

ДАЙДЖЕСТ

II

МИР КАРЛОСА КАСТАНЕДЫ

# ДАЙДЖЕСТ II



«СОФИЯ», КИЕВ  
1996

Составитель:

**Ю. Смирнов**

Редактор:

**И. Старых**

Перевод:

**И. Еремеев, Я. Жукова, В. Ижакевич,  
К. Семенов, В. Трилис, С. И. Чурюмов,  
Н. Шпет**

Суперобложка:

**С. Тесленко**



**Мир Карлоса Кастанеды. Дайджест №2.**

Пер. с англ. — К.: «София», Ltd. 1996. — 192 с.

**ISBN 5-7101-0044-7**

© «София», Киев, 1996

## Из «Интернет»:

Вопрос: Привет, я новичок. Я читал одну книгу Карлоса Кастанеды. Но я не всегда понимаю, о чем вы говорите. Например, кто такие «шокмулы»? (англ. Shastools)

Ответ: Правильное название — это Шоколадные Мулы. Это маленькие фигурки мулов, сделанные из шоколада. Мы едим их вместо шоколадок. Это помогает нам восстановить связь с *намерением*. Это напоминает нам, что все мы — ослы.

Вопрос: Что такое семинары по «Тенсегрити»?

Ответ: О, опять — вы неправильно написали слово. Это Напряжение и Песок (по-английски «Tense and Gritty»). То есть, имеется в виду, что надо сохранять напряжение, катаясь в грязи и песке. Это помогает нам избавиться от *чувства собственной важности*.

## **ТЕХНИКА ТЕНСЕГРИТИ БУДЕТ ПОКАЗАНА ЧАКМУЛАМИ**

Дон Хуан объяснил, что гигантские полулежащие фигуры, называемые чакмулами, которые находят в пирамидах Мексики, — это воплощения стражей. Он сказал, что выражение их глаз и лиц объясняется тем, что они — *сновидящие стражи*, они сторожат *сновидящих* и места, где *сновидят*. Следуя традиции дона Хуана, мы называем Кайли Лундал, Рени Мюрез и Найи Мюрез *чакмулами*.

Их внутренняя энергетическая организация позволяет им иметь четкую цель, природную горячность и смелость, которые делают их идеальными стражами того, что они решат охранять, будь то человек, идея, способ жизни или что-либо другое. В нашем случае эти три охранника демонстрируют технику Тенсегрители, потому что они больше всего подходят для этой задачи: все три завершили четыре отдельные части курсов по магии, которые преподавали нам дон Хуан и его люди.

— *Карлос Кастанеда.*

# СОДЕРЖАНИЕ

**Тенсёгрители**  
(Интервью с Карлосом Кастанедой)

**Тренировочная группа в Мехико-Сити**

**Карлос Кастанеда и его Ведьминский Клан**

Семинар в Мехико

Отчет, комментарии и разногласия на семинаре по Тенсёгрители, состоявшемся в Мехико 10—14 февраля 1995 г.

**О семинаре в Лос-Анжелесе**

Отчет о второй половине семинара по Тенсёгрители

**Записки о семинаре в Мауи**

Воладоры (Voladores), или Летуны (Flyers)

Тайша Абеляр и обратная сторона медали

Флоринда Доннер-Грау и женщина с огромными зубами

Незаполненный чек чистой любви

Личная оценка

**Примечания к семинару в Лонгмонте,**

**21—23 апреля 1995 г**

Новые пассы — подарок жителям Колорадо

Пассы

Упражнения из видеофильма

Заметки с семинара в Лонгмонте,

21—23 апреля 1995 года, часть 2

**Отчет о работе семинарской группы по Тенсёгрители,**  
**происходившей 19—21 мая в Мехико**

Продолжение отчета о семинаре (4), проходившем 20 мая в субботу, 1995 г.

Вечерняя дискуссия. Тайша Абеляр

**Лекция Флоринды Доннер-Грау**

Семинар по Тенсёгрители института Омега, 26—29 мая 1995 г.

**Субботние заметки**

Семинар по Тенсёгрители института Омега 26—29 мая 1995 г. Пассы Тенсёгрители

Воскресенье, 27 мая. Пассы Тенсёгрители, часть 3 Утренние занятия

Понедельник, 27 мая, утро — повторение пассов Тенсёгрители Заметки Руны об утреннем занятии в понедельник

**Семинар по Тенсёгрители в институте «Омега». 26—29 мая, 1995г**

26 мая, суббота, вечер.

Лекция Тайши Абеляр

**Рич Дженнингс**

**Семинар по Тенсёгрители, институт «Омега», 26—29 мая 1995 года**

27 мая, воскресенье, вечер. Рассказы *чакмул* и ответы на вопросы (отвечали *чакмулы*, Флоринда и Тайша).

Найи Мюрез о «Голубой лазутчице»

Рени Мюрез об «Оранжевой лазутчице»

Кайли Лундел о Фантомном Театре Воскресенье, 27 мая, вечер.

Вечер вопросов и ответов (с участием Флоринды и Тайши) Продолжение семинара по  
Тенсэгрити в институте «Омега», 26—29 мая, 1995 г.  
Продолжение вечера вопросов и ответов

## Тенсёгрити (Интервью с Карлосом Кастанедой)

Традиция, из которой происходит практика ТЕНСЁГРИТИ, является едва ли не самой таинственной и вместе с тем оказавшей наиболее значительное влияние на менталитет современного человечества. Книги Карлоса Кастанеды и Флоринды Доннер заставили миллионы людей изменить свой взгляд на мир. Тем не менее сами Карлос Кастанеда и Флоринда Доннер оставались совершенно недосыгаемыми для публики.

И вот в начале девяностых после длительного перерыва появляются новые книги: «Искусство сновидения» Карлоса Кастанеды, «Жизнь-в-сновидении» Флоринды Доннер-Грау и «Магический переход» Тайши Абеляр — еще одной женщины-воина из партии нагваля Карлоса; а вскоре и сами создатели этих книг «выходят из подполья», чтобы начать широкое обучение искусству ТЕНСЁГРИТИ — последовательности *магических движений*, в основе которых лежит взаимодействие между «явным Я» человеческого существа — совокупностью *физического тела* и сознания — и тем, что Толтеки — «люди знания» из древней Мексики — назвали «энергетическим телом».

Учитель Карлоса Кастанеды нагваль Хуан Матус и члены его партии магов обучили своих учеников *магическим движениям*, которые тем предстояло использовать в их битве за преодоление барьеров обыденного восприятия. Эти движения являются эффективнейшим способом приоткрыть волшебное окно в мир восприятия воина.

Во всех книгах Карлоса Кастанеды речь идет о подготовке к решающему путешествию, которое в *энергетическом теле* предстоит совершить каждому человеческому существу в конце жизни — к «полету в абстрактное». И то, удастся нам в этом полете навечно сохранить индивидуальное самоосознание, войдя в бесконечность Вселенной энергетических полей, или же мы необратимо разрушимся, вместе с проявленным индивидуальным бытием умершего *физического* и рассеявшегося *энергетического тел*, полностью лишившись самоосознания, зависит только от нас, от нашего собственного выбора самих себя.

В каждой строчке своих книг Кастанеда пытается дать нам понять, что все мы без исключения — волшебные существа и что наше собственное *осознание* является тем транспортным средством, которое способно в соответствии со сформированным нами *намерением* перенести нас как в удивительные реальности других миров, так и в обитель бесконечной свободы. Препятствием же может быть лишь одно — недостаток свободной энергии, которым страдает практически любой обычный человек.

Обусловленная отсутствием свободной энергии фиксация восприятия в мире повседневности — вот то, что не дает нам странствовать в своем осознании. Стоит нам накопить достаточное количество энергии — и обыденная реальность фантастическим образом сама собой трансформируется в многомерный поток интегрального бытия множественных миров, а мы как индивидуальные существа осознаем собственную бесконечность, обретая текучесть бесформенной *Силы* и свободу скользить в этом потоке туда, куда пожелаем.

*Магические движения* ТЕНСЁГРИТИ представляют собой последовательность магических манипуляций, практика которых позволяет достаточно быстро накопить большое количество свободной энергии и расширить восприятие, устранив его фиксацию в мире повседневности и научившись смещать его в любой из множества параллельных миров за счет обретения всей полноты осознанного контроля над действиями и состояниями *энергетического тела* \*.

---

\* См. «Дар нагваля», т.т. 1 и 2, изд. «София», 1996 г., где приводятся практики Тенсёгрити по видеокассетам с фотографиями и иллюстрациями.



Весной 1995 года редакция американского журнала «*BODY, MIND, SPIRIT*»\* обратилась к писателю и кинорежиссеру Брюсу Вагнеру† с просьбой встретиться с нагвалем Карлосом Кастанедой и получить от него самого как можно более полное и глубокое объяснение сущности ТЕНСЁГРИТИ.

Результатом стало приведенное ниже интервью, впервые опубликованное в майском номере журнала за 1995 год.

**Брюс Вагнер:** *Несмотря на великодушие, с которым Вы в своих книгах делитесь с читателем самым сокровенным, самым глубинным знанием, несмотря на все то огромное уважение к читателю, которое сквозит в каждой строчке любой из Ваших книг, сами Вы являетесь «человеком-мифом»: до Вас невозможно добраться, Вы абсолютно недосыгаемы для широкой публики.*

*Такое положение вещей сохранялось на протяжении не одного десятилетия. И вот теперь — совершенно беспрецедентное событие: Вы со своими людьми публикуете видеозапись магических движений ТЕНСЁГРИТИ. Что это означает, какие причины могли побудить Вас одним жестом сорвать занавес секретности, столь долго скрывавший Вас и практику, которой Вы пользуетесь?*

**Карлос Кастанеда:** В течение долгого времени наш учитель дон Хуан Матус требовал от нас четверых — Тайши Абеляр, Флоринды Доннер-Грау, Кэрол Тиггс и меня — строгого следования той модели поведения, согласно которой была организована его собственная жизнь — модели абсолютной недосыгаемости и полной неуязвимости. Однако с тех пор многое изменилось, и необходимости шаг в шаг следовать за доном Хуаном больше нет.

Мы свободны от каких бы то ни было обязательств и ограничений. В то же время решение опубликовать ТЕНСЁГРИТИ не есть результат нашей прихоти, но лишь шаг, предпринятый нами в соответствии с *принципом текучести* — той самой текучести, о которой говорил дон Хуан. Другими словами, в мире мага нет ничего постоянного, ничего устойчивого, ничего, что оставалось бы неизменным.

Впрочем, и в обычном мире обычных людей действуют те же законы, что и мире магов. Ничего устойчивого, ничего постоянного, ничего, что в каждое последующее мгновение не становилось бы другим. Мир текуч, пройдет секунда, — и он будет совсем иным, в нем изменится абсолютно все, и мы, если присмотримся хорошенько, не сможем узнать ни того, что нас окружает, ни себя самих. Ведь в действительности Мир — ОДИН. А то, что люди изо всех сил цепляются за иллюзии, игнорируя объективность и усердно убеждая себя в обратном — всего лишь неуклюжие попытки отгородиться от фантастически захватывающей, но безжалостной реальности тем, чего на самом деле не существует. Пустые иллюзии, и ничего более...

**Б.В.:** *А можно немного подробнее о том, что Вы имеете в виду, говоря о «пустых иллюзиях?»*

**К.К.:** Маги считают, что все поведение человека как общественного существа проистекает из стремления прикрыть свои истинные запросы и нужды пустыми щитами, чем-то, что в действительности не имеет равным счетом никакого значения. Что-то вроде эффекта плацебо, знаете? Человеку дают обычную воду, говоря, что это — сильнодействующее снотворное, и его бессонницу как рукой снимает.

Одним из типичных примеров пустого щита является столь свойственное нам в нашей повседневной жизни навязчивое стремление преподнести себя в выгодном свете, защитить собственное личностное «я» от возможных посягательств.

Маги утверждают, что все это — плацебо, поскольку не имеет никакого значения для решения главных вопросов, от которых мы таким способом пытаемся как бы отмахнуться.

---

\* «ТЕЛО, СОЗНАНИЕ, ДУХ»

† Брюс Вагнер — режиссер постановщик видеофильма «ТЕНСЁГРИТИ. Часть первая — Двенадцать базовых движений».

**Б.В.:** *Каких вопросов?*

**К.К.:** Кто мы? Какова природа нашего осознания? Какова цель жизни? Что стоит за неотвратимостью смерти?..

Дон Хуан учил нас только одному — честному способу задавать эти вопросы самим себе. Он называл этот способ «путем воина». И в течение всех тех лет, что прошли с момента нашей первой встречи, я был занят одним-единственным делом: с как можно большей ответственностью, точностью и полнотой описать этот путь — путь воина.

Тем же заняты и все остальные ученики дон Хуана. Мы знаем, что в нашем распоряжении осталось очень и очень немного времени, и считаем, что настал момент, когда все мы вместе должны наглядно продемонстрировать то, чем составлен алгоритм пути воина. Публикация видеозаписи первой части ТЕНСЁГРИТИ — наша первая совместная попытка выполнить эту задачу.

**Б.В.:** *Техникам ТЕНСЁГРИТИ Вас обучил дон Хуан. Смысл практики этих техник состоит в исследовании соотношения между «я» человеческого существа и его энергетическим телом. Что такое энергетическое тело?*

**К.К.:** Движениям ТЕНСЁГРИТИ нас обучал не только дон Хуан, но также и остальные маги его партии. Наши учителя как бы оставили нам в наследство эти движения, которые они называли «магическими пассами» или «магическими движениями».

Сами по себе *магические движения* есть толтекские техники выделения *энергетического тела* в сфере внимания и развития этой тонкой составляющей нашего существа. Термином же *энергетическое тело* обозначается конгломерат образующих человеческое существо энергетических полей, являющийся *энергетическим двойником* или так называемым «дублем» *физического тела*.

**Б.В.:** *Вы писали, что Толтеки — «люди знания» древней Мексики — стремились накопить как можно больше свободной энергии для того, чтобы усилить свое осознание. Насколько я понимаю, именно с этой целью они использовали магические движения, составляющие практику ТЕНСЁГРИТИ?..*

**К.К.:** Совершенно верно. Маги-видящие, жившие в древности на территории современной Мексики — среди них были как мужчины, так и женщины — практиковали подобные последовательности *магических движений* для того, чтобы накопить в теле максимум энергии, подконтрольной их личной воле.

**Б.В.:** *Скажите пожалуйста, известно ли, кто придумал магические движения, кто первым изобрел этот род практики?*

**К.К.:** Никто. *Магические движения* относятся к категории явлений, обладающих качеством изначальности. Это то, что невозможно придумать. Они строят себя сами в процессе практики. Маг наблюдает за тем, как то или иное движение влияет на распределение и взаимодействие потоков энергии в его *энергетическом теле* и в окружающем пространстве, и сообразно этому строит следующее движение.

Можно сказать, что *магические движения* создают себя сами с помощью магов, которые их практикуют. Древние маги не придумывали *магические движения*, а ОБНАРУЖИВАЛИ их в ходе исследования своего энергетического взаимодействия с миром.

**Б.В.:** *Но должен же был быть какой-то толчок, первичный импульс, то, с чего все это началось?..*

**К.К.:** Первичным толчком служила информация, почерпнутая магами в *сновидении*. Для мага *сновидение* является искусством преобразования обычных снов в средство расширения восприятия. Наши учителя объясняли нам, что во время сна маги достигали состояния оптимального физического

равновесия. Благодаря этому они сумели использовать *сновидение* для поиска движений, позволявших им воспроизвести это оптимальное равновесие в состоянии бодрствования.

На основании исследований осознания, предпринимавшихся ими в сновидении, древние маги пришли к заключению, что, как «энергетическое явление», осознание есть пятно *на энергетическом теле* человека, обладающее более ярким свечением, чем вся остальная поверхность *энергетического тела*. Это пятно очень легко заметить, когда *видишь* человека как поле энергии.

Чем большее количество энергии способно накопить *физическое тело* человека, тем большей интенсивностью обладает свечение осознания. Однако просто «набрать» энергию — еще далеко не все. Нужно добиться того, чтобы эта энергия осталась в теле и при этом его не разрушила, нужно научить свое тело эффективно ее накапливать.

Избыток свободной энергии — я имею в виду избыток по отношению к тому ее количеству, которое тело способно в данный момент «вместить», — приводит к непредсказуемым и в большинстве случаев разрушительным последствиям, поскольку энергия оказывается неконтролируемой.

ТЕНСЁГРИТИ — практика, позволяющая не только набирать энергию, но также научить тело эффективно ее накапливать и полноценно ею управлять.

**Б.В.:** *ТЕНСЁГРИТИ* — единственная практика, обладающая подобным действием?

**К.К.:** Вряд ли. Вполне вероятно, что в основе всех восточных боевых искусств могли лежать подобного рода энергетические практики. Недаром же восточные боевые искусства так нравились дону Хуану.

С уверенностью могу сказать только одно: ТЕНСЁГРИТИ относится к разряду самых эффективных систем энергетической практики.

**Б.В.:** *Почему?*

**К.К.:** Потому что ТЕНСЁГРИТИ — это могущественный современный концентрат, сплав, в котором гармонично интегрировано все лучшее, что было найдено людьми знания на протяжении тысячелетий.

**Б.В.:** *В комментарии к видеофильму женщины, демонстрирующие магические движения, названы «чакмулами»\*. Что означает это слово, кто эти женщины и каково их значение в Вашей магической группе?*

**К.К.:** Три женщины в видеофильме — это Кайли Лундал, Рени Мюрес и Найи Мюрес. Они работают с нами уже много лет. Кайли Лундал и Найи Мюрес — *стражи* Флоринды Доннер-Грау, Рени Мюрес — *страж* Кэрл Тиггс.

Когда-то дон Хуан объяснил нам, что гигантские наклонные изваяния — чакмулы — их находят в мексиканских пирамидах — являются воплощениями хранителей, или *стражей*. По словам дон Хуана, пустота взгляда каменных чакмулов и отсутствующие выражения их лиц означают то, что им нет дела ни до чего, кроме выполнения одной-единственной поставленной перед ними задачи. Они заняты только тем, что хранят *сновидящих* и *места Силы*.

Следуя традиции, переданной нам доном Хуаном, мы называем *женщин-стражей* Кайли Лундал, Рени Мюрес и Найи Мюрес *чакмулами*, поскольку свойственная им энергетическая организация такова, что позволяет им полностью сосредоточиться на одной-единственной задаче.

Присущая им яростная настойчивость и отвага делают их идеальными хранителями, независимо от того, какова их задача — хранить человека, практику, идею, определенный образ жизни — что угодно...

---

\* Chacmool.

В случае с нашим видеофильмом, например, задача продемонстрировать *магические движения* была поставлена именно перед *стражами* потому, что только они способны выполнить ее наилучшим образом.

В течение многих лет они втроем проделали поистине гигантский объем работы по компиляции четырех потоков *магических движений* в одну целостную последовательность. Ведь каждый из нас четверых — учеников дона Хуана — имел раньше свою собственную последовательность, которой его обучили маги партии дона Хуана.

Кроме того, есть в этом еще один очень существенный момент. Именно трем *женщинам-стражам* с помощью магических техник ТЕНСЁГРИТИ удалось практически преобразовать идею обычной рутинной дисциплины, основанной на сковывающем волю принуждении, в искусство дисциплины свободного воина, не ограниченного ничем.

**Б.В.:** *Вы говорите, что у дона Хуана было только четверо учеников: Тайша Абельяр, Флоринда Доннер-Грау, Кэрол Тиггс и Вы. А что случилось со всеми остальными учениками, которых Вы описали в своих книгах?*

**К.К.:** Их здесь больше нет. Они ушли вслед за доном Хуаном и доном Хенаро. По своей энергетической конфигурации ученики той группы очень сильно отличались от нас и под моим руководством действовать не могли. Дело не в отсутствии у них желания идти за мной. Просто они не видели смысла в моих действиях, не могли понять целей, которые я перед собой ставил. Других учеников, кроме тех, кто ушел, и нас четверых, у дона Хуана не было. И когда кто-то где-то заявляет, что учился у дона Хуана или у меня, это — ложь. Мы все тщательно скрывались в течение тридцати лет. Никто из нас никогда никого не учил.

Проведенные в нынешнем году семинары по ТЕНСЁГРИТИ — совсем другое. Обучение проводят *чакмулы*. Флоринда, Тайша и Кэрол лишь появляются там время от времени.

Поэтому не верьте никому, кто утверждает, будто встречался с доном Хуаном или его учениками и у них учился — это полная чушь. Лично я боюсь людей, которые делают подобные заявления. Либо у них «не все дома», либо, что еще хуже, виной тому их гипертрофированное самолюбие.

**Б.В.:** *Я слышал, что практика ТЕНСЁГРИТИ существенно улучшает общее состояние человека. Это правда? Действительно ли человек, регулярно практикующий магические движения, начинает чувствовать себя лучше?*

**К.К.:** Всего лишь чувствовать себя лучше?! Это не то. Дон Хуан говорил, что регулярная практика *магических движений* не просто улучшает здоровье. Здоровье физического тела — закономерное, однако отнюдь не самое главное следствие правильной практики. Главное состоит в том, что кардинально изменяется человек вообще как личность.

Он становится лучше — спокойнее, добрее, сильнее, собраннее. Причина этого очень проста: накопление в теле человека свободной энергии позволяет его сознанию постичь идею целесообразности мыслей и действий, обрести понимание того, что здесь чего в действительности стоит, каков смысл происходящего, ради чего мы приходим в эту жизнь.

**Б.В.:** *Почему разработанная Вами и Вашими людьми последовательность магических движений получила название ТЕНСЁГРИТИ? Что означает это слово?*

**К.К.:** Я уже говорил, что перед тремя *женщинами-чакмулами* была поставлена задача компиляции всех *магических движений*. В результате их многолетнего настойчивого труда мы получили длинную последовательность, составленную огромным количеством разнообразных движений. Затем мы все вместе в течение нескольких лет помогали Кайли Лундал преобразовать эту последовательность в набор компактных целостных блоков, практика которых быстро, точно и гарантированно приводила

бы к нужному результату.

В итоге были сформированы короткие концентрированные последовательности энергетических практик, которые я назвал «ТЕНСЁГРИТИ». Термин этот взят из архитектуры, где он означает «свойство каркасных структур, в которых цельные элементы, работающие на растяжение, взаимодействуют со сборными элементами, работающими на сжатие, таким образом, что вся конструкция в целом оказывается максимально эффективной и экономичной».

Мы пришли к единогласному заключению: этот термин наилучшим образом соответствует природе разработанной нами системы движений. Смысл практики этой системы состоит в напряжении и расслаблении определенных участков тела с последующим напряжением и расслаблением всего тела в целом.

Разрабатывая ее, мы ставили перед собой задачу создания средства, правильное применение которого позволяло бы человеку добиться того фантастического уровня эффективности функционирования человеческого существа, каким обладали маги древности — *первооткрыватели* магических движений.

Дон Хуан требовал, чтобы мы использовали с этой целью, кроме всего прочего, техники, взятые из восточных боевых искусств. К такому решению его, несомненно, привела Клара Боуэм\* — учитель Тайши Абеляр, женщина-маг из магической группы дона Хуана. В течение долгого времени она изучала боевые искусства в Китае.

Основная идея Клары состояла в следующем. Маги-первооткрыватели *магических движений* придавали огромное значение безупречному выполнению каждого элемента. Они были буквально одержимы точностью и правильностью практики. Клара утверждала, что приблизиться к такому состоянию одержимости мы можем только в том случае, если разовьем в себе координацию, точность и внутреннюю силу, свойственные тем, кто серьезно практикует восточные боевые искусства†.

Поэтому каждый из учеников дона Хуана в то или иное время самым основательным образом изучал восточные боевые искусства. В результате мы достигли такого уровня одержимости эффективностью движений, который позволил нам облечь *магические движения* ТЕНСЁГРИТИ в предельно точные, концентрированные и целесообразные формы.

**Б.В.:** *В видеофильме вы избегаете слов «магия» и «магическое искусство» для обозначения способности людей знания «управлять осознанием». Как Вы полагаете, каково происхождение того негативного оттенка, которое нередко придают этим словам?*

**К.К.:** Все дело в страхе — его неизменно испытывает при встрече с неизвестным человек, обладающий западным складом ума. В иррациональном страхе, объяснить причины возникновения которого человек не может даже сам себе. Иррациональный страх рационалиста...

Для того чтобы освободиться от этого страха, необходимо в корне изменить свое отношение к неизвестному. Неизвестное должно не пугать, а интриговать. Чтобы лишний раз не раздражать тех, кто боится и потому не приемлет «магических» объяснений, но кому практика ТЕНСЁГРИТИ может, тем не менее, принести большую пользу, я воздержался от употребления соответствующих терминов в комментариях к видеофильму.

Зачем заставлять людей выносить какие-либо суждения? Пусть тренируются, пусть просто выполняют движения ТЕНСЁГРИТИ как обычные физические упражнения. Даже в этом случае уровень энергии человека повышается. А когда в результате человек в конце концов все же

---

\* Клара Грау в книге Тайши Абеляр *Магический переход*.

† Подобным действием обладают не только восточные тренинг-технологии, имеющие прикладное значение как боевые искусства, но также йогические системы, при условии, что они составлены тренировочными практиками достаточно высокого уровня сложности. *Прим. ред.*)

столкнется с неизвестным, он просто в какой-то момент обнаружит, что обращается со своим осознанием совсем не так, как делал это раньше.

**Б.В.:** *То есть Вы не возражаете против того, чтобы движения ТЕНСЁГРИТИ применялись просто как оздоровительные физические упражнения?*

**К.К.:** Разумеется, не возражаю. Мы и сами пользуемся этой практикой, кроме всего прочего, для сохранения молодости тела, силы, выносливости, одним словом, для того, чтобы оставаться в хорошей физической форме.

**Б.В.:** *И Вы хотите сказать, что даже тот, кому нет никакого дела до «путешествия в абстрактное» может извлечь из практики ТЕНСЁГРИТИ что-то полезное для себя? Если слово «извлечь» вообще здесь употребляемо...*

**К.К.:** А почему бы и нет? Вполне употребляемо. Каждый извлекает то, что может, и если кому-то ТЕНСЁГРИТИ просто поможет укрепить здоровье — это просто замечательно. Дон Хуан постоянно говорил нам: «Дело не в вере, а в практике. Мне вовсе не нужно, чтобы вы верили всему, что я говорю. Но я требую, чтобы вы ДЕЛАЛИ все то, что я велю вам делать. Просто потому, что я старше вас и знаю путь. И в конце концов ваши действия приведут к нужному результату — они изменят вас».

**Б.В.:** *Семинары по ТЕНСЁГРИТИ проводят только чакмулы...*

**К.К.:** Да, так как именно они считают, что любой, кто хочет, должен иметь возможность получить ТЕНСЁГРИТИ непосредственно от них, из рук в руки. Они даже решили создать нечто вроде собственной организации — «Центр развития восприятия». Они говорят, что мы — ученики дона Хуана — остаемся недоступными для людей даже тогда, когда непосредственно с этими людьми общаемся. Это не зависит от нас, такими нас делают практики, оставленные нам в наследство доном Хуаном.

С другой стороны, *чакмулы* находятся в положении, наиболее подходящем для проведения регулярного обучения людей. Они моложе нас и как наши ученики значительно более доступны людям, чем мы.

**Б.В.:** *Вы сказали, что этот видеофильм — первый. Значит ли это, что будет продолжение? И если будет, то каково общее количество движений, составляющих практику ТЕНСЁГРИТИ?*

**К.К.:** Действительно, эта видеозапись — лишь первый цикл предполагаемой серии. Движений, составляющих ТЕНСЁГРИТИ, довольно много — от элементарных до сверхсложных. Как я уже говорил, задача женщин-*чакмулов* — сконцентрировать их в гармоничную последовательность. Глава *стражей* Кайли Лундал в течение многих лет изнурительных усилий под руководством непосредственных учеников дона Хуана компоновала последовательности движений таким образом, чтобы они были, с одной стороны, самодостаточными, а с другой — не содержали бы в себе ничего лишнего. Каждой такой последовательности будет посвящен отдельный видеофильм.

В результате отбора Кайли получила наилучший энергетический результат, какой только был возможен. В значительной степени это обусловлено тем, что в основу ее работы был заложен следующий принцип: при практике ТЕНСЁГРИТИ значение имеет *несгибаемое намерение* воина накопить свободную энергию, а вовсе не задача установленное количество раз повторить то или иное движение.

Действуя в тесном контакте с нами, Кайли Лундал построила последовательности движений ТЕНСЁГРИТИ таким образом, что они оказались оптимальными как для укрепления здоровья, так и для развития осознания.

**Б.В.:** *Как часто Вы сами практикуете движения ТЕНСЁГРИТИ?*

**К.К.:** Каждый из нас обязательно ежедневно практикует движения ТЕНСЁГРИТИ в индивидуальном порядке, где бы мы ни были и что бы ни делали. Когда мы собираемся все вместе — а такое бывает крайне редко, — мы практикуем ТЕНСЁГРИТИ синхронно под управлением женщин-чакмулов.

**Б.В.:** *И последний вопрос: через какое время после начала регулярных настойчивых занятий могут быть замечены результаты?*

**К.К.:** При настойчивой ежедневной практике ТЕНСЁГРИТИ положительные результаты проявляются сразу же — буквально в течение считанных дней

## Тренировочная группа в Мехико-Сити

Ниже следует описание некоторых занятий по накоплению внутренней силы и собранности, практикуемых в тренировочной группе в Мехико-Сити. Кайли и Кузины (Рени и Найи Мюрес) обучили нас двадцати упражнениям. Кайли рассказала нам следующее:

1. Тренировки по накоплению внутренней силы и собранности следует выполнять ежедневно, но это не должно превращаться в рутину. Практикующий должен максимально сосредоточиться на выполнении упражнений, но не следует допускать, чтобы эти занятия превратились во что-то заурядное.

Она сказала, что если вы что-нибудь делаете регулярно, то оно не обязательно должно превращаться в рутину. Если вы занимаетесь практикой прилежно, то вам через какое-то время не нужно будет выполнять упражнения в каком-то определенном порядке. Она сказала, что это один из парадоксов магии.

Она также поговорила на тему о том, что в магии вы начинаете с того, что выполняете все предписания формально, а затем оставляете этот формализм, становитесь «текучим» и ментально, и в отношении практики.

Эта же тема проходила косвенно через все, что делалось в группе, и, по-видимому, была приложима почти ко всем понятиям в магии.

2. Для начинающих порядок упражнений имеет определенное значение. Он был установлен Карлосом Кастанедой (КК), к которому группа относится как к лидеру и наставнику.

Порядок выражает особое «намерение», предназначенное специально для тех, кто живет в Мехико-Сити. Было сказано, что упражнения следует делать по порядку, даже если вы будете вынуждены прервать сессию и сможете продолжить ее позже (начав с того места, на котором вы остановились). Кайли говорит, что КК был способен почувствовать, какое именно *намерение* должно подойти для конкретной группы людей, и разрабатывал порядок упражнений именно для нее.

3. Кайли сказала, что ведьмы и маги «видят» такие последовательности упражнений по накоплению внутренней силы и собранности. *Перепросмотр* своей жизни (*вспоминание*) и *намерение*, практикуемые членами групп, смещают их *точки сборки* по траектории, которая проходит вниз по спине, затем вокруг лба и уходит внутрь тела (движением руки она показала последовательные положения).

Она сказала, что когда *точка сборки* оказывается в этом положении (то есть внутри тела), то любые прежние повреждения светящегося тела, вроде различных «дыр», становятся неважными.

Это — обыгрывание темы, связанное с тем, что нам не нужно так уж переживать по поводу некоторых образов старого Нагваля (как, например, дети, оставляющие «дыры» в наших телах).

4. Она сказала, что каждый из нас совершает свое путешествие в одиночку — вы ведете свою битву точно так же, как каждый из нас ведет свою битву.

5. Совершенно невозможно (для каждого из нас) питаться энергией других людей.

6. Вам следует лишь *пересмотреть, вспомнить* то, от чего вы хотите избавиться. *Перепросмотр* жизни—это очень личная практика.

7. Мы (*чакмулы*) не стремимся давать советы, мы только хотим рассказать вам, что мы *видим*.

8. *Намерение* является Силой, а свобода — целью.

9. Детям тоже следует практиковать накопление внутренней силы и собранности. (Я лично думаю, что это замечательная идея.)

10. Всегда носите обувь, не практикуйте накопление внутренней силы вне помещения. Маги «видят» субстанцию, «входящую в тело» из земли (подобно «бактериям» и т. п.).

11. КК не может не помогать другим, если он в состоянии это сделать.

Кайли задали около дюжины вопросов, касающихся деталей выполнения движений. Она терпеливо объясняла снова и снова, что главное в выполнении упражнений заключается в том, чтобы сосредоточиться как можно более полно и воспользоваться мгновениями внутренней тишины, которая наступает при этом. Большинство деталей, вроде того, с какой ноги, левой или правой,



следует начинать, сколько вдохов нужно делать и т. п., в общем-то не имеют большого значения. Ниже приводится список движений:

- 1) **Разминка плеч.**
- 2) **Раскачивание руками.**
- 3) **Толчок бедрами.**
- 4) **Разминка шеи.**
- 5) **Движения лодыжками.**
- 6) **Упражнение на подвижность стопы** — первый вариант.
- 7) **Упражнение на подвижность стопы** — второй вариант.
- 8) **«Звездный люк»** — это одно из интереснейших упражнений, которого я ранее не встречал. Вы визуализируете энергетический шар у вас между ступнями, который вы затем как бы подтягиваете глазами до тех пор, пока он не «зацепится» за что-то у вас на груди. Затем вы наблюдаете, как он поднимается вверх, пока не достигнет верхней области вашего личного энергетического поля. Затем вам нужно позволить шару выйти за пределы вашей энергетической сферы, так, чтобы он мог отправиться в полет к звездам, а затем вернуться назад, неся с собой «чистую энергию». Таким образом вы вырезаете отверстие в верхней части вашего личного энергетического поля и отвинчиваете «люк». Шар отправляется в путешествие к звездам, а затем возвращается назад и «расплескивается» вдоль вашего затылка. Вы втягиваете энергию, а затем плотно завинчиваете люк. Затем вы позволяете шару отправиться назад, в землю, откуда он пришел.
- 9) **Шаг силы.** Выполняются преувеличенные шагательные движения, когда вы удерживаете вес тела на одной ноге и, высоко подняв колено, делаете шаг вперед, ступая на пятку, а затем делаете шаг назад, ступая на пальцы ног. Движение выполняется для каждой ноги несколько раз.
- 10) **Очертить ширину энергетического тела.** С напряжением вычерчивайте круг ногой, сильно отставленной вперед, а затем, удерживая вес на одной ноге, проделайте скользящее движение по кругу назад.
- 11) **Вычерчивание кругов внутри круга** Делайте круги меньшего размера одной ногой, в то время как вес тела удерживается на другой. Прodelайте это по часовой и против часовой стрелки сначала каждой ступней, а затем каждой ногой.
- 12) **«Энергетический топор».** Это интересный удар в духе боевых искусств. Сомкните кисти и удерживайте их вместе. «Рубите» воздух, начиная движение от правого плеча, и заканчивая его у левого бедра. Продолжайте удерживать кисти рук вместе и, сделав руками широкий круг, закончите движение на правой стороне груди. Затем сделайте рубящее движение прямо перед собой на уровне солнечного сплетения, также удерживая кисти вместе. Собственно говоря, мне кажется, что это мог бы быть скорее блок, чем удар.
- 13) **Шлепок.** Это разновидность сильно измененного удара ладонью на уровне головы, заканчивающегося так, как если бы со всей силы ударяете по поверхности стола на уровне пояса. Прodelайте упражнение попеременно то одной, то другой рукой, быстро сменяя их.
- 14) **Собирание энергии.**
- 15) **Сбор энергетического урожая.**
- 16) **Накопление энергии.**
- 17) **«Бычья нога»** (название животного здесь не так важно). Нужно просто делать резкие продольные движения ногой, касаясь земли, как если бы вы были быком, готовящимся атаковать матадора.
- 18) **Энергетическая пирамида.**
- 19) **Магическое дыхание.**

20) «Смотрящий через окно»\* .

Я не говорю по-испански, но знаю, что это звучит как «Las Ventana de Vidente». Это движение выполняется очень медленно и спокойно.

Представьте себе, что вы являетесь мимом, а вас окружает мягкий барьер из глины, мешающий вам видеть неизвестное (*абстрактное*). Вы хотите руками проделать в этой глине окно, так, чтобы можно было заглянуть в неизвестное.

Вы начинаете делать большие круговые движения обеими руками, которые заканчиваются движением, напоминающим разворачивание свернутой газеты на столе, так, чтобы образовался подоконник.

Затем вы очерчиваете руками наружную часть оконной коробки, при этом руки должны располагаться ладонями друг к другу примерно на расстоянии восьми дюймов. Руки движутся медленно, поднимаясь вертикально вверх и опускаясь вниз. Движение сделать три раза. Если вы хотите, чтобы получилось окно побольше, то кисти нужно держать на большем расстоянии.

Затем руки одновременно переверните так, чтобы ладони оказались повернутыми в противоположные стороны и скользящими движениями образовали внутреннюю часть оконной коробки. При этом руки, как и раньше, движутся вертикально вверх, а затем медленно вниз, и так три раза.

Затем поверните кисти ладонями вверх и поднимите руки.

Сделайте кистями движение назад и вперед, как бы разглаживая верхнюю часть оконной коробки.

После этого «положите» руки на подоконник, наклонитесь немного вперед и «выгляните наружу» (когда Кайли проделывала все это, создалось впечатление, что она на самом деле склонилась к подоконнику).

Затем на мгновение расслабьтесь в исходной позиции и прокричите: «НАМЕРЕНИЕ!»

Проделайте это девять раз. Если же вы говорите по-испански, то прокричите это по-испански.

Примечание: Кайли сказала, что новую видеозапись можно будет легко получить.

---

\* У нас — «Прорубить окно в Бесконечность».

## Карлос Кастанеда и его Ведминский Клан\* (Семинар в Мехико Часть первая)

10— 14 февраля 1995 г.

Читать книги Кастанеды я начал в далекой, милой сердцу юности: тогда мне было шестнадцать. Но даже сейчас, читая какую-либо из его книг, я чувствую, как меня захватывает и очаровывает описываемое им. Не стану отрицать, что его повествования пробудили во мне стремление к познанию. Вообще говоря, существует множество способов пользоваться этим. Иногда мне казалось, что эквивалентом знания для меня является дон Хуан, иногда — сам Кастанеда. Я грезил наяву, мечтая о встрече с ним, желая учиться у него. Однако позже я понял, что единственным путем к познанию является путь воина.

Обратите внимание, что мое повествование и контекст вопросов, которые я задавал «ведьмам», могут вызвать у читателя некие определенные соображения; однако соображения эти навеяны лишь моими собственными взглядами и не совсем совпадают с целями, которые преследовали «ведьмы», отвечая на вопросы. Людям серьезным и солидным следует помнить, что мне свойственно часто иронизировать. Кроме того, Я — **ДЕЙСТВИТЕЛЬНО** самый главный персонаж этого своеобразного отчета. И наконец, прошу извинить возможные ошибки — я не силен в английском.

В один прекрасный день, уже будучи воином, я осознал: знание постоянно, каждое мгновение, находится прямо передо мной. Тогда я перестал увязывать его с дальними краями и людьми, которые там живут. Каждую секунду своей жизни настоящий воин делает себя доступным знаниям, входя в двери зданий, услужливо распахнутые перед ним *духом*.

Эта статья прежде всего адресована всем тем, кто изучает мудрость толтеков, следуя своему собственному внутреннему взору. Вот так, наблюдая за всем, что происходило вокруг Кастанеды, убежденного, что он является новыми воротами этого мира, я и очутился среди участников семинара «ведьм» в Мехико.

Собственно, семинар преследовал две цели: с одной стороны, выступавшие рассказывали о своей жизни магов, с другой — они демонстрировали свою магическую силу и обучали искусству Тенсегрити\* — древним упражнениям на концентрацию энергии, которым нагваль Лухан обучил клан К. Кастанеды.

Первые два дня были лекции; их читали Кэрол Тиггс, Флоринда Доннер и Тайша Абеляр. Это происходило вечером 10 и 11 февраля.

Начиная со второго дня начали обучать Тенсегрити.

Кайли Лундал, Рени Мюрез и Найи Мюрез показывали отдельные упражнения, начиная с раннего утра и до пяти вечера, с двухчасовым перерывом на обед. Этим трех женщин называли *чакмулами* (первоначально в древнем Мехико так назывались изваяния в форме склоненных человеческих фигур, служившие алтарем).

Кайли Лундал была главой чакмул, а также выполняла функции хранителя духовного тела Флоринды. Флоринда нашла Кайли в Норвегии и теперь всячески поддерживает ее. Рени и Найи еще называли «маленькими кузинами». На протяжении занятий Тайша Абеляр присматривала за участниками семинара, иногда поправляя их: переходя от одного занимающегося к другому, она помогала им правильно выполнять те или иные движения. По вечерам она отвечала на любые вопросы.

11 и 12 февраля Тенсегрити показали первой группе участников семинара, а 13 и 14 — второй. Всего

---

\* TENSEGRITY. По смыслу — TENSION + INTEGRITY = НАПРЯЖЕННАЯ ЦЕЛОСТНОСТЬ (Прим. перев.).

на семинаре присутствовало 400 человек, в основном мексиканцы. Организовал его Марко Антонио Тарам; он же переводил на испанский все, что говорили Тайша, Кэрол, Кайли, Рени и Найи. Флоринда Доннер объяснялась по-испански без переводчика.

«Ведьмы» говорят, что Марко Антонио Тарам работает с ними вот уже 7 лет.

Первая лекция состоялась в зале Национального музея антропологии. Записывать лекцию на видео или аудиокассеты, а также фотографировать не разрешалось. Лекция началась на час позже назначенного времени (Флоринда утверждала, что так получилось из-за уличных пробок).

## Вторая часть

Теперь: как насчет магического сияния и полного освобождения всего за девяносто минут?

## Отчет, комментарии и разногласия на семинаре по Тенсёгрити, состоявшемся в Мехико 10—14 февраля 1995 г.

2 февраля 1995 года, находясь в Германии, я получил телефакс от одного из моих здешних друзей. Он получил эту информацию от некой женщины из Барселоны, которой, в свою очередь, это сообщили из Мехико. В телефаксе был указан номер телефона, по которому можно было зарегистрироваться в качестве участника семинара с «ведьмами из клана Кастанеды».

Я воспользовался предоставившейся возможностью. В то время у меня была одна хорошая знакомая в Мехико, интересовавшаяся таким же кругом знаний. (Эта моя знакомая — несомненно, северная ведьма; конечно, она не столь популярна, как «ВЕДЬМА, ШИРОКО ИЗВЕСТНАЯ ФЛОРИНДА ДОННЕР!», однако почти такая же злющая.)

В общем, мне предоставлялась возможность увидеться с ней, особенно если учесть, что за восемь месяцев до этого я огорчил ее своей угрозой прибыть в Мехико где-то в феврале и познакомить ее с Флориндой Доннер.

Когда в первый день семинара я ложился вечером в кровать, меня обуревали самые различные чувства. Я не услышал ничего нового в том, что говорилось; больше того: я представлял почти каждое слово, которое должно было прозвучать мгновением позже. Вообще, я нашел их всех весьма склонными повторяться.

Флоринда и Кэрол сверялись с записями, лежавшими перед ними на столе, и рассказывали то же, что я слышал в аналогичных докладах на любых других семинарах или лекциях Тайша также не была исключением, как, впрочем, и все остальные: своими манерами она напоминала мне Шейлу Уотерс. Создавалось впечатление, что они постоянно цитируют самих себя. Их слова звучали каким-то личным внутренним диалогом — и ничем более.

Они повторялись, причем в точно таких же словах, которые звучали на лекциях и в интервью до этого времени. Они даже не пытались повторять сказанное ранее — они лишь описывали суть уже известного, оформляя это в виде историй (которые, правда, отличались от слышанных мною до этого). Я знаю людей, которые гораздо более искусны в том, как повториться и при этом не быть пойманным.

Короче, я уходил с тем же чувством, которое охватило меня после присутствия на концерте группы «Депеш Мод». Музыканты тогда исполняли свои песни, наверное, в сотый раз и было совершенно очевидно, что весь этот концерт навевал на них глубокую скуку. Слушать грампластинки с их записями было несравненно приятнее, чем наблюдать это жалкое зрелище. Я тогда сказал себе, что это, вероятно, первый раз, когда они выступают «живьем» перед огромной аудиторией, — и не мог удержаться от смеха. В четвертый раз отвечая на мой вопрос: «отчего они повторяются?», — Тайша произнесла: «Дон Хуан говаривал: “Я повторяю не потому, что я глуп, но потому, что вы не

понимаете'»).

Следующим утром я понял, что мои чувства переориентировались в совершенно противоположном направлении. То же самое, как оказалось, испытывала и моя знакомая (правда, эти чувства недолговечны). В тот же вечер, не на шутку рассердившись при виде толпы (а на лекции приходило 400 человек), загипнотизированной ведьмами, но, очевидно, ничего не понимающей, я почувствовал крайнюю необходимость выпустить собственное «Я» на волю.

Я попросил слова — и слово это было далеко не самым спокойным. «Вещая нам здесь, вы должны отдавать себе отчет в том, что сказанное вами вызовет проблемы. Что до меня — ладно, со своими проблемами я сам разберусь. Но подумайте о том, что потом сделает эта толпа со словом Христовым».

Упоминание имени Божьего заставило Флоринду вскочить: она понеслась ко мне прямо через сцену, указывая на меня пальцем и осыпая меня выражениями, сути которых я сейчас действительно уже не помню. Попросив у нее разрешения закончить вопрос, я гневно продолжал: «Скажите мне — чего вы хотите добиться на самом деле? Вы действительно намереваетесь создать новый мир, производящий энергию?»

Судя по общему настроению, масса присутствовавших находилась у критической точки; я чувствовал, что меня готовы убить. Я бы не назвал это «критической массой», даже если бы Кэрол определенно заявила, что причиной проведения этих семинаров является необходимость завладеть людскими массами в мире. Интересно, что она подразумевает под «критической массой»? Это звучит как-то противоречием. Неужели я бы осмелился разрушить священную гармонию, установившуюся между аудиторией и ее спасителями? Разве я посмел бы высказать идею, рискуя оказаться перед необходимостью продемонстрировать действие точки сборки (часть энергетического тела, где собирается осознание)? Да и мог ли я говорить на английском перед испаноговорящей аудиторией?

Вообще-то, когда я, еще находясь в Германии, записывался на этот семинар, Марко Антонио Тарам предупредил меня, что семинар будет проводиться на английском, а участники-мексиканцы будут слушать его в переводе. Но ведь Флори щебетала на безупречном испанском и на английский ее речь не переводили — так что у меня не было ни малейшего шанса понять, о чем она говорит, зато я мог видеть, что она делает.

Впечатление, что они говорили о свободе по принуждению, появилось не только у меня. Среди участников семинара я нашел еще не менее четырех человек, разделявших мою точку зрения, — а это 1% участников (и единственные четверо, с кем я разговаривал в течение семинара). Безусловно, ни один человек и, в особенности, ни одна аудитория не обрадуется перспективе быть освобожденной от своих спасителей или от того, что, по их мнению, необходимо для достижения свободы.

Кэрол сказала: «Нам нужны массы во всем мире» (Помните? «Я повторяюсь не потому, что я глуп, но...»), а через несколько минут Флоринда, памятуя о моем вопросе, прокричала мне: «Мы ни к какой цели не стремимся!» — и закончила следующей фразой: «Вы не понимаете этого, да и мы сами едва это понимаем».

Итак, они действительно не понимают, о чем говорят, и организуют эти семинары, ни к чему не стремясь, и считают, что ни к чему не стремиться — это хорошо. Другими словами, единственной их целью является ни к чему не стремиться — особенно это проявляется в процессе проведения семинаров по вопросу о том, как ни к чему не стремиться. Это не должно сработать и звучит, по моему, немного маниакально.

Естественно, все это происходит лишь потому, что мной «завладели слова и синтаксис языка». Это напоминает ситуацию, когда совершенно незнакомый вам человек заявляет вам: «Мой брат сообщил

мне, будто вы сказали, что я засранец». Естественно, вы ответите: «Нет, это неправда» — и тут он вам: «Так что же, вы говорите, что мой брат лжец?» — и на ваше «Конечно, нет» последует: «Значит, вы все-таки сказали, что я засранец». На этом этапе лучше осознать, что больше спорить не стоит.

Странно, но я получал удовольствие, наблюдая, как с Флориндой случаются неконтролируемые вспышки гнева. Но тут она взяла себя в руки и отвернулась от меня со словами «Мне следовало бы говорить на испанском». При этом она даже не подумала перевести наши разногласия (на английском) мексиканской аудитории. Через некоторое время из моего угла (передний ряд, слева) послышался еще один вопрос: «А почему это при обсуждении темы из области древнемексиканской мудрости на сцене одни лишь гринго?»

Вопрос прозвучал совершенно спокойно — и опять послышался ответ в совершенно неправильном тоне. Момент был весьма опасный, поскольку аудиторию весьма интересовал ответ на этот вопрос (хотя бороться было не за что). После этого вечера Флоринда и Кэрол перестали появляться на семинаре. Если верить словам Тайши, они истощили себя в этих *сновидческих* маневрах. Конечно, им нет повода волноваться о том, как отреагируют массы на их слова.

В конце преподавания Тенсэгрити Тайша осталась единственной, кто подмечал критические моменты и неудобные вопросы. Она сказала, что маги слышат не только ушами и что она даже записала несколько оставшихся без ответов вопросов, которые она увидела в присутствующих. Она сообщила, что к ней пришла девушка, которая спросила, как могла Флоринда быть такой ужасной, чтобы заставить заткнуться этого милого невысокого паренька (это обо мне, бедняжке). На это Тайша ответила, что некоторые ситуации для своего разрешения требуют самых жестких методов, и что это следует понимать правильно, и что Флоринда, честно говоря, «действительно самая лучшая из всех».

Отметила Тайша и вопрос о гринго, сообщив, что «Если кто-нибудь и несет ответственность за то, что на сцене одни лишь гринго, то это дух. Его и вините». Я мог бы говорить об этих четырех днях бесконечно долго, тысячу раз противореча себе по самым разным поводам, но я хочу оставить все это ведьмам — как говорит Карлос, это их игра. Клод, «Оранжевая лазутчица», считается дочерью Кэрол. Говоря о своей дочурке, «мамуля» вдруг принялась рыдать, дрожащим голосом и со слезами на глазах сообщив обеспокоенным слушателям: «Да! Маги тоже плачут!»

Воцарилась мертвая тишина. Она была удивительно материальной и по-настоящему совершенной. Кэрол утверждает, что они преследуют «Голубую разведчицу». По этому поводу я спрашиваю себя: что может заставить человека довериться чужаку и последовать за ним? Это должна быть настоящая «привязанность мага», не правда ли?

По словам Тайши, Тенсэгрити служит превращению физического тела в чистую энергию. Все другие способы относятся к рецептам древних магов и не ведут к свободе. Они должны бы об этом знать: ведь они сами признают, что весь род дона Хуана бьется в силках *второго внимания*. Они даже утверждали, что то, что дон Хуан не умер, а, наоборот, будет жить еще пять миллиардов лет — это замечательно. Но что действительно плохо, — так это то, что я не могу спросить непосредственно его: разделяет ли он их мнение и насколько все это правда.

Я предполагал, что Рени западная ведьма, а Найи — восточная. Рени старше, у нее черные волосы. Найи — блондинка. Она моложе, сильно нервничает при виде аудитории и выглядит как Штеффи Граф. Увидев их впервые стоящими рядом, я сказал сам себе многозначительное «Ага!» относительно поведения Флоринды.

Тайша говорит: «Подвергай все сомнению».

Тайша говорит: «Воздержись от суждений».

## О семинаре в Лос-Анжелесе

Прошлым вечером я посетил вводный семинар по Тенсэгрити, проводившийся в танцевальной студии на западе Лос-Анжелеса. На семинаре присутствовало около 60 человек, и он длился девяносто минут. Нам показали два дыхательных упражнения — «дыхание сфинкса» и еще одно, для высшего тела, — которых нет в видеозаписи. Кроме того, нам показали некоторые движения ног и «болевы пассы», которых тоже нет в видеозаписи. Еще нас обучили «осевому дыханию» и пассам «Шар Энергии», которые должны войти в запись.

Многие движения были слишком сложны. Я думаю, что тому, кто недостаточно хорошо координирован, потребуется много времени, чтобы справиться с ними. (Говорили, что некоторые магические пассы состоят из 300 движений. Очевидно, что в течение 90 минут было невозможно их продемонстрировать, не говоря уже о том, чтобы выучить.) Тем не менее я хорошо освоил пасс «Шар Энергии», который относительно прост. Кроме того, меня поразило «осевое дыхание», я считаю его мощным средством, способным изменить тенденцию нашего разума к саморефлексии. Движения ног требуют некоторой силы и, по всей видимости, представляют собой хорошую тренировку для нижней части тела.

Я пришел на семинар в 8:30 вечера и чувствовал себя очень усталым, однако к концу занятия я ощущал бодрость и наполненность энергией.

*Чакмулы* рассказали нам, что создали трехмесячный курс и собираются проводить его в Лос-Анжелесе. Кроме того, они объявили о проведении двух вечерних шестичасовых курсов под покровительством Общества Философских Исследований, 14 и 16 марта, на которые я недавно записался.

Ближе к окончанию вечера *чакмулы* пытались ответить на вопросы, касающиеся сути нового движения Нью-Эйдж. Оказалось, что подобные вопросы стали возникать с появлением в наших краях самых первых семинаров. *Чакмулы* настаивали на том, что не призывают никого присоединяться к какой-нибудь группе, они просто пытаются сделать доступной систему движений, которые посланники дона Хуана считают полезными для упорядочивания энергии. Во всех этих движениях нет ничего нового. Я полагаю, что подобный ответ был вызван своеобразной необходимостью обороны и не был слишком неискренним. Согласие обсуждать эти вопросы говорило о том, что им известны все разговоры на эту тему.

По некоторым заданным вопросам и комментариям я определил, что в зале было множество людей, незнакомых с творчеством Кастанеды. Одна женщина, например, хотела узнать, что *чакмулы* подразумевают под словом «намерение». Кроме того, я заметил, что *чакмулы* очень хорошо разбираются в том, в какой форме выражать свои мысли и каким способом преподавать материал. Они всегда считались с конструктивными советами по поводу того, как практически сделать этот материал более доступным.

Этим утром я получил видеозапись. Я заказал ее вчера вечером на семинаре. Мне еще не удалось просмотреть ничего, кроме короткого вступления, но я с нетерпением жду вечера, чтобы увидеть все.

\*\*\*\*\*

Во вторник, 14 марта, я посетил первую половину двухдневного шестичасового семинара по пассам Тенсэгрити, проводимого *чакмулами* в Лос-Анжелесе. Этот семинар проходил в спортивном зале школы, и на нем присутствовало около ста человек.

Я отметил, что на этот раз *чакмулы* были более расслаблены, говорили более откровенно, от чистого сердца. Казалось, сегодня они были более подготовлены. В начале нам предложили разогревающие упражнения, а все основные движения были разбиты на простые, доступные для повторения части. Кайли, по всей видимости лидер группы, два раза за вечер делала краткий обзор того, что мы уже

выучили. Это было очень полезно.

Вечер начался в 19:15 приветствием представителя Общества Философских Исследований, которое спонсировало семинар. Затем все *чакмулы* по очереди произнесли вводную речь, объясняя, кто они такие, и рассказывая о четырех учениках дона Хуана, с которыми они работают: Кастанеде, Тайше Абеляр, Флоринде Доннер-Грау и Кэрол Тиггс. Кроме того, они сказали, что Кастанеда дал им новые инструкции по использованию движений из видеозаписи, отличающиеся от тех, которые были даны во время 90-минутного семинара. На семинаре было сказано, что двенадцать движений из видеозаписи должны выполняться в показанном порядке.

*Чакмулы* сказали, что те, кто не привык к большим физическим нагрузкам, могут испытывать токсический эффект, выполняя сразу все пассы. Кастанеда порекомендовал выбрать два базовых пасса из записи и в совершенстве ими овладеть, используя один как первичное, а другой — как вторичное движение. Нашей целью должна стать сосредоточенность на этих движениях. Кроме того, они сказали, что все вспомогательные пассы можно выполнять в сочетании с выбранными ключевыми пассами. (Те, кто еще не приобрел видео, могут различать ключевые и вспомогательные пассы по признаку того, что вспомогательные пассы вовлекают в движение только одну часть тела, тогда как ключевые пассы выполняются несколькими частями или всем телом.)

Нам показали разогревающее упражнение — вращение плечом. После этого последовала демонстрация пасса «Прогулка». Этот пасс — часть более длинного движения и является подготовительным пасса. Ступни расположены перпендикулярно, на расстоянии полутора футов друг от друга (ступня одной ноги на линии свода другой). Вес тела переносится поочередно с одной ноги на другую. Удерживать вес на каждой ноге, считая до 20. Затем поменять положение ног, посчитать до 20 и снова повторить перенос веса на каждую ногу. Третья часть этого упражнения называется «Жидкая Нога» и состоит в сгибании правой ноги вверх от пола, а затем налево. Вы должны почувствовать напряжение в бедре, поднимающееся вверх по телу, считая до 10. Повторить то же, стоя на правой ноге и сгибая левую.

Затем мы сделали простое движение, выбрасывая бедра из стороны в сторону, пытаюсь ощутить напряжение и расслабление в животе.

После этого мы выучили три вспомогательных движения из видеозаписи, разбитые на довольно понятные части. Этими движениями были «Краб Наносит Удар», «Катящееся Движение» и «Ковка Энергетического Тела». (Я не уверен, что эти названия совпадают с названиями на записи, которой у меня с собой не было.)

Затем нам показали три подготовительных пасса для рассеивания тоски. Это были те же движения, которые я описал в отчете о 90-минутном семинаре. Они включали в себя «Пальцы Паука» (считать до 100), движение запястьями (считать до 10), хватающие движения, поднятыми вверх ладонями, снова движение запястьями (считать до 10) и полный вдох, руки вверх и в стороны. (Прошу прощения за конспективный характер моих описаний, однако очень трудно записывать, когда вы пытаетесь увидеть и выучить движения.) Затем мы сделали еще несколько движений ногами, включая стояние на одной ноге и выполнение «подметающих» движений другой, перед неподвижной ногой. Последнее движение ногой состояло в поднятии одной ноги вверх и выполнении ею «гинга» (термин Кайли, обозначающий быстрое, энергичное движение) в сторону.

Последнего пасса, которому нас обучили, нет на видео, и мне было трудно его освоить, не говоря уже об описании. Тем не менее Кайли очень терпеливо показала нам все компоненты. Этот пасс называется «Открыть Окно»\* и состоит из небольшого движения левой рукой (ладонь поднимается вверх, а затем выталкивается вперед, повернувшись в сторону). В это же время правая рука выполняет «подметающее» движение слева направо и резко сжимается в кулак. Кажется, это очень важное движение, оно должно появиться в будущих видеозаписях.

---

\* Во второй книге «Дар нагваля» («София», 1996 г.), сделанной по второй видеоленте Тенсэгрити, это упражнение называется «Прорубить Окно в Бесконечность» (Прим. ред.).



Последние полчаса были посвящены ответам на некоторые вопросы группы. Почти на все вопросы Кайли отвечала сама. Кайли предварила свои ответы вступлением, заранее извиняясь перед теми, кто может почувствовать себя обиженным. Она сказала, что у них нет цели обидеть кого-то, они просто хотят корректно ответить на все поставленные вопросы.

Первый вопрос касался рекомендаций о времени дня, подходящем для выполнения движений. Кайли сказала, что выбор времени — дело индивидуальное. Некоторые, возможно, не захотят выполнять пассы сразу после еды и чувствуют себя наиболее энергичными в определенное время суток. С другой стороны, физически сильные люди могут беспрепятственно выполнять пассы в любое время. Следующий вопрос касался того, почему было решено обнародовать эту информацию именно сейчас. Нам ответили, что движения Кэрол Тиггс, вернувшейся после десяти лет, проведенных во *втором внимании*, открыли новые возможности. Сейчас энергия движется иначе, чем во времена дона Хуана.

Был задан вопрос, чем эти движения отличаются от движений, используемых различными практиками, стремящимися максимизировать *Ци* (азиатская концепция жизненной энергии), такими, как Цигун. Кайли сказала, что не слишком знакома с другими практиками. Однако она заметила, что названная практика, возможно, более близка к Тенсэгрити, чем все остальное. Наверное, это происходит оттого, что один из нагвалей прошлого, Лухан, был азиатского происхождения и занимался боевыми искусствами. Движения Тенсэгрити зародились в *сновидениях*, и возможно, некоторые *сновидения нагваля* Лухана были навеяны его происхождением и практикой боевых искусств.

Отвечая на следующий вопрос, Кайли объяснила, что *вспоминание* и Тенсэгрити способны заставить человека обратиться лицом ко времени, а не просто наблюдать его уход, как делает большинство человеческих существ. Она рассказала, что четыре последователя дона Хуана (Кастанеда, Тайша, Флоринда и Кэрол) уже *обратили* себя, теперь они уходят «в бесконечность» ко времени, которое невозможно измерить в привычных единицах. Еще она сказала, что уходя, они часто теряются, тогда остальные пытаются вытянуть их из *второго внимания*.

Из ответа на следующий вопрос мы узнали, что сами *чакмулы* не вовлечены в практику *сновидения*. (Я думаю, что для некоторых, включая меня, это оказалось сюрпризом и своеобразным разочарованием. В особенности для тех, кто более заинтересован в практике *сновидения* и роли Тенсэгрити в приобщении к *сновидению*.)

Отвечая на вопрос о целях движений, Кайли сказала, что цель состоит в «прикреплении нашего намерения к способности энергично двигаться к свободе». Она сказала, что мы можем достигнуть полета к свободе даже без нагваля, и Тенсэгрити, в сочетании со *вспоминанием*, сделает это возможным. Она отметила, что в этом направлении, кроме Кастанеды, нагвалей не существует. Был задан вопрос о доне Мигеле де Руизе и Мерилин Тюнншенд. *Чакмулы* ничего не сказали о доне Мигеле, объяснив это отсутствием информации о направлениях магии, отличных от учения дона Хуана и Кастанеды. Они сказали, что Ла Горда умерла в присутствии своих коллег, и была определено мертвой. В заключение они сказали, что четверка (К. К., Тайша, Флоринда и Кэрол Тиггс) никогда не встречали Мерилин, и статьи, описывающие сотрудничество Мерилин с ними, — абсолютная фальсификация.

Коротко прослушав ответы на вопросы, заданные *чакмулам* индивидуально по окончании занятия, я узнал, что украшения, которые они носят, получены от Кастанеды (наиболее заметны синие и золотые браслеты, в виде катящейся волны, родом из *второго внимания*).

Было также сказано, что на 19—21 мая назначен ускоренный семинар в Мехико и что Кэрол сейчас где-то обучается. Новая книга Тайши почти готова, Кэрол продолжает работать над своей книгой «Сказки об Энергии» (Tales of Energy).

Для меня это был самый запоминающийся вечер, не только потому, что дал много новых сведений

об использовании пассов и включал описание нынешнего положения в клане Кастанеды, но и потому, что я впервые встретился с новыми членами этого клана. Я должен отметить, что был поражен теплотой, радушием и добротой трех *чакмул*. Я с нетерпением ждал второй части занятия в четверг вечером.

\*\*\*\*\*

## Отчет о второй половине семинара по Тенсёгрити

Вторая часть семинара проводилась в четверг, 16 марта. На этот раз мне больше всего запомнилась еще большая откровенность *чакмул* и длинный, запутанный пасс, выполненный Рени и Найи Мюрез, который они называли «Привязанность Мага». Перед тем как переходить к новостям, я хочу подвести итог повторенным и выученным движениям.

Некоторых из тех, кто пришел в четверг, не было прошлым вечером. *Чакмулы* начали с демонстрации двух новых дыхательных пассов, а затем повторили движения, которым мы научились во вторник. Предваряя демонстрацию новых пассов, Кайли пояснила, что энергетическое тело — ранимое, незащищенное место, и дыхательные пассы усиливают и защищают его. Два новых дыхательных пасса или подготовительные дыхательные движения очень просты, однако мои записи не слишком понятны. В первом движении необходимо двигать руками, словно изображая колеса поезда, и вращать плечами. Второе движение, насколько я помню, состоит из хватательных и падающих движений рук. Затем мы повторили пассы «Прогулка», «Удар Клешней», «Катящееся Движение» и «Ковка Энергетического Тела».

Повторяя «Удар Клешней», Кайли сказала, что резкие, напряженные движения, сотрясающие тело, являются основой Тенсёгрити. Кроме того, мы повторили «Пассы Тоски» и «движение четырех ног», описанные мною ранее. Последним из повторенных пассов, стал пасс «Открытие Окна»\*. В этот раз Кайли сказала, что движение правой руки слева направо должно заканчиваться, когда рука образует с правой стороной тела угол в 45 градусов.

Затем они научили нас трем новым дыхательным техникам, необходимым для накопления энергии: «Дыхание Сфинкса», «Дыхание Животом» и «Дыхание Правым-Левым Легким». «Дыхание Сфинкса» состоит из вдоха и оттягивания согнутых рук назад, насколько можно. Во время выдоха необходимо следить периферийным зрением, как руки с направленными вниз ладонями вытягиваются в стороны, подобно лапам сфинкса. Мои записи о «Дыхании Животом» не дают правильного представления об этом движении. Его сложно описать, оно заключается в выпячивании живота во время выдоха.

Исходное положение для пасса «Дыхание Правым-Левым Легким»: обе руки опущены вниз с правой стороны туловища, правая ладонь обращена наружу. Круговым движением поднять обе руки над головой, с правой стороны тела, ладони смотрят наружу. Затем обе руки круговым движением опускаются с левой стороны, левая ладонь обращена наружу, правая вовнутрь. Вернуть руки в исходное положение и повторить движение. Теоретически, во время этого движения правое легкое дышит более эффективно в первой половине движения, а левое — во второй, хотя, в принципе, воздух попадает в оба ваших легких.

Перед тем как научить нас новому ключевому движению — пассу «Антенна», — они снова повторили, что для начала необходимо в совершенстве освоить один-два ключевых пасса, сочетая их со вспомогательными, и лишь потом приступать к остальным ключевым пассам. Те из нас, кто имел видео, обратили внимание, что пасс «Антенна» (N 12) очень загадочен, — предполагается, что он оперирует энергией умерших звезд. Они объяснили, что он был выбран благодаря своей мрачности и бесконечным возможностям взаимодействия с уровнем осознания, далеко выходящим за пределы повседневной жизни. Кайли терпеливо провела нас сквозь каждый компонент движения. Это было

---

\* Во второй книге «Дара нагваля» это упражнение называется «Прорубить окно в Бесконечность».

очень полезно, потому что мои попытки выполнить пасс с помощью видеозаписи сталкивались со множеством сложностей.

Затем Кайли пояснила, что Кастанеда (которого *чакмулы* зовут «Карлосом» или «Нагвалем») энергетически увидел необходимость предварить объяснениями длинный пасс Тенсэгрити «Привязанность Мага». Она сказала, что маги не используют термин «любовь», потому что он сильно нагружен значениями и намеками. Под термином «привязанность» они понимают абстрактную радость, детский восторг, испытываемый нами перед тем, как это чувство «умирает» в нас. Они сказали, что этот пасс имеет форму приглашения, и нужно «заполнить пустой чек», чтобы это случилось. Кайли сказала, что маги никогда не «пытаются» сделать что-либо, они просто действуют, не оставляя оговорок для поражения.

Нас всех попросили выйти на середину комнаты, где влияние пасса должно быть особенно сильным. Рени и Найи, представившиеся кузинами, выполнили этот длинный пасс, который должен совершаться двумя энергетически похожими людьми. Было очень интересно смотреть, как они выполняли эту очень длинную серию движений. Весь пасс, насколько я помню, продолжался 12 минут. Позже Найи объяснила значение некоторых движений, разбив весь пасс на четыре блока.

Первый блок направлен на установку *намерения* и обмена энергией. Второй блок выглядит очень воинственно, накапливает соревновательную энергию, а затем рассеивает ее в игривых движениях.

Третий блок состоит из чистой привязанности, использует очень мягкие движения, создается впечатление, что каждый из партнеров создает защитный щит вокруг тела другого. Последний блок начинается с круговых движений соединенных рук. Она описала это как выполнение агрессивных, но не воинственных движений, словно два кота или леопарда заключают пакт о защите друг друга. После этих объяснений мы подошли ближе к платформе, для того чтобы слышать комментарии. Рени начала с того, что хочет прояснить вопрос о Кэрол Тиггс, который был задан ей индивидуально, после занятий во вторник. Ее спросили, почему энергия стала более доступной после возвращения Кэрол Тиггс. Рени объяснила, что по своей сути Кэрол — Бросившая Вызов Смерти, поэтому она впитывала энергию Бросившего Вызов Смерти в течение десяти лет, проведенных во *Втором Внимании*. Кроме того, она сказала, что в прошлом месяце все трое видели Кэрол Тиггс в Туле. Она взяла их в *сновидение*, хотя они оставались в бодрствующем состоянии, — это еще один пример выдающейся энергии Кэрол.

Затем Найи вернулась к прошлому вопросу о параллельных мирах, отметив, что понимает всю запуганность этой концепции. Она объяснила, что «ведьмы» не разделяют нашу субъективность, поэтому им трудно описать феномены, выходящие далеко за пределы нашего осознания. Найи сказала, что все они недавно были втянуты в сверхъестественный мрак, в центре которого была Кэрол Тиггс. Она описывала это как загадочное, тонкое переживание и назвала Кэрол самой прекрасной, юной, забавной, восхитительной и веселой из всех, кого можно представить. То, что они переживали в Туле и снова — недавно — было великолепно и трудноописуемо.

Она сказала, что знакома с Кэрол много лет, но поняла, что совсем не знала ее. Благодаря тому, что Кэрол слилась с Бросившими Вызов Смерти, они вошли в *сновидение*, созданное Бросившими Вызов Смерти. В Бросившем Вызов Смерти «находятся корни другой Кэрол, бесконечно загадочной и прекрасной». Найи сказала, что в недавнем переживании они все трое слышали песню или мелодию, которая втянула их в прекрасную сказку.

В этом месте рассказ был прерван вопросом о том, кто такой «Бросивший Вызов Смерти». Найи рассказала о традиционной запутанности в отношениях Б. В. С. и дона Хуана и о том, что Кастанеда, встретившись с Б. В. С., не принял его традиционный дар — возвращение энергии *нагваля*. В результате этого, во время последующей встречи Кэрол Тиггс и Б. В. С., они слились, и Б. В. С. «оседлал» Кэрол. Кастанеда также слился с Б. В. С. и описал это. Кэрол сливалась с Б. В. С. в течение десяти лет, и когда она вернулась, они были «вдвоем». После возвращения она продолжает «раскрываться» и «сливаться».

Затем Кайли описала свое переживание мелодии, о которой упомянула Найи. Она внезапно увидела Кэрол в странной квартире. Кэрол Тиггс продолжала заниматься своими делами, работая с бумагами, пока *чакмулы* ходили по комнате, восхищаясь окружающей обстановкой. Выйдя из дома, они направились к машине, как вдруг квартира и улица одновременно озарились светом.

Кайли вернулась к вопросу о том, что случается с людьми, которым не хватает энергии для прыжка к свободе. Кайли сказала, что такие люди даже не знают о нехватке энергии, им не хватает энергии для осторожности. Они счастливы от того, что делают, — как мы можем осуждать их? Тем не менее Кайли сказала, что каждому в этой комнате хватит энергии, чтобы действовать во имя свободы. Кастанеда объяснил, что во время смерти у человека наступает момент осознания всего, но нет больше способности действовать. Смерти требуется время для поедания нашего осознания, в это время мы переживаем «величественность».

Найи вспомнила описанный Кэрол Тиггс документальный фильм о том, как охотники ловили обезьян, насыпая орехи на дно сосуда. Обезьяна могла опустить руку в сосуд, но не могла освободиться, не выпустив орех. Не желая бросить лакомство, обезьяны сидели у сосуда всю ночь и становились легкой мишенью для охотников, которые, убив обезьяну, отрубали им руки. Смысл этой метафоры в том, что люди поступают так же, цепляясь за свои верования и «реальности». Кайли посоветовала нам медленно отпускать орехи-верования, пока мы не почувствуем себя освободившимися.

Один человек спросил, как «несколько упражнений» могут сравниться с годами тренировок *чакмул*. Кайли ответила, что все, что у нас есть, — перед нами. Некоторые соратники Кастанеды, прошедшие с кланом многие годы, откололись от нас. У каждого из нас есть шанс для борьбы. Началом борьбы становится момент, когда вы отбрасываете заботы о себе. Иными словами, когда прекращаются «высшие заботы о сущности, идущей к смерти».

Этот человек задал непонятный вопрос, основанный на его собственном представлении о том, что дону Хуану и его группе не удалось прыгнуть в бесконечность, вместо этого он застрял в параллельном мире. Он спросил, не с этим ли связано то, что Кастанеда и его клан «движется в другом направлении». Кайли почти подтвердила то, что дон Хуан и его группа не закончили своих планов, хотя и сгорели *Огнем Изнутри*.

Четверо последователей дона Хуана (Кастанеда, Тайша, Флоринда и Кэрол) разговаривали с ним после ухода. Кайли сказала, что группа дона Хуана не испытывает стыда за то, что произошло. Когда мы выходим на путь свободы, мы не можем знать заранее, что впереди и чем все это кончится. (Я считаю, что это очень весомое объяснение того, что произошло с доном Хуаном, и это все, что можно было выудить из ответа Кайли. Если кто-то понял больше, я с нетерпением жду пояснений.)

Они сказали, что пришло время закончить с энергетическими пассами. Первым мы изучили пасс, в котором руки вытянуты вперед и вверх, на уровне плеч, и выполняют открывающиеся и закрывающиеся движения. Те же движения повторяются руками, опущенными вниз. Затем Найи руководила вы полнением «Встряски», которой мы закончили 90-минутный вводный семинар на прошлой неделе. «Встряска» — начальное движение длинной серии пассивов, которые требуют огромного внимания. Сама же «Встряска» требует отпущенности. Правая нога ставится передлевой. Вибрации начинаются в локтях, передаются в колени и отскакивают от них. Перепрыгнуть в противоположную позицию: левая нога впереди правой. Повторить движения. Прыжком вернуться в первоначальное положение и продолжить тряску бедрами, торсом, руками и головой. Руки постоянно выпрямляются, высвобождая энергию тряски.

После этого *чакмулы*, одетые в темную форму (им больше шла белая тренировочная форма, которую они носили во вторник), поспешно удалились, присоединившись к темноволосой пожилой женщине, одетой в такую же форму. Весь вечер эта женщина стояла позади и не была представлена. Казалось, что с их уходом из комнаты испарилась энергия (это было не похоже на первый вечер, когда они остались минут на двадцать, чтобы ответить на вопросы). Вместо того чтобы остаться и поговорить,

как это было в первый вечер, все участники также вскоре разошлись.

У меня создалось впечатление, что первый вечер был великим открытием энергии, сопровождавшимся невероятным теплом и радушием *чакмул*. Второй вечер показался более загадочным, и его окончание было похоже на закрытие или отвод энергии, открывшейся во вторник. Это, конечно, мое личное и импрессионистское восприятие двух вечеров. Мне было бы интересно узнать о реакции других людей, побывавших там.

*Участник семинара*

## Записки о семинаре в Мауи

Чтобы не рисковать повторить других, я спешу поделиться своими впечатлениями о семинаре, который проходил с 24 по 26 марта. Во время семинара Флоринда Доннер-Грау и Тайша Абеляр прочитали нам лекции (Кэрол Тиггс на них не присутствовала, в основном, из-за обиды на Флоринду, так как считала, что та отнеслась к проекту слишком легкомысленно). Большинство субботних и все воскресные сессии были посвящены практике двенадцати пассов Тенсегрити (Tencegrity), просмотру видеofilмов и изучению нескольких новых дыхательных упражнений и основных движений. Этот отчет рассказывает о том, что обсуждалось Флориндой и Тайшей и пересказывает историю, которой Тайша завершила свою лекцию.

### Воладоры (Voladores), или Летуны (Flyers)

Флоринда и Тайша говорили о *воладорах*, или *летунах*. Это вид неорганических существ, чья пища состоит из человеческого осознания. Эти приспешники Орла изжевывают нас до основания так, что того, что остается от нашего осознания, обычно хватает только для повседневной саморефлексии. Согласно дону Хуану, *воладоры* изжевывали нас буквально до подошв. Мы напоминаем жирных цыплят в курятнике, дожидаящихся, чтобы их съели. Чем более мы одержимы и озабочены собой, тем более вкусными мы им представляемся. Тем не менее мы можем продуцировать осознание, несъедобное для *воладоров*, — осознание, достигнутое благодаря дисциплине. Такое осознание им не по вкусу, и мы можем сберечь его.

Тайша утверждала, что у нее оставшееся осознание простирается от ступней до колен, что позволяет ей постигать фантастические миры. Карлос достиг большего, а осознание дона Хуана распространяется на все тело. Следовательно и *его* способность к постижению — огромна.

В сущности, *воладоры* — это безличная энергия, но они хищники, подобно всем существам во Вселенной. Желая убедить нас в том, что *воладоры* — нечто большее, чем пустая метафора, Тайша продемонстрировала нам три снимка — один обычный и два увеличенных. На них можно было увидеть огромного *воладора* — черную тень на мексиканских горах, пляшущую среди пирамид. Она напоминала фигуру человека со сложенными, как при молитве, руками и согнутыми коленями. Фотография была сделана по случаю весеннего фестиваля, в котором участвовали сотни тибетских буддистов и христиан.

Генерируемое этой группой количество осознания, пригодного для пищи, было столь обильно, что *воладор* стал видимым для фото пленки.

Во время докторантуры в УКЛА Тайша работала над исследовательским проектом, затрагивающим вопросы преклонного возраста и смерти. В это же время она научилась *видеть* неорганические существа. Она обнаружила, что в домах стариков кишат *воладоры*, пожирающие их осознание. Тайша прибавила, что склепы и кладбища тоже популярны среди неорганических существ. Однажды, придя домой, Тайша увидела, что ее квартира переполнена *воладорами*, увязавшимися за ней. Они летали по комнате, как большие летучие мыши. Ей пришлось попросить дона Хуана помочь избавиться от них, и он смог ей помочь.

В конце концов она развила осознание, основанное на дисциплине, так что *воладоры* потеряли к ней интерес.

Когда Тайша попросила дона Хуана объяснить это, тот ответил, что она будет изумлена, узнав о том, насколько быстро вращается мир во *втором внимании*.

### Тайша Абеляр и обратная сторона медали

Во время своего раннего ученичества Тайша настойчиво добивалась внимания со стороны дона

Хуана и других магов. Она входила в комнату, где те беседовали, и тихо сидела с патетически умоляющим выражением лица, пока кто-нибудь не замечал ее. Но чаще всего никто не обращал на нее внимания. Это продолжалось некоторое время, пока дон Хуан не решил кое-что предпринять. Поскольку она все время просит о внимании — рассуждал дон Хуан, — то ей следует вжиться в роль настоящей попрошайки и пожить на улицах как нищенке.

Дон Хуан предполагал, что только это может излечить Тайшу от ее нужды, а в случае везения она сможет найти «обратную сторону медали» в нищенской жизни. Тайша приступила к заданию очень энергично, она даже соорудила манекен с *пенисом* и стала шить на нем костюм для себя. Она работала с такой одержимостью, что манекен ожил. Флоринда случайно заметила, как тот бродил вокруг.

Дон Хуан должен был отвести его в комнату Эмилито, где он остался стоять с другими диковинками из *второго внимания*.

Тайша проводила дни, валяясь на ступенях местной церкви. Однажды посетительница церкви склонилась над ней и заговорила. Она предложила отвести Тайшу к себе домой, покормить ее, помыть и сшить ей новую одежду. Тайша отказалась из боязни быть разоблаченной, как нищенка-самозванка. Женщина посещала церковь каждую неделю, и каждый раз повторяла Тайше свое предложение. В конце концов через несколько месяцев, когда Тайша превратилась в грязную нищенку с расшатанной психикой, какой и хотела казаться, она приняла предложение женщины. Хозяйка была богатой и могла приказать слуге позаботиться о Тайше (от которой шла ужасная вонь), но решила это сделать сама. Она искупала Тайшу (которая отчаянно сопротивлялась, так как за это время у нее появился страх перед водой), сделала ей прическу. Женщина провозилась с Тайшей долгое время, пока не убедилась, что сделала все как надо.

Затем она проводила Тайшу к двери и сказала, что сделала для нее все, что могла, и чтобы та больше сюда не возвращалась.

Тайша вспоминает об этой женщине с восторгом, так как благодаря ей она стала свидетельницей безупречности, которая является обратной стороной медали нищенства.

В первую очередь мы — воспринимающие, а затем уже социальные существа. Тем не менее мы, очевидно, тратим 98% энергии на озабоченность самими собой. Мы одержимы личными вопросами, такими, как «хорошо ли я выгляжу?», «слишком ли я худой или слишком толстый?», «все ли в порядке с моими волосами?», «любит ли он (или она) меня?», «буду ли я любить их?» и т. д.

Отвечая на эти вопросы, мы продуцируем осознание, которое пережевывают хищные существа Вселенной, а сами становимся изысканной пищей Орла (силы, пожирающей осознание), когда встречаемся с ним во время нашей смерти. Наш взгляд на мир избирателен. Ткань нашего существования полна дыр, через которые мы можем воспринимать фантастические миры, но нам не хватает энергии приподнять заградительную решетку, через которую мы воспринимаем.

Даже те вещи, которые мы воспринимаем, мы не можем окончательно постичь. К примеру — мы можем представить себе Белый Дом, но не можем услышать его запах или почувствовать его вкус. Почему бы не научиться постигать магические миры, которые доступны каждому из нас? Свобода возможна только при полном осознании.

Магические пассы *перепросмотра* и Тенсёгрити — это практики, помогающие усилить наше осознание, и подготовка к абстрактной битве.

Благодаря *перепросмотру* мы можем вспоминать все больше и больше о своем прошлом общении с людьми и можем прийти в своих воспоминаниях вплоть до трехлетнего возраста.

Мы увидим, как старые знакомые стереотипы тошнотворно повторяются. Занимаясь

*перепросмотром*, мы вбираем в себя всю энергию, растрченную при общении в прошлом.

Пассы Тенсёгрити — это движения, предназначенные для увеличения осознания нашего энергетического тела. Захватывая энергию и уменьшая озабоченность собой, которая прежде захлестывала нас, мы начинаем развивать безмолвие — прекращение внутреннего диалога и можем встретиться с абстрактной энергией.

Вселенная полна абстрактной, безличной энергии. Во внешней реальности нас ждет, как говорил об этом дон Хуан Карлосу, «нечто совершенно безличное». Но мы не должны бояться этого. Личная или безличная энергия — это энергия. Несколько из двенадцати основных пассов Тенсёгрити помогают нам освободиться от нашей мелочности и получить энергию из труднодоступных источников — такую, как энергия погасших звезд, наполняющая Вселенную. Они также предназначены для возвращения к нам наших двойников, вместе с которыми мы рождаемся (согласно взглядам магов, мы можем находиться здесь, а наши энергетические двойники могут быть далеко «в Китае»).

Вот рекомендации, как следует производить пассы:

- 1) Каждый пасс должен быть завершен с большой точностью, и в этом должно участвовать все тело. К примеру — при «Ударе Клешней» все тело должно вздрагивать, когда руки расходятся. Руки должны взлетать, как стрелы. Карлос говорил, что если мы проделаем каждый пасс как следует, то у нас хватит сил только на один или два.
- 2) Во время таких пассов, как «Осевой вдох», «Бесконечный вдох» и «Антенна», когда мы захватываем нечто неосязаемое, мы должны концентрироваться на захвате энергии и, отпуская ее, следовать за ней в черноту космоса. Когда она исчезнет в черноте, мы должны прервать зрительный контакт для того, чтобы притянуть ее к себе.
- 3) Когда мы толкаем, тянем или захватываем энергию, мы должны действительно толкать, тянуть или хватать с большой силой.
- 4) Хотя некоторые пассы слегка изменились с тех пор, как был сделан видеофильм, мы должны совершенствовать то, с чем работаем.

Если мы производим пассы совершенно, наше энергетическое тело само укажет нам путь и станет нашим учителем. Суть магии в том, что она всегда меняется.

В дополнение к двенадцати основным движениям нас обучили нескольким дыхательным упражнениям, предназначенным для повышения энергии, которую родители не смогли дать нам при рождении.

По мнению магов, мы в подавляющем большинстве являемся результатом «усталого совокупления», иными словами, в момент нашего зачатия родители просто производили механические движения, возможно, даже не отрывали при этом глаз от телевизора. Нам очень недостает энергии, и эти дыхательные пассы помогут нам ее обрести. Нас также обучили величайшему пассу «Открытого окна для абстрактной энергии». То, что я при этом испытал, было настолько прекрасно, что не поддается описанию. Для того чтобы обучиться этим пассам, очевидно, необходимо увидеть их демонстрацию.

В конце семинара две *чакмулы*, кузены Рени и Найи Мюрез, продемонстрировали пасс, называемый «Тенсёгрити Страсти» (The Tensegrity of Affection). Рич Дженнингс подробно описал его в своем отчете о лос-анжелесских семинарах, так что я не буду повторять его. Когда я наблюдал за сложным пассом, у меня было такое впечатление, что я слежу за исполнением классической сонаты, которую исполняют два человека, а не две руки, бегающие по клавишам. Он был разделен на четыре части, и каждая часть исполнялась исключительно тщательно. В конечном результате любовь была продемонстрирована очень впечатляюще, и это было достойным завершением уикэнда.

Флоринда и Тайша исчерпывающе ответили на многие вопросы, которые обычно задавались и



раньше (смотри к примеру, выпуски Magical Blend). Но был один вопрос, который я прежде не слышал. Он меня настолько изумил, что я забыл записать ответ. Вопрос звучит так: «Будут ли действительны наши кредитные карточки в параллельном мире *второго внимания?*» Очевидно, на него ответили, что лучше расплачиваться наличными.

Это дополнительные заметки о мауийском семинаре:

### **Флоринда Доинер-Грау и женщина с огромными зубами**

Однажды Флоринда, студентка из Лос-Анжелеса, вела микроавтобус Карлоса по ночным улицам города. Она ожидала, когда загорится зеленый свет, и вдруг уголком глаза увидела, что женщина в черном ухватила за ручку передней дверцы. Глаза женщины были дикими. Она бессмысленно улыбалась Флоринде, сверкая огромными торчащими вперед зубами.

Испугавшись, Флоринда вскрикнула и нажала на газ. Машина мчалась по дороге, но женщина не отставала. В ужасе Флоринда прибавила скорость. Стрелка спидометра подскочила до отметки 80 миль в час.

Но женщина неслась рядом с машиной, держась за ручку дверцы, еще долгое время. Затем Флоринда обнаружила, что та вдруг исчезла. Флоринда сразу же отправилась к дону Хуану и рассказала ему о женщине и обо всем происшедшем. Дон Хуан явно был озадачен, подумал немного, а затем спросил серьезным тоном: «А женщина пердела?» Флоринда была ошарашена, и дон Хуан был вынужден повторить вопрос. Флоринду раздражил не столько вопрос, сколько то, что дон Хуан отнесся к этому серьезному случаю не очень серьезно.

— Нет, нет, — настаивал дон Хуан со строгим лицом, — если женщина бежала так быстро, то должна была пердеть.

Как бы ни негодовала Флоринда, как бы ни кричала, что дон Хуан выживший из ума старик, тот все равно настаивал, чтобы Флоринда ответила на вопрос — не издавала ли женщина громких звуков, выпуская газы.

Наконец Флоринда сдалась и сказала, что если он не принимает ситуацию серьезно, то она отнесется к ней так же.

— Хорошо, — сказал дон Хуан, — столкнувшись с непостижимым, воин либо обращает все в шутку, либо принимает всерьез — и тогда непостижимое его разрушает.

### **Незаполненный чек чистой любви (The Blank Check of Sheer Affection)**

Флоринда описала силу, мотивирующую поведение в группе учеников дона Хуана, которая стала группой Карлоса. Она назвала ее «незаполненным чеком чистой любви», который они выдают друг другу. Она вспомнила, что Карлос описывал дона Хуана как человека, уделяющего 100% своего внимания каждому, кто говорил с ним. «Более чем кто-либо в этом мире уделяет внимание другому», — подчеркивал Карлос.

Причина заключается в том, что маги удерживают большее количество абстрактного осознания, чем обычные люди, которые, как правило, заняты сами собой.

Выдача подобного чека — огромное испытание для воина. Флоринда объявила, что выдала такой чек чистой любви Тайше, хотя та, прекрасная и блистательная, обладает трудными чертами характера и с ней не так-то легко ужиться.

## Личная оценка

Меня глубоко впечатлили организация и прохождение семинара в Мауи. Удивили не столько координаторы, сколько Тайша, Флоринда и особенно — *чакмулы*.

*Чакмулы* вкладывают огромную энергию во все, что они делают. Это относится не только к пассам, которые они производили, но и тому, как они вводили и выводили Тайшу и Флоринду из аудитории. Если бы не они, мы бы пленили их и часами задавали бы бесчисленные вопросы.

Что бы ни обсуждали Тайша, Флоринда и *чакмулы*, они фокусировались на Тенсэгрити и *перепросмотре*.

Мне потребовалось преодолеть шесть тысяч миль и столкнуться с этими людьми, чтобы осознать, что Карлос уже нагваль, а не подмастерье. Неважно, чем были для меня его ранние книги, сейчас он предлагает новую энергию и направление, где Тенсэгрити и *перепросмотр* — дороги, ведущие к ним.



Примечания к семинару  
в Лонгмонте,  
21—23 апреля 1995 г.\*

Произнесенное является окончательным и обсуждению не подлежит.  
В мире магов не существует суда мнений.  
Мы — последние из рода *чакмул*... мы несем на себе печать *чакмул*.

Новые пассы — подарок жителям Колорадо

Сможете ли вы через тридцать пять лет прыгать, словно кошка? Сейчас вы выглядите замечательно, но выглядеть хорошо через тридцать лет — это...

Карлос может прыгать, как кошка.

«Тенсёгрити» — архитектурный термин; принципиально обозначает движения, которые необходимы для возвращения энергетического тела и прекращения внутреннего диалога.

Пассы нужно проделывать с *намерением* вернуть энергетическое тело обратно, сохраняя максимальную фокусировку, чтобы впустить внутрь себя что-нибудь еще.

Пассы

**1. Круговые движения плечами: упражнение для разминки.**

- Руки свободно свисают по сторонам; поднимите плечи вверх, затем передвиньте вперед и опустите вниз. Делайте упражнение долго.
- Потом повторите его в обратном направлении — поднимите плечи вверх, отведите назад и опустите.

**2. Махи руками: еще одно тренировочное упражнение**

- Правую руку вытяните над головой, затем свободно опустите вперед.
- Маховым движением вновь поднимите руку над головой.
- Свободно опустите руку, как плеть. Постепенно ускоряйте движение до максимума. Рука должна двигаться свободно и расслабленно. Для движений используйте плечо.
- Расслабьтесь.
- Затем отведите руку в сторону-наружу и обратно.
- Теперь медленно поднимите руку вверх, свободно опустите, а потом проделайте маховое движение.
- Продолжайте, постепенно наращивая темп до максимума.
- Теперь отдохните, потянув руку.
- Проделайте упражнение левой рукой: сначала вперед, затем в обратном направлении.

**3. Толчки бедрами.**

- Исходное положение — ноги врозь, пальцы ног подогнуты вовнутрь, ноги слегка согнуты в коленях, причем колени развернуты наружу, как в «Позе Всадника»

---

\* Примечание составителя: здесь вы найдете неполные заметки, написанные мной в большой спешке лишь отрывками, по памяти. Многие слова записаны так, как были услышаны (в том числе, в переводе). Этому тексту явно требуются исправления, поэтому большое спасибо тем, кто прислал свои замечания, дополнения и возражения.

- (при правильном положении ног вы не должны видеть свои ступни).
- Отклоните бедра влево, смещая туловище вправо; руки одновременно выносятся вправо, взгляд следит за движениями рук.
- С силой двигайте бедрами слева направо, одновременно хлопая руками по левому бедру.
- Дальше: смотрите влево, вытягивая руки в ту же сторону, потом хлопните ладонями по правому бедру, энергично смещая бедра влево.
- Упражнение выполняйте долго. Главное при этом — движение бедер, а не рук.

#### 4. Подвижная ступня: первый вариант.

- Исходное положение — ступня левой ноги впереди, колено согнуто. Правая ступня отведена в сторону, правая нога выпрямлена в колене, голеностопный сустав и пятка прижаты к земле, пальцы правой ступни направлены вверх.
- Согните пальцы правой ноги влево, разворачивая ступню так, чтобы вам был виден изгиб внутренней части стопы; одновременно полностью разверните туловище направо.
- Сохраняйте положение, считая до десяти, затем расслабьтесь.
- Потрясите ногой, чтобы она отдохнула.
- Упражнение выполняют не менее трех раз (лучше пять-десять).
- Поменяйте ноги. Следите за тем, чтобы бедра были развернуты вперед.

#### Вариант второй.

- Левая нога выставлена вперед и согнута в колене. Правая нога полностью вытянута вперед, прямая в колене, голеностоп и пятка касаются земли, пальцы правой ноги направлены вверх.
- Согните пальцы, разворачивая всю ступню влево (чтобы был виден изгиб стопы) и одновременно поворачивая туловище до отказа влево. Вытянитесь как можно сильнее и сохраняйте положение, считая до десяти.
- Затем расслабьтесь и несколько раз встряхните ногу.
- Упражнение выполняют не менее трех раз (лучше пять-десять).
- Поменяйте ноги. Следите за тем, чтобы бедра были развернуты вперед.
- *Намерение* этого упражнения заключается в том, чтобы повысить осознание, выведя его за пределы ступней (при этом стремимся пальцами ног достигнуть неба). Это особенно хорошо для ликвидации последствий разрушений, причиняемых «летунами».

**Примечание** (От Слепня): Кайли говорила, что при повороте туловища в первом и втором вариантах нужно следить, чтобы бедра были развернуты вперед.

#### 5. Упражнение для ахилловых сухожилий

- Исходное положение — «Поза Всадника».
- Переместите вес тела на левую ногу. Сохраняя равновесие, выставьте правую ногу вперед, прижимая ее пяткой к земле.
- Затем отведите правую ногу назад, касаясь пальцами поверхности земли.
- Делайте движение ногой взад-вперед, стараясь максимально вытягивать ногу. Во время движения колено и ступня должны быть высоко подняты, туловище неподвижно. Левая нога должна быть зафиксирована. Следите, чтобы туловище не двигалось при этом вверх-вниз. Руками можно размахивать для равновесия, причем противоположная рука должна повторять движение ноги.
- Сделайте не менее пяти-десяти повторений (лучше повторить двадцать раз, считая: 1,1. 2,2. ... 20,20.)

После этого поменять ноги.

#### 6. Маховые движения ногами.

- Исходное положение — «Поза Всадника».
- Переведите вес тела полностью на левую ногу.
- Сохраняя равновесие, сделайте правой ногой маховое движение вперед и назад, описывая дугу. Ступня при этом движется параллельно земле.
- Сделайте не менее десяти циклов вперед-назад, затем несколько раз встряхните ногу, чтобы

расслабить мышцы.

- Поменяйте ногу.

**7. Накопление энергии:** напоминает предыдущее упражнение, но теперь нога описывает круг.

- Вначале правой ступней описывайте «внутренние» круги (против часовой стрелки), накапливая таким образом энергию.
- Затем рассеивайте энергию, делая круговые маховые движения правой ногой по часовой стрелке.
- Упражнение выполняется долго в каждом направлении.
- Затем смените ноги (вначале левая нога будет двигаться по часовой стрелке, а потом — против). Ступня должна двигаться параллельно земле.

**8. Рубящая энергия.**

- Исходное положение — стоя, руки опущены по сторонам.
- Разведите руки в стороны и хлопком соедините ладони вместе (правая рука является ведущей и располагается внизу); сильно сожмите пальцы.
- Сжатые в замок руки согните, подводя к правому плечу.
- Резким диагональным движением опустите руки вперед-вниз-влево, как бы имитируя удар топором (по-моему, это больше похоже на удар самурайским мечом).
- Затем сделайте шесть полных круговых движений руками против часовой стрелки.
- Закончите упражнение, сильно вытолкнув распрямленные руки наружу, чтобы стимулировать энергетическое тело. Локти держите согнутыми. Выполните упражнение несколько раз в нарастающем темпе.

## Упражнения из видеофильма

(Полное описание уже приведено, так что здесь описаны лишь отличия):

**1. «Пробуждение защитного потока».\***

- Убедитесь, что руки находятся на одном уровне. Руку, находящуюся сзади, лучше держать в определенном положении (ладонь распрямлена и напряжена, большой палец плотно прижат к ладони, указательный палец прямой, остальные согнуты).
- Вибрируйте, считая до десяти.

**2. «Клешни Омара».<sup>†</sup>**

- Локти согнуты. Удар наносится ребром ладони, большой палец зафиксирован. Дыхание — энергичное.
- Упражнение повторяется двадцать раз.
- НИКОГДА не выталкивайте прямые руки в стороны. Руки выполняют маховые движения. Здесь хорошо использовать маховые движения рук вовнутрь.

**3. «Энергетический шар».**

- Вначале руки и локти прижаты к туловищу, правая рука приподнята вверх, ладони чуть разведены под углом  $\Lambda$ .
- Правую руку опустите вниз, левую поднимите вверх.
- Когда ладони будут находиться на одном уровне, локти разводятся в стороны, а пальцы согнуты, будто удерживают мяч. Прodelайте пять хлопков, затем сильно напрягите пальцы рук, согнув их в виде костей орла и сцепив вместе.
- Разъедините пальцы.
- Тремя растирающими движениями распространите энергию по легким.
- Повторите упражнение, правая рука сверху.
- Вращайте руки, затем сделайте пять хлопков.

\* См. «Дар нагваля», т. 1, «София», Киев, 1996 год.

<sup>†</sup> У нас — «Краб наносит удар».

- Расцепите пальцы и тремя растирающими движениями вотрите энергию во внутренние органы.
- Повторите упражнение, на этот раз втирая энергию в половые органы (три движения).
- Несколько раз повторите весь цикл.
- Разведите руки в стороны и несколько раз энергично встряхните их.

#### 4. «Разрывание паутины».\*

- Сделайте десять хлопков, затем десять раз рассейте энергию и десять раз избавьтесь от ее избытка.
- Рассеивание энергии: при вдавливании энергии пальцы одной руки должны быть зажаты между костяшками другой.
- Избавление от остатков энергии: пальцы действительно должны быть сжаты вместе, причем большие пальцы с силой толкают вниз, а остальные — также с силой распрямлены. Руки выполняют энергичный толчок в направлении от солнечного сплетения.

#### 5. «Энергия переката».

- Это движение позволяет определить размеры энергетического тела. Десять перекатов сгруппировавшись, десять — вытянувшись и распрямив тело, потом — десять выталкиваний наружу.

#### 6. «Массирование желез в области лопаток»?†

- Здесь речь идет не о том, чтобы сводить лопатки вместе, а скорее о том, чтобы сжимать мускулы плечевого пояса. Выполняйте упражнение, считая до 50.

#### 7. «Осевое дыхание».‡

- Проходящая вдоль тела ось упирается своим основанием в землю. В этом упражнении вы не вытягиваете энергию из земли, а вынимаете основание оси, и саму ось поднимаете вверх — в бесконечность. Образно это можно представить в виде энергетического ствола, который вы извлекаете из земли, а потом выталкиваете вверх. Посылая ствол в бесконечность, некоторое время наблюдайте за его движением вверх, а затем прекратите *пристальное созерцание*, отпуская его прочь.

#### 8. «Слияние центральной силы тела».§

- Убедитесь, что рука охватывает голову так, чтобы макушка находилась под внутренним сгибом локтя. Повторите упражнение 10 раз.

#### 9. «Укол вилкой». \*\*

- Кончик большого пальца упирается в определенную точку, которая находится приблизительно в середине челюсти (эту точку нужно нащупать). Указательный палец упирается в углубление между глазом и виском, безымянный — во внутренний край глазной впадины.
- Надавливайте пальцами, считая до 10. Повторите упражнение несколько раз.

#### 10. «Проникновение в энергетическую дыру над головой».

- Притягивая энергию вниз, прикладывайте значительные усилия. Уперев руки в бедра и передав энергию внутрь тела, разверните ладони вверх и, захватив нежелательную энергию, с силой вытолкните ее над головой.
- Несколько мгновений наблюдайте за тем, как энергия удаляется, потом прекратите *пристальное созерцание*, отпуская ее.

#### 11. «Дыхание бесконечности».

- Ладонями почувствуйте энергию земли. В начале упражнения сделайте низкое приседание,

\* У нас — «Распределение энергии в теле».

† У нас — «Поток середины спины».

‡ У нас — «Дыхание главной оси».

§ У нас — «Выковать центральную силу»

\*\* У нас — «Двойная лицевая вилка».

наклоняясь всем туловищем.

**12. «Космическая антенна».** Собираение энергии потухших звезд (или, как я предпочитаю называть, «энергии нулевой точки»).

- Руки совершают маховые движения вперед и назад.
- При движении вперед правая рука движется по часовой стрелке, а левая — против. Не тянитесь вперед, просто слегка наклоните вперед туловище; руки не вытягиваются вперед, а направлены под углом вниз.
- При движениях назад правая рука движется против часовой стрелки, а левая — по часовой стрелке. Немного наклонитесь назад не вытягиваясь.

ДАЛЬШЕ УПРАЖНЕНИЯ ПОВТОРЯЮТСЯ

## Заметки с семинара в Логмонте, 21—23 апреля 1995 года, часть 2

В субботу, приблизительно в половине четвертого дня, мы закончили разучивать последнее упражнение из видеофильма — «Космическую антенну».

После краткого обсуждения *чакмалы* сообщили, что раньше им никогда не доводилось заканчивать так рано и что теперь у нас появилось много сэкономленного времени, так что они «в награду» научат нас семи дополнительным движениям (они объяснили нам, что эти движения являются «вспомогательными», то есть не самостоятельными. Это лишь элементы более сложных движений, которым нас научат в будущем (наподобие «Тенсёгрити Привязанности»)

### 1. «Удар с хлопком».

- Тут вышла серьезная заминка: оказалось, что Найи, которая показывала движения, не знала, как его объяснить, тогда как Кайли просто не хотела объяснять, хотя владела им в совершенстве...
- Лично мне кажется, что переход от вполне понятных упражнений из видеофильма к совершенно новым и неразученным дополнительным движениям вызвал серьезное смущение именно потому, что мы оказались как бы в замкнутом круге неумения...
- Исходное положение — Поза Всадника.
- Один удар наносится раскрытой ладонью руки прямо перед собой. Ладонью второй руки наносят удар перед собой вниз.
- Расположите обе руки перед собой, одну — на уровне лица ладонью наружу, другую — на уровне бедра ладонью вниз.
- Ладонь верхней руки переворачивается и резким движением направляется в положение, симметричное тому, в котором только что находилась противоположная рука.
- Кайли объяснила, что переворот руки одновременно с движением увеличивает выработку силы.
- Одновременно с движением верхней руки нижняя рука также поворачивается и резким маховым движением приходит в позицию, симметричную исходной позиции верхней руки. Вначале верхняя рука идет вниз («удар»), затем нижняя рука подымается вверх («хлопок»).
- Ритм упражнения в общем совпадает с мнемонической фразой, составленной из названия: «Удар-хлопок, удар- хлопок...».
- В этом движении руки движутся одновременно, что требует определенной координации (мой мозг определенно пытается убедить меня отказаться от выполнения движения вообще).
- Постепенно наращивайте скорость. Во время удара локти согнуты. *Намерение* заключается в том, чтобы пробудить энергетическое тело и повысить его готовность к действию (считается также, что подобные резкие движения якобы отпугивают многих «летунов»...).



## 2. «Подбрасывание энергии вверх».

- Движение напоминает предыдущее. Одна рука выставлена вперед на уровне пояса, ладонью кверху, как бы удерживая мяч. Вторая рука описывает круг и с силой ударяет по «мячу».
- В момент нанесения удара рука находится под углом около 45 градусов, или на расстоянии где-то в 30 см над раскрытой ладонью противоположной руки (как если бы на ней лежал баскетбольный или волейбольный мяч).
- Затем поменяйте руки местами и выполняйте движение некоторое время в нарастающем темпе.

## 3. «Резкое размешивание шоколада».

- Исходное положение — Поза Всадника. Одна рука находится на уровне лба, ладонь повернута наружу, пальцы согнуты, как когти орла. Вторая рука вытянута вниз, на уровне пояса; пальцы согнуты точно так же, ладонь развернута вверх-наружу.
- Сделайте круговые движения руками так, чтобы каждая рука пришла в положение, симметричное исходному положению противоположной руки.
- Рука, двигающаяся вверх, «разрывает» энергию (как в движении «Энергетический шар»), а рука, совершающая движение вниз, «размешивает» (чем-то напоминает движение при размешивании шоколада).
- Выполняйте упражнение некоторое время (так и быть, признаюсь вам, что вообще-то это движение называют просто «Резкое размешивание»).

## 4. «Построение энергетического тела (домика)»

- Это движение используют для создания энергетического тела и определения его размеров.
- Исходное положение — Поза Всадника.
- Руки совершают круговое маховое движение вверх-назад-вниз, затем выполняется сильный толчок вперед на уровне пояса (ладонями вверх).
- Затем кисти разворачиваются ладонями вниз, пересекаются и расходятся для удара в стороны.
- После этого ладони вновь поворачиваются вверх и руки сводятся вместе в центре, ударяя вверх на уровне лица.
- Затем кисти опять переворачиваются ладонями вниз, скрещиваются, и наносится удар в стороны.
- Потом руки вновь встречаются в центре (ладонями вниз), и производится удар вперед-вниз.
- Затем движение повторяется. Продолжайте в нарастающем темпе.

## 5. «Накопление энергии».

- Исходное положение — Поза Всадника.
- Сделайте глубокий вдох и с сильным хлопком соедините руки вместе (правая рука ложится поверх левой, угол между пальцами — 90 градусов, пальцы охватывают внешнюю сторону ладони другой руки). Руки смыкаются на уровне груди. Сжимайте руки действительно сильно, до ощущения дрожи в мускулах — так, чтобы левое плечо приподнялось от усилия.
- Затем на выдохе с силой толкните руки вперед; продолжая выдыхать, проведите руками по кругу по часовой стрелке.
- Сделайте как бы удар к себе (подтягивая сомкнутые в замок ладони до уровня гортани) и одновременно выдыхайте остатки воздуха.
- Сжимайте руки как можно сильнее, полностью сконцентрировавшись на этом усилии. Задержитесь в этом положении на пару мгновений.
- Все движение выполняется за время выдоха и начала следующего вдоха. Повторите упражнение несколько раз.

## 6. «Следы на земле».

- Исходное положение — Поза Всадника.
- Перенесите вес тела на левую ногу, слегка согнутую в колене.
- Ступней другой ноги «оставляйте следы» на земле, сохраняя руки и туловище неподвижными.
- Просто продолжайте как можно дольше. Если вы почувствуете, что со стороны у вас дурацкий вид, — продолжайте; если вы поняли, что устали, — продолжайте; если вам начинает казаться, что это никогда не кончится, — продолжайте.
- Когда же вы обретете внутреннюю тишину и утратите всякую надежду — поменяйте ноги.

## 7. «Последнее движение на сегодня».

- (Когда нам объявили: «А теперь — последнее движение на сегодня», кто-то в зале спросил: «А как оно называется?») Тут какой-то придурок брякнул: «А так и называется — Последнее Движение На Сегодня». Я так и не понял, есть ли у этого движения нормальное название, поскольку в воскресенье, во время дискуссии, было решено оставить ему именно это.
- Расслабьтесь и встаньте прямо.
- Начните с ощущения вибрации в голеностопе (добейтесь ощутимого гудения). Ступни не отрывайте от земли.
- Продолжайте, перейдя к потряхиванию ног. Вибрируйте коленями, двигая их вперед-назад (в это время кто-то спросил: «Делать шейк, как у Элвиса Пресли?») *Чакмулы* никак не отреагировали на это, но все пришли к мнению, что мы имитируем Элвиса — представьте себе целую комнату Элвисов Пресли!)
- Продолжайте вибрацию, поднимая ее кверху. Вытрясите из себя все чувство собственной важности и достоинства, всякие сомнения по поводу того, насколько по-дурацки это смотрится со стороны.
- Поднимайте вибрации к бедрам, туловищу и рукам.
- Вытрясите из тела все напряжение, все заботы, печали, смех и слезы.
- Вытрясите даже мысль: «У нас ни у кого нет чувства собственной важности, и нам плевать, как мы выглядим». Трясите все телом довольно долго.

Еще несколько примечаний о том, чего я не упоминал ранее:

**«Поза Всадника».** Многократно повторялось, что при этом ступни расставлены, пальцы ног подобраны внутрь, колени согнуты и слегка разведены. Если вы не видите собственные ступни, значит, поза правильная.

**Дыхание:** Если не указано иначе, вдыхайте носом и выдыхайте через рот. Многие движения не зависят от дыхания, поэтому дышите в нормальном ритме. Все удары и хлопки необходимо выполнять на выдохе.

Ни одно из новых движений не было указано как основное или вспомогательное. «Дополнительные» движения также не являются ни основными, ни вспомогательными.

**Локти и колени:** Все удары и хлопки выполняются при согнутых локтях и коленях НИКОГДА не держите при этом руки и ноги прямыми — это может привести к травме.

**Кэрл Тиггс:** Выглянула из боковой двери слева от сцены

(Кайли заметила ее, остановила семинар и обратила наше внимание на появление Кэрл), чтобы прокомментировать отверстие в энергетическом теле, возникающее в результате рождения детей (она также представила свою личную стражницу. Тогда я не записал ее имени, да и сейчас не могу вспомнить — что-то вроде Амалии). Это дополнение касалось вопроса, заданного на предыдущей лекции. Оказалось, что у Кэрл есть ребенок, которого она называет «Голубой Лазутчицей».

«У нее больше энергии, чем у меня».

«Она никогда не называет меня мамой и обращается ко мне “Это”».

«О дырах не волнуйтесь — это ерунда по сравнению с тем, что могут сделать *воладоры*».

«Концентрируйтесь на тренировке *вспоминания* и Тенсёгрити. Не переживайте о возможности «выйти за край», о которой Карлос пишет в своих книгах».

«Эти книги уже устарели и прежнего Карлоса уже не существует. Когда его спрашивают о чем-либо написанном в его книгах, Карлос нередко не может ответить, потому что сейчас он совсем не тот

человек, каким был раньше».

«Слушайте, я могу себя назвать засранкой тогда, когда захочу...»



## Отчет о работе семинарской группы по Тенсёгриту, происходившей 19-21 мая в Мехико

В прошлые выходные (19—21 мая) в Мехико, в гостинице «Шератон Мария Изабель» проходил семинар по Тенсёгриту. Присутствовали три *чакмулы*, а также Флоринда, Тайша и Кэрол Тиггс. Мероприятие привлекло внимание 1000 человек; семинар состоял из трех вечерних дискуссий (в пятницу на семинаре председательствовала Кэрол, в субботу — Тайша, а закрывала семинар в воскресенье Флоринда) и двух занятий по Тенсёгриту: одно, для пятисот человек, происходило в субботу, второе (для такого же количества) — в воскресенье. Заседания начинались в 9 утра и заканчивались в 6 вечера. Через два часа, в 8, начинались общие конференции.

Чтобы не растягивать отчет, я начну с события, которое произошло 19 мая в пятницу — в тот день работу семинара вела Кэрол Тиггс. Большой танцевальный зал отеля, арендованный по случаю проведения семинара, был заполнен до отказа: в этот день всех желающих пускали без билетов. Группа ведущих (Флоринда, Тайша, Кэрол, Кайли, Рени, Найи и несколько помощников) прибыла в полдевятого. Кэрол и переводчик расположились на сцене, остальные сели в первых двух рядах, специально забронированных для них. Кэрол начала дискуссию. Представившись собравшимся, она продекламировала «стихотворение», сначала на испанском, а потом на английском, что привлекло всеобщее внимание. Это поэтическое произведение звучало приблизительно так:

«Господи, дай мне то, что у тебя еще осталось! Дай мне то, что никто не просит у тебя! Я не прошу у тебя ни здоровья, ни денег, ни даже помощи. Люди так часто просят у тебя об этом, что у тебя не могло ничего остаться. Господи! Дай мне то, что у тебя еще осталось! Дай мне то, что другие отказываются принимать. Мне нужна нестабильность и беспокойство! Мне нужны трудности и бесконечная борьба! О, если бы ты дал мне это!.. Господи, дай мне все это раз и навсегда, ибо вряд ли я еще раз осмелюсь просить у тебя того, что у тебя еще осталось!»

Затем она рассказала о том, как впервые встретила с Карлосом Кастанедой, и о том, как дон Хуан с самого начала поразил ее сначала своей громкой отрывкой, а потом своими глазами, и о том, как он рассказал ей, что она «двойная женщина» и что Карлос Кастанеда с энергетической точки зрения совершенно похож на нее. Затем она рассказала, как исчезла из этого мира более чем на десять лет; она сказала, что ей это показалось сном и что в те годы время не имело для нее никакого значения. «Когда я вернулась, то очутилась в Тусоне, штат Аризона. Узнавать те места через десять лет было достаточно трудно, но я уверена, что дон Хуан заранее знал о том, что должно было произойти со мной. Он заставил меня спрятать пластиковые пакеты с деньгами в этом и других городах. Тогда это казалось мне абсурдным, но после я отлично поняла, что к чему.

Итак, я нашла один из пакетов, что позволило мне перебраться в Лос-Анжелес. Там я прожила некоторое время как бы в состоянии зомби. Затем я узнала, что Карлос Кастанеда собирается читать лекцию в книжном магазине «Феникс» в Санта-Монике. Я поехала туда, встретила с Карлосом он два часа говорил со мной, не соображая, о чем собственно, — настолько он поразила, увидев меня».

## Продолжение отчета о семинаре (4), проходившем 20 мая в субботу, 1995 г.

### Вечерняя дискуссия. Тайша Абеляр

Когда *видящие видят*, им видно, что у «сталкеров» на плечи наброшено нечто вроде «шали» из светящихся волокон, а «сновидящие» одеты в подобие «гавайской юбки» из таких же светящихся нитей... Я — «сталкер».

Моими учителями были женщина по имени Клара и мужчина, которого звали Эмитито. Прежде чем принять ученичество, я должна была добиться, чтобы *воладорес (летуны)* перестали пожирать мое осознание. Дон Хуан обычно говорил, что подобно тому, как люда держат кур в гальинерос (курятниках), *воладорес* держат людей в уманерос (человечниках); при этом они делают с людьми то же, что все мы обыкновенно делаем с курами...

Если верить старому Нагвалю (дону Хуану), при рождении человека возникает сияющее яйцо, которое ярко лучится светом осознания. Однако по мере того, как мы стареем и погружаемся в общественную среду, живущие в нашем мире создания, которых *видящие* называют *воладорес*, принимаются питаться нашим осознанием, пока свечение сияющего яйца не опустится до уровня лодыжек (другими словами, они буквально выедают нас до дна). Дон Хуан говорил, что оставшейся энергии нам хватает только для повседневной саморефлексии.

Человек, обладающий знаниями, должен подумать над тем, как остановить прожорливых *воладорес*, предотвратив пожирание вновь нарождающегося осознания (да, да, оно действительно восстанавливается). Ведь *воладорес*, умело используя нашу жалость к самим себе и отношение к своей жизни и к другим людям с позиции «несчастливого ребенка», с такой легкостью пожирают человеческое осознание! Единственным способом остановить их являются шаги к самодисциплине — такие, как *перепросмотр* и Тенсёгрити. Выполняя эти дисциплинирующие действия, мы оказываемся в состоянии взрастить в себе такой тип осознания, который не по вкусу этим *воладорес*; тогда мы можем дальше наращивать осознание, ведя себя безусловно, как подобает воинам, и не опасаясь, что *воладорес* пожрут его.

Карлос всегда ищет тех, кто смог восстановить свое осознание, некогда опустившееся до самых щиколоток. Однажды ему рассказали о некоей «гурессе» (женщине-гуру), живущей в Лос-Анжелесе. Говорили, что она пользуется огромной популярностью, обладает «морем» энергии и с большим успехом набирает людей для занятий медитацией.

Карлос взял троих из нас (Кэрл, Флоринду и меня), и мы отправились посмотреть на эту женщину. Когда мы *увидели* ее, мы заметили, что ее осознание ничем не отличается от осознания других людей: оно едва теплится на уровне ее щиколоток. Единственным отличием было то, что *точка сборки* у нее была большего размера, чем обычно, что привело к возникновению большого-пребольшого ЭГО. Та женщина превратилась в эгоманьяка: она уверовала сама и заставила поверить других, что обладает громадными способностями «просветлять» людей.

(Впоследствии, с помощью Кайли, Тайша показа/и фотографию одного из *воладорес*, сделанную одним из ее друзей на церемонии равноденствия, проходившей у пирамид Теотиуакана. Пожиратель осознания напоминал тень с человеческими очертаниями, несущуюся над головами толпы.) В подобных местах *воладорес* особенно любят кормиться — ведь вся атмосфера пронизана «ощущением самозначимости», ибо каждый ощущает, что его или ее «энергия» в данный конкретный момент используется для никому не известной цели «спасения мира». Правда, может, они думают о своей особой значимости потому, что представляют себя своего рода приемниками «космической энергии», которую боги посылают с небес «избранным», собравшимся внизу для восприятия.

Еще одним местом, где можно найти *воладорес*, являются дома, которые посетила смерть: собравшиеся там люди пускаются в самосожаление, претендуя на роль «несчастливого младенца»; что ж, за это винить нельзя, просто так и есть на самом деле. Именно поэтому, сталкиваясь с подобными ситуациями, мы должны «осознавать», что творится вокруг (постоянно используя практику *перепросмотра*), чтобы не пасть жертвой ощущения «собственной важности», «жалости к себе» и не очутиться во власти *воладорес*.

Именно поэтому нам не нужны ритуалы, разные там «очищения», «защиты», «амулеты», «талисманы» и пр. Чтобы защититься наилучшим образом, чтобы утешить дух как следует, нужно избавиться от чувства «собственной важности» и отправиться безупречной тропой — «тропой сердца».

Часть времени, в течение которого я училась быть *сталкером*, я провела в домах маг ов на верхушках деревьев. Так продолжалось два года.

*Сталкер* должен свободно владеть искусством смещать *точку сборки* в иное место. Когда мы спим, эта точка перемещается естественным образом; однако вы не заметите этого движения, если не начнете «сновидеть» (для этого вам потребуется накопить некоторое количество энергии, используя уже описанные упражнения). После того, как вы заметите перемещение *точки сборки* в новое, более удобное для нее место, вам потребуется зафиксировать ее — в этом и состоит суть умения *сталкера*.

Когда я жила среди вершин деревьев, одной из наиболее необычных вещей, заставлявших мою *точку сборки* переместиться в новое положение, было осознание полной потери ощущения «горизонта». Меня окружали лишь листва и небо, а земля всегда находилась «внизу» — там, где мы обычно передвигаемся, когда привязаны к системе четырех координат.

Когда живешь на вершине дерева, приходится приучиться к системе шести координат. Спускаться вниз и касаться земли мне не разрешали, отчего моя *точка сборки* переместилась и зафиксировалась в новом положении. *Видящие, видевшие точку сборки*, утверждают, что одна из ее сторон светится. У мужчин эта светящаяся сторона направлена наружу от «светящегося яйца», а у женщин — вовнутрь.

Из-за того, что я жила на вершине дерева, моя *точка сборки* начала разворачиваться наружу, как у мужчин; *увидев* это, дон Хуан заставил меня проделать другие упражнения *сталкера*, чтобы исправить это. Он послал меня в один город в Мексике, где жила Нелида под видом богатой светской дамы. Я должна была пожить у нее в роли племянницы, приехавшей в надежде найти себе жениха.

Итак, они обучили меня всем «женским искусствам»: я освоила искусство макияжа, научилась готовить, шить, танцевать и играть на фортепиано, усвоила хорошие манеры и даже училась французскому. Мы часто появлялись на приемах в высшем свете. Меня представляли как хорошо образованную девушку, которая ищет себе достойного супруга.

Но однажды, через шесть месяцев после моего появления в этом городе, я встретила отлученного от церкви священника, переживавшего глубокие эмоциональные страдания. Все, что пришло мне в голову по поводу помощи, было подвесить его на дереве. Разразился грандиозный скандал, и дон Хуан *увидел*, что пришло время сменить стратегию. Он сказал, что поскольку я все еще желаю «привлекать всеобщее внимание», он собирается предложить мне новую форму *сталкинга*, которая либо излечит меня, либо убьет.

Короче, он превратил меня в нищенку. Сначала они сменили мое замечательное белое платье на «рвань», затем измазали мне волосы чем-то липким; я помню, как Нелида мазала мою кожу какой-то жирной дрянью, чтобы я выглядела более смуглой и грязной, а Эмилио в это время развивал идею о том, что мне необходимо засунуть в волосы жевательную резинку.

После того, как они «переделали» меня в нищенку, дон Хуан позвал «Альфонсину», которая была

одной из городских нищих. Он сказал ей, что я сумасшедшая и они не могут больше быть вместе со мной. Он дал Альфонсине немного денег и попросил ее заботиться обо мне.

Я ушла с ней; я помню, как по дороге она сказала мне: «Видно, ты не больно разговорчива... Вот и отлично, я думаю, что мы хорошо поладим друг с другом...», а потом мы пришли к ней домой, и я ужаснулась: это было самое худшее, грязное и вонючее жилище из всех, что я когда-либо видела. Она жила в комнате размером 6 на 6 метров, стены были сделаны из жести и картона, а спать следовало на грязном полу, поверх которого валялось два «петатес» (травяных тьюфяка), которые так и кишели насекомыми. Зрелище было настолько отвратительным, что я почувствовала острую необходимость уйти.

Я опрометью бросилась в наш дом, однако там слуги сказали мне, что все уехали в длительное путешествие, хотя я еще могу попробовать застать их в центре города. Мигом добравшись до центра, я с облегчением увидела машину Нелиды, остановившуюся у перекрестка на красный свет. Подбежав к машине, я увидела за рулем дону Хуана и принялась умолять его спасти меня от этого безумного мероприятия; я говорила ему, что не хочу быть нищенкой, что все это зашло слишком далеко, что дом Альфонсины был крысиной дырой и что я не соглашусь провести там даже одной ночи.

Дон Хуан пронзительно взглянул на меня и сказал, что это занятие мне придумал дух, что если я не справлюсь, то никогда больше не увижу никого из них. С этими словами он потянулся к карману и, достав из него монетку, бросил ее мне со словами: «Ступай и отыщи то, что тебе нужно найти. Ты увидишь, что люди будут отдавать тебе свои деньги, но при этом будут презирать тебя за твой вид и твоё ремесло. Помни, что у монеты есть и другая сторона. Если ты найдешь кого-либо, кто действительно будет заботиться о тебе, значит, ты преуспеешь в своем задании и научишься никогда больше не искать излишнего внимания к собственной персоне».

Сигнал светофора сменился на зеленый, и они покатали вперед... А я стояла там, на главной площади города, и думала, что у меня не осталось никакого выбора, кроме как вернуться к Альфонсине и честно играть роль нищенки, не строя никаких надежд и нимало не заботясь о том, когда это все кончится и что со мной будет дальше. Впрочем, если дух считал, что это подходит для меня, — я была готова оставаться нищенкой до конца своих дней.

Когда я вошла в жилище Альфонсины, она стояла на коленях перед печкой-буржуйкой, поджаривая кукурузные хлебцы-тортильяс. Не промолвив ни слова, она протянула мне один хлебец, и я молча села и принялась за еду.

Городок был маленький, и мне надо было придумать историю моей прошлой жизни. Альфонсина сообщала людям, что я являюсь ее слабоумной дочерью, которая до этого жила с отцом в большом городе, а теперь, после смерти отца, была вынуждена отправиться к матери.

Итак, я начала звать Альфонсину «мамой»; каждый день теперь я приходила домой и говорила: «Здравствуй, мама! Вот, смотри, сколько я насобирала сегодня», — и отдавала Альфонсине все. Жизнь нищенки была тяжелой. Иногда мне приходилось драться с другими нищими за лучший угол на улице, где больше подавали. Альфонсина рассказала мне, что лучше всего попрошайничать у входов в рестораны и спортивные залы — хорошо поевшие или натренировавшиеся люди всегда что-нибудь дают внушающим жалость нищим. Еще она сказала, что церкви — не самый хороший вариант, поскольку прихожане уже отдали церкви все, что могли, да и потом — они скорее пожертвуют что-нибудь церковникам, чем сидящим на паперти попрошайкам.

Еще Альфонсина научила меня всегда носить с собой небольшое полено, чтобы я могла обороняться от нападения других нищих, если занимала их территорию. Этот кусок дерева действительно оказывался полезным. Мне всегда нравилось ходить под церковь — нет, не для того, чтобы просить милостыню; мне очень нравилось смотреть на удивительной красоты женщину, которая каждый день приходила в церковь. В этой женщине было нечто привлекавшее мое внимание.



Получше освоившись с ролью нищенки, я постепенно начала слышать «мысли других», я могла разобрать даже происходившее на расстоянии квартала. Однажды я сидела на церковной паперти. Вдруг ко мне подошла та самая красивая дама. Она заговорила со мной. Женщина объяснила, что хочет забрать меня к себе, что она отмоет меня и даст мне чистую одежду. Некоторое время я отказывалась, но как-то днем мне пришли в голову слова дона Хуана об «истинной заботе» — и я приняла ее приглашение.

Как только мы пришли к ней домой, женщина немедленно засунула меня под душ, сняв с меня лохмотья. По мере того как мое тело под струями воды начало очищаться от грязи, женщина с ужасом воскликнула: «Да ты же белая девушка! Что же они сделали с тобой!» Я не могла произнести в ответ ни слова. Тогда женщина дала мне кардиган и много денег, потребовав, чтобы я возвращалась туда, откуда пришла, и никогда больше не занималась попрошайничеством.

Я вернулась к Альфонсине. Огдав ей деньги, я сказала ей обычное: «Мама, мама! Смотри, сколько я насобирала сегодня». Взглянув на меня, Альфонсина едва не лишилась чувств. Наконец, совладав со своими эмоциями, она сообщила мне, что «меня коснулся ангел». Потом она заболела, и я отвела ее к Нелиде. Там я обнаружила дона Хуана, Нелиду и остальных. Нелида отвела Альфонсину в спальню, чтобы позаботиться о ней.

Я осталась в гостиной с доном Хуаном. Меня очень волновало, что будет дальше с Альфонсиной: к этому времени я поняла, что люблю ее, бессознательно люблю, хотя до этого времени даже не представляла себе, что такое любовь. Я попыталась рассказать обо всем дону Хуану, однако, судя по всему, он сам уже разобрался в моих чувствах. Сообщив мне, что я успешно справилась с заданием, он сказал, что мне больше не нужно возвращаться к Альфонсине, что у Альфонсины была дочь, которая искренне любила ее, но сегодня эта дочь умерла навсегда. Тут я поняла, что все в мире магов преходяще и что живущий в нем должен свободно парить, не обременяя себя никакими привязанностями.

## Лекция Флоринды Доннер-Грау

### Семинар по Тенсёгрити института Омега, 26—29 мая 1995 г.

Пятница, 26 мая, вечер. Речь Флоринды  
Замечание: Флоринда говорит очень быстро, энергично, ее речь наполнена юмором. Помните об этом, читая заметки, в сильной степени утратившие живость и неистовство личной энергии Флоринды.

Огромный белый тент, под которым находилось 450-500 собравшихся, наполнился аплодисментами, когда члены клана Кастанеды вошли и сели в линию, обратившись к сцене. Миниатюрная, коротко остриженная, светловолосая Флоринда Доннер-Грау поднялась на сцену, заметив в отношении гигантского тента, что у нее создалось впечатление, будто мы «пришли в цирк». Она вспомнила, что при первой встрече с доном Хуаном и его компанией они показались ей цирковой труппой. Затем Флоринда (одетая в черную безрукавку поверх белой блузки с большим воротником) представила членов группы Кастанеды, включая Тайшу Абеляр, трех *чакмул* и трех человек, называемых новыми хранителями (*чакмул* и всего клана): Фабрицио Нагалья, Тайю (не уверен, что правильно расслышал имя) Блейк и афро-американскую женщину Мишель, которая еще не имеет новой фамилии. Кроме того, Флоринда сказала, что Кэрол Тиггс еще не прибыла.

Флоринда извинилась перед теми, кто не знает ни ее, ни остальных (из бесед со многими людьми я знаю, что основная часть прочла только пару книг Флоринды Доннер). Она объяснила, что все они являются прямыми учениками дона Хуана и вошли в мир магов более чем 25 лет назад. Они прошли длительный подготовительный период, включая 10 лет с доном Хуаном и еще 10 лет со старой Флориндой. Это из-за того, что они были «полнейшими имбецилами». Маги стремились преобразовать их бесконечные «я не понимаю» в правильное отношение к учению. Маги пытались показать им, что понимать нечего. К. К. имел множество трудностей с «пониманием», потому что был самым агрессивным и склонным к постоянной вербализации. Дон Хуан отмечал, что стремясь «понять», они просто пытаются описать процесс. Наконец они узнали, что люди способны развить невероятные возможности энергетических изменений, не нарушая своей психики.

Дон Хуан, которого Флоринда называет «Старым Нагвалем», имел 15 последователей — восемь мужчин и шесть женщин. Кроме того, он имел четыре различных имени, различных личности, различных настроения и различных направления. Он обучил их тому, что определяет Путь Воина. (Она объяснила, что нагваль обладает двойной энергетической конфигурацией, позволяя им выйти на иной уровень энергии. Когда личная восприимчивость такого человека возрастает, он может возглавить группу в качестве нагваля.)

Прерывая непрерывность повседневной жизни, мы можем получить доступ к огромным резервуарам энергии. Для К. К. энергия открылась тогда, когда он прыгнул в бездну. Они не понимали, что с ними происходит, они просто видели, как К. К. прыгнул и через десять часов оказался в Вествуде, в своей квартире на пересечении бульваров Вествуд и Вилшир. Никто из них не смог понять, что произошло. (Если бы К. К. не прыгал, а просто загипнотизировал всех, ему бы не удалось так быстро оказаться в Вествуде. Для того чтобы от места прыжка добраться хотя бы до Мехико, потребовалось бы два дня.)

Кэрол Тиггс исчезла на 10 лет и появилась в книжном магазине «Феникс», после месячных попыток отыскать клан.

Нагвали объясняют свое новое восприятие тем, что потеряли осознание своего «я». Позднее появилось около двухсот людей, называющих себя нагвалями. Около трех недель назад К. К. получил письмо. (Примечание: К. К. больше не читает так, как это делает обычный человек. Он весь

день спит на книгах. Печенью и селезенкой он научился воспринимать трудные философские книги. Ногами, до колен, он читает триллеры. К сожалению, на теле К. К. не остается свободного места для чтения писем. Его пенис вообще не умеет читать, он может лишь просматривать «Playboy». Раз в день, когда К. К. спит, Флоринда и Кэрол Тиггс прикладывают пакеты писем к его ягодицам. Когда К. К. просыпается, он говорит, что хорошо поспал, только аллигаторы, змеи и барракуды постоянно кусали его за зад. Голова К. К. подходит только для чтения журналов: «Time», «Der Spiegel» и «Hola». Поэтому Флоринде приходится самой читать К. К. письма). В этом письме было написано: «Дорогой Старый Нагваль. Если бы я оказался рядом, то заключил бы вас в дружеские объятия. Пришло время сойти вам со сцены и уступить место молодым». Письмо переমেжалось ужасным испанским. Подпись: «Новый Нагваль, дон Алонзо». По всему миру появляются новые нагвали: в Аргентине, России, Восточной Европе. Появляются даже нагвали-женщины.

(Еще одно примечание: Они все подчиняются Кайли. Кайли не позволяет Тайше рассказывать свои истории, чтобы не ввергнуть окружающих в рыдания. Она не разрешает К. К. смотреть телевизор и пить кофе, а Кэрол Тиггс есть, потому что та сильно растолстела. Однако Флоринде Кайли разрешает делать все. Они обе являются «балтийками» — обе «с одной планеты». Благодаря матке женщины, в отличие от мужчин, имеют большую расположенность к чтению, однако способны читать за раз лишь несколько страниц. К сожалению, такой способ чтения (при помощи вагины) становится причиной порчи книг, поэтому сейчас они читают так же, как и остальные. Условием для подобного чтения является внутренняя тишина. Длительность периода внутренней тишины, необходимого для ощущения энергии, индивидуально различается. Для Флоринды он составляет восемь минут.)

Д. Х. оставил в наследство бесконечные возможности. Он отыскал их на уровне бессмысленного и превратил в штурманов моря неизведанного. Трое из них будут рассказывать истории, иллюстрируя это, как удаленным от глаза Орла это можно описать только с помощью историй. Мужчины и женщины нагвали — единственные существа, способные сделать это. Это трезвые спокойные существа, отбросившие осознание собственного «я», они могут путешествовать к неизведанному. Однако нагваль — вовсе не диктатор, просто в нем есть нечто энергетическое, что направляет группу.

Путь Воина. Три основных принципа, используемые в качестве базиса для перестройки существующего социального порядка:

- (1) Мы — воспринимающие существа и можем создавать только с помощью восприятия. (Примечание: дон Хуан непрерывно повторял это. Причина бесконечных повторений состояла в том, что нечто воспринимаемое на телесном уровне при благоприятных условиях может стать телесной истиной.)
- (2) Всегда существует множество препятствий для нашего восприятия, поэтому в повседневной жизни мы не воспринимаем, мы интерпретируем. Например, то, что мы видим сейчас, интерпретируется в то, что мы находимся под тентом. Маги знают, что интерпретация — основа того, что мы делаем с чувственными данными. Философы также понимают это на ментальном уровне. Эдмунд Гуссерль, германский философ, говорил, что добраться до истины можно только «взяв в скобки» значения и отбросив суждения, т. е. прекратив интерпретировать. Когда студенты спрашивали Гуссерля, как это сделать, он отвечал: «Откуда мне знать? Я — философ».
- (3) Маги знают, как подавить суждения и как вернуть их обратно.

Старый Нагваль был чрезвычайно прагматиком и отличался от всех техникой и настроением. С Флориндой он вел себя прямо и непристойно. Он сказал ей, что всякий раз, когда она видит старую Флоринду, та на самом деле обнажена, намекая на то, что в повседневном мире мы воспринимаем всех одетыми, поэтому обычно маги предстают перед нами полностью одетыми, даже если они обнажены. Они одеты в накидку из прозрачной энергии. Старая Флоринда ходила в шелковой мантии, что само по себе возмущало Флоринду. Однажды к ним вошел дон Хуан и попросил старую Флоринду снять одежду. Старая Флоринда ответила: «Как вам будет угодно», и оказалась нагой и великолепной. Д. Х. сказал Флоринде: «Блондинка, полюбуйся». Затем он спросил ее, где мантия. Мантии не было. Флоринда просто была нагой. То же самое д. Х. проделал и К. К., однако К. К.

всегда считал эту мантию реальной, кроме того, он был слишком занят сдерживанием собственной энергии, и у дона Хуана было время припрятать мантию. Флоринда проделала то же с *чакмулами*. Вчера, в шесть часов вечера, к ней в комнату вошла разнервничавшаяся Рени Мюррез. На Флоринде ничего не было, но Рени видела ее полностью одетой.

Кроме того, мы не видим, как среди нас существуют широкие и узкие волнообразные, темно-шоколадные тени — Неорганические Существа, которые энергетически движутся на более низких скоростях. Только в *сновидении* мы можем сбалансировать нашу энергию так, чтобы увидеть их. Однажды в своей квартире в Лос-Анжелесе она ходила обнаженной, практикуясь в создании энергетической мантии. Вдруг она почувствовала, как что-то пушистое трется у ее ног. Она подумала, что не закрыла дверь и приبلудная собака вошла в комнату, однако, конечно же, это было неорганическое существо.

Как только мы осознаем, что интерпретация — акт *намерения*, мы становимся готовыми видеть мир как акт *намерения*, акт волшебства. Смотри, к примеру, с улицы на Белый дом, мы видим лишь то, что он прямоугольной формы, однако мы склонны дополнять этот образ абстракциями нашей культуры. Для магов это акт волшебства, совершающегося со всем вокруг нас. Простое *намерение* магов создает новые миры. *Намерение* — очень прагматическая вещь, оно позволяет магам ориентироваться в море осознания. Маг знает, что делает, и может избавиться от своей обычной системы интерпретаций. Это лишь временный акт, но он открывает двери к чему-то невообразимому. Человек может снова вернуться к повседневности, однако он станет другим.

Позднее воспоминания коснулись и Кэрол Тиггс. Она и К. К. являются одной личностью. Энергетически они одинаковы и легко могут избавляться от системы интерпретаций.

Переходя в другой мир, человек сначала видит картины, похожие на фильм, а затем оказывается полностью погруженным в новую обстановку. Ему кажутся совершенно ненужными всякие объяснения своего восприятия. Теперь он удивляется, как раньше мог интерпретировать мир лишь единственным образом?

В своих путешествиях К. К. и К. Т. встречают существ, очень похожих на обитателей нашего мира. Они приобщаются к иной энергии и с этого момента становятся заинтересованными в этом источнике интерпретаций. Кэрол «очень прохладно относится к этому», тогда как К. К. более прямо и говорит, что «Ли Марвин напуган». Это любимое высказывание К. К., взятое из понравившегося заголовка статьи в «Esquire».

К. Т. и К. К. перемещают свою *точку сборки* за пределы светящегося яйца и исследуют мир, построенный в новой позиции *точки сборки*. И все же этот мир кажется им очень похожим на наш. Светящееся яйцо связано с землей и, когда *точка сборки* перемещается наружу, восприятие меняется коренным образом. Они больше не знают, что именно воспринимают.

Вернув *точку сборки* на прежнее место, они начинают интерпретировать то, что видели, в терминах мира, который знают. Страх означает для них то, что они вынуждены интерпретировать этот новый мир как мир внешний.

Неорганические существа населяют мир, параллельный нашему. Они являются сознанием, присущим не существам, а сгусткам энергии. В *сновидениях* маги переживают ужасные столкновения с ними. *Сновидение* — это люк, позволяющий магам встретиться с неорганическими существами. Мы используем неорганические существа, чтобы попасть на новые уровни восприятия. Присутствие неорганических существ является автоматическим. Когда мы опустошаем наше сознание, они начинают испытывать к нам привязанность, которая может сравниться с привязанностью домашних животных.

Маги «конструируют» образ неорганического существа, используя образы созданий из нашего мира. Однажды в Лос-Анжелесе, когда Флоринда и Тайша ехали в машине на занятия, одна старая

женщина схватилась за дверь. Они ускорили движение, чтобы оторваться от нее, но оторвались, только повернув с Олимпика на Вилшир, где было больше света. Д. Х. рассмеялся, когда Флоринда сказала, что женщина была очень стара, с кривыми зубами и смрадным дыханием. «Мне кажется, вы унюхали нечто другое», — сказал он, пояснив, что всякий, кто бежит с такой скоростью, должен был бы выпускать утробные газы. Позднее неорганические существа показывались в виде смеси кошки и кролика с ужасными зубами. Д. Х. велел Флоринде избегать очеловечивания неорганики, потому что ее «заикленность на зубах» выглядит нездорово.

Иногда энергия конфигурируется в нечто бесформенное, что можно ощутить как прикосновение легкого ветерка (настоящий ветер содержит теплый воздух, несомый массой холодного, этого нельзя ощутить в том, что не является ветром). Д. Х. говорил К. К., что разницу между этими двумя ветрами можно, ощутить, только будучи босиком. Д. Х. взял Тайшу и Флоринду в горы, приказал им снять одежду и прислониться к скале. Ощутив ветер, они должны были присоединиться к старой Флоринде у подножия холма.

Флоринда ждала, но никакого ветра не было. Она уже собралась уходить, как вдруг ощутила, что мощный поток энергии входит в отверстие между ее ногами. Это заставило ее с криком побежать вниз. Д. Х. и старая Флоринда ждали ее внизу, они остановили ветер. Они оглушительно смеялись. Флоринда рассказала, что была «изнасилована» ветром. Д. Х. сказал, что если она все воспримет правильно, то кое-чему научится.

С подобным ветром встречаются не только маги. Вот что произошло с подругой Флоринды, профессором испанской литературы. Однажды она принимала ванну. Вдруг нечто схватило ее и сбросило с лестницы. Ее халат слетел, а крики разбудили сестру, жившую вместе с ней. Позднее сестра рассказывала, что увидела ее лежащей на полу и мурлычащей от удовольствия. Профессор вынуждена была сходить к психоаналитику, так как считала себя «взятой ветром».

То, что мы воспринимаем, не может быть плохим или хорошим, это лишь восприятие. Один наш друг сделал фотографию с изображением «воладора» — феномена, наблюдавшегося в Теотиуакане. Там, на пирамидах, проходила церемония тибетских буддистов, посвященная весеннему равноденствию. Намерение ста тысяч людей, собравшихся здесь, превратилось в уверенность в человекообразности *воладора*. Наш друг сделал три снимка, но проявил лишь второй. Увеличив его, он увидел прыгающий или летящий человеческий контур. Он отдал снимок Кэрл Тиггс, считая, что К. К. знает, что это такое.

Кастанеда был ошеломлен, потому что все было именно так, как описывал дон Хуан. Д. Х. называл их хранителями курятника, объясняя это тем, что все мы — цыплята Орла. Они пожирают наше осознание так же, как мы съедаем цыплят. Наше осознание должно целиком покрывать светящееся яйцо, как прозрачная пластиковая накидка. *Летуны* объедают наше осознание до носков. (Когда Флоринда услышала это в первый раз, она подумала: «Большое дело, они просто едят наши носки»). Когда она рассказала дону Хуану свои сны, он сказал ей: «Аморсита (она знала, что это означает неприятности), не утруждай себя, рассказывая мне сны, ты говоришь своими носками».

Когда поднимается уровень нашего осознания, растет восприятие. Осознание совершенствуется с помощью дисциплины — безжалостных попыток вашего «я» преодолеть эгоманию (я, я, я и мое, мое, мое). Осознание, доступное нам на «уровне носков», является саморефлексией.

Одним из путей совершенствования осознания партия нагваля К. К. считает Тенсёгрити. С помощью *чакмул* люди видят возможность к изменению (между собой они могут обсуждать свои упражнения, но никогда точно не знают, каким образом происходят изменения. Члены клана К. К. не являются учителями или гуру *чакмул*. *Чакмулы* должны все делать сами, и на телесном уровне они способны достигать высших уровней осознания. Дон Хуан говорит, что когда наше осознание возрастает, мы осознаем себя существами, движущимися к смерти. Это дает нам толчок к видению полной свободы. (Внезапно Флоринда попросила нас задавать вопросы и надела очки, чтобы видеть аудиторию.)

Один из присутствующих задал длинный вопрос о том, как случившееся с К. К. и Кэрл Тиггс повлияет на путь группы.

Флоринда ответила, что вопрос, который сейчас задан, звучит на самом деле так: «Вынуждены ли мы вечно интерпретировать? Можем ли мы от этого избавиться?» Она надеется на двух *лазутчиц*, — Голубую и Оранжевую, — обладающих разным типом энергии, которые являются энергетическими гидами и показывают нам мосты через ограничения интерпретации.

Один человек спросил: «Какова цель наших занятий?»

Флоринда: «Дать вам нечто. Что-то произошло с нами в энергетическом смысле, мы обрели способность следовать по истинному пути старого Нагваля и избавляться от интерпретаций». Ученикам донна Хуана было трудно принять абсолютную любовь и абсолютную неопределенность, которую старый Нагваль испытывал по отношению к ним. Это заставило их измениться и переоценить то, что они делали. Любовь, как мы знаем, — интерпретация. На пути магов мы научились истинной любви.

Другой спросил что-то о «поиске определенности».

Флоринда ответила: «Мы больше, чем кажемся». Многое вовне. Когда мы становимся чистыми воспринимающими, все вокруг происходит совершенно хаотично. Существует ли момент, когда мы можем прямо увидеть энергию? Да, мы можем пройти сквозь стену и исчезнуть, хотя бы на мгновение.

Мужчина спросил о Кене Орлиное Перо и Мэррилин Тюнншенд. Флоринда сказала: «Эти люди существуют, но никак не связаны с нами» (имеется в виду К.К. и его группа).

Кто-то спросил: «Как можно поменять направление?»

Флоринда сказала, что вместо того, чтобы беспокоиться по этому поводу, мы должны сделать все для совершенствования осознания.

Одна женщина попросила дать более полную информацию об Оранжевой лазутчице и мире К. К. и Кэрл Тиггс.

Флоринда сказала, что *чакмулы* расскажут обо всем позднее.

Другая женщина спросила: «Почему у вас короткие волосы?»

Флоринда объяснила, что вынуждена была побриться наголо после того, как в 70-х жила с ламами и в волосах завелись вши. Когда волосы немного отросли, она решила оставить их такими. «Носить короткую прическу практично и удобно».

Еще один слушатель спросил: «Может ли человек достичь свободы без нагваля?»

Флоринда ответила: «С одной стороны, нет, однако совершая энергетические путешествия, мы касаемся друг друга. Когда наше осознание возвышено, мы можем понимать много больше. В течение получаса вы можете считать, что понимаете меня, а затем обозвать нас кучей дерьма. Наше осознание должно подняться выше носков. *Вспоминание* позволяет нам увидеть жизнь такой, какая она есть, без анализа. В первый раз это нужно делать систематизированно, потому что подобные попытки принуждают нас использовать те части мозга, которые обычно не задействованы.

Само по себе *вспоминание* не приносит энергии. Правильное *вспоминание* подсказывает нам, что мы не такие уж особенные. К трем годам мы уже осваиваем один или два способа манипулирования миром. К тридцати мы все еще пользуемся теми же способами. Понимание этого, приходящее с

*вспоминанием*, иногда шокирует.

Мы всегда ждем, что другие изменят свое поведение, но никогда не сосредоточиваемся на себе. И только когда мы любим, мы обретаем временный покой, если только наш избранник любит нас. Если же нет, мы «посылаем его ко всем чертям».

Один человек попросил рассказать еще о технике *вспоминания*.

Флоринда сказала, что детали не имеют значения. Не стоит забираться в пещеру или ящик, просто найдите особое место. Очень важно заниматься этим серьезно, регулярно. Можно делать это в туалете, укромном углу, можно постоянно использовать одно и то же кресло или карандаш — все, что вам будет угодно.

Кто-то спросил, как много времени нужно потратить на повышение осознания.

Флоринда ответила: «Это происходит не внезапно. Этот процесс очень длительный и болезненный». Был вопрос о том, где сейчас находится дон Хуан.

Флоринда: «Мы не знаем этого. Мы полагаем, что он в другом мире».

Одна женщина спросила, как можно сломать цикл осознания?

Флоринда сказала, что это происходит в моменты безмыслия. Если тело смогло энергетически уцепиться за что-то, оно может вернуться обратно. Пугающие идеи — это проявление слабости. Они являются интерпретациями. То, что мы воспринимаем, просто происходит, оно не может быть ни плохим, ни хорошим.

Кто-то спросил, почему мы помним наши переживания после приема наркотиков, но не помним, что происходило с нами во время прояснений осознания, индуцированных не наркотически.

Флоринда сказала, что после приема наркотиков мы можем вспоминать лишь моменты (то же самое происходит и с переживаниями, индуцированными сном или голоданием); мы переживаем лишь проблески осознания. Состояние повышенного осознания похоже на параллельную жизнь, оно длится дни, недели и т. д. Однако для этого нам необходимо большое количество энергии, той энергии, которая не используется в повседневном мире. Как только у человека поднимается осознание, он становится несъедобным для *летунов*. Они охотятся за легкой добычей (какой мы и являемся, живя в курятнике).

Еще кто-то спросил, как *воладоры* едят наше осознание? «Чавкая — ответила Флоринда. — Нет, нам просто нравится наше осознание на уровне пяток. Мы пережили годы пронзительной боли, когда хотели быть похожими на остальных. После многих лет тренировок мы почти справились с этим. Все мы по своей сути — кривляющиеся обезьяны». Маленькие дети — истинные воспринимающие. Разговаривая со взрослыми, они воспринимают множество противоречивых сигналов (представьте себе раздраженную мамашу, которая гневно говорит своему ребенку: «Ты что, не видишь, что я тебя люблю!») Ребенок *видит*. Чтобы стать общественным существом, мы подражаем родителям. Мы ходим и разговариваем, как мама и папа.

Попросили привести пример *сталкинга*. Флоринда сказала, что об этом мы поговорим завтра.

Вопрос: «Принадлежит ли кубический сантиметр шанса только вашей группе?»

«Нет, — ответила Флоринда, — поэтому мы здесь. В нас нет ничего особенного. *Чакмулы* делают все самостоятельно». Что-то в них изменилось благодаря безжалостному отношению к себе.

Тенсёгриги — это не упражнения, это не Джейн Фонда<sup>\*</sup>. (Люди в Мексике говорили: «Я проделал путь из Аргентины и просто научился упражнениям. Нужно было отправиться к Джейн Фонда. По крайней мере, я бы потерял вес».) Мы почти ослепли, позволяя себе видеть, как мы все бесконечно кривляемся. Мы можем преодолеть это, занимаясь Тенсёгриги и *вспоминанием*. Нам нужно отдать этому все, что у нас есть, и даже больше. И все же, мы не можем заранее знать, что что-то произойдет.

*Чакмулы* энергетически отличаются от тех людей, которые пришли в их мир десять лет назад. Хотя нагвали обладают большей энергией, эта энергия может делать их глупее в повседневной жизни — у них больше энергии и для глупости.

Был задан вопрос о китайских энергетических практиках и их связи с Тенсёгриги. Флоринда сказала, что некоторые старые маги занимались боевыми искусствами. Нагваль Лухан и нагваль Элиас тоже занимались ими.

*Намерение* Тенсёгриги состоит в повышении уровня осознания. Движения приносят с собой это *намерение*. К. К. советовал нам заниматься боевыми искусствами, они помогают нам, но не заменяют *намерения*.

Один слушатель задал вопрос о Бросивших Вызов Смерти. Флоринда сказала, что Кэрол Тиггс расскажет об этом.

Кто-то спросил о *намерении*. Флоринда сказала, что наше *намерение* — повседневная жизнь. «Наше намерение — этот тент». (Смех.) Движения Тенсёгриги имеют различные *намерения*, которые ведут к повышению уровня осознания. Повторяя их, вы приобретете нечто.

Мужчина спросил: «Сможем ли мы существовать в повседневной жизни, сместив свою *точку сборки*?»

«Да, — ответила Флоринда. — Изменение положения *точки сборки* не постоянно».

Вопрос: «Можете ли вы рассказать о сексуальной активности?»

«Я всегда слышу этот вопрос, — сказала Флоринда. — Он всегда находит меня». Полагают, что К. К. дал обет безбрачия. «Я надеюсь, что так оно и есть». (Флоринда сняла свои очки. «Лучше мне не видеть ваших лиц, отвечая на этот вопрос», — сказала она). Старый Нагваль говорил, что всем нам «надоело траханье», в том смысле, что все мы ощущаем полную или частичную скуку. Поэтому наша энергия находится на посредственном уровне. Таким образом, лучше не тратить ее впустую. Сексуальная энергия — самая мощная наша энергия. 90% энергии тратится у нас на создание собственного имиджа, 88% из них — на то, чтобы казаться привлекательным противоположному полу. Перестав тратить энергию на все это, мы высвободим ее для нашего восприятия. Если вы хотите быть одержимым сексом, пожалуйста. Безбрачие должно быть личным выбором, его невозможно навязать. Наше отношение к сексу в основном формируется средствами массовой информации. Женщины притворяются, что испытывают оргазм. Сексуальная энергия приходит в упадок, все больше женщин и мужчин становятся бесплодными. Секс требует огромных затрат энергии.

Одна женщина спросила: «Что вы можете сказать о *сновидческих червях* (которых мужчины оставляют в женщинах)?»

«Ах, — сказала Флоринда. — Энергетически связь должна возникать для продолжения рода и только в том случае, если есть уверенность, что женщина и ребенок будут окружены заботой, так как мужчина должен возвращаться к своей энергетической конфигурации. От женщины требуется вдвое

---

<sup>\*</sup> Знаменитая американская актриса, придумавшая аэробику.



больше энергии. Мы поддерживаем мужчин. Вы, «бедные крошки», — энергетически хрупки». Во Вселенной в основном правит женское начало. Даже среди магов мужчины — «бедные крошки». Однако вам не нужно ждать семь лет, чтобы избавиться от червей. Хорошее *вспоминание* «взорвет» их.

Один мужчина спросил о тошноте, вызванной стычками с неорганическими существами. Флоринда сказала, что мы можем почувствовать тошноту только в результате хорошего *вспоминания*. Их с Тайшей, например, постоянно рвет во время *вспоминания*.

Был задан вопрос о «видении».

Флоринда сказала, что маги *видят* не глазами, а всем телом. И только интерпретации их переживаний для остальных звучат так, будто они *видят* глазами.

Слушательница спросила, как остановить внутренний диалог. Флоринда сказала, что это «очень сложно». Однако с помощью движений Тенсёгрити вы можете это сделать. Некоторых при этом преследует тошнота, это происходит из-за того, что им необходимо сконцентрироваться для правильного выполнения движений.

Был задан вопрос, являлся ли камнем преткновения тот факт, что К. К. обладает темпераментом мага древности?

«Нет», — сказала Флоринда. Д. Х. избегал мира неорганических существ для того, чтобы вырваться за его пределы. Группа К. К. не верила в возможность этого. Они вырвались за рамки наших энергетических матриц и не верили в то, что человечество сможет избавиться от оков интерпретации. По этому поводу была открыта дискуссия, чтобы не дать К. К. заболеть. (Мужчины очень болезненны по своей натуре.)

Женщина спросила о *намерении* при выполнении движений Тенсёгрити. Флоринда повторила, что *намерение* очень важно для Тенсёгрити.

Мужчина спросил, может ли человек, пытаясь обрести «видение», помочь своей группе сломать преграды интерпретации?

Флоринда сказала, что не может. Как только система интерпретаций отброшена, вы не можете использовать *видение*, вы не можете оставаться сзади. Им самим было велено образовать школу, придерживаться логики и избегать идеологии.

Был задан вопрос о *бесформенности*.

Флоринда ответила, что наиболее бесформенными в их группе являются К. К. и Кэрол Тиггс. Если ничто не удерживает их здесь, они не будут оставаться. Ей всегда приходится напоминать К. К., что тот обязан ей, потому что он удержал ее от прыжка со старой Флориндой. Только после такого напоминания К. К. соглашается взять ее с собой.

Вопрос об их чрезмерной сфокусированности на прыжке, на «жизни после жизни».

Флоринда ответила, что, напротив, их фокус направлен в бесконечность, к путешествиям в неизведанное.

Вопрос: «Почему ваша группа заинтересована в нас?»

«Нам очень легко и просто делать это, — ответила Флоринда. — Для того, чтобы поднять уровень осознания, необходимо подавить ощущение собственного «я».

Кто-то спросил, должны ли мы формировать группы.

Флоринда сказала, что нет, потому что даже их группа очень одинока, «нас связывает нечто энергетическое. Мы не просто живем и едим вместе. (Мы можем ходить вместе в кино.) Нет гарантии даже в том, что мы вместе совершим прыжок».

Я спросил о том, как голубые и лесбиянки вписываются в картину мира магов, учитывая то, что все их книги слишком «гетероцентричны». Флоринда ответила, что книги отражают традиции древних мексиканцев, чьи отношения с сексом слишком натянуты. Поэтому книги обходят этот вопрос. Лесбиянок вообще для них не существует. Единственный комментарий, который дон Хуан позволил себе в отношении гомосексуалистов, состоял в выражении его непонимания, почему некоторые голубые и лесбиянки живут парами, словно гетеросексуалы. Его, казалось, удивляло то, что они не пользуются своим преимуществом, вызванным отклонением от нормы. С точки зрения морали, это не представляло для него проблемы. По мнению Флоринды, мужчины лучше уживаются друг с другом. «Мужчинам не нравятся женщины. Да, мы хорошие партнеры и матери, однако, в конце концов, энергетически вы предпочитаете свой собственный вид. О женщинах можно сказать то же». Наше общество мало уделяет внимания женской однополой любви.

Один человек спросил о том, является ли *вспоминание* просто пересмотром всех наших человеческих взаимоотношений?

Флоринда ответила, что взаимоотношениями занимается терапия. *Вспоминание* не интересуется ими. Мы хотим отыскать особые черты нашего поведения, которые вошли в привычку и мешают нам. Особое в нас лишь то, что мы являемся воспринимаемыми, которые не видят, какой вред им приносят привычки.

Был задан вопрос, сильно ли изменилось сознание человечества в течение прошедшего века? Флоринда: «Согласно мнению дон Хуана, ничто особо не изменилось, появилось лишь больше сосредоточенности на собственном «я». Осознание отличается от обычного сознания. Осознание — это энергетическое состояние, оно выходит за рамки психологии, это состояние возможностей. Мы не изменились, мы держимся за жизнь и, быть может, хотим спасти Дождевой Лес, но уверены, что этим должны заниматься бразильцы. Мы можем послать денег, но не в силах изменить собственное поведение, пожирающее природные ресурсы. Дон Хуан говорил, что перед тем, как динозавры умерли, они *намеревались* летать».

Вопрос о поиске полной свободы.

Флоринда сказала, что это открытый путь. «Мы знаем, куда ведет другой».

Вопрос о доне Хуане, который я плохо расслышал.

Флоринда сказала, что безупречность — это дополнительное энергетическое качество, данное человеку. Безупречные безжалостны к себе, а не к окружающему миру.

Вопрос о смерти Ла Горды. Флоринда сказала, что она умерла десять лет назад от взрыва *эго*. Она считала себя нагвалем, потому что дон Хуан назвал ее «несравненной сновидящей». Она почти прыгнула, но не смогла удержаться, потому что ее движущей силой была эгомания. Она умерла у них на руках.

Одна женщина спросила, возможно ли, что Ла Горда переместила свою *точку сборки*. Флоринда ответила, что теоретически это возможно, однако больше это похоже на сумасшествие, на гигантский взрыв эгомании. Им нужно быть трезвыми, иначе их переживания сведут их с ума.

Эта женщина спросила, готовились ли они к попытке прыжка за пределы «луковицы».

Флоринда ответила, что да, их интересы находятся за пределами «луковицы».

Кто-то задал вопрос о пропасти.

Флоринда объяснила, что когда К. К. прыгнул, он энергетически изменился. Нестор, Паблито и сестрички недавно присоединились к дону Хуану.

Женщина спросила о том, как выбирали *чакмул*.

Флоринда объяснила, что встретила Кайли 10—15 лет назад в художественной галерее в Осло. (Флоринда назвала Кайли великой художницей) Флоринду стошнило от того, что она съела слишком много плиток французского шоколада. Ее вырвало, и Кайли помогла ей, кроме того, Кайли знала о К. К.

Позже Флоринда пригласила Кайли в гости, но это была простая вежливость. Через год Кайли показала их агентам.

Флоринда настаивала на том, чтобы она уехала, но Кайли осталась при своем мнении. Наконец что-то в ней изменилось, и у Флоринды не осталось причин для отказа. Энергетически они стали *накмулами* благодаря тому, что делали. Многие пытались остаться с ними, но либо сходили с ума, либо разочаровывались, потому что их жизнь слишком сурова.

Вопрос: возможно ли прекращение интерпретаций.

«Да», — ответила Флоринда.

Этот слушатель продолжил свой вопрос, спросив, становится ли после этого человек частью всего. Флоринда сказала, что они рассматривают энергию как нечто удаленное за пределы *точки сборки*. А что до сомнений по поводу способности человека полностью прекратить интерпретировать, то «Да, Ли Марвин напуган, но что с того?».

Женщина спросила о дополнительных пассах Тенсёгрити.

Флоринда сказала, что будут еще записи, так же, как и семинары в Лос-Анжелесе.

Один мужчина спросил, помогает ли Тенсёгрити умственно неполноценным людям?

Флоринда ответила, что не думает, что подобных людей заинтересует Тенсёгрити. Однако, с другой стороны: «Что такое умственная неполноценность?»

Кто-то спросил о высасывании энергии других людей.

Флоринда сказала, что никто не может забирать энергию. В Мексике некоторые считали их вампирами. Они улыбались и говорили: «Вы думаете, нам нужны ваши носки?» Мы тратим собственную энергию, пропуская ее сквозь собственный фокус. Истинная любовь — это абсолютная симпатия.

Вопрос: любила ли она?

«Да, — ответила Флоринда. — Я люблю Карлоса, Кэрол Тиггс, Тайшу Абеляр, *трех чакмул* и новых хранителей». Она *не* ждет вознаграждения. Любить другое существо по-настоящему — означает перестать беспокоиться о себе. Не имеет значения, как ведет себя другой человек. Мы всегда думаем: «К моему мнению не прислушиваются». «Поверьте мне, это не так».

Мужчина спросил, верно ли то, что Орел — это эго?

Флоринда ответила, что может быть. Это нечто расцветающее на нашем осознании, нечто, что питает ощущение собственной важности. Вселенная хищна. Энергия охотится за энергией.

Кто-то спросил, чем отличается *перепросмотр* от просмотра всей нашей жизни после смерти? [Я не уверен, что уловил смысл ответа.]

Флоринда сказала, что дон Хуан не беспокоится о *сновидениях*. Именно так вы получаете высшее осознание. Энергия становится доступной с помощью *сновидений*, однако только при наличии совершенного контроля, для которого требуется много энергии.

Вопрос: в чем смысл «малой смерти»?

Флоринда объяснила, что маги хотят добиться полного осознания, в полной физической форме, в ином мире. «Да, мы хотим избежать смерти и не хотим умирать так, как это происходит в повседневном мире».

Вопрос: как соотносятся астральные планы, описываемые индийскими гуру, и «иные миры» магов?

Флоринда сказала, что не знает об Индии слишком много. Дон Хуан был страшным прагматиком, он не претендовал на создание теории. Он видел иные реальные миры и был занят повышением энергии для разрушения параметров нашего восприятия. Она не знает, есть ли нечто подобное у индейцев. Она полагает, что их взгляды также связаны с социальным порядком.

Мужчина спросил о новых хранителях. Флоринда сказала, что это не ее история. Она обещала, что они сами расскажут о себе. Флоринда сказала лишь, что они встретились только благодаря огромным усилиям хранителей.

Один человек сказал, что у него есть 16 вопросов. Один из них касается того, как фокусироваться и как это связано с уничтожением личной истории?

Флоринда сказала, что высшее осознание заставляет нас понять, что мы больше того, к чему стремимся. Очень прагматично пытаться ускорить нечто, чтобы оказаться вне ограничений, накладываемых теми, кто знает вас, вне привычных ориентиров. Люди связывают вас. Для нее очень важно то, что она отделена от семьи и старых друзей. Переехав из Южной Америки в Лос-Анжелес, она смогла порвать контакты с семьей. В любом случае, они знают, что Флоринда не ортодоксальна. Она оставила их на десять лет, и это оборвало пути. Когда после этого Флоринда приехала повидаться, родители поняли, что она изменилась.

Мужчина заметил, что если правило изменилось, означает ли это, что все описанное в книгах, больше неуместно.

Флоринда сказала, что это не так. Все, что описано, — свидетельства о процессе и практике. У Тайши есть метафора — вода в реке, текущая по гальке. Галька осталась, изменилась лишь вода. Флоринда рассказала, что узнавала правило у дон Хуана, спрашивала его, что делать. Она спорила с ним, говорила, что она немка, и выполняла все, что он просил. Когда она собиралась проводить антропологические исследования на Амазонке, дон Хуан велел ей не пользоваться ничьей помощью, даже родителей. Он сказал, чтобы Флоринда делала все самостоятельно. (Мне кажется, она сказала еще, что была девственной.) Флоринда сказала, что чуть не убила дон Хуана, когда тот сказал: «Все, что у тебя есть, — это светлые волосы и голубые глаза в стране, где это имеет ценность». Однако это изменило ее.

Одна женщина спросила, правда ли, что, соблюдая обет безбрачия, легче выполнять *перепросмотр* сексуальной истории? Флоринда ответила, что это зависит от фокуса. «Дело не в занятиях сексом, а в том, что они за собой влекут».

Мужчина спросил, есть ли в их системе нечто похожее на обращение к великому духу или моли твы? Флоринда ответила, что нет. Она рассказала, что когда Нелида попросила ее призвать *намерение*, она подошла к окну и крикнула: «Намерение!» Нагваль говорил, что не нужно молиться *намерению*, нужно требовать, звать его во весь голос. *Дух* — это просто энергия.

Слушатель спросил об истории с собакой в Сне Ведьмы.

«Это было слишком давно», — ответила Флоринда. Ее попросили работать над своими тезисами вне Мексики, иначе это будет слишком просто. Она нашла целителя. Первый вариант ее тезисов не был принят. Для UCLA он был не слишком научным. Этот целитель полагал, что энергетически мы близки с теми, с кем связаны, т. е. с родителями и т. д.

Один мужчина попросил пояснить высказывание по поводу того, что не следует *перепросматривать* людей, которые с нами связаны, — касается ли это и родителей?

Флоринда ответила, что не была связана с ними. Они мешали ей, она не могла двигаться дальше, не порвав с ними.

Вопрос: может ли человек *перепросмотреть* того, к кому ощущает симпатию?

Флоринда ответила, что да, но это может изменить поток энергии. Мы одержимы желанием поставить себя выше остальных.

Один человек спросил, является ли окончательной целью полное освобождение.

Флоринда сказала, что если мы не расширяем свое осознание, то это всего лишь умственная мастурбация. Группа дон Хуана сгорела изнутри, образовав конфигурацию светящегося змея, последнее звено которой было их глазами. Исчезло 16 человек. Старая Флоринда исчезла уже после смерти Ла Горды, потому что все они несли за это ответственность, и старая Флоринда страшно отругала их всех. Когда это случилось, она назвала всех их недоучками. Поэтому старая Флоринда решила *прыгнуть* одна.

Перед окном Флоринда растет апельсиновое дерево, и старая Флоринда стояла под ним в белом платье и широкополой панаме. Флоринда заметила вспышку света и сначала подумала, что старая Флоринда просто где-то спряталась. Но нет, она просто внезапно исчезла, и после нее остались только странные вибрации, которые прошли по деревьям и сбили цвет с апельсинового дерева. Карлос Кастанеда просил Старую Флоринду взять с собой Флоринду, но та отказалась ее брать. [Я не могу разрешить явное противоречие этих слов с той прежней историей, согласно которой Карлос удержал ее, когда старая Флоринда пыталась взять Флоринду с собой. Может быть, я просто неправильно расслышал это место ?]

Кто-то спросил, почему группа не делает *прыжок*, чего она ждет.

Флоринда ответила: «Того, чтобы мы могли сделать его все вместе, или по крайней мере убедились, что каждый сможет сделать его самостоятельно».

Они не знают, *прыгнули* ли Нестор, Паблито и остальные в то же место, где находился дон Хуан. Одна дама спросила, на что похожа смерть каждого из нас.

«Мы умираем», ответила Флоринда.

Другая спросила, *прыгал* ли кто-то в нашу реальность из других миров.

Флоринда сказала, что сама с такими существами не встречалась, но почему бы и нет? Мир

*неорганических существ*, к примеру, представляет собой параллельный мир, населенный энергетическими существами.

Один слушатель спросил, не было ли у Карлоса Кастанеды случаев, когда кто-то пытался обвинить его в нанесенном ущербе.

Карлос сказал, что люди не настолько хрупкие, мы выдерживаем этот мир уже тысячи лет. Флоринда добавила, что причиненный вред ужасен, но согласилась, что мы не такие уж нежные создания.

Кто-то задал вопрос о рассудительности. Флоринда сказала, что это означает не впадать в истерику. Только представления о собственном «Я» заставляют нас терять трезвость рассудка. Людям, которые хотят присоединиться к ним, они советуют искать спасения в холмах\*, потому что нашим эго очень трудно с этим справиться. Она привела пример того, как на прошлой неделе в Мексике группа была расстроена предстоящим переездом, потому что все привыкли к насиженному месту. Они были очень расстроены, когда *чакмулы* начали готовиться к отъезду, и не хотели никуда ехать. Правда, к обеду они стали более гибкими.

Кроме того, один раз Флоринда отметила, что все члены клана Карлоса Кастанеды были связаны с Антропологическим институтом Калифорнийского университета в Лос-Анжелесе.

Флоринда закончила беседу около 11:20 вечера, а через двадцать минут все было покрыто густым туманом.

---

\* (run for the hills)

## Субботные заметки

### Семинар по Тенсёгриту института Омега 26—29 мая 1995 г.

Заметки к инструкции по пассам *Тенсёгриту*  
и сопроводительный комментарий  
Кайли Лундал, Рени Мюррез и Найи Мюррез (*чакмул*)

Суббота, 27 мая, 9.10 утра, занятия по пассам *Тенсёгриту*. Кайли интересуется, как мы спали после «такой слишком волнующей лекции». *Чакмулы* одеты в желтое с белым. Кайли сказала, что всю прошлую ночь их группа провела в беседах, отмечая невероятное качество и здравость наших вопросов, которые произвели на них огромное впечатление. (Помните, как она назвала нас всех «задницами».)

Она сказала, что хочет начать с высказывания, принадлежащего Карлосу Кастанеде. Каждая из *чакмул*, начиная с Кайли, прочла по отрывку из этого высказывания.

«Более 25 лет назад я написал свою первую книгу о доне Хуане. Учение было развито в последующих восьми книгах, последняя из которых увидела свет в 1993 году. Сейчас мы хотели бы познакомить вас с *Тенсёгриту*» (весь последующий рассказ о *Тенсёгриту* был очень похож на вступление к видеозаписи). Исторически проблема понятий «маги» и «магия» состояла в постоянном присутствии вредных и ужасных различий. Выбором К. К. стал «человек знания» или «видящий».

Древние *видящие* нашли движения для трезвости и *видения*. Группа последователей дона Хуана обучала своих учеников четырем различным типам древних магических пассов. Все это держалось в секрете, пока, восемь лет назад, не было решено объединиться. (Дальнейший рассказ о *чакмулах* и *нагвалях* совпадает с рассказом в записи.)

*Чакмулам* понадобилось семь лет, чтобы объединить четыре направления магических пассов и трансформировать их в нечто, доступное каждому. Хорошее самочувствие и врожденная сила — наследие всех. (Речь шла о дуализме между *духом* и энергетическим телом и о том, как маги пытаются превратить энергетическое тело в репродукцию тела физического. Все это также было похоже на рассказ из первой видеопленки по *Тенсёгриту*.)

Для этих семинаров К. К. попросил *чакмул* «переключить передачу» и представить новые движения, входящие во вторую пленку. (По словам К. К., таких пленок будет 28.) Нас попросили довериться *намерению нагваля*, отдаться ему и позволить унести себя в иное место. Они не знают, как все это действует. Маги *видят* энергию и знают, что когда они выполняют Тенсёгриту, это воздействует на нее.

### Пассы Тенсёгрита\*

Первый пасс — «Тепло нарастает в нас» — начинается с разогревающих упражнений. Сначала мы вращали плечами, — полный оборот вперед и полный оборот назад и вниз, — правым, затем левым плечом и, наконец, обоими вместе.

Второе разогревающее упражнение состояло во вращении правой рукой. *Чакмулы* попросили нас поднять руку вверх, затем позволить ей опуститься назад под собственным весом и повторить

---

\* Основное предостережение: Заметки о пассах, возможно, будут полезны лишь тем, кто уже был инструктирован *чакмулами* в Омеге или где-нибудь еще. Даже посетители Омеги, скорее всего, будут испытывать трудности с этими инструкциями. Движения чаще всего очень тонки, и трудно подобрать подходящие слова для точного их описания.

движение несколько раз, убыстряя темп. Те же движения мы проделали в обратную сторону. Затем упражнение было повторено для левой руки.

Для третьего разогревающего упражнения нас попросили плотно сдвинуть ноги, прижать подбородок к груди и выдохнуть, расслабив плечи. Сделать это два раза, затем очень медленно поднимать голову, постоянно смотря направо. Насколько можно, прикоснуться подбородком к правому плечу и выдохнуть. Медленно поднимая голову, повернуть ее и переместить в центр. Затем проделать те же движения в левую сторону. Затем снова опустить голову в направлении левого плеча. Выдохнуть. Медленно поднять голову, смотря вперед.

Следующее упражнение, как нам сказали, вводит тело в *Тенсёгрити* и включает в себя вибрацию, которая создает энергетический взрыв или толчок, облегчающий контакт с энергетическим телом. Для достижения такого эффекта используются некоторые составляющие движения более сложных пассивов. Начальная позиция ног — пятки вместе. Затем левая пятка отворачивается в сторону. Оставляя носки на месте, отвести пятки назад, носки немного внутрь. Согнуть колени, слегка разведя их в стороны, следя за расслабленностью туловища и плеч. Совершить «управляемое движение бедрами», перенося правое бедро назад, когда плечи движутся влево (и наоборот), так, чтобы бедра слегка подрагивали.

Последнее разогревающее упражнение — вращение лодыжками. Сдвигать и раздвигать пятки, сопровождая эти движения небольшими прыжками. (Нам сказали, что это движение помогает напрячь область позади бедер, где находится наша личная история.) Носки раздвинуты на 4 дюйма и действуют как шарниры, пятки поворачиваются на угол 45 градусов. После каждого движения ноги должны возвращаться на прежнее место.

Теперь мы готовы к серии магических пассивов, которые нам сегодня показали. Младшие пассивы воздействуют на определенные области, тогда как старшие занимаются всем энергетическим телом. Их следует выполнять в данной специальной последовательности, хотя освоение некоторых из них при самостоятельных занятиях может потребовать большого количества повторений и отнять много времени.

### **1. «Вытягивание Энергии Своими Ступнями» («Жидкая Ступня»)**

Это младший пассив (Тайша обучилась ему у Эмилито, когда жила на деревьях) Пассив состоит из двух частей. Мы хотим почувствовать давление в кости лодыжки, в самом начале ступни, перенося абстрактную энергию из лодыжки вниз, к носкам.

Первая часть: Левая ступня на уровне левого плеча. Пятку правой ноги прижать к своду левой ступни, а затем переместить правую ступню вперед, приблизительно на полтора фута. Поднять пальцы правой ноги и вращать ими внутрь, создавая давление под костью лодыжки. Наклонить вправо плечи и верхнюю часть туловища. Задержаться, считая до десяти. Повторить в другом направлении.

Вторая часть: Ступни раздвинуты на уровень плеч и смотрят в стороны. Шагнуть вперед правой ступней. Перенести вес на левую ногу, держа правую прямой. Поднять пальцы правой ноги и вращать правой ступней вовнутрь так, чтобы видеть свод. Наклониться влево. Повторить то же с левой ногой.

Упражнение повторить по несколько раз для каждой ноги, постоянно считая до десяти. (*Чакмулы* говорили, что это один из пассивов, которые можно делать тайком, в свободную минуту, незаметно для окружающих.)

### **2. «Звездный Люк». Старшее движение**



Исходное положение — ноги раздвинуты, голова опущена. Считая до шести, постарайтесь представить шар энергии, расположенный под землей. Затем, движением головы вытяните шар вверх на грудь, для этого сделайте «крюк» — поднимите голову прямо вверх и опустите вниз, в направлении грудной клетки. На счет «шесть», отведите голову назад и позвольте шару подняться на верхушку сверкающего яйца (прямо над головой). Вытяните левую руку, а затем резко опустите ее при помощи правой (ладонь вертикальна, большой палец прижат). Прodelать то же самое с правой рукой. Поднимите обе руки над головой и откройте люк на верхушке сверкающего яйца, повернув его сначала влево, затем вправо, снова влево-вправо и опять влево-вправо (всего шесть движений).

Смотрите, как шар поднимается в люк, уносясь в бесконечность, и постепенно опускайте руки.

Снова опустите голову, представьте, как шар энергии опускается, освещая вашу шею. Вдохните энергию шара, три раза подняв и опустив плечи (руки опущены). Затем поднимите руки над головой и закройте люк, повернув его шесть раз справа налево. Опустите руки и удерживайте их на уровне головы. Сделайте еще один «крюк» головой, двигая ее из заднего положения вперед. Голова снова смотрит вниз, и вы представляете, как шар энергии уходит под землю, между вашими ступнями. Впитайте энергию «жабровыми движениями»: опустив руки, вдохните три раза, поднимая и опуская одни лишь ладони. Откиньте голову назад, чтобы смотреть точно вверх.

С помощью этого упражнения мы получаем доступ к использованию глубин нашего энергетического поля.

(Выполняя упражнения *Тенсэгрити*, следует сохранять внутреннюю тишину. Сосредоточенность на движении поможет в его освоении.)

### **3. «Шаг к Силе». Младший пасс**

Перенесите вес на левую ногу, вытяните правую и поместите ее перед собой. Носок должен быть поднят, пятка на земле. Снова поднимите ногу, согните колено и вытяните ее насколько можно назад (носок внизу, пятка поднята). Движения выполняются всей ногой, от бедра. Прodelать упражнение несколько раз, а затем повторить с левой ногой.

### **4. «Очерчивание Энергетической Окружности». Младший пасс**

Согните одну ногу и перенесите на нее весь вес. Другую ногу вытяните вперед. Затем отведите ее в сторону, назад и верните в исходное положение (левая нога на уровне левого плеча). Повторите движение вперед-назад девять раз. Почувствуйте, как нога вытягивается от бедра, и двигайте всей ногой. Вы очерчиваете линию энергии. Стопа должна оставаться плотно прижатой к земле (или твердому деревянному полу). Держите перемещаемую ногу ровно. Стопа перемещаемой ноги должна быть вытянута вперед. Достигнув начала задней полуокружности, выверните ее вниз, чтобы она была перпендикулярна покоящейся стопе.

### **5. «Окружность внутри Окружности». Младший пасс**

Правая нога слегка согнута, вес на левой ноге. Сначала 10 раз очерчиваем одну окружность движением вовнутрь (правой ногой, по часовой стрелке). Затем меняем ноги, перенося вес на правую. 10 раз, против часовой стрелки, очерчиваем окружность левой ногой. Снова меняем ноги и опять по 10 раз очерчиваем окружность правой, затем левой ногой, в обратную сторону, движением вовне (правой ногой против часовой стрелки, левой ногой по часовой стрелке). Подошва движущейся ноги должна постоянно касаться земли. Окружности должны быть одинакового размера.

Движения вовнутрь необходимы для сбора энергии, движения вовне — для нарушения ее упорядоченности.

## **6. «Осевая Энергия»\*. Старший пасс**

Правая рука вытянута вперед, ладонь направлена вверх. Выполнить хлопок левой рукой. Сжать руки в замок и выполнить осевое движение к правому плечу, а затем к левому бедру. Сжатыми руками очертить перед собой окружность против часовой стрелки, начиная на левом и заканчивая на правом бедре. Следя за тем, чтобы правая рука оставалась снизу, нанесите удар в солнечное сплетение (средняя точка грудной клетки). Постарайтесь полностью вложиться в удар («для того чтобы вызвать энергию тела, нам необходимо усилие, *намерение* и команда»). Окончив удар, не распрямляйте полностью локти, они всегда должны быть слегка согнуты. Повторите упражнение столько, сколько вам необходимо. Выполняя этот пасс, не меняйте положения.

## **7. «Вдох и Выдох Энергии». Младший пасс**

Руки вытянуты, ладони направлены вниз. Большие пальцы прижаты и согнуты внутрь. Поднимите правую руку, уроните ее на плечо, снова слегка приподнимите и опустите на уровень талии. Повторите с другой рукой. Выполнять чередуя — правая рука вверх, правая рука вниз, левая рука вверх, левая рука вниз, правая рука вверх и т. д.

## **8. «Удивительная энергия». Младший пасс**

Левая ладонь вытянута, направлена вверх, пальцы сложены чашечкой. Правую руку (пальцы также сложены чашечкой) отвести назад. Ударить правой рукой о левую (словно бы хватая мяч обеими ладонями). Продолжать, меняя руки.

## **9. «Маленький Дом Энергии». Старший пасс**

Руки на уровне талии, ладони направлены вниз, большие пальцы загнуты вовнутрь. Отвести обе руки вверх и назад, ладони направлены вверх, а затем вниз на уровень талии. Движение проделать рывком. Поднять руки вверх, на уровень глаз, и очертить ими «потолок» (руки совершают резкие «режущие» движения, т. е., движутся быстро и останавливаются рывком). Повернуть руки вверх и перекрестить их, создавая «крышу». Затем опустить вниз по «стенам» и, наконец, «режущими» движениями очертить «пол».

## **10. «Накапливание энергии». Старший пасс**

Сложить ладони вместе и рывком выбросить их вперед. Локти должны оставаться согнутыми, пальцы направлены вперед. Выдохнуть. Сделать круговое движение, по часовой стрелке, закончив его в тот момент, когда пальцы окажутся направленными вниз. Из этого положения поднять руки вверх, на уровень лба, держа локти согнутыми. Повернуть правую ладонь так, чтобы она была направлена к полу, запястье напряжено. Резко опустить руки на уровень солнечного сплетения, а затем еще ниже и ближе к телу. По окончании этого движения ладони должны быть плотно сжаты, правое плечо слегка опущено, левое приподнято, чтобы ладони сильнее прижимались к телу. В этом положении необходимо сильно прижимать ладони к телу, чтобы сообщать телу энергию. (Перед началом каждого из вышеперечисленных движений необходимо ненадолго расслабляться.)

[Упражнения для быстрого увеличения энергии: Быстро потереть ладони друг от друга, а затем прижать их к лицу. Вдохнуть и выдохнуть несколько раз.]

## **11. «Звериные шаги». Младший пасс**

Движение производить, по возможности, всей ногой. Отвести правую ногу назад. Затем сделать то же левой ногой. (Движение огромного чудовища, скребущего лапой землю. Найи настаивала на том,

---

\* Это, как, очевидно, и другие упражнения, описанные слушателем семинара, следует воспринимать лишь для ознакомления, а не для попытки изучить самостоятельно. Описание страдает неполнотой и не слишком высокой точностью. (Прим. ред.)

что это животное «вовсе не цыпленок». Продолжать быстрее и более энергично. Это движение возбуждает энергию Земли.)

Далее было задано несколько вопросов о движениях (наиболее интересные и важные ответы отражены в представленном выше описании). Кроме того, Кайли сказала, что описанные движения нужно отделять от тех, которые есть в видеозаписи. К. К. отмечал необходимость выполнения этих движений в приведенной последовательности. В середине последовательности можно сделать перерыв и закончить упражнения позднее. В полдень было решено прерваться для ланча.

Вернувшись в 3 часа дня, Кайли объявила, что первоначальный план трехмесячных курсов в Лос-Анжелесе будет изменен. Люди из других городов, желающие посетить семинар, отмечают, что такой длительный срок может оказаться утомительным. К. К. решил сократить семинар до шести недель, проводя встречи почти каждый вечер и устраивая заседания по выходным. Семинар будет включать лекции, читаемые каждым из четырех учеников дона Хуана, включая К. К. В последние выходные будет устроен банкет (*голубые лазутчики* хотят устроить банкет в честь дона Хуана).

Планируется также просмотр пьесы Театра Фантомов, написанной и поставленной двумя *лазутчиками* специально для семинара. Сейчас они думают о назначении даты премьеры где то в августе.

Отвечая на вопрос о слухах по поводу открытия постоянного места для обучения *Тенсёгрити*, Кайли сказала, что, возможно, в скором времени они откроют в Лос-Анжелесе нечто вроде Института чакмул, однако говорить об этом еще рано. Кроме того, она сказала, что некоторые магические движения состоят из более чем 600 компонентов. После окончания Семинара по *Тенсёгрити* в Аргентине К. К. энергетически ощутил, что семинары по выходным дням проводить больше не стоит. По этой причине были отменены запланированные семинары в Англии (в этом месте Кайли выразила благодарность Саймону из Лондона, участвовавшему в подготовке английских семинаров). Один человек спросил об истории возникновения нынешних семинаров. Кайли сказала, что первым эту идею предложил Майкл Крафт из Рима. Все были поражены тем, что К. К., отвергший поначалу это предложение, согласился. Потом *чакмулы* продолжили показывать нам движения до перерыва на обед, в шесть часов вечера.

## **12. «Пирамида Энергии». Старший пасс**

Исходное положение: ноги расставлены, колени слегка согнуты. Вдохнуть, поднимая руки вверх, на выдохе опустить их на уровень бедер. Повторить движение три раза. На четвертом вдохе, расставить локти в стороны, ладони направлены вниз на уровне солнечного сплетения (большие пальцы прижаты), пальцы почти касаются друг друга. Во время выдоха выполнить следующие семь движений, которые символизируют собой построение пирамиды:

- 1) повернуть руки на 45 градусов, чтобы они образовывали склон, а ладони находились примерно на уровне подбородка;
- 2) опустить руки вниз, по переднему склону пирамиды, на уровень солнечного сплетения;
- 3) очерчивая основание пирамиды вернуть руки в начальное положение;
- 4) повторить движение 1;
- 5) изменить положения рук так, чтобы они касались большими пальцами, и опустить их вниз по боковым граням пирамиды до основания;
- 6) снова поднять руки по граням до верхушки (большие пальцы касаются);
- 7) снова вернуть руки по граням к основанию. Совершить движение руками вдоль контура буквы «С», «схватить» задние углы пирамиды и оттолкнуть ее от тела. Затем вдохнуть и, подняв руки, поместить пирамиду на плечи, локти в стороны, пальцы направлены к шее. В таком положении вдохнуть и выдохнуть три раза, во время каждого вдоха локти поднимаются.

## **13. «Магическое Дыхание». Старший пасс**

Исходное положение: правая рука опущена вниз, напротив левой ноги, три последних пальца сжаты. Следя глазами за правой рукой, поднять ее вверх над головой и опустить назад на крестец. Левая рука движется вправо, затем—горизонтально вокруг тела — назад и пересекает правую в запястье.

Выдохнуть и поднять голову, всматриваясь в направлении горизонта.

Нагнуться вперед, два раза вдохнуть и выдохнуть, слегка поднимая руки из их положения за спиной.

Выдохнуть и проследить глазами за левой рукой, горизонтально возвращающейся в позицию на уровне груди, и за правой, вертикально движущейся в ту же позицию. На уровне солнечного сплетения руки должны пересечься в запястьях.

Медленно выпрямиться и встать.

Вдохнуть, медленно поднимая руки над головой, поворачивая их так, чтобы ладони смотрели наружу, окончательно вытянуться.

Раскрыть руки и выдохнуть, медленно опуская их вниз через стороны. На уровне груди скрестить руки в запястьях.

Вдохнуть, поднять правую руку вверх и влево, затем вправо и вниз на уровень груди. Левая рука движется вверх и вправо, затем влево и вниз, останавливаясь на уровне груди.

Вдохнуть, совершая руками круговые движения, подобно лопастям парового колеса, повторить три раза. (Полтора оборота — вдох, полтора оборота — выдох.)

Повторить движение с самого начала, в исходном положении левая рука опущена вниз, со сжатыми тремя пальцами.

[В этот момент, отвечая на вопрос, Кайли сказала, что цель этого упражнения — изменение самих себя, отбрасывание озлобленности, гнева и желания, чтобы изменились другие.

Осознав, что жизнь, наполненная гневом, недоверием и подозрением, — безнадежна, мы учимся управлять собственной энергией. Лучшим индикатором эффективности данной методики является ощущение того, что человек, всегда надоедавший вам, перестает вызывать раздражение (не нужно контролировать свою рассерженность, нужно лишь проверить, остался ли в вас гнев). Путь воина состоит не в том, чтобы чего то добиваться, а в том, чтобы держаться вне пути. Изменения, произошедшие в *чакмулах* в результате практики, принудили их поделиться своим материалом. В трех *чакмулах* нет «ничего особенного». Есть только «каждый из нас и это». Есть только наш одинокий полет. Мы не группа, но все связаны единым *намерением*. Мы должны достичь уединенной непогрешимости. Нас не интересуют мысли и суждения других].

#### **14. «Окно Видящего». Старший пасс**

Ладони расправлены, большие пальцы загнуты. Двигать руками на уровне талии, пересекая их перед собой (движение похоже на жест судьбы, сигнализирующий, что игрок в безопасности). *Чакмулы* сравнивали это движение с расправлением большого листа бумаги. Повторить три раза.

Раздвинуть руки на расстояние чуть больше ширины плеч, правой рукой провести по «подоконнику» до касания с левой рукой, а затем вернуть руку в исходное положение.

Повторить три раза: правой, левой и, наконец, снова правой рукой.

Развернуть руки так, чтобы ладони смотрели друг на друга, поднять их вверх (до уровня подбородка) и опустить вниз.

Повторить это движение три раза.

Затем повернуть правую руку, возвращая ее в прежнее положение, однако теперь она должна находиться на уровне глаз.

Проделать то же с левой рукой.

Снова движением вниз вверх, три раза, очертить стороны окна.

Повернуть руки ладонями вверх и три раза очертить ими верхнюю часть окна. Руки раздвинуты и находятся в верхних углах невидимого окна.

Правой рукой очертить периметр окна справа налево и обратно.

Повторить то же самое левой рукой, а потом снова правой.

Опустить руки в нижние углы окна, наклониться и «выглянуть» в окно, считая до 10. (Смотря в окно, мы «ищем бесконечность».)

После этого выпрямиться, ноги поставить вместе, руки по швам, лицо вперед, выкрикнуть девять раз слово «intent» (намерение), делая ударение на втором слоге.

### ***15. «Местное Приложение Энергии». Старший пасс***

Локти согнуты и прижаты к телу, руки подняты, ладони повернуты вперед, большие пальцы прижаты.

Правой рукой выполнить движение в направлении к левому боку. Повторить то же левой рукой. Выполнить по три движения каждой рукой.

Начиная с правой руки, выполнить по три аналогичных, но более широких движения, держа руку на уровне плеча и вытягивая ее дальше вперед.

Затем, согнув три пальца на руке (как в «Магическом Дыхании»), поднять каждую руку вверх, держа другую согнутой в локте и прижатой к телу. Движение начинать с левой руки и три раза менять руки. Вдыхать, поднимая руку.

Выпрямив еще один палец (два крайних прижаты), поднять правую руку вверх, вдохнуть, опустить руку, выдохнуть. Повторить то же левой рукой.

Поменять руки и проделать движение по три раза.

Затем, поднимая правую руку, в верхней точке подъема, двумя вытянутыми пальцами схватить энергию.

Загнуть два пальца, словно бы зачерпывая мороженое, и опустить руку вниз. Выполняя движение, необходимо почувствовать напряжение в руке и пальцах. Проделать то же левой рукой.

Поменять руки, повторить три раза.

Вытянуть руки перед собой и сплести свободные пальцы. Приложите эту энергию к груди (или любому другому месту, на выбор), раскрыв руки и три раза прижав выпрямленные ладони к выбранному месту.

## **16. «Локтевой Рычаг». Младший пасс**

Ладонь правой руки расправлена, направлена вверх, большой палец прижат.

Сгибая локоть, ударить рукой в направлении плеча.

Поднять руку вверх и сжать ее в кулак (большой палец смотрит вправо, остальные пальцы направлены к вашему телу).

Повернуть кулак в противоположную сторону и согнуть вниз, одновременно поднимая локоть.

Двигая левую руку перед собой вправо, опустить правую руку. (Опуская кулак, развернуть его заднюю часть влево, большой палец направлен к телу. Кулак должен опуститься на уровень правого бедра. Левая рука приближается к правому кулаку, но не касается его.)

Одним плавным движением левая рука возвращается влево, на уровень талии, и поднимается к плечу, ладонь обращена вверх.

Поменять руки и повторить все описанные движения.

## **17. «Разрезание Энергии». Младший пасс**

Исходное положение: обычная поза «всадника». Стопы расставлены, колени слегка согнуты.

Встряхнуть руками, выпрямить ладони, все пальцы слегка сжаты. Правой рукой выполнить режущее движение на уровне талии. В это время левая рука выполняет «натуральное» движение, она движется назад (в исходном положении рука параллельна телу, в конечном — перпендикулярна).

Встряхнуть руками и повторить движение. На этот раз левая рука движется перед телом, правая движется назад.

Повторить движение по шесть раз для каждой руки, встряхивая руки перед каждым повторением. Затем проделать то же движение по шесть раз для каждой руки, не встряхивая руками в промежутках.

Энергетический финал перед завершением занятия в 6:00 вечера. (Этого не будет во второй видеозаписи.) Кайли прокомментировала пасс «Звериный Шаг», который мы освоили перед ланчем. Она сказала, что его выполнение здесь, в институте Омега, особенно эффективно. Мы касаемся земли и можем возбуждать ее энергию. Поэтому в финале занятия необходимо снова выполнить Звериный Шаг, чтобы получить энергию, и Встряхивающий пасс, чтобы расплатиться за нее. [Я описывал Встряхивающий пасс в записках о семинаре по *Тенсёгрити* в Лос Анжелесе.]

\* \* \*

## **Воскресенье, 28 мая. Пассы Тенсёгрити, часть 3\***

Замечание: Рич начал эта записки, потом к нему присоединилась Джейн. Однако в отношении некоторых движений и Рич, и Джейн испытывали затруднение и обратились за помощью к Джуди и Джорджу. Джуди использовала записки Марио, опытного практика боевых искусств, с которым отработывала движения, освоенные в институте Омега. Окончательный вариант — это труд Рича,

---

\* Объединенные записки Джейн (Руна), Рича Дженнинга (ДженРич), Джуди Энгелсберг (дженгел), Марио (друга Джуди) и Джордж Корея (ДжКорей).

сумевшего синтезировать наши коллективные и иногда противоречивые воспоминания. Ответственность за окончательные ошибки и опечатки лежит на Риче. Будем рады любым корректировкам и добавлениям к описанию этих движений.

## Утренние занятия

### **18. «Смешиваниелевой и правой энергии». Младший пасс**

Исходное положение: обычная поза «всадника», бедра обращены вперед. Правую руку поднять вверх на уровень талии, ладонь обращена направо.

Повернуть ладонь вниз, вытянуть руку вперед и поднять на уровень плеча.

Затем быстро нырнуть ею вниз, переместить влево и потом вверх и вправо (на уровень солнечного сплетения). Все выполняется одним непрерывным движением, с рывком в крайнем левом положении. Правая рука остается горизонтальной. Левая рука движется направо, вокруг тела, торс поворачивается вместе с правой рукой. Парящая рука перпендикулярна телу и ныряющей руке.\*

Вернуть левую руку назад, на уровень плеча, для совершения кругового ныряющего движения.

Нырнуть, зафиксировать руку, сделать движение правой рукой. Пасс необходимо совершать быстро и энергично. Держа запястье в напряжении, вы создаете силу натяжения в задней части руки. Пальцы должны быть вытянуты, большие пальцы прижаты. Повторить несколько раз<sup>†</sup>.

### **19. «Кружащаяся энергия». Младший пасс**

Левая рука изогнута в направлении к телу, словно вы держите воображаемого партнера. Правую руку вытянуть вперед, затем поднять вверх над головой и в сторону. Во время перемещения запястье выворачивается, рука совершает режущее движение, ладонь поворачивается в сторону, пальцы смотрят вперед. Представьте, что вы сидите верхом и тянете поводья.

Движение заканчивается «хлопком» по воображаемой стене, словно вы выбиваете ковер. Вытягивая правую руку вперед, отведите левую, по кругу, назад до «хлопка» тыльной стороной ладони по воображаемой стене сзади.<sup>‡</sup> Добейтесь, чтобы взгляд был направлен вдаль. Расслабьтесь перед тем, как напрягать руки. Выдыхая, сильно взмахните ими. «Это естественное движение». Поменяйте руки, согнув правую перед собой.

Проделайте то же движение левой рукой вперед, правой — назад. Повторите несколько раз.

### **20. «Вытягивание Горизонта». Старший пасс**

Исходное положение: ноги на ширине плеч. Пасс состоит из трех частей.

- 1) Обе руки опущены по швам. Смотри влево, медленно поднимите левую руку на уровень плеча, ладонь вниз. Поднимите ладонь вверх, прижмите ее к груди и переместите на бок, пальцы обращены вперед.

Посмотрите направо, поднимая правую руку на уровень плеч, ладонь вниз. Поверните ладонь вверх и прижмите ее к боку, пальцы обращены вперед.

---

\* Джуди говорит: «Когда я отвожу правую руку назад, левая останавливается в самом правом положении, которого можно достичь, не вытягивая ее полностью. Правая рука оказывается справа, пальцы обращены вперед».

<sup>†</sup> Джуди говорит, что выполняет этот пасс 10 раз. Чтобы не запутаться со сменой рук, она повторяет про себя: «ныряние, парение, ныряние, парение, ныряние...».

<sup>‡</sup> Джордж говорит: «Представьте, что стена разделяет вас на две половины и продолжается впереди и позади вас. Ваши руки одновременно «хлопают» по этой стене».

Медленно верните взгляд в центр. Вытяните левую руку вперед, словно зачерпывая что то перед вами.

Переместите руку обратно, ладонь смотрит на потолок. Повторить движение, поворачивая руку так, чтобы ладонь была обращена к полу.

Зачерпывающим движением вернуть руку на бок.

Вытянуть правую руку и сделать ею те же движения. (Движения должны совершаться по вертикальным окружностям.)

Вытянуть левую руку и взмахнуть ею, ладонь вниз. Провести ею перед собой, вдоль горизонта, глазами следить за движением.

В крайнем правом положении загнуть руку назад и повторить движение справа налево. В крайнем левом положении описать рукой широкую кривую, взмахнуть ею и вернуть на левый бок.

Повторить движения правой рукой. Двигая руку вправо, вытянуть левую руку, следуя ею за правой.

Отвести правую руку назад, пока левая не догонит ее. Когда левая рука достигнет крайней правой точки, согните ее и очерчивайте горизонт справа налево. (Это очень важное движение, не следует сгибать запястье, сгибайте лишь локоть.)

Зачерпывающим движением поместить левую руку на левый бок, а правую — на правый. Опустите обе руки на талию и сожмите в кулаки.

- 2) Перенесите вес на левую ногу и слегка разверните левое бедро так, чтобы затруднить поворот тела направо. Шагните вправо и, вытянув руки, повернитесь направо.

Сделайте три внешних круговых движения правой ступней, касаясь подошвой земли.

Шагните правой ногой вперед, подтягивая левое бедро. Теперь сделайте три внутренних круговых движения правой ступней.

Еще раз шагните вперед правой ногой, подтягивая левое бедро.

Теперь сделайте пять «прыгающих» шагов (как боксер), совершая кулаками круговые движения вокруг друг друга. (Представьте, как боксер бьет «грушу».)

- 3) Правым кулаком нанести быстрый удар в правую сторону (не выпрямляйте полностью руку). Теперь вы должны стоять с вытянутой правой рукой, левая рука согнута в кулаке и находится на уровне середины груди.

Поверните правую пятку вправо, отведя левую ногу назад на расстояние фута от правой ноги.

Одновременно ударьте левым кулаком влево, переместив правый кулак к груди.

Поверните левую пятку влево, отводя правую ногу назад. Одновременно нанесите удар правой рукой, переместив левый кулак к груди.

Повернетесь лицом вперед. Поверните правую пятку к левой, руки вперед, вес на правой



ноге.

Левой ногой сделайте три круговых движения вовнутрь.

Шагните вперед левой ногой, вытянув правую пятку вперед. Левой ногой сделайте три круговых движения наружу.

Шагните вперед левой ногой, правая нога скользит вперед.

Сделайте пять прыгающих шагов вперед, вращая кулаками, словно бы колотя боксерскую «грушу». Перенесите вес вперед. Ударьте влево задней частью руки.

Поверните левую пятку. Скользните правой ногой по кругу и нанесете аналогичный удар вправо. Повернете правую пятку. Скользните левой ногой по кругу. Ударьте левой рукой.

### **Вопросы:**

Кто то спросил: «Какое различие между боевыми искусствами и *Тенсёгрити*?»

Кайли ответила, что *Тенсёгрити* позволяет вашему телу двигаться различными новыми способами. Это то, на чем мы сфокусируем наше внимание в течение шести недель семинаров. *Тенсёгрити* — это не боевое искусство, но некоторые нагвали занимались и боевыми искусствами. Отправляясь и *сновидение*, они брали с собой основные навыки боевых искусств и использовали их. Но их *намерение* не совпадало с намерением боевых искусств.

Отвечая на вопрос о запоминании движений, Кайли предложила во время занятий *Тенсёгрити* призывать намерение в помощь запоминанию. Ваше тело *помнит*. Но обычно мы сами не позволяем себе запоминать. Тенсёгрити усиливает дисциплину, необходимую для борьбы с «воладорами».

### **21. «Выравнивание Энергетического Тела». Младший пасс**

Оттяните правую руку назад, словно натягивая лук, левая ладонь обращена к потолку. Вытяните левую руку, оттягивая правую. Переместите правое плечо назад, насколько можно. Затем выбросьте вперед правую руку.

Левую руку согнуть в локте и отвести назад, ладонь вверх, сильнее выпрямить правую руку, сжать ее в кулак и, выпрямив два пальца, совершить ими три зачерпывающие движения. За тем распрямить правую ладонь, согнуть ее вправо и переместить правую руку вовнутрь.

Взмахнуть вправо запястьем, оставляя неподвижной остальную часть руки, выдохнуть. (Этот пасс выполняется только с правой стороны.)

### **22. «Смотреть видеть». Старший пасс**

Исходное положение: правая рука сжата в кулак и опущена к бедру. Рывком поднять руку вверх

Отклоните кулак слегка назад, образовав в нем «отверстие», направленное вверх.

Положите левый кулак на правое плечо, образовав в нем «отверстие», направленное к плечу, словно бы держась за веревку, проходящую сквозь ключицу. Затем нагнитесь вперед и, выпрямляясь, представьте, что растягиваете эту невидимую веревку (один конец в левом кулаке, другой — в правом).

Левый кулак скользит к животу, а правый, насколько возможно, вверх и назад. Как только выпрямитесь, верните правый кулак в прежнее положение. Вдыхайте, сгибая тело, выдыхайте

распрямляясь.

Сделайте три таких движения вверх вниз.

Переместите левый кулак назад за голову (словно наматывая бинт от правого к левому уху) и прижмите его к бедру.

Правым кулаком сделайте точно такое же движение, остановив его у левого плеча. Как только правый кулак окажется у левого плеча, отведите назад левую руку.

Выполните движение «смотреть видеть» еще три раза (вдыхать, сгибаясь, выдыхать, разгибаясь).

Отведите правый кулак за голову («наматывая бинт» от левого уха к правому).

Вытяните правую руку вперед, кулаком вниз.

Сделайте левой рукой движение за головой, в точности повторяя путь правой руки, и вытяните ее вперед параллельно правой. Оба кулака теперь впереди.

Затем раскройте руки и приложите энергию к любой точке тела. Еще раз повторите всю процедуру, начиная на этот раз с рывка левым запястьем.

Кайли сказала, что мы должны «делать хоть что то» (имея в виду хоть некоторые пассы *Тенсёгрити*) каждый день. Она сказала также, что внутренняя тишина — это не простое прекращение внутреннего диалога. Она сказала, что мы должны «сойти с пути», чтобы могло отучиться что то очень абстрактное.

Одна женщина спросила о том, как выполнять Тайшин взмах запястьем, упоминаемый в «Пересечении мага». Кайли сказала, что это особые пассы Тайши. *Чакмулы* не выполняют их и никогда им не обучались. Некоторые пассы учеников дона Хуана они используют в качестве компонентов, и интегрировали их в то, что можно показать публично. Далее Кайли пояснила, что *Тенсёгрити* вырабатывает «сверхъестественную дисциплину» и энергию, делая нас невкусными для «летунов». После этого мы прервались на ланч.

По возвращении, в 3 часа дня, Найи сказала, что *чакмулам* хотелось бы продолжить удовлетворять заявки на список всех продемонстрированных движений. Она объяснила, что пассы были собраны вместе очень наскоро (решение обучить нас новым 23 пассам принималось внезапно, в последнюю минуту), поэтому трудно предугадать, что еще потребуется. Она сказала, что вскоре выйдет буклет и новая видеозапись. Буклет может выйти даже раньше пленки. Она сказала, что следующее утреннее занятие (в воскресенье) будет посвящено исключительно повторению 23 новых движений. Она также ответила на поставленный ранее вопрос, почему *чакмулы* «убегают» в конце каждого занятия? Она сказала, что во время перерыва задаваемые вопросы становятся более личными. В этом нет ничего плохого, однако это не слишком согласуется со стремлением отбросить личную историю. Если у нас есть личные вопросы и не было шанса их задать, мы должны написать им письмо. Для ответа может потребоваться время, но он будет обязательно. Теперь они хотят научить нас последнему движению серии:

### **23. «Щит». Младший пасс**

- 1) Правой рукой совершать круговые движения перед собой по часовой стрелке (ладонь обращена к телу), словно перед вами находится огромный круглый щит. (Левая рука согнута в «парирующем» положении.) Совершить три круговых движения, по окончании рука опущена к правой ноге. Встряхнуть этой рукой и выбросить ее три раза вверх и влево, встряхивая после каждого броска. Сделать еще полтора оборота, а затем снова три раза выбросить руку влево, постоянно встряхивая.

- 2) Сделать аналогичные движения, начиная с левой руки. Выбрасываемая рука должна слегка вибрировать, «как плывущая рыба».

Остаток дня был посвящен инструкциям к избранным пассам первого видео и выполнению Рени и Найи длинного пасса, называемого «*Тенсёгрити* Привязанности» или «Привязанность Мага».\*

## Понедельник, 29 мая, утро — Повторение пассов Тенсёгрити

Это трехчасовое занятие состояло из полного повторения 23 новых пассов, пройденных в субботу и воскресенье.

### Заметки Руны об утреннем занятии в понедельник

Об Осевом Дыхании: Мы пытаемся разорвать связь с социальным порядком. Энергия петель поднимается из глубин нашего тела, вверх и наружу. На мгновение мы оказываемся свободны от социального порядка. После поднятия рук смотрите в бесконечность, посылая энергию вовне. Затем, опустив глаза, разорвите связь с энергией, которую вы отослали в пространство, опустите голову, опустите руки.

«Масса энергии, получаемая в результате выполнения пассов, позволяет нам оттолкнуть собственное «я» и сфокусироваться на чем-то ином, что находится рядом с нами. Наши цели разорваны. Карлос обязан делать это».†

«В социуме наши слова никогда не совпадают с действиями. В нашем мире слова и действия — одно и то же».

Кайли рассказала, как один из администраторов семинара поведал ей историю своего лечения от алкоголизма и о теперешнем (периодическом) желании выпить. «Мы говорим о гипотетическом алкоголике, который, сохраняя трезвость на протяжении 15 лет, мечтает об одном стаканчике. Мы попытаемся сделать так, чтобы мыслей о выпивке не существовало». Мы полагаем, она пыталась сказать о том, что магия переделывает человека на клеточном уровне, и желание отстаивать свои разрушительные привычки исчезает (нам не нужно ходить на собрания Анонимных Алкоголиков и даже на «собрания магов»). Полное перевоплощение, которое приносит *Тенсёгрити* и/или другие магические практики (например, *вспоминание*), полностью освобождает нас от желания выпить.

---

\* Рич описал этот пасс в своем отчете о второй половине Семинара по *Тенсёгрити* в Лос Анжелесе.

† (Т. е. делать *Тенсёгрити* доступной тем, кто в ней заинтересован.)

Семинар по Тенсёгрити  
в институте «Омега».  
26—29 мая, 1995г.

(Замечание: я обнаружил, что хотя Джордж Кори весьма детально описал лекцию Тайши в своих заметках, присланных на прошлой неделе, наше восприятие все же несколько разнится, так что в моих записях есть кое что, не попавшее в его отчет. Посему я предлагаю расценивать мои записи как дополнение к материалу мистера Кори, в расчете на тех, кто не гнушается повторением в поисках дополнительной и, вероятно, бесполезной информации.)

27 мая, суббота, вечер.  
Лекция Тайши Абеляр

(Приблизительно через час после начала лекции находившийся по соседству летний лагерь начал глушить нас рэпом и танцевальной музыкой; это продолжалось до самого конца выступления Тайши.

Будучи одним из присутствующих, я почувствовал, что в момент своего выступления Тайша была наполнена какой то отвлекающей энергией, так что, лишь напечатав свои заметки, я понял, насколько емким и цельным было ее выступление!?! Тайша выше Флоринды, волосы у нее темно русые с проседью. По натуре она относится скорее к тихоням; говорит она достаточно скупно. Это всегда контрастирует с быстрой и местами очень эмоциональной речью Флоринды (лично мне представляется, что Тайша — любящая молодая бабушка, в которой скрывается озорной эльф)).

Тайша сообщила нам, что прочтет нам лекцию на тему «Девять способов перемещения *точки сборки*». Она напомнила, что Флоринда говорила об энергетических частицах и частицах восприятия. Поскольку наш мир — это прежде всего мир интерпретации и описания, то основной целью магии остается возвращение к способности воспринимать энергию напрямую.

Чтобы научиться непосредственно *видеть* энергию, потребовались усилия многих поколений магов. Теперь они *видят* энергетическую оболочку человека в форме светящегося яйца или кокона. Некоторые энергетические оболочки имеют круглую или колоколообразную форму; встречаются и вытянутые, с плоским основанием. В последнем случае плоская нижняя часть энергетической оболочки погружена в некую темную вязкую субстанцию, что не позволяет энергии двигаться.

Большинство людей имеют энергетическую оболочку именно с плоским основанием. Магам крайне редко попадает светящееся яйцо, свободно парящее вокруг человека и формой приближающееся к идеальному шару. Такие редкие зрелища в немалой степени радуют и вдохновляют энергетические тела самих магов. В каждом светящемся яйце видна яркая светящаяся точка: она расположена в задней части кокона, приблизительно на уровне плеч. Это — *точка сборки*, через которую проходят миллионы волокон, обеспечивающих процесс восприятия.

При изменении положения *точки сборки* появляется возможность воспринимать другие миры; поскольку в яйце миллиарды точек, куда можно было бы передвинуть *точку сборки*, то к чему ограничиваться восприятием одного лишь этого мира? Наша человеческая способность к интересубъективности выражается в том, что каждый из нас сохраняет *точку сборки* в приблизительно одинаковом положении. Светящаяся «юбка» вокруг нижней части яйца соответствует способности к *сновидению*; а такое же свечение вокруг остальной поверхности яйца, как правило, съедают воладорес.

Начиная с периода средневековья, *точка сборки* большинства людей перемещалась на расстояние не больше толщины человеческого волоса. Яйцо при этом постоянно теряло сияние. Маги утверждают, что энергетическое тело является конгломератом энергии, собирающейся вокруг ядра. Маги пытаются вновь совместить энергетическое тело с физическим (Тайша объяснила, что изначально они оба «разделены при рождении»), Дон Хуан как то рассказывал Тайше, что благодаря занятиям

магией энергетическое тело подходит к физическому все ближе, ближе... пока не почувствуешь шлепок по затылку — это воссоединились оба тела.

Благодаря строгому соблюдению правил и постоянной тренировке маги получают возможность превратить энергетическое тело в подобие физического, и наоборот.

Впервые Тайша увидела энергетическое тело у Эмилито. Тогда она как раз выработала в себе с помощью внутренней тишины достаточно трезвости разума, чтобы свечение ее энергетического кокона достигло коленей. Эмилито продемонстрировал ей свое энергетическое тело, исполнив нечто напоминавшее «Трясущую походку» (такая вибрация позволяет магам «стряхнуть с себя» физическое тело).

Тайша увидела, как облако энергии поднялось и охватило всего Эмилито. Такого глазами не рассмотреть: это может «увидеть» лишь ваше энергетическое тело.

Девять способов — это способы, по которым обучались ученики дона Хуана; они гармоничны и совершенно безвредны, если заниматься ими неторопливо, с искренней самоотдачей. Эти девять способов можно применять как самостоятельно, так и в комбинации с другими. Вот они:

1. *Тенсёгрити*
2. Перепросмотр
3. Не делание
4. Мелкие (домашние) тираны
5. Техника *пристального созерцания*
6. Полное (внутреннее) молчание
7. Полная дисциплинированность и безупречность действий
8. *Сновидение*
9. *Сталкинг*

(Примечание: способы приведены в последовательности возрастания осознания. Это необходимо для того, чтобы должным образом освоить каждый из способов. Два последних способа — *сновидение* и *сталкинг* — достаточно изощренные и требуют, чтобы перед их практикой уровень осознания (энергетического свечения) поднялся хотя бы выше уровня щиколоток.)

Затем Тайша приступила к объяснению сути каждого способа.

### **1. *Тенсёгрити***

Каждому из четырех учеников был предложен определенный комплекс пассов. Клара Грау обучала Тайшу пассам, которые следует выполнять стоя на земле; Эмилито научил ее пассам, которые делают на деревьях. Поначалу Тайшу не допустили в класс боевых искусств Клары Грау: говорили, что Тайша «радиоактивная» (то есть слишком много занималась *вспоминанием*).

Клара обучалась боевым искусствам в Китае и была мастером боя на шестах. Однажды Тайша попыталась заглянуть в класс боевых искусств через проделанное в стене отверстие; тогда пес по кличке Манфред (сейчас он ушел с группой дона Хуана, поскольку его осознание развилось настолько, что покрывало его тело целиком. В результате все решили, что его можно причислить к магам и считать равноправным членом группы) принялся громко лаять.

Когда присутствие Тайши обнаружили, она спросила Манфреда, зачем он ее выдал; Манфред ей ответил, что он просто пытался объяснить Кларе, что Тайшу уже пора обучать пассам. Клара приспособила пассы к данным Тайши; тогда же члены группы Карлоса поняли, что аналогичным образом пассы можно подгонять под особенности каждого занимающегося. Клара потребовала, чтобы Тайша выполняла пассы с максимальной концентрацией внимания и при полной внутренней тишине, добавив, что энергетическое тело само подскажет ей, что делать дальше.

Старые маги умеют очень сильно фиксировать свое *намерение*, накладывая его на выполняемые движения. Тенсёгрити приводит к тому, что *намерение* усиливает чувство осознания; в результате появляются новые светящиеся энергетические волокна, которые, собственно, и вызывают смещение *точки сборки*.

(Примечание: Тайша объяснила, что две области мертвого звездного излучения, на энергии которых их учили концентрироваться при выполнении упражнения «Открытие Звездного Люка», являются Созвездие Северной Короны и двойной пульсар, образующий Глаз Тельца в Созвездии Тельца).

## 2. Перепросмотр

*Чакмулы* как раз сейчас занимаются *вспоминанием*, так что в дальнейшем они опишут этот процесс подробнее. *Перепросмотр* — это техника древних магов, придуманная для энергетического разрыва связей с прошлым. Она освобождает нас от мертвой хватки прошлых представлений, мешающих нам воспринять новые стимулы к жизни. Кроме того, *перепросмотр* приводит к расслаблению «перенапряженных» энергетических волокон, а это позволяет нам ощутить появление новых волокон в нашем энергетическом коконе. А контролируемая глупость позволяет нам уловить сиюминутность новых впечатлений, чтобы не увязать в них потом. Отодвигая осознание назад, к старым энергетическим волокнам, разглядывая каждую деталь прошлого, а потом возвращаясь в настоящее с помощью дыхательных упражнений, мы расслабляем нашу *точку сборки*.

Кроме того, *вспоминание* раскрывает нам весь список наших собственных действий и реакций — нашу основную канву жизни, — что позволяет после *перепросмотра* открыть для себя возможность новых действий (которые затем превращаются в «не делание»).

Женщины — существа наполовину неорганические; стоит им приглушить внутренний диалог — и они смогут стать «трубчатыми» (т. е. подобными неорганическим существам). Во внутреннем гроте Тайши уживаются два неорганических существа: Глобус (или Гловис?) и Фебус. Оба они — действительно неорганические существа, причем определяемые индивидуально. А личная *точка сборки* Тайши и форма ее энергетического кокона вытянуты в сторону энергетической оболочки этих существ: это позволяет ей с каждым разом все лучше разглядывать своих «постояльцев».

## 3. Не-делание

По сути, это значит не пользоваться ничем из старого арсенала действий и реакций. *Перепросмотр* предоставляет нам их список, давая пару мгновений на раздумье. Когда маг действует в совершенно непривычной для него манере, в его энергетическом светящемся коконе появляются новые волокна. В результате же энергетическое тело очнется от оцепенения, откликнется. Начинать следует с мягкого разрушения малых взаимосвязей, постепенно доходя до возможности напрочь отринуть мысль о том, что мир устроен совершенно определенным и неизменным образом.

Тайша вспомнила, что некогда знала одного профессора из Калифорнийского университета, который, объясняя студентам, как феноменологи и философы понимают суть восприятия, предлагал им следующий эксперимент. Он надевал им на глаза специальный прибор с двумя призмами, в котором изображение казалось перевернутым вверх ногами. Вероятно, студенты навсегда запомнили те несколько шагов к своим машинам, которые они сделали с этими призмами на глазах. (По этому поводу Тайша вспомнила забавный случай с одним антропологом, который занимался научными изысканиями в буше. На какой то момент ему удалось увидеть духов, и он настолько испугался, «что на несколько мгновений вся антропология была забыта».)

*Не-делание* — это всего лишь разрушение привычной связи. Например, можно выполнять повседневные действия не той рукой, для которой это привычно. Вы также занимаетесь *не-деланием*, совершая нечто выходящее за рамки вашего привычного *инвентарного списка*. Такое может случаться, например, в условиях стрессовой ситуации (например, мать, обнаружившая, что ее ребенок в опасности, вдруг оказывается в состоянии поднять что-нибудь весом в тысячи фунтов).

Такие моменты заставляют нас изменить наше собственное представление о том, что мы в состоянии сделать.

Как то «Голубая лазутчица» сообщила Тайше, что собирается исполнить ее мечту, и, захватив ее и еще одного знакомого, отправилась с ними в Большой Каньон, где им пришлось заночевать в небольшой гостинице в самом низу каньона (удивительно, что в тот самый вечер для них была заказана комната). В то время Тайша была Анной Марией Кордова, студенткой Калифорнийского университета, поскольку сопровождавший их приятель и не подозревал о существовании Тайши Абеляр. Как раз тогда Тайша была в ужасной физической форме; ее волновало, сможет ли она проделать обратный путь наверх по стене каньона без необходимости присылать за ней спасательный вертолет.

Всю ночь перед подъемом Тайша не спала. Все трое поселились в одной комнате, «Голубой лазутчице» не спалось, а Тайша глотала кофе чашка за чашкой, пока не почувствовала нечто вроде изжоги в желудке. Тайша заранее настояла на том, что подниматься они будут той же трассой, что и спускались. Благодаря этому ночью ей удалось отправить свое энергетическое тело вверх по маршруту, расставляя по пути *намерение* (или энергетический базис) для успеха завтрашнего восхождения. Когда следующим утром они начали подъем, Тайша по дороге принялась поднимать мелкие камешки и прочую чепуху: в них она «оставляла свою усталость» (можно также отдать свою усталость валуну, прислонившись к нему).

Еще есть особый способ держать руки, чтобы прибавилось энергии. В общем, чтобы добраться назад, Тайша использовала полный репертуар *не-деланий*, включая нюхание определенных трав (каких именно, подсказывало энергетическое тело) и разглядывание с помощью *пристального созерцания* мест, где можно было присесть и отдохнуть. В принципе, когда силы физического тела истощаются, эстафету принимает тело энергетическое. Тайша также использовала «силу мулов»: она получала энергию от спускавшихся упряжек, стоя на их пути. Когда мулы проходили мимо, их мощное энергетическое поле плотно окутывало Тайшу. Чтобы быстрее двигаться вперед, она подпитывалась тонкими волокнами энергии, излучаемой скалами. В результате использования всех *не-деланий* Тайша появилась на вершине где то на час раньше своих товарищей, которые поначалу вырвались вперед.

#### 4. Мелкие тираны

Маги утверждают, что наша крайняя заинтересованность в себе и чувство собственной важности (то есть саморефлексия) являются причиной того, что точка сборки наших тел не способна передвигаться. Как же избавиться от излишних мыслей о себе? Есть три способа добиться этого:

- 1) Воплотить *Абстрактное*, или *контролируемую глупость*. Особенность нашего восприятия заставляет нас в некоторых случаях думать, что мы более важны, чем это есть на самом деле; в действительности же надо лишь оглядеться вокруг, чтобы понять: все, что нас окружает — деревья, животные, воладорес и пр., — это лишь формы энергии.
- 2) Прибегнуть к помощи мелких тиранов — ведь они есть повсюду и они способны помочь в решении проблемы собственной важности. Мелкие тираны всегда обнажат существующие в нас самих узкие места.
- 3) Признайтесь самому себе — вы смертны. О какой особой собственной важности может тогда идти речь? (Подобное осознание, как и безжалостность, приводит к смещению *точки сборки*.)

Однако после того, как мелкие (домашние) тираны потерпели поражение, возникает опасность гипертрофированного ощущения собственной важности и превосходства над другими. Никогда не используйте мелких тиранов для самовозвеличивания. К примеру, Карлос однажды увидел знакомого по имени Клиффорд, который расхаживал с бритой головой и связкой головок чеснока, свисавшей на голый живот. Клиффорд оказался «хлыщом», пытавшимся доказать, что он в состоянии делать абсолютно все, и притом лучше остальных. *Не-делание* и борьба с мелкими тиранами должны происходить тихо, без шума, и просто, чтобы никто не знал об этом — уж во

всяком случае, не группа и не общество.

## 5. Пристальное созерцание

*Пристально созерцать* — это не просто смотреть; это нечто среднее между зрением и восприятием. Техника *пристального взгляда* помогает нам избавиться от уверенности, что весь мир состоит из конкретных объектов. *Пристальное созерцание* изобрели для того, чтобы нарушить склонность нашего восприятия видеть мир субъективно.

Тайша не рекомендует практиковать *пристальный взгляд* на облака, поскольку вернуться из этого состояния крайне трудно и рекомендовать данную технику можно только опытным магам. Лучше использовать песок, гравий, листву или деревья (не стоит *пристально созерцать* деревья в плохом настроении, для этой цели лучше подойдут океан или линия горизонта, так как океан достаточно велик, чтобы без следа поглотить все отрицательные эмоции).

Метод Флоринды Грау (или «Старой Флоринды») заключается в том, чтобы бросать быстрые взгляды, как бы выхватывая предметы, не принадлежащие данному окружению. Но это перегружает зрительный аппарат. Можно использовать и скользящий пристальный взгляд, осматриваясь кругом в вертикальной или горизонтальной плоскости. Можно *пристально созерцать* листья, пытаясь очертить контуры каждого листка или подсчитывая их количество, — это может привести к скачкообразному изменению состояния, когда листья пропадают из поля зрения, а передний план и фон меняются местами.

Выдержать такое изменение долгое время достаточно трудно, но вам это и не нужно. Это лишь техника, позволяющая сломать прошлые условности восприятия, вернувшись к принципу непосредственного восприятия.

## 6. Внутреннее молчание

Метод заключается в том, чтобы постепенно, секунда к секунде, увеличивать продолжительность внутреннего молчания. Когда Тайша достигла предела в 5 минут (у Флоринды — 8 минут), это «вынесло» ее за пределы ее обычной *точки сборки*.

Критическим показателем для Кэрол Тигге являются 23 минуты полного внутреннего молчания, после чего она готова буквально «остановить Землю» (имея энергетического двойника, Кэрол обладает гораздо большей массой, которую можно привести в движение за гораздо большее время). Чтобы достигнуть внутреннего молчания, некоторые буддисты используют палку, один конец которой воткнут в землю, а второй упирается в лоб. Можно также зажечь спичку и, опустив ее кончик в воду, пристально глядеть, как пламя медленно продвигается по спичке, постепенно принося полное молчание. Единожды достигнув критической точки молчания, вы впоследствии сможете быстрее вызывать это состояние и увеличивать его продолжительность.

## 7. Дисциплина и безупречность действий

Сама дисциплина не имеет ничего общего с военным уставом; однако безупречность состоит в том, чтобы в любое предприятие вкладывать максимум концентрации и *несгибаемого намерения* без каких либо претензий на вознаграждение. Маги говорят: все нужно делать так, как будто это ваше последнее действие в земном мире. Безупречность поступков делает вас неуязвимыми для *воладорес* (но своей сути они не являются ни плохими, ни хорошими; они лишь часть Пра-Вселенной). *Воладорес* способны принимать человеческий облик, поскольку на подсознательном уровне наше осознание в состоянии заметить их присутствие. (Тайша нам показывала одну фотографию и увеличенные копии с нее; эту фотографию сделал их общий друг, буддистский исследователь, на карнавале по случаю летнего равноденствия в Теотиуакане. Как явствовало из пояснительных записок Кори и Руны, объект на одной из увеличенных фотографий, поначалу казавшийся насекомым, на самом деле оказался одним из *воладорес*. Увидев это, Тайша буквально подпрыгнула;



показалось, что она немало напугана. Дело в том, что никто не видел, как это «насекомое» улетело. Оно скорей улетучилось, растворилось в воздухе.)

На увеличенных изображениях фигура имела размеры двух трехэтажного дома; она возвышалась слева от главной пирамиды, на фоне гор. Я перерисовал эту фигуру. Она напоминала человека с поднятыми над головой руками или крыльями; этот человек летел, держа ноги согнутыми в коленях. Тайша сказала, что *воладорес* присутствуют везде, где происходят массовые скопления людей. Обычно мы их не замечаем, хотя младенцы, еще не ставшие членами социума, прекрасно видят их.

Некоторые люди удивительно легко достигают высокого уровня осознания. Как то Кастанеда посетил дом для престарелых, где он встретился с 80-летней дамой, недавно очнувшейся после комы длиною в двадцать лет. Она написала книгу о группе индейцев. Вместе с ней находился молодой индеец (источник информации, соавтор?), который в конце встречи высказал Кастанеде сожаление, что он (молодой человек) слишком быстро продвигается в своих занятиях, чтобы они могли по-дружески общаться с этой женщиной. Карлос отнес это заявление на счет грубости и невоспитанности юноши.

Однако через два года, во время поездки из Мексики в Сан Диего по шоссе N 8, Карлос попал в песчаную бурю. Неожиданно рядом с его машиной остановился большой грузовик, водитель которого предложил Кастанеде двигаться дальше под защитой борта машины. В конце концов оба автомобиля добрались до посыпанной гравием дороги, и Карлос, которому стало интересно, куда дальше едет его попутчик, посигналил водителю грузовика, чтобы тот остановился. Им оказался тот самый молодой человек; он сказал Карлосу, что чувствовал себя в неоплатном долгу перед ним за его обучение магии, но теперь ему представилась возможность отблагодарить. Он также рассказал Кастанеде, что теперь они оба находятся во *Втором Внимании* (очевидно, у молодого человека было достаточно энергии и осознания, чтобы перенести Карлоса в свое *сновидение*). Лишь только грузовик скрылся с глаз, как Карлос обнаружил, что вновь находится на шоссе N 8.

## 8. Сновидение

В понимании магов это не есть обычный сон; термин подразумевает тот уровень управления сновидением, который позволяет зафиксировать в нем свою *точку сборки*. Чтобы фиксировать *точку сборки* в любой точке, куда заносят сны, необходимо умение *выслеживать* свои *сновидения*. Неважно, о чем *сновидишь*; важно, насколько тебе удастся зафиксировать свою *точку сборки* в этом сне и как долго можно удержать это состояние. Кто-то, зафиксировав *точку сборки* в сновидении, может возвращаться туда многократно, тогда как другой, очнувшись в процессе *сновидения*, начинает отыскивать свое положение (находясь в *сновидении*, необходимо зафиксироваться на каком либо желательном действии, которое позволит вам пробудиться).

Позже, полностью вернувшись в этот мир, можно повторить все движения, которые вы совершали, когда «сновидели наяву», — это позволит вновь соединить ваши энергетическое и физическое тела.

## 9. Сталкинг

Маги считают, что сначала необходимо научиться *выслеживать* себя посредством *перепросмотра*. Чтобы осуществить это, прежде нужно со всей жесткостью сказать себе правду, кто ты и какова твоя жизнь. В процессе *вспоминания* Тайша узнала, что она была крайне назойливой личностью (как, впрочем, многие из нас), которая не остановилась бы ни перед чем, лишь бы получить желаемое. Дон Хуан даже называл ее «Я Хочу Это». Кроме того, она обнаружила, что не в состоянии почувствовать расположение к другим людям.

Когда Нелида попыталась предпринять элементарные шаги для раскрытия *точки сборки* Тайши, Тайша буквально взорвалась, совершенно измучив своими капризами Нелиду; когда же она вернулась в свое нормальное состояние, ее *точка сборки* все еще вибрировала, хотя не сдвинулось ни на миллиметр (как двигатель на холостом ходу). Происшедшее настолько взволновало группу

дона Хуана, что Тайшу решили поместить среди деревьев, чтобы ее *точка сборки* вынуждено заняла новое положение.

Именно там, в зеленых кронах, Тайша впервые начала ощущать человеческие чувства — например, она научилась чувствовать деревья, которые до этого казались ей чужими. Тайша также поняла, что деревья обмениваются целыми пакетами чувств, используя при этом различные энергетические волокна. Когда же ее *точка сборки* наконец стабилизировалась (на это ушло около двух лет), ей, как *сталкеру*, дали вторую установку — на этот раз идеальной женщины в стиле инженю, которая ищет себе мужа.

Такой поворот оказался полон драматизма: ведь там, среди деревьев, она была физически крепкой, даже атлетической, она принадлежала окружавшей природе и скорее ориентировалась на мужской тип. Даже ее *точка сборки* начала менять свое положение, разворачиваясь наружу, как у мужчин (у большинства женщин *точка сборки* повернута вовнутрь). В течение года она играла роль этакой Мадлен Риго, занимаясь французским, постигая секреты кухни, этикета и т. д., превращаясь в завидную партию. Она даже получила несколько предложений руки и сердца.

Однако период этот неожиданно закончился, когда она влюбилась в совершенно недостойного человека — им оказался священник расстрига, «неуклюжая деревенщина». То был очень сложный молодой человек — навязчивый, одержимый чувством вины и кучей самых разнообразных комплексов. Целыми днями он ездил в городских автобусах и слонялся по церквям. Тайша, исполняя роль Мадлен, решила, что спасет его, — и подвесила его среди вершин деревьев! Как только она управилась с этой задачей, бедняга окончательно сошел с ума. Разразился громкий скандал, и с ролью Мадлен пришлось покончить.

Следующим заданием для Тайши стала роль Альфонсины-нищенки. Это оказалось весьма далеко от прежней изнеженной инженю. Дон Хуан «нанял» женщину нищенку, чтобы та играла роль матери новоиспеченной попрошайки. Эта женщина и научила Тайшу всем премудростям выпрашивания милостыни. Увидев грязную развалюху, служившую женщине жилищем, Тайша немедленно решила бросить это занятие и, отыскав дона Хуана, принялась умолять его, чтобы он разрешил ей вернуться. Однако дон Хуан ответил, что она уже сделала свой выбор и теперь ей остается либо, бросив все, вернуться в свой мир, либо погрузиться в эту «пучину», оставаясь Альфонсиной.

В тот момент осознание Тайши было на достаточно высоком уровне, и она смогла убедить себя вернуться в грязную хижину к настоящей Альфонсине. Лишь четкая дисциплина и *несгибаемое намерение* позволили Тайше с честью пройти это испытание. Тяжелые условия помогли прорваться чувствам: Тайша почувствовала любовь к своей «матери» — нищей Альфонсине. При этом она не испытывала ни стыда, ни сожаления. Это длилось больше года, пока женщина, хорошо относившаяся к Тайше, все же убедила Тайшу прийти к ней в дом, смыть с тела и волос грим нищенки... Так закончила свою жизнь попрошайка Альфонсина.

Четвертым и последним обязательным *сталкингом* для Тайши стал образ мужчины по имени Рики. Рики был молодым американцем, который безумно любил жизнь и приходил в восторг от любой мелочи, которую мы в повседневной жизни даже не замечаем. Он всегда пользовался представлявшимися возможностями, но основное давление на него оказывало осознание того факта, что его роль рано или поздно закончится.

Когда избавляешься от *эго* и завышенной самооценки, становится легче проникнуть в параллельную вселенную. Находясь по другую сторону от нее, ты слышишь голоса параллельной вселенной, о которых рассказывает тебе *сновидящий* посланник оттуда (посланник всегда говорит женским голосом). Там, в параллельной вселенной, можно взаимодействовать с неорганическими существами, которых маги древности называли «союзниками».

*Сновидя*, можно проникнуть в их мир, и тогда скорость вашей жизни замедлится, сравнившись с их скоростью. С помощью спокойного ... (я не расслышал, какое слово здесь употребила Тайша)

*сталкеры* могут менять свою собственную скорость; при этом тот самый голос указывает им, что им следует сделать для ее замедления. Два существа из параллельной вселенной, с которыми Тайша находится в контакте, своими частями проникли в наш мир, в наше восприятие. Много раз они брали ее с собой в путешествия по самым разным уголкам той, другой вселенной. Но ведь это доступно и нам. В свою очередь, она показывала им ужасы *Второго Внимания* (иногда они настолько пугались, что около года не приходили к ней). Правда, она обнаружила не менее страшные вещи и в их мире.

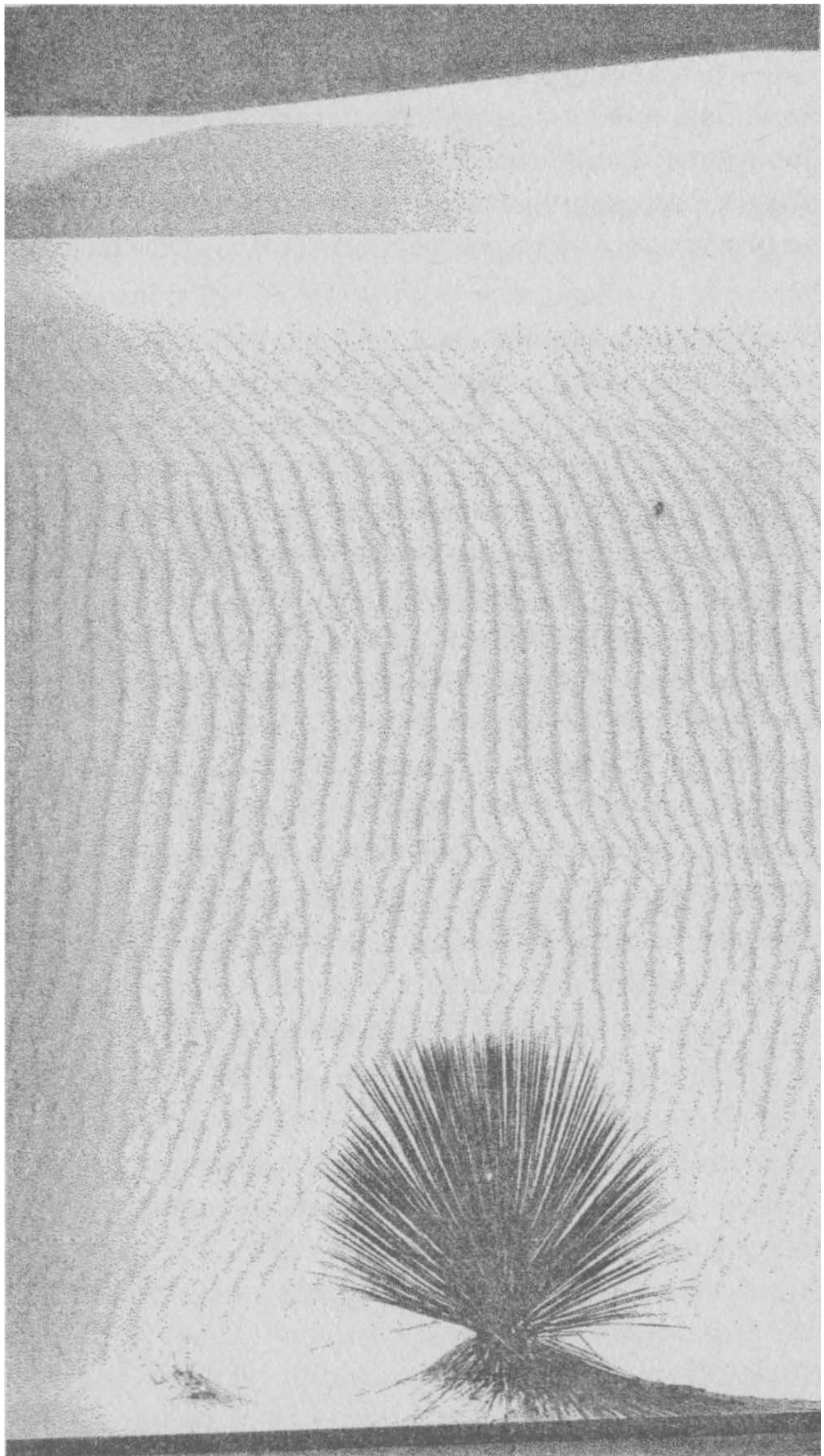
В мире неорганических существ возникает удивительно приятное ощущение, будто ты плывешь или передвигаешься с огромной скоростью. Неорганические создания — это существа «женского пола»; они стремятся к мужской энергии, которая весьма редко встречается во вселенной, поэтому мужчинам не стоит слишком часто посещать их. Женщины же могут проникать в туннели неорганического сознания, просто добиваясь полного внутреннего молчания.

Когда то в древности маги разочаровались в неорганических существах, не получая весомого вознаграждения от сил, которыми они управляли благодаря неорганическим существам (эти силы помогли предотвратить испанское вторжение). Но группа Кастанеды обнаружила, что неорганические существа способны чувствовать привязанность — самую естественную, искреннюю привязанность, которая утешает как ничто другое. Именно поэтому они помогают магам, чувствуя себя совершенно свободными и не требуя никакой взаимности. Чувствуя сожаление от того, что наши жизни гораздо короче, они обретают мотивацию в своей помощи нам. Если вступить с ними в контакт на основе глубокой привязанности, они в ответ могут продлить ваш Период Внимания.

Не чувствуете аналогии с Фаустом? С точки зрения здравого смысла, представители мира неорганики выглядят этакими дьяволами — ведь они заинтересованы в расширении нашего осознания до пределов, граничащих с вечностью. Старый Нагваль говорил, что это наши двоюродные сестры, существующие параллельно с нами. Проникнуть в их мир — вот единственный способ увеличить наш потенциал. У них же самих нет корыстного умысла делать это за нас и для нас.

Дон Хуан сказал однажды, что вселенная буквально пропитана волнами привязанности, в которых плещутся неорганические существа (сюда же входит привязанность, которую мы испытываем к другим людям, деревьям и представителям неорганического мира). Не препятствуйте волне привязанности, проникающей в вас, — ведь благодаря ей *дух* обретает свободу движения и устремляется в бесконечность. После этого вы ощутите полное бесстрашие и собственную покинутость; но подойдет время разговора (внутреннего диалога?) — и вы скажете: «Ну и что?»

(Тут Тайша окончила свой рассказ. Был уже двенадцатый час и дополнительных вопросов не последовало. Кое кто к этому времени уже ушел, потому что под навесом гулял пронизывающий холодный ветер. Тайша сообщила, что ответит на любые вопросы завтра. В воскресенье утром, примерно без двадцати одиннадцать (все как раз слушали заключительную лекцию о последних пассах и движениях *Тенсёгриту*), Тайша и Флоринда мелкой рысью промчались к выходу. Мне повезло: я оказался у них на пути; сначала я несколько рассеянно наблюдал, как они стоят у входа, разговаривая с несколькими людьми, а затем подошел поближе, чтобы послушать. Тогда мне удалось переброситься парой слов с каждой из них, а потом обе они обняли меня. При этом я почувствовал, как от них исходит волна привязанности...)



## Рич Дженнингс Семинар по Тенсёгрити, институт «Омега», 26 29 мая 1995 года.

28 мая, воскресенье, вечер.

Рассказы чакмул и ответы на вопросы  
(отвечали чакмулы, Флоринда и Тайша).

Из-за опасности проливного дождя лекция в воскресенье вечером была перенесена из-под легкого навеса в конференц-зал института «Омега». К половине девятого все участники плотно, но уютно заполнили помещение, которое было явно маловато для такого собрания.

Вскоре после этого на сцене появилась Флоринда; она сообщила присутствующим, что Кэрол Тиггс так и не смогла приехать, несмотря на то, что вся группа усиленно сновидела об этом в течение нескольких дней и что были приняты некоторые другие дополнительные меры. Она объяснила, что сообщить эту новость на семинаре выбрали именно ее, потому что она самая маленькая, а следовательно, вероятность того, что мы захотим наброситься на нее, гораздо меньше.

Затем она сказала, что в этот вечер мы выслушаем сообщение каждой из *чакмул*, которые отныне находятся в центре нового мира, созданного группой Кастанеды. Далее Флоринда объяснила, что Кэрол Тиггс является своего рода источником энергии для группы, и добавила, что она, Кэрол и Тайша уже приняли форму «трубы», создав таким образом русло для передачи энергии *чакмулам*. По ее словам, они с Тайшей в процессе путешествий заметили, что энергия *чакмул* претерпевает изменения. Попутно Флоринда объяснила, что рассказы *чакмул* по сути являются *Сказками Намерения*.

### Найи Мюрез о «Голубой лазутчице»

На сцену вышла Найи. Она села за стол и прочла собственноручно написанное сказание о «Голубой лазутчице».

*Голубая лазутчица* — это дочь Кэрол Тиггс. Кэрол дала ей жизнь. Дело в том, что свечение ее энергетического поля имеет голубоватый оттенок, в отличие от белого свечения, свойственного большинству людей. Карлос Кастанеда обнаружил этот «энергетический сгусток голубоватого цвета» в мире неорганических существ. *Чакмулы* еще не были в этом мире, но они чувствуют, что он находится где-то рядом. Мир магов обладает какой-то таинственной силой, которой можно жить, которую можно чувствовать, — но ее невозможно предсказать. Женщины могут легко проникать в мир неорганических существ, как только их уровень осознания поднимется до уровня пояса. Способ осуществить это зиждется не на обрядах или практике, а на полном внутреннем молчании. Именно этого молчания *чакмулы* пока еще не достигли.

Все *чакмулы* ощущают чужеродность «Голубой лазутчицы». Найи сказала, что «Голубая лазутчица» — это любовь ее жизни: она как бы человек и вместе с тем не человек. Она описала «Голубую лазутчицу» так: умная, светлая, изящная, воздушная, похожая на волка и прекрасная. У нее сверкающие голубые глаза и всеслышащие уши; одевается она всегда безупречно, но не менее непредсказуемо. У нее есть замечательная способность находить лучшее среди ресторанов, музыкальных произведений, предметов антиквариата и одежды. Она вечно вздыхает по истине и вполне способна раскрыть вам ваш самый большой секрет или самое сокровенное желание. Кроме того, она весьма посредственно имитирует Н (тут у меня неразборчиво) и может сносно готовить, хотя и без больших претензий.

Найи впервые встретила с Кэрол Тиггс и «Голубой лазутчицей» на семинаре по Тенсёгрити, куда ее пригласила Флоринда. Тогда Найи рассказали, что Кэрол Тиггс — мать «Голубой лазутчицы». Но поскольку Найи слышала, что клан Карлоса Кастанеды занимается «сталкингом» и подшучивает над людьми, а Кэрол Тиггс выглядит всего дашь на двадцать пять (и, очевидно, продолжает молодеть),

то решила, что не даст себя так просто одурачить. Тогда Найи подошла к «Голубой лазутчице» и спросила ее: «Вы — мать Кэрол Тиггс, не правда ли?»

Со временем «Голубая лазутчица» становится все изящнее. Кажется, что ей всего семь лет, и говорят, что до полной зрелости ей нужно прожить добрые полвека. Она настолько точна, настойчива и темпераментна, что Карлос Кастанеда называет ее «Головной болью». Рассердить ее не труднее, чем семилетнего ребенка (если вы ведете себя, как идиот), но в следующий же момент она обо всем забывает и начинает уговаривать, чтобы вы составили ей компанию в поездке в игорные дома Лас Вегаса.

«Голубая лазутчица» любит играть в азартные игры и в отсутствие Кэрол Тиггс обычно ставши на лошадей. Теперь, когда Кэрол Тиггс вернулась, она превратилась в стопроцентную мамашу. «Голубая лазутчица» также отсутствовала около десяти лет, что соответствовало хронологическому возрасту от семи до семнадцати лет; вернулась она на год раньше Кэрол Тиггс. Все это время Флоринда и Карлос Кастанеда присматривали за ней.

Возвращение «Голубой лазутчицы» члены клана обнаружили в Мехико, куда они приехали повидать «старую Флоринду». Карлос Кастанеда отвез «Голубую лазутчицу» обратно в Лос-Анжелес, где устроил ее в школу. Такой поворот событий настолько огорчил «Голубую лазутчицу», что она недвижно застыла на целые сутки (это у нее свидетельствует о крайней ярости). Однако в конце концов она вышла из этого состояния и просто и мило улыбнувшись, спросила: «И что мне теперь следует делать?».

До этого она ходила в сельскую мексиканскую школу, но при этом так и не научилась ни читать, ни писать, так что ее записали в начальный колледж, поскольку учебный год в вы сшей школе уже начался. Теперь она работает над своей докторской диссертацией по социологическим наукам, при этом каким-то совершенно необычным образом умудряясь усваивать академический материал. Годы ее юности прошли под опекой старого Нагваля. Затем она ушла (во *Второе Внимание!*), чтобы пройти совершенно странный курс обучения, после которого она обрела естественную решимость. Как говорит Карлос Кастанеда, «Голубую лазутчицу вряд ли заставишь вспотеть». Где бы она ни была, но избаловали ее там без всякой меры. Она в состоянии менять собственную скорость в одно мгновение и чувствуетея, что скорость ее все увеличивается.

Хотя она работает над докторской диссертацией, выглядит она все еще как юная девица. Одно из подтверждений этому — неукротимое стремление гоняться за любимыми киноактерами. Один из самых дорогих ее сердцу — Брюс Маккомб, сыгравший роль в фильме «Дети в зале». Зная об этом ее увлечении, Карлос Кастанеда, встретив однажды этого актера, представился и сообщил: «Своей игрой вы доставили нам бесконечное удовольствие». В ответ на это актер достал записную книжку, вырвал последнюю страницу и, поставив автограф, приписал: «лазутчице». Карлос Кастанеда взглянул на автограф и заметил, что актер подписался как «Кевин Макдональд» (оказалось, что это другой комедийный актер, которого Карлос Кастанеда по ошибке принял за Брюса Маккомба). Вообще «лазутчица» вся отдается созерцанию фильмов по телевизору: к примеру, ей ничего не стоит подгонять героя возгласами «Давай! Давай!»

Если «Голубой лазутчице» что то не нравится, она мигом превращается в ужасное создание. Настоящим дамочловым мечом для нее является «Оранжевая лазутчица», с которой они обычно дерутся, как сумасшедшие. «Голубая лазутчица» обожает, когда ей составляют компанию на прогулку в Диснейленд; ей это нужно для того, чтобы распушить свои световые волокна. Она часто совершает энергетические атаки на группу, сначала метая «энергетические дроттики», а затем отступая.

*Чакмулы* месяцами не встречаются и не разговаривают с ней — и тут она появляется, и меняет все вокруг и потрясает все устои. Найи говорит, что «Голубая лазутчица» спровоцировала появление у нее образов, кажущихся какими то разорванными. Однако та же «Голубая лазутчица» продлевает жизнь этих образов и делает их более целостными. Ей известны другие положения *точки сборки*, и

она пользуется ими. По сути, она напоминает «Голубую огненную стрелу», доверие которой еще нужно заслужить.

Потом Найи зачитала следующий ниже абзац, иллюстрирующий манеру «Голубой лазутчицы»: «Встретимся в кафе, неподалеку от границы, рядом с небом... Ты должен говорить, а твое молчание должно защищать лишь твою любовь, а не сердце, давно отдавшееся этой любви (в этом месте эмоции совершенно очевидно захлестнули Найи — ее глаза наполнились слезами и ей пришлось сделать паузу, чтобы собраться и вновь продолжить). Станный возлюбленный, волнение неизвестной памяти. Ты танцуешь танго в нашей крови. Наша голубая мечта, наш мотылек, не принадлежащий никому. За твое стремление ко всему».

Найи завершила свой рассказ, сообщив, что «Голубая лазутчица» взяла имя «Клод». (Боюсь, что мне придется согласиться с теми, кто отчетливо услышал имя «Клод». Во всяком случае, я бы не сказал, что прозвучало слово «Тучка»)\*

## Рени Мюрез об «Оранжевой лазутчице»

Затем вышла Рени. Она рассказала нам об «Оранжевой лазутчице». (Впервые в этот раз чакмулы облачились в совсем не идущую им одежду. Как и Найи, Рени читала с листа).

Карлос Кастанеда обнаружил «Голубую лазутчицу» в Мире Неорганических Существ. Тогда она была падшей заключенной и не могла выбраться оттуда. Он сделал все что мог, чтобы освободить ее, этот голубой комочек энергии, который трансформировал ее самоинтерпретацию в семилетнюю девочку. Карлос Кастанеда затратил столько энергии на ее освобождение, что чуть было не погиб сам. Кэрл Тиггс и дон Хуан помогли ему вернуться обратно; «Голубая лазутчица» показывала им дорогу. В то время Карлос Кастанеда еще не знал, что за «Голубой лазутчицей» бился в ловушке еще один сгусток энергии — «Оранжевая лазутчица». Попытка Карлоса Кастанеды освободить и ее увенчалась успехом. Дон Хуан очень волновался, сознавая, что для освобождения «Голубой лазутчицы» Кэрл Тиггс придется родить ее. Однако с «Оранжевой лазутчицей» дела обстояли еще сложнее: никто не хотел помогать ей. Правда, наконец Флоринда согласилась: «Хрен с ним! Я возьмусь за это!»

Единственное имя, которое ей подходит — это «Гном» (Рени говорит, что по-испански это звучит, как «leprechaun»). Мне не удалось это проверить, поскольку перевод этого слова я нашел лишь в одном из имеющихся у меня четырех испанских словарей — это домовый, а в более общем смысле эльф, бесенок, гоблин, привидение, проказник, или «шаловливый ребенок»). Рени объяснила, что «Оранжевой лазутчице» как нельзя более подходит это имя, поскольку она «принадлежит кругу земного», тогда как «Голубая лазутчица», напротив, «принадлежит к эфирным, воздушным созданиям».

«Оранжевая лазутчица» создана крепкой, как пожарный кран, сильна, как бык, выглядит как стройненькая маленькая девочка и ее нельзя назвать толстой — просто она необыкновенно плотно сложена» (в энергетическом смысле). Обе лазутчицы потрясающе выполняют упражнения Тенсэгрити, хотя у *Оранжевой* мускулы побольше. У нее потрясающее чувство конкретности — вся она какая то очень земная, материальная. Если ее не покормить или не заплатить, то она и пальцем не пошевелит.

Лазутчицы не хотят, чтобы *чакмулы* учили людей, если за это не платят, поскольку с их энергетической точки зрения «люди отдадут свое внимание лишь тогда, когда отдадут последний грош».

Обычно «Голубая лазутчица» рассказывала, что попала в мир неорганических существ из за своего любопытства; в отличие от нее «Оранжевая лазутчица» очутилась там в наказание за двуличность.

---

\* Клод (имя); Cloud — тучка (англ.). (Прим. перев.)

По правде говоря, «Голубая лазутчица» еще и космическая воровка: иногда она крадет и роли, и персонажи. Так, однажды в Фантомном Театре она украдала роль Иисуса, каковую и исполнила полностью.

Как заявил *сновидевший эмиссар*, обе лазутчицы были задержаны в мире неорганических существ в наказание за их двойственную натуру. «Оранжевой лазутчице» нужно красть смело и решительно, иначе предмет вожделения тут же окажется в руках опередившей ее «Голубой лазутчицы». Кроме того, «Оранжевая» считается «аргентинкой» — объяснения этому не найти, поскольку Флоринда никогда не была аргентинкой, да и сама «Оранжевая лазутчица» воспитывалась не там. И все же она поет, танцует с полной самоотдачей танго, копируя «миссис Гретину» — один из персонажей, который напевает танго, предаваясь одновременно алкоголизму. Исполняя эту роль, «Оранжевая лазутчица» «надувает себя до размеров большой женщины», а в повседневной жизни она являет собой «просто наглую толстую хамку».

Отношения между обеими *лазутчицами* весьма сложные и запутанные: встречаясь, они непременно целуются и буквально танцуют одна вокруг другой, однако уже через мгновение могут начать дубасить друг друга. В клане думают, что они занимаются этим уже не одну тысячу лет. Карлос Кастанеда передал нам, что «Оранжевая лазутчица» весьма привязана к Рени: она часто приходит к ней за советом и помощью, особенно по поводу учебы.

У нее есть свойство физически втягивать в себя. Во время ее посещений Рени иногда обнаруживает, что уже не является самой собой. В этом смысле «Оранжевая лазутчица» моложе «Голубой» (дон Хуан обычно утверждает, что им обоим далеко за семь тысяч лет).

## Кайли Лундал о Фантомном Театре

Затем на сцену поднялась Кайли. Сначала она поблагодарила всех, кто сделал возможным проведение этого семинара, включая Тома Валенти, Майкла Крафта, а также шеф повара и персонал института «Омега». Она пояснила, что все выступающие читают с листа, дабы сохранить точность изложения, — ведь слова являются воплощением *намерения*, так что при вольной трактовке члены клана рискуют в конце концов «попасть внутрь самих слов», тогда как они стремятся «наоборот, избавиться от этого».

Она также сказала, что всем им важно с самого начала объявить свои имена — это должно привлечь дополнительный поток энергии «из неведомого для нас пространства». Фактически, называя себя, они утверждают собственный статус воинов. В момент называния имени происходит энергетическое подтверждение происходящего, устанавливающее, что назвавший свое имя полностью отвечает за свои действия.

«Сегодня Кэрол Тиггс не смогла приехать». Ей удалось добраться лишь до Мехико, но она действительно стремилась попасть в институт «Омега», намереваясь воспользоваться этим семинаром как «эхографической камерой» с тем, чтобы объяснить, где она была в период своего десятилетнего отсутствия.

Кэрол Тиггс не хотела ехать в Мексику, поскольку ей пришлось бы заниматься переводом материала, который и без того слишком тонок для понимания; однако она согласилась на поездку, чтобы попробовать рассказать о своем жизненном опыте. Сначала она ушла, а затем вернулась другой, непохожей на ту Кэрол Тиггс, которую все знали раньше, — вот почему все они стараются вернуть ее.

Забрав *чакмул* в свое *сновидение*, Кэрол Тиггс отправилась с ними в Тулу — не в тот современный загаженный город, а в глубокую старину. Прошлым вечером Тайша, с помощью Лобуса (?) и Фрибуса (?) проделала то же самое с аудиторией (вообще то, имена существ, призванных Тайшей из неорганического мира, звучали наподобие «Глобуса» и «Фебуса» — так их представляла сама Тайша. Флоринда в воскресенье вечером назвала их так же). До прошедшего вечера *чакмулы* даже не



подозревали о призванных Тайшей представителях мира неорганических существ.

Вообще, когда Тайша говорит — касается ли это проблем с электричеством, плохим звуком или еще чем либо, — всегда ощущается какое то вмешательство, влияние. Когда показывали слайд с изображением одного из *воладорес*, севшее на экран «насекомое» не улетело, а ... улетучилось! Этим странным «насекомым», которое как бы наложилось на изображение, и были Лобус и Фрибус. Ученики старого Нагваля тридцать лет пребывали в полной изоляции; единственным, кто говорил, был Карлос Кастанеда.

Кэрол Тиггс вернулась неожиданно: ей не следовало этого делать, поскольку, согласно традиции, женщины нагвали должны были оставаться с предыдущей нагвальской группой по другую сторону, чтобы помочь новой группе преодолеть порог повседневной реальности. Однако Кэрол вернулась вместо того, чтобы помочь им пересечь рубеж, и это привело к всеобъемлющим и драматическим изменениям. Теперь ученики старого Нагваля были одни в этом мире — и они открыли его! В результате этого открытия и появилось Тенсэгрити.

Сложнее всего избавиться от эго. Для этого человеку нужно иметь стальные жилы. Применительно к этому дон Хуан рассказывал ученикам одну историю: придет некто, родом из абсолютно надежных мест, и ему не потребуются рекомендации. Группа Карлоса Кастанеды, в которую входят двенадцать женщин и четыре мужчины, называют персонаж дон хуановских предсказаний «Электрическим воином». Дон Хуан также сказал, что она (а все они полагают, что скорее всего это будет женщина) придет «за минуту до полуночи, когда огни притушены, музыканты разошлись и наступило время умирать».

Маги считают, что мы умираем, чтобы жить (в отличие от обычно распространенного мнения, будто человек живет, чтобы умереть). Многие приходили в их мир и покидали его, поскольку не могли воспринять его. Клан Карлоса Кастанеды не практикует дискриминацию. Кайли просто слышала, что покинувшая их ряды (она вообразила, что является тем самым электрическим воином и ушла из за того, что остальные не выказывали ей должного в ее понимании уважения) собирается начать преподавание собственного варианта Тенсэгрити.

Фантомный Театр — это один из аспектов жизни магов. Театр Реальности появился благодаря нагвалю Хулиану, актеру. Пример Театра Реальности продемонстрировал Карлос Кастанеда, который поместил *чакмул* в пузырек (или *сновидение*) и отправил их в более достойный вариант Тулы. Флоринда силой открывает врата, а Тайша и Кэрол Тиггс ведут чакмул в другие миры. Фантомный Театр заставляет имеющуюся у зрителя *точку сборки* перемещаться в другое место. Его создали *лазутчицы* для того, чтобы группа могла проскользнуть, оставив рутину повседневности.

*Лазутчицы* сами пишут скетчи и руководят их постановкой. Скетчи «Оранжевой лазутчицы» — своего рода «приколы» — достаточно грубые, похабные, лишенные какой либо почтительности, но вместе с тем смешные; скетчи, которые использует «Голубая лазутчица», наоборот, весьма глубокомысленны и эфирны. «Голубая лазутчица» — великая актриса. Она пишет скетчи для Кэрол Тиггс, которой тоже не занимать актерского таланта.

Два представителя мужской части клана Карлоса Кастанеды (их еще называют «два Элемента»), — это «знаменитый писатель и директор» Брюс Вагнер и Трейси Крамер, «выдающийся агент из Голливуда». Они не расстаются с магами этого рода с самого начала, поэтому их называют «циклическими существами», такими «здесь и сейчас».

Сила *лазутчиц* такова, что каждое из организуемых ими представлений глубоко впечатляет приглашенных. *Лазутчицы* дают *чакмулам* лишь второстепенные роли. Театр Реальности — это занятие для *сталкеров* (этот комментарий, кажется, не имеет никакого смысла). Они стремятся к настолько реальному воплощению персонажа, что результат оказывается действительно пугающим. И хотя скетчи никогда не создаются специально для оскорблений, все же их придумывают те, кто хорошо изучил социальный заказ с энергетической точки зрения.

Однажды «Голубая лазутчица» написала скетч, в котором Кайли — главная героиня — играет роль матери, твердо уверовавшей, что ее ребенок — девочка. В этом скетче Кайли рождает громадного до гротескности младенца (роль которого играет «Оранжевая лазутчица»). На «Оранжевой лазутчице» было трико телесного цвета и подгузник; зубы, кажется, отсутствовали. Младенец лихо катался по полу. Кайли настолько ужаснулась при виде *лазутчицы* в роли ребенка, что просто закричала. Потом они стали беседовать, причем в процессе беседы подгузник оказался испачканным. Сняв его, чтобы заменить, Кайли обнаружила под ним громадных размеров пенис (Оранжевая заранее изготовила его), длиной в добрых полметра и жутко волосатый. Кайли пришлось наклониться и поцеловать его, а потом все участники по сценарию должны были в молитвах славить новорожденного мальчика.

Еще один скетч, понравившийся Карлосу Кастанеде, назывался «Гордито, Гордито\*». В нем рассказывалось об одном молодом человеке; роль исполняла «Оранжевая лазутчица», которая напаялила на себя столько всего, что превратилась в нечто невообразимо толстое. Так вот: Гордито отправляется в клинику, надеясь избавиться от лишнего веса. Там он встречается с доктором, который говорит ему: «Мы знаем, как заставить мужчину потерять избыточный вес. Мы поместим вас в комнату с врачом (?), который поможет вам». Врачом оказывается обнаженная нимфа в исполнении «одной из других чакмул».

Оранжевая принимается гоняться за ней: смысл в том, что, догнав нимфу, Гордито может трахнуть ее. Однако нимфа выскользывает и убегает. Разозлившись, Гордито вновь идет в клинику, опять разговаривает с доктором, но теперь, когда он ожидает в процедурной, к нему входят уже две обнаженные нимфы. Ему снова не удается поймать ни одной. Тогда Гордито идет к доктору и требует, чтобы ему либо помогли согнать вес, либо дали возможность трахнуть нимф. На это доктор говорит: «Что ж, у нас есть то, что вам надо». И вот к ожидающему в комнате Гордито входит швед-гомосексуалист (его играет Кайли) с громадным пенисом. Голубой начинает преследовать Гордито со словами «Поймаю — трахну!». В результате Гордито все таки теряет избыточный вес.

Кайли не слишком вжилась в свою роль в этом скетче, потому что постановка проходила как раз тогда, когда она обрезала себе волосы до их нынешней длины. Кайли вообще не хотела играть гомосексуалиста; правда, «Оранжевую лазутчицу» и других она преследовала бы «до последнего вздоха и даже дальше». «Оранжевая» даже называет Кайли «Тенсегрито» и заставляет ее наклеивать усы, надевать шляпу и танцевать с ней танго: «каждый, кто посетит шестинедельный семинар, получит изрядные навыки танго в ее исполнении». «Оранжевая лазутчица» также устраивает танговые дуэли с «Аль Черутти» (Кэрол Тиггс), которая вообще то работает страховым агентом и — не поверите! — является той самой Кэрол Тиггс.

Они так сильно стремятся к воссозданию этих раздражающих тварей, что другим приходится платить по 175 долларов, чтобы заставить их удалиться. Лазутчицы ничего не станут делать, пока им не заплатят; они говорят, что это соответствует природе Вселенной (хотя сумма значения не имеет). Все актеры строят свое выступление на внутреннем молчании. *Чакмулы* — действительно великие актрисы, а Кэрол Тиггс — не менее великая плохая актриса.

Воскресенье, 28 мая, вечер.

Часть 2 Вечер вопросов и ответов  
(с участием Флоринды и Тайши)

Отвечая на первый вопрос, Кайли объяснила, что *чакмулы видят* еще не так, как описывается в книгах. Лазутчицы вернулись в Мир Неорганических Существ и собираются двигаться дальше; по сути, они являются «навигаторами, плывущими между мирами».

Какая-то женщина спросила: «Почему вы послушно делаете все, что прикажут (лазутчицы)?» Кайли заметила, что у них это называется «выдать незаполненный чек на предьявителя». Это не значит, что

---

\* Gordito — толстячок (исп.). (Прим. перев.)

они подконтрольны, просто они делают то, о чем их просят, руководствуясь чувством привязанности и получая искреннее удовольствие от этого.

Кто-то спросил, знают ли *чакмулы*, откуда родом лазутчицы.

Создалось впечатление, что этот вопрос задел *чакмул*, потому что Флоринда поднялась, чтобы ответить на него, а Тайша взялась помогать ей. Флоринда заявила, что обе лазутчицы в некотором смысле путеводные звезды для всех. Любые их действия основаны на полном отсутствии эгоцентризма, и даже их условные сражения друг с другом доставляют группе немалое удовольствие, поскольку в действительности лазутчицы просто не могут друг без друга. Группа считает, что определенную часть энергии лазутчицы получают от какого-то пути извне. Кроме того, никто не знает их отцов (в Мехико Флоринда пошутила, что отец ее ребенка был «громادным толстым индейцем из Оахаки»).

Один из присутствующих задал вопрос астрологического порядка о календаре мая и роли группы Карлоса Кастанеды в эволюции планеты.

Услышав столь монументальную фразу, Флоринда предпочла покинуть сцену. Тайша ответила, что они не уверены в существовании взаимосвязи между собственной деятельностью и космологией Земли и что, по ее мнению, собираемая ими энергия приходит извне земной планетарной системы. Их знания гораздо шире обыкновенной точки зрения, трактующей в общем смысле отношения планеты Земля и человека. Например, лазутчицы пришли сюда по пути, который недоступен простому человеческому воображению («Это как миры, вокруг которых вращается два или три солнца»). Единственным ответом на вопрос, что происходит теперь в их мире, является возвращение Кэрл Тиггс.

Одна женщина задала вопрос о *Бросившем Вызов Смерти* и Кэрл Тиггс.

Флоринда ответила, что *Бросивший Вызов Смерти* «использует Кэрл Тиггс как средство передвижения. На одном из уровней они с Кэрл Тиггс — одно лицо». В действительности, после происшедшего в Мехико они не уверены, является ли Кэрл Тиггс той самой Кэрл, которую они знали раньше. Они *сновидят*, пытаются вернуть ее, но это очень трудно, поскольку им слишком много приходится быть в этом мире, занимаясь этим четырехдневным семинаром. (Фраза в сторону: «Оранжевая лазутчица» этим утром постучалась к Флоринде. Стучать к Флоринде раньше полудня — большая ошибка, и все же в восемь утра это произошло. По словам «Оранжевой лазутчицы», она просто «хотела поговорить с мамулей». Но, во-первых, это привело Флоринду в бешенство. Как говорит сама Флоринда, «нет ничего холоднее ведьминой груди».) Теперь они могут общаться с Карлосом Кастанедой и Кэрл Тиггс только в *сновидении*.

Кто-то спросил, в чем заключается разница между *намерением* и осознанием. Тайша ответила, что осознание — это энергия, позволяющая им воспринимать. Это может показаться безличным, но на самом деле все это сугубо личное. *Намерение* — это энергия, соединяющая воедино энергетические волокна. Это та абстрактная связь, которая и кажется личной. Воин контролирует себя посредством своих действий; если он действует с самоотречением, но полностью контролируя эти действия, то его связь (с *намерением*) оказывается сильной и чистой. Дон Хуан назвал это «Селектором», поскольку он выбирает те волокна, которые пройдут через *точку сборки*. Он зависит от проходящей через него энергии — чем большей энергией вы обладаете, тем больше количество необыкновенных вещей, через которые может пройти Селектор. К примеру, *намерение* может питаться энергией мертвых звезд. Обладая целостностью, пустотой и безупречностью, можно *намереваться* о чем угодно.

Позже Флоринда пояснила, что в обычном земном понимании *намерением* является то, что мы делаем повседневно (как, например, разглядывание удаленного прямоугольного здания под названием «Белый Дом»). Все дело в том, что маги под понятием *намерения* подразумевают совершенно иное.

Другой мужчина спросил, сколько времени им понадобилось для того, чтобы *вспомнить* свою жизнь в период *Второго Внимания*.

В ответ Флоринда хмыкнула: «Во всяком случае, меньше, чем Карлосу». Как всякая немка, она очень заботится о пунктуальности. Когда Фабрицио в тот же день привез их в антикварную лавку, она настояла на необходимости вернуться к трем часам, прекрасно понимая, что в противном случае они бы проторчали там до сих пор. В результате все вернулись к машине без одной минуты три.

Женщина задала вопрос о *перепросмотре*.

Флоринда ответила, что вопрос следует переадресовать чакмулам, «которые сейчас находятся на стадии пятого *перепросмотра*. Найи и Кайли посмотрели на Рени; та лишь сообщила: «Думаю, что я прошла номинацию».

Рени рассказала, что после составления списка необходимо найти укромное местечко для выработки схемы *перепросмотра*. Затем следует пригласить самого недавнего знакомого из списка и выбрать сцену из прошлого общения, в которой вы взаимодействуете с данным человеком. Вы воссоздаете этот эпизод во всей его полноте, вдыхая его без остатка. Это напоминает вдох и выдох

Весьма полезно иногда начинать *перепросмотр* с восстановления прошлых любовных связей — в этом случае *перепросмотр* приводит к высвобождению громадных количеств энергии. Необходимо восстановить все эпизода взаимодействия с данным конкретным человеком. Завершив таким образом работу по списку *перепросмотра*, необходимо затем проделать то же самое с взаимодействиями, которые произошли с момента начала работы по *вспоминанию*.

Далее Найи сообщила, что *перепросмотр* является одним из искусств, открытых давно, а затем усовершенствованных магами. Благодаря способности *видеть* свободные от любой интерпретации сгустки энергии, маги прошлого могли «видеть» некую силу в виде облака, которое давало жизнь всему сущему. Они также заметили, что это облачко осознания с течением жизни увеличивается и что иногда у существа вместо осознания отбирают жизнь.

Сила, которая хранит осознание, не в состоянии отделить его от жизни. Впоследствии маги обнаружили, что Орел может вполне удовлетвориться копией осознания. Таким образом маги «через игольное ушко прошли к свободе». *Чакмулы* обнаружили, что в процессе *перепросмотра* их взгляды на собственную жизнь коренным образом меняются. Необходимо четко придерживаться указанных шагов, в особенности если занимаешься *перепросмотром* впервые, поскольку последовательность этих действий значительно влияет на способность вспоминать и усиливать собственное осознание.

Что касается второй части вопроса о *перепросмотре* всех прошлых взаимодействий, то Рени уже объясняла это. Суть вспоминания заключается в восстановлении собственной энергии и возвращении чужеродных энергий их владельцам. Этот процесс вызывает небольшое смещение *точки сборки*, достаточное, чтобы обрести некую текучесть; кроме того, *перепросмотр* очищает человека от ненужного мусора, не дающего возможности почувствовать себя жизнерадостным и светлым.

В течение жизни мы в состоянии скопить достаточный объем осознания, но как бы велик он ни был, без *перепросмотра* мы не сможем «проскользнуть мимо дверей дома смерти». Составив список всех, с кем вы когда либо взаимодействовали, выберите одного из них и начните с самого недавнего эпизода взаимодействия, постепенно возвращаясь вспять к первому. Затем вычеркните человека из списка и переходите к следующему.

Потом Флоринда рассказала, что она выросла в Венесуэле. Большое впечатление на нее произвели тамошние мосты, так что однажды, стоя на одном таком мосту и наблюдая речной пейзаж внизу (теперь тот мост называется «мост Доннер»), Флоринда вдруг почувствовала озарение: ей пришла в

голову идея о новом *перепросмотре* воспоминаний.

Тайша, в свою очередь, поделилась, что полное восстановление событий прошлого у нее как-то вызвал наддувной бассейн, установленный в чьем то дворике. Когда подобные воспоминания неожиданно посещают человека, он также должен *выдохнуть* их. Флоринда предположила, что для *перепросмотра* можно использовать и наши старые фотографии (пока мы от них не избавились), потому что они содержат в себе множество воспоминаний.

Кайли высказала идею, что для этой же цели подойдет музыка и, в частности, народные песни.

Чуть позже Флоринда напомнила, что прежде чем использовать подобные вспомогательные ключи, необходимо потратить несколько месяцев на составление максимально систематизированного списка наших взаимодействий — это поможет нам приобрести необходимые навыки. Так, первый перепросмотр помог Флоринде не только понять Хайдеггера, но и прочесть кое-какие его произведения на немецком, хотя читать по-немецки она практически не умеет. Дело в том, что перепросмотр открыл ее нервные синапсы, что в свою очередь повысило эффективность работы мозга.

Одна из женщин спросила о менструации.

«Это замечательно! — воскликнула Флоринда (в зале послышался смех). — У воинов народа яки все решения по военным вопросам принимали восемь женщин, у которых в тот момент были месячные». Менструацию следует использовать на гормональном и энергетическом уровне для наблюдения за тем, как меняется собственное восприятие. В период месячных женщинам легче *сновидеть*, и, собственно, благодаря наличию матки они проще переходят во *Второе Внимание*.

Какая то женщина задала длинный вопрос о превосходстве женщин в клане Карлоса Кастанеды, их усилиях по восстановлению Кэрол Тиггс и о их *намерении*.

«Шарф Кэрол Тиггс находится с нами, — ответила Тайша (шарфик был на ней), — потому что он объединяет нас с Кэрол, и ее *намерение* сейчас тоже здесь, с нами». Она также сообщила, что вся вечерняя дискуссия, вертевшаяся вокруг лазутчиц, Кэрол Тиггс и Элементов (Брюса Вагнера и Трейси Крамера), также находившихся во власти Кэрол Тиггс, — все это было частью *намерения* Кэрол Тиггс.

Причина того, что на сцене присутствуют одни лишь женщины, заключается в том, что светящаяся часть *точки сборки* у женщин направлена внутрь, тогда как у мужчин — наружу. Вообще то их не слишком заботит вопрос об изменении направленности *точки сборки*, за исключением разве что Тайши, которая несколько развернула ее, когда как сталкер выполняла роль Рики.

К ним часто притягивает мужчин, многие из которых обладают настолько закрепощенной точкой сборки, что последняя просто не может двигаться. Общение с такими людьми требует текучести и женской энергии.

Тут вмешалась Флоринда; она заметила, что мужчина, который решил встать на путь магов, гораздо более настойчив в достижении своей цели, чем женщина. Дон Хуан, который сам родом из Юмы, штат Аризона, говорил на безупречном английском и обычно, говоря о женщинах, использовал совершенно жуткое выражение «свихнувшиеся дырки». И все же правда, что у них есть определенный базис, на котором основываются их большие возможности.

Главенствующая роль мужчины заключается в том, что мужская энергия обеспечивает трезвость, необходимую для того, чтобы определить курс плавания. Кэрол Тиггс *намеревалась* вернуться, и *намерение* это, должно быть, существовало уже довольно длительное время. Дон Хуан знал, что они встретятся при нынешних обстоятельствах; поэтому его настойчивость в тренировке всех и вся по самым разным методикам объяснялась его уверенностью, что когда-нибудь это всем им пригодится.

На вопрос о Кэрол Тигге и *Бросившем Вызов Смерти* Тайша ответила, что слияние Кэрол Тигге и *Бросившего Вызов Смерти* вполне объяснимо с точки зрения *Искусства Сновидения*: ведь Карлос Кастанеда одарил *Бросившего Вызов Смерти* нагвальской энергией.

И все же что-то менялось прямо сейчас. Дело в том, что они «сейчас уже не знают, существует ли Кэрол Тигге». Каждый раз, когда она путешествует с ними в *сновидениях* в старую Тулу, Кэрол Тигге меняется. Еще больше она изменилась в свой последний приезд в Мексику. Сейчас она находится на переходной стадии — либо она переделывает *сновидения*, либо трансформирует свой энергетический кокон в нечто другое, никому не известное. Дон Хуан говорил, что Карлос Кастанеда и Кэрол Тигге всегда обладали одинаковой энергией, однако *Бросивший Вызов Смерти* вызвал что-то вроде полного сплавления этой энергии в единый комок.

Кто-то спросил Флоринду, что она делала со своей энергией, чтобы родить «Оранжевую лазутчицу». Флоринда ответила: «Так же, как это делается в обычном мире». «Оранжевая лазутчица» энергетически находилась внутри Флоринды. Весь процесс активно контролировал старый Нагваль («причем рядом со мной его тогда не было»).

Потом был вопрос, есть ли у Карлоса Кастанеды сын, как влияют дети вообще на состояние внешней энергетической оболочки и может ли наличие детей привести к «продырявливанию» светящегося яйца.

Флоринда ответила, что ребенок, в особенности первенец, действительно изменяет состояние энергетической «границы». Это действительно затрудняет (движение по пути магии), но не делает это принципиально невозможным. У Карлоса Кастанеды никогда не было сына; когда то ему отдали на воспитание мальчика, но потом забрали, когда ребенку было шесть лет.

Карлос Кастанеда вложил немало энергетических усилий в рождение «Голубой лазутчицы».

Потом заговорили о мелких тиранах.

Тут Флоринда заявила, что люди такого склада только помогают; у них уже был опыт с одним из последователей, который аналогично вел себя. Они даже пожаловались на него дону Хуану. Мелкие тираны вынуждают вас меняться. Фактически, это то же самое, что выписать пустой чек на предъявителя. Если рассуждать здраво, то необходимость защищаться от подобных тиранов должна поставить нас перед вопросом: почему мы всегда стремимся бороться, не имея никакой на то причины?

Флоринда утверждает, что она агрессивна, стремится быть всегда правой и сражается без всякой на то причины. Ее родители и братья имели привычку громко и агрессивно разговаривать, так что Флоринде приходилось преодолевать это.

Тайша добавила, что с достижением определенного энергетического уровня необходимость реагировать на подобное пропадает сама собой. В этом случае энергия окутывает вас своеобразным плащом уверенности в том, что любую подобную ситуацию можно разрешить по-иному.

По мере увеличения энергетического потенциала меняется и уровень проблем, сбедающих вас или бросающих вам вызов. Не пытайтесь надавить в ответ или отрицать существование самой ситуации — это не поможет. Если у вас хватает энергии, просто используйте новые волокна вашего светящегося яйца, используйте ваше *намерение*.

Здесь вмешалась Кайли. Она сказала, что «эти создания» (имея в виду Флоринду и Тайшу) «весьма далеки» от уровня, на котором сейчас находимся мы. В процессе перехода от нашего теперешнего уровня к тому, на котором находятся они, мы обнаруживаем, что продолжаем реагировать — и не в состоянии справиться с этим. Вот откуда берется безжалостность. Необходима настойчивость. Никто из нас не знает на этой стадии, каким образом *намереваться* и добиваться своего; надо просто

продолжать. Когда мы чувствуем, как нажимаются какие-то кнопки внутри нас, необходимо определить, где именно они находятся.

Маги *видят*, что драка — совершенно бесполезный с энергетической точки зрения маневр. Это напоминает лишь два пузырька, сталкивающихся друг с другом. Вначале вам приходится подстегивать себя (и свою безжалостность), но потом, если решение о борьбе окончательное, появляется нечто направляющее ваши действия.

Одна из женщин спросила о контролируемой глупости.

Тайша объяснила, что она «напоминает игру». Глупость, контролируемая разумом, — один из способов мирозерцания, которым пользуются и маги. Это просто тактическая уловка. Вселенная является полнейшей загадкой, и мы никогда не разгадаем ее. Мы не в состоянии управлять собственной судьбой. Маги используют это в качестве своеобразного фильтра, в котором мир видится совсем иначе, чем к этому привыкли обычные люди. Они знают, что наша неспособность вершить свою судьбу, по сути, означает, что любые наши действия не принесут нам никакого вознаграждения; поэтому они рассматривают действия не как «инвестиции». Маги называют это «глупостью», потому что все, что мы предпринимаем, в конечном итоге лишено всякого смысла. И все же определенный «контроль» существует: ведь каждый из нас в состоянии сделать что-либо настолько хорошо, насколько он может, — в этом и заключается контроль.

Подобный подход помогает избежать своеобразного заикливания. Если вы будете действовать с позиции контролируемой глупости, значит, вы отдадите делу все, что имеете, и пойдете дальше, избежав чувства привязанности. Соответственно, вы ощутите, что далеки от каких либо выгод или предполагаемых результатов ваших действий.

Флоринда добавила: если мы серьезно воспримем то, что мы обязательно умрем, то станем неуязвимыми для любой неприятности. Она вспомнила, что несколько месяцев назад в Мексике они проводили аналогичный семинар и среди слушателей была женщина с хирургической маской на лице. Оказалось, что она только что перенесла операцию по пересадке почки, в результате чего ее энергия была практически на нуле. Тогда они увидели темное пятно на ней — предвестник близящейся смерти (впоследствии брат женщины рассказал им, что ее ткани отторгали трансплантат).

Вскоре она вновь попала в клинику в очень плохом состоянии. В тот момент она поняла, что ей грозит смерть, и практически прекратила бороться. В результате, однако, что то произошло. На прошлой неделе они встретили эту женщину в Мехико: та выглядела просто замечательно. У нее совершенно исчез рак желудка и росла новая почка.

Дальше Флоринда напомнила слова, которые она не единожды слышала от Флоринды Грау: «Если ты ударишь меня — это вопрос твоего эго. Если я ударю тебя — это контролируемая глупость, поскольку с моей точки зрения, данное действие не имеет никакого смысла». Потом Флоринда процитировала строчку из любимого стихотворения Карлоса Кастанеды: «Мы тонем в чашке чая».

Один из присутствующих мужчин спросил, существует ли способ предотвратить утечку энергии в процессе текущих взаимодействий. На это Тайша ответила, что необходим регулярный и последовательный *перепросмотр*.

Одна женщина спросила, каким образом *чакмулы* очутились в мире магов.

Кайли рассказала, что Флоринда однажды жутко объелась шоколадом в Норвегии и Кайли тратила все время на то, чтобы заботиться о ней. По словам Кайли, Флоринда напоминала ей овода из немецких лесов. Слушая Флоринду, Кайли обнаружила, что некоторые ее надежды оказались правдой, а именно: в мире было существо, которому была чужда двойственность. И это «привлекло» ее. Флоринда оказалась в руках Кайли, и, по словам Карлоса Кастанеды, с этого момента Кайли

начала ее охранять. Когда Флоринда уехала, Кайли отправилась за ней в Лос-Анжелес, даже не подумав упаковать вещи.

Найи сказала, что ее знакомство с группой — это целая история, состоящая из трех частей. Вначале ее дважды представили группе. Как то она собиралась на лекцию Флоринды, но опоздала; тогда другие ей сообщили, что Флоринда «чуть было не потеряла ее». В тот момент Найи поняла, что она бывала здесь гораздо раньше (то есть она имела в виду, что еще до этого у нее была возможность представиться группе), однако потерялась во время попытки стать «Гениальной поэтессой», поэтому сначала ей пришлось сжечь себя прежнюю.

Потом ей крупно повезло, и она нашла Флоринду. Далее появились Тайша и Кайли: они выкрали Найи из родительского дома. Флоринда пригласила ее в класс по изучению Тенсэгрити. Тогда Найи мгновенно почувствовала изменение на одном из энергетических уровней. Пришли Тайша и Кайли; они собирались помочь ей «упаковать и перевезти кое какие вещи» — и, прежде чем она что либо поняла, Найи уже шла в их компании прочь от дома родителей. Так Тайша и Кайли не только перевезли мебель и прочее, но также вывезли Найи. Как только они пришли, обе провожатые тут же перестали обращать на нее внимание, порекомендовав заняться *вспоминанием*.

Рени сказала, что хотела бы, чтобы ее история была столь же богатой, как у Кайли. Она сказала, что когда Кэрол Тиггс вернулась, Карлос Кастанеда нашел ее в лос-анжелесской книжной лавке. Судьбе было угодно, чтобы Рени оказалась рядом с ней. На лекции переписали имена всех присутствующих, и, когда Карлос Кастанеда начал разговор о Тенсэгрити, Рени дали слово; так она «вознеслась» в их мир (тут другие, очевидно заметив особое значение слова «вознестись», немедленно посоветовали Рени заменить его на более подходящее «снизойти»).

Продолжение семинара по Тенсэгрити  
в институте «Омега», 26—29 мая, 1995 г.

*Воскресенье, 28 мая, вечер.*

### **Часть 3 Продолжение вечера вопросов и ответов**

Женщина спросила, сколько времени прошло с момента, как *чакмулы* начали заниматься Тенсэгрити, и до того, как они заметили, что их осознание растет. Кайли сказала, что им действительно понадобилось некоторое время до полного исчезновения желания замечать, получается ли у них что-нибудь. И тут же привела фразу Кэрол Тиггс: «Перестаньте проверять содержимое горшков».

Если вы проверяете, правильно ли вы идете, вы всегда будете скатываться назад. Поэтому, резюмировала Кайли, действительно трудно сказать, когда же начались изменения.

Флоринда сообщила, что заметила момент, когда у Найи начались некоторые изменения в работе. Это было доказательством изменений. Когда в процессе *перепросмотра точка сборки* начинает смещаться, вы возвращаетесь на прежнее место.

Возвращаясь в прежнее положение, вы уже не пытаетесь ни осмыслить это, ни подобрать психологическое объяснение происходящему. Вы просто стараетесь вернуть *точку сборки* в прежнее положение и в дальнейшем будете смещать ее крайне осторожно.

Кто-то задал вопрос о нагвале Лухане и о различиях между четырьмя группами переходов, которым их обучили. Кто-то (я не записал, кто именно. Думаю, что это была Тайша) уклончиво ответил в том смысле, что *сновидящий* использует для передвижения единицы *сновидения*, тогда как *сталкер* для той же цели использует единицы повседневности.

Кто то спросил: «А есть ли какое то правило для трезубцового нагваля?»



Ответ Флоринды был драматичен, но не без юмора: «Никаких правил!»

На вопрос о *пристальном созерцании* Тайша сказала, что существует великое множество его видов, включая взгляды украдкой, которые могут привести к излишней стимуляции. Отлично подходит для пристального созерцания гравий либо что-нибудь блестящее, могущее привлечь внимание. При этом фокус зрения как бы естественно растворяется, так что не остается ощущения, будто продолжаешь воспринимать мир как совокупность объектов.

Один человек спросил: в чем различие между *намерением* в Тенсёгрити и *намерением* в боевых искусствах Востока.

Тайша объяснила, что *намерение* в Тенсёгрити направлено на перемещение *точки сборки*, на возвращение энергетического тела с тем, чтобы сделать нас неуязвимыми для воладорес, при этом наше осознание увеличивается. В то же время *намерение* в боевых искусствах можно рассматривать лишь в контексте каждого конкретного их вида; при этом *намерение* может быть направлено как к самообороне, так и к бою. Боевые искусства зарождались как медитативное упражнение, однако затем они быстро превратились в сугубо воинственные школы. Поскольку *намерения* в данных случаях различаются, очень важно не смешивать их.

Какая то женщина спросила: «А если вы занимаетесь *перепросмотром* и при этом теряете себя как личность, или сновидите — изменяется ли ваше тело на клеточном уровне? Вам потом тяжелее возвращаться? На какой стадии *сновидения* сейчас находятся *чакмулы*?»

Тайша (кажется, это была она) ответила, что в миры других реальностей они переносятся целиком. Возвращаться же оттуда просто необходимо — ведь наши «охотничьи угодья» — этот мир. Чем больше нам предстоит сделать, тем больше шансов у нас относиться к себе как к магам. Мы не можем отказаться от всего. Когда меняешься, твое *намерение* заключается в том, чтобы поднять собственный уровень осознания, но это должно происходить здесь, в этом мире.

На вопрос о том, где они сейчас работают, Флоринда рассказала, что она сейчас работает переводчицей, пишет о магии, феминизме и феноменологии, а также заботится о *чакмулах* и «Оранжевой лазутчице». *Чакмулы* работают в «Толтек Артистс».

Тайша поведала, что ее другая ипостась является адвокатом (?), который занимается бухгалтерией, платежами и инвестициями, и что для этого ей понадобились долгие годы учебы. Когда она возвращается в Лос-Анжелес, ей приходится воссоединяться со своей второй натурой и с головой окунаться в работу. Кроме того, она готовит и убирает.

Услышав это, Флоринда прямо запрыгала от удовольствия: «Тайша совсем не убирает». Тайша невозмутимо продолжила: «Каждый из нас занимается какими то повседневными делами; однако дела эти трансформируются, принося истинное удовольствие».

Кто то из мужчин спросил, обращают ли они внимание на фазы Луны. Судя по тому, как они переглянулись, было совершенно ясно, что нет. Флоринда сообщила, что в полнолуние она и чакмулы стоят, уперевшись руками в области почек и громко призывают *намерение*.

Одна из женщин спросила, встречались ли они друг с другом до прихода в мир магии, и если да, то сохранили ли они прежние отношения. (Смех.)

Ответила Флоринда: «Разве это могло случиться? Ведь мы действительно стремимся к одиночеству. И вообще... нет... у нас не было никаких отношений с Карлосом». Она сообщила, что иногда они вместе ходят в кино, и их взаимодействие друг с другом носит весьма обыденный характер. При этом они никогда не садятся в кружок, чтобы порасспросить друг друга, кто в какой стадии находится и что при этом чувствует.

Мужчина спросил, какую роль в их мире играет академическое образование.

(Очевидно, Флоринда) ответила, что Карлос Кастанеда убежден: только максимальная тренировка способностей и мозга позволит сделать мир осмысленным. Академическое образование сыграло важную роль для их группы лишь потому, что это «в духе» Карлоса Кастанеды.

Тайша и Флоринда весьма интересуются феноменологией. Феминизмом интересуется только Флоринда. Говоря по правде, профессоров вполне можно использовать в качестве мелких (домашних) тиранчиков. Флоринда сказала, что они с Тайшей, как правило, каждую научную работу писали дважды: раз для себя и раз для профессора.

Кто то спросил, в чем значение изображения на футляре с первой лентой по Тенсэгрити.

Флоринда сказала, что, по ее мнению, здесь все должно быть понятно.

Кто то из них хмыкнул: «Просто три яйца и всякая мишура вокруг».

Кто-то спросил Флоринду, носит ли она одежду. Флоринда сказала, что у нее была мысль одеть всех нас в накидки из чистой энергии, однако «для этого необходимы сандалии», а их она с собой не привезла. В носках же этим заниматься бесполезно. Позже Флоринда как-то обмолвилась, что у них с Тайшей смежные комнаты.

На вопрос о времени Флоринда ответила, что в последний свой сеанс *сновидения* они с Тайшей разговаривали с Кастанедой в его гостиной. Посреди разговора Карлос заметил, что они исчезли. Их возвращения он прождал девять дней; Флоринда же и Тайша полагали, что отсутствовали лишь три дня. Кастанеда сказал им, что, если бы они не вернулись на девятый день, он погрузился бы в *сновидение*, чтобы найти их. Они же все эти девять дней занимались покупками, причем Флоринда заявила, что это был «сущий ад». Правда, Тайша возразила, что ей это «страшно понравилось». Тайша объяснила, что для сохранения состояния *сновидения* «поход за покупками» необходимо постоянно проделывать едва заметные движения, свойственные этому занятию: все время перебирать, переворачивать товар, совсем как «Рики» (одно из ее сталкеровских воплощений), когда ему нужно было казаться навязчивым. Необходимо было перебирать и даже жевать ручки сумок, тянуть к себе все, что видишь. Чтобы поддержать эту аллею магазинных образов, она была согласна «часами рыться в косметике» и прочей мелочи, лишь бы продлить это состояние (на вопрос о том, как они там оплачивали покупки, Тайша ответила: «Универсальной кредитной карточкой»).

Тайша объяснила: когда просыпаешься в *сновидении* и чувствуешь, что ты проснулся, главное — не пробудиться полностью. Нужно делать все, что свойственно тому месту, где ты очутился во сне. Это продлевает состояние. Тут Флоринда сказала, что она шутила, когда говорила, будто ненавидит хождение по магазинам. Она сказала: «Ходить с Тайшей где угодно — великое удовольствие».

В ответ на вопрос о тех движениях Тенсэгрити, которые способствуют перемещению *точки сборки*, Найи ответила, что в результате занятий Тенсэгрити у *чакмул точка сборки* упала, остановившись в центре их физического тела. Раньше ведьмы обычно силой загоняли *точку сборки* внутрь, что всегда оставляло нежелательный след, пока «Голубая лазутчица» не показала им, что *точку сборки* можно переместить внутрь физического тела более гармоничным способом.

Флоринда пояснила, что *точка сборки* младенца находится внутри физического тела, однако по мере вхождения в общество она двигается наружу, в заднюю часть светящегося яйца.

Одна из женщин спросила, как аборт или выкидыш влияет на светящееся яйцо. Ей объяснили, что в нем образуется дыра, которая зарастает, но после этого остается шрам.

Кайли попыталась подвести итог, заявив, что им необходимо поговорить о Тенсэгрити и Карлосе Кастанеде. Она сказала, что какими бы ни были другие семинары по Тенсэгрити, их устроители

никогда не работали ни с Карлосом Кастанедой, ни с другими членами группы.

В отношении книги Виктора Санчеса («Учение дона Карлоса») Кайли заметила, что лишь безумец может предположить, будто он в состоянии интерпретировать работу Кастанеды лучше, чем сам автор.

Тогда кто-то спросил, значит ли это, что Кастанеда никогда не давал интервью Санчесу.

Кайли ответила, что Карлос Кастанеда никогда не встречался с этим человеком, и подчеркнула, что никто, кроме трех *чакмул*, не имеет права преподавать Тенсёгрити.

На вопрос о целесообразности людям собираться в группы для практических занятий и обмениваться записями упражнений Тенсёгрити они сказали, что это действительно полезно.

Наконец прозвучал заключительный вопрос о том, когда впервые началось публичное преподавание Тенсёгрити. Они ответили, что первый семинар по Тенсёгрити состоялся два года назад в Римском институте. В том же году состоялся другой семинар на Гавайях. Затем наступил перерыв до Исаленского семинара. В этом году они проводили подобные мероприятия в Мехико, Лос-Анжелесе, Боулдере, на Гавайях, в Аргентине и вновь в Мехико.

\* \* \*

(Когда мы вышли в холодный, слегка клубящийся туманом ночной воздух, я почувствовал, как мое первоначальное неудовольствие, что я не услышал Кэрл Тиггс, улетучивается, сменяясь восхищением от необычного зрелища этих женщин, взаимодействующих друг с другом то серьезно, то шутливо.

Наи все еще кажется мне сердцем *чакмул*; Кайли же — воплощение их общей силы и уверенности. Рени, по моему, энергетически связана с каким то далеким, хорошо запрятанным местом.

Меня поразило описание Фантомного театра: насколько мощным, до жути сильным должно быть его воздействие на участников! Я не уверен, что мои записи адекватно отражают его суть.

Кроме того, я почувствовал, что приведенное Тайшей и Флориндой описание аллеи магазинов является наиболее исчерпывающим и ясным объяснением сути «сновидения» — по крайней мере, из всех, слышанных мной до сего времени. Сейчас, уже заканчивая разбирать мои записи из института «Омега», я начинаю понимать, что материал о Тайше особенно полон драгоценными камнями светлой мудрости и тонкого понимания, как и ее объяснение сути контролируемой глупости.

С того воскресного вечера я не могу забыть ее краткое, но емкое сопоставление *намерения* и осознания. Как я уже отмечал, она объяснила, что осознание является энергией, позволяющей человеку ощущать, тогда как *намерение* — это энергия, удерживающая вместе волокна энергетического кокона. Впоследствии она отметила, что осознание, хотя и кажется совершенно безличным, на самом деле личное свойство, тогда как *намерение* есть лишь абстрактная связь, лишь кажущаяся личной.

Как обычно, я надеюсь, что со временем внесу в эти записки новые комментарии, дополнения и исправления).



## КНИГИ «СОФИИ»

### **Карлос Кастанеда**

- Т 1 “Учение дона Хуана”,
- Т 2 “Отдельная реальность”,
- Т 3 “Путешествие в Икстлан”,
- Т 4 “Сказки о силе”,
- Т 5 “Второе кольцо силы”,
- Т 6 “Дар Орла”,
- Т 7 “Огонь изнутри”,
- Т 8 “Сила безмолвия”,
- Т 9 “Искусство сновидения”

Кн.1: **Флоринда Доннер** “Жизнь в сновидении”

Кн.2: **Флоринда Доннер** “Шабано”

Кн.3: **Флоринда Доннер** “Сон ведьмы”

**Томас** “Обещание силы” (словарь понятий К. Кастанеды)

**Тайша Абеляр** “Магический переход (Путь женичины воина)”

**ДарНагваля 1** “Психоэнергетические практики Карлоса Кастанеды”

**ДарНагваля 2** “Психоэнергетические практики Карлоса Кастанеды”

**Арнольд Минделл** “Дао шамана: путь тела сновидения”

**Кен Орлиное Перо** “Тропа Толтеков”

**Альберто Виллодо** “Четыре направления — четыре ветра”

**Стивен Лаберж** “Осознанные сновидения”

**Стивен Лаберж** “Практика осознанных сновидений”

Кн.1: **Ричард Бах** “Нет такого места «далеко»”,  
“Чайка Джонатан Ливингстон”,  
“Иллюзии”,  
“Единственная”

Кн.2: **Ричард Бах** “Мост через вечность”

Кн.3: **Ричард Бах** “Дар тому, кто рожден летать”

Кн.4: **Ричард Бах** “Ничто не случайно”

Кн.5: **Ричард Бах** “Один на земле”,  
“Биплан”

**Франклин Меррелл Вольф** “Пути в иные измерения”

**Дж. Кришнамурти** “Свобода от известного”

**Дэйтаро Тайсэцу Судзуки** “Мистицизм: христианский и буддистский”

**Олдос Хаксли** “Остров”,  
“Врата восприятия”,  
“Небеса и ад”

Кн.1: **Джон Лилли** “Центр циклона”;

**Рам Дасс** “Зерно на мельницу”

Кн.2: **Джон Лилли** “Программирование и метапрограммирование человеческого биокомпьютера”;

**Рам Дасс** “Это только танец”

**Джон Лилли** “Парный циклон”

**Рам Дасс** “Путешествие к пробуждению”

**Алан Лео** “Астрологический словарь”

**Ллевеллин Джордж** “Астрология от А до Я”

Кн. 1: **Марион Марч, Джоан Мак Эверс** “*Лучший способ выучить астрологию*”  
“*Основные принципы*”

Кн.2: **Марион Марч, Джоан Мак Эверс** “*Лучший способ выучить астрологию*”  
“*Математические методы и техника толкования*”

Кн.3: **Марион Марч, Джоан Мак Эверс** “*Лучший способ выучить астрологию*”  
“*Современные методы анализа гороскопа*”

Кн.4: **Марион Марч, Джоан Мак Эверс** “*Лучший способ выучить астрологию*”  
“*Предсказание будущего*”

Кн.1: **Алан Уотс** “*Путь Дзэн*”

Кн.2: **Алан Уотс** “*Книга о Табу*”

Кн.3: **Алан Уотс** “*Дао — путь воды*”

**Чогьям Трунгпа**

“*Преодоление духовного материализма*”,

“*Миф свободы и путь медитации*”,

“*Шамбала. Священный путь воина*”

Кн.1: **Лобсанг Рампа** “*Ты вечен*”

Кн.2: **Лобсанг Рампа** “*Шафранная мантия*”

Кн.3: **Лобсанг Рампа** “*Доктор из Лхасы*”

Кн.4: **Лобсанг Рампа** “*История Рампы*”

Кн.5: **Лобсанг Рампа** “*Пещеры древних*”

Кн.6: **Лобсанг Рампа** “*Жизнь с ламой*”

Кн.7: **Лобсанг Рампа** “*Мудрость древних*”

Кн.8: **Лобсанг Рампа** “*Третий глаз*”

Кн.9: **Лобсанг Рампа** “*Главы жизни*”

Кн.10: **Лобсанг Рампа** “*За пределами 1/10*”

Кн.11: **Лобсанг Рампа** “*Отшельник*”

Кн.12: **Лобсанг Рампа** “*Огонь Свечи*”

Кн.13: **Лобсанг Рампа** “*Сумерки*”

**Питер Кэлдер** “*Око возрождения*”;

**Шри Свами Шивананда** “*Йогатерапия*”

**Жак де Лангр** “*До Ин*”

**Мантэк Чиа** “*Цигун «Железная рубашка»*”

Кн. 1: **Мантэк Чиа, Мэниван Чиа** “*Дао — пробуждение света*”

Кн. 2: **Мантэк Чиа, Мэниван Чиа** “*Дао — пробуждение света*”

**Мантэк Чиа, Мэниван Чиа** “*Нейгун — искусство омоложения организма*”

**Мантэк Чиа, Мэниван Чиа** “*Слияние пяти стихий*”

**Б. К. С. Айенгар** “*Пранаяма — искусство дыхания*”

**Д. В. Керни** “*Современная магия водолечения*”

**Бонни Гринвелл** “*Энергия трансформации (путеводитель по кундалини)*”

**Чжоу Цзунхуа** “*Дао Тайцзи цюаня*”

**Чжэнь-гун** “*Внутренние энергии в Тайцзи-цюане*”

**Такаши Накамура** “*Восточная дыхательная терапия*”

**Лев Тетерников** “*Спонтанный тантрический танец йоги с партнером*”

**Валерий Момот** “*Мистическое искусство ниндзя*”

**Чжан Юкунь** “*100 вопросов по ушу*”

**Ден Минь Дао** “*Воин на пути знания (дао повседневной жизни)*”

**Луис В. Миллмэн** “*Мистический секс*”

**Кейт Харари, Памела Вейнтрауб** “*30-ти дневный курс осознанного сновидения*”

**Кейт Харари, Памела Вейнтрауб** “*30-ти дневный курс опыта внетелесного осознания*”

Кн. 1: **Дион Форчун** “*Лунная магия*”

Кн. 2: **Дион Форчун** “*Жрица моря*”

Кн. 3: **Дион Форчун** “*Мистическая Каббала*”

Кн. 4: **Дион Форчун** “*Психическая самозащита*”

Кн. 5: **Дион Форчун** “*Источник силы*”

Кн. 6: **Дион Форчун** “*Эзотерическая философия любви и брака*”

Кн. 1: **Владимир Шмаков** “Священная книга Тота. Великие Арканы ТАРО”  
Кн. 2: **Владимир Шмаков** “Закон синархии”  
Кн. 3: **Владимир Шмаков** “Основы пневматологии”  
Г.О.М. “Курс энциклопедии оккультизма”  
**Ю. Николаев** “В поисках Божества”  
**В. Томберг** “Медитации на ТАРО”  
**Ирвин Шэтток** “Сатипаттхана. Опыт внимательности”  
Дэниел Голмен “Многообразие медитативного опыта” (Серия “ПУТЬ”)  
**Дион Форчун** “Современная психическая защита”;  
**Шафика Карагулла** “Прорыв к творчеству” (Серия “ПУТЬ”)  
**Борис Сахаров** “Открытие третьего глаза”;  
**Сильван Мульдон** “Проекция астрального тела” (Серия “ПУТЬ”)  
**Колин Уилсон** “Паразиты сознания”  
**Вильям И. Томпсон** “Острова вне времени”  
**Луи Повель, Жак Бержье** “Утро магов ”  
**Джеффри Мишлав** “Корни сознания”  
**Жак Саду** “Алхимики и золото”  
**Рэймонд А. Моуди**  
“Жизнь до жизни”,  
“Жизнь после жизни”  
**Э. Бэббитт** “Основные принципы света и цвета”  
**Уэйн Дайер** “Быть свободным”  
**Мэнли П. Холл** “Самораскрытие”  
**Стивен Левин** “Кто умирает”

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

Представительство в Москве:

ООО “СОФИЯ — Москва”, 109125, Москва, а/я 15, ул. Саратовская 8/1,  
телефон (095) 919 87 07, 177 91 16

e-mail: ina@sophya.kiev.ua

#### **Коректура**

О. Введенська

О. Ладжова  
Росва Т. Зенова

#### **Оригінал-макет**

І. Петушков

Підписано до друку 10.06.96 р. Формат 84x 108<sup>1</sup>/<sub>3</sub>.

Папір офсетний №1. Гарнітура “Міньон”. Ум.друк. арк. 12,00

Ум.фарб. відб. 12,00 Обл. вид.арк. 13,40. Зам. 6 140.

Ціна договірна. Тираж 5 000.

“Софія”, Ltd. 252055, Київ 55, вул. Горького, 47

Віддруковано з оригінал макету на Київському акціонерному поліграфічному підприємстві “КНИГА”

254655 МСП Київ 53, вул. Січових стрільців, 25