развития *третьего внимания* мы начинаем распространять себя за пределы уровней *внимания*. Тем самым мы раскрываемся для восприятия новых миров и воспринимаем новые, более гибкие отношения между формой и содержанием вторичной реальности. Поступая таким образом, мы встраиваем первичную реальность во вторичную; в этом и заключается самый главный маневр *бытия*.

Выше описывалась «Медитация Тихого Пламени», с помощью которой можно испытать состояние свободного восприятия, осознать, что существует между противоположными точками зрения. Свободное восприятие — это основное качество *бытия*. Кроме того, в разделе «Земля Толтеков» я с помощью *избиратель-*



ной выборки определил характерные элементы мистических впечатлений, чтобы помочь вам создать себе наиболее общее представление о том, что же это такое — мистические впечатления. Список составлен на основе моего собственного опыта, а также впечатлений других людей, с которыми я обсуждал эту тему.

Элементы состояния бытия

1. Воспринимая момент настоящего, вы обнаруживаете в нем ощущение вечности. Кажется, что все временные понятия возникают в настоящем и из него развиваются. Кроме того, вы можете оперировать временем как липейным или одновременным фактором, но такая гибкость в восприятии времени уменьшается тогда, когда основной фокус вашего осознания не нацелен на настоящее.

2. Одновременно с этим ощущением вечности появляется чувство, что вы *хотите* обратить свое непосредственное внимание на все, что происходит. Если вы находитесь в вечности, то пребывать в настоящем ничем не хуже, чем в любом другом времени.

3. Всегда остается с вами восприятие новизны происходящего. Сколько бы раз вы ни ходили одной и той же дорогой, всегда остается впечатление, что вы идете там впервые.

4. Вы чувствуете себя умиротворенным и эмоционально уравновешенным. Может также возникнуть ощущение, что у вас все хорошо (это варьируется от чувства спокойной радости до экстатического счастья).

5. Основную часть вашего *внимания* вы концентрируете на окружающем мире, а не на себе. Идя по дороге, вы больше обращаете *внимание* на деревья, прохожих, улицу, на все происходящее вокруг, и в гораздо меньшей степени — на ваши проблемы, сомнения, заботы, радости и другие сугубо личные переживания.

6. У вас возникает чувство собственной правоты и уместности. При этом вы можете думать, что «все идет так, как должно идти», что буквально все вокруг происходит правильно, как и должно быть. Это может быть и мысль о безусловной любви, когда все свои впечатления принимаете без предрассудков.

7. Вы *думаете* меньше, больше используя другие способности восприятия — такие, как *чувствование*. Мысль отдаляет нас от наших непосредственных впечатлений (кроме впечатлений от размышлений). Чем больше мы думаем и вырабатываем символи-



ческие значения, тем больше мы извлекаем наше осознание из первичной реальности. Облечь впечатления в слова — не значит получить эти впечатления; слова лишь передают впечатления. Интерпретация же словесных символов, отражающих впечатления, еще больше отдаляет нас от этих самых впечатлений. Например, если мы станем представлять наши впечатления в словесной форме, мы отстрашимся от пережитого и для описания происходящего будем использовать символы (слова). Чтение же этих символов с последующей их интерпретацией еще больше отдалит нас от изначального впечатления. Такой подход определенно пригоден для общения и накопления определенных знаний, но вместе с тем он привязывает нас к вторичной реальности, препятствуя как непосредственному восприятию, так и ощущению первичной реальности.

8. Вы ощущаете, что больше соприкасаетесь с ядром вашей сущности, с самыми сокровенными глубинами вашего сознания.

9. Вы чувствуете себя уверенным. Вы используете правильные и неискаженные свойства восприятия, поэтому воспринимаете все более ясно и четко.

10. Вы осознаете, что любая воспринимаемая вами реальность является лишь вашим отражением. Вы знаете, что существует бесконечное количество реальностей и что способ вашего отношения к окружающему миру берет начало в методике тренировки и совершенствования вашего восприятия.

11. У вас есть врожденное чувство целесообразности. Вы ощущаете смысл собственной жизни, который возникает на основе ощущения вашей уникальности, неповторимости.

12. Вы ощущаете свою *непривязанность*. Точно так же, как остальные технические приемы стали частью вашего поведения, *непривязанность* оказывается неотъемлемой составляющей вашего способа относиться к собственным впечатлениям. Вы стараетесь делать все как можно лучше, но одновременно вы не привязываетесь к результатам своих действий.

13. Вы ощущаете внутреннее равновесие. Ваши физические и нефизические энергии гармонично сочетаются без необходимости прикладывать усилия к их уравниванию.

14. Вы добровольно осознаете необходимость подчиниться Господу и всему сущему. Это подчинение не требует от вас работы, оно заключается в отсутствии привязанности к эмоциональной или интеллектуальной форме восприятия. Вы принима-



сте судьбу такой, какова она есть, со всеми условиями, влияниями и воздействиями на вашу жизнь.

15. Вы осознаете многоуровневость одновременно возникающих впечатлений. Вы интуитивно осознаете, что внутри вас происходит множество процессов, никак при этом не выделяя какой-либо определенный уровень. К примеру, чем больше вы узнаете об определенном процессе, или процедуре, тем более вероятно, что после вам удастся применить полученные знания. Чем больше вы будете применять эти знания, тем больше новизны вы сможете привнести, а может, найдете и новые применения этих знаний. Когда человек находится в состоянии *бытия*, обучение, практическое применение и повторство происходят автоматически. Вы сможете находить творческие решения, не прикладывая обычно необходимых усилий к выполнению этой задачи. Уровни вашего опыта будут функционировать автоматически, как часть естественного спонтанного порядка вашей жизни.

Здесь перечислены лишь наиболее характерные признаки *бытия*, хотя в принципе список можно продолжать до бесконечности. Однако попытка описать *бытие* может оказаться весьма сложной, ибо подобное состояние сознания вообще сложно поддается описанию. Если вы находитесь в этом состоянии, то стремление заочно проанализировать его лишь выведет вас к исходной точке. Но если вам известно, чего вы хотите добиться, вы сможете автоматически *сонастроить* ваше восприятие в направлении требуемых впечатлений. Погружаясь в это состояние, вы обнаружите в себе базис, на основе которого можно оценивать происходящее. Подытожим: *бытие* заключается в долговременной непосредственной связи между индивидуумом и окружающим миром. Подобно сложному мистическому опыту, оно позволяет вам получить доступ к безграничному внутри вас.

Другое преимущество этого состояния заключается в *смещении* от обзора времени до приближения к нему. Обычно время рассматривается как линейная функция, которая *сонастраивает* наше восприятие таким образом, что мы воспринимаем время как последовательность событий прошлого, переходящую в настоящее, а затем в будущее. Чтобы принять решение, мы оцениваем свой прошлый опыт, а потом проецируем полученную информацию на будущее, полагая, что стабильность будущего определяется событиями в прошлом. Мы обнаруживаем неразрывную последовательность чего-либо поведения на основе собственного опы-



та общения с дашым человеком, а потом огорчаемся, если оказывается, что он не оправдал наших ожиданий. Создавая наш собственный мировой порядок на основе линейной временной прогрессии, мы превращаем время в основную силу, которая влияет на наше восприятие. Мы забываем, что оно представляет собой лишь подходящую нам условность, которая помогает нам обрести смысл нашего опыта; мы теряем самих себя, считая, что это единственный способ существования нашего мира.

В результате нашего развития мы открываем для себя новые способы временных отношений. Точно так же, как наша выдуманная знакомая Вильви Хатчит развивала свое знание о перевоплощении, продвигаясь от самоотожествления с линейными воплощениями до отождествления с одновременно происходящими воплощениями и оттуда — до отождествления с жизнью вообще, — мы постепенно обнаруживаем, что все временные события происходят в настоящем. Так что вопрос о том, отождествляем ли мы себя с прошлым, настоящим, или будущим зависит от *фокусировки* нашего восприятия. Поскольку обычно мы *фокусируемся* на прошлом или будущем, для состояния *бытия* нам необходимо научиться *фокусироваться* на настоящем.

Интерпретация событий относительно прошлого, настоящего и будущего также зависит от восприятия. Описанные в Главе 8 контакты с энергией ВР указывали на то, что в моей будущей жизни я буду плеяданцем. Рассматривая время как одновременность происходящего, я воспринимаю мою будущую жизнь как нечто, происходящее прямо сейчас, в настоящем. Если *сонастроить* себя с этой энергией, то она станет оказывать большее влияние уже в настоящем, причем не исключено, что это влияние окажется более сильным, чем влияние событий прошлого. Вместо того чтобы управлять своим поведением на основе прошлого опыта (как подсказывает разум), я могу научиться другим способам такого управления, руководствуясь в этом *чувствованием*.

Приближение во времени означает, что вы уже *сонастроили* свое восприятие с событиями, которые приближаются к вам, а не удаляются от вас в прошлое. Это не значит, что вы будете предсказывать будущее. Это перемещает ваше осознание от обычного выяснения причинно-следственной связи в реальных событиях к открытому, лишённому ограничений восприятию мира. Предположим, что человек в настоящем времени имеет мысль относительно какого-то события в будущем. Например, человек думает о



своем друге и через пять минут этот самый друг стучится в дверь. Значит ли, что в этом случае мысли о конкретном знакомом способствовали появлению последнего, или дело в том, что друг уже был в пути и на определенном уровне осознания у нашего человека просто появилась мысль об этом? Любая из этих причинно-следственных связей может оказаться правильной, в зависимости от того, какую точку зрения вы выберете. В каждом случае присутствует своя логика событий. Приближение во времени требует отказа от логических способов определения поведения и принятия взамен интуитивного, спонтанного поведения, при котором происходящее просто принимается таким, каково оно есть.

Здесь и заключен основной смысл инновации, или творческого решения настоящих и будущих проблем. Человеческое знание характеризуется технологическим прогрессом; по этой причине оно развивается слишком быстро, чтобы можно было точно предсказывать события будущего на основе произошедшего в прошлом. При помощи приближения во времени мы автоматически более точно *сонастраи*ваем себя с потенциальными, а не предполагаемыми результатами. Мы ощущаем и настраиваем себя в соответствии с общим воздействием поведения, а не с тем, что, по нашему мнению, должно получиться в результате такого поведения. *Сонастраивая* себя с потенциальным, а не с проекцией, мы обнаруживаем больше возможных вариантов решений.

Такое *сонастраивание* требует доверительного подчинения миру. Речь не идет о возможности облегчить себе жизнь; смысл в том, чтобы научиться полагаться на свои собственные силы. Обретенный опыт формирует фундамент, на котором прочно стоит здание вашего знания. Как правило, часть этого знания заключается в том, чтобы постепенно обнаруживать предпочтительное для вас, дабы вы могли *сфокусироваться* на настоящем, несмотря ни на какую смену ролей.

Переходя в нашей повседневной жизни от одной роли к другой, мы обычно приспособляемся к этому, пытаясь одновременно сохранять чувство преемственности происходящего. Несмотря на то что нам нередко выпадает играть самые противоречивые роли, подобное постоянство изменений обычно добавляет смысла в жизни, ибо мы учимся отыскивать ритм и рифму в жизненном процессе. Приведенная здесь техника медитации позволяет симулировать смену жизненных ролей, не покидая при этом настоящего времени. Как и в случае упражнений на развитие ВТО и других



вариантов медитации, вы направите свое сознание к новым намерениям, новым направлениям. Ваше осознание будет накапливать эту информацию, постепенно *персонастривая* ваше восприятие в направлении вашего намерения.

Медитация Водопада

... Представьте, мысленно визуализируйте, ощутите или почувствуйте любым другим способом себя в виде реки. Отождествите себя с рекой, представляя усыпанное гольшами дно, водовороты у порогов, влажный прибрежный песок. Почувствуйте, что вы течете, словно река.

... Теперь река подходит к скалистому обрыву и низвергается вниз водопадом. От водного потока отделяются капельки. Переместите себя в одну из этих капелек. Ощутите, что капля летит вниз с той же скоростью, что и водопад.

... Водопад и капля попадают в озерцо внизу. Переместите свое самоощущение в спокойный водоем. Расслабьтесь в мягкой глубине неподвижной воды.

... Но вот течение выносит вас из озерца, и вы ощущаете, как другая сила влечет вас. Потом вы попадаете в другую реку и, медленно плывя по течению, отождествляете себя уже с этой рекой, которая впадает в океан.

... Переместите свое самоощущение в океан. Почувствуйте, что внутри вас существуют мириады форм живых организмов. Распирьте свое осознание во всех направлениях.

... Теперь почувствуйте, что на вас воздействует какая-то новая сила. Вас поднимает вверх; одновременно смещается и ваше осознание, на этот раз в водяной пар, образующийся из океанской воды под воздействием солнца.

... Поднимаясь, почувствуйте, что вы начинаете стучаться. Ощутите, как ветры мягко несут вас в сторону суши.

... Почувствуйте, что вы уплотнились еще больше. После этого вы превращаетесь в дождь. Ваше осознание вновь смещается в каплю, только теперь дождевую. Вы несетесь вниз и попадаете опять в реку.

... Оказавшись в реке, вы вновь ощущаете себя рекой. На этом цикл заканчивается.

... Выполните цикл превращений столько раз, сколько вам захочется.



Испытывая состоящие *бытия*, мы воспринимаем свою жизнь с точки зрения потока событий, наших жизненных обстоятельств. Активно воспитывая в себе *предпочтения силы*, мы способствуем тому, что эти обстоятельства гарантированно все больше соединяются с самой сущностью нашей натуры вместо того, чтобы отражать лишь поверхностные желания и потребности. Чем больше у нас впечатлений, соединенных с глубинными слоями *бытия*, тем более правдоподобно наше *бытие*.

Процесс определения того, что мы воспринимаем, нередко называют *проявлением*. Сам термин «проявление» часто несет в себе дополнительный оттенок активности, целенаправленности, стремления в избранном направлении. Он больше относится к созерцаемому, чем к достигнутому — тому, что просто свидетельствует о состоявшемся факте.

Например, если мы *закроем* энергию в восьмой чакре, то тем самым мы погрузимся в энергию, связанную с восприятием ВР. Если же мы будем намеренно искать эту энергию, нам, вероятно, потребуется проявить или прочувствовать ее. Однако можно рассматривать это и как часть нашей эволюции, когда мы поднимаемся от седьмой чакры и достигаем восьмой. По мере того как разворачивается наше осознание, наши физические тела будут развиваться одновременно с нашим восприятием. Наши головы будут увеличиваться в размерах, чтобы поместить растущий головной мозг; тогда восьмая чakra окажется на макушке. Тогда человек *будет* тем самым представителем ВР, осознание которого мы остро испытываем сегодня. Такой подход, заключающийся в том, чтобы скорее становиться, чем создавать, выглядит более пассивным. Таким образом, *проявить* себя — значит задействовать свое осознание.

Если мы ограничимся рассуждением, что *проявление* может происходить определенным образом, значит, мы ограничим свою свободу выбора. Независимо от того, исповедуем ли мы подход активного *проявления* и создания наших впечатлений или пассивно наблюдаем за течением жизни, наш подход будет подчинен действительным впечатлениям. При этом наши подходы помогают нам определить наши впечатления и наше же отношение к ним. Если мы отказываемся от определенного самоотождествления (например такого, согласно которому каждый из нас является отдельной сущностью, не имеющей никаких прошлых воплощений) ради того, чтобы запово отождествить себя (например, с ду-



шой, имеющей много перевоплощений), значит, мы сами создаем свои впечатления, которые отражают нашу точку зрения. Но если мы будем исходить из активного желания самостоятельно определять события в своей жизни, то использование нового самоотжествления окажется полезным. Например, самоотжествление с прошлыми жизнями имеет терапевтическую ценность, которая состоит в том, что переживая и проживая запово любую стрессовую ситуацию (например, случай с утоплением в прошлой жизни, из-за которого в теперешней жизни человек испытывает страх перед водой), мы строим себе более счастливую жизнь.

В свою очередь, создавая нового «себя», мы запираемся в модели впечатления, вместо того чтобы пережить это впечатление на деле. Отпуская прочь любое наше самоопределение (не удерживая силой никакие самоощущения), мы делаем шаг к более полному пониманию себя. Отпуская, мы получаем. Уравновешивая активный и пассивный подходы, мы можем намеренно стремиться к определенным впечатлениям, никак не привязываясь к результатам. Заботясь о собственной жизни таким образом, мы в состоянии позволить впечатлениям разворачиваться естественным мапером вместо того, чтобы *фокусироваться* на собственных желаниях. При этом пассивная техника созерцания дает нам возможность более активно управлять собой.

Например, работая над этой книгой, я столкнулся с двумя случаями, когда в течение нескольких дней мне совсем не хотелось писать. Я желал просто медитировать, гулять или дремать. В каждом случае речь шла о достаточно сложных вопросах, которые до этого я не успел концептуализировать до требуемой степени. Я решил не насиловать себя и в течение нескольких недель говорил о волнующих меня проблемах с другими. Таким образом я накопил различные впечатления, которые в дальнейшем облегчили мой писательский труд. Если бы я не согласился с наличием внешнего чувства *тайминга*, это могло бы привести лишь к излишнему волнению и удовольствие от работы значительно снизилось бы. Каждый раз, когда я сталкивался с подобными трудностями, я *фокусировал* свой мозг на задаче закончить книгу, никак не заикливаясь на способе выполнения этой задачи. В результате *проявлялись* определенные впечатления, и таким образом написанное попадало в хорошо подготовленную почву — ведь работа писателя сама по себе является еще одной формой *проявления*.



Проявление выражается множеством различных способов. Знание механики этого процесса увеличивает личную силу. Самый общий подход состоит в том, что из бесконечной чехарды вероятных событий только *фокусировка* энергии определяет наши действительные впечатления. Мои впечатления от путешествий внутри белого свечения доказали, что *любая* реальность уже существует. Используя точку зрения, которую я знаю не хуже самого себя, я могу воспринимать как единственный мир, так и всю сложную реальность целиком.

Через много лет после того, как я едва не утонул, у меня возникали мысли и ощущения, что я действительно утонул в одной реальности, продолжая жить в другой. С точки зрения бесконечной реальности, я погиб в одном временном направлении, зато в другом непрерывность моей физической жизни продолжалась. В одной реальности я действительно навсегда скрылся в пучине, и там какие-то родители действительно до сих пор скорбят о погибшем сыне. В то же время я понимал, что существует еще одно мое «я» — «я», которое я знаю как себя и которое хранит память о спасении. Со временем я согласился с мыслью, что обе реальности справедливы каждая по-своему и по-своему же непрерывны.

Я также узнал, что в отношении этой реальности все другие существующие реальности являются альтернативными. Однако с точки зрения альтернативной реальности настоящая реальность также является альтернативной, но в свою очередь и действительной. Все реальности в равной степени реальны, целесообразны и действительны. То, какая именно реальность *проявится лично*, зависит от индивидуального восприятия. Исследуя этот процесс, я понял, что любое ощущение управления реальностью прямо зависит от *фокусировки внимания*. Независимо от того, хочу ли я, чтобы моя жизнь совершила определенный зигзаг, или стремлюсь к определенной цели во время ВТО, возможность управления всегда непосредственно зависела от направления моего *внимания* к этой цели.

В общем, наша внутренняя природа управляет реальностью нашей внешней жизни. Лучше осознавая имеющиеся внутри пас силы, мы делаем возможным более целесообразное направление жизни. С моей точки зрения, именно это подразумевается в выражении «ты сам создаешь свою реальность». Если говорить о приведенном в Главе 1 примере «земных изменений», то при условии, что мои *намерения* на самом глубоком уровне (независимо от того,



осознаны они или нет) таковы, что я накашливаю в себе склонность к катаклизмам, то мое физическое тело со временем *сонастроится* с той реальностью, в которой землетрясения, извержения вулканов и цунами являются обычным явлением. С другой стороны, если мои глубинные склонности не направлены на подобные катастрофы, тогда и в мыслях, и в действиях я постепенно направляю себя к реальности, где это не происходит или случается действительно редко.

Подобная модель «земных изменений» иллюстрирует ту точку зрения, согласно которой бесконечное количество реальностей может существовать одновременно. Не менее подходящим является и модель вселенной, находящейся в постоянном состоянии совершенства, в непрерывной стадии расширения и самопознания. Общим пунктом в каждом случае является признание бесконечности потенциала практического опыта. Именно поэтому мы не можем ничего исключить, так как бесконечность включает в себя абсолютно все. Если исходить из перспективы *бытия*, то точка зрения, вызывающая у вас отклик, определяется нашим же опытом впечатлений.

Помимо функций познания внутренних процессов и управления ими, наш окружающий мир также играет важную роль в определении наших впечатлений. Скажем, если я нахожусь в скверном расположении духа и сижу в баре где-нибудь в неблагополучном районе города, то вероятность стать участником первой же потасовки для меня достаточно велика. Если же я чувствую себя раздраженным и грустно сижу дома в окружении домочадцев, результат будет противоположным — я могу ввязаться в словесную дуэль, но до физических действий дело явно не дойдет. Взаимодействие между внутренним «я» и окружающей средой могло определить результат процесса.

Проявление предусматривает улучшение способности управлять своей жизнью. Если вы определенно решились на что-либо, то, как правило, вы это получите. С другой стороны, вы сможете более полно выразить себя. Чем лучше вы научитесь соглашаться с самим собой, тем большую гармонию и равновесие испытаете. Прежде всего, личное желание определяет, на что именно вы построите себя. Если вы хотите достигнуть чего-либо, вы стремитесь к этому. Во-вторых, отсутствие всяких желаний позволит вам сойти с собственного пути, дабы лучше исследовать самого себя. Не же-



лая ничего в особенности, вы позволяете проявиться своей самой глубокой, истинной природе.

Исследуя, экспериментируя, постепенно концентуализируя ваш собственный подход к *проявлению*, постарайтесь не замыкаться на каком-то одном подходе. Способность сформулировать причины успеха создает весьма удобный механизм достижения дальнейшего успеха в жизни; но по мере вашего роста и развития вам может захотеться изменить свой подход. Упрямое стремление держаться за старый метод может воспрепятствовать обнаружению чего-то более подходящего, удовлетворяющего условиям нынешней ситуации. Представим, например, что в качестве метода *проявления* вы выбрали визуализацию. Эта техника требует, чтобы вы открылись и приняли желаемое, четко осознав себе поставленную цель. Таким образом, вы постепенно будете представлять себе желаемый результат все более детально.

Вы скоро обнаружите, что визуализация дает неплохие результаты; но потом окажется, что в процессе визуализации вы также развивали *сновидение*. Используя *осознанные сновидения*, вы обнаружите уязвимость и пластичность сознания. При этом вы будете создавать свой собственный мир сновидений в мельчайших деталях. Может быть, вы обнаружите, что в процессе *сновидения* вы можете создать (или *проявить*) окружающую среду очень быстро — может, даже мгновенно. Это позволит вам воспринимать больше, чем в повседневной физической жизни. Следовательно, вы будете получать больший объем знаний. Например, во время ваших исследований вы обнаружите, что визуализация помогает *фокусировать* вашу энергию и это ускоряет результат. Одновременно вы узнаете, что тогда же действуют и другие процессы *проявления*. Окажется, что если вы сольетесь с окружающим миром, то вам больше не потребуется значительных усилий для создания ваших *пейзажей сновидений*. Сбереженную таким образом энергию вы направите на достижение новой цели.

Тем временем вы также придете к выводу, что можно вообще обойтись без визуализации, применяя только *чувствование*. Фокусируя свои желания и следуя за собственными намерениями и интуицией, вы иной раз достигните лучших результатов, чем с помощью визуализации. Если же вы объедините визуализацию и *чувствование* вместе, ваши способности к *проявлению* увеличатся. Потом вы примените в физическом мире то, чему научились в



процессе *сновидения*, и окажется, что это также улучшает повседневную жизнь.

Лучше понять смысл *проявления* позволяет и *биокогнитивный интерфейс ВР*. Свыкшись с фактом существования ВР, вы, например, больше откроете свое осознание возможности их существования. Поскольку существование инопланетного разума идет вразрез с направлением, в котором все мы изначально продвигаем свое восприятие, уже сама мысль о контакте с ВР вызывает у нас повышенные эмоции и даже дискомфорт. Поразмыслите пад причинами этого дискомфорта, и вы постепенно заставите стихнуть бурю эмоций. Обретя больше душевного комфорта, вы добьетесь равновесия умственной энергии и тем самым повысите вероятность адекватного восприятия представителей ВР в нашем физическом мире. Научившись воспринимать представителей ВР, вы обнаружите, что *сонастроили* ваше восприятие в том направлении, где они всегда существовали; просто раньше вы их не замечали.

Все эти техники *проявления* включают в себя «тройную» модель, или принцип «открытость, равновесие, фокусировка», о чем рассказывалось в главе «Советы путешествующим вне тела». Цель заключается в том, чтобы открыть и очистить восприятие возможностей, а потом постепенно уравновесить, направить и *сфокусировать* его к определенной цели.

Один из вариантов этой «тройной» модели я называю «всплеском». Смысл всплеска в том, что сочетание *вашей энергии* с *вашим отношением* к этой энергии определяет ваш *фокус* восприятия. В дальнейшем этот фокус определяет ваше *проявление*, а *проявление* и ваше отношение к нему в сумме определяют ваши *впечатления*.

Если вы бросите камешек в воду, получится звук, называемый всплеском. Камешек уравнивается с *вашей энергией*, а рябь или волны на поверхности воды, возникающие от падения камешка, равны доступным вам возможностям. Если вы проведете прямую линию от камешка к образовавшейся ряби, то таким образом вы сможете соединить его с гребнем волны, впадиной или любым другим промежуточным местом. Кроме того, вы сможете провести эту линию где угодно в пределах 360 градусов вокруг места падения. Поскольку на окружности и внутри круга существует бесконечное количество точек, значит, и у вас имеется бесконечное количество возможностей.



Прямая, проведенная от камешка, соответствует вашему отношению, или способу *сонастройки* вашей энергии. Взаимодействие между энергией и вашим отношением к ней определяет, каким образом и где вы *сфокусируете* себя в окружающем мире. То, каким образом и где вы *сфокусируете* себя, определяет влияние вашей энергии между вами и остальным миром (рябь на воде). В свою очередь, это соответствует тому, что вы *проявляете*.

Энергетические аспекты включают в себя степень вашей самоотверженности, уровень целеустремленности, количество энергии, которую вы согласны потратить, степень вашего желания достигнуть цели, а также уровень необходимости *проявить* что-либо. Серьезный подход к этому вызывает одинаковые волны, причем чем больше энергии вы расходуете, тем выше волна. Высокие волны с одинаковой амплитудой создают более четкую картину, позволяющую лучше рассмотреть имеющиеся у вас возможности выбора.

Если вы обладаете избытком недостаточно *сонастроенной* энергии, значит, у вас отсутствует база для измерения степени *фокусировки* вашего восприятия. Вы оказываетесь под этой волной; впечатления вашей жизни поглощают вас. Если вы расходуете мало энергии, то и волны получаются меньшего размера. Но какой бы маленькой ни была волна, при точной *сонастройке* вам все равно удастся достигнуть желанной цели. Вам может потребоваться более точный прицел, поскольку *сонастроить* малые количества энергии весьма сложно. Но даже в случае, когда не с чем *сонастраиваться*, ваш потенциал остается безграничным — просто в вашем распоряжении гораздо меньше сознательного осознания, пригодного к использованию.

Несколько аспектов вашего отношения к энергии включают в себя причины, по которым вы хотите *проявить* свою цель и свои верования (например, о том, считаете ли вы возможным достигнуть поставленной цели; насколько четко вы представляете себе детали на пути к цели; хорошо ли вы подготовлены к действиям, ведущим к цели; и наконец, можете ли вы сохранять хорошую *сонастройку*). Точное попадание в цель зависит и от того, насколько хорошо вы уравнили свои энергии, от степени вашей *непривязанности* к результатам (что дает свободу реагированию на новые ситуации), а также от того, насколько вы способны приспосабливать и изменять свою *сонастройку*. Чем более уравновешенной будет ваша *сонастроенность*, тем более точной будет *фоку-*



сировка. Когда же вы *сонастроены* и *сфокусированы* на цель, вы сможете *проявить* ее.

Следовательно, в итоге ваши впечатления определяются отношением к *проявлению*. Например, если вы обнаружите, что все ваши желания сбываются, стоит о них подумать, это может даже испугать вас. По мере развития *проявления* вы можете слегка изменять его; можно даже попытаться избавиться от впечатления, которое завершает *проявление*. Вот пример. Однажды я встретил Салли. Она была разведена, и от брака у нее осталось двое детей. После встречи у меня не раз возникали мысли о том, чтобы провести ночь в ее доме. Физически меня влекло к ней, но гораздо большую привлекательность в моих глазах имели ее дом и семья. Мы встретились на одном из семинаров, и однажды я даже был у нее дома, где мы немного побеседовали. Дом Салли просто лучился теплом и очарованием, так что у меня даже возникло непривычное желание домашнего уюта. Я хотел испытать это ощущение спова, так что не сопротивился мыслям на эту тему.

За несколько дней до того, как я должен был проездом посетить ее городок, я обнаружил, что хочу вновь встретиться с ней и посетить ее дом. Я не звонил Салли, хотя предполагал, что мы можем встретиться на лекции, которую я собирался читать. Я считал, что тема лекции заинтересует ее и она обязательно придет. Действительно, я с радостью увидел, как Салли вошла в зал. В этой семинарской группе была традиция после запытий отправляться на весь вечер в ресторан, чтобы обсудить новую тему. В ресторане один из сидевших рядом со мной вдруг поднялся и подошел к другому участнику семинара, чтобы задать ему вопрос. Стоило ему отойти от столика, как вошла Салли. Стоит ли говорить, что единственным свободным местом оказалось место около меня. Позже она пригласила меня переночевать у нее, чтобы не отправляться в долгую дорогу домой на ночь глядя.

Я даже слегка удивился: обстоятельство, о котором я так мечтал *проявилось* себя. Подкачала лишь моя реакция на это. Вместо того чтобы воспользоваться моментом, я вдруг испытал смущение, убеждая себя, что не собираюсь врываться в чужую жизнь. Мое отношение к *проявлению* изменилось, а позже *проявилось* в виде почной поездки домой.

Как я уже говорил, окружающий мир может влиять на впечатления. В модели «всплеска» легко увидеть, что человек может извлечь свое восприятие из любой реальности или ситуации, изме-



нив свое отношение к нему. После этого можно провести *перефокусировку*, проявив другое окружение. Возвращаясь к собственному центру (каменку), вы можете заново *сонастроить* свое восприятие, изменить *фокусировку* и таким образом *проявить* новые обстоятельства своей жизни. Однако, поскольку окружающие вас обстоятельства не всегда равны бесконечному количеству возможностей, они не входят в ваше уравнение. Другими словами, если не привязываться к бесконечности, то определение впечатлений зависит лишь от вас самих. В каком бы мире вы ни находились, все, что вы будете испытывать, определяется вами. Отсюда можно сделать вывод, что овладение такой способностью может привести к качественным скачкам, когда вы сможете путешествовать в совершенно иные измерения, просто пожелав этого.

С точки зрения современных Толтеков, методика «всплеска» является лишь одной из многих возможных технических приемов, облегчающих процесс усовершенствования восприятия и развития личностного опыта. Многие Толтеки утверждают, что *все* определяется *Силой*, или волей Божьей. Следовательно, все компоненты в уравнении «всплеска» также определяются *Силой*. Ваша энергия возникает из *Силы*; то, как вы относитесь к вашей энергии, определяется предначертанием, данным *Силой*. То, куда вы *фокусируетесь*, является естественным проявлением *Силы* точно так же, как движение туч есть проявление действия природных сил.

Если вы выбираете точку свободного восприятия, падающую между всем, что создано личностью, и всем, что создано *Силой*, то совсем не обязательно, что вы придете к соглашению «пятьдесят на пятьдесят», когда вы одновременно создаете и подвергаетесь воздействию, побуждающему создавать. Вы попадаете в точку *бытия*, которая не обязательно должна как-то описываться или *проявляться*. Созданное лично и созданное *Силой* — это лишь два описания впечатления, но не само впечатление. Достигнув точки *бытия*, вы преодолеваете все условности любой системы. Действительно, теперь вы находитесь вне пределов какого-либо мировоззрения или описания реальности. Все — это тоже впечатление, а не описание впечатления. Следовательно, впечатление — это все.

Если рассматривать различные методы *проявления* — такие, как визуализация, сновидение, биокогнитивный интерфейс и «всплеск», становится очевидным, что настройка сердца или разу-



ма определенным образом, как правило, происходит в результате различных влияний. Разобравшись в некоторых из этих процессов и занимаясь ими, вы овладеете собственно *проявлением*. Вы шагнете за пределы рационального подхода к упражнениям и методикам, участвуя в них с более полным самоосознанием. Вы не просто будете связаны с *проявлением* — вы будете осуществлять его. Это умение станет вашей неотъемлемой частью в том смысле, что вы научитесь разбираться в нем. Вы получите способность к инстинктивному сохранению равновесия — и это принесет свои результаты. Совершенствование этой способности позволит вам сохранять состояние *бытия*, потому что вы будете автоматически *проявлять* свои потребности. Ваша энергия, отношение и *фокусировка* станут как бы автоматическими функциями, наподобие сердцебиения и дыхания.

«Всплесковая» модель мне особенно нравится из-за того, что она обеспечивает возможность понимания *бытия*, а также *проявления*. Если вы мысленно «заморозите» изображение волны, получившейся от падения камешка в воду, поместив себя в центр ряби, вы почувствуете в себе силу — бесконечный потенциал впечатлений, возникший в данный конкретный момент. Если вы станете на позицию камешка, то, оглянувшись вокруг, поймете, что можете *закрыть* любой участок волны. При этом вы начнете ощущать, что любое ваше впечатление возникает из текущего момента времени, а не из событий прошлого. Это не значит, что прошлое никоим образом не влияет на ваш нынешний взгляд на мир; это не значит и что вы не можете использовать свое прошлое для совершенствования и оценки собственной жизни, так как влияние прошлого — это часть вас самих. Это значит, что у вас есть все необходимое для вашего роста, для полноценной жизни прямо сейчас, в настоящем.

Поскольку вы не всегда осознаете, какие именно переменные влияют на вашу жизнь, на вас больше влияют формы принятия решений — например, интуиция, — которые не основаны на *разуме* или на необходимости понять все детали ситуации. В результате основная роль здесь отводится дисциплине доверия вашей *личной силе*. Сущность доверия *личной силе* заключается в ответственном подходе к «отпусканию прочь», или подчинению *Силе*. Постепенно, шаг за шагом вы будете воспринимать, подвергать испытанию, измерять и изучать. Вы будете пытаться контролировать себя, отказавшись от контроля над кем-либо или чем-либо еще. Испыты-



вая вашу личную силу, вы будете позволять себе быть ведомым лишь для того, чтобы посмотреть, куда приведут события. А научившись отпускать и подчиняться, вы выработаете в себе *непривязанность* и стремление позволить миру быть таким, каков он есть, а не каким вы хотите его видеть.

Ответственный подход к отпусканию означает, что вы полностью предаетесь своим впечатлениям, одновременно не ослабляя самоконтроля. Вы пытаетесь сохранять уравновешенность и *сонастроенность* со своими мотивациями и поведением. Вы соглашаетесь со своей ролью в любой ситуации. После этого вы производите оценку и репаете, как именно вы хотите прожить вашу жизнь. Со временем вы создадите основу своих отношений с Силой.

Такое отношение часто оказывается достаточно прозрачным, обычно кажется таинственным и иногда — сомнительным. Однажды мой клиент, который подписал со мной договор на личное обучение, сообщил мне, что он хочет выступить в качестве одного из спонсоров семинара в Тусоне, штат Аризона. Он был готов оплатить мне стоимость авиабилета, а также последние мои наставления по технике ВТО. Я отклонил предложенные за обучение деньги, сообщив ему, что плата за авиаперелет вполне покрывает мои предусмотренные контрактом расходы. Через несколько недель мне по почте неожиданно пришел счет, который изрядно опустошил мой кошелек. Вспомнив о предложении оплатить мне перелет и обучение, я чуть не бился головой о стену, сожалея об упущенной возможности. Я подумал, что, отказавшись принять предложенные деньги, я заблокировал мою связь с Силой, поскольку мне следовало плыть по течению событий и с благодарностью принять сумму от клиента — даже если мой отказ не был продиктован желанием подчеркнуть мое превосходство над ним. Я также подумал, что теперь у меня остается гораздо меньше времени на работу над этой книгой, так как теперь мне предстояло где-то заработать на пропитание. Все это зародило во мне сомнения в моих способностях доверять моей личной силе. Я почувствовал, что «потерял» себя.

Ситуацию ухудшало и то, что я знал: подобная обеспокоенность часто *проявляет* ситуацию, вызывающую беспокойство у другого человека. Например, как-то одна пожилая женщина сообщила мне, что ее беспокоит возможность собственного нежелания вернуться из состояния ВТО обратно (поскольку в свое вре-



мя ВТО привнесли в ее жизнь новое качество). Она сказала, что однажды, когда она паходила в состоянии ВТО, один ее знакомый попытался разбудить ее. Это ему удалось с большим трудом; поскольку знакомые ничего не знали о возможности ВТО, они решили, что женщина умирает, и очень разволновались. Она пришла в себя пезадолго до того, как уже собирались вызывать карету «скорой помощи». Не желая более расстраивать своих друзей, женщина решила отказаться от ВТО и вскоре ощутила, насколько обеднела ее жизнь. Отсюда и появилась мысль, что если вдруг вопреки желанию у нее возникнет ВТО, она вряд ли вернется обратно.

Услышав эту историю, я подумал, что явно безрадостная жизнь старушки может оказаться именно тем фактором, который воспрепятствует ее возвращению. Возможно, если бы женщина не чувствовала ответственности перед друзьями и если бы не их мнение, она попробовала бы вновь вернуть себе радость ВТО без боязни не вернуться. Когда женщина осознала взаимосвязь между ее отпением и впечатлениями, лицо ее посветлело и вся она как-то засияла.

Именно с такой точки зрения я отпелся к своим сомнениям относительно того, что моя личная сила привела к разрушению связи с Силой. Я проявлял свое беспокойство. Чтобы разрешить проблему, я с помощью умственной и эмоциональной энергии сообщил Вселенной, что мне пужны деньги. Я просто рассказал об этом так, как сообщил бы близкому другу. Эту посылку я подкрепил зарядом энергии, попытавшись сфокусировать ее на цели закончить книгу до того, как придется устраиваться на работу с жестким графиком. Через несколько дней я почувствовал, что мне стоит провести несколько семинаров по ВТО; однако совсем недавно я уже проводил аналогичные занятия в своем городе и, думаю, временно насытил этим рынок. Подчиняясь интуиции, я изменил свое намерение с потребности в деньгах на необходимость провести семинары.

Обзвонив трех местных спонсоров, я выяснил, что каждый из них паходит хорошей идеей повторно провести занятия. Стоило мне начать семинарские занятия, как мне тут же предложили прочесть еще несколько циклов. Вскоре у меня были расписаны все выходные на ближайшие два месяца, причем все семинары устраивались в расчете на местных жителей. Я заработал достаточно денег, чтобы рассчитаться с долгами и закончить книгу, не утруж-



дая себя поисками работы. Я встретился с несколькими интересными людьми, завел новых друзей и создал хорошую базу для последующей деятельности — что самое главное, я проделал то, что от меня требовалось. Таким образом то, что я считал своей ошибкой, оказалось более результативным, чем просто работа над кпигой.

Доверие к собственной *личной силе* заключается в том, чтобы вести себя должным образом даже тогда, когда считаешь, что ты ошибся, или вовсе оказался в ситуации, которая тебе не по зубам. Вы изменяете свой путь, позволяя другой, высшей силе управлять вами. За счет этого вы проложите себе пути к гораздо более далеким путешествиям, чем могли предполагать ранее. Это еще больше очистит ваш *внутренний путеводитель*, еще больше объединит вас с окружающим миром и *третьим вниманием*.

По мере того как вы постепенно научитесь отпускать и доверять своей *личной силе*, вы познаете новые отношения между собой и окружающим миром. Это поможет добиться равновесия в вашей повседневной жизни, что в свою очередь укрепит ваше *первое внимание*. Это поможет вам улучшить и ваши навыки *сновидения* — а значит, и *второе внимание*. Укрепление *первого* и *второго* внимания будет способствовать закрытию *третьего* внимания и проявлению бытия. Здесь я привожу упражнение, которое продемонстрирует вам, каким образом можно применять *первое* и *второе* внимание для развития осознания *третьего* внимания. В общем виде упражнение соответствует выражению: $1 + 2 = 3$.

Совпадение внимания

1. *Сфокусируйтесь* исключительно на *первом* внимании, удобно устроив свое физическое тело. Используйте все ваши органы чувств. Расслабьтесь. Наслаждайтесь осознанием вашего физического тела.

2. Теперь *сфокусируйтесь* только на *втором* внимании (см. также упражнения по развитию ВТО, выполняемые во время бодрствования). Повторите действие 1. *Сфокусируйте* всю свою энергию на оси нефизической энергии; почувствуйте, как ось выходит из вашего физического тела. Расположите ось в любом направлении приблизительно в двух метрах от себя. Расслабьтесь, наслаждаясь осознанием того, что происходит снаружи вашего физического тела.



3. Медленно и аккуратно соедините энергии. Верните ось обратно в ваше физическое тело. Попробуйте сохранить одновременное осознание обеих энергий; потом дайте им слиться в одно самостоятельное *энергетическое тело*. Постарайтесь определить, что именно вы ощущаете.

4. После слияния энергий позвольте своему осознанию беспрепятственно распространиться во всех направлениях. Избегайте любой цензуры со своей стороны. Сохраняйте слияние энергий, поддерживая их в равновесном состоянии, чтобы ни одна не была доминирующей.

5. Отошлите единую энергию прочь от себя, в поле белого свечения.

6. Все ваше осознание (энергии и белое свечение) верните обратно в ваше физическое тело.

7. Позвольте этому энергетическому стустку покинуть ваше тело и потоком направиться во внешний мир. Поддерживайте постоянство потока.

Используйте это упражнение для того, чтобы искать, исследовать и развивать *третье внимание*. Напоминаю: вы ищете элементы, уже описанные в начале этой главы. Соприкоснувшись с таким элементом, сделайте себе мысленную заметку, обратив внимание, что вы при этом ощущаете. С обретением опыта вы расширите свое осознание этих элементов и продвинетесь глубже в *третье внимание*.

Основа принципов *бытия* зиждется на внутренней дисциплине наподобие той, которая была приобретена за счет регулярных запятый упражнениями, стимулирующими восприятие. Скажем, ясность цели вызывает объективную *непривязанность*, предотвращая возможные искажения того, что вы ощущаете, желаете или воспринимаете. В свою очередь, *непривязанность* способствует усилению ясности. В результате у вас вырабатывается подход, в соответствии с которым вы позволяете себе и вашим впечатлениям быть такими, каковы они есть, без всякой интерпретации и реинтерпретации, возникающих из неверно ориентированных личных желаний. Такой подход еще больше усиливает ясность, попутно облегчая *непривязанность*; это опять же сказывается на улучшении самого подхода.

Еще одно упражнение — «Уменьшение чувства собственной важности» — позволяет вам выйти за узкие рамки того, что вы



восприимаете как «себя». Вы отбрасываете всякие понятия о себе с тем, чтобы побольше узнать о себе же. Прекратив попытки считать себя чрезвычайно важной персоной, вы тем самым ослабляете те заторы, которые вы же и создали внутри себя; благодаря этому ослаблению вы получаете доступ к *закрыванию* все более глубоких и новых аспектов себя. Сойдя со своего пути, вы позволите Духу больше находиться внутри вас. Когда вы не блокируете поток Духа, он поддерживает себя самостоятельно.

Несистемность облегчает это по мере того, как вы будете ограививать свои интерпретации впечатлений. Таким образом вы сможете расширить свои возможности. Я слышал историю о человеке, который утверждал, что испытал насилие со стороны инопланетян. Он говорил, что его увели на борт космического корабля и прикрепили к голове какие-то электроды. Один инопланетянин манипулировал приборами, второй сел рядом с ним. «Техник» нажал кнопку на каком-то приборе, соединенном с электродами. Это стимулировало определенную область мозга, и человеку пришлось вынужденно вновь пережить обстоятельства смерти его сына, случившейся три года назад. Каждый раз, когда инопланетянин нажимал на кнопку, мучительная картина вновь вставала перед глазами испытуемого. Сидящий рядом с ним инопланетянин фиксировал все эмоциональные реакции человека.

До этого человек слышал, что в процессе эволюции инопланетяне утратили многие способности эмоционального восприятия; тогда эта мысль не вызывала у него вопросов. Теперь же он посчитал действия визитеров из космоса насилием, полагая, что инопланетяне намеревались изучить и преступно пережить чужие эмоции. Событие сильно повлияло на его поведение, заставив жить в дальнейшем страхе возможного повторного контакта.

В сравнении с анекдотическими свидетельствами своеволия инопланетян этот рассказ выглядит достоверно. Однако со временем страх сменяется удивлением по поводу того, как изменяются наши интерпретации возможного контакта с представителями ВР. В нашем примере вполне можно сделать предположение, что инопланетяне были своего рода миссионерами и, наоборот, пытались сослужить добрую службу. Может быть, они хотели применить какую-то терапию, чтобы облегчить человеку его эмоциональную блокаду?

Кроме того, нельзя исключить, что этот человек не смог понять разговоров представителей очевидно более развитой расы



между собой: ситуация, напоминающая ребенка, который еще не может говорить. Поскольку подобная терапия не принадлежала к его мировоззрению, человек отнес свои впечатления к канве собственных верований. Предупреждение считать контакт с инопланетянами отрицательным явлением могла вызвать такое же впечатление. Более того, подобная интерпретация могла свести на нет все усилия инопланетян, поскольку человек боролся за то, чтобы сохранить свои эмоции, вместо того чтобы отпустить их от себя. Мне кажется, что это не только могло привести к боязни следующего контакта, но и усугубить душевную травму.

Любовь как технический прием также способствует развитию бытия и помогает улучшить жизнь. Отдавая себя Земле и не ожидая ничего взамен, вы можете создать с ней отношения любви. Искренне и сердечно отдавая свою энергию без всякой корысти, ради того, чтобы сохранить ясную, прямую и сфокусированную связь с окружающим миром и жизнью, вы получите ответ в виде абсолютного сознания — воплощения Земли. Вы обнаружите, что ваша ориентация смещается к желанию более полно познать жизнь, поскольку *проявляемые* вами впечатления будут порождением любви, они будут наполнены этой силой. В них вы найдете свои *предпочтения* силы, которые помогут вам любить Землю и жизнь еще больше. После этого вы сможете слиться с окружающим миром, сохраняя свою индивидуальность.

Объединив себя с окружающей средой, вы обогатите собственные впечатления и наполните жизнь силой. С помощью энергии и умения *фокусировать* ее вы автоматически *сонастроите* себя с тем, что имеет для вас наибольшее значение. Вы сможете *проявить* это, причем будете делать это способами, превосходящими все ваши мыслимые желания или потребности. Это восхитительное равновесие поможет вам автоматически поддерживать свою дисциплину, хотя именно дисциплина сыграла основную роль в создании равновесия вашей жизни.

Хотя я жил в соответствии с Тропой Толтеков, я не являюсь поборником какой-либо системы или особой методики. Я считаю, что приверженность одной-единственной системе может способствовать невероятному росту за счет того, что вы будете разрушать, создавать заново и вновь разрушать свое восприятие реальности, чтобы обрести полную свободу — включая свободу от самой системы. Но если вы хотя бы поверхностно ознакомитесь с другими теориями, то к перспективе своего роста вы подойдете,



имея более широкие взгляды. Может быть, вам поправятся методики и подходы, которые совсем не соответствуют вашему личному пути. Хорошая теория всегда заставит изучающего выйти за пределы системы — хотя бы для того, чтобы сориентироваться. Полное же погружение в какую-нибудь доктрину лишь замечает одну реальность другой, не давая никакой свободы.

Знакомство с другими системами также помогает избавиться от предрассудков. Сопоставление помогает осознать, что индейский шаман в Америке, восхваляющий Великого Духа, имеет много общего с католическим священником, поклоняющимся Святому Духу. Иногда я слышу мнение, что современные метафизические философии — порождение дьявола. Мне кажется, что в свое время порождающуюся христианскую веру также считали порождением сатаны. Для многих из нас современные философии знаменуют возрождение традиционных духовных ценностей; кто знает, может, со временем их объединят в Третий Завет? Точно так же, как сторонники Ветхого Завета осуждали сторонников Нового Завета, сегодня адепты последнего, возможно, допускают ту же ошибку относительно современных философов.

Кроме того, хорошая система знаний позволит вам расширить свое понимание мира и даст альтернативные точки зрения на него. Скажем, одна из нынешних метафизических тем, пользующихся популярностью, — «захватчики». Широко распространенный взгляд на это явление утверждает, что вторжение происходит, когда душа человека покидает физическое тело, а на ее место тут же проникает лицеподобное физическое воплощение духовное существо, которое затем использует это тело в своих целях. По мнению многих, «захватчиками» являются весьма совершенные существа, которые способны научить нас, предлагая нам свой внутренний взгляд на жизнь из другого измерения. Если нет необходимости тратить время на воплощение и созревание, то процесс эволюции ускорится. Часто захватчик забывает о том, кто он на самом деле. Тогда человек изумляется происходящим в нем категорическим изменениям личности; он не понимает, почему вдруг думается иначе, какими-то «внеземными» категориями.

Прежде чем рассмотреть другое объяснение сущности захватчиков, вначале обратимся к *светящемуся телу и точке фокусировки*. Обычно *точка фокусировки* сохраняет неизменное положение потому, что наша культурная подготовка «учит» ее этому. Это отражает состояние человека, приучившегося сохранять свою



кошкратную реальность вокруг себя. Что произойдет, если точка фокусировки внезапно сдвинется в другое место внутри светящегося тела? Что, если она останется там навсегда, вынуждая измениться и жизненные ценности, и мироощущение? Стрессы, усталость, наркотики, сильное желание перемен, стремление избавиться от определенных обстоятельств в жизни — все это может вызвать *смещение точки фокусировки*. Происшедшее *смещение* способно привести к значительным изменениям в мировоззрении и личности человека.

Если единственным объяснением таких быстрых изменений человек считает теорию захватчика, значит, скорее всего, это объяснение его устраивает. Стоит индивидууму согласиться с этим, как он тут же начинает вести себя соответствующим образом. Естественно, человек будет чувствовать захватчика внутри себя, чувствовать, как захватчик, словно он — тот, кто испытал устойчивое *смещение точки фокусировки*. Интерпретация событий влияет на восприятие, поведение и впечатление.

Иногда на пути к Духу и бытию человека подстерегают такие явления, как инопланетяне и ВТО. Какими бы ценными ни были эти явления, без развития в контексте более всеобъемлющих и глубоких ценностей они могут лишь затормозить рост личности. Восприятие при этом будет концентрироваться на самом явлении, а не на его осознании. Человек может оказаться закрытым во вторичной реальности, совершенно не замечая при этом существования первичной реальности и Духа. Поэтому в некоторых учениях даже встречаются предупреждения о том, что не следует развивать в себе *никакие* психические умения; это сделано для того, чтобы изучающий не терял своей *сонастройки* с первичной реальностью. Толтекский подход к конструктивному применению психических умений способен усилить совершенствование человека, стремящегося к Духу.

Нередко естественной частью совершенствования является осознание психических явлений — таких, как ВТО — а также других измерений, паподобие тех, которые служат домом для ВР. С одной стороны, вопрос заключается в восприятии того, что уже существует. Эдгар Кейс, Роберт Монро и дон Хуан — все они утверждают, что во сне каждый человек регулярно путешествует. Поэтому в процессе развития осознания мы все больше открываем для себя наши собственные способности (не исключая ВТО). Это значит, что основным методом развития ВТО является разви-



тие осознания. Использование ВТО становится инструментом для дальнейшего развития осознания. При условии, что мы *сонастраиваем* себя с целью совершенствования Духа, дальнейшее исследование ВТО способствует усилению нашего осознания.

При подобном подходе любое развитие осознания может привести нас к первичной реальности. Например, контакты с представителями ВР дают нам цепную новую точку зрения на поведение человека. Точно так же, как мы изучаем другие формы живых существ, разговор с инопланетянами о их взглядах на человека может дать весьма интересные результаты. Таким образом мы можем получить другую точку зрения на самих себя, увеличивая тем самым знание о себе. Биокогнитивный интерфейс инопланетного разума утверждает, что просто играя с этими мыслями, мы тем самым расширим привычные способы восприятия мира и благодаря этому ослабим шоры вторичной реальности.

Ослабление оков наполняет нас светом. Зажигаясь этим новым светом, мы обретаем способность больше воспринимать его. Восприимая больше света, мы расширяем свое осознание самих себя как существ света. После этого мы можем соприкоснуться с обыкновенной реальностью, исследовать ее и расширять. Мы мирно и естественно растем внутри нас самих, доверив самим себе задачу как можно полнее раскрыться в этом мире, в свете, в Духе — в Господе Боге.

Пытаясь достигнуть равновесия в жизни и сохранить его, я пропутешествовал по земле Толтеков, по другим странам развития сознания, иным измерениям, посетив в каждой стране ее жителей и обитающих там существ. Эти путешествия, подобно ветвям раскидистого дерева, *проявили* естественное продолжение моей жизни. В начале каждого пути я не имел ни малейшего представления о том, что меня ожидает. Впечатления превзошли полет моей фантазии. Каждый раз я обнаруживал, что значительно обогатил свою жизнь. Путешествия расширили мое осознание, соединили меня с более глубокими и обширными пластами моей патуры. Чем больше я соприкасался с Силой, тем больше я ощущал ее внутри себя; чем более сильным я становился, тем больше я осознавал величие Силы.

Путешествие с Силой имеет свои положительные стороны. Помимо сугубо приключенческой части, заключающейся в исследовании и развитии восприятия, я веду интересную жизнь профессионала, работая над книгами и проводя семинары. Я стараюсь



усовершенствовать технологию использования электромагнитной энергии для стимуляции и усиления человеческого восприятия. Впервые идея этой технологии явилась ко мне во время медитации. Мне показалось, что она осуществима, поскольку я немало разбираюсь в электромагнетизме и теории распространения радиоволн. Позже я обсудил эту технологию с некоторыми инженерами и учеными; оказалось, что хотя бы вероятность ее применения существует. Позже в *сновидении* я встретился с представителями ВР, которые показали мне более совершенную модель аналогичного прибора.

Смысл этой книги не только в том, чтобы рассказать о себе и о своей работе — смысл в том, что сойдя с пути разрушения, когда я буквально пожирал себя изнутри, я ступил на *Тропу*, где теперь меня ждет значимая для меня работа и множество интересных событий. Весь материал этой книги отражает ступени моего восхождения. Это восхождение отражает мой вклад в развитие восприятия.

Путешествие, в котором используются разнообразные методики и способы восприятия жизни, позволяет нам набраться силы. В более широком смысле мы таким образом учимся находить более новаторские решения повседневных проблем, с которыми сталкиваемся. При этом мы проявляем меньше интереса к определению реальности, зато нас больше волнует способность осознать свои возможности. Теперь мы перестаем жестко определять свои впечатления, пропикая в более глубокие слои жизни. Мы строим свою жизнь, сливаясь духом с *Духом* и *Сила* ведет нас по этому пути. Теперь мы понимаем, что *Дух* — это мы; благодаря этому мы можем выражать свой дух. Это путешествие помогло нам понять, что путешествие с *Духом* есть высшее выражение *путешествия с Силой*.



ОБ АВТОРЕ

Кен Орлиное Перо впервые заинтересовался природой сознания в 1963 году. Под влиянием лекций о психике, прочитанных Эдгаром Кейсом в Ассоциации «Поиск и Просветление» (Вирджиния-Бич, штат Вирджиния), он написал курсовую работу по Атлантиде. Двадцать четыре года спустя он работал менеджером по маркетингу в этой же Ассоциации.

С 1973 года Кен постепенно увлекается изучением мистики, начиная с десятилетнего ученичества у индейца-ясновидящего донна Хуана Матуса, того самого, который обучал Карлоса Кастанеду. За это же время он закончил обучение в Аризонском и Южнофлоридском университетах, получив, соответственно, педагогический и журналистский дипломы.

Начиная с 1983 года, он участвовал в серии работ «Врата», а также в научной программе «Исследователь» в Институте Монро, недалеко от Фейбера в штате Вирджиния. В этом Институте, который был основан пионером по изучению внетелесного опыта Робертом Монро, разработана технология применения звуковых колебаний для синхронизации деятельности мозга с целью длительной фокусировки внимания в различных подпространствах сознания. В 1988 — 1989 гг. Кен состоял в штате Института.

В то же время он часто разъезжает, оставив занятия и свою домашнюю лабораторию в Тарпон Спрингс (штат Флорида); он проводит многочисленные семинары по изучению и развитию восприятия. Среди его публикаций — статьи о внетелесном опыте, шаманизме, о доне Хуане, об изменениях Земли и об Институте Монро. *Путешествие с Силой* — его первая книга.



ТРАНСПЕРСОНАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ

Семинары по холотропному дыханию и трансперсональной психологии

Семинары предназначены для личностного роста и повышения квалификации психологов, психотерапевтов, психиатров, врачей, педагогов, а также всех, интересующихся практическими применениями трансперсональной психологии.

Холотропное дыхание — уникальный по своим возможностям метод, созданный американскими специалистами Станиславом и Кристиной Гроф для самопознания и терапии в необычных состояниях сознания. В нем объединены древняя мудрость и современная наука. Он показал свою эффективность при работе со стрессами, невротическими состояниями, пагубными привычками и зависимостями, психосоматическими и эмоциональными расстройствами, как реабилитационный и психопрофилактический метод, а также используется для поиска нестандартных решений и творческих прорывов.

Темы семинаров:

1. *Введение в теорию и практику холотропного дыхания и трансперсональной психологии (обязательный вводный семинар).*
2. *Голоса опыта, языки переживаний, методы интеграции.*
3. *Духовный кризис и психопатология: посвящение в безумие.*

Вводная сертификационная программа состоит из трех семинаров по 50 часов каждый. Завершившие программу могут применять метод в самостоятельной работе, продолжить обучение у С. и К. Гроф.

Для интересующихся применением трансперсональной психологии в бизнесе, творчестве, личностном росте, психотерапии, педагогике и т.д. сотрудниками Трансперсонального Института проводятся 2–3-х дневные семинары (включая выездные) в последние субботу и воскресенье каждого месяца.

тел.: (095) 919-7307; тел./факс: (095) 313-0857

На семинарах можно приобрести аудиокассеты с музыкой для сессий холотропного дыхания, медитации, релаксации, оздоровления и трансформации.



ПРОСНИТЕСЬ В МИРЕ ОСОЗНАННЫХ СНОВИДЕНИЙ!

Во сне регулярно происходят странные, удивительные и даже невозможные вещи, но люди обычно не осознают, что это сон. Однако существует важное исключение из этих правил. Иногда спящие отчетливо понимают причину переживаемых ими причудливых событий, и результатом являются осознанные сновидения.

Осознанные сновидения не только откроют вам новые миры и позволят пережить захватывающие приключения, но будут способствовать вашему самосовершенствованию. Они помогут вам освободиться от ночных кошмаров, разрешить межличностные конфликты и проблемы, преодолеть страхи и скованность, научат гибкости мышления. Кроме того, осознанные сновидения — щедрый источник творческих идей в науке, искусстве, бизнесе и личной жизни.

То, на что Кастанеда и тибетские йоги тратили годы, может стать реальным за считанные недели, благодаря новейшим технологическим разработкам Института осознанных сновидений. С помощью Курса осознанного сновидения и портативных приборов, которые будут вашим личным тренером, вы сможете стать мастером-сновидцем.

тел.: (095) 320-36-83; 313-08-57, 919-87-07

Издательство "СОФИЯ" заинтересовано в творческом сотрудничестве с авторами, переводчиками, центрами: астрологическими, оккультными, эзотерическими; с частными лицами, а также с реализаторами книг.

Телефон в Киеве: (044) 265-09-40

Пункт розничной продажи: Инженерный переулок, 4Б,
тел. 290-04-12

e-mail: ina@sophya.kiev.ua

Представительство в Москве:

ООО «София-Москва», 109125, Москва, а/я 15, ул. Саратовская 8/1,
телефон (095) 919-87-07.

Представительство в Донецке:

Магазин "КЛАССИКА",
телефон (0622) 93-07-17.

Корректурa

О. Ладикова-Роева

Т. Зенова

Оригинал-макет

Т. Ткаченко

Подписано к печати 12.09.96 г. Формат 84×108¹/₃₂.

Бумага офсетная № 1. Гарнитура «Миньон». Усл. печ. л. 22,00.

Усл. краск.-отт. 22,00. Уч.-изд. л. 24,50. Зак. 7483.

Цена договорная. Тираж 5 000.

"София", Ltd. 252055, Киев-55, ул. Горького, 47

при участии ООО «София-Москва»

Издательство Трансперсонального Института,

113519, Москва, ул. Чертановская, 29-2-62,

Лицензия ЛР 063369 от 20.05.1994 г.

Отпечатано с готовых диапозитивов

на Книжной фабрике № 1 Комитета РФ по печати.

144003, г. Электросталь Московской обл., ул. Тевосяна, 25.

