

## **Эйми Уоллис Билл Хенкин** **Искусство психического исцеления**



«Э. Уоллис, Б. Хенкин. Искусство психического исцеления. Практическое руководство. – С. Кернейц. Йога для запада. Сборник.»: Агенство «Фаир», Издательство «Двойная звезда»; Москва; 1994  
ISBN 5-88641-004-х

### **Аннотация**

*Книга «Искусство психического исцеления» рассчитана на подготовленный круг читателей. Она соединяет в себе практическую методику и обсуждение различных сторон практического мира.*

## **Эйми Уоллис, Билл Хенкин** **Искусство Психического Исцеления**

### **Вступление**

Это – не книга о чудесах. Это – книга о вас, о вашей жизни и о людях, окружающих вас, о жизнях людей. Это книга обо всех нас, о силах, которыми мы обладаем, обычно даже не осознавая этого. Она о честности и об общении с нами самими и с другими. Это в равной мере книга о том, как быть здоровым, и о том, как стать здоровым. Существует много книг о медиумах. Большинство из них разделяются на две категории: «спиритуалистические» книги для медиумов, призывающие читателя принять определенный набор религиозных верований, если он или она хотят достичь определенного навыка в мире медиумов, и книги, написанные парапсихологами и другими учеными о медиумах и изучающие их силы. Внося ценный вклад в эту область, они нередко бывают написаны слишком сухим языком.

Это книга несколько иного типа, книга для медиума «как...». Она необычна, потому что необычна концепция, стоящая за ней, а именно: каждый медиум, и каждый может развить в своей собственной жизни естественные навыки медиума, не используя при этом хрустальных шаров, тарота или черных кошек.

Мы убеждены, что навыки медиума не являются какими-то случайными магическим «дарами», которыми обладают лишь очень немногие люди, например, каждый человек обладает этими навыками и может развить их, если захочет.

Психическое исцеление есть явление столь же старое, как сама история. В течение веков оно служило излюбленной темой для ученых-врачей и философов-гуманистов. Оно знавало и трудные времена, когда широкая публика относилась к нему достаточно неблагоприятно.

Мы живем в то время, когда люди начинают осознавать свои психические способности и наслаждаться ими. Сложность заключается в том, что наша культура все еще придерживается той точки зрения, что естественные способности каждого – быть медиумом, исцелять себе подобных – являются тайными, эзотерическими, и мастерство в них можно достичь лишь после многих лет упорного изучения.

Отчасти цель данной книги – продемонстрировать, что данная точка зрения не является единственно правильной. Несмотря на то, что каждый обладает этими естественными способностями, мы замечаем, что большинство людей не позволяют себе развивать эти силы потому, что боятся их, или считают, что у них нет достаточной основы, разума, чувствительности и всего прочего, чтобы научиться использовать их. На это мы говорим: «Чепуха».

Психические способности и способности к исцелению других являются вашим естественным даром, которым вы обладаете с рождения. Он не требует тайных заклинаний или долгих лет отшельничества, проведенных в какой-нибудь пещере в Гималаях, в попытке сконцентрировать их и использовать в своей жизни. В действительности вы уже пользуетесь ими, хотя и не осознаете этого.

Эта книга соединяет в себе практическую методику и обсуждение различных сторон психического мира. Вы можете проверить эту методику на практике или же сами, или с друзьями. Самое лучшее внимательно прочитать каждое упражнение, прежде чем вы приступите к нему. Или вы можете попросить друга прочитать вам упражнение этап за этапом и в это время выполнить его. Вы можете также положить перед собой открытую книгу и сверяться с ней всякий раз, как вы собираетесь перейти к новому этапу.

Психические упражнения отнюдь не бессмыслица, как об этом часто отзываются. Это и не групповая игра. Мы убеждены, что использование ваших психических способностей обогатит вашу повседневную жизнь, сделает ее более глубокой и осмысленной и откроет для вас новые возможности.

На протяжении всей книги мы будем упоминать особые случаи из нашей собственной жизни, которые, как нам кажется, иллюстрируют определенные аспекты, на которых нам хотелось заострить ваше внимание. Некоторые из них случились с нами обоими, или по отдельности и в разное время, или же, случайно, с обоими и одновременно. Поскольку вы собираетесь познакомиться с нашей книгой, нам хотелось бы посвятить несколько страниц рассказу о нашей жизни медиумов, о том, как мы открыли свои психические способности и как работаем с ними.

## ***История Эйми***

Люди постоянно спрашивают меня: «Как вы пришли к этому? Когда вы узнали, что вы – медиум? Было ли у вас какое-либо сильное психическое потрясение, которое привело к тому, что вы уверились, что обладаете этим даром?»

Ответы на эти вопросы выглядят совершенно земными. Я пришла к изучению этого вопроса через чтение записей о медиумах. До этого у меня не было никакого сильного психического потрясения, которое заставило бы меня почувствовать, что я обладаю этим особым даром. Более того, ощущение моей собственной психической уникальности развивалось достаточно (довольно) медленно: по-настоящему удивительные вещи стали

происходить тогда, когда я уже не менее двух лет занималась этим.

Когда мне было пятнадцать лет, я заинтересовалась необычными формами врачевания, такими как лечение травами, акупунктура, лечебное питание и т.д.; всем этим я занималась поверхностно. Мои друзья толпами стекались ко мне со своими мигренями и желудочными болями, и мои лекарства, казалось, творили чудеса. Я решила избрать область врачевания, но я не интересовалась конкретно психическим исцелением.

Когда мне исполнилось восемнадцать лет, я переехала в Беркли, в Калифорнию. Один из моих друзей имел друга, который претендовал на то, чтобы быть «медиумом»; из прихоти я решила продемонстрировать ему свои способности. Я не знаю точно, чего и ожидала, но втайне я надеялась, что он скажет мне, что я – великий медиум. Он не сказал этого. Вместо этого он сосредоточился на моих связях с семьей и с друзьями, разъяснив мне, почему некоторые из этих связей были неудачными, и что я могла сделать с ними.

Я была так заинтригована всем этим процессом, что решила узнать, где этот медиум обучился своему ремеслу. Он направил меня в Психический институт в Беркли, в учебное заведение, основанное Льюисом Боссвиком. В это время там на дневном отделении училось двадцать студентов или около того. Льюис много путешествовал; он изучал различные религиозные и мистические традиции и вывел из них свою собственную философию и метод обучения. Люди шли отовсюду за исцелением и советами. Дневной курс в институте состоял из соединения «лекции-медитации», проводимого Льюисом, и ежедневного общения с более опытными медиумами и наблюдения за их методами. В конце концов начинающие студенты начинали выполнять простейшие толкования (чтения) на себе самих, а затем и все остальное. Здесь также изучались основы врачевания посредством духов – руководителей.

Мое обучение продвигалось успешно, и в короткий срок я уже могла видеть ауру и давать исцеление. Мое первое исцеление – снятие головной боли на вечеринке. С тех пор я помогла многим людям, имеющим более серьезные заболевания. Вот некоторые из них:

1. Марта, двадцатидвухлетняя женщина, считавшаяся бесплодной из-за спайки фаллопиевых труб. Доктора сказали ей, что у нее никогда не будет ребенка. После некоторых исцеляющих манипуляций она пришла к одному из этих врачей, который установил, что спайки исчезли. Сейчас она имеет ребенка.

2. Сэм, сорокалетний мужчина, до встречи со мной страдал частичным параличом, от которого до некоторой степени избавился, хотя по-прежнему страдал от болезненных спазмов мускулов и от сильной депрессии. Он пытался избавиться от боли массажем, акупунктурой и традиционными аллопатическими лечениями. После нескольких сеансов у целителя, спазмы мускулов исчезли, и прошла депрессия.

3. Мэри, тридцатитрехлетняя женщина, страдала от чрезмерно обильных вагинальных кровотечений, которые к тому же продолжались по несколько недель. После исцеления кровотечения прекратились.

4. Элис в свои двадцать лет страдала от острого колита и большую часть времени была прикована к постели. После нескольких сеансов болезненные приступы прошли, и она встала с постели.

5. Патриция, недоношенный ребенок, трех недель от роду, родилась с открытым сердечным клапаном. Она была на грани смерти, когда получила несколько сеансов исцеления на расстоянии, ее сердечный клапан начал закрываться буквально через несколько часов. Сейчас это здоровый ребенок.

6. Анна, женщина сорока пяти лет, страдала артритом шеи и правого колена. Он полностью исчез после одного исцеляющего сеанса. Через год артрит появился в правом бедре. Он тоже исчез после одного сеанса.

Я также помогла людям обрести здоровье, избавив их от гемофилии, рассеянного склероза, рака, артрита и заболеваний позвоночника.

Через год я решила, что пришло время оставить институт и заняться самостоятельной практикой. Я начала преподавать, обучая группы и индивидуумов, развивать психические способности. Я также начала заниматься исцелением и чтением (дачей показаний) у себя на

дому и продолжаю заниматься этим и по сей день.

Примерно в это время один из моих друзей по институту начал развивать у себя способности трансцендентального медиума. Он учился, как покидать свое физическое тело и позволять духу войти в него и говорить из этого тела. Я несколько раз видела в институте, как демонстрировали это свойство, но была изумлена, обнаружив, что им обладает один из моих друзей. Существа, которые говорили через него, были более чем добры, и мы начали учиться с их помощью. Они объясняли нам (через моего приятеля) различные психические явления и обучали нас более продвинутой медитации, нежели та, которой мы учились в институте. Мы продолжали заниматься таким образом около года, пока приятель не уехал из Беркли.

Нет нужды говорить, что эти два года оказали огромное воздействие на мою жизнь. Многие мои друзья думают, что я совершаю что-то сверхъестественное. Но, что еще хуже, я в то время несерьезно относилась к психическим упражнениям. Я считала, что моя способность – самая великая вещь в мире: она невероятно повышала мой жизненный тонус, очень забавляла меня, я встречалась с новыми и интересными людьми и сама зарабатывала себе на жизнь. Я хотела поддерживать знакомство только с теми людьми, которые были «медиумами». Я думаю, вы могли бы меня назвать в то время психическим снобом.

Через пару лет, после нескольких неприятных переживаний этот психический шовинизм прошел. Я поняла, что не хотела бы, чтобы все мои друзья делали то, что делаю я, а именно, все время были бы профессиональными медиумами, потому что это – так же скучно, как быть все время кем-то еще. Более того, я сделала еще одно важное открытие: я действительно не хотела бы все время быть «медиумом».

Как мы покажем вам, вы не сможете прочесть чей-либо ум или ощутить чью-либо ауру до тех пор, пока **ЧЕЛОВЕК САМ НЕ ЗАХОЧЕТ, ЧТОБЫ ВЫ СДЕЛАЛИ ЭТО!!!** Я никогда не занималась особенно много чтением ума, но в течение долгого времени я охотно изучала ауру. Это давало мне ощущение собственного превосходства. Но в конце концов, мой интерес к этому до некоторой степени прошел. После долгого дня, в течение которого я даю показания (чтение), я чувствую, что мое время кончается. Я не хочу думать, говорить или действовать как медиум до следующего чтения или исцеления. Однако многие люди не ценят время медиума, так же, как и время врача: все мы видим людей, которые докучают врачам, юристам, водопроводчикам и т.д., требуя от них профессиональных советов во время вечеринки. Люди ожидают от меня, что я на вечеринках буду читать им ауру и предсказывать их будущее. Они просят об этом по телефону и где угодно. Обычно я говорю людям, что я могу дать им совет только при встрече.

Несмотря на все эти неудобства, я извлекаю огромную пользу из того, что являюсь медиумом. Об этом аспекте мне хотелось бы упомянуть особо. Если я имею одну особенно сильную психическую способность, то это – невероятно острое осознание того, что существуют другие люди. Я настолько ясно могу чувствовать то, что испытывают другие, что не всегда могу сказать, не являются ли эти чувства моими собственными. Я постараюсь развить в себе ощущение границ своих чувств, чтобы знать, где кончаются мои чувства и начинаются чувства других людей. Я могу бесстрастно наблюдать ощущения другого человека и не быть при этом вовлеченным в его или ее страдание. Каждый раз, занимаясь исцелением, я напоминаю себе об этом, и эти напоминания Очень важны для меня.

Именно потому, что я – медиум, моя жизнь никоим образом не должна уподобляться кувшину с вишнями. Я постоянно сталкиваюсь с теми же проблемами и трудностями, что и другие, и испытываю такую же неудовлетворенность. Однако моя неудовлетворенность не доходит до такой крайности, как у других. Это происходит потому, что меня никогда не покидает чувство, что я вовсе не являюсь жертвой обстоятельств и что моя жизнь – это мое собственное, волнующее, бесконечное творение.

С детского возраста я ощущал склонность к тем психическим свойствам, которые мы знаем, и способность узнать нечто такое, что я мог бы узнать обычным путем. По мере того как я рос, крепла моя уверенность в этом. Сформулирована она была позднее, когда я учился в колледже: когда звонил телефон, я уже знал, что звонок адресован мне, и знал, кто находится на другом конце провода, причем знал еще до того, как телефон начинал звонить. Это затрагивало и другие области: входя в комнату, где звучит музыка, я знаю, кто композитор, даже если я никогда прежде не слышал этой музыки. Однажды я написал экзаменационную работу по книге, которой никогда не читал, и сделал ее просто потому, что информация, содержащаяся в ней, уже была во мне. Иногда, когда я пишу, я даже не думаю о том, что собираюсь сказать. Подобно экзаменационным ответам, информация просто находится здесь.

После того как я переехал в Калифорнию, я увидел, что некоторые из моих друзей активно исследуют психическую деятельность. Одна женщина, имевшая эмфизему, пережила мгновенную ремиссию после посещения кабинета целителя. Другие были способны читать ауру. Я был поражен, но опечален, потому что я не мог даже медитировать: мой ум всегда блуждает и задерживается всегда на самых волнующих вещах, которые в данный момент происходят в моей жизни, происходили в прошлом или могли бы произойти в будущем. В редких случаях, когда я впадал в прекрасный, спокойный транс, мое спокойствие нарушалось, как только я открывал глаза. Хотя я знал, что обладаю психическими способностями, я, казалось, даже не мог сосредоточиться на них. Это был для меня чрезвычайно тягостный период.

В 1974 году я проводил лето в Катонаахе, штат Нью-Йорк, редактируя и издавая книгу по трансцендентальной психологии. Я провел четырнадцать недель в обществе нескольких людей, которые сознательно работали над высвобождением себя из своих индивидуальных темниц посредством занятий медитацией. Я мог видеть, что эти люди знали нечто такое, чего не знал я, но хотел бы узнать. С их помощью я начал медитировать, обращая внимание на свои действия и на разговоры, которые всегда продолжались на заднем фоне моего ума. Я начал также читать книги, написанные людьми или посвященные людям, обладающим психическими переживаниями в той или иной форме.

В четверг я вернулся в Калифорнию. В пятницу я начал заниматься в Институте медиумов в Беркли. Несколькими месяцами позднее я начал работать с буддистским психологом, чья помощь способствовала моему психическому развитию. Все это время я изучал различные толкователи снов и читал классические мистические тексты и современные популярные книги для самообразования, которые помогали мне и служили указателями на моем тернистом пути.

На следующее лето я начал тренировки, которые создали для меня основу, в которой все, что я изучал ранее, встало на свои места. Люди, встреченные мною в организации, не обнаруживали каких-то необычайных психических способностей, они, как мне казалось, просто принимали их и продолжали, уже располагая ими. Для них было совершенно в порядке вещей то, что я – медиум, а как насчет моей жизни? Это была совершенная поддержка.

По мере того как я продолжал занятия, я определил, что «энергии», о которых мы будем в дальнейшем говорить, в этой книге, становились для меня более и более доступными, что мне не надо ничего делать, чтобы получить их: они уже здесь, ожидая меня, точно так же, как это было с ответами на экзаменационные вопросы. А затем по прошествии нескольких месяцев я начал замечать, что моя жизнь стала намного приятнее, чем была ранее. Плохие времена стали почти что приятными, а хорошие времена были исполнены невыразимого восторга.

Однажды вечером я сидел дома и писал стихи, вдруг осознал, что все в моей жизни было в точности так, как я того хотел. Я делал то, что хотел делать, и был тем, кем хотел быть. Я пережил полное удовлетворение своей жизнью. Через несколько месяцев после этого

случая я опять сидел дома и писал стихи. Однако на этот раз я понял, что ничего в моей жизни не складывалось так, как я того хотел. Я был не тем, кем хотел быть, делал не то, что хотел делать, и не имел того, что хотел бы иметь. И вновь я пережил полное удовлетворение своей жизнью даже при том, что казалось что ничего в ней не осуществилось.

Я знаю, что означают эти переживания, за исключением того, что в первый раз в жизни я почувствовал себя свободным. Я говорю о «свободе» не в том смысле, как ее понимают нигилисты: не о свободе поведения, не о свободе в этом мире и не о моем месте в нем. Скорее это свобода плыть или не плыть, свобода быть самим собой, а не тем, кем, как мне кажется, я считался, или тем, кем я должен был бы быть по мнению других. Под свободой я подразумеваю независимость, неозабоченность, и не хочу сказать, что у меня не было проблем. Отнюдь нет. У меня по-прежнему оставались те же проблемы, что и прежде, я был все так же привязан к вещам материальным, духовным и т. д., и я был по-прежнему предан людям, тому, что хотел бы делать в этом мире, и многим моим картинам. Но я начал избавляться от некоторых из своих безумных желаний, а именно, делать что-либо или иметь что-то, желаний, которые часто в прошлом доводили меня до взрыва отчаяния или бессильной ярости. Я начинал становиться свободным просто быть.

В моем вновь обретенном состоянии хорошие и плохие времена находились в пределах, которые, так сказать, лежали вне доброго или плохого, иными словами, за пределами моих возможностей. И здесь я вновь нахожу энергии, существующие сами по себе и в состоянии мира, и вне его. Я нахожу, что для того, чтобы использовать эти энергии, я должен четко знать, чего я хочу, и вести себя таким образом, чтобы это могло произойти. Иногда я достигаю успеха, иногда – нет. Иногда я удивляюсь, забывая, что эти энергии существуют в самом деле, и тогда сбываются некоторые забавные желания. Иногда я желаю того, чего не хочу! А иногда я хочу того, чего не желаю.

В отличие от Эйми я не профессиональный, практикующий целитель. Я изучал врачевание вместе с другими и излечил, возможно, сотню болезней, начиная от головной боли и бородавок до рака и гепатита. Иногда, работал индивидуально или вместе с другими медиумами и, эти сеансы исцеления были удачными, иногда – нет, а иногда удавались только частично.

Я получаю удовольствие, работая как целитель, и потому, что я люблю людей и люблю приносить им пользу, и потому, что эта работа делает меня добрее. Исцеляя другого человека, я сам очищаюсь и исцеляюсь. Но главное для меня в исцелении то, что этот процесс открывает путь из дебрей космического невежества на солнечный свет индивидуального осознания. Я считаю, что психическое врачевание один из путей, но не единственный путь к освобождению. А время от времени я вижу, что могу помочь другим на их пути к тому, что я открыл для себя.

В определенном смысле, написание этой книги явилось для меня процессом психического врачевания. Как, возможно, процессом психического исцеления для вас будет чтение этой книги. Это в некотором роде жизненное упражнение, в котором я имею возможность проверить свою работу и мысли, мои переживания и наблюдения и предложить некоторые из них для использования в вашей жизни. В процессе этой работы я вырос как медиум, а мои собственные возможности стали более ясными и направленными. Возможно, нечто подобное произойдет и с вами. Но чтобы ни случилось с вами при чтении этой книги, надеюсь, вы получите удовольствие и дадите нам знать, что вам понравилась книга об искусстве психического исцеления.

*Вы можете написать нам, Эйми Уоллес или Биллу Хенкину, П.О. Ящик 4501, Беркли, Калифорния 94704.*

## **Глава 1. Что такое медиумы**

## **Что это такое: быть медиумом?**

Звонит телефон, и, хотя вы уже несколько месяцев не разговаривали со своей тетушкой Мэджи и не вспоминали о ней, вы говорите: «Это, должно быть, тетя Мэджи?». И это действительно так.

Вы включаете телевизор, чтобы посмотреть футбольный матч. Каким-то образом, во внезапном озарении, даже не думая об этом, вы узнаете, какая команда выигрывает. И так и случается.

Вы отправляетесь на вечеринку и встречаете там человека, которого никогда не встречали прежде. Однако вы убеждены, что вы уже видели его где-то.

Всем нам знакомы эти ощущения, которые мы считаем совпадениями, объясняем с помощью каких-то псевдонаучных теорий или просто считаем удачей. Однако в течение всей нашей жизни они сопутствуют нам, вызывая в нас ощущение, что вы случайно переступили некую загадочную границу, вошли в какую-то таинственную область, где чудеса являются самым обычным делом и где мы – боги, знающие то, чего не могут узнать простые смертные.

Это – царство медиумов, вопреки общепринятому мнению, оно предназначено вовсе не для одутловатых денди во фланелевых брюках и бархатных куртках, не для наполовину одряхлевших экс-капитанов британского флота и не для аляповато одетых старых дев, живущих в месте с восемнадцатью кошками в тускло освещенных меблированных комнатах. Это – царство нашей собственной реальности, которое мы игнорируем, потому что боимся или потому что нам сказали, когда мы были еще детьми, что оно не существует, а может быть потому, что мы не понимаем его и не понимаем, как оно связано с нашей повседневной жизнью. Но если мы понаблюдаем за собой, за тем, как мы заняты повседневными делами, мы увидим, как часто мы соприкасаемся с этой заповедной областью и как часто в своей жизни мы управляем вещами, которые нам известны и которые, однако, мы не смогли узнать.

Великий греческий философ Платон заметил, что учение есть просто запоминание души. В этой книге много будет говориться о «душе» или «духе», о «существе». Все эти термины определяют ту часть каждого из нас, которая существует на иных планах бытия, нежели вы когда-либо знали о существовании такой вещи. Когда мы употребляем это слово, мы подразумеваем ту часть каждого из нас, которая словно знает то, чего мы не можем знать.

Мы имеем в виду ту часть каждого из нас, которая ощущает всеобъемлющую любовь ко всем существам и позволяет и нам ощутить ее, заставляя осознать, что неизмеримо приятнее давать, чем принимать, просто из-за наслаждения служить другому. Мы имеем в виду ту часть каждого из нас, которая переживает – если что-нибудь переживает – нас после того, как умирают наше тело, ум, интеллект и эмоции. Мы говорим: «если что-нибудь переживает», потому что мы в действительности не знаем, переживают ли что-нибудь наши тела, кроме воспоминаний о нас других людей. Но мы говорим о «душе» или о «духе», как если бы он обладал этой способностью, потому что, с одной стороны, это объясняет многое из того, что в противном случае было бы необъяснимо, а, с другой стороны, по мере того как мы все глубже и глубже погружаемся в так называемые области психического, мы все ближе и ближе знакомимся с нашими собственными версиями переживаний, о которых говорили все великие мистики и пророки, от ИИСУСА ХРИСТА и ГАУТАМЫ БУДДЫ до Ури Геллера и Эдгара Кауса (Кейса).

## **Что это значит: быть медиумом-целителем?**

Способности медиума и способности к исцелению настолько тесно связаны между

собой, что между ними почти невозможно сделать различия. ЦЕЛИТЕЛИ – это люди, научившиеся направлять свои способности медиума в определенном направлении, снимая физическую боль и страдание. Но точно так же, как мы иногда знаем, кто на другом конце провода еще до того, как снимем телефонную трубку, мы знаем и то, как исцелить других и себя. Мы просто не обращаем внимания на эти способности, потому что полагаем, будто мы лишены их или же боимся их.

Психологический трюизм заключается в том, что мы боимся большинства тех вещей, которые мало понимаем. Одна из задач данной книги – сделать эти непонятные вещи (вопросы) более доступными вашему пониманию. Мы надеемся, что чем ближе вы с ними познакомитесь и чем больше осознаете их в терминах своей собственной жизни, тем менее таинственными они будут казаться вам и, следовательно, тем успешнее вы будете развивать те способности, которыми обладаете. Изучите повнимательнее ваше собственное переживание своей жизни – этой величайшей тайны, и вы увидите, подтверждает ли она сказанное вами. Если то, что мы говорим, не подтверждается вашими собственными переживаниями, значит, все это – неправда в самом истинном смысле этого слова.

### ***Анимизм и спиритализм***

Слово «психический» образовано от греческого слова, означающего «душа» или «дух». Оно относится к тому, что находится за пределами естественных или известных физических процессов. Оно также применимо к человеку, чувствительному к силам, находящимся за пределами физического мира. В таком случае медиум-целитель – это человек, использующий свою восприимчивость к таким силам в процессе исцеления физических недугов.

В истории лечения посредством медиумов преобладают две великие теории. Они известны как АНИМИЧЕСКАЯ и СПИРИТИЧЕСКАЯ ТЕОРИИ. ПЕРВАЯ ТЕОРИЯ утверждает, что все психические силы заложены в душе индивидуума, хотя у большинства людей они не развиты и почти не используются. ВТОРАЯ ТЕОРИЯ признает существование духов, лишенных телесной оболочки, говорящих и действующих через живых людей, так называемых «медиумов». Подобно тому, что мы не можем продемонстрировать существование души так же, как, например, мы можем продемонстрировать шарик мороженого, мы не можем продемонстрировать и существование этих разобщенных сущностей или «духов». Но, наряду с другими психологическими аспектами, тот факт, что мы не можем поддержать духов в своих руках, еще не доказывает, что их нет.

В известном смысле не имеет значения, какая из этих теорий более привлекает нас. Если вам кажется, что психические способности принадлежат вам, тогда вы должны выволить их из недр своего создания, поставить их на надлежащее место и заставить их служить вашим потребностям. Если же вам кажется, что духи работают через вас или ангелы направляют ваши шаги, тогда вы должны призвать для совета и помощи эти нездешние существа. В любом случае вы будете действовать на тех уровнях своего сокровенного «я», которые нам известны как области психики.

Лично нас более привлекает анимистическая теория, ибо она на один шаг ближе к нам самим, чем спиритизм, и, следовательно, легче увидеть пути, на которых каждый из нас в конечном счете является творцом своих собственных переживаний. Но в любом случае процессы изучения своих психических способностей непременно остаются одними и теми же, и в данной книге время от времени будет видно, как совмещаются эти теории. Деятельность является одной и той же, открытия – одними и теми же, и область применения ваших знаний – одной и той же. Во всех случаях мы говорим о вашем психическом мире.

Один из основополагающих моментов данной книги заключается в том, что все в жизни, в мире, в космосе развивается в точности так, как ПРЕДОПРЕДЕЛЕНО, осознаем мы это в любой данный момент или нет. Это не означает, что мы должны улечься в постель и ждать, когда произойдет то, что должно произойти. Это не означает, что мы не должны жить



полной жизнью в эмоциональном и этическом смысле слова. Это не означает, что мы лишены выбора, как жить, как переживать свое «я» и свою жизнь, а также жизни окружающих нас людей. Это просто значит, что нам предоставлена свобода выбрать и прожить свою жизнь таким образом, который приносит нам наиболее искреннее и полное удовольствие.

ХРИСТОС советовал, чтобы мы отдали Богу – Богово, а кесарю – кесарево. Мир психики – это двусложный мир, в котором кесарь и Бог получают оба то, что им причитается. Вы платите налоги не потому, что вы любите их платить, а потому, что налоги должны быть уплачены. Вы переживаете свое сокровенное «я» или Бога, или же становитесь целителем не потому, что это сделает вас лучше или счастливее, а потому, что это заложено в вас.

### ***Пребывание в единении***

Какой бы религиозной или философской основой вы ни располагали, вы наверняка слышали теорию о том, что МЫ – ВСЕ – ОДНО или даже, что – ВСЕ – ОДНО. Существует такое состояние бытия или, если угодно, уровень сознания, в котором эта идея перестает быть просто словами и становится реальностью, потому что вы переживаете ее истину. Возможно, вы уже близко знакомы с таким состоянием. Оно становится ясным для многих людей, переживающих состояние любви, когда мы чувствуем, что сама наша душа сливается с душой другого человека. Иногда, когда мы трудимся с группой людей для достижения общей цели, мы переживаем точно такое же ощущение единения или связи с другими людьми – членами группы. Это не что иное, как краткий шаг от любви к другому человеку или к группе других людей, могучему и всеобъемлющему таинственному переживанию любви и слияния с каждым или даже со всем.

Состояние единения – это то состояние, о котором упоминают все святые и мудрецы. Пока же мы переживаем самих себя, многие из нас сопротивляются ему – состоянию единения, избегают его или же боятся его, потому что мы думаем, что переживание этого состояния лишат нас контакта со своей собственной индивидуальностью. Ничто не может быть дальше от ИСТИНЫ. В действительности именно в мистическом состоянии единения мы наиболее полно переживаем себя такими, <sup>1</sup> какими мы являемся на самом деле. Именно здесь, более чем в каком-либо состоянии сознания, мы становимся самими собой, потому что нет способа пережить полное единение с другими, как пережить сначала полное единение с самим собой. Когда еще вы бываете в большей степени самим собой, как не тогда, когда вы любите Другого человека? Когда еще вы бываете в большей степени самим собой в группе людей, как не тогда, когда вы любите группу и ощущаете свое единение с ней?

По мере изучения данной книги вы найдете несколько несложных упражнений, которые приведут вас к развитию этого рода переживаний. Упражнения составлены таким образом, чтобы вы сами смогли с их помощью продвигаться каждый раз на один этап. Вам не нужно идти дальше от одного упражнения к следующему до тех пор, пока вы не почувствуете себя готовым сделать это; вы можете извлечь для себя пользу, читая то, что следует за выполняемым вами упражнением, даже если вы еще не чувствуете в себе готовность приступить к следующим, более сложным упражнениям. Хотя вам может показаться, что вы находитесь на не совсем правильном пути, но вы не узнаете из этой книги ничего, за исключением техники, из того, чего бы вы уже не знали. Однако вам может показаться, что что-то из того, что вы собираетесь изучить, уже известно вам, тогда как на самом деле вы этого не знаете.

Одним из первых этапов в процессе исцеления является нахождение вашего духовного центра и умение любить себя и других из него, а не в зависимости от ваших потребностей и желаний. Если ваша любовь исходит из этого места, вы сможете воспринимать все вещи взаимосвязанными между собой и осознать их как части одного и того же огромного целого.

Когда все есть одно, вы свободны от необходимости составлять суждение о конкретных вещах. Это и есть состояние «вне добра и зла», в котором нет ничего правильного или неправильного, хорошего или плохого, лучшего или худшего. Вы становитесь абсолютным медиумом, когда превращаетесь в наблюдателя в состоянии единения.

При восприятии информации психически вы можете с весьма небольшим дополнительным усилием продвигаться по пути к тому, чтобы овладеть навыками исцеления. Когда вы желаете исцелить одного из своих друзей, вы входите в состояние единения с ним или с нею, а затем спрашиваете себя о физическом состоянии своего друга. Поскольку ваш друг в данный момент является частью вас, вы уже знаете ответ. А на основании этих ответов, полученных вами от себя самого, вы можете начать исцеление вашего друга.

Как было сказано в нескольких предыдущих разделах, между единением себя с другими и исцелением существует один этап. Этот этап, в котором вы получаете информацию, известен медиумам как «чтение». Психическое чтение может принимать любую форму, но во всех случаях оно предшествует процессу исцеления и является частью его.

## ***Астральное тело***

Вы обладаете физической структурой, но точно так же вы обладаете и психической структурой, которая состоит главным образом из ауры – тех эманаций, энергии, которые окружают все живые существа, и чакр (произносится «Щок-ра») – особых энергетических точек ауры. Эта физическая структура известна как «астральное тело» ; оно способно на некоторое время покидать физическое тело. Такое состояние известно как «астральное путешествие». Мы будем рассматривать связь между астральными путешествиями и исцелением в главе 8 «БОЛЕЕ ПРОДВИНУТОЕ ИСЦЕЛЕНИЕ И ТЕХНИКА ЧТЕНИЯ».

## ***Ауры и цвета***

Аура существует не только в воображении. Она может быть сфотографирована сверхчувствительными приборами во время строго контролируемого научного эксперимента. Медиумы пользуются чтением ауры для определения здоровья, а также ментального эмоционального и психического состояния пациента. Медиумы часто видят ауры в цвете, но иногда аура может появляться в виде волн или других проявлений энергии. Некоторые медиумы даже не видят ауру, но создают ее, как она могла бы выглядеть, если бы они могли видеть ее. Другие же просто ощущают энергию, окружающую человека, не выражая ее в зрительных образах.

Хотя техника создания зрительных форм – образов, которую мы будем позднее описывать в настоящей книге, является чрезвычайно полезным средством, это все же – лишь средство, а в психической работе ни одно средство не является независимым. Каждое средство – это источник помощи вам, которым вы можете воспользоваться или не воспользоваться, в зависимости от того, как подсказывает вам ситуация и ваши собственные намерения.

Различные традиции насчитывают ни много ни мало как семь отдельных слоев ауры, но для наших целей необходима только одна аура. Мы считаем, что нам для работы вполне хватает той информации, которую мы считаем с этой одной ауры.

Здоровая аура окутывает все тело с головы до ног на расстоянии от одного фута от тела. Как иногда бывает, некоторые люди существуют с неполной аурой. Например, если вы ведете сидячий образ жизни, редко гуляете и не занимаетесь физическими упражнениями, вы

будете иметь тонкую, редкую ауру ниже колен. Или если какая-то часть тела повреждена или была отделена от остального тела вследствие болезни или непривлекательности, то на этом участке аура будет более слабой.

Мы уже упоминали, что аура не всегда видна в цвете. Многие начинающие видят ее как волнистую, струящуюся беловатую полосу.

Однако для цели чтения многие медиумы включают свой, так сказать ментальный телеэкран, чтобы можно было увидеть ауру во всем многообразии переходящих один в другой цветов и использовать эти различия для определения состояния пациента.

Хотя и возможно дать общее описание особых значений различных цветов и сочетаний, следует сказать, что эти цвета можно увидеть в сугубо индивидуальном восприятии, и нет таких двух читающих, которые в один и тот же момент увидели бы совершенно одинаковые оттенки в ауре. Если вы хотите заняться психическим чтением – для забавы или выгоды, – вы должны иметь представление о том, что означают ее цвета в общем. Но гораздо важнее уметь видеть каждый раз отчетливо каждый цвет, как если бы вы никогда не видели его прежде, а также уметь заново открывать, что означает данный цвет в определенном контексте, каждый раз, как только он появляется. Ауры находятся в состоянии постоянного изменения. Их цвета и формы изменяются вместе с мыслями и ощущениями индивидуума. Кроме того, цвета блекнут и сливаются, переливаясь, как в радуге, и часто точно невозможно сказать, где заканчивается один цвет и начинается другой.

Мы призываем вас выполнять чтение так, как если бы вы заново открывали весь процесс каждый раз, как вы приступаете к нему. Однако мы понимаем, что ваша задача упростится и вы научитесь скорее, если получите некоторое представление о том, что вы изучаете. Следующий список в соответствии со своим опытом.

Обычно цвета могут быть прочитаны следующим образом:

**ЧЕРНЫЙ.** Черный – цвет смерти и разрушения и может быть прочтен как знак депрессии, особенно когда он появляется, как темное облако, окутывающее голову пациента. Однако смерть – состояние, предшествующее возрождению, а разрушение – состояние, предшествующее созиданию или творчеству: «Самый темный час наступает перед самым рассветом». В этом случае черный можно рассматривать как чрезвычайно позитивный цвет. Черный цвет также считается цветом, представляющим невидимый Божественный Свет, пришедший озарить и очистить душу.

**СЕРЫЙ.** Серый цвет – скуки и недомогания, обычно маскирующий эмоции страха или гнева.

**КОРИЧНЕВЫЙ.** Обычно коричневый является цветом Земли и указывает на сильную связь с физическим планом. Если он окружает ступни и ноги, это может указывать на то, что человек выполняет много физических упражнений. Иногда, особенно если цвет кажется тусклым и размытым, это может быть знаком слабой энергии.

**ЗЕЛЕНЫЙ.** Зеленый – цвет роста; его присутствие в ауре обычно указывает на то, что человек находится в стадии выбора своего отношения к жизни, верований или поведения. Это позитивный цвет, который может появляться тогда, когда человек, выбитый из колеи коренными внутренними переменами, считает, что его жизнь складывается плохо. Светлосалатовый цвет является знаком психического развития.

**СИНИЙ.** Синий – цвет созидания, воображения и самовыражения. Подобно морю и небу, символом которых является этот цвет, он выражает женскую природу или женскую сторону мужской натуры. Темно-синий часто является знаком депрессии, которая развивается тогда, когда человек действует ради идей других, которые он или она должны защищать более, чем свои собственные.

**ЖЕЛТЫЙ.** Желтый – цвет интеллекта, представляет процесс изменения от бессознательно к сознательному. Он предполагает изменения и движения всех видов, особенно тех, которые ведут к очищению и росту ума. Чаще всего желтый цвет виден как ореол или нимб вокруг головы.

**ОРАНЖЕВЫЙ.** Оранжевый – цвет исконный исцеляющий. Подобно солнцу, которое

он символизирует, он указывает на мужскую природу или на мужскую сторону женской натуры. Когда он виден в ауре, он может указывать на то, что индивидуум обладает сильными способностями целителя, или же на то, что индивидуум находится в процессе физического роста или эмоционального самоисцеления.

**РОЗОВЫЙ.** Розовый – цвет интуиции и интенсивного знания о Земле. Иногда его называют «цветом планетной интуиции».

**КРАСНЫЙ.** Красный – цвет эмоций и жизненного пыла. Сильные чувства любого рода, такие как гнев, страх и любовь, представлены красным. Темно-красный означает подавляемые будущие эмоции, тогда как светлый чистый красный цвет означает настойчивость и страсть.

**ПУРПУРНЫЙ.** Пурпурный – цвет духовности и преданности. Люди, занимающиеся медитацией или испытывающие сильные религиозные чувства, обычно имеют этот цвет в своей ауре.

**ЗОЛОТОЙ.** Золотой – цвет чистой интуиции, психического мужества и самопознания. Сияющие золотые нимбы часто можно видеть над головами мистиков и людей, пребывающих в состоянии блаженства. Золотой – мужской цвет, часто представлен солнцем. Это также цвет очищения и исцеления.

**СЕРЕБРЯНЫЙ.** Серебряный цвет – женский цвет луны, аналогичен по своему значению золотому цвету, хотя виден гораздо реже. Большая доля серебряного в ауре может означать смелость в таких психических дарованиях, как телекинез (передвижение объектов силой мысли) или левитации... Серебряный цвет – цвет астральных путешествий; считается, что серебряная нить связывает астральное тело с физическим, когда они разобщены.

**БЕЛЫЙ.** Чистый белый цвет – цвет высочайшего духовного достижения, очищения и просветления. Однако некоторые типы медитации, такие как ТМ, которые могут или не могут давать просветление, могут вызывать этот цвет в ауре.

Аура читается, словно карты, и цвета их часто появляются во взаимосвязи между собой. Так, например, вы можете видеть темно-красный около сердца и можете прочесть этот красный цвет, как гнев, исходящий из самых недр существа, которому нанесли эмоциональную травму. Тогда оранжевый, следующий за красным, может означать, что человек находится в процессе исцеления своей травмы, ибо оранжевый – цвет исцеления. Если в этой же ауре вы увидите зеленый (цвет роста), соединенный с желтым (цвет интеллекта), расположенного вокруг головы, вы можете сделать вывод, что, излечиваясь от своей боли, человек открывает новые пути мышления и изменения своей прежней ментальной структуры.

Цвета в ауре могут появляться в виде полос, словно на слоеном пироге, могут выглядеть хаотическими пятнами, могут быть смещены все вместе в виде беспорядочной массы. Как бы они ни располагались, очень редко можно увидеть ауру, которая была бы неизменной, цвета которой не переходили бы один в другой и не изменялись бы, отражая смену настроений индивидуума. Все это – свидетельства смены тончайших и деликатнейших движений сознания и изменения состояний ума, осуществляющихся с невероятной быстротой, поэтому так трудно дать словесное прочтение ауры. Основные же, чистые цвета ауры сменяют друг друга более медленно, в течение недель, месяцев или даже лет.

Оттенки, так же как и цвета, являются тоже предметами чтения, указывая на определенную энергию другого человека, например, волны, исходящие от тела, могут указывать на силу и властность – «сияние», которое мы ощущаем рядом с некоторыми особенно могущественными людьми, но они также могут указывать на отсутствие влечения к физическому плану, а это мешает человеку полностью реализовать себя в жизни.

## **Чакры**

Медиумы также читают цвет и форму ауры в связи с чакрами, которые представляют

собой энергетические точки, распределенные по всему астральному телу. В индуистской космологии развитие чакры индивидуума указывает на состояние его психического развития. На санскрите слово «чакра» означает «колесо», и индийские йогины видят чакры в виде маленьких, тускло окрашенных дисков, размером обычно с серебряный доллар. Так выглядят чакры в астральных телах психически не развитых людей. По мере развития осознания индивидуума его чакры открываются, и диск начинает напоминать ярко окрашенный цветок.

Существует множество способов чтения чакр. Каббалисты выделяют десять отдельных энергетических точек. Американский ученый изобразил взаимосвязь между чакрами и железами эндокринной системы. В Тибете читают как одну чакру то, что мы считаем двумя чакрами (шестой и седьмой). А в некоторых философских системах, включая и те, которые положены в основу данной книги, чакры рассматриваются как указатели общего состояния бытия индивидуума, включая его здоровье и его готовность выполнить те задачи, которые он взял на себя в этой жизни.

Хотя мы рассматриваем чакры в их соотношении с частями физического тела, они не существуют в нем в определенном смысле. Они проявляются в астральном теле, а в физическом теле мы говорим об их расположении для удобства при чтении и лечении. Энергия, направленная к определенной чакре астрального тела, будет в равной мере воздействовать и на эту часть физического тела.

Для наших целей мы выделяем и работаем с семью основными чакрами и четырьмя вторичными, если семь центров энергии связаны в «энергетический канал», который проходит за позвоночником, параллельно ему. Чакры могут быть по желанию скрыты или закрыты для проявления или, наоборот, сдерживания некоторых психических способностей. Мы опишем технику манипулирования с чакрами в главе 8 «САМОИСЦЕЛЕНИЕ».

Чакра может быть повреждена и в таком поврежденном виде быть видна читающему. Кроме того, также может быть нарушена связь чакры с энергетическим каналом. Такие нарушения чакр, в основном вызваны психологическим стрессом или травмой. Подобный стресс или травма вызваны ощущениями, которые называем «негативными»; они могут быть нейтрализованы событиями или ощущениями, называемыми «позитивными». Все, что нарушает нормальное функционирование организма индивидуума, способно разрушить и чакры. Например, очень частое воспоминание о каком-то болезненном событии (которое может быть мысленно воссоздано, как буквальное изображение, называемое «картиной» или «образом») оседает в чакре и тормозит или блокирует поток энергии, идущий от этой чакры или идущий к ней. Как физические, так и психические нарушения могут происходить от такой задержки, и очень часто целитель уделяет огромное внимание этому, чтобы просто очистить или вылечить чакры. Об этом процессе мы расскажем в главе 5 «ТЕХНИКА ПРОДВИНУТОГО ИСЦЕЛЕНИЯ И ЧТЕНИЯ».

Первая, или «корневая» чакра, расположена у мужчин в основании позвоночника, а у женщин – между яичниками. Это – единственная чакра, расположенная по-разному у разных полов. Иногда ее называют чакрой «выживания», ибо она связана с теми механизмами человеческого организма, которые сохраняют живыми физическое тело. Например, когда вы внезапно оказываетесь в опасности или в какой-то критической ситуации, ваша первая чакра открывается, чтобы высвободить накопленную информацию, необходимую вам, чтобы остаться в живых, или помочь выжить кому-то другому. Если вы лишились денег, или работы, или же вас выгнали из вашей квартиры, почти наверняка вы находитесь в «чакре выживания» или в своей первой чакре. Должно сказать: все ваше психическое внимание направлено на поддержание основ жизни.

Вторая чакра, «или селезеночная» чакра, расположена как раз под пупком. Через этот центр энергии вы воспринимаете эмоции других людей. Психическая способность ощущать то, что чувствуют другие люди, называется «ясночувствительность» (ясное звание). Многие люди имеют активно действующую вторую чакру и обладают этим психическим даром, не используя его. Некоторая доля ясночувствительности очень полезна, потому что она позволит вам быть чувствительнее к другим людям и чувствовать опасные ситуации. Но

широко открытая вторая чакра может привести к травмам. Вот один из наиболее типичных примеров поведения человека с широко открытой второй чакрой: вы в хорошем настроении встречаете своего друга, чтобы выпить с ним кофе и поболтать, но у вашего друга неприятности и депрессия. Вы сочувствуете ему и понимаете его и, желая ему помочь, указываете на хорошее в его ситуации. Чувствуя себя много лучше, ваш друг уходит успокоенный и веселый. Вы же, напротив, чувствуете странную подавленность. Сами не зная того, вы приняли на себя заботы и чувства своего друга.

Мы советуем развивать ясночувствительность как психическую способность, потому что существуют более простые, менее обременительные способы стать медиумом.

Вторая чакра связана также с сексуальной энергией и является точкой, из которой мы посылаем и принимаем сексуальные ощущения. Она является важным центром в практике тантрической йоги, представляющей собой тип медитации, фокусирующейся на сексуальном единении как на способе достижения высших состояний сознания.

Третья чакра, расположенная в солнечном сплетении, является точкой распределения психической энергии в теле, своего рода насосом, накачивающим психическую энергию. Хотя она расположена несколько выше пупка, все же имеется в виду именно эта чакра, когда вы «созерцаете свой пупок». Третья чакра действует, устраняя желательный эффект от всей психической энергии в теле, и создает нарушение общего равновесия и дисгармонию в индивидууме. Когда вы напуганы, или нервничаете, или же когда у вас запор, вы ощущаете скованность в этом центре.

Четвертая чакра, расположенная в сердце, является чакрой любви, нежности и сострадания. Это – чакра единения, которая действует в истинной любви к себе (это нечто совершенно иное нежели нарциссизм), в любви к другому, любви к группе людей или в любви ко всем и вся. Многие виды восточной медитации фокусируются на открытии четвертой чакры.

Пятая чакра, расположенная в горле, в основании гортани (глотки), является чакрой коммуникации. Если вы должны что-либо сказать и не говорите этого, ваша горловая чакра сжимается, и начинается горловое заболевание: ларингит или ангина. Если вы очень чувствительны, вы испытываете определенные ощущения в своей пятой чакре, когда кто-либо будет принуждать вас говорить. Закрытая или частично закрытая чакра является практически общим заболеванием и бедствием многих читающих и целителей.

Групповая телепатия также связывается с пятой чакрой, как и яснослышание (ясное слышание), представляющее собой психическое слышание голосов. Самое важное то, что эта чакра является центром, через который вы воспринимаете свой «внутренний голос», идущий от той части вас, которая представляет ваше истинное «я» и которая дает вам всегда правильные советы. Это можно сказать и по-другому, а именно, что пятая чакра есть центр, через который ваш дух или душа (знающие всегда, в чем ваше благо) общается с вами умом или индивидуальностью (которые обычно нуждаются в небольшом совете).

Шестая чакра, расположенная в центре лба, является «третьим оком». Эта – чакра создания зрительных образов, позволяющая вам увидеть ауру чакры (ваши собственные и других людей) и изображения, создаваемые вашим умом. Способность создавать зрительные образы называется «ясновидением» (ясным видением) и используется в большей или меньшей степени большинством читающих. Признаком закрытой шестой чакры часто является головная боль.

Если одна функция этого центра заключается в том, чтобы позволить вам знать, когда другие люди думают о вас, это знание является формой «ментальной телепатии». Когда кто-либо направляет на вас поток сильной энергии, или для того, чтобы узнать, о чем вы думаете, или же потому, что он сам думает о вас, он находится «у вас на уме». Вы можете воспринимать это состояние как тупую головную боль, чаще даже некое давление, а не боль, ощущаемую как раз над участком лба между бровями.

Многие мистические традиции рассматривают раскрытие третьего ока как величайшее событие, поскольку оно представляет духовное осознание и просветление. Однако для том,

чтобы стать медиумом, вовсе не обязательно развивать этот центр.

Седьмая, или «коронная», чакра расположена на макушке головы. Это чакра знания или чистой интуиции. Когда медиум впадает в транс, он через эту чакру впускает в тело космическую энергию и направляет ее через другие свои центры. Космическая энергия является, безусловно, энергией космоса. Она непосредственно связана с энергией Земли, известной как Земная энергия. Точное использование каждой из этих двух энергий и соединение их вместе не только наделяет целителя определенной психической стабильностью, но также способствует его становлению и превращает его в некий «ясный канал» во время чтения и исцеления. Технику принятия этой энергии и использование ее мы рассмотрим в главе 3 «САМОИСЦЕЛЕНИЕ». Когда седьмая чакра открыта и соответствующим образом развита, высочайшим даром человека является интуиция, доходящая до ясновидения. Именно посредством медитации на этой чакре мистики достигают состояний совершенного покоя и космического сознания. В таком совершенном состоянии не требуется никаких усилий, направленных на развитие психических дисциплин или использование психических способностей; просто заглянув в глубь себя, вы сможете получить нужную вам информацию, не задавая никаких вопросов и не встречая никаких затруднений.

Седьмая чакра также является чакрой, часто используемой медиумами – спиритами, когда они покидают свои тела и позволяют духам говорить через них. Транс, в который впадают медиумы, – явление очень сложное и может представить опасность для неподготовленных. Вследствие сложной природы этого транса его нельзя изучить по книгам. Изучить его можно только под непосредственным руководством и наблюдением опытным в достижении состояния транса медиума или учителя.

Существуют, кроме того, еще четыре второстепенные чакры. Они расположены в ладонях рук и в стопах.

Чакры ступней помогают поддерживать связь человека с Землей, кто создает жизненно важное равновесие между Земной энергией и космической энергией, поступающими через седьмую чакру. Закрывание чакры ступней часто вызывает похолодание ступней, и, ограничивая количество Земной энергии, поступающей в тело, может заставить человека чувствовать себя неуверенно, «выбитым из колеи» или же таким, у которого, как говорят, «не все дома».

Многие медиумы, впадавшие в транс, стараются полностью оторвать свои ступни от Земли, желая свести к минимуму контакт с материальным планом. Многим начинающим медиумам советуют ежедневно проходить по одной-двум милям, чтобы сфокусировать психическое внимание на чакрах ступней и открыть их.

Чакры рук являются местопребыванием созидательной энергии. Они расположены в самой центральной точке, между большим и указательным пальцами. Эти чакры вступают в действие, когда мы делаем или мастерим что-либо. Многие медиумы и целители используют свои руки как для принятия, так и для передачи целительной информации энергии.

Существуют и другие особые формы, используемые при чтении, но аура и чакры почти всегда являются самыми главными объектами чтения.

### ***Взаимосвязь «Целитель – пациент»***

Как вы можете представить себе, взаимосвязь между читающим целителем и пациентом является уникальной и часто очень тесной. Если я прихожу к вам для исцеления и даю вам свое согласие на то, чтобы вы узнали обо мне такие вещи, которые я тщательно скрываю от своих ближайших друзей или даже от самого себя, я так же даю вам разрешение на использование нашей объединенной энергии, чтобы вызвать изменения в моем теле, а возможно, и за его пределами.

Отдавая себя в ваши руки, я не только уверен, что вы сделаете в высшей степени

квалифицированно то, что должны сделать. Я уверен, что вы не используете полученную от меня информацию во вред мне или кому-то другому. Я уверен, что если вы не знаете ответа на некоторые из моих жалоб, вы прямо мне об этом скажете и не будете из самолюбия притворяться, что можете излечить рак, тогда как под силу разве лишь головная боль. Я уверен, что вы не солжете мне ни по оплошности, ни сознательно. И я уверен, что все, что вы делаете, вы делаете добросовестно.

В том случае, если вы, как целитель, считаете допустимым совершать неэтичные поступки, то сейчас самое подходящее время прекратить чтение этой книги и заняться изучением чего-либо другого, менее обременительном. Техника исцеления не сложна, но для того, чтобы быть целителем, требуется нечто более серьезное, нежели технический навык или чувствительность к психическим состояниям.

## ***Карма и этика***

Возможно, вы уже слышали о карме. Карма – неосознанное воспоминание или знание, привязанности, незавершенные взаимосвязи, неосуществленные желания и другие незавершенные циклы. Санскритское слово (форма этого слова) означает «деяние и действие». Словарь Вебстера дает определение кармы как буддистский или индуистский термин, означающий «совокупность человеческих действий в одном из удачливых состояний существования, считающаяся определяющей его судьбу в следующей жизни, иначе говоря, удел, рок, судьба». Поступать на основе глубочайших воспоминаний и чувств, накопленных в человеческой памяти из прошлых жизней, значит, поступить согласно своей карме. Действовать на основе глубочайших воспоминаний и чувств, сохранившихся из детства или из какого-либо другого времени вашей жизни, не осознавая этого сознательным умом, – значит действовать согласно карме.

Удачливые состояния существования не обязательно означают успешные прожитые жизни или воплощения. Это означает также удачливые моменты настоящего. Как только вы произносите «теперь» – этот момент настоящего не существует более. Он становится прошлым и уходит навсегда. Время – это система измерения, придуманная человеческими существами для того, чтобы лучше осознать свою физическую жизнь. Но в высшей работе целителя оно поможет вам осознать, что таких вещей, как время, может не существовать, и вместо этого существует бесконечная вереница моментов «теперь». Именно это имел в виду греческий философ пятого века до н.э. Гераклит, когда утверждал: «В одну и ту же реку нельзя войти дважды». И именно это имел в виду один из наших друзей, воскликнув: «Дважды? Вы не сможете войти в одну и ту же реку единожды!»

Время поддерживает связь с кармой: кем бы вы ни были и что бы вы ни делали до этого самого мгновения – это как раз то, чем вы являетесь в это самое мгновение. Старое изречение, советующее нам жить каждый миг так, словно это наш последний миг, вовсе не подразумевает, что мы должны отправиться на тележке в ад «позабавиться». Она просто означает, что мы должны быть готовы ответить за себя перед другими – или перед нашими духовными руководителями, или перед БОГОМ. Неэтичное поведение диктует карму, и нам гораздо труднее войти в каждое счастливое «теперь» свободными и необремененными психическими долгами.

Если совокупность ваших поступков в этот момент в этом определенном состоянии высшего существования определяет вашу судьбу в следующий момент, то знание этого поможет вам отлично поступать в этот момент. Когда ваши поступки идут вразрез с вашим представлением об этике, вы осложняете себе работу целителя; она, вероятно, окажется недостаточно эффективной, потому что вы волнуете свое сознание. Вы осложняете свою жизнь. Вы идете своим собственным путем.

В то же самое время исцеление открывает удивительные возможности для этичного поведения в своей жизни в то время, когда оказывается помощь другому человеку в его



жизни. Быть этичным не значит, что вы всегда должны поступать таким образом, чтобы стиль поведения вам подсказывал ваш внутренний «судья». Иногда эта часть вашего «я» может подсказать вам неэтичные поступки. Вы – душа, подлежащая суду. Вы – дух или существо, являющееся частью всех и всего. Вы сущность самого себя, когда пребываете в состоянии единения, И это вам уже известно, знание это пребывает в вас под повседневными жизненными мелочами.

### **Что это такое: психическое исцеление?**

Это приводит нас к вопросу: кто действительно совершает исцеление? Совершает ли его вы как целитель? Совершает ли его человек, которого вы исцеляете? Что можно сказать об «исцеляющих духах» или о «исцеляющих наставниках», о которых вы уже, возможно, слышали? Если исцеление совершаете не вы, то какое может иметь значение то, что вы неэтичны? И если вы неэтичны, разве вы можете причинить серьезный вред как целитель?

Исходя из того, что исцеление следует из такого состояния бытия, в котором все есть одно, в действительности никто не совершает исцеления. Исцеление – это нечто такое, что происходит при условии такой согласованности сил, когда одно состояние бытия может быть изменено на другое состояние бытия. Когда целитель и исцеляемый находятся в состоянии единения и исцеляемый отдает себя в руки целителя, последний фокусирует внимание обеих сущностей на одном и том же желаемом результате – на исцелении. Иногда происходит так, что состояние бытия изменяется – происходит исцеление.

В известном смысле сознание всего должно пронизать волю двух частей одного огромного целого организма, работающего в единении, и все в космосе утверждает это изменение. Такая мобилизация космических сил очень напоминает форму направленной медитации или молитвы. В действительности это и есть молитва, в которой нет ничего – кроме веры, движущей горами. Исцеление – это процесс, в котором исцеляющий полностью настраивает себя с общей гармоничной энергией космоса (которую вы, быть может, предпочитаете рассматривать как БОГА) и тем самым превращается в свободный канал, через который может течь эта энергия. Затем он направляет энергию к своему другу и через него, ибо он находится в состоянии сознательного и полного единения с ним.

Техника, изложенная в данной книге, отчасти предназначена в помощь вам, начинающему целителю, войти в такое состояние единения со своим другом и с космосом и действовать в гармонии с ними.

Энергия, передаваемая во время процесса психического исцеления, настолько велика, что совершенно очевидно, что, будучи неправильно употребляемой, она может нарушить порядок в мире и причинить вред другому. Возможно, это происходит время от времени, о чем и сохранились записи некоторых медиумов, принесших вред своими неправильно использованными навыками. Повинны в этом и некоторые знахари первобытных племен, а также те, кто использует культы «черной магии». Однако мы не считаем личной этики, мы делаем это скорее для вашей пользы, нежели для блага ваших друзей.

Прежде всего ваши способности как психического целителя зависят от вашего желания и способности стать одним целым со своим пациентом и с целым космосом. Ваши навыки будут развиваться в зависимости от того, насколько вы можете или выходите в состояние такого единения. Во-вторых, поскольку мы взяли в качестве исходного положения для нашей работы утверждение, что все происходящее является частью гармоничного развития космоса, хотя мы, возможно, и не всегда осознаем это, следовательно, есть определенный смысл, в котором невозможно причинить какой-либо «вред», будучи целителем.

И наконец, вы, целитель, всецело ответственны за ваши переживания, точно так же как ваши друзья, в конечном итоге ответственны за свои переживания. Как целитель вы не можете сделать кому-либо другому ничего. Вы можете только помочь ему сделать то, что он собирался так или иначе сделать. Если организм субъекта не хочет быть исцеленным, то вы

не сможете сделать ничего, чтобы исцелить его. Вот почему у всех великих целителей были пациенты, которых они не могли вылечить.

Когда вы приходите в гармонию с кем-то другим, ваше общение с ним на духовном уровне может показать вам, что он в данное время не хочет быть исцеленным или что он не желает быть исцеленным вами. Возможно, согласно его долгу кармы, ему предназначено судьбой советоваться с вами о своей болезни. Или, напротив, его кармические связи приковывают его к другому целителю, и ему суждено лечиться у него, а не у вас. Гармония с космосом не обязательно означает обладание вещами такими, какими мы хотели бы их видеть, что означает обладание вещами такими, какие они есть.

В этом случае вы можете спросить: какая разница, стану я целителем или нет, буду я поступать этично или нет, буду я пользоваться своими способностями для добра или для зла, если я просто продолжаю жить?

Вероятно, это трудно понять и еще труднее принять, но это совершенно не имеет никакой разницы. Как мы уже говорили, вы, став целителем, не станете ни счастливее, ни лучше. Вы станете целителем для того, чтобы стать целителем, потому что это заложено в вас, и ни по какой иной причине. Если вы начнете думать, что вы знаете, в чем благо для кого-то другого, это только осложнит вашу работу и вызовет у вас неудовлетворение. Как целитель вы никогда не сможете навязать свои идеи кому-либо другому, хотя, если вы поможете ему понять его собственное бытие и его собственные идеи, он может заинтересоваться вашими.

Рискуя запутать весь процесс исцеления, давайте установим непреложную истину: жизнь каждого человека – это его собственная жизнь, и что бы мы ни обнаружили относительно реальности, по мере того как мы приходим в жизнь от рождения до смерти – это то в точности, что мы создали. Великий психолог Фриц Перлз заметил: «Я живу в этом мире не для того, чтобы оправдать твои ожидания. А ты живешь в этом мире не для того, чтобы оправдать мои...» Как целители мы идем несколько дальше и так формулируем это положение: я здесь не для того, чтобы делать что-то для тебя, а ты здесь не для того, чтобы делать что-то для меня.

Состояние бытия в единении – это реальность, которую мы наблюдаем под драмами и тревожностями нашей повседневной жизни. Мы всегда в единении, хотя мы лишь случайно осознаем это. Это означает, что я – есть ты, а ты – есть я. Возможно, это звучит словно мистическое заклинание, но истина его становится очевидной, стоит лишь раз пережить бытие в единении с кем-то другим или со всеми другими. Отчасти цель этой книги – направить вас к переживанию этого состояния.

Английский поэт восемнадцатого века Тейлор Колридж рекомендовал практиковать «желание остановить (приостановить) неверие», чтобы воспринять истину, скрывающуюся за явными фантазиями. Для того чтобы научиться быть целителем, пожелайте приостановить свое неверие и определите, что мы предлагаем самим себе. Даже если это не получится у вас, вы ничего не потеряете, кроме нескольких часов чтения и времени для практики, в обмен на это вы можете получить определенный практический опыт в области психики, полученный к тому же из первых рук. По большей части упражнения, описанные в этой книге, нельзя назвать ни сложными, ни хитроумными. Пожелайте приостановить свое неверие и посмотреть, что произойдет.

Мы хотели бы сопроводить это вступление предупреждениями и приглашениями. Первое предупреждение заключается в следующем: как целитель никогда не воображайте себя доктором, до тех пор, пока не соедините знания, изложенные в этой книге, с полным курсом медицины, тогда вы действительно станете врачом. Целитель работает с огромными и могущественными космическими силами и очень часто достигает ощутимых результатов. Иногда целители излечивают то, что не могут вылечить врачи, а иногда – нет. Иногда целители получают результаты, полностью отличающиеся от тех, которые они рассчитывали получить. Иногда целители не делают то, что было суждено. Силы, с которыми работают целители, могут быть осознаны на некоторых уровнях бытия и не осознаны на других

уровнях бытия. На одних уровнях бытия они полностью управляемы, на других же – полностью неуправляемы, целитель может испытать неудачу, может оказаться неправым, а иногда может быть наказан за медицинскую практику без лицензии и после астрального путешествия возвращаться в стены тюрьмы. Физическое тело – это сложный механизм, и когда какая-то часть машины выходит из строя, требует ремонт, для чего ее следует доставить к квалифицированному механику, каковым является доктор. Если к вам приходит человек, у которого рак, выполняйте с ним всю психическую работу, какую возможно. Но заставьте его обратиться за соответствующим медицинским советом и помощью к специалисту.

Второе предупреждение заключается в следующем: исцеляйте только одним способом, в котором вы можете проявить свои психические способности. Это одно направление среди многих других побудит вас к психическому росту. Однако существует только одно направление, и, развивая свои способности целителя, вы развиваете только одну сторону вашего больного «я». Если вас привлекает «быть целителем», вы запутываетесь в сетях иллюзии и можете помешать более полному и всестороннему своему развитию на пути к более полной реализации. Вам поможет, если вы вспомните, что вы не делаете ничего, кроме того, что уже существует: это освободит вас и позволит делать что-либо еще на пути вашего развития. Быть целителем не важнее, чем быть врачом, водопроводчиком или лыжником-спринтером. Это значит просто быть. Будьте открытым человеком. Используйте свои способности для роста, а не для того, чтобы потешить свое самолюбие, потому что вы – целитель, потому что вы – лучше, чем некоторые другие, или потому, что вы стали лучше, чем прежде, до того, как стали им.

Наше приглашение заключается в следующем: став целителем, вы сделали один шаг на тернистой дороге, полной приключений, в которых вы можете участвовать сами, служа другим. Это должно постоянно побуждать вас открывать себя все больше и больше, открывать в себе все новые и новые способности, которыми вы наделены от рождения как всякое человеческое существо. Для того чтобы стать целителем, от вас потребуется немного: чтобы вы пожелали стать самим собой.

## **Глава 2. Как выполнять некоторые несложные исцеления и манипуляции**

Психическая энергия – мощное средство. Это не игрушка. Нет нужды делать из нее нечто пугающее или таинственное. Как вы уже знаете, существует бесчисленное множество исцеляющих систем и методов, используемых различными людьми от изучающих Каббалу до диких племен Ботсваны в Африке. В действительности же каждый практикующий исцеление в конечном счете опирается на систему, которая всецело является его (или ее) собственной. Но каждый, готовясь стать исцелителем, изучает искусство, которое другой же практиковал ранее. Как в любом другом искусстве или науке, гораздо проще – и более эффективно – найти свой собственный подход, после того как вы овладеете основными, уже известными навыками работы. В этой главе мы собираемся научить вас основным этапам, необходимым при выполнении простейших исцеляющих манипуляций, исцеление посредством визуального общения с пациентом и выполнение исцеления «отсутствующего», т.е. исцеление человека, физически не находящегося в вашем присутствии. Мы будем также говорить об исцелении посредством духов-руководителей и о медиумической хирургии, хотя мы не будем особенно вдаваться в подробности относительно методики этих двух последних форм исцеления.

## **Энергия**

Чтобы облегчить себе работу в выполнении нижеследующих упражнений, вы должны усвоить специальную терминологию. Для начала мы немного поговорим в этой книге об «энергии». Под «энергией» мы понимаем то же самое, что и китайцы под «чи» или индусы под « праной». Пользуясь простыми сегодняшними терминами, вы можете считать «энергию» «вибрацией» – хорошей, дурной или какой-либо еще. Энергия – это, проще говоря, та магическая невидимая сила, которая наполняет космос, для выражения которой каждый язык имеет свое слово и которую никто еще, кажется, не смог объяснить. Говоря об энергии, мы делаем различие между «Земной» энергией, «космической» энергией, «целительной» энергией и т.д. Сами названия объясняют эти подкатегории энергии: Земная энергия – это энергия планеты Земля, космическая энергия – энергия планет космоса и т.д. Одним из наших действующих принципов и одним из принципов, поддерживаемых высоко продвинутыми теориями многих физиков, является принцип, заключающийся в том, что все во вселенной сотворено из энергии, и эта энергия, оставаясь все той же силой, принимает в различные времена различные формы. Например, некая энергия принимает форму куска дерева, а другая энергия принимает форму бараньей котлеты. Обе эти энергии могут быть трансмутированы – изменены – посредством процесса окисления. Когда вы сжигаете кусок дерева, энергия его принимает форму тепла, дыма, пепла и т.д. Когда же вы съедаете баранью котлету, то ее энергия принимает форму вас.

## **Заземление**

Второе, о чем мы поговорим, это о «заземлении». Заземление – это несложный и удивительный действенный процесс, обеспечивающий достижение или сохранение соприкосновения с земной энергией. Это очень важно во всех формах медитации или медиумической деятельности как средство, поддерживающее ваше существо в соприкосновении с его физическим проявлением, каковым является ваше тело. А психическими уровнями существования, действительно, можно управлять только с должным образом заземленного места. В действительности в своей миссии вам только в одном случае следует отказаться от заземленности, а именно, когда вы пытаетесь заняться левитацией.

Для того чтобы заземлить себя, сядьте на стул с прямой спинкой и поставьте ступни на пол. Уберите все с колен, не скрещивая руки и ноги, положите кисти рук на бедра, желательно ладонями вверх. Закройте глаза, расслабьтесь и, насколько возможно, освободите свой ум от всех забот.

Теперь представьте себе стержень или полюс (шнур, веревку, провод, ствол дерева или что-либо иное, что возникает перед вашим мысленным оком) энергии, идущей от основания вашего позвоночника, если вы мужчина, или между вашими яичниками, если вы женщина (иными словами, из вашей первой чакры) и связывающей вас с глубинным центром Земли. Если вы живете на двадцатом этаже высотного городского дома, просто представьте себе, что стержень проходит через квартиры соседей, через все перекрытия из стали, камня и стекла. Такие вещи не могут преградить путь психической энергии. Повторяйте это упражнение до тех пор, пока полностью не освоитесь в нем. Ваш «стержень заземления» убедит тело, что оно надежно связано с Матерью-Землей, и, находясь в физической безопасности, оно будет более подготовлено к принятию новой психической энергии, которую вы подчините.

Когда Бил готовился стать целителем, он должен был в течение нескольких дней работать над этим упражнением. Каждый раз его стержень заземления изгибался или ускользал, прежде чем успевал достигнуть Земли. В те дни он был недостаточно заземлен и должен был тренироваться, чтобы связать себя с Землей. Не волнуйтесь, если придется затратить на это некоторое время. Заземление – настолько драгоценное средство в искусстве

исцеления, что стоит потратить время, чтобы убедиться, что вам легко и удобно выполнять его, а это достигается только практикой.

### ***Способность вызывать зрительные образы***

В предыдущем разделе мы говорили вам: «представьте себе стержень». Мы объяснили, что это следует делать «мысленным оком». «Воображение» (происходит от слова «образ»), «изображение», «вызывание зрительного образа» – суть слова для обозначения одного и того же процесса – создания психического изображения. Способность вызывать зрительные образы является одной из самых важных способностей и широко используется в искусстве исцелять. В течение многих веков на эту способность делали упор различные школы, посвятившие себя восточному мистицизму, а сейчас эта способность используется почти каждой школой, ставящей своей целью возвышение сознания.

Для того чтобы быть медиумом или исцелять, вовсе не обязательно видеть картины отчетливо. В действительности, в то время как некоторые люди с легкостью создают картины, другие никогда не могут получить четкий образ. Но большинство людей с большей легкостью обретает способность вызывать зрительные образы после некоторой практики, и чем легче вам направлять в одно русло свою психическую энергию, полностью концентрируясь на ментальном изображении – каким бы образом вы ни достигали бы этого, тем легче вы преобразуете это изображение в физическую реальность исцеления.

И, наконец, когда вы работаете как целитель, вы обычно должны пребывать в состоянии легкого «транса». По крайней мере пока вы учитесь, это поможет вам, если вы не будете отвлекаться. Например, нельзя слушать радио, когда вы исцеляете. Отключите телефон. Не курите и не жуйте резинку. Превратите себя в чистое русло для находящихся в вас физических сил. И не торопитесь. Расслабьтесь и убедитесь, что вы завершаете каждый этап на своем пути, и наслаждайтесь, раскрывая удивительный природный дар.

### ***Как выполнять некоторые несложные исцеления и манипуляции***

1. Заставьте своего друга сесть на стул с прямой спинкой и прижать ступни к полу. Это позволит энергии свободно течь через его чакры. Пусть он уберет все с колен, не скрещивает руки и ноги и положит кисти рук на колени, желательно ладонями вверх. Такая поза является открытой и создает возможность для восприятия. Ваш друг может держать глаза открытыми или закрытыми (как хочет), но не должен медитировать или впадать в состояние транса, потому что это помешает исцелению. Вы не должны курить, жевать резинку или как-либо еще отвлекаться.

2. На минуту закройте глаза, расслабьтесь, насколько возможно, освободите ум от забот и направьте все свое внимание на своего друга.

3. Заземлите себя, а затем заземлите своего друга. Его заземляйте так же, как и себя: представьте себе заземляющий стержень, идущий от основания его позвоночника (или из точки между яичниками) к центру. Не удивляйтесь, если заземляющий стержень вашего друга будет выглядеть иначе, чем ваш; вы работаете с его или ее энергией, которая может принимать иную форму, нежели ваша энергия.

4. После того как вы закончите эти три этапа, вы готовы начать собственно исцеление. Вы можете открыть глаза, если вы привыкли работать с открытыми глазами, или же вы можете работать с закрытыми глазами.

Встаньте около своего друга, ощутите его ауру, держа свои руки ладонями вниз на расстоянии одного фута над его головой. Почувствуйте ощущение жара, переполненности или легкого покалывания. Когда вы увидите, вызовете зрительный образ, почувствуете или ощутите ауру, начинайте опускать свои руки, скользя от головы, вдоль шеи, плеч, рук, торса,

ног, ступней. Скользите руками вдоль всей ауры, для того чтобы сравнить температуру, чувства, ощущения и образы, которые приходят вам на ум.

Обратите внимание, что происходит в вашем собственном теле и уме в то время, как вы заняты этим процессом, и научитесь на практике различать свои собственные реакции и те реакции, которые возникают в вас и отражают то, что происходит в вашем пациенте. Не существует специальной методики, помогающей научиться этому: по мере увеличения практики вы научитесь полагаться на свое чувство, подсказывающее вам где что. Умение делать это различие само по себе является медиумическим процессом. Вы учитесь отличать свою интуицию от своих мыслей и учитесь полагаться на первое, пользуясь вторым как источником информации.

Водя руками вдоль ауры вашего друга, обращайтесь внимание на ту часть его тела, в которой, как он считает или как ему известно, гнездится боль или болезнь.

5. Если вы чувствуете, что какие-то части тела вашего друга холодны или если над этими участками в ваших руках не возникает никаких ощущений, значит, в этих местах энергия течет не так, как нужно. Очень часто это случается с ногами ниже колен, потому что люди недостаточно заботятся о поддержании своего тела.

Чтобы скорректировать поток энергии, создайте зрительный образ оранжевого цвета, струящегося из ваших рук в эти холодные участки. Вы должны помнить, что оранжевый цвет – это один из цветов, обладающих целительными свойствами. Кроме того, он теплый, словно солнце.

Энергия, текущая из ваших рук, не является «вашей» энергией; это одна из форм нейтральной космической энергии, это различие крайне важно. Нет двух тел, состоящих из одной и той же формы энергии, как нет и двух абсолютно похожих внешне людей. Каждое тело может нормально функционировать лишь на своем личном уровне энергии. Если вы отдаете часть себя – своей энергии – кому-либо другому во время врачевания, это может лишь засорить его организм, в то же время истощая вас.

С другой стороны, если вы используете для исцеления космическую энергию, она будет ясной и чистой, не истощенной вашими проблемами и эмоциями и тем, что вы съели за завтраком. Когда вы передаете космическую энергию из своих рук в тело своего друга, она становится уже его энергией. Этот процесс чем-то похож на переливание крови, только он гораздо проще. Для того чтобы пользоваться не своей собственной, а космической энергией, вам стоит лишь захотеть этого. В главе 3 «САМОИСЦЕЛЕНИЕ» мы предложим вам несколько методов, которые вы сможете использовать для этой цели.

Как мы уже говорили в главе 1, определенные цвета обладают особыми психическими свойствами. Многие медиумы вызывают зрительные образы цветовой энергии, подобно тому, как мы предлагали вам использовать на этом этапе оранжевый цвет. Цветовые зрительные образы изменяются в зависимости от силы энергии, передаваемой вами. Опыт покажет вам, что бывают случаи, когда вы хотите быть осторожным в использовании цветовой энергии, тогда как в других случаях вы хотите быть сильными и даже деспотичными.

6. Если вы чувствуете, что некоторые участки ауры вашего друга горячи, или если ощущаете, что аура слишком толстая или плотная, значит, на этих участках создано избыточное количество энергии, накопившейся в одном месте потому, что какой-то другой участок ауры оказался заблокированным. Для устранения таких сгустков существует два метода: 1. Вообразите, что ваши руки разгоняют эту плотную энергию, словно горячую патоку, к более холодным участкам, тем самым уравнивая температуру всей ауры в целом. Или же: 2. Вообразите, что вы изгоняете из ауры избыточное тело, чтобы оно растворилось в нейтральной энергии. Какой бы из этих двух методов вы ни избрали, приучите свое тело к этому упражнению. Действительно погружайте руки в ауру и разгоняйте энергию; действительно направляйте ее туда, куда вам нужно. Вначале это может представлять для вас известную трудность, и вы можете чувствовать себя неловко, однако будьте настойчивы в этом упражнении, и это поможет вам добиться ощутимых результатов и

укрепит вас в вашей работе.

7. Завершение 5 и 6 этапов могут занять у вас две минуты или же потребовать полчаса. Выполняйте их столько, сколько нужно. Когда вы закончите эти этапы, вызовите зрительный образ чистого, ясного светло-золотистом потока энергии, струящегося из ваших рук и омывающем все тело вашего друга. Сглаживайте его ауру, поглаживая руками над ней (ее краями) от головы до ступней.

8. Если ваш друг сидел с закрытыми глазами, заставьте его теперь открыть их. Затем прикажите ему соединить вместе ладони на несколько минут, переплести пальцы и просто посидеть спокойно. Соединение рук воспрепятствует утечке энергии из тела через чакры, а спокойное сидение позволит вашему другу собрать себя – в буквальном смысле. Вы только что прогнали его энергию через некоторые места, это было совсем недавно, и он, вероятно, чувствует себя немного разбитым.

Пока ваш друг сидит спокойно, создайте зрительный образ магнита, находящегося перед вашей собственной аурой. Цель этого магнита – оттянуть назад ту часть вашей энергии, которую вы могли передать своему другу во время процесса исцеления. Помните, что никто, кроме вас, не может пользоваться вашей энергией, поэтому вы должны никогда не забывать этого и не позволять себе растрачивать ее. Затем сделайте то же самое, но в обратном порядке, т.е. верните своему другу то количество энергии (его энергии), которое вы могли взять у своего друга во время процесса исцеления. Эта процедура с магнитом сделает вас таким же чистым и успокоенным, каким вы были в самом начале процесса, и сделает сам процесс более эффективным. Это немного напоминает процесс вытирания за собой пола после мытья. Кроме того, как мы уже упоминали в пункте 5, очень важно предохранить себя от растрачивания энергии личной.

Нельзя переоценить значение этого последнего пункта. Как мы уже говорили вам, ваш друг не может пользоваться вашей энергией, а вы – его. Но есть и еще одно основание быть осторожным.

Если вы принимаете энергию своего друга, вы можете перенять и его болезнь – физическую или ментальную. Выполнение этого – есть продвинутая форма сверхчувствительности или ощущения того, как чувствует себя другой человек, о чем мы уже говорили в главе 1.

Для некоторых целителей взятие на себя проблемы другого человека является совершенно естественным делом. Если такой целитель работает над сломанной ногой, то можно ожидать, что он будет хромать день или два, изгоняя болезнь пациента из собственного тела.

Мы, однако, считаем, что это необходимо делать всегда. Избыток энергии, который вы извлекаете из тела своего друга во время исцеления, должен быть возвращен в нейтральную, безопасную космическую энергию, потому что вы желаете этого. Некоторые целители моют руки после процедуры, чтобы очиститься от вредных вибраций, которые они могли принять. Другие же просто во время работы периодически стряхивают энергию с рук. Вы должны поступать так, как вам удобнее. Мы достаточно стряхиваем руки во время процедуры, удаляя таким образом энергию со своих пальцев, но некоторые целители считают, что этого недостаточно.

9. Если ваш друг напуган этой процедурой с его психическими тайнами, расскажите ему какую-либо «сальную» шутку или спросите, какие овощи он любит меньше всего. В 90 процентах это будет лук, остальные 10 процентов – брюссельская капуста. Поскольку вы можете угадать это заранее, ваш пациент будет убежден, что вы – медиум, и тогда он действительно испугается.

Многие люди считают, что сеанс медиума – магический фокус и мистический, колдовской обряд. Они могут очень испугаться вас и того, что вы делаете. Для вас и ваших друзей будет гораздо приятнее закончить процедуру на светлой ноте. Это также побудит их с большим успехом воспринимать исцеление в свой организм, нежели это произошло бы в противном случае. Если вы сумеете не быть излишне серьезным (что не означает, что вы

должны несерьезно относиться к своей работе медиума), вы поможете своим друзьям преодолеть страх, скованность, аллергические реакции на ваших кошек и их собственное самомнение.

10. И, наконец, попросите своего друга нагнуться вперед и на мгновение опустить голову между ног, а затем выпрямиться, встать и хорошенько потянуться. Сами сделайте то же самое. Нагибание вперед позволит избыточной энергии вытечь прочь через седьмую чакру на макушке головы и заставит вас снова ощутить свое тело физическим и «настоящим» после его психического переживания.

### ***Исцеление с вызыванием зрительных образов***

Вот основное упражнение на создание зрительных образов, в котором может активно участвовать и ваш друг, и вы.

1. Выполните этапы 1-3 из раздела «Как выполнять некоторые несложные исцеления и манипуляции». Это полезно, но не обязательно, чтобы вы выполнили все этапы до этапа 7 включительно, для того чтобы ваш друг тщательно „очистился“ и стал соответственно более восприимчивым к вашим дальнейшим манипуляциям.

2. Попросите его создать в уме картину того, как, по его представлению, выглядит пораженный участок тела. Если же вы работаете над всем его состоянием или ощущением больше, чем над какой-то конкретной частью тела, попросите его создать картину его общего состояния или внешности, как он себе это представляет. Затем попросите его растворить этот образ, позволяя ему медленно блекнуть. Процесс создания и растворения этом изображения позволит вашему другу изгнать негативные участки из его изображения.

3. Заставьте своего друга создать вторую ментальную картину пораженного участка или всего его тела, каким бы оно выглядело в состоянии абсолютном здоровья. Попросите его сосредоточиться на этой картине, пока вы выполняете лечение.

4. Теперь для себя создайте картину того, как должны выглядеть в здоровом состоянии ваш друг или пораженный участок его тела. Когда ваша картина станет полной, начинайте работать над его аурой, как вы делаете это в разделе «КАК ВЫПОЛНЯТЬ НЕКОТОРЫЕ НЕСЛОЖНЫЕ ИСЦЕЛЕНИЯ И МАНИПУЛЯЦИИ». Если вы работаете над головной болью, держите руки над его головой; если вы работаете над болями в животе, держите руки над его животом и т.д. Работайте над аурой пораженной частью его тела в течение нескольких минут или до тех пор, пока у вас не появится чувство, что процесс завершен. Когда вы закончите его, растворите изображение, заставляя его медленно блекнуть, а затем попросите своего друга сделать то же самое с его изображением.

5. Представьте себе светло-золотистую энергию, текущую через оба ваши тела.

6. Закончите процедуру исцеления выполнением этапов 9 и 10 из раздела «КАК ВЫПОЛНЯТЬ НЕКОТОРЫЕ НЕСЛОЖНЫЕ ИСЦЕЛЕНИЯ И МАНИПУЛЯЦИИ».

### ***Как выполнять исцеление отсутствующих***

Исцеление отсутствующих – это процесс послания исцеляющей энергии кому-либо, кто физически не находится с вами в данное время. Это может означать, например, что вы говорите своему дяде, живущему в Сшконе, что в 6 часов утра вы хотели бы послать ему оранжевый свет, чтобы вылечить его поврежденное колено. Или же это может означать передачу психической энергии кому-либо, не извещая его о том, что вы делаете.

Этот второй случай вызывает важный вопрос этического порядка: честно выполнять эту процедуру с человеком, который ничем об этом не знает и не давал своего согласия? Как правило, мы отвечаем на это «нет». Поступать так не значит поступать неправильно, потому что ни один человек не может получить психическую энергию от вас, если она не



согласована с ним на уровне его существования. Но болезнь, как и здоровье, вопрос индивидуального выбора. Это в некотором смысле хороший обычай медиума – постоянно совершенствовать свою технику на себе самом. Большинство людей считают, что было бы не по-дружески, если бы потихоньку переставляли мебель в доме своих приятелей только потому, что прежнее убранство не соответствовало их вкусу. Не менее бестактно и регулировать энергию чужого тела БЕЗ СОГЛАСИЯ ЕГО ОБЛАДАТЕЛЯ.

Многие начинающие психические целители испытывают искушение практиковаться на всех и на вся: на растениях, животных, на пассажирских автобусах, на имеющих болезненный вид – каждый становится их объектом. Но такой рода деятельность есть не что иное, КАК ВМЕШАТЕЛЬСТВО В ЧУЖУЮ ЖИЗНЬ. Психический целитель делает это ради своей собственной забавы, а не для блага других.

Если кто-то болен, то это – его личное дело. Если человек приходит к нам за исцелением, тогда это становится и вашим делом тоже. Все очень просто. Вы не можете сделать человеку лучше против его воли, иначе какая-то часть его будет сердиться на вас за эту попытку. Конечно же, есть случаи, когда исцеление отсутствующего считается допустимым. Если вы обсудили этот вопрос с самим человеком и он словами выразил согласие или попросил об исцелении, тогда вы можете действовать. Методика, излагаемая ниже, проста и аналогична изложенной в разделе «ИСЦЕЛЕНИЕ С ВЫЗЫВАНИЕМ ЗРИТЕЛЬНЫХ ОБРАЗОВ».

1. Если вы хотите, напишите своему другу число и время и попросите его сделать что-либо спокойное и расслабляющее, пока вы работаете с ним. Но такая предварительная подготовка не всегда бывает желательной, потому что некоторые люди становятся беспокойным и, зная точное время нашей работы. Решайте сами, как быть,

2. Сядьте на стул с прямой спинкой, расслабьтесь и заземлите себя как сказано в пунктах 1-3 раздела «КАК ВЫПОЛНЯТЬ НЕКОТОРЫЕ НЕСЛОЖНЫЕ ИСЦЕЛЕНИЯ И МАНИПУЛЯЦИИ».

3. Очистите свой ум, насколько возможно, и создайте ментальное изображение человека, которого вы исцеляете. Если вы не знаете, как он выглядит, создайте силуэт или общее, без деталей, изображение по вашему представлению. Не важно, знаете ли вы, как выглядит этот человек в действительности, или нет, пока вы четко знаете, кто тот, кого вы исцеляете.

4. Когда ваше изображение станет достаточно ясным, заземлите этого человека на своем изображении, как вы заземлили бы человека в одной комнате с вами, используя для этой цели зрительный образ заземляющего стержня, появляющегося на изображении. Представьте себе оранжевый цвет (свет), наполняющий изображение и сияющий внутри тела вашего отсутствующем приятеля и его ауры.

5. Если вы работаете над какой-то определенной частью тела, сконцентрируйте на этой части особенно сильный оранжевый свет. Затем на отдельном экране в своем уме вообразите, что эта часть тела выглядит иначе, так, как если бы была здоровой. Теперь, перед своим мысленным оком, наложите картину здорового органа на пораженный участок в своей первоначальной картине.

6. Продолжайте выполнять предшествующие этапы так долго, как будет нужно. Когда вы закончите, заставьте изображение раствориться и вообразите яркое желтое солнце, входящее в тело вашего пациента и заполняющее его; затем сделайте то же самое в отношении своего собственного тела.

7. Закончите исцеление нагибанием вперед, как сказано в пункте 10 раздела «КАК ВЫПОЛНЯТЬ НЕКОТОРЫЕ НЕСЛОЖНЫЕ ИСЦЕЛЕНИЯ И МАНИПУЛЯЦИИ». Когда человек скажет «да» на предложение исцелить его, ваша роль, если вы хотите быть исцелителем, ясна. Но что вы будете делать, когда к вам придет приятель и скажет: «Моя мать действительно очень плоха: она лежит в больнице, и у нее редкий случай какого-то мудреного заболевания, и, кажется, ничего нельзя сделать... Не будешь ли ты так добр, и не попытаешься ли вылечить ее. Пожалуйста. Я спрашивал ее, хочет ли она, но она не верит во

все это».

Если вы просто не можете сказать нет, есть только один путь для психического целителя: сделать обходный маневр.

Заземлите себя, как это рекомендовано в пунктах 1-3 раздела «КАК ВЫПОЛНЯТЬ НЕКОТОРЫЕ НЕСЛОЖНЫЕ ИСЦЕЛЕНИЯ И МАНИПУЛЯЦИИ». Вообразите, что вы действительно разговариваете с отсутствующей больной, и скажите ей, что вы собираетесь послать ей позитивную целительную энергию. Скажите, что ее тело может поглотить столько этой энергии, сколько желает, и что остальное будет просто отвергнуто ее аурой.

Вначале это может показаться невероятным, но вы действительно заключаете соглашение и устанавливаете контакт с больным человеком на психическом уровне. Его сознательный ум наверняка не слышит вас, если только он не стал уже психически деятельным, но ваше обращение будет воспринято.

Установив контакт, воспользуйтесь своим собственным методом передачи энергии для исцеления. Вы можете выбрать изображение приятных цветов потока энергии, текущего к вашему пациенту, или вы можете только думать о том, что его болезнь побеждена и представлять себе, что он чувствует себя здоровым и счастливым. Как мы уже говорили, мы действительно советуем, чтобы вы не входили в ауру ничего не подозревающих людей в своей астральной оболочке. Но если вы считаете, что должны это сделать, пусть ваши усилия будут легкими и осторожными, и вы сможете добиться удивительных результатов.

### ***Исцеление посредством духов-наставников***

Как мы уже упоминали в главе 1, в работе медиумов существуют две традиции: анимистическая и спиритуалистическая. Как мы говорили, мы следуем анимистическим традициям, потому что они ставят медиума ближе к тому, что мы рассматриваем, как истинный источник его дарований – к нему самому. Однако спиритуалистическая традиция имеет долгий и славный путь и множество последователей, достигших успеха. «Духовные наставники», или «исцеляющие руководители», или «исцеляющие наставники» – суть помощники и советчики очень многих целителей. В обычном лексиконе слово «духи» означает также и «призраки». Мы предпочитаем первый термин, потому что термин «призраки» наводит на мысль о различных заклинаниях и о шуточных и несерьезных мистериях дня Всех Святых. И спиритуалистическая и анимистическая традиции основываются на том, что все люди имеют «душу» или «существо» (бытие), которое в определенном смысле бессмертно и которое «обитает» в теле при жизни. Когда человек умирает и его физическая форма завершает свой цикл на Земле, «существо» продолжает жить на некоем ином плане существования, который мы условно называем «астральным планом». «Существо» продолжает принимать другие физические формы и жить другими жизнями; оно обретает свое новое воплощение каждый раз, когда входит в новое тело при его рождении. Каждый человек обладает подсознательными (и до некоторой степени сознательными) воспоминаниями о своих прошлых жизнях. В некоторых верованиях, где прошлое, настоящее и будущее воспринимаются как различные грани одного и того же, вневременного «теперь», люди полагают, что обладают подсознательными «воспоминаниями» о своих будущих жизнях. Такая версия теории реинкарнации объясняет предвидение, является способностью узнавать будущее. Между инкарнациями – между смертью одного тела и рождением другого, в котором будет обитать данное существо (бытие), существо пребывает вне тела. В своем астральном состоянии существо (бытие) содержит всю информацию и опыт, приобретенные во многих своих воплощениях, но без сильных эмоций, сопутствующих физическому существованию. Многие духи, работавшие на Земле как целители того или иного типа, сохраняют интерес к своим исследованиям и продолжают учиться на астральном плане. Из желания усовершенствовать свои навыки, из повиновения долгу кармы или же просто из чувства дружбы и расположения духи могут

предпочесть работать с людьми в телах. Это может быть выгодно для обеих сторон: целитель получает пользу от знаний и советов духа, а дух, который, действуя без тела, не столь силен и активен на физическом плане, как тот, кто обитает в теле, может получить более значительный эффект, действуя через чужое существующее тело. Как целитель обретает духа-помощника? Некоторые целители говорят, что это достигается через близость к духам или через видения. Другие сами устанавливают первоначальный контакт, настраиваясь на мир духов и прося помощи. Есть и такие, которые утверждают, что духи просто присутствуют среди нас.

В любом случае первым шагом к исцелению с помощью духов-наставников будет установление контакта между целителем и существом, или существом, с которым он будет работать. (Иногда дух идентифицирует себя по полу или по имени, чтобы облегчить процесс встречи с целителем.) Тогда целитель держит руки над телом субъекта и просит своего духа-наставника сфокусироваться на его руках и работать через них.

Целитель может предоставить себя указаниям духа и позволить своим рукам быть руководимыми им. Такое руководство может начинаться от довольно слабого представления целителя, в каком направлении двигать руками, до сильного магнетизма, который буквально толкает руки целителя туда и сюда, вдоль ауры пациента или заставляет висеть их над каким-то определенным местом. Некоторые целители предпочитают выбрать место для своих рук, а затем давать направления их руководителям. Когда целитель чувствует, что его работа закончена, или получает указания от духа, что все выполнено, он просит духа удалиться.

Разобщенная сущность обычно общается с целителем посредством одного из двух способов. Первый, который мы только что описали, является самым простым и известен как «интуиция» целителя. Второй называется «яснослышание» (или ясное слышание голосов существ, не имеющих тела, или даже разговоры с ними).

«Яснослышание» не совсем похоже на слушание ушами; это скорее слушание своим «внутренним ухом», как бывает, когда вы слушаете самого себя; но в этом случае вы можете понять, что вы беседуете не с собой. Многие люди, слышащие голоса и считающие себя безумными, в действительности являются просто «яснослышащими», не зная об этом сами.

Явление психического слышания нелегко описать, и не все практикующие медиумы обладают этой способностью или умеют ее использовать. Когда этот навык может быть развит практикой, не для многих людей этот дар является слишком необычным или слишком пугающим, а другие направления психических исследований приносят более конкретные результаты. Для тех, кто обладает яснослышанием и не умеет пользоваться этой способностью, духи-целители могут давать психические, психологические и ментальные советы относительно их пациентов, равно как и указания, куда следует помещать руки.

Никто из таких спиритуалистов-практиков не должен использовать замешательство от такого посредничества, которое имеет место, когда дух входит непосредственно в тело ясновидящего или целителя. Многие психические целители заставляют духов работать через них, но этот процесс коренным образом отличается от процесса использования духов-наставников. Деятельность медиума, как мы уже говорили в главе 1, может быть опасной и не должна рассматриваться как обычная групповая игра.

По этой причине вы не должны пытаться исцелять с помощью духов наставников до тех пор, пока вы не окажетесь под личным наблюдением опытного целителя-спиритуалиста. Хотя и существует много такого, что вы могли бы изучить, общаясь со своими друзьями, имеющими физическое тело или лишенными такового, все же целью всей психической деятельности является одно: стать или, точнее, осознать то, что вы есть в действительности, а именно, абсолютный творец самого себя, развивающий свою собственную силу и свободу выбора.

«Разобщение сущности» удастся точно так же, как и вы. Они не всегда имеют решение проблемы, которую вы поставили перед ними. Существование вне тела отнюдь не более высокая форма существования, чем существование в физическом теле, это просто иная

форма бытия. Не все призраки являются святыми, и многие спиритисты совершают ошибку, наделяя их своим собственным чувством ответственности, потому что считают, что дух должен знать все лучше, чем они. Существа, не имеющие тела, могут утратить ощущение том, что они должны действовать на физическом плане. Автобус, переехавший их, не причинит им ни малейшего вреда, но может привести вашу деятельность к безвременному концу.

Одержимость духов или обитание в вашем доме призраков – это непосредственный результат том, что вы оказались не в состоянии сказать «нет». Умение говорить «нет» является весьма полезным навыком, который следует развивать в психической деятельности. Если вы хотите, чтобы духи оставили ваш дом, вы должны попросить их сделать это, хотя вряд ли многим людям приходится говорить это, чтобы освободиться от общества бестелесного существа.

Пару лет назад одна из приятельниц Билла попала под машину в Чикаго и погибла. В ночь ее смерти Бил повсюду видел ее у себя в доме. Когда он заходил умыться, она лежала в ванне. Когда он входил в гостиную, она сидела в его любимом кресле. Когда он подошел к письменному столу, она попыталась заговорить с ним. В конце концов он сел и сказал ей, что хотя он и глубоко любил ее и очень сожалеет, что они не смогут более общаться на физическом плане, он не хочет, чтобы она обитала в его жилище; она должна понять, что она мертва и что у нее есть другие, более важные дела. Она немедленно удалилась и в дальнейшем возвращалась несколько раз, на несколько минут для того, чтобы поприветствовать его.

Все призраки действительно хотят общения. Как заметил в шутку один из наших учителей: «Зачем бояться существа настолько одинокого и запуганного, что оно вынуждено обитать в туалете?».

## ***Психическая хирургия***

Никто из нас не является психическим хирургом, и вы не найдете в данной книге инструкции к выполнению психических хирургических процедур. Но всевозрастающая известность и настоятельная необходимость требуют, что мы сказали об этом предмете. В конце концов это один из методов психического лечения.

Психическая хирургия означает в точности то, что заключено в ее названии: действительно хирургию, но без хирургических инструментов, орудий, больниц и анестезирующих препаратов. Хирург помещает свои обнаженные руки на тело пациента, вводя свои пальцы в мягкую плоть, и выполняет все необходимые манипуляции, что-то извлекая – пораженные волокна или инородные тела. Когда он заканчивает (вся операция может продолжаться пару минут; лишь изредка она занимает около получаса), рана полностью закрывается после нескольких пассивных движений руки хирурга, причем не остается ни шрама, ни следа. Обычно такая операция совершенно безболезненна.

Казалось бы не внушающий доверия, этот метод помог очень многим больным. Широко популярная психическая хирургия на Филиппинских островах завоевывает все большее признание повсюду, где есть хоть несколько психических хирургов.

Вероятно, самым известным психическим хирургом является Тони Агнеса, который обучался на Филиппинах. Его безупречная репутация как психического хирурга побудила многих европейцев и американцев совершить дорогостоящее путешествие на острова, чтобы увидеть его. Его операция сопровождается потерей крови, но у него кровь свертывается в несколько секунд, тогда как при обычных операциях кровотечение длится от восьми до десяти минут.

Многие психические хирурги утверждают, что нет необходимости вскрывать тело (и многие не имеют кровопотерь), но что они делают это лишь для того, чтобы внушить больше доверия к операции. Как говорит одна из учениц Тони, Розита Родригес: «Вы должны

понять, что когда человек затрачивает от пятисот до Двух тысяч долларов и проезжает одиннадцать тысяч миль, то ему надо увидеть небольшое пятнышко крови, чтобы поверить, что он исцелен, и Тони действительно совершил операцию и вскрыл

тело. Первоначально это было предназначено для невежественных людей, но американцы уверовали, что именно так это и должно быть. Все они хотят увидеть кровь».

Когда пальцы хирурга входят в тело, они «магнетически» притягивают к себе пораженные волокна. Некоторым хирургам даже не обязательно проникать в тело непосредственно около пораженных участков – магнетизм извлечет все наружное из любой части тела.

Никто в точности не знает, что делают пальцы хирурга, чтобы проникнуть в покорную плоть. Возможно, энергия изменяет их форму из одного вида материи в другой. Преподобный Харольд Плюм из Монтерея, штат Калифорния, занимающийся там психической хирургией, сказал: «Ху Фанг (исцеляющий дух-наставник преподобного Плюма) сказал мне, что он разделяет (разлагает) мои пальцы очень быстро посредством вибрации. Вы знаете, что если вы возьмете этот диван и подвергнете его достаточно быстрой вибрации, он рассыплется. То же самое происходит и с моими пальцами. А когда мои пальцы, находящиеся в этом стремительном состоянии, прикасаются к телу другого человека, они также ощущают вибрацию и передают ее, и их плоть разлагается (распадается). Вот почему энергия может проникнуть прямо внутрь, не оставляя ни шрама, ни крови. Это – удивительнейшая вещь».

Возможно также, что происходит то, о чем говорят индийские йогины, втыкая себе в тело иглы и ножи и не испытывая при этом боли. Они утверждают, что эти предметы просто проходят между клетками.

### **Глава 3. Самоисцеление**

Когда вы испытываете головную боль, а затем она проходит, вы – тот человек, который исцелил себя. Когда вы порежете палец, а затем вылечите его, вы – человек, исцеляющий себя. Когда вы простудитесь вечером, а к утру почувствуете себя лучше, вы сами исцелили себя.

Самоисцеление – совершенно нормальный и естественный процесс. Это настолько дело самого тела, что в случае мелких болезней и даже не совсем мелких мы возлагаем заботу об исцелении на периферическую нервную систему, эту бессознательную часть нас самих, которая также управляет нашим дыханием, нашим пищеварением, биением сердца и заменой всех клеток в наших телах каждые семь лет.

Основное различие между исцелением посредством периферической нервной системы и самоисцелением заключается, как мы рассмотрим здесь, в нижеизложенной технике, в способностях, которые сейчас дремлют в вас или остаются незамеченными вами и которые вы начнете сознательно использовать, благодаря чему сумеете управлять ими.

### **Пробуждение**

Фактически во всех психических, сознательных и мистических традициях первым шагом к осознанию своих собственных индивидуальных сил является процесс «пробуждения». Все эти школы мысли опираются на теорию, что по большей части все мы пребываем в более или менее бессознательном состоянии ума. Великий американский мистик Дж. Гурджиев называет это состояние «пребывание спящим». И действительно, когда вы начинаете «пробуждаться», то ощущение такое, как будто вы просто-напросто

дремали всю свою жизнь. Библия описывает процесс пробуждения как «спадение пелены с глаз», потому что когда вы пробуждены, вы внезапно начинаете видеть и понимать вещи в таком плане, который прежде был закрыт от вас или непонятен вам.

Первый шаг в пробуждении, который в нашем случае является первым этапом активизации ваших способностей целителя, – это процесс наблюдения. Он просто означает, что вы замечаете все, что происходит с вами. Это не значит, что вы должны делать суждения о себе или о других, и это не значит, что вы изменяетесь или стараетесь измениться в том, что касается своего поведения или поведения кого-то другого. Это означает только, что вы замечаете свои обязанности перед другими, перед собой и перед миром в целом. Замечаете, что делает вас счастливее, а что – несчастнее, что заставляет вас сердиться, скучать, возбуждаться, и прежде всего замечаете, что подвергает вас в «сон», что происходит в вашей жизни, что препятствует вам находиться в настоящем времени – быть «сейчас здесь».

Начиная наблюдать себя, большинство людей находит, что они «включаются» в течение нескольких секунд, а «выключаются» в течение нескольких часов. Тогда они вспоминают, что наблюдают за собой и снова «включаются» на несколько секунд, и вновь выключаются на несколько часов. В конце концов, иногда через несколько дней, обычно через несколько недель, они случайно замечают (если они продолжают это упражнение), что они начинают «включаться» в течение более длительного времени, а «выключаются» за более короткое время. Они также начинают более часто «включаться» и меньше «выключаться». Успенский, один из самых талантливых учеников Гурджиева, назвал этот процесс «запоминанием» себя.

Процесс самонаблюдения активизирует дремлющие участки мозга, которые мы знаем как «подсознание». Когда пробуждается эта часть ума, она высвобождает огромную накопленную и неиспользованную силу индивидуума. Это – сила психической области, и ее высвобождение часто знаменует собой возрастающую удовлетворенность, которую индивидуум получает от своей жизни, и увеличение способности контролировать скорость и направленность своего психического роста. Это – начало самопознания, которое все великие мудрецы считали первым шагом к личному освобождению от оков, в которые мы превращаем свои жизни.

Процесс самоисцеления начинается с самонаблюдения. В данной главе мы обсудим различные методики, используемые для самоисцеления. Все они включают самонаблюдение в той или иной форме и, являясь техникой исцеления, приемлемы для исцеления всех болезней – от вывихнутого пальца до рака.

Вы должны следовать этим упражнениям и всем остальным упражнениям данной книги по мере самонаблюдения. Самонаблюдение не знает ни временных, ни духовных границ. Вы можете наблюдать себя в любое время, где угодно. Это последовательный процесс, который откроет перед вами двери, пока вы будете выполнять его, и вам не нужно достигать каком-то определенного уровня самосознания, чтобы продолжать выполнять последующие упражнения или получать знания в какой-либо иной форме. Когда вы наблюдаете за собой, все в вашей жизни становится частью процесса вашего роста.

## **Боль и болезнь**

Боль и болезнь проистекают от перебоев или нарушения равновесия в вашей жизненной энергии. Такие перебои или нарушения равновесия могут происходить вследствие какого-то огорчения, ряда мелких раздражений или же вследствие какого-то старого, забытого конфликта, который никогда не был полностью разрешен в вашей жизни. Они могут также проистекать из-за

какого-то непосредственного переживания. Например, если вы только что провели время с кем-то, кого вы считаете убийственно случайным, не удивляйтесь, если вы почувствуете боль в шее. Неудовлетворенная любовь может вызывать у вас действительно

сердечные боли.

Пораженная часть вашего тела начинает передавать вам сигналы. Например, заболевание половых органов вызывает нежелание половых отношений. Боль в горле или ларингит проявляется в нежелании общаться, заболевание глаз – в желании не видеть, что происходит вокруг вас или в вашей собственной жизни. Боли в плечах и спине указывают на то, что вы несете бремя жизни на плечах или спине.

До того как заболевание становится заметным в физическом теле, оно проявляется на психическом или астральном теле. Вследствие этого тот, кто занимается психическим чтением, часто может поставить диагноз заболевания задолго до болезни или по крайней мере сможет узнать, что скоро начнется болезнь. Эта способность может быть в равной мере применима как в отношении себя, так и в отношении других.

Болезнь – это процесс, посредством которого ваше тело информирует вас о нарушении равновесия, которое происходит или должно произойти в вашей жизни. Когда вы читаете, что приближается болезнь, вы можете спросить себя, что нарушилось в вашей психике (психической сфере) и что вы можете сделать, чтобы восстановить это равновесие.

Безусловно, процесс болезни является частью процесса здорового состояния, и иногда вы, возможно, должны отклониться от него и заболеть. Однако «унция осторожности стоит фунта лечения». Если вы способны получать психическую информацию о себе, вы сможете чаще избегать заболеваний или ослаблять их, спрашивая свое тело, что необходимо для восстановления его психического равновесия, и выполняя то, что нужно.

В течение многих лет Билл страдал от болей в спине. Раз или два в году он просыпался, будучи почти неспособным двигаться, и вынужден был проводить пару дней в постели, глядя в потолок. Медики были озадачены. Рентгеновские лучи ничего не показали, а специалист по заболеваниям спины не нашел никаких отклонений в мускулатуре спины. Массажист вытягивал его позвоночник, и хотя Билл в течение двух минут, за которые его позвоночник вырастал на дюйм, испытывал наслаждение, в течение следующего полчаса он страдал от невыносимой боли.

Наконец, две вещи облегчили его боли в спине, и, как кажется, навсегда. Одна из этих вещей – это метод манипуляции глубоких мускулов, являющихся скорее физическим методом лечения, нежели психическим. Другое – это то, что он начал психическую беседу со своей спиной. Он сказал: «Ну, спина, что же происходит? чего ты хочешь от меня? Чего я не должен делать? Что ты хочешь получить?» И его спина ответила: «Люби меня». – «Я люблю тебя – ответил Билл. – Ты моя и только моя спина».

Его спина пожаловалась: «Ты любишь меня не так как надо. Ты ходишь кривясь, что вызывает напряжение во мне, ты сидишь не достаточно прямо, что тоже вызывает во мне напряжение. Кроме того, ты никогда не даешь мне отдыха. Ты всегда что-то делаешь, делаешь. Ты никогда не остановишься, ни посидишь просто для того, чтобы быть. Каждая часть твоего тела и ума должна иметь возможность оставаться время от времени спокойной и неподвижной, и я выступаю от имени всего тела. Мне не нужны большие каникулы, я просто хочу спокойно полежать в течение нескольких минут, но каждый час. Разряди себя».

Таким образом Билл начал обращать внимание на свою спину. Он заметил, что после долгого дня она ноет, и понял, что она – и он – устали. Тогда он начал ложиться на пол на спину в течение нескольких минут и почувствовал, что спина перестает ныть. В положенное время его тело приказывало ему идти. И Билл и его спина зажили счастливо, довольные друг другом.

Этот рассказ о любви и страсти не звучит как чисто психический рассказ. И действительно, для Билла все это переживание было чисто физическим. Но направление лечения было избрано, исходя из информации, которую Билл получил психическим способом от самого с себя. И он получил эту информацию, просто спрашивая себя, будучи уверенным, что скажет правду самому себе. Когда мы говорим о «владении» своим здоровьем и своей болезнью, мы говорим, что вы создаете в своей жизни и то, и другое. Вы знаете больше, чем вам кажется.

Давайте поговорим о различных направлениях. Все, что вы изучали до сих пор об исцелении других, может быть применено вами для исцеления себя. Техника же самоисцеления, изложенная в настоящей главе, может быть использована для исцеления других. Исцеление своего друга есть исцеление себя, а исцеление себя есть исцеление своего друга. Первая техника очень похожа на ту, которая изложена в главе 2 «КАК ВЫПОЛНЯТЬ НЕКОТОРЫЕ НЕСЛОЖНЫЕ ИСЦЕЛЯЮЩИЕ МАНИПУЛЯЦИИ».

### ***Как выполнять некоторые несложные манипуляции по самоисцелению***

1. Сядьте на стул с прямой спинкой, прижав ступни к полу. Уберите все с колен, не скрещивайте руки и ноги. Положите руки на бедра, желательно ладонями вверх. Не жуйте резинку, не курите, выключите радио и т.д. (Позднее мы будем называть этот этап «сидения в психической позе» или «вхождение в транс»).

2. Закройте глаза, расслабьтесь, насколько возможно, очистите свой ум и направьте все свое внимание на себя.

3. Заземлите себя.

4. Начиная с головы, представьте свою ауру. (Не имеет значения, можете вы ее видеть или нет. Мы будем говорить о чтении ауры в следующей главе.) В своем воображении проследите свою ауру от головы вдоль шеи, плеч, рук, торса, ног и ступней. Вы просто работаете, чтоб получить «ощущение» или «чувство» своей ауры в уме. Если вы видите, создаете зрительный образ, чувствуете или ощущаете тонкий или холодный участок своей ауры или холодные цвета, или холодные образы (айсберги холодны; такой образ вашего существа является вполне мирским и утонченным: ум – не знающий жалости весельчак), или если вы совершенно не воспринимаете никаких образов, когда доходите до какого-то определенного участка своей ауры, значит, энергия не проходит именно здесь. Создайте нейтральный оранжевый свет в своем уме и направьте его в эти участки.

Если некоторые участки ауры кажутся вам горячими, или толстыми, или плотными, значит, в этих участках накопилось слишком много энергии вследствие блокирования ее в других частях ауры. Разгоните эту избыточную энергию точно так, как вы делаете это для своего друга в главе «КАК ВЫПОЛНЯТЬ НЕКОТОРЫЕ НЕСЛОЖНЫЕ ИСЦЕЛЕНИЯ И МАНИПУЛЯЦИИ». Но вам не надо погружать свои руки в свою собственную ауру. В данном случае просто представьте себе, что вы делаете это. Но представьте это очень точно.

5. Когда вы завершите этап 4 и энергия потечет по всей вашей ауре, создайте зрительный образ ясной, чистой, нейтральной светло-золотистой энергии, омывающей все ваше тело.

6. Начиная от головы и опускаясь вниз к ступням, представьте себе свои руки, сглаживающие ауру.

7. Откройте глаза, сложите ладони и посидите спокойно в течение минуты. Затем нагнитесь и на минуту свесьте голову между ног. Наконец, встаньте и как следует потянитесь. Если вы чувствуете, что немного «не в себе», походите пару минут, прежде чем появиться на людях (В дальнейшем мы будем называть этот этап «выходом из транс»).

### ***Управляемая энергия***

В главе мы кратко говорили об энергии и об использовании точного равновесия между Земной и Космической энергией для поддержания психической устойчивости. Процесс, о котором мы говорили, известен как «управление энергией». Управление энергией – это идеальный способ, помогающий вам зарядить свои батареи, накопить энергию и восстановить энергетическое равновесие, если оно нарушено тяготами повседневной жизни; или же делать полную очистку своей энергетической системы. Хотя мы не предлагаем вам



какую-то определенную практическую рекомендацию по регулярному управлению энергией, – вы можете выполнять это, если хотите, и не выполнять, если не хотите, – мы должны сказать вам, что это – прекрасный способ начать день или прийти в себя после восьми часов, проведенных вами, например, в шахте. И наконец, управление энергией сослужит вам хорошую службу перед началом долгого процесса исцеления и после него, сначала устанавливая, а затем заново восстанавливая ваше психическое равновесие.

### ***Как управлять земной энергией***

1. Выполните этапы 1-3 из раздела «КАК ВЫПОЛНЯТЬ НЕКОТОРЫЕ НЕСЛОЖНЫЕ ИСЦЕЛЯЮЩИЕ МАНИПУЛЯЦИИ».

2. Когда вы как следует заземлите себя, сфокусируйте свое внимание на чакрах ступней (расположенных, как вы помните, в своде стопы). Вообразите себе светло-коричневую энергию планеты Земля, проходящую через чакры ваших подошв и распространяющуюся по нижней части ног, бедер, затем поступающую в первую чакру (в основании позвоночника у мужчин и между яичниками у женщин). Вы можете буквально почувствовать эту энергию (так происходит со многими людьми).

3. Теперь представьте себе Земную энергию, проходящую через ваше тело, через вторую, третью, четвертую, пятую, шестую и седьмую чакры. Пошлите некоторое количество энергии к чакрам рук. Представьте себе, как она течет в вашу ауру.

4. Когда энергия достигнет седьмой чакры на макушке головы, верните ее назад, вниз в свое тело. Когда, на своем обратном пути, она достигнет первой чакры, направьте ее вниз, прямо в ваш стержень заземления, идущий в центр Земли, где она будет нейтрализована и унесет все прочие психические нагрузки.

5. Выйдите из транса.

### ***Как управлять земной и космической энергией***

Когда вы сумеете с легкостью управлять Земной энергией и достаточно хорошо усвоите все этапы, чтобы не было нужно сверяться с данной книгой, добавляйте к Земной энергии немного Космической энергии.

1. Выполните этапы 1 – 3 из раздела «КАК УПРАВЛЯТЬ ЗЕМНОЙ ЭНЕРГИЕЙ».

2. Пока Земная энергия идет по вашему телу, сфокусируйтесь на седьмой чакре, расположенной на вершине головы. Представьте себе золотистую энергию Космоса, поступающую через седьмую чакру и опускающуюся непосредственно к третьей чакре, находящейся в солнечном сплетении.

3. Теперь представьте себе Земную энергию и Космическую энергию, встречающиеся в третьей чакре, и смешайте их вместе, словно свернувшееся молоко.

4. Когда вы смешаете обе энергии, заставьте эту смесь пройти через свое тело. Заставьте эту смесь циркулировать минуту или две, затем заземлите ее, т.е. направьте ее на заземляющий стержень, а через него – к центру Земли.

5. Выйдите из транса. В дальнейшем, когда мы будем говорить об «управлении энергией», мы будем иметь в виду управление Земной и Космическими энергиями, как мы только что рекомендовали вам.

### ***Открытие и закрывание чакр***

Обычно, когда мы говорим людям, что собираемся научить их открывать и закрывать свои чакры, они пытаются зрительно представить это и полагают, что они никогда не смогут

сделать то, о чем мы говорим им. Расслабьтесь, Вы уже делали это.

В предыдущем упражнении, когда вы пропускали Земную энергию через чакры подошв, вы открывали их. В конце концов нельзя же ожидать, чтобы энергия прошла бы через закрытые психические врата, разве не так? Точно так же, когда вы пропускаете Космическую энергию через темя, вы открываете свою седьмую чакру. Открывание и закрывание чакр – это всецело вопрос желания: вы просто делаете это. Чтобы помочь себе в этом, вы можете воспользоваться ментальным образом.

Обычно вы управляете своими чакрами автоматически, посредством некоего астрального устройства, регулирующего поток энергии, поступающей в вашу психическую систему и выходящей из нее, подобно тому, как ваша периферическая нервная система регулирует количество воздуха, поступающего в легкие и выходящего из них, или количество крови, струящейся по венам и артериям. Иногда, однако, вы получаете возможность управлять энергией, поступающей в ваш организм, или открывать и закрывать определенные чакры.

Например, когда мы начали в главе 1 говорить о чакрах, мы упомянули об одной затруднительной ситуации, в которой вы можете оказаться, если ваша вторая чакра широко открыта. Если уже упоминаемый нами ваш приятель, имеющий множество проблем, хочет выпить с вами чашку кофе, а вы желаете помочь ему, не погружаясь в его депрессию, то вы прежде всего должны закрыть свою вторую чакру, по крайней мере наполовину, и тогда вам уже гораздо меньше захочется «сострадать ему». Тогда вы вольны решать, выслушать ли его рассказ об этих проблемах или предложить ему поддержку и совет, если вы оба того захотите. А расставшись, вы будете чувствовать себя прекрасно: вы не возьмете на себя его психический груз.

Вы хотите, чтобы ваша энергия служила вам, а не была в разладе с вами, Вы хотите, чтобы центры вашей энергии работали бы в соответствии с данной ситуацией. Например, если вы в течение долгого времени едва сводили концы с концами, лишившись ренты, работы, почти голодная, а затем, в один прекрасный день, получили много денег и шеф прислал вам букет роз, вам уже не надо «выживать». Вы «выжили» прекрасно. Но ваша первая чакра может не знать об этом повороте судьбы. Она продолжает работать в полную силу в течение еще нескольких недель или месяцев, следовательно, она открыта на 100%.

Если вы хотите закрепить ситуацию, то ваша первая чакра постепенно закроется сама собой. Но это может вызвать у вас беспокойство и напряжение, поскольку вы продолжаете работать на выживание. Гораздо проще закрыть чакру, когда вам покажется, что настало время сделать это. Лучше потом открыть ее, когда будет нужно. То же самое справедливо в отношении каждой чакры.

Вот небольшое упражнение, которое заставит вас почувствовать открывание и закрывание чакр. Это немного напоминает взлет самолета. Когда вы как следует научитесь управлять своими энергетическими центрами, вы сможете открывать их и закрывать в любое время.

1. Сядьте в психической позе, очистите свой ум и заземлите себя.

2. Сфокусируйте свое внимание на первой чакре. Как мы уже упоминали в главе 1, чакры обычно выглядят как маленькие, тускло окрашенные диски, величиной с серебряный доллар. Если вы представите их по-другому, не стоит беспокоиться. Мы видели чакры, которые выглядели как булабочные головки, старые монеты, горлышки бутылок, пирамидки или имели другие, более причудливые формы. Если вы не можете увидеть свою чакру, просто представьте себе ее и вообразите, что она выглядит такой, как если бы вы могли видеть ее.

3. Представьте себе свою первую чакру открывающейся подобно цветку ириса, раскрывающемуся перед объективом кинокамеры, или, подобно какому-либо другому цветку, раскрывающему свои лепестки.

4. Когда ваша первая чакра раскроется настолько, что вы ощутите комфортное состояние, представьте себе ее медленно закрывающейся до полного закрытия.

5. Теперь представьте себе, как чакра открывается вновь.
6. Представьте себе, как чакра закрывается вновь.
7. Повторяйте этапы 3 – 6 до тех пор, пока у вас не появится ясное ощущение того, что ваша первая чакра открыта или закрыта.
8. Повторяйте все упражнения в отношении каждой из семи чакр, а затем для чакр рук и, наконец, для чакр подошв. Для того чтобы завершить каждый этап, затрачивайте столько времени, сколько нужно вам. В конце концов вы увидите, что можете закрывать и открывать чакры мгновенно, по своему желанию.
9. Когда вы полностью завершите все упражнения, бросьте последний взгляд на каждую чакру и определите, насколько вы хотите открыть: полностью, на 1/2, на 1/4, на 10% или настолько-то еще, и прикажите себе открыть их на эту величину. Ни одну из чакр не закрывайте полностью.
10. Выйдите из транса.

### ***Пребывание в углу комнаты***

Это упражнение имеет своей целью дать вам знать, что вы полностью фокусируетесь на контроле над своей энергией. Кроме того, что это упражнение совершенствует ваши психические способности, оно весьма полезно при чтении (см. главу 4), а также когда вы выполняете исцеление, пребывая вне тела (см. главу 8), и для определения своего диагноза.

1. Сядьте в психическую позу, очистите свой ум и заземлите.
2. Оставаясь заземленным, откройте глаза на минуту и взгляните на четыре угла комнаты, в те места, где стены соединяются с потолком.
3. Выбрав любой из углов, снова закройте глаза.
4. Представьте себе, что вы находитесь в этом углу, смотря вниз на свое тело, сидящее на стуле. Оставаясь здесь минуту или около того, представьте себе, как выглядит ваше тело из этого угла комнаты. Что оно делает? Представьте себе, что вы можете видеть ауру, окружающую ваше тело. Как она выглядит? Если вы не можете видеть ее, то как она выглядела бы, если бы вы могли ее видеть?
5. Представьте себе, что вы снова находитесь в своем теле, центре своей головы. Как вы себя чувствуете? Чувствуете ли вы себя здесь по-другому, чем в углу комнаты? Если да, то как именно?
6. Подобным образом несколько раз меняйте свое местопребывание, находясь то в теле, то в углу комнаты. Каждый раз, когда вы ощущаете ауру, окружающую его, или представляете, что вы представляете ее,
7. Выйдите из транса.

Не работайте над этим упражнением больше 15 минут подряд, но выполняйте его достаточно часто, чтобы ощутить удобство от пребывания и в своем теле, и в углу комнаты. Не выполняйте это упражнение во время еды.

### ***Медитация на цвете и исцеление цветом***

В предыдущих главах этой книги мы давали вам указание, как пользоваться цветовой исцеляющей энергией. До сих пор вы пользовались светло-коричневой Земной энергией, золотистой Космической энергией и оранжевой исцеляющей энергией.

Широко известно, что цвет может воздействовать на настроение: покупатели в супермаркетах хотят покупать яркие товары в красивой упаковке, темно-коричневое дерево деревенских гостиных вызывает ощущение уюта и близости к земле; комната, убранная в спокойных голубых тонах (и зеленых тонах), – успокаивает, тогда как кричащее красное и оранжевое убранство комнаты создает совершенно противоположный эффект. Если вы

поздно вечером решили надеть на следующее утро черное с белым платье, а утром выбрали розовое, это говорит о том, что вы выбираете одежду в зависимости от своего НАСТРОЕНИЯ.

Для того чтобы определить, как на вас воздействуют различные цвета, попытайтесь заняться следующей медитацией на цвете.

Вначале заземлите себя. Затем, вместо того чтобы войти в транс посредством привлечения Земной и Космической энергий, пустите цветную энергию. Используйте цвета по следующему списку, вначале вызывая на своем ментальном экране маленький шарик одного цвета, а затем воображая, что цвет этот идет через ваши ступни и ноги, через ваше тело и циркулирует в вашем теле. Затрачивайте на каждый цвет от 30 секунд до минуты, а затем заставьте его выпцветать и переходите к следующему. Мы рекомендуем следующий порядок:

1. ЧЕРНЫЙ – это цвет, с которого вы начинаете, а затем переключайтесь на
2. СЕРЫЙ. Замечайте разницу. Затем переходите на
3. КОРИЧНЕВЫЙ. Начинайте со светло-коричневого, затем делайте его темнее.

Следующий

4. КРАСНЫЙ. Снова начните со светло-красного и наблюдайте, как он становится темно-алым. Следующий

5. ОРАНЖЕВЫЙ, с которым вы уже знакомы. Кажется ли вам оранжевый другим в этом упражнении, нежели в предыдущих упражнениях? Затем

6. ЖЕЛТЫЙ. За желтым переходите к

7. СВЕТЛО-САЛАТНОМУ цвету. Сгущайте цвет до насыщенного зеленого.

Следующий цвет

8. НЕБЕСНО-ГОЛУБОЙ. Постепенно сгущайте его до темно-синего. Затем

9. РОЗОВЫЙ. От розового переходите к цвету

10. ЛАВАНДЫ. Сгущайте его до

11. ПУРПУРНОГО. После пурпурного идет

12. ЗОЛОТОЙ. После золотого

13. СЕРЕБРЯНЫЙ. И после серебряного

14. БЕЛЫЙ

Выйдите из транса.

По мере выполнения этой медитации замечайте, какой цвет вызывает у вас ощущение наибольшего комфорта. Когда вы садитесь, чтобы управлять энергией или выполнять какое-либо из самоисцеляющих упражнений, описанных в этой главе, вы должны в самом начале выбрать момент и направить через свое тело тот цвет, который вам нравится. Нет надобности повторять целиком все упражнения, чтобы достичь вашего цвета – просто представьте себе, что он возникает спонтанно и проходит через вас так же, как энергия, которой вы управляете.

Весьма эффективно использование цветов для исцеления других. Просто представьте себе цвет по своему выбору (вспомните, вы уже делали это в отношении оранжевого цвета), протекающий через ваши руки (опять-таки не пользуйтесь вашей собственной энергией) в теле вашего друга (или чакры и ауру). Интуиция и практика лучше всего помогут вам определить, какой цвет следует выбрать, когда вы пользуетесь иным, не оранжевым цветом – цветом исцеления. Мы находим, что оранжевый цвет не слишком силен и возбуждает, тогда как голубой успокаивает тех, кто излишне нервен.

Если ваш друг как следует заземлен, вы не можете повредить ему, передавая слишком большое количество энергии. Он возьмет столько, сколько сможет использовать, а остальное уйдет по стержню заземления. Однако будет намного проще, если вы достаточно чувствительны, чтобы определить точное количество энергии. Даже если ваш друг жалуется, что не ощущает того, что вы делаете, помните: это не игрушка. Энергия, направляемая вами, воздействует на его астральное и физическое тело. Вы не станете давать пищу человеку, который ничего не ел в течение недели; вы окажетесь достаточно благоразумным, чтобы

вначале дать ему что-нибудь более легкое, например сок, и подготовите его тем самым к пище. Не вызывайте у своего друга астрального несварения. Начинайте с более мягких и подготавливайте к более сильным цветам и к более решительной технике.

### ***Как сделать тело реальным***

Сейчас вы, возможно, уже заметили, что мы завершаем каждое упражнение с одного и того же этапа – мы просим вас сложить ладони и спокойно посидеть в течение минуты, а затем нагнуться вперед и на минуту свесить голову ниже, между колен. Иногда мы также и предлагаем, чтобы вы походили по комнате после того, как выполните эти этапы.

Как мы уже говорили ранее, цель переплетения рук после выполнения психической работы заключается в том, чтобы ввести тело в замкнутый психический круг (цепы так, чтобы энергия не утекла из вас. Нагибание вперед позволит избыточной энергии, которая должна покинуть ваше тело, вытечь прочь. Хожение по комнате – это один из способов, помогающих сделать ваше тело снова «реальным» после участия в психической деятельности.

Мы вовсе не предполагаем, что ваше тело стало менее «реальным» во время вашей деятельности по сравнению с обычным состоянием. Просто, когда вы заняты психической деятельностью, вы фокусируете свое внимание более на астральном, нежели на физическом теле. Если вы после этого сразу же вновь укрепите свою связь с физическим телом, вам будет намного легче работать на физическом плане.

Пропускание через тело психической энергии неизбежно оживляет вашу деятельность. Следуя упражнениям, изложенным в этой книге, вы обретете новые взгляды и новое отношение к себе и к окружающим. Как только вам удастся узнать таким путем свое тело, вы сможете увидеть, что некоторые из его ощущений и реакций основываются на размышлении других людей о том, что будет лучше для вас, а вовсе не на ваших размышлениях. Тогда вам захочется жить более по своей, нежели по чужой воле.

Все эти факторы изменяют тело, и первая реакция тела в ответ на это изменение – сказать: «Нет!» Это происходит потому, что какими бы ни были привычки тела – хорошими или дурными, лучшими или худшими – они известны. А если тело думает, что известное будет изгнано из него прочь, тогда оно приходит в уныние. В самом крайнем случае тело может заболеть. Но чаще всего оно может ощущать вялость, беспокойство, скуку или страх в то время, когда вы занимаетесь психической работой. Так ваше тело говорит вам: «Я не хочу изменяться!»

Возможно, вы тот человек, который испытывает страх или гнев, КОГДА ОБНАРУЖИВАЕТ ЧРЕЗМЕРНУЮ ЛЮБОВЬ. Когда вы начинаете осознавать это, вы, возможно, реагируете именно так, вместо того ЧТОБЫ ТЕПЛО ОТКЛИКНУТЬСЯ НА ЛЮБОВЬ. Таким образом, каждый раз, когда кто-то полюбит вас, вы продолжаете испытывать страх или гнев. Это происходит потому, ЧТО ВАШЕ ТЕЛО УЖЕ СДЕЛАЛО ПРИВЫЧКУ ИЗ СВОИХ РЕАКЦИЙ. Оно думает: «Это то, что я делаю всегда! Это мое правило! Я не могу отказаться от этого!» Оно должно постепенно УЧИТЬСЯ НОВЫМ ПРИВЫЧКАМ.

Как мы уже говорили, наблюдение за собой является первым этапом в психическом росте. Если вы видите в себе что-то такое, что хотели бы изменить, вы, безусловно, можете это сделать. ОДНАКО ИЗМЕНЯЙТЕ СЕБЯ МЯГКО, ИЛИ ВАШЕ ТЕЛО МОЖЕТ ПОЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ НОРМАЛЬНЫМ ИЛИ НЕЛЮБИМЫМ. Ни в коем случае не упрекайте себя за то, чем вы были, есть или будете. Вместо этого убедите себя, что любое решение измениться есть дар вам от себя самого, и что каким бы вы ни были или не являетесь сейчас, эта ваша сущность на вас работает. Если есть что-либо еще, что будет еще лучше работать на вас, это достаточно веская причина развить это в себе; но не потому, что вы были или сейчас являетесь «плохим».

Существует много способов, как сделать тело реальным, и отличительной чертой всех их является то, что они фокусируют ваше внимание на вашем теле. Поскольку целью этого упражнения является фокусировать у нас умение фокусировать внимание, вы не должны выполнять его кое-как. Внимательно наблюдайте за тем, что вы делаете, и если вы выходите из себя, занимаясь чем-то, то заметьте, если возможно, точный момент, когда это происходит и что вы думаете в это время.

Эти упражнения просты и забавны. Смелее! Это тоже ловушка! Именно потому, что они просты, и потому, что они забавны, очень легко выполнить их автоматически, не обращая на них внимание.

Каждое из этих упражнений, имеет только один этап. Нижеследующий перечень, таким образом, является серией различных упражнений, а не одного упражнения, состоящего из нескольких этапов.

1. Съешьте что-нибудь.
2. Займитесь сексом в любой форме, по вашему выбору.
3. Упражнение. Ходьба особенно полезна для того, чтобы сделать тело реальным, поскольку она направляет внимание на чакры стоп, находящиеся в непрямой связи с Землей.

4. Примите ванну или душ. Обливание холодной водой совершает чудеса для познания человеком своего тела и наоборот.

Ваше собственное тело может обладать каким-то своим способом, помогающим ему сохранять свою реальность. Если так, то выполняйте его.

Мы случайно говорим в этой книге о вашем «пространстве», о пространстве других людей и о пребывании вас в вашем собственном пространстве. Ваше пространство – это ВАШЕ ТЕЛО, физическое и астральное, и только вы можете с удобством находиться там. К несчастью, другие люди часто вторгаются в ваше пространство, потому что хотят обратить на себя ваше внимание или же желают общаться с вами в той или иной форме.

Пользуясь психическим термином, мы называем требования другими людьми внимания «связками». Ясновидящие могут увидеть потоки энергии, напоминающие связки, входящие в чакры и связывающие вас с другим человеком. Однако вовсе не обязательно на самом деле видеть эти связки; вы просто можете знать, что они существуют.

Связки постоянно связывают чакры людей; нет людей, которые были бы свободны от них. В следующем упражнении мы покажем вам, как расположить и убрать ваши связки, которые вовсе не обязательно постоянно должны опутывать вас. Если вы обременены множеством связок, вы должны больше действовать на энергии других людей, чем на своей собственной. Однако было бы ошибкой жаловаться, что вы «связаны» кем-то, словно узник, или полагать, что тот, кто делает это, причиняет вам вред. В действительности вы не можете воспринимать такие связки от другого человека, если сами того не захотите. НИКТО НИЧЕГО НЕ МОЖЕТ СДЕЛАТЬ ВАМ ПСИХИЧЕСКИ: ДЛЯ ЭТОГО ВСЕГДА ТРЕБУЕТСЯ ДВА ПАРТНЕРА.

Связки имеют различное значение и производят в различных чакрах различный эффект.

**ПЕРВАЯ ЧАКРА.** Это центр ВЫЖИВАНИЯ. Связка в этом центре означает: «Я хочу, чтобы ты помог мне выжить». Первая чакра может быть небезопасным местом для связки, если только два человека не пришли к ясному соглашению относительно линии выживания. Например, что ребенок помещает такую связку в центр выживания своих родителей или окружающих его взрослых. Или если у вас есть друг, который болен или ранен, и вы заботитесь о нем, между вами существуют определенное взаимопонимание относительно того, что вы в течение определенного времени желаете помочь ему выжить. Однако если вы понимаете, что связка вашего друга или возлюбленного помещена в вашу первую чакру, передает вам информацию «Я нуждаюсь в тебе», у вас может появиться желание удалить эту связку и пересмотреть природу ваших взаимоотношений. ПОМНИТЕ: НИКТО НЕ МОЖЕТ ПОМЕСТИТЬ В ВАС СВЯЗКУ, ЕСЛИ ВЫ САМИ НЕ ПОЖЕЛАЕТЕ ПРИНЯТЬ ЕЕ.

**ВТОРАЯ ЧАКРА.** Это чакра сексуальности и эмоциональности. Связка во второй чакре

означает или: «Я испытываю к вам сексуальное влечение, интерес», или: «Окажите мне эмоциональную поддержку, обратите внимание на мои эмоции». Вы можете желать или не желать устранять сексуальную связку в зависимости от того, доставляет она вам удовольствие или нет. Эмоциональную же связку лучше устранить из второй чакры, потому что она может оттягивать от вас энергию, и часто ей сопутствует вибрация «потребности» (надобности). Гораздо лучше отвечать на чьи-либо эмоциональные нужды из чакры сердца, нежели из второй чакры.

**ТРЕТЬЯ ЧАКРА.** Это энергетический центр. Связка, находящаяся здесь, означает: «Мне нужно какое-то количество вашей энергии, мне недостаточно моей собственной» или: «Я предпочитаю работать на вашей энергии, чем нести ответственность за управление своей собственной». Совершенно очевидно, что связка в третьей чакре может лишь поглощать вашу энергию, и вам следует удалить ее. Сильная связка в третьей чакре может вызывать у вас чувство **НАПРЯЖЕННОСТИ В ОБЛАСТИ ЖИВОТА**.

**ЧЕТВЕРТАЯ ЧАКРА.** Это центр любви и привязанности. Связка в четвертой чакре может означать: «Я люблю вас», или: «Вы мне нравитесь». Вы можете пожелать устранить связки из четвертой чакры только для того, чтобы быть единственным человеком, обладающим и распоряжающимся энергией в вашем теле, но, в общем-то, эти связки не столь обременительны, как другие. Иногда Эйми, очищая свои чакры, сознательно оставляет связки в четвертой чакре, потому что она наслаждается, получая приветы от своих друзей.

**ПЯТАЯ ЧАКРА.** Это центр коммуникации. Находящаяся здесь связка означает: «Я хочу общаться с вами». Большая связка в пятой чакре **МОЖЕТ ВЫЗЫВАТЬ У ВАС БОЛЬ В ГОРЛЕ**.

**ШЕСТАЯ ЧАКРА.** Это центр ясновидения. Связка, находящаяся в шестой чакре, означает, что кто-то «у вас на уме» — что он постоянно думает о вас, или желает узнать, о чем думаете вы, или что вы думаете о нем. Эти связки могут вызывать **ГОЛОВНУЮ БОЛЬ**.

**СЕДЬМАЯ ЧАКРА.** Это чакра знания и интуиции. Это тоже небезопасное место для связки, потому что она означает: «Я хочу управлять вами», или: «Я хочу, чтобы вы следовали моему учению». Многие учителя, работающие в области психики, мистики и сознания, временно внедряют связки в седьмую чакру своих студентов или учеников, чтобы сделать обучение более эффективным.

**ЧАКРЫ РУК.** Руки являются местопребыванием созидательной энергии, и связки, находящиеся здесь, означают: или «Делай, как я», или: «Делай для меня». Поскольку творчество является формой самовыражения, связка в руке **МОЖЕТ НАНЕСТИ ВРЕД ВАШЕЙ МАНЕРЕ ДЕЛАТЬ ЧТО-ЛИБО, ОТ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПИЩИ И ИГРЫ В ТЕННИС ДО НАПИСАНИЯ КНИГИ**.

**ЧАКРЫ СТУПНЕЙ.** Ступни связывают вас с Землей, и связка, находящаяся в ступнях, нарушает ваше заземление и вызывает у вас подъем, приподнятость и даже заставляет вас «парить в небесах».

Умение распознать связки и умение устранять их поможет вам стать более чистым и свободным и управлять своим телом по своему желанию. Кроме того, поскольку вы обретете навык нахождения и устранения связок, вы больше узнаете о своих связках. Вы можете обнаружить связки, полученные вами от тех, от кого вы их не ожидаете, и в самых неожиданных местах. Более того, человек, внедривший в вас связку, может сам не осознавать природу своего общения с вами.

Как вы можете узнать, внедрил-ли кто-нибудь в вас связку? Взгляните на свою ауру и чакры. Если там есть связки — а они наверняка есть, в большей или меньшей степени, — вы увидите их. Что вам делать, если вы обнаружите связки в своих чакрах?

Удалите их.

***Как удалить связки***

1. Сядьте в психической позе, закройте глаза, очистите ум и заземлите себя.
2. Пропускайте через себя энергию в течение минуты или около того.
3. Представьте себе свою ауру, как вы делали это на этапе 4 раздела «КАК ВЫПОЛНЯТЬ НЕКОТОРЫЕ НЕСЛОЖНЫЕ ИСЦЕЛЕНИЯ И МАНИПУЛЯЦИИ» и выполните указания, данные к этому этапу.

4. Когда вы очистите свою ауру и энергия потечет хорошо, сфокусируйте свое внимание на своей первой чакре, как вы делали это на этапе 2 раздела «ОТКРЫВАНИЕ И ЗАКРЫВАНИЕ ЧАКР». Смотрите, если вы можете видеть, создавайте зрительный образ, чувствуйте или ощущайте связки в первой чакре. Если

это вам не удастся, посмотрите на нее снова.

Если вы обнаруживаете связки в своей первой чакре, представьте себе, как ваши руки входят в ауру, в чакру и извлекают их. Связка может оказаться большой, маленькой, толстой, тонкой, легко или трудно извлекаемой. Будьте спокойными! Большинство связок выскользнут, если вы хотите удалить их, и в чакре не останется отверстия. Если некоторые связки не поддаются, спросите связку, кто хозяин, или же проследите, куда она идет от вашей ауры, пока вы не увидите, не создадите зрительный образ, не почувствуете или не ощутите человека, внедрившего в вас связку.

Этот человек может быть близким другом или супругой, он может быть вашим начальником или подчиненным, это может быть нищий, которому вы подали утром четверть доллара. Это может быть кто угодно, включая людей, умерших несколько лет назад. Просто взгляните повнимательнее и примите на веру, что этот человек, которого рисует вам ваше воображение, и есть хозяин связки. Если ваше воображение указывает вам на более чем одного человека, значит, вы наверняка работаете одновременно с двумя связками. Оставьте одну из них, пока вы занимаетесь другой.

Когда вы проследите путь связки к ее владельцу, поблагодарите его за интерес к вам и объясните, что вы не хотите быть «связанным». Если он хочет быть связанным с вами, предложите это ему сделать на сознательном, физическом плане, а не астральном плане. Затем вернитесь снова к своей первой чакре и извлеките связку. Она должна извлекаться легко. Если же она не извлекается, что бы вы ни делали, возможно, в действительности вы не хотите удалить ее. Тогда следует оставить ее, но сознавать, что вы сами выбрали этот путь. Если вы удалите связку, которую в действительности вы не хотели бы удалять, она вернется снова. Ваша система коммуникации посредством связки уже существует. Задачей этого упражнения является возможность предоставить вам выбор позволять и ли нет другим людям пользоваться вашей энергией, или смешивать ее с вашей.

5. Когда вы почувствуете себя свободным от связок, переходите ко второй чакре. Выполните с ней этап 4, а затем переходите к остальным чакрам, включая чакры рук и ступней.

6. Когда вы извлечете связки из всех чакр, создайте зрительный образ могучего потока кристально чистой воды, смывающей вашу энергетическую систему, вливающуюся в седьмую чакру, проходящего через шестую, пятую, четвертую, третью, вторую, первую чакры (вы можете пропустить этот поток через чакры рук и ступней), а затем достигающего заземляющегося стержня, который унесет поток к центру Земли, где он нейтрализуется.

7. Теперь создайте зрительный образ чистой, ясной, нейтральной светло-золотистой энергии, омывающей вашу энергетическую систему и все ваше тело.

8. Начиная от головы и спускаясь к ступням, представляйте себе свои руки, сглаживающие ауру.

9. Выйдите из транса. Сделайте что-нибудь, что сделает реальным ваше тело: умойте лицо, выпейте чашку чая или кофе или найдите друга, с которым вы могли бы обняться. Это – самое трудное упражнение из тех, что мы рекомендовали вам до сих пор. Остальную часть дня будьте бережны к себе.



## **Нейтралитет и несопротивление**

Вокруг вас постоянно клубятся различные энергии. Как же вы можете поддерживать свое собственное психическое пространство, не притягиваться к другим людям и не притягивать их, не подчинять себя своим собственным или чужим образам того, кем вы должны были быть, сохранять чистыми свои чакры, оставаться здоровыми и сохранять в равновесии свою собственную психическую целостность?

Оставайтесь нейтральными и не сопротивляйтесь ничему.

Заметьте, мы говорим, что вы не должны верить ничему, что вам говорят (или чему-то, что вам говорят), или что вы не должны не иметь чувств, мыслей или телесных реакций на стимулы. Напротив, ПОСТУПАТЬ ТАК – ЗНАЧИТ СОПРОТИВЛЯТЬСЯ СВОИМ СОБСТВЕННЫМ ИМПУЛЬСАМ, А ЭТО, БЕЗУСЛОВНО, НЕ НЕЙТРАЛЬНАЯ ПОЗИЦИЯ. В главе 1 мы говорили, что состояние уединения с вселенной не означает, что вы видите вещи такими, какими хотите их видеть. Скорее это означает, что вы видите вещи такими, какие они на самом деле. Способность видеть вещи такими, каковы они в действительности, означает способность сказать «Да» своему переживанию, каким бы оно ни было.

Люди будут постоянно внедрять в вас связи, а вы не всегда будете находиться в состоянии медитации, когда вы можете видеть, как они входят в вас. Если вы сопротивляетесь связке или если вы весь день обсуждаете кого-то и сравниваете себя с каждой бродячей собакой, перебегающей вам дорогу, вы обретете некую психическую твердость – вы воздвигаете стены между собой и другими, иными словами, вы воздвигаете стену между собой и своим собственным переживанием. Ваши чакры скованы. Вы становитесь напряженным. И самое худшее в этом то, что вы начинаете думать, будто когда-либо станете иным, нежели вы есть. Как видите, сопротивление есть часть человеческого состояния. Начните же с того, что не сопротивляйтесь тому факту, что вы сопротивляетесь.

Если вы спорите со своим начальником, с супругом или с газетчиком, или с кем-либо еще, и этот человек называет вас упрямым ослом, вы наверняка захотите возразить: «Нет, я не упрям!» Но взгляните на себя. Разве вы в данную минуту не упрямый осел? Гораздо проще заметить, что ваша реакция – это реакция упрямого осла, и признать: «Да, это так: я – упрямый осел!». И признание истины данного момента приведет вас к тому, что вы более не будете упрямым ослом.

Далее. Мы не советуем вам постоянно называть себя упрямым ослом. Если кто-то говорит вам: «Вы, безусловно, выдающаяся личность», но говорите: «Нет, я упрямый осел, а не выдающаяся личность». Заметьте, что вам наверняка понравится, что вас называют выдающейся личностью, и скажите: «Спасибо».

Когда человек общается с вами, вы можете ему говорить, с чем вы согласны, а с чем нет. Но в любом случае он – это другая часть вселенной, другая часть вас, и вам должно стать ясно, что он предоставляет вам возможность осознать, кем вы являетесь, позволяя вам пережить себя.

Если вы сопротивляетесь своему собственному переживанию, вы создаете незавершенный цикл вашей жизни, которая будет повторяться снова и снова в различных формах, пока вы не позволите себе полное переживание. И пока вы не позволите себе полное переживание, вы будете действовать сообразно своему сопротивлению на него и сообразно своим «образом».

Если вас не убедили наши рассуждения о карме, изложенные в главе 1, перечитайте их снова и взгляните на них с другой точки зрения. Карма, как мы уже говорили, есть, кроме всего прочего, результат ваших образов и незавершенных циклов. Когда вы сопротивляетесь своему переживанию, вы аккумулируете определенную карму, с которой вам придется иметь дело позднее. Если то, что вы должны делать, – это сопротивление своему переживанию и аккумулирование кармы, и делайте это. Не сопротивляйтесь сопротивлению. Но замечайте, что вы делаете, и замечайте, что это делаете именно вы, а не ЭТО делает вас. Рано или поздно вы заметите, что это перестанет происходить, что вы прекращаете делать это.

Вы становитесь тем, чему сопротивляетесь, – это аксиома психическом развития. Чем больше вы сопротивляетесь чему-либо, тем большее внимание вы постоянно обращаете на это, и тем сильнее вы вооружаетесь против этого. Если я сержусь на вас, а вы сопротивляетесь гневу, я буду продолжать сердиться на вас, а вы вскоре начнете испытывать гнев сами. С другой стороны, если я сержусь на вас, а вы принимаете мой гнев, мой гнев проходит почти мгновенно, а вы не будете больше страдать от неприятного переживания, каковым является гнев. Именно это и означает рассуждения о том, что надо возлюбить брата своего, подставить другую щеку для удара и т.д. Такова связь вселенной с вашей сердечной чакрой.

Существуют два типа упражнений, посредством которых вы можете научиться своему собственному сопротивлению и начать уходить от него.

**ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ** – это та же самая медитация, которую вы уже выполняли ранее.

1. Сядьте в психической позе, закройте глаза, очистите ум и заземлите себя.

2. Начинайте от ступней и, поднимаясь к голове, исследуйте свое физическое тело. Взгляните, может быть, какая-то часть его испытывает боль, какая-то окостенела, какая-то испытывает радость, а какая-то хочет спать. Ощутите кровь, струящуюся в вас. Ощутите психическую энергию, струящуюся в вас и вокруг вас. Если что-то болит, пусть болит. Если что-то страстно хочется – пусть хочется. Не сопротивляйтесь, согласитесь с этим. Если болит, позвольте больному болеть. Если веселиться, позвольте веселому веселиться. **ВЫ** можете позволить ощущению исчезнуть и можете не позволить. Но не делайте ничего, только наблюдайте.

3. Исследуйте свои эмоции. Что вы ощущаете? Не сопротивляйтесь, просто ощущайте.

4. Что вы думаете? И что вы думаете о том, что вы думаете? Не прекращайте думать об этом, согласитесь с этим. Подумайте об этом еще.

5. Где вы? Вы в своем теле? Вы находитесь с прошлой ночи со своим возлюбленным? Вы спускаетесь на улицу, чтобы съесть мороженое? Будьте здесь. Когда вы находитесь в углу комнаты, будьте в центре своей головы. Добро пожаловать домой.

6. Когда вы окажетесь в центре головы, выйдите из транса. **ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ** – это такое упражнение, которое вы можете выполнять когда угодно и где угодно. Предположим, вы встретились со своим другом за чашкой чая, у него множество проблем, которые он обрушивает на нас: его приятель (приятельница), (мать), (отец), (ребенок), (собака), (машина) не любит его, его счет в банке исчерпан, и у него нет денег, его длиннохвостый попугай заболел, его резиновый матрас разорвался. Возможно, вы заметите, что ваши первая и вторая чакры испытывают определенные ощущения. Вы собираетесь закрыть их? Или же вы раскрываете их пошире? Что происходит с вашей четвертой чакрой? Открыто ли ваше сердце или вы чувствуете скованность в груди? Куда уходят связи?

Представьте себе, что вы целиком состоите из воздуха, и все, что говорит ваш друг, проходит через вас. Мы не говорим, что вы не должны слушать и откликаться на его слова, когда это кажется приемлемым для вас. Просто дайте возможность заряду, эмоциональной вспышке пройти через вас и нейтрализоваться в окружающем вас воздухе. Теперь замечайте, что происходит в ваших энергетических центрах. Выполняйте упражнение всякий раз, как только представится возможность.

## **Психические удары**

Ни один человек не может быть постоянно заземленным и нейтральным. Мы уже говорили, что когда вы сопротивляетесь, продолжайте сопротивляться. Вы не сможете оказаться в новом месте до тех пор, пока не перестанете быть там, где вы находитесь сейчас.

Иногда, когда вы не заземлены, кто-то подходит и наносит вам психический удар. Проще всего объяснить этот удар как ощущение ярости, обрушивающейся на вас. Вы

переходите улицу, и какой-то водитель должен остановиться, когда ему этого не хочется. Тогда он думает, что вы – негодяй, и удар! Вы ощущаете слабость, идя через улицу. Вы – в магазине и снимаете с полки последнюю кварту молока как раз тогда, когда кто-то другой подошел за молоком. Этот человек видит, как вы берете кварту молока – и удар! Вы ощущаете страх, беря молоко.

Психические удары могут принимать и приятные формы. Вы гуляете в парке, и красивая женщина (интересный мужчина) проходит мимо и поднимает на вас глаза. Удар! Оставшуюся часть дня вы представляете себе, как было бы приятно провести время с таким обаятельным существом.

Общим для всех ударом является то, что они посылаются в ваше тело. Они уводят вас от переживания данного момента и вводят вас в вашу же голову. Они заставляют вас утратить представление о том, где вы находитесь. Они уводят вас в бессознательное. Они заставляют вас отдавать свою силу тому, кто нанес вам удар. И большинство из них далеко не забавны.

Не существует специальных упражнений, касающихся психических ударов. Когда вы замечаете, что на вас обрушился удар, вы можете затратить некоторое количество энергии, чтобы осуществить простейшие исцеляющие манипуляции, или же извлечь из чакр связки, которые были внедрены туда. Но самым эффективным будет, если вы заметите, что на вас обрушился удар, и не станете возвращать его тому, кто нанес его. Тем самым вы лишь начнете войну психических ударов.

## **Глава 4. Психическое чтение**

Каждый является медиумом, и каждый из нас занимается психическим чтением, часто сам того не осознавая. Вы – психический читающий. Каждый раз, когда вы встречаете кого-либо и говорите себе: «Она выглядит усталой», или: «Она выглядит так, что можно подумать, что у нее был трудный день», или: «Он так изменился – он ведет себя так, как влюбленный», – вы выполняете психическое чтение.

«Но в этом нет ничего особенного!» – можете сказать вы. «Любой может догадаться о таких вещах». Действительно, это может сделать любой. Но это нечто большее, чем просто догадка. Это – получение информации от человека, которую никто не высказывал словами.

Вышеприведенные примеры являются примерами неразвитой психической перцепции. Но эта перцепция легко может быть развита и отточена до уровня повседневной интуиции. Психическое чтение – это навык, который, подобно любому навыку, можно укрепить и сделать более острым посредством практики и ежедневного использования. В дополнение к практике мы хотим предложить вам один совет, который может на первый взгляд показаться парадоксальным:

### ***Ваша жизнь, как жизнь медиума***

Поняв эту необычную инструкцию, вы сможете понять свою жизнь, как жизнь медиума. Когда вы выходите из чрева, из «бытия», мы говорим о том, что вы недавно вошли в свое тело. Все является новым, вы открыты для мира, все ваши впечатления относительно чисты и не отягощены воспоминаниями, переживаниями и мнениями. Вы сознаете и испытываете интерес. Другими словами, вы – медиум.

Многие дети, как вы можете узнать, спросив об этом у них самих, видят ореолы различного цвета, окружающие людей. Они помещают эти цветные ореолы на своих рисунках. Многие дети имеют постоянных волшебных спутников, с которыми они

разговаривают и играют.

Более того, часто дети, обладая блестящей наблюдательностью, отличаются при этом крайней бестактностью, ибо высказывают при всех вещи, которые мы все видим, но которые бывают неделикатного свойства, что нам неприлично говорить о них.

По мере того как ребенок растет, его родители начинают приучать его жить в мире взрослых: «Не говори таких вещей, это невежливо», или: «Ты уже слишком большой для сказок», или: «Это неправда, твоя тетушка настоящая леди», или: «Таких цветов не бывает».

Когда мы говорим с ними или наблюдаем за ними во время чтения, мы узнаем, что многие люди были запуганы в детстве взрослыми, которые настойчиво объясняли им, что такое «реальность». Будучи детьми, они сердились, что их восприятие мира отвергается, но постепенно они сами начинают отвергать его, потому что взрослых было больше, потому что практическое знание взрослого окружающего мира давало им отчетливое или по крайней мере явное превосходство в этом мире и потому, что слишком много взрослых говорило ребенку о том, что реально, что – нет. Таким образом, со временем большинство подростков, достигая юношеском возраста, или переставали верить во все то, во что верило в детстве, или приучались молчать об этом.

Для многих людей, переставших верить в свое собственное восприятие, вопрос упрощается. Они просто больше не думают об этом, пока не произойдет что-то такое, что вызовет у них потрясение. Например, некоторые люди вновь вступают в психический мир после какого-то одного неожиданном драматического переживания, таком, как общение с погибшими возлюбленными или предвидение какого-то будущего события.

Те люди, которые предпочитают хранить про себя свои психические восприятия, могут на протяжении всей своей жизни иметь различные случайные психические переживания, но никому не рассказывать о них из боязни быть осмеянными и показаться сумасшедшими. Возможно, они могут спокойно упомянуть в разговоре со своим приятелем о каких-то мелочах, например, «Я каким-то образом почувствовал, что ты позвонишь сегодня», но они не могут рассказать о своих странных снах или о голосах, которые они слышат. Очень многие действительно боятся, что они безумны, и поэтому глубоко скрывают свое беспокойство и сомнения.

Те люди, которые никогда не подавляют в себе переживание того, что они слышат, могут быть действительными практикующими медиумами или спиритуалистами, или же они сами могут использовать свои наблюдения и переживания в каком-либо ином, в высшей степени творческом направлении.

Или они действительно могут сойти с ума и попадают в психиатрические больницы. Иногда их могут воспринимать как людей неуравновешенных и эксцентричных. Часто, когда человек в течение многих лет борется против массового отрицания своего собственного переживания, у него действительно могут развиваться серьезные психические расстройства. Он может стать параноиком, чувствовать, что все преследуют его и отвергают его переживания; он может стать шизофреником, одна половина которого выражает мощную психическую перцепцию и сильные эмоции, а другая половина является нормальной; он может стать кататоником и замкнуться в себе, предпочитая жить исключительно в психическом мире своего ума, а не среди поединка мнений и суждений других людей.

Мы проводим здесь несколько общих примеров. Разумеется, не все ментальные заболевания являются результатом угнетения психических способностей. Но очень часто подавление этих способностей приводит к угнетению некоторых эмоций, таких, например, как гнев в свободном его проявлении или же страх перед наказанием. Эти невыраженные эмоции могут вызвать физическое или ментальное заболевание. Безумие также может быть чьим-то «действием» – его способом проявить себя в мире, который отделяет его от реальности и от других людей; кроме того, это – способ, посредством которого он избегает ответственности за свои действия.

Но теперь вернемся к вам. Возможно, вам абсолютно чужда идея стать медиумом, и вы читаете эту книгу только потому, что хотите узнать, нет ли здесь чего-либо такого, чему вы

смогли бы научиться. Или же, возможно, вы втайне всегда считали, что вы смогли бы делать это, но просто не знали, как это делается, однако всегда считали, что в вас есть что-то сверхъестественное. Но может быть и так, что вы уже знаете эти явления, видите их и ощущаете их реальность, но хотели бы управлять или знать, как можно воспользоваться своими способностями с наибольшей пользой для себя.

### ***Старайтесь и не старайтесь***

Этот раздел возвращает нас к совету «7 не стараться». Старание – есть форма сопротивления. Например, когда вы стараетесь стать стройным, вы сопротивляетесь полноте. Даже если вы придерживаетесь диеты и потеряли 50 фунтов, вы продолжаете думать о себе, как о полном человеке, или постоянно пребываете в страхе вновь поправиться, и вы никогда не позволите себе почувствовать себя стройным человеком. Если ваше внимание и энергия будут направлены на проблему полноты, и вы настолько сфокусировались на этой проблеме, что никогда не сможете уйти от нее.

Пока вы всецело заняты проблемой полноты, вы никогда не получите внутреннего позволения от самого себя быть полным: это – запретная область и вечное ваше искушение. Следовательно, вам суждено снова и снова напомнить себе о своей полноте, вместо того чтобы уйти от бесконечного повторения того факта, что вы неприемлемы для себя самого.

С другой стороны, если вы не стараетесь стать стройным, вы не должны затрачивать психическую энергию на проблему полноты. Тогда это перестанет быть проблемой. Этот процесс не дает гарантии, что вы станете стройным, и не означает, что когда вы освободитесь от необходимости быть полным, вы не должны соблюдать диету, если она помогает избавиться от излишнего веса, но этот процесс освобождает вас от навязчивой мысли о полноте и направляет вашу собственную психическую энергию по пути, который позволяет вам быть полным или стройным, по вашему выбору. Выход из этой ловушки заключается в том, чтобы позволить себе быть полным.

Вы можете спросить: «Как же я позволю себе быть полным?». Прежде всего перестаньте казнить себя за свою полноту. Признайте, что быть полным не «преступление», это просто то, что вам не нравится. Та часть вас, которая признает, что быть полным – очень плохо, это и есть тот судья, о котором мы говорили ранее, который обитает в глубине вашего ума и всегда говорит вам, что правильно, а что – нет, и всегда высказывает суждения о вас и о других людях. Признав это, вы поймете, что почти не имеете своего личного мнения и что не вы высказываете свои суждения.

Во-вторых, спросите себя, что следует из того, что вы полны, и позвольте себе считать, что это – как раз то, чего вы хотите. Например, вы, возможно, хотите привлечь внимание своей полнотой. Вы можете считать – вернее, ваш внутренний голос может считать – что вам не следует привлекать к себе то внимание, которое привлекает к себе полный человек. Но раз и навсегда решите, что все хорошо. Позвольте себе это.

Когда вы позволите себе остаться таким, каков вы есть, вы будете свободны решить, хотите ли вы оставаться таковым, и является ли это решение выражением вашей воли. Тогда вы сможете продолжать оставаться полным или стать стройным, как вам будет угодно, не неся на себе тяжкого бремени необходимости пребывания в том состоянии, которое делает вас несчастным.

«Нестарение» вовсе не означает, что вы не должны трудиться, чтобы достичь того, чего хотите. Скорее это означает не затрачивание энергии на достижение того, чего вы не хотите (в данном случае оставаться полным), или на не достижение того, чего вы хотите (в данном случае стать стройным). Оба этих соображения являются негативными.

Вышесказанное справедливо и в отношении психической деятельности. Не имеет значения, откуда вы начали свое психическое переживание: ваши психические способности совершенно естественны, они являются частью вас и призваны даровать вам радость. Вопрос

скорее заключается в том, чтобы позволить им вернуться в вашу жизнь, нежели прилагать усилия к тому, чтобы развить их.

Может случиться, что в ходе ваших психических переживаний вы почувствуете гнев, страх и печаль. Переживание этих эмоций вполне естественно; вы просто вспоминаете переживания и ощущения, которые вы уже испытывали или позволяли испытывать на уровне между сознанием и подсознанием. Вы можете плакать, смеяться, просто хорошо себя чувствовать или испытывать какие-либо иные ощущения. Что бы ни происходило с вами – это ваш способ психического выражения. **НЕТ ЕДИНОГО ПРАВИЛЬНОГО ПУТИ.**

Вам нет необходимости выполнять детальное психическое чтение, для того чтобы стать опытным целителем. И действительно, многие целители не произносят ни единого слова во время своих исцеляющих манипуляций. Но, независимо от того, высказываете вы вслух свои впечатления или нет, чтение может только помочь вам превратиться в канал для приема информации относительно своих пациентов. Чем больше вы позволите себе узнать о них (а именно это и представляет собой чтение), тем больше вы сможете узнать о природе их проблем и о том, как именно нужно разрешить эти проблемы.

Проще говоря, чтение есть исцеляющая процедура. Многие целители не практикуют тот вид исцеления, который мы излагаем в данной книге, а выполняют выраженное словами чтение. Они такие же целители, как и те, кто прикасается к своим пациентам или каким-либо иным образом работает с энергией. Опыт Эйми, например, показывает, что многие люди скорее исцеляются словами, нежели какими-либо манипуляциями. Едва лишь клиент подходит к двери, как она уже может сказать, какой именно словесный подход к нему следует избрать. Для некоторых людей она выполняет чтение, сообщая им об их заболеваниях, о выполнении ими их жизненных задач и т.д. Для интеллектуалов или для тех, кто ощущает потребность в понимании вещей, это часто оказывается самым подходящим методом. Прикосновение к их ауре и колебание ее руками может только смутить и травмировать их, по крайней мере на начальном этапе. Некоторые клиенты с горячей верой в Эйми как в целителя, веря в ее уникальные способности и доверяя полностью ее силам, предпочитают не говорить о своих недугах и не анализировать их.

Существует великое множество аспектов психического чтения и много различных стилей чтения, так же как и исцеляющих манипуляций. Некоторые первые упражнения по чтению, которые будут изложены ниже, вы сможете выполнять сами где угодно. Следующая серия упражнений требует участия другого человека, который должен сидеть напротив вас, в то время когда вы читаете ему.

## ***Картины и безумные образы***

Во время чтения вы можете увидеть множество вещей. При чтении, как и во время исцеления, основными источниками информации будут служить вам аура и чакры. Но психическая информация может также приходить к вам в форме ментальных образов или картин, которые мы и обсудим в данной книге.

Когда вы читаете, вы можете буквально видеть картины. Они могут воспроизводиться крупным планом на вашем ментальном экране или же выглядеть миниатюрными. Такие картины приходят из вашего субъективного мира.

Расположение источника ваших картин

1. Заземлите себя и войдите в транс.
2. Выберите в себе что-то такое, что вам не нравится. Выполняйте это упражнение относительно этого неприятного вам объекта вашего тела или же воображайте себя в ситуации, в которой вы проявляете себя бесчувственным, глупым или каким-либо еще. Это может быть ситуация, в которой вам довелось испытать ужас, или какая-то ситуация из вашего личного опыта.

3. Наблюдайте за этой картиной, медленно растворяйте ее. По мере исчезновения

позвольте появляться лицам других людей. Они – первоначальные создатели картины. Вы можете увидеть только одно лицо, а можете увидеть несколько лиц. Растворите эти лица одно за другим; при этом воображайте, что вы отправляете их к их владельцам. Если, глядя на эти лица, вы почувствуете гнев, боль или что-то еще, вернитесь назад, чтобы прожить то, что вы чувствуете. Скажите этим людям все, что вы хотели бы им сказать. Если это удовлетворит вас, когда вы растворяете картины, простите этим людям. Если же вы не хотите простить их, не прощайте: значит, для этого еще не пришло время. Мы упоминаем об этом потому, что когда вы готовы простить их за созданные ими картины, вы скорее простите себя за то, что имеете свои проблемы – за костлявость, полноту, тупость и т.д., – и тогда вы вплотную подойдете к тому, чтобы отказаться от этого. Помните, что нельзя торопиться. Если вы захотите какое-то время наслаждаться ощущением гнева, обиды или печали, пожалуйста, не отказывайте себе в этом удовольствии.

4. Создавайте картину самого себя и полюбите это изображение. Растворите его.

5. Призовите большее, золотое солнце, энергии, и пусть оно наполняет ваше тело и ауру.

6. Выйдите из транса.

## **Чтение роз**

Первый, основной комплекс упражнений по психическому чтению называется «Чтение роз». Мы пользуемся простейшим изображением розы – символа гармонии и красоты – для того, чтобы представить читаемого индивидуума, и изображение солнца – символа неисчерпаемой энергии для того, чтобы представить его или ее индивидуальный источник энергии. Изображение в натуральную величину – это ментальная модель или образ, создаваемый сознательно и с предельной точностью. Он отличается от обычных зрительных картин или образов, поскольку последние создаются бессознательно и не столь точно. Картины и т.д. могут содержать всевозможные виды ненужной и даже ослабляющей энергии, изображение в натуральную величину, создаваемое на ментальном экране, содержит только то, что вы вкладываете в него для своих целей. Взаимосвязь между розой и солнцем представляет взаимосвязь между человеком и его или ее энергией.

Чтение роз – прекрасный способ научиться читать и в то же время очень часто практикуемый метод принятия изображения развития индивидуума. Роза – это всего лишь символ. Если, выполняя нижеследующее упражнение, вы будете видеть тюльпаны, петунии или же розовых слонов – продолжайте в том же духе. Вы должны использовать все, что работает на вас.

1. Заземлите себя и пропускайте через себя энергию так, как сказано в главе 3, до тех пор, пока не почувствуете себя удобно.

2. Закройте глаза и вообразите, что в нашей голове находится ментальный экран. Вообразите самого себя осторожно вытирающим пыль с экрана метелочкой из перьев. В центре экрана создайте изображение розы и рассмотрите ее во всех деталях: ее лепестки, тычинки, листья и т.д. Роза не обязательно должна быть красной, вы можете выбрать цвет по своему усмотрению.

3. Растворите розу. Создайте другую розу, еще красивее, чем первую. Растворите ее. Создайте еще одну. Растворите. Выполняйте это пять раз, это даст вам навык создания зрительных образов. Если не можете увидеть розу на своем экране, вообразите себе что угодно, если вы сможете увидеть это.

4. Теперь создайте новую розу и вообразите, что эта роза представляет вашего хорошего друга. В действительности же ваши действия сводятся к тому, что вы позволяете энергии вашего друга наполнить розу и трансформировать ее. Наблюдайте, открывается роза или закрывается, цветет или опадает, изменяет свой цвет или остается точно такой же.

5. Создайте образ солнца и поместите его на картину. Посмотрите, где оно

соприкасается с розой. Солнце представляет энергию вашего друга. Получает ли он или она эту энергию непосредственно? Ярко ли сияет над розой солнце или же светит тускло? А может быть, оно вовсе исчезает из картины? Когда вы достаточно подробно изучите эту картину, растворите ее.

6. Повторите это упражнение еще для трех друзей или родственников. Повторите это упражнение, создавая розу для Джимми Картера. Вы сможете с легкостью читать любого человека, даже если вы никогда не видели его. Просто наблюдайте за различиями в розах и за их взаимосвязями с солнцем.

Каждая картина должна иметь для вас сугубо индивидуальное значение, поэтому следуйте своей интуиции. У Эйми есть свои собственные интерпретации: например, если роза ярко окрашена и расцветает непосредственно под своим солнцем, значит, индивидуум находится в непосредственной связи с своим источником энергии. Если роза слегка отклонилась от солнца, значит, индивидуум, вероятно, не хочет быть по-настоящему сильным. Если же увядающая роза растет под тусклым или далее расположенным солнцем, но сбоку от розы находится бутон, значит, индивидуум может отказаться от старого метода восприятия энергии, изменяя прежние индивидуальные черты или образ жизни, и позволить проявиться новой части своего «я». Крепкий стебель может означать, что индивидуум прочно укоренился в Земле или хорошо заземлен.

Цветовые значения, приведенные нами в главе 1, могут помочь вам понять цвета, которые вы видите, но прежде всего, если цвета имеют для вас какое-то особое значение, пользуйтесь своими интерпретациями. Когда вы закончите изучение роз, проследите, чтобы они полностью были растворены вами.

7. Теперь создайте розу для себя. Если в ней есть что-то такое, что вам не нравится, измените ее. Окрасьте ее в новый цвет, расположите ее по-новому или вообразите новые лепестки, как вам будет угодно. Затем растворите розу.

8. Через свою седьмую чакру введите в свое тело и ауру большое золотистое солнце. Выйдите из транса. Поздравляем вас; вы только что выполнили шесть психических чтений.

### **Как читать ауру**

Выражение «чтение ауры» звучит таинственно и сложно, но это не сложнее, чем чтение роз, чему вы только что научились. Прежде чем приступить к этому упражнению, вспомните, что вам совсем не нужно напрягаться и стараться заставить себя увидеть ауру. Не пытайтесь. Расслабьтесь и позвольте ауре прийти к вам.

Когда вы научитесь читать розы и почувствуете, что овладели этим навыком, продолжайте использовать розу, чтобы помочь себе читать ауры посредством нижеследующих упражнений.

1. Создайте розу для своего друга так, как вы делали это в предыдущем упражнении, но в это же время представьте себе, что это роза имеет нимб. Нимб представляет ауру индивидуума точно так же, как роза представляет самого индивидуума. Начинайте с наблюдения за одним цветком, переливающимся около лепестков. Если вы не можете видеть цвет, представьте себе, что нимб выглядел бы таким, как если бы вы смогли его видеть. Растворите розу.

2. Повторите это упражнение четыре раза, каждый раз добавляя новый цвет, пока вы не дойдете до пяти цветов.

3. Выйдите из транса. Очень хорошо. Вы только что прочитали ауру.

Следующий комплекс упражнений представляет собой более продвинутый этап чтения; он поможет вам использовать чтение ауры для исцеляющих манипуляций.

1. Заземлите себя и войдите в транс.

2. Создайте картину вашего друга. Воображаемой кистью с черной краской затемните картину, пока у вас не получится силуэт вашего друга.



3. Пусть аура вашего друга заполнит пространство вокруг силуэта, вначале в виде белого нимба. Наблюдайте, где нимб окажется больше и плотнее, а где – тоньше, или же над каким участком тела он пропадает.

4. Теперь пусть белый нимб принимает различные цвета. Это – цвета ауры вашего друга. Если вы видите только один цвет – прекрасно. Если вы видите десять цветов – тоже очень хорошо. Вероятнее всего, вы вначале будете видеть два или три цвета, а когда приобретете навык в различении цветов, вы сможете более тщательно рассмотреть ауру. Пусть это не волнует вас в первое время, просто наблюдайте за цветами, которые вы видите. Где они располагаются вокруг тела? Помните, что значение цветов, которые мы описали в главе 1, подтверждаются только НАШИМ опытом, поэтому, когда возможно – следуйте своей интуиции.

5. Растворите свою картину. Выберите другого друга и повторите процесс. Обратите внимание на различия в двух аурах. Растворите картины.

6. Выйдите из транса и сделайте реальным свое тело. Вы только что занимались очень сложной психической деятельностью.

### **Чтение ауры с открытыми глазами**

Ясновидение, или психическое видение, которым вы только что пользовались, осуществляется без участия физического зрения. Оно совершается посредством вашего психического зрения. Некоторые люди, как, например, мы сами, видим ауру физическим зрением. Эйми видит таким способом ауру, когда она находится в состоянии релаксации. Ауры обычно кажутся ей волнистыми нимбами золотистого цвета, хотя иногда они бывают окрашены в светлые цвета. Билл видит их, когда смотрит на них. Ему они часто кажутся похожими на фотографии. Доминирующий цвет или цвета располагаются в центре, а искры или вспышки энергии, имеющие другие цвета, рассеиваются в окружающем пространстве или же перемещаются вокруг основных цветов.

Тот факт, что Билл видит ауры, когда смотрит на них, а Эйми видит их в состоянии релаксации, позволяет сделать вывод, что аура всегда окружает человека, как это иногда видят дети, и что мы не видим ее постоянно только по одной причине, а именно: «мы не верим, что можем ее увидеть (см. главу 7 „ВЕРА, РЕЛИГИОЗНЫЕ СИСТЕМЫ И МЕЧТЫ“).

Нет ничего необычного в том, что некоторые могут видеть ауры физическим зрением, а не посредством ясновидения. В действительности своим физическим зрением вы можете видеть более незначительные детали, чем могли бы увидеть психическим зрением. Но читать ауру с открытыми глазами действительно любопытно, и в этом случае ваш процесс кажется менее «фантастическим» и более «реальным».

1. Выберите друга, который помог бы вам в выполнении этого упражнения. Попросите его или ее сесть или встать спиной к белой стене. Стена не обязательно должна быть белой, но, если стена белая, вам будет легче выполнять упражнение.

2. Заземлите себя. Для того чтобы увидеть таким способом ауру, вам нет необходимости входить в транс. Встаньте на расстоянии 20 футов от своего друга и сфокусируйте внимание на точке в пространстве, находящемся на расстоянии четырех футов от его или ее головы. Фокусируйтесь не на стене и не на лице своего друга, а на выбранной вами точке в пространстве. После некоторой практики вы начнете видеть ауру своего друга. Некоторые люди видят ауру почти уголками своих глаз или своим периферийным видением, хотя ауры выглядят так, как если бы они смотрели прямо на них.

3. Вы можете практиковаться смотреть на ауры, не говоря об этом их обладателям. Однако мы советуем вам быть осмотрительными. Очень раздражает, когда кто-то упорно смотрит на вашу макушку или на пространство над вашим плечом. В самом начале своего психического обучения у Эйми была привычка делать это совершенно произвольно, пока некоторые из ее друзей не обратили ее внимание на то, что это очень нервирует их. В ходе

своей практики вы можете прийти к выводу, что вы можете видеть ауры на фоне стены не белого, а какого-то темного цвета, на фоне стены любого цвета или вовсе без всякого фона.

### **Как читать чакры**

Чтение чакр в основе своей то же самое, что и чтение ауры, однако не приступайте к этому упражнению до тех пор, пока вы полностью не освоитесь в чтении ауры, потому что чтение чакр – более длительное и требующее напряжения упражнение, чем предыдущее упражнение.

1. Заземлите себя и войдите в транс.
2. Выберите друга и создайте его силуэт на своем ментальном экране.
3. Сфокусируйте свое внимание на ауре между яичниками, если ваш друг – женщина, или на основании позвоночника, если это мужчина. Создайте зрительный образ или представьте себе диск в этой области, наблюдайте, открыт этот диск или закрыт и насыщайте его цветом.

Помните, что вы читаете карту. Это – первая чакра, она связана с выживанием. Если она широко открыта или если окрашена в тусклые или темные цвета, у вашего друга возможны затруднения, связанные с аспектом выживания. Если она закрыта, значит, у вашего друга в данный момент нет проблем, связанных с выживанием. Если чакра зеленая (цвет роста), то он может найти новые пути, которые помогут ему выжить. Если же она красная (цвет чувств), то его способность выжить зависит от эмоционального заряда. И так далее.

4. Прочтите одну за другой каждую из семи чакр, а также чакры рук или ног, читая их таким же образом. Не жалейте времени. Очень важно, чтобы вы сфокусировались на каждой чакре отдельно, не больше одной за раз, и не пытайтесь рассматривать их все вместе.

5. После того как вы изучите каждую чакру в отдельности, взгляните на них на всех вместе. Вы можете представить самого себя отступающим назад от изображения друга, так, словно вы оказываетесь от картины на более удаленном расстоянии, чем были прежде, что бы иметь возможность видеть все чакры вместе. Сравните размеры и формы различных центров энергии. Какой из них самый большой? Какой из них наиболее ярко окрашен?

6. Растворите свою картину и выйдите из транса.
7. Точно таким же образом посмотрите на чакры своего друга и на следующий день; неделю спустя. Изменились ли они в чем-либо?

Определение местонахождения боли в ауре и теле

Следующее упражнение представляет огромную практическую ценность в работе целителя. Оно окажет вам дополнительную помощь при исцелении и дополнительную информацию, кроме той, которую вы получите при изучении ауры и чакр. Вначале практикуйтесь в этом упражнении самостоятельно, так, как вы это делали в предыдущем упражнении на чтение,

1. Заземлите себя и войдите в транс.
2. Выберите себе друга и создайте на своем ментальном экране его или ее образ (силуэт).
3. Убедите себя, что на вашей картине, в том участке тела, где ваш друг испытывает физическую боль, должно появиться красное пятно, обозначающее пораженный участок. Обратите внимание, в каком отношении к аурам находятся пятна. Когда вы как следует изучите картину, растворите ее.
4. Сделайте еще один силуэт вашего друга. Убедите себя, что красные пятна появятся там, где ваш друг испытывает эмоциональную боль. Как располагаются эти пятна по сравнению с первой картиной? Растворите эту картину.

5. Повторяйте это упражнение, выбирая разных друзей. Когда закончите, растворите изображение и выйдите из транса.

В следующий раз, когда вы будете заниматься исцелением своего друга, до начала процедуры выполните это упражнение. Вы можете сказать ему, что вы видите, а можете и не говорить – как вам угодно. Ваш друг может прийти к вам со словами: «О! У меня ужасная головная боль. Скорей вылечи меня!» Когда вы посадите его и приступите к этому упражнению, вы можете увидеть красное пятно вокруг или над его головой. Но вы можете увидеть еще более крупное и красное пятно где-то совершенно в другом месте, например, в основании позвоночника, в пупке, в левом колене, словом, где угодно. Обратите внимание на то, что вы видите, и не пытайтесь спорить с действительностью, даже если она сбивает вас с толку. Боль часто проявляется в совершенно иной части тела, нежели там, где гнездится ее источник. Когда вы будете готовы приступить к исцелению, обратите особое внимание на все участки, где вы обнаружили при чтении красные пятна.

### **Чтение и самозащита**

Для того чтобы развить свои навыки психического чтения, вы можете предложить людям чтение по ним. Вы можете, если хотите, осуществлять чтение в соединении с исцеляющими манипуляциями, а можете выполнять одно чтение, в зависимости от того, что кажется вам более подходящим в данной ситуации и что вам удобнее выполнять.

Мы советуем вам положиться на свою интуицию. Как только вы достаточно освоитесь с чтением ауры и чакр, вы, совершенно естественно, перейдете к более сложным видам чтения. Если вы посвящаете свое время практике по развитию у себя навыка психического чтения, вы заметите, что вы способны сами ответить на вопросы людей о них самих, просто задавая себе эти вопросы.

Когда вы садитесь, чтобы заняться чтением своего друга, следуйте той же самой основной процедуре, которую вы выполняете при исцеляющих манипуляциях. В этом случае посадите своего друга напротив себя, заземлите себя и его. Прежде чем начать, всегда постарайтесь, насколько возможно, очистить свой ум, чтобы ничто не сдерживало вас во время чтения. Затем выполняйте процедуры, описанные в разделах «КАК ЧИТАТЬ АУРУ» и «КАК ЧИТАТЬ ЧАКРЫ», каждый раз напоминая себе, что вы наблюдаете за своим другом.

Заниматься непосредственно психическим чтением кого-то гораздо любопытнее, чем наблюдать за ним на расстоянии, но в некотором отношении это гораздо труднее. Человек, которого вы читаете, может быть испуган, взволнован и очень любопытен. В результате этого он может «попасть вам в голову» (об этом явлении мы упоминали в главе 3). Он будет атаковать вас своим вниманием, мыслями, идеями, эмоциями и всем, что происходит от него. Хотя намерения у него могут быть самыми добрыми, его психические атаки могут заставить вас утратить свой заземляющий стержень.

Роза, о пользовании которой вы прочитали в одном из предыдущих разделов, имеет еще одно ценное применение, а именно, как форма психической защиты против атак.

Просто создайте зрительный образ розы, как вы делали это в предыдущих упражнениях. Вместо того чтобы расположить ее на своем ментальном экране, поместите ее напротив себя, как раз напротив своего лба. Внушите себе, что эта роза будет магнитом, притягивающим и поглощающим все связующие нити, исходящие от читаемого субъекта, прежде чем они войдут в вас и поглотят вашу энергию. Внушите себе еще, что роза останется здесь, и проверяйте ее наличие каждый раз, как приступите к чтению. Если вы ощутили внезапное беспокойство во время чтения, вам может потребоваться создать новую розу. В конце своего чтения растворите ее.

Использование розы для психической защиты не ограничивается процессом чтения. Оно неопределимо в повседневной жизни. В следующий раз, когда кто-нибудь станет наступать на вас, когда вы заспорите с кем-либо или вступите в психическую «войну», постарайтесь представить себе розу, чтобы разрядить ситуацию.

Эта процедура может оказаться невероятно полезной для поддержания в вас

равновесия, так что даже «психическая защита» может оказаться ненужной. Если вы не сопротивляетесь ничему, что «наступает» на вас в процессе психического чтения или вне его, вы увидите, что «вы» не существуете, и никто не «наступает» на вас. Чем больше вы позволяете наступать на себя всему, что мешает и создает психический барьер, тем безрезультатнее будет ваше чтение и ваши взаимосвязи. Помните, вы не должны отвергать того, что чувствуете, но это не окажет вам помощи в восприятии ощущения других людей в свое собственное психическое пространство.

## **Коммуникации**

В процессе выполнения психической деятельности любого рода очень важно говорить о том, что вы видите. Другими словами, вы должны найти способ передавать те сильные ощущения, которые вы воспринимаете, чтобы они не скапливались внутри вас и не блокировали вашу пятую чакру. Во время чтения вы можете увидеть нечто такое, о чем вам не хотелось бы говорить тому человеку, которого вы читаете. Возможно, что вы не вполне уверены в информации, или чувствуете, что это может рассердить читаемого, а это пугает вас.

Вы должны освободиться от воспринятого, независимо от того, скажете ли вы это читаемому или нет; просто вы должны передать данные в такой форме, которая снимет с вас заряд. Это может означать, что вам придется подождать ухода пациента и высказать все перед зеркалом самому себе. Возможно, вам придется записать то, что вы узнали. Если вы чувствуете, что вам удобнее передать информацию и выразить себя посредством живописи, танца или каким-либо иным способом, не прибегая к словам, сделайте это. Любая деятельность годится в качестве выхода, избавляющего вас от картин, связанных с тем, что вы увидели.

Некоторые целители передают наиболее серьезную информацию какому-то третьему лицу. Очень часто это бывает весьма эффективно. Однако иногда это порождает новую проблему: сплетня.

Если вы приготовили для меня бифштекс, который недожарен именно на мой вкус – а не недожарен вообще, это не значит, что вы плохо готовите, или что вы – плохой человек, или что я думаю о вас так, или же что вы сделали что-то неправильно. Это означает лишь то, что на мой вкус бифштекс недожарен. Мы вступили в общение.

Если же вы приготовили для меня бифштекс, который, на мой вкус, недожарен, и я иду к соседу Джону До и говорю, что вы не умеете готовить бифштекс, то ваши взаимоотношения с Джоном До будут окрашены моим мнением о вас, которое не имеет ничего общего с реальностью. Ваши взаимоотношения будут искажены. Я осложнил ситуацию тем, что сказал Джону До неправду о вас, и наши взаимоотношения также будут испорчены. Джон До воспримет мое изображение, попавшее в его психологическое пространство, и мне нужно, чтобы он согласился с тем, что я сказал ему, следовательно, его и мои взаимоотношения будут испорчены. Взаимоотношения между нами тремя искажаются, следовательно, мы все трое, как индивидуумы, становимся хуже, и, поскольку мы используем эти психологические картины во всех прочих наших взаимоотношениях и в процессе общения – сознательно или бессознательно, – мы выносим это искажение далеко за рамки нас троих. А все это произошло только потому, что я положил начало сплетням, вместо того чтобы вступить в общение. Конечно, Джон До не должен был принимать на веру то, что я сказал ему. Он мог бы понять, что это – всего лишь мое мнение. Однако большинство людей обычно не делают этого различия. Вернее, они часто делают в своем уме различия между фактом и мнением. Это помогает, когда вы предлагаете мнение, представляя его как ваше мнение: например, когда вы говорите: «Я считаю, что Джон До готовит лучше бифштексы в Арканзасе». Это поможет вам также в восприятии сообщения, чтобы осознать различие между фактом и мнением. Так, когда кто-то говорит вам: «Джон До готовит лучше

бифштексы в Арканзасе», вы должны понять, что он или она говорят: «Я думаю...».

Такого рода сплетни (болтовня) имеют много общего со сплетней – с сообщением чего-то такого, что не является безразличным кому-либо, кто ничего не может сделать с этим. Переданная информация может быть «дурной» : «Джон До не умеет готовить бифштекс», или же «хорошей» : «Джон До готовит лучшие бифштексы в Арканзасе». В любом случае сообщение имеет определенный налет.

Действительно, в большинстве случаев нет нужды передавать мнения, представления, суждения и осуждения. Они не послужат на пользу ни вам, ни миру. Однако люди, включая и нас с вами, очень увлекаются передачей такого рода сообщений, поскольку убеждают их в их собственном превосходстве. Поэтому мы не говорим, что вы не должны сообщать такие вещи; мы только говорим, что когда вы сообщаете то, что вы узнали во время чтения другому человеку, а не читаемому, не обращайтесь полученную информацию, ее психическую или эмоциональную силу – против читаемого и постарайтесь, чтобы заряд, который она несет, миновал вас, отлетел от вас. Иными словами, вам нет необходимости сообщать эту информацию, вам следует лишь вывести картину из вашего психического поля.

Сообщая своему пациенту узнанную информацию, если вы решите это сделать, вы должны делать это надлежащим образом. Например, вы узнали в процессе чтения что-то секретное, но боитесь, что ваш друг рассердится, услышав это. Вам следует сказать: «Я вижу, что вы можете заболеть. Вы обращаете слишком много внимания на то, на что вам совсем не следовало бы обращать внимание. Пока вы не взглянете правде в глаза и не выберете предмет, который способен отвлечь ваше внимание от этого, я не смогу исцелить вас».

Вы не высказали своего суждения относительно его состояния, но вы коснулись больного места, и ваш друг может с гневом отвергнуть ваши выводы. Если вы говорите правду так, как вы ее видите, вы можете получить энергетический шок (ранее мы говорили о нем, как о «психическом ударе»). Поэтому прежде всего не забудьте создать розу. Во-вторых, запомните, что никакой психический удар не может причинять вам вред, если вы не хотите сами воспринять его. И, наконец, если вы не сопротивляетесь ярости своего друга, она пройдет прямо через вас.

## ***Сочетание картин***

Этот раздел возвращает нас к возможности самого важного аспекта психической работы: к умению оставаться нейтральным, иными словами, не включаться в эмоции человека, которого вы читаете или исцеляете.

Для вас и вашего друга будет гораздо проще, если вы попросите его не медитировать и не входить в транс вместе с вами. Часто люди считают, что они облегчают чтение или исцеление, медитируя с вами во время вашей работы. Это совсем не так. Прежде всего люди медитируют по-разному, и им будет трудно быть внимательными и слушать ваши слова, если они пребывают где-то «на небе». Вам нужно, чтобы они были именно здесь.

Еще важнее, когда вы входите в транс, чтобы вы оставались на своем собственном энергетическом уровне. Если ваш друг медитирует вместе с вами, он может совершенно естественно, сам того не осознавая, идти вместе с вами, когда вы входите в транс. Тем самым он может нарушить один из самых главных принципов вхождения в транс, который заключается в том, что надо поднять свою энергию на достаточно высокий уровень, намного превышающий уровень читаемого индивидуума, чтобы обеспечить свою эмоциональную непричастность к нему во время чтения или исцеления.

Если вы оба находитесь на одном и том же уровне энергии, вы можете «сочетать картины» со своим другом, это означает, что переживания вашего друга, за которым вы наблюдаете, соединяются с вашими собственными аналогичными переживаниями. В свою очередь, ваши воспоминания могут слагаться в сильные ощущения, вызывающие

замешательство в вашем уме и хаос в чтении. Это – очень важная концепция: сочетание картин обычно является причиной возникающего ощущения, что вы не можете видеть объект во время чтения.

Вот очень простой пример сочетания картин: вы успешно начинаете процедуру, успешно читаете ауру своего друга и вдруг видите пятно темно-красного цвета. Вы говорите другу, что пятно в его ауре выражает гнев, и, сказав это, начинаете нервничать, чувствовать себя смущенно и неловко. Если бы вы были опытным ясновидцем, вы могли бы увидеть действительное изображение или картины в ауре друга. Или же вы могли бы почувствовать их. Или же, скорее всего, вы просто поняли бы, что внезапно вам стало очень не по себе.

Могло случиться так, что в возрасте пяти лет ваш друг был выпорот своей матерью и никогда не смог простить ей этого. Возможно, ваша мать отшлепала вас, когда вам было пять лет, и это до сих пор продолжает оставаться болезненным вопросом для вас. Если вы не нейтральны и ваш энергетический уровень не возвышается над уровнем вашего друга, ваши картины начинают сочетаться, и вы чувствуете себя выбитым из колеи. Ваша телесная память о ваших переживаниях смешивается с его памятью об аналогичных переживаниях, и вы можете фокусироваться только на этом наказании, независимо от того, сознаете вы это или нет.

Не впадайте в отчаяние. Кто угодно может сочетать свою картину с вашей, и совсем не трудно избавиться от этой проблемы. Прежде всего скажите своему другу: «Извините меня, мне нужно кое-что отрегулировать в состоянии транса», или: «Подождите одну минуту, пока я успокою некоторый зуд в своей седьмой чакре», или что-нибудь такое в этом роде. Вернитесь в голову, снова заземлите себя и поднимите уровень своей энергии, пропуская через свое тело большее количество Земли и Космической энергии. Если вы находитесь на более высоком уровне энергии, чем ваш друг, вы будете более способны наблюдать сочетание картин, не чувствуя их. Затем вновь заземлите своего друга.

Если у вас есть представление о том, что такое ваша сочетающаяся картина, поместите ее на свой ментальный экран и растворите ее. Это может быть все, что угодно: у вас обоих могли быть в юности прыщи, причиняющие вам страдания, у вас обоих могли быть ревнивые друзья или подруги, преждевременные эякуляции, страх высоты и т.д. У вас также могут сочетаться счастливые или позитивные картины, хотя на это меньше обращают внимание и это менее тягостно при чтении.

Если вы не можете ясно увидеть картину, сядьте позади своего друга, и пусть ваш ум заполнит любой воображаемый образ. Если вы неожиданно начинаете воспринимать что-то, растворите воображаемый образ. Если вы не воспринимаете ничего, растворите это. Если растворение картины не помогает, представьте себе, что ваши неприятные ощущения – это большая капля энергии любого по вашему выбору цвета. Поместите ее на свой ментальный экран и растворите ее.

Затем наполовину закройте свою вторую чакру. Это отделит вас от вашего друга.

Затем подумайте о пяти пунктах, которые отличают вас от вашего друга: у него каштановые волосы, а вы блондин; она школьная учительница, а вы торгуете молоком; она любит розы, а вы – нет; ей двадцать семь, а вам тридцать четыре; вы считаете психические процедуры колдовством, а ваш друг – нет. Этот метод выглядит очень простым, но вы не оцените его возможностей, пока не попробуете его. Вы – НЕ ВАШ ДРУГ. Вы должны взглянуть на его или ее забавы и заботы и сказать себе: «ЭТО НЕ МОИ ПРОБЛЕМЫ».

Хотя вам может показаться, что это звучит глупо, но головная боль, являющаяся совмещением (результатом совмещения) картин, может оказаться крайне важной для вас. Она может указать вам на те участки, в которых у вас накопилась или блокируется энергия и ощущения, и помочь вам облегчить ее, заставив вас осознать ее причину.

Один из наших учителей, Льюис Боствик, имел привычку советовать своим студентам, тем, которые вскоре должны были стать профессиональными целителями: «Не бойтесь, что ваши клиенты могут не заплатить вам; вы должны были бы платить им. Вы получаете возможность взглянуть на все свои навязчивые картины и избавиться от них».

Итак, продолжаем. Когда вы почувствуете, что вам не по себе во время чтения:

1. Вновь заземлите себя и своего друга.
2. Пропуская через себя энергию, поднимите уровень своей энергии выше его уровня.
3. Растворите любое изображение, какое вы сможете получить.
4. Создайте новую розу.
5. Закройте свою вторую чакру.
6. Подумайте о пяти пунктах, отличающих вас от вашего друга.

Начинающих целителей тревожит еще одна проблема: кажется, что с самого начала процесса чтения приходится иметь дело слишком со многими вещами. Это и ауры, и чакры, и соединительные нити, и картины, и духи-наставники, и символы прошлых жизней (этот вопрос мы будем обсуждать в главе 8). Иногда начинающему целителю кажется, что он не уверен точно в том, что он видит. Вы можете избежать этой проблемы, точно и заранее решив, на что вы будете смотреть: на ауру, чакры, соединительные нити или на что-то еще. Фокусируйтесь на избранном вами участке, отдайте ему все свое внимание. Когда вы изучите его как следует, вы можете перейти к другому участку.

### ***Привлечение внимания***

Этот раздел приводит нас к тому, что тибетские буддисты называют «однонаправленностью», а мы, западные люди, «привлечением внимания». Мы уже касались этого вопроса в главе 3, а сейчас пришло время взглянуть на этот вопрос с другой стороны.

Умение привлечь внимание является основой успешной психической деятельности. «Конечно, я обращаю внимание!» – можете вы сказать. Но взгляните на этот вопрос еще раз. Понаблюдайте за собой, чтобы увидеть, с какой легкостью ваш ум блуждает, в то время когда вы занимаетесь исцелением, чтением или выполняете свою повседневную работу.

Госпожа В., клиент Эйми, пожаловалась, что у нее избыточный вес. Что бы она ни делала, она не могла сбросить двадцать фунтов, которые заставляли ее чувствовать себя безобразной и несчастной. В качестве домашнего задания Эйми предписала ей: есть. Действительно есть.

«О, нет!» – сказала В. – «Я уже пробовала это! Я позволяла себе есть все, что мне не разрешали есть, все, что я хотела... и за две недели я набрала двадцать фунтов!».

Эйми объяснила ей, что решение есть все, что запрещалось, просто было обратной стороной беспокойства о всех тех вещах, которые она не могла иметь. Избавлению от лишнего веса препятствовало то, что она никогда в действительности не обращала внимания просто на еду, когда ела. Если она съедала кусок торта, она беспокоилась о калориях и о недостаточном питании. Если она съедала салат, она хвалила себя за диетическую и здоровую пищу. Она всегда ела, перед строгим судьей, самой собой. И, поскольку каждый раз, когда она ела, она корила себя и чувствовала себя плохо, она не позволяла себе превратить еду в радость и наслаждение.

Как мы все хорошо знаем, наиболее соблазнительным является то, что запрещено. Чем больше мы кормим себя, тем труднее сопротивляться искушению. Поэтому госпожа В. получила задание на дом: заняться процессом поглощения пищи – просто сидеть и есть, сосредоточивая внимание на пище, не осуждая и не браня себя.

На следующий день она позвонила Эйми: «Я обнаружила, что я действительно наслаждаюсь вкусом. Каждый раз, когда я прохожу мимо какой-то пищи, у меня во рту появляется вкус. Вместо того чтобы выбирать, что есть, и отказываться от пищи потому, что она может принести вред, я медленно пробую ее на вкус. И нахожу, что одного или двух кусков вполне достаточно».

Другого клиента Эйми волновал сигаретный дым. «Я считаю, что курение вредит мне. Что мне делать?» – говорил он. Она надеялся, что Эйми, его целитель, велит ему успокоиться. Она должна знать, дурно это для него или нет, и если он продолжал бы

поступать вопреки ее указаниям, он был бы действительно не прав.

Эйми сказала: «Я не собираюсь предлагать вам успокоиться или курить. Поступайте так, как вам хочется, мне это безразлично. Я хочу только просить вас быть внимательным, прежде чем вы начнете курить, во время курения и после него. Понаблюдайте, как вы будете себя чувствовать. Если курение не доставляет вам радости, не курите. Если оно радует вас, получайте удовольствие. В настоящий момент вы даже не знаете, нравится оно вам или нет, потому что в действительности вы не курите. Вместо того чтобы курить, вы беспокоитесь о том, хорошо это или дурно, полезно или вредно. У вас нет времени для настоящего удовольствия или неприятных ощущений, которые по-настоящему и должны помочь вам решить, стоит курить или нет».

Сосредоточьте свое внимание на каком-либо одном пункте – это самый эффективный способ определения того, чего же вам на самом деле хочется или не хочется, что же вам нравится, а что – не нравится. Только тогда вы сможете свободно выбрать, чего же вам в действительности хочется.

В психическом чтении однонаправленность представляет огромную ценность. Любая информация во вселенной будет вам полезна, вы сможете узнать все. А во время чтения вы сможете все узнать о пациенте, если между вами есть договоренность о том, что вы должны знать все.

Например, друг, которого вы читаете, задает вам вопрос. Ваша способность получить ответ зависит от вашей способности полностью сфокусировать внимание на этом вопросе. Если вы боитесь ответить на вопрос или если вы боитесь, что в действительности окажетесь достаточно сильным, чтобы узнать ответ, ваш ум может прийти в замешательство. Вы можете смутиться, заскучать, вас может начать клонить в сон. Вы можете начать думать о фильме, который видели накануне вечером, или о том, что вы собираетесь есть во время ленча. Остановитесь и спросите себя, что стоит между вами и информацией. Если вам по-прежнему неловко отвечать, вы можете просто сказать об этом пациенту. Вы вовсе не обязаны приводить какие-то оправдания.

### ***Продолжайте совершенствоваться в чтении***

Случайно вы вторглись в область человека, который, хоть и пришел к вам для чтения, в действительности не хочет, чтобы вы смотрели на него как на психический объект. Вы не можете исцелить человека против его воли. Точно так же вы не можете смотреть на него против воли. Эйми испытала такую ситуацию, когда информация была словно заблокирована: она просто не могла получить ничего, даже призвав на помощь всю известную ей технику обособления и нейтрализации. И, чувствуя, как трудно ей выполнять это, она спросила: «Правда ли, что вы не хотите, чтобы я видела вас? Я не могу читать вас до тех пор, пока вы не захотите этого». Чаще всего, невзирая на неловкость, пациент или пациентка отвечают «да».

Сейчас самое время упомянуть, что во всех областях психической деятельности, охватывающей вас и другого человека, настойчивость не поможет вам. Оповестите своих друзей, что вы хотели бы попрактиковаться в психических приемах, которые вы узнали из данной книги. Самое идеальное, если вы позволите им прийти к вам. Однако, если вам удобнее попросить их об этом, попросите, но вежливо, так, чтобы они имели возможность сказать «нет», если им не хочется этого.

«Психический мир» – это очень страшный мир для многих людей, некоторые из них могут быть напуганы вторжением в этот мир. Эйми испытывала много неожиданностей, когда начинала свою деятельность, очень часто ее друзья, которые казались ей либерально и философски настроенными, пугались или оказывались самыми суровыми критиками. И наоборот, люди, никогда не проявляющие интереса к экстрасенсорным проявлениям и медитации и тому подобному, оказывались очень любознательными и полезными. Мы можем заверить вас, что с течением времени вы будете сразу же распознавать, кто будет



испуган, а кто – нет. Подумайте и вспомните, как вы сами чувствовали себя в этом мире несколько лет назад или когда вы только начинали читать эту книгу.

Льюис Боствик, о котором мы уже упоминали ранее, имел также привычку говорить: «Давайте вашим читаемым чуть больше того, что они могут иметь». Этот щедрый совет (мудрый совет) станет вам вполне понятным, когда вы приобретете некоторую практику в чтении. Он равно применим и к исцелению.

В данном контексте «обладание» (менее) означает, какое количество информации или какое исцеление самого себя вы желаете получить в данное время. Обладание в основном означает, что вы хотите дать самому себе. Например, если деньги играют для вас важную роль, должны ли вы обладать ими в такой сумме, какую вы хотите иметь. Простирается ли ваше обладание до 100 долларов? До 1000 долларов? До 1 000 000 долларов? Если главное для вас – любовь, то обладаете ли вы счастливой любовью или браком?

У многих людей уровень обладания невысок. Количество информации, получаемое вами при чтении, которое вы хотели бы услышать, на котором сосредоточить свое внимание, и о котором подумать, является вашим уровнем обладания. Количество исцеляющей энергии, которое вы способны принять в свое тело в процессе исцеления, чтобы трансформировать эту энергию, является вашим уровнем обладания.

Льюис Боствик советовал сообщать читаемым чуть больше нормы, потому что информация до некоторой степени рассеивается, даже если она и не находится непосредственно на сознательном уровне. Нам часто звонят многие из тех людей, которых мы читали или которым давали советы полгода или год назад, и говорят нам: «Я чуть не свихнулся, когда вы мне говорили то-то и то-то, а сейчас чувствую, что это так! Я не понимал, что вы подразумеваете под вашей тарабарщиной до прошлой недели, когда все сбылось». С другой стороны, если вы сообщаете читаемому слишком много раз, вы настолько испугаете его, что ему может потребоваться десять жизней, чтобы начать воспринимать то, что вы сказали.

Психическое чтение – это нечто большее, чем просто служение другим. Это – служение самому себе. По мере того как вы видите совмещающиеся картины и обнаруживаете то, что выбило вас из колеи, вы обретаете способность снять с себя этот груз, растворив картины. И вы можете вновь утвердить свое собственное психическое пространство, сказав: «Я – НЕ МОЙ ДРУГ. Я – ЭТО Я САМ». Для Эйми, например, умение читать имеет еще одну ценность. Это побуждает ее иметь решительное мнение, твердо отстаивать его, что было почти невозможным для нее ранее.

Теперь, не боясь показаться непоследовательными, мы должны сказать, что величайший аспект всего чтения на первый взгляд представляется совершенно противоположным тому, о каком мы только что говорили вам. Как сказал Эйми один психический целитель: «Величайшее просветление есть в том, что я есть он». Чем больше вы читаете (и, как мы полагаем, чем больше вы живете), тем яснее становится вам, что вы подобны любому человеку и что любой человек имеет те же проблемы, что и вы. Что же вы в действительности должны делать во время чтения? Говорить себе о себе. Что может быть проще?

## **Глава 5. Некоторые исцеляющие манипуляции и упражнения на чтение, выполняемые на более продвинутом этапе**

Упражнения, описанные в данной главе, выполняются на более продвинутом этапе, нежели те, что описывались ранее. Не торопитесь в выполнении их, равно как и в выполнении всех описанных здесь упражнений. В девяти главах излагается полный курс, и гораздо лучше многократно повторять упражнения до тех пор, пока полностью не освоитесь

с ними, чем торопливо просмотреть книгу.

Помните также, что очень хорошо, если некоторые упражнения в этой главе покажутся вам гораздо проще, чем упражнения предыдущих глав. В настоящей книге упражнения расположены в определенном порядке, но это вовсе не означает, что каждое следующее упражнение должно быть более сложным для вас, чем предыдущее. Не жалейте времени на те упражнения, которые требуют от вас времени, и не сравнивайте свой прогресс с прогрессом других или с тем, чего, как вам кажется, вы могли бы достичь. Каждый человек индивидуален и пойдет своим путем.

## **Очищение чакр**

Очищение чакр может привести к самым драматическим результатам из всей психической деятельности как при исцелении других так и при исцелении себя. Вот метод, предлагаемый нами для очищения чакр своих собственных.

1. Заземлите себя и войдите в транс.

2. Пребывайте в своей третьей чакре. Представьте себе, что какая-то раздражающая энергия, картины или что-то постороннее, накопленное здесь, будет перемещено из третьей во вторую чакру, будет накапливаться в ней, а затем переместится в правую чакру. Повторите этот процесс. Удалите в заземляющий стержень, а через него в Землю все, что накопилось у вас в этих чакрах. Во время этого упражнения нет необходимости исследовать, что же именно вы удаляете, хотя вы, безусловно, можете сделать это.

3. Пребывайте в своей четвертой чакре. Повторите этот процесс в обратном направлении. Переместите весь накопленный

психический мусор из четвертой чакры в пятую, шестую и седьмую чакры и через седьмую выводите наружу. Представьте себе, что он удален из вашей ауры и растворяется в нейтральной энергии.

4. Теперь пребывайте в своей первой чакре. Заполните этот центр оранжевой энергией и представьте себе, что она кипит и переливается в каждой чакре. Вы только что вывели оттуда все постороннее. Каждый раз, выводя все ненужное, заполняйте чистой энергией освободившееся пространство. Природа не выносит пустоты в психических пространствах, равно как и в физических, если вы оставляете пространство пустым, излишне говорить, что может скопиться в нем.

5. Повторите этап 4 для второй и третьей чакры. Затем закройте каждую из нижних чакр до такой степени, как вам будет удобно.

6. Заполните четыре верхние чакры одну за другой оранжевой энергией. Как вы уже знаете из раздела «МЕДИТАЦИИ НА ЦВЕТЕ» (глава 3), оранжевый цвет всегда является эффективным цветом, но если вы предпочитаете использовать какой-либо другой цвет, поступайте, как считаете нужным. Четыре верхние чакры не закрывайте.

7. Выйдите из транса.

Процесс очищения чакр представляет собой несложную процедуру. Вы можете выполнять его так часто или так редко, как хотите, в зависимости от того, каким временем вы располагаете. Если вы хотите, то после выполнения этапа 6 вы можете удалить все связующие нити и взглянуть на навязчивые картины, препятствующие потоку энергии.

Для того чтобы исцелить другого человека посредством этого метода, заземлите себя и его, затем поместите свою руку над его третьей чакрой и представляйте себе, что она проталкивает все ненужное через нижние чакры в заземляющий стержень, а оттуда – в Землю.

Затем поместите свою руку над его седьмой чакрой и представьте себе, что вы вытягиваете все лишнее из четвертой чакры через все верхние чакры и удаляете все прочь через седьмую чакру. Затем заполните каждую чакру свежей энергией.

## **Выравнивание чакр**

Каждая чакра связана небольшой энергетической системой с главным энергетическим каналом, идущим позади позвоночника и параллельно ему. Иногда физическая болезнь, поражающая место соединения его с определенной чакрой, становится причиной того, что чакра разъединяется с энергетическим каналом или выпадает из общего ряда. Иногда изображения прошлых или будущих жизней или картины, связанные с переживаниями в настоящей жизни, от которых человек не избавился, оседают в чакре и нарушают поток энергии в ней. Очистив свои чакры или чакры своего друга, вы можете взглянуть на главный энергетический канал и исследовать его взаимосвязи с различными чакрами. Целитель часто может очень помочь, просто восстанавливая чакры, которые выпали из общего ряда, и соединяя те, которые разъединены между собой. Для того чтобы выполнить это упражнение, заземлите себя и войдите в транс. Затем очистите чакры так, как вы это делали в предыдущем упражнении. Затем, начиная с первой чакры и поднимаясь до седьмой (завершая работу в одной чакре, переходите к следующей), представляйте себе ствол чакры и энергетический канал, идущий позади него. Прочно ли соединены ствол чакры с каналом? Если соединение не прочное, представьте себе самого себя связывающим его, как вы связывали бы узел, или ввинчивающим один конец соединения в другой, как вы бы завинчивали в патрон лампочку. Если они разъединяются, просто скрепите их снова.

Когда вы убедитесь, что все чакры соединены с энергетическим каналом, вернитесь к первой чакре. Представьте себе, что, глядя в нее, вы смотрите прямо на чашечку цветка. Если чашечка слегка отклоняется, так, что вы не можете видеть пестика цветка, поправьте ее решительно осторожно своими психическими пальцами и выпрямите цветок. То же самое сделайте с остальными чакрами. Затем введите через седьмую чакру огромное золотое солнце, и пусть его энергия заполнит ваш энергетический канал или же канал вашего пациента, посылая свои лучи во все участки тела, а затем уходя через заземляющий стержень. Выйдите из транс.

## **Владение своим телом**

Ранее, в главе 3, мы предлагали вам говорить со своим телом. Вот еще одно упражнение, которое может вначале показаться необычным. Оно предназначено для возобновления связи вас с вашим собственным телом, для утверждения вас обладателем своего собственного физического пространства, а также для того, чтобы напомнить вам, что, невзирая ни на что, неутомимый ум может сказать вам: «Это ваше тело».

«Владеть» чем-либо на психическом языке означает «сделать это полностью своим». Например, ваши родители научили вас ходить, следовательно, они могут продолжать владеть какой-то частью ваших ног, а сами вы можете полностью никогда не обладать ими. Вы можете вырасти с убеждением, что ваши гениталии в какой-то мере недостаточно чисты и вы можете никогда по-настоящему не владеть ими и не пользоваться ими, как своими собственными.

Участки вашего тела, которыми вы не владеете, это участки, в которых может блокироваться Земная и Космическая энергии, когда вы пропускаете их через свое тело. Это участки, в которых вы очень часто оказываетесь бессознательным или «спящим», это участки, в которых чаще всего гнездятся физические болезни. В этих участках аура может быть очень тонкой, или ее может не существовать вообще.

Вы – король или королева замка, каковыми является ваше тело. Если вы хотите проконтролировать свои владения, прежде всего заземлите себя. Затем пребывайте в больших пальцах ног (это – то же самое, что пребывание в центре головы, пребывание в углу комнаты или пребывание в одной из чакр). Привлеките все свое сознание в большие пальцы

ног. Наверняка вы никогда так много не думали о своих больших пальцах, однако не жалейте времени и определите, как вы чувствуете себя здесь и что чувствуют ваши большие пальцы.

Затем пребывайте в ступнях. Какие они: легкие, тяжелые, онемевшие или болезненные? Пребывайте в икрах ног.

Пребывайте в каждой части своего тела, следуя от одной к другой. Заметьте, что вам не надо двигаться от одной части тела к другой, просто будьте сначала в одной части, а затем будьте в другой. Будьте в коленях, бедрах, ягодицах, гениталиях, в животе, груди, плечах, в верхней части рук, в локтях, руках, пальцах, будьте в нижней части спины, в верхней части спины, в шее, подбородке, губах, языке, зубах, носу, щеках, ушах, волосах, голове. На каждый участок потратьте столько времени, сколько будет нужно, и, оставляя предыдущую часть, будьте готовы посетить следующую.

Входя в каждую часть своего тела, говорите с ней. Поздоровайтесь со своим животом и спросите его, не желает ли он, чтобы вы что-то сделали для него. Он может ответить: «Не надо так налегать на мексиканские блюда», или: «Перестегни свой пояс на следующее деление». Поговорите со своими ступнями: они могут сказать: «Не забывайте о нас. Нам нужна более мягкая обувь», или: «Спасибо за английскую соль».

Вы заметьте, что в некоторых частях тела вы чувствуете себя приятно и удобно, тогда как в других вы ощущаете скуку, тяжесть или напряжение. Эти части и есть те участки, которыми вы не овладели полностью.

Находясь в каждой части тела, осознайте свои ощущения, как приятные, так и неприятные. Первым шагом, вызывающим у вас чувство, что все тело принадлежит вам, будет ощущение, что вы можете определить, в какой части тела вам удобно, и в какой вы чувствуете себя чужим. Посмотрите повнимательнее, не накопились ли какие-то болезненные образы в этих, чужих вам участках. Если так, то верните эти образы их первоначальным владельцам, как мы объясняли вам в главе 4.

Когда вы закончите процесс овладения своим телом, возвращайтесь в центр головы. Отсюда на своем ментальном экране создайте картину своего тела. Отдайте этому изображению как можно больше любви и нежности. Растворите картину и выйдите из транса.

## ***Будьте здоровым***

Поскольку процесс исцеления подразумевает, что что-то в организме нуждается в восстановлении, целители стремятся сфокусировать свое внимание чаще на том, что «не в порядке» в физическом или психологическом теле, а не в том, что в нем «нормально». Однако такая фокусировка внимания приводит к ошибкам. Исцеление – это скорее не процесс корректировки того, что работает неправильно, а процесс, дающий возможность функционировать тому, что естественно.

В главе 4 мы говорили о том, что надо «не пытаться» ; мы говорили о том, что способность исцелять является естественной способностью и что использование этой способности – это скорее разрешение вернуться ей в вашу жизнь, а не настоящие попытки развить ее.

Упражнения, описанные в данной книге, предназначены для того, чтобы вернуть под ваш контроль ваше естественное состояние силы и воли. Они предназначены отучить вас от некоторых моделей, которым вы научились в детском возрасте и которые были полезны ребенку; сейчас же эти модели не всегда приемлемы для вас, а иногда могут быть и вредными. Например, астма может быть результатом излишнего родительского внимания, проявляемого по отношению к нам в детстве. Но хотите ли вы сейчас получить такое внимание? Разве не стоит это внимание способности легко дышать?

Нижеследующее упражнение ставит своей целью привести вас в контакт с тем, с чем вы уже работаете, и направить оставшуюся часть вашей энергии на коррекцию этой работы.

1. Заземлите себя и войдите в транс.
2. Найдите на своей ауре участки, излучающие здоровую, вибрирующую, чистую, золотистую энергию.
3. Поднимите энергию в остальных участках тела так, чтобы она соответствовала высокой энергии этих здоровых участков. Вы должны убедить себя, что энергия поднимается, если вы прикажете ей это. Тогда вы сможете поднять ее так высоко, как это нужно.
4. Заставьте энергию циркулировать по своим чакрам и ауре, а затем нагнитесь вперед и выйдите из транса.

Вы можете использовать это упражнение для исцеления других. Вы просто должны найти на их ауре здоровые участки, вместо того чтобы искать их на своей ауре. Затем поднимите их энергию, как поднимали свою.

### ***Позвольте себе заболеть***

Предыдущее упражнение, среди прочих вещей, многое добавило к вашему уровню обладания. Если вы входите в транс и видите одну лишь серую энергию, спросите себя, насколько высоко вы желали бы поднять ее, и попросите в качестве ответа проявиться ее в цвете. Возьмите этот цвет – каков бы он ни был – и проведите его из седьмой чакры в третью. Затем соедините остаток вашей энергии с этой энергией и завершите этап 4 упражнения. На следующий день снова выполните это упражнение. Ваша энергия наверняка поднимется чуть выше своего прежнего уровня. Какой бы цвет ни имела ваша энергия, поднимайте его до следующего, более высокого цвета (до цвета, который представляется вам более высоким), прежде чем переходить к этапам 4 и 3. Посмотрите, сколько дней потребуется у вас на это упражнение, прежде чем в вашей ауре появится золотистый цвет.

Здоровое состояние – это следствие того, что вы позволяете себе пребывать в этом состоянии. Однако иногда вы не позволяете себе быть здоровым. И Эйми и Билл время от времени позволяют себе заболеть, просто для того, чтобы отдохнуть несколько дней или получить сочувствие от других людей. Болезнь – не такой приятный и простой способ получить то, что вам хочется. Гораздо проще просто попросить сочувствия или взять отпуск. Болезнь до определенной степени работает на вас, но она редко бывает самым благоприятным методом управления своими желаниями.

Если вы заболели и хотите избавиться от своей болезни, просто освободитесь от нее. Избавление от чем-то – это активный процесс, требующий, чтобы вы затрачивали энергию на болезнь. Освободиться от нее так же легко, как раскрыть свою психическую руку.

1. Заземлите себя и войдите в транс.
2. Определите местонахождение красных пятен в своей ауре, представляющих болезнь. Пятна могут быть не красного, а какого-то иного цвета: просто попросите увидеть свою болезнь, и пятна появятся в соответствующем своем цвете.
3. Каждое пятно заполните гелием.
4. Пусть каждое наполненное гелием пятно плывет словно воздушный шар и уплывает из вашей ауры в пространство, где оно будет нейтрализовано.
5. Введите через седьмую чакру чистую золотистую энергию и заполните ею те участки, где раньше были пятна.
6. Выйдите из транса.

### ***Ваш внутренний голос***

Нижеследующее упражнение является одним из самых простых в данной книге, однако мы считаем, что оно приносит положительные результаты во всех областях психической

деятельности.

Ранее мы уже упоминали о внутреннем голосе – о той части вашего «я», которая всегда все знает и которая предлагает такие ответы на ваши вопросы, которые послужат вашей пользе. Чтобы войти в контакт со своим внутренним голосом, сначала закройте глаза и заземлите себя. Подумайте о вопросе, на который вы хотели бы получить ответ, например: «Действительно ли я хочу идти на прогулку с Эдди?», или: «Собирается ли мой шеф повысить меня в должности?», «Действительно ли моя сестра любит кого-то?».

На своем ментальном экране выведите крупное: «Да». Далее выведите крупное: «Нет». Задайте вопрос и посмотрите, какое слово осветится. Мы понимаем, что это звучит слишком просто, но жизнь не должна быть тяжелой. Попробуйте. Возможно, вы удивитесь, насколько быстро и легко вы получите правильный и точный ответ.

Эта процедура очень полезна и для бесед со своим телом. Например, Эйми иногда таким образом проверяет пищевой баланс. «Эй, тело, – спрашивает она, – тебе нужны еще витамины?». Если она получает ответ «Да», она начинает перечислять витамины: А, В, С, Д, Е и т.д., получая ответ: «Да» или «Нет» для каждого витамина.

Вы можете, если хотите варьировать этот процесс, добавлять «иногда», или «немного», или «много», или какие-то другие градации ответа. Будьте так самостоятельны, как вам того захочется.

### ***Упражнения для исцеления отсутствующих и самоисцеления, выполняемые на более продвинутом этапе***

В главе 4 мы рассказывали вам, как читать болезни в теле. Для того чтобы выполнять нижеследующие упражнения на исцеление отсутствующего человека, выполните этапы 1-3 раздела «МЕСТОНАХОЖДЕНИЕ БОЛИ В АУРЕ И ТЕЛЕ», находя красные пятна на своей картине, изображающей вашего пациента. Вначале не обращайте внимания на его или ее чакры.

Когда вы определите больные участки, возьмите один из них и представьте себе в центре его сияющий оранжевый шар. Представьте себе, что этот шар медленно заполняет красное пятно до тех пор, пока красное не исчезнет полностью. Выполняйте эту процедуру относительно каждого пятна. Если какие-то пятна не переходят в оранжевые, повторите упражнение. Если пятна остаются красными, возможно, ваш пациент не позволяет этим участкам исцелиться. Вспомните наш разговор об «обладании», приведенный в главе 4; пусть ваш пациент получит исцеление в такой степени, чтобы он смог его воспринять в данный момент без всякого вреда для себя.

Повторите это упражнение, читая и исцеляя не тело, а чакры.

Наконец создайте картину самого себя и выполняйте это упражнение, начиная со своего тела, а затем переходя к чакрам. В конце упражнения всегда растворяйте свои картины. Хотя этот метод исцеления предназначен в основном для исцеления отсутствующих и самоисцеления, он может иногда оказаться весьма полезным для исцеления пациента, сидящего напротив вас. Например, если по какой-то причине вам затруднительно перемещать свои руки в своей ауре, вы можете исцелить его посредством этого метода.

## **Глава 6. Почему люди болеют**

Большинство из нас считает, что болезнь – это беда, которая обрушивается на нас, несчастный случай, в котором мы не повинны. Возможно, что заболеем потому, что шел под

дождем без шляпы, или потому что вокруг – эпидемия гриппа. Тогда почему же некоторые люди никогда не носят шляп, не боятся эпидемий и живут здоровыми всю жизнь. Почему некоторые люди постоянно живут здоровыми среди эпидемий?

### ***Что вы делаете, чтобы вылечиться от болезни?***

Болезнь – это вовсе не несчастный случай. Заболевание приводит ко множеству самых неожиданных результатов. Неожиданный результат это то, что вы избавляетесь от чего-то. Это может быть приятно, как любовь, и вам может захотеться сохранить это. Это может быть неприятно, как боль, и вам может захотеться избавиться от этого. В обоих случаях это то, что ваш ум считает необходимым для того, чтобы выжить. Когда вы замечаете, что избавляетесь от чего-то – когда вы открываете для себя неожиданный результат, – вы начинаете постигать, что ваш ум считает необходимым для вас, и отмечаете первые этапы освобождения от своей индивидуальной системы представлений.

Некоторые неожиданные результаты мы воспринимаем легко, увидеть другие нам гораздо труднее. Например, если вас уложили в постель, вам не только сочувствуют многие, вы не только получаете много внимания со стороны окружающих, но вы также можете увидеть людей, дежурящих около вас, убирающих за вами и относящихся к вам лучше, чем в обычное время. Вы также можете пропустить важные встречи, на которые вам не хочется идти, пропустить еженедельный визит к родственникам, или же, приписав свою болезнь ресторанной пищи, вы можете отказаться идти туда, на чем так настаивает ваш муж или жена.

Некоторые знакомые нам врачи соглашаются, что большинство болезней их пациентов являются по своему происхождению психосоматическими, иными словами, не имеют органической основы. В теле пациентов нет никаких неполадок, но сами пациенты решили, что что-то неладно или будет неладно, и у них начинают проявляться все симптомы болезни. Если врачи говорят своим пациентам: «Посмотрите, у вас ничего нет, вы здоровы, как лошадь. Почему бы вам не пойти в кино и не вернуться к своему обычному образу жизни?» – больные просто начинают искать нового врача, который бы с сочувствием отнесся к их жалобам. В результате некоторые врачи научились выслушивать с сочувствующим видом своих пациентов и затем назначать им совершенно невинное лечение, вроде кусочков сахара или каких-либо иных столь же безвредных средств. Тогда пациенты могут считать, что болезнь, созданная их умами, была излечена опытным врачом. Достаточно быстро эти пациенты переключают внимание на удовлетворение своих потребностей и снова оказываются на ногах, так и не поняв, что их лечили, как детей, и заставили поверить, что к ним вернулось здоровье, которого они никогда и не теряли.

Занимаясь самоисцелением или исцелением своего друга, вам полезно иметь представление об огромной силе ума и его способности создавать явные признаки болезни, которая никогда не существовала на самом деле. Тот факт, что эти болезни созданы воображением, не ослабляет их губительного воздействия на жизнь: люди могут умирать и от воображаемых болезней. Мы пользуемся своим умом, чтобы создать головную боль, простуду или лихорадку; точно так же наш ум может создавать и по-настоящему серьезные биологические проблемы, такие как язва, инфаркт, рак. Конечно, болезнь, порожденная умом, также излечима, об этом мы расскажем в данной книге.

Как мы уже ранее упоминали, основную причину заболевания приписывают «микробам». Хотя с технической точки зрения совершенно справедливо утверждать, что микробы нарушают ритм работы тела, все же возникает вопрос: почему болезни возникают чаще в одно время, нежели в другое, и почему некоторые люди болеют чаще других. Микробы все время присутствуют вокруг нас. В процессе психического чтения следует выяснить причины, почему микробы активизируются в данном теле.

Поговорим немного на чисто физическом уровне. Болезнь является очистительным

процессом в теле. Вместо того чтобы смотреть на простуду как на совокупность неприятных симптомов, которые приключились с вами, на нее можно смотреть как на способ выведения ядовитых веществ. Тело «трясет от холода», а затем бросает в пот, для того чтобы вывести через кожу ядовитые вещества. Насморк – это способ, посредством которого тело избавляется от ядовитых веществ через носовые мембраны. Посредством поноса тело очищает себя через выделительную систему.

Эти ядовитые вещества накапливаются вследствие курения, употребления алкогольных напитков, от переедания или слишком острой пищи, от лекарств или наркотиков, а также от поллюций. Если смотреть на болезнь с этой точки зрения, вполне логично будет прийти к выводу, что заболевание того или иного участка тела – это процесс очищения этого участка тела. Постоянное очищение тела препятствует накоплению ядовитых веществ, что может привести к более серьезным и болезненным недомоганиям, чем простуда. Болезнь может оказаться действенным, позитивным выходом на пути к здоровью и счастью.

Как мы уже упоминали ранее, и Эйми, и Билл время от времени заболевают для того, чтобы несколько дней отдохнуть. Когда мы много работаем в течение длительного времени и не получаем той любви и поддержки от своих друзей и близких, какую нам хотелось бы получать, когда мы обещаем себе отпуск, но никак не можем собраться и взять его, когда нам приходится делать то, чего хотелось бы избежать, когда нам хотелось бы день или два полежать в постели, но мы не можем сказать об этом прямо, – именно в таких случаях симптомы болезни проявляются достаточно сильно, чтобы избавить нас от необходимости высказывать свои суждения, или есть суп, и позволяют нам вволю общаться с коробкой леденцов и телевизором. Совершенно ясно, что этот метод не столь эффективен и приносит гораздо меньше удовлетворения, чем если бы вы просто сказали: «Мне хотелось бы получить чуточку внимания», или: «Я работал очень много, поэтому я возьму пару деньков, чтобы съездить на побережье». Неожиданным результатом этого способа оказывается то, что вам приходится провести пару дней в постели, вместо того чтобы отдохнуть на побережье. Кроме того, люди перестанут вас приглашать, если у вас привычка заболевать в последнюю минуту.

### ***В болезнях нет ничего дурного***

Для того чтобы узнать, почему человек заболел, очень важно узнать, что данный человек получает от своей болезни. Как теперь вам, вероятно, ясно, «получить что-то» вовсе не означает получить что-то такое, что мы считаем «хорошим». Но если вы можете определить, что индивидуум получает от своей болезни – что бы это ни было, – вы уже можете помочь ему вылечить себя.

Все это вовсе не означает, что в болезни есть что-то «дурное». Нет ничего неправильного в том, чтобы заболеть, – это обратная сторона здоровья, разумеется, за исключением того, что обычно человек чувствует себя не так хорошо.

В главе 3 мы говорили, что болезнь – это процесс, посредством котором ваше тело передает вам информацию о нарушении равновесия и о вреде, который вы причиняете себе сами или позволяете себе причинить. Иногда нарушение равновесия не представляет собой ничего сложного и не требует от вас временного прекращения вашей повседневной жизни, но иногда может оказаться и весьма сложным. Например, если у вас нарушается сердечная деятельность, ваше тело может сообщить вам, что вы употребляете слишком много холестерина.

Когда вы выполняете чтение или исцеление, вы частично обнаруживаете нарушение равновесия в жизненных силах своего друга и помогаете ему увидеть и понять, что он делает и к каким результатам это приводит. Когда вы сообщаете своему другу то, что вам удалось обнаружить, он имеет возможность сделать выбор, получит ли он желаемое в результате болезни, или ему следует предпринять что-то другое, или же он может получить желаемое



более прямым путем.

Очень часто больной обращается прямо или мысленно к своим близким с такими словами: «Я собираюсь наказать вас за то, что вы недостаточно любили меня; смотрите, вы довели меня до болезни», или: «Вы не замечали, что я нуждался в вашей любви, поэтому я собираюсь заболеть, и тогда вы должны будете отдать мне свою любовь». Человек выражает свои потребности и желания через свое основное орудие – через свое тело.

В случае затяжной или хронической болезни «сиделка» может начать испытывать враждебность по отношению к своему супругу или другу, которому в обычное время он или она отдавали много внимания, очень мало получая взамен. Каждый раз мы видим, как друзья хронически больных людей упрямо настаивают, что они испытывают только бесконечную жалость к своим друзьям, а в конце концов все же признают, что они жестоки и нетерпимы. Наша культура полагает одним из величайших табу чувство гнева или раздражения болезнью другого человека.

Затаенное чувство раздражения может вылиться в очень дурные чувства. Зная, сознательно или бессознательно, что наилучший способ добиться внимания – это заболеть, больной может затягивать свою болезнь. Или же, обнаружив, что после выздоровления он утратил завоеванное им внимание, он может почувствовать неудовлетворенность и снова заболеть, чтобы повторить весь цикл.

Существуют два наиболее типичных случая, когда люди заболевают: 1) когда они находятся на пороге или уже в процессе коренного изменения в их жизни; и 2) когда вещи складываются особенно благоприятно для них.

Как мы уже говорили в главе 3, изменение побуждает ум к выживанию. Когда вы изменяете или собираетесь изменить стиль вашего поведения, ваш ум чувствует себя под угрозой. Когда на вашем горизонте намечаются менее серьезные перемены, вы можете порезать свой большой палец, взясь с луком, забыть запереть за собой дверь, наконец, простудиться. Когда происходят более серьезные неприятности, ваш ум может дойти до крайности, желая предотвратить их: вы можете упасть и сломать ногу, ваша машина может разбиться, или же у вас может произойти стычка с вашей супругой (или супругом), с коллегами или с лучшим другом.

Точно так же, когда все складывается наилучшим образом в вашей жизни, ваш ум может воскресить некоторые картины вашего детства и решить, что на самом-то деле вы не заслужили всех тех благ, которые плывут вам в руки. Имея температуру выше 103о, трудно наслаждаться успехом, каким бы удивительным он ни был. Таким образом, заболев в такое время, вы словно бы отсекаете от себя счастье, которое, как вам кажется, вы не заслужили. Если вы просто получили повышение, ваш приятель, владеющий домом на побережье (или Багамских островах), спрашивают вас, не хотите ли вы воспользоваться этим домом на время своего зимнего отпуска, ваши дети получают награды в школе, а ваши акции повысились на 50%, вы, возможно, сочтете, что подобные вещи происходят перед кардинальным и переменами в вашей жизни.

Мы вовсе не собираемся утверждать, что вы заболите только тогда, когда вы находитесь на гребне удачи, или любая перемена в вашей жизни вызывает болезнь. Совсем нет. В действительности, во время некоторых перемен и стрессов вы можете заметить, что в совершенстве контролируете свое физическое самочувствие. Если вы чувствуете, что простудились, но у вас назначена очень важная для вас встреча, вы замечаете, что на время этой встречи вы словно прогнали болезнь. Такие переживания знакомы многим людям. На этой основе Билл любит затевать небольшую игру с самим собой.

Уже около года Билл чувствует, что простудился или что у него болит спина всякий раз, когда ему предстоит сделать важную работу. Он начинает договариваться со своим телом, примерно в таких выражениях: «Послушай, дружище, – говорит телу Билл. – Я чувствую, что ты хочешь заболеть, и мне кажется, что это потому, ты боишься этой работы, и это гнетет тебя. Но мне очень важно хорошо выполнить эту работу и выполнить ее в срок, поэтому действительно не могу позволить себе заболеть сейчас. Давай заключим договор.

Ты не заболеешь, пока работа не будет выполнена, а я обещаю тебе два дня отдыха, как только она будет сделана».

Затем Билл записывает свое собственное имя в календаре на страничках тех двух дней, которые следуют после дней работы, и возвращается к ней. Он не заболевает по крайней мере до тех пор, пока работа не заканчивается, а затем он дает два дня отдыха, и его тело обычно считает, что лучше провести эти два дня играя, чем лежа в постели с лихорадкой и насморком. Поэтому он – не болеет совсем.

В основе своей жизнь – это игра. Вы можете хорошо провести время в этой игре или наоборот, смотря по тому, что вы выберете. Но в любом случае игра будет длиться до вашей смерти. Вы можете наслаждаться игрой, поскольку ваше тело очень долго будет мертвым и сравнительно недолго живым.

Некоторые люди действительно наслаждаются болезнью. Они любят помыкать другими, и им нравится то внимание, которое они получают, когда выглядят такими беспомощными. Им нравится месяцами лежать в постели и не иметь никаких обязательств. Такие люди могут довести себя до хронических болезней с длинными названиями, которые врач всегда может диагностировать. Человек может вполне сознательно «болеть» подобным образом, точно сознавая, что делает и что сможет извлечь из своей болезни. Однако так бывает далеко не всегда. Гораздо чаще человек в подобной ситуации уверен, что действительно болен и что просто не может (а вовсе не хочет) решать проблемы повседневной жизни. Если вы выбираете подходящее время и если вокруг вас имеется достаточно много людей, чтобы поиграть с вами в эту игру, то почему бы и не наслаждаться ею! Но если двадцать лет лежания в постели и развлечения вроде ежедневной телевизионной программы и куриного бульона покажутся вам несколько однообразными, вы можете пожелать избрать другой способ участия в игре жизни.

### ***Вы получаете то, что просите***

В конечном итоге вы получаете в точности то, чего хотите —. хотя вы можете желать этого на неосознанном уровне. Если вы начинаете испытывать тошноту всякий раз, когда должны убрать ванную комнату, вы можете думать, что вам не хочется испытывать тошноту, но дело в том: что вы не хотите убирать (не убирать) ванную комнату, а ощущение тошноты может быть выходом, дающим возможность уклониться от этого, или по крайней мере способом выманить сочувствие в связи с уборкой комнаты. В действительности вас может не заботить уборка ванной комнаты; вы можете просто воспользоваться ею, как способом завоевать сочувствие.

В девяти из десяти случаев, занимаясь исцелением, мы замечаем, что наши пациенты что-то получают от своих болезней, причем они или не осознают этого, или же считают это побочным результатом своих болезней. Болезнь почти всегда становится понятной после обнаружения этого неожиданного результата и определения его важности для больного. Если вы или ваш приятель заболели, то первое, что вы должны сделать в процессе психического исцеления – это определить, что больной сможет извлечь из своей болезни. Далее вам надо узнать, желает ли он «избавиться» от болезни.

Избавление от болезни означает, что вы не хотите более иметь ее. Это не значит, что вы хотите ее или не хотите ее. Мы допускаем, что сознательно вы не хотите болеть. Но избавление от болезни означает желание жить без ее неожиданного результата или получить этот результат в какой-либо форме.

Если вы хотите убрать ванную комнату и вас начинает тошнить всякий раз, когда вы вынуждены делать это, вероятно, вы захотите не испытывать тошноты. Но вы хотите убрать ванную комнату и не чувствовать тошноты? Вы хотите делать это без неожиданного результата – скажем, не получая сочувствия за ощущение тошноты, – или же получить это сочувствие каким-либо иным способом? Вы хотите, например, сказать человеку, с , которым

живете, или своему другу: «Я знаю, я должен убрать ванную комнату, но я просто ненавижу это, и всякий раз, когда я должен это делать, у меня схватывает живот. Я нуждаюсь в сочувствии, потому что вынужден делать то, что ненавижу. Не уделишь ли мне пять минут, чтобы посочувствовать?»

Возможно, вы заметите, что, встретив необходимое вам сочувствие, вы пойдете и уберете ванную комнату без ощущения тошноты. В самом деле, вы можете заметить, что, просто сказав правду, вы сможете убирать ванную комнату без тошноты, даже если ваш приятель скажет вам: «Извини, я охотно посочувствовал бы тебе, но сейчас я опаздываю к своему парикмахеру». В конце концов вы можете избавиться от болезни без всех этих средств. Избавиться от болезни так же легко, как и чтение данной книги в физическом мире, вам надо просто открыть свою психическую руку.

Умение избавляться от болезни подобно обладанию своим телом, о чем мы говорили в главе 5. Если вы владеете вещью, вы можете делать с ней все, что угодно. Вы можете хранить ее, избавиться от нее, положить ее на полку, чтобы играть с ней в дождливый день. Если вещь обладает вами, вы должны делать то, что хочет она. Если болезнь владеет вами и она хочет, чтобы вы лежали в постели, куда вы денетесь?

В некотором смысле владение болезнью немного похоже на владение домом, населенным призраками. В вашем собственном пространстве – физическом или психическом – вы являетесь самым главным существом (в физической оболочке или вне ее), и каждое ваше слово должно быть законом. Если по вашему дому блуждают призраки и вы можете отчетливо приказать им уйти, они оставят ваш дом. Если у вас появилась болезнь и вы сумеете отчетливо приказать ей уйти, она уйдет. Однако вы должны быть честны, сознавая, чем вы хотите на самом деле, что вы получите в данном состоянии и что вы действительно хотели бы сделать с ним.

### ***Психическое сопротивление заболеванию***

Иногда целители сталкиваются с удивительной проблемой в этом вопросе. Многие целители считают, что им не следует болеть именно потому, что они все знают об этом вопросе. Это напоминает шутку: «Если вы так умны, то почему вы не богаты?». Только в данном случае эта шутка могла бы звучать так: «Если вы – целитель, то почему же болеете?». Поэтому некоторые целители и люди, занимающиеся психической деятельностью, не хотят признаваться ни себе, ни другим, что они такие же человеческие существа, что и все прочие, притворяясь, что они не могут заболеть, как другие. Такое отношение является формой сопротивления, а вы знаете теперь, что происходит, когда вы сопротивляетесь чему-либо: вы становитесь тем, чему сопротивляетесь, или, в данном случае, если вы сопротивляетесь болезни, тогда болезнь – это ближайшее, что вы имеете на повестке дня.

Эйми имеет драматический опыт последствий сопротивления, когда она была еще начинающим целителем. К ней пришла женщина с парализованной рукой. У нее не было ни несчастного случая, ни болезни; она проснулась однажды утром и обнаружила это. Эйми сочувствовала ей. Она затратила на эту женщину много внимания и энергии, но все было безрезультатно. Другие целители работали с ней с тем же успехом.

Наконец, Эйми отступилась, чувствуя, что с этой несчастной пациенткой она потерпела неудачу. Примерно через полчаса после исцеляющих манипуляций она вдруг почувствовала, что ее плечо как-то страшно сковано, как бывает, когда занемет рука или нога. Ее плечо собиралось онеметь.

Придя в ужас, Эйми рассказала об этом одному из своих друзей целителей. Он похлопал ее по плечу и сказал: «Ну что же, я полагаю, что в этом случае вам лучше всего съесть мороженое». Его лечение помогло.

Через некоторое время Эйми осознала, что женщина, конечно же, не реагировала на исцеляющие манипуляции: она не хотела их. Она, вероятно, получала гораздо больше, чем

когда-либо в жизни, внимания из-за своего паралича, и она не хотела отказаться от этого, чтобы доставить удовольствие Эйми.

В первой главе данной книги мы много говорили о единении с другими людьми и со всей Вселенной в целом. Вы можете подумать, что целители, изучавшие этот материал и практиковавшиеся в этом ежедневно, стоят выше прочих смертных в том, что касается умения жить благополучно, без простуд и заболеваний. К сожалению, это встречается крайне редко. Прежде всего, целители, безусловно, тоже люди, такие же как короли, домохозяйки, теннисисты, дети. Они подвержены тем же самым страхам, желаниям и прочим слабостям человеческих существ.

Во-вторых, вследствие того, что они знакомы с навыками работы с психической энергией, они иногда самовольно полагают, что для них всегда найдется уютный уголок, обеспечивающий им процветание на ярмарке жизни. Они считают, что их жизни должны складываться легче, чем жизни других людей, благодаря тем знаниям, которыми они обладают. В основе своей это абсолютная чепуха. Истина заключается в том, что чем больше вы знаете, тем большая ответственность ложится на вас. Если вы умеете печатать, вы можете получить место стенографистки. Если вы знаете, как продавать товар, вы можете получить должность продавца. Если вы знаете, каковы обязанности менеджера, вы можете получить эту должность. Если вы знаете, как управлять менеджерами и вести дело, вы можете получить должность управляющего. На каждой ступеньке деловой лестницы повышается ваш оклад. Но в то же самое время возрастает ваша ответственность. Вот почему некоторые люди, имеющие диплом доктора философии, работают водителями такси или официантами, они решили, что им не хочется нести ответственность, которую налагало бы на них использование по назначению их способностей.

В психической деятельности, как и в любой другой деятельности, ответственность возрастает, чем больше ваши знания и чем больше вы хотите делать. Среди всего прочего, занимаясь психической деятельностью, вам следует помнить, что это – не повод для организации эгоистических игр. Заметьте, мы не говорим, что вы не можете играть в экономические игры. В конце концов, у всех у нас есть свое эго, и какой прок иметь его, если нельзя позабавиться им? Оно существует для того, чтобы использовать его. Мы только говорим, что вы не должны увлекаться этими играми. Иными словами, не воображать, что эти игры лучше или значительнее, чем все прочие игры. Не воображать, что у вас не может быть головной боли только потому, что вы умеете читать ауру и излечивать головную боль; можете быть уверены, что у вас будет болеть голова. Когда целитель начинает думать, что он или она знает больше или лучше других людей, реальность тут же возвращает его на Землю.

Однажды, когда мы писали эту книгу, Билл почувствовал себя несколько самоуверенно. Книга продвигалась хорошо, другая его работа тоже шла хорошо, у него было накоплено немного денег в банке, он был влюблен в очень красивую женщину, которая тоже любила его, – словом, все в его жизни складывалось как нельзя лучше. И он начал думать, что знает все лучше других. Он сказал об этом двум своим приятелям – не о том, как хорошо складывается в данный момент его жизнь – а о том, насколько она лучше в настоящее время по сравнению с прошлым. Он начал строить планы на будущее и воздушные замки.

Когда он покинул своих приятелей и сел в свою машину, он внезапно и без всяких причин начал сильно кашлять и чихать. С ним едва не произошел несчастный случай. Дома ему позвонил приятель и объявил, что отменен класс по работе с телом, который он собирался вести в течение нескольких месяцев. Книга его приятеля, которую он собирался продать своему издателю, была ему возвращена. Он начал подумывать о том, чтобы убежать на Гавайи и укрыться там на пустынном берегу. Реальность напоминала ему, что он вел себя глупо.

К счастью, Билл увидел, что происходит, и весь эпизод закончился через пару часов. Билл воспользовался своими психическими знаниями, чтобы положить конец этому эпизоду, который несколько лет назад мог бы вывести его из равновесия на несколько дней или да же недель. Один лишь факт знания психических вопросов не означает, что солнце будет вечно

сиять над вами.

## ***Исцеление посредством принятия болезни на себя***

В процессе исцеления, если вы забываете, что вы – совершенно посторонний человек, вы можете прийти к тому, что обнаружите у себя те болезни, от которых вы вылечили других. Вот почему в начале данной книги мы учили вас заземлять себя; если вы заземлены, вы гораздо менее склонны витать в облаках, когда ваши психические ноги прочно укоренились к Земле. Однако есть некоторые целители, принимающие на себя болезни своих пациентов, а затем исцеляющие себя от недугов. Как мы говорили ранее, мы не считаем, что это стоит делать хоть когда-нибудь. Мы убедительно советуем не делать этого.

Если вы – мученик или немного мазохист и хотите узнать, что можно почувствовать во время исцеления другого человека посредством принятия на себя его болезни, выберите для эксперимента что-нибудь не слишком серьезное, вроде головной боли, но отнюдь не такую серьезную болезнь, как рак. После того как вы войдете в транс, просто широко откройте свою вторую чакру. Затем, когда вы отделите головную боль от своего пациента, создайте ее для себя в своем уме: где она располагается в вашей голове. Какого она цвета? Как велика? Какова ее температура? Пульсирует она или болит? Тем временем ваш пациент должен почувствовать себя хорошо, а вам в пору принимать аспирин. Однако не ожидайте от своего пациента сочувствия за сделанное вами. Он не просил принимать вас на себя его боль. Теперь это ваше детище, и вам следует спросить себя, хотели вы получить то, что получили, и каким способом вы желаете исцелить себя.

## ***Работа с людьми, имеющими серьезные психические расстройства***

Еще одна проблема, иногда возникающая перед психическим целителем, – это работа с людьми, имеющими серьезные эмоциональные или психические расстройства. Прежде всего позвольте напомнить вам, что данная книга не ставит своей целью сделать из вас терапевта или психиатра. Это – руководство по выполнению психических исцеляющих манипуляций. Если к вам приходит человек, у которого действительно имеются серьезные нарушения, то наибольшую пользу вы принесете ему, направив его к квалифицированному психотерапевту.

Во-вторых, вы можете также (но отнюдь не вместо этого) выполнить несколько исцеляющих манипуляций или процедур исцеления отсутствующего. Но люди с серьезными психическими или эмоциональными расстройствами обычно имеют то, что мы называем «сокровенными побуждениями». Они извлекают что-то весьма значительное от своей болезни. Может быть, они получают необычно много внимания вследствие болезни, возможно, они уклоняются от ответственности посредством болезни, а может быть, над ними тяготеет тяжелый кармический долг, который они обязаны погасить. Что бы это ни было, они ведут игру с чрезвычайно высокими ставками, и если только вы не хотите вмешаться в игру с намерением играть в открытую и сорвать банк (что может оказаться для вас весьма болезненным или просто опасным), мы советуем вам поблагодарить их за приход или сказать, что вы не можете выполнить работу такого рода. Вам нет необходимости подробно объяснять все или приводить свои рассуждения. Вы сказали, и этого достаточно. Как мы уже говорили ранее, умение сказать «нет» является весьма ценным психическим оружием.

В любом случае человек, страдающий серьезным расстройством, вероятно, не желает быть исцеленным. Хороший психотерапевт сможет заставить такого пациента увидеть неожиданный результат его болезни и сможет помочь ему захотеть избавиться от опасной игры и выздороветь. Вы, выполняя некоторые манипуляции для исцеления отсутствующих, сможете, в свою очередь, помочь ему, но, по всей вероятности, ваша помощь будет весьма ограниченной.

## ***Просьба об исцелении, которое вы не хотите оказывать***

Люди, которые просят об исцелении, не желая его, обычно играют в игру, называемую «Я не хочу, а ты не можешь меня заставить». Что бы вы ни делали, каким бы хорошим целителем вы ни были бы, как бы ни велика была ваша настойчивость, вы не сможете победить такую болезнь. Как мы уже говорили, вы не сможете исцелить человека, который не хочет быть исцеленным. Поскольку психическое исцеление – это скорее позволение другому человеку исцелиться, нежели выполнение чего-то, то, позволяя исцелиться человеку, который вовсе не хочет этого, вы вряд ли многого добьетесь. Точно так же вы могли бы позволить дождю идти в абсолютно безоблачный день. Лучше бы вы уже запретили солнцу сиять.

Вам будет значительно легче, если вы спросите человека, пришедшего к вам за исцелением, желает ли он или она исцелиться, а затем, войдя в транс, чтобы выполнить чтение, снова задать этот вопрос и спросить организм пациента, хочет ли он быть исцеленным. Как мы указывали ранее, часто пациент не позволяет вам приступить к исцелению, вы можете понять это, и тогда вам станет ясным ответ на заданный вопрос. В большинстве случаев человек, не желающий быть исцеленным, даже не знает такого своего отношения. Если вы сможете указать ему на это и попросите его, он, может быть, сумеет разобраться в своих чувствах и перенести их на сознательный уровень, когда он сможет сделать сознательный выбор. Он сможет выбрать исцеление или болезнь, и в зависимости от этого вы сможете действовать.

## ***Наркотики***

Иногда человек не хочет быть исцеленным, если чувствует, что в результате исцеления ему придется отказаться от чего-то. Например, люди, в течение длительного времени принимающие наркотики, попадают в физическую и психологическую зависимость от своего любимого снадобья или снадобий. Если человек ежедневно в течение шести лет принимает опиум, то его ум оказывается в полной зависимости и не может прожить без этого препарата из мака, пиллюлю которого он принимает каждое утро. Если вы скажете: «Брось свой опиум и иди гулять!», – его ум окажется не в состоянии подчиняться.

Люди, принимающие много лекарств, обычно (но не всегда) нуждаются в уверениях, что они переживут отказ от них. Это необходимо, если вы хотите, чтобы исцеление удалось. Их ум должен знать, что они не погибнут, если их удастся исцелить или если они откажутся от своих пиллюль. Иногда люди, пользующиеся наркотиками, не хотят, чтобы об этом было известно. Однако, если вы хотите успешно работать с ними, вам полезно знать, с чем вам придется бороться.

Первым шагом в установлении истины в вопросе, пользуется ли пациент наркотиками, является прямой вопрос к нему, а затем, если ответ не удовлетворяет вас, установите истину психическим путем. Если вы исцеляете человека, употребляющего наркотики, уверьте его или ее, что они могут продолжать принимать их, если хотят, а могут и отказаться от них. Существо человека часто хочет отказаться от наркотиков, в то время как его ум и тело желали бы их сохранить.

При исцелении человека, принимающего наркотики, сначала как следует заземлите его через его первую чакру, а также через его ступни. Теперь тщательно очистите его первую чакру и заполните ее золотистой или голубой энергией, в зависимости от того, нуждается ли он в успокоении (голубая энергия), или в возбуждении (золотистая энергия). Когда исцеление будет закончено, заставьте его сделать что-то такое, что сделает его тело реальным без лекарства.

Мы не говорим, что наркотики – это плохо. Наркотики – это лекарства. Употребление определенного наркотика может считаться правильным, неправильным или индифферентным. Мы просто напоминаем вам, что люди, имеющие привычку к какому-то наркотику или наркотикам, склонны легко настраиваться на «выживание», особенно если они чувствуют, что их снадобья могут быть отобраны у них. Под наркотиками мы подразумеваем не только транквилизаторы и возбуждающие средства, но также марихуану, алкоголь, табак и кофе.

## **Смерть и умирание**

Мы периодически говорим о выживании и обсуждаем в этой книге вопрос о том, как люди настраиваются на «выживание», когда они чувствуют, что им что-то угрожает. Выживание – это то, что противоположно смерти. А смерть сама по себе является для большинства людей Великим Неведомым. Проще говоря, это огромная, поистине огромная перемена.

Ранее в этой книге мы упоминали о приятельнице Билла, которая погибла в автомобильной катастрофе, а затем стала появляться, как призрак, в доме. По всей видимости, некоторые души неохотно покидают физический план после смерти своего тела: или потому, что им нравилось здесь, или потому, что они не успевали закончить какое-то дело среди живых, или же потому, что они на время растерялись, не зная, к какому же плану существования они теперь относятся.

Недавние изучения позволяют предположить, что смерть не имеет ничего общего с концепцией о Небесах и Аде, которую поддерживают многие религии, ни с концепцией о Великом Ничто, которой придерживаются так называемые философы-рационалисты. Доктора медицины, такие как Элизабет Кюблер-Росс и Реймонд С. Муди, провели много часов у постели умирающих, а также около тех людей, которые умирали с медицинской точки зрения, но были возвращены к жизни. И эти люди рассказывали удивительные вещи о том, что они испытывали, умирая и будучи мертвыми. Их ощущения совпадают с ощущениями медиумов и мистиков, описанными на протяжении нескольких тысячелетий.

В своей книге «Жизнь после жизни» доктор Муди излагает «теоретически идеальное» или «полное» переживание, которое включает в себя всеобщие элементы, «которые он обнаружил в подавляющем большинстве более чем 150 случаев клинической смерти, которые он изучал». Мы считаем целесообразным дать это описание:

«Человек умирает, и когда он достигает точки величайшего физического кризиса, он слышит, как его доктор объявляет его мертвым. Он начинает слышать неприятный шум, громкий звон или жужжание и в то же самое время чувствует, что очень быстро движется через длинный темный тоннель. После этого он внезапно видит себя вне своего физического тела. Однако он по-прежнему находится в прежнем физическом теле. Свое тело он видит на расстоянии, как зритель. Он наблюдает за попытками реаниматоров вернуть его к жизни, находясь в таком необычном положении и пребывая в состоянии эмоционального подъема. Через некоторое время он успокаивается и осваивается со своим необычным состоянием. Он замечает, что он по-прежнему имеет „тело“, но он имеет совершенно иную природу и иные силы, чем то тело, которое он покинул. Затем он начинает замечать еще одну вещь. Другие приближаются к нему, чтобы встретить его и помочь. Он узнает души родственников и друзей, которые уже умерли, и перед ним появляется некая любящая, теплая душа, которую он никогда не встречал прежде – душа света. Эта душа без слов задает ему вопрос, заставляя его окинуть взглядом свою жизнь, и помогает ему, показывая ему в целом сущность основных событий его жизни. В то же самое время он ощущает себя приближающимся к некоему барьеру или границе, очевидно, представляющей границу между земной жизнью и следующей жизнью. Однако он понимает, что он должен вернуться назад, на землю, что время его смерти еще не наступило. В этот момент он начинает сопротивляться, ибо теперь

он пережил то, что следует после жизни, и не хочет возвращаться назад. Его переполняют безграничное ощущение радости, любви, покоя. Однако, несмотря на свое сопротивление, он возвращается в свое физическое тело и продолжает жить». (Реймонд С. Муди, доктор медицины. «Жизнь после жизни», стр. 21—22, Нью-Йорк, 1975 г.)

Доктор Муди работал с теми избранными, которые живут среди нас на Земле и могут сказать со всей определенностью, чем была для них смерть. Остальные люди могут полагаться на их личные переживания или на религиозные верования, которые нас научили признавать в течение жизни (см. главу 7), включая и те верования, в которых говорится, что мы ничего не можем знать о смерти.

Ни Эйми, ни Билл в течение своих жизней не имели опыта умирания. Однако наши переживания смертей других людей и наш опыт целителей позволяет нам предположить, что в числе прочих вещей смерть есть великий учитель и наставник души, определяющий и очищающий жизненные переживания, подобно тому, как болезнь определяет и очищает переживания состояния здоровья.

Обычно смерть страшит больше всего, потому что она является одним из самых основных событий в жизни человека и потому что для подавляющего большинства живых людей она не познана путем личного переживания. Когда жизненные ситуации становятся особенно стрессовыми или пугающими, тело схватывает беспредельный страх, что оно перестанет существовать. Тогда все реакции на страх до известной степени определяются страхом человека перед его собственной смертью. Когда вы пугаетесь тени, возникшей поздней ночью в дверях вашей комнаты, ваш страх находится на одном уровне со страхом смерти.

Во всяком состоянии страха тело настраивается на выживание, поскольку это – его психическая реакция. В состоянии страха тело обращается к своей первой чакре, высвобождая накопленное там знание выживания, которое поможет поддерживать жизнь.

В большинстве ситуаций в действительности не требуется прибегать к таким мерам. Очень мало пауков представляют смертельную опасность. Большинство ночных кошмаров приводят нас не к смерти, а скорее к проблеме выживания. А большинство пугающих вещей (теней) на проверку оказываются тенями деревьев, кошками или соседями, ищущими потерянный ключ.

Большинство ситуаций, которые должны возбуждать страхи, связанные с проблемой выживания, чаще возбуждают реакции, идущие от различных центров, не связанных с энергией выживания: эмоции, общение, интуицию и т.д. Однако можно ожидать, что тело не всегда знает об этом, используя эти страхи, чтобы послать сигналы опасности, которые должны пробудить вас.

Каждый раз, когда вы «впадаете» в страх, что провоцирует такие крайние реакции, вы неизбежно усиливаете этот страх, который начинает преобладать над вашей жизнью. А каждый раз, когда вы принимаете этот страх за то, что он есть в действительности, иным и словами, за мощную реакцию на обычно мягкий стимул, вы тем самым ослабляете его возможности. Возможно, именно поэтому люди, уже пережившие свою собственную смерть – те, кого изучал доктор Муди, а также те, кто был на грани смерти, те, например, кто выжил в фашистских концлагерях, в несчастных случаях или во время каких-то природных катаклизмов, например, во время землетрясения, – такие люди сохраняют спокойствие и достоинство во время таких потрясений, которые заставляют всех нас трепетать за собственную жизнь, настраиваясь на выживание. Такое настраивание на выживание может проявиться, например, повышением содержания адреналина в организме, необходимого для борьбы или бегства, когда мы поздно ночью видим незнакомого человека, крадущегося к нашим дверям. Но такое настраивание на выживание может проявляться и не столь явно, оказавшись, например, в аналогичной ситуации, мы чувствуем, что нам хочется спрятаться, мы становимся до крайности сонливыми, усталыми или скучающими. Желание отправиться спать, также как и желание физически уйти прочь, является часто встречающимся психическим проявлением, предназначенным уберечь нас от столкновения с тем, чего мы



боимся. Стрессовая ситуация, которая представляется не смертельно опасной, вызывает скорее более обычные, открытые реакции страха, нежели повышение адреналина в крови, поскольку совершенно ясно, что реакция «чистого» страха – борьба или бег – в данном случае неуместна. Люди, переживающие клиническую смерть, многому научились во время переживания смерти, тогда как все остальные затрачивают колоссальное количество энергии на то, чтобы избежать ее. Побывав перед лицом смерти, они обрели спокойствие перед опасностью.

Безусловно, такие люди бывают испуганными. Но их страхи значительно отличаются от страхов тех, кто не знает, что от страха не умирают и что сама по себе смерть не является концом нашего сознательного бытия.

Как целитель вы получите возможность исследовать многие проявления страха. Люди, которые просят вас исцелить их, обычно испытывают страх – страх от того, что вам удастся вылечить их, что, возможно, трудно постичь их уму, страх, что им придется избавиться от своей болезни, или же страх, что вас постигнет неудача и их болезнь останется с ними. Выполняя чтение, связанное с исцелением, вы увидите в аурах людей огромное количество символов, выражающих самые противоречивые страхи. Иногда вам удастся помочь людям увидеть свои страхи, и иногда – нет. Однако обычно, если вы видите страх в энергетическом теле человека, вы обнаружите, что это страх удивительно простой и непосредственно связан с его болезнью.

Когда вы прочитаете страх в энергетическом теле человека, вы должны обратить особое внимание на его первую чакру, на чакры ступней и на заземляющий стержень. Если все они чисты и прочны, его тело может быть уверено в своей безопасности, и человек может высвободить большое количество психической энергии, чтобы работать с другими энергетическими центрами и над другими проблемами.

Как исцелитель вы сможете увидеть также и множество своих собственных страхов. Независимо от того, что вы изучили на основании книг и своего собственного опыта, независимо от того, как долго вы работаете в психических областях, вы продолжите жить в материальном физическом мире. У вас имеется тело, вы – живой человек, и вам рано или поздно предстоит встретиться со своей собственной смертью.

Наш страх перед смертью и перед другими, менее серьезными жизненными проблемами постоянно существует в нас, потому что смерть будет оставаться для нас переживанием, окутанным тайной, до того момента, пока мы не умрем, и еще потому, что в этой жизни мы фокусируемся на материальное. Смерть является для нас загадкой, которую мы разрешаем умирая. Ваша смерть всегда существует в вас – она ваш постоянный спутник, скрывающийся в вашей одежде, спящий подле вас и присутствующий в каждом вашем слове и поступке. Поэтому вам бы следовало привыкнуть к ней. Если вы сопротивляетесь страху смерти, вы всегда будете бояться умереть. И этот страх проникает в каждый аспект вашей жизни. Если же, напротив, вы знаете свою смерть и свой страх перед ней, вы отводите в своей жизни психическое пространство для себя и своей смерти, ибо вы должны рассматривать свою смерть как часть своей жизни. И тогда страх начинает рассеиваться и покидает вас, точно так же как он покидает ваших друзей, когда вы начинаете работать с ними. Тогда вы более полно наслаждаетесь жизнью.

В главе 1, когда мы говорили о цветах, мы говорили о черном цвете, как о «цвете смерти и разрушения». Однако мы сказали также, что «смерть – это состояние, предшествующее возрождению, а разрушение – состояние, предшествующее созиданию или творчеству». Подобно тому, как черный цвет может считаться чрезвычайно позитивным цветом, так и смерть при всех наших страхах может рассматриваться как чрезвычайно позитивное событие, а жизнь – как событие, во время которого мы полностью реализуем себя и освобождаемся для следующего великого события. Когда мы говорим о смерти как о наставнике, мы имеем в виду постижение страха и противостояние ему, а затем овладение им, что сделает нас абсолютно свободными.

Вопрос «Почему люди болеют?» можно задать по-другому: «Почему люди умирают?».

И, действительно, кто знает, почему люди умирают? Но так кажется лишь тем, кто, избирая пути познания целей своей души, подходит к этому вопросу с позиции переживания смерти.

В самом широком и, вероятно, в самом психическом смысле можно считать, что люди болевают для того, чтобы что-то узнать о своих странствиях на физическом плане. Они учатся встречать свои страхи и желания, они познают свои связи с жизнью и своим телом, и они немного узнают о том, кем они в действительности являются – не о том, кем являются их тела или их ум, их интеллект или их эмоции, хотя они узнают и об этом тоже, узнают, что каждая из вышеприведенных вещей является частью их существа. Но они узнают о том, кем они являются в действительности: кто это существо, душа или сущность, скрывающаяся за различными формами материального существования; облаченная в материальные формы для того, чтобы существовать здесь, на Земле, в физической форме, чтобы учиться, любить и расти.

### ***Кармические связи***

В этих связях содержится также информация о карме. В буддистской мифологии есть существа, известные как «бодисаттвы». Бодисаттва это тот, кому предназначено стать Буддой (все осознавшим или просветленным существом), но кто взял на себя обязательство, что вместо существования в просветленном состоянии будет снова и снова возвращаться в смертную физическую форму для того, чтобы помочь всем страждущим существам стать просветленными. Буддисты считают самого Гаутаму Будду таким же существом, как ИИСУС ХРИСТОС. И, действительно, если мы взглянем на их учения, на записи великих целителей и пророков и на Божественные послания, мы поймем, что они так ясно видели, что все мы – одно целое, что для них было бы невозможно улыбаясь сидеть на небесах или в нирване, ожидая, пока все мы поднимемся к ним. Они видят, что мы и они – одно и то же, что человек, несущий просветления другим, не может сам быть просветленным и что, наконец, до тех пор, пока хоть один человек живет в психическом мраке, мы все разделяем его заблуждения и бремя.

Поэтому должно быть понятно, что все мы должны жить и умирать, жить и умирать, и снова жить, пока жизнь и смерть не станут для каждого из нас просто различными сторонами одного процесса, в котором мы осознаем, что мы – поистине боги и что каждый из нас и все мы являемся частью всего сущего. И что наши жизни и смерти каждая участвуют в великом процессе становления, ибо мы приходим взглянуть в лицо ГОСПОДА и стать частью ЕГО.

## **Глава 7. Вера, религиозные системы и мечты**

### ***Религия, вера, интуиция и самоотречение***

Вера – это верование, которое не нуждается в доказательствах. Верование – это убеждение в истине или реальности без позитивного знания.

В главе 1 мы говорили, что если что-нибудь в данной книге не подтверждается вашим личным опытом, тогда это не является истиной в самом реальном значении этого слова. Очень важно, чтобы вы не принимали на веру то, что мы говорим вам, и очень важно, чтобы вы не верили слепо ни одному из изложенных здесь материалов. Мы не можем представить вам доказательства или позитивное знание, которое убедило бы вас в истине того, что мы говорим. Пока у вас не будет своего личного опыта, подтверждающего наши положения, вам остается только положиться на наше мнение, которое может оказаться абсолютно лишенным смысла в отношении вашей собственной жизни. Ведь вы даже не знаете нас. Может быть, мы

просто-напросто сумасшедшие.

Одна из задач упражнений, изложенных в данной книге, заключается в том, чтобы преподать вам азы процесса психического исцеления. Другая задача – возможно, более ценная, чем первая, заключается в том, чтобы направить вас к непосредственному, личному переживанию своих собственных психических способностей. Эти переживания, какими бы они ни были, и будут вашим доказательством. Они доведут вашу веру до позитивного знания.

Видите ли, в конце концов, единственный способ научиться этому – это познать это. Чистая интуиция является функцией седьмой чакры. В определенной степени интуиция отличается от веры, потому что у интуиции нет системы.

Интуиция – это всегда процесс, и он всегда нов. В системе веры всегда есть определенные вещи, считающиеся принятыми. Интуиция не принимает ничего. Она знает. Вера иногда бывает очень могущественной, а иногда – очень слабой.

Но там, где вера – это помощь, интуиция – освобождение; где вера – удобство, интуиция – самоотречение. Вера, как и верование, основывается на ожиданиях: если я выполню то-то и то-то, результатом будет то-то и то-то, Любая система основывается на ожиданиях, а любые ожидания содержат в себе зерна разочарования. Если выдумаете, что вы получите что-то любя, кого-то, то, вероятнее всего, вы получите только разочарование.

Самоотречение – это не система. В нем нет ожиданий, а, следовательно, нет и разочарований. Если вы любите человека просто потому, что любите, тогда вы подчиняетесь любви, вы отдаете ее, вместо того чтобы продавать ее. И как много любви вы получаете, когда отдаете свою!

Самоотречение – это нечто нейтральное. Это – несопротивление. Оно принимает вещи такими, каковы они есть.

В определенном смысле эта книга о самоотречении и об умении отдавать свою силу. Только отдавая свою силу, придете вы к самоотречению: а единственная вещь, которой вы можете подчинять себя, это то, что есть. Когда вы подчините себя тому, что есть, вы становитесь абсолютно лишенным сопротивления, полностью нейтральным, полностью интуитивным, и, как это ни парадоксально, вы становитесь могущественным. Вы становитесь существенной и неотъемлемой частью того, что есть. Вы не становитесь тем, чем вы уже являетесь, потому что вы уже являетесь им. Правильнее будет сказать, что вы осознаете, что вы являетесь частью того, что есть, Это необходимо для того, чтобы пережить истину этого состояния, поскольку совершенно очевидно, что на интеллектуальном уровне нам часто удается постичь ту удивительную силу, которая таится за этим простым фактом.

В конце главы 4 мы говорили, что процесс психического чтения в действительности есть процесс разговора с самим собой о себе. Точно так же психические процессы – это процессы подчинения себе.

Самоотречение, нейтралитет, несопротивление – все это помогает сохранить гармонию Вселенной. Ваши психические способности раскрываются в такой степени, в какой сами вы являетесь одним целым с этой гармонией. Но если вы верите в гармонию Космоса или если вы обладаете верой в это, тогда вы ожидаете, что эта гармония проявит себя определенным, заранее обусловленным способом. В результате этого вы утрачиваете равновесие, обрываете сопротивление и оказываетесь вне гармонии.

## ***Система верований***

Система верований – это свод предположений, на основании которых мы утверждаем, что знаем, как действуют вещи. Когда я включаю лампу, я верю, что свет загорится. Я верю в систему электричества, которое, будучи применяемо в практических целях, начинается с мощного водного потока, проходящего через соответствующие машины. Я верю в это, хотя никогда сам этого не видел, и мне трудно думать об этом. Так или иначе, эти машины

создают или извлекают силу, которая посылается по медным проводам за сотни и тысячи миль от самих машин. Эта сила достигает моего дома и ожидает в моих стенах, как послушный слуга, до тех пор, пока я не позову ее, щелкнув выключателем.

Я полагаю, что знаю, как работает электричество, потому что моя лампа загорается, когда я щелкаю выключателем. Но когда я щелкаю выключателем, а моя лампа не загорается, потому что повреждена линия и перегорела нить накала или просто потому, что лампочка вывернута, тогда мои ожидания не оправдываются, и я чувствую себя немного разочарованным. Я оказываюсь перед тем фактом, что по крайней мере для меня электричество есть нечто более или менее загадочное.

В психической работе мы имеем возможность познакомиться со множеством утверждений или систем верований, как своих собственных, так и людей, которых мы читаем или исцеляем. И чем глубже мы вникаем в большинство ситуаций, тем менее мы видим, что жизнь людей основывается на одной или на другой форме магии. Это происходит потому, что для большинства людей всегда существуют такие вопросы, на которые существует только один правильный ответ: «Я не знаю».

Иногда очень легко признать, что вы не знаете ответа. Например, если вы спросите меня, как действует электричество, я буду рад ответить вам, что не знаю. Но иногда вопросы бывают более сложными и хитрыми, а данные ответы должны, как нам кажется, породить еще более невероятные вопросы. Например, почему на Земле существуют люди? Каким бы ни был ответ, я спрошу вас, откуда вы знаете, что ваш ответ верен. В конце концов мы придем к ответу на все вопросы о ваших ответах, и мы подойдем к одному из ваших основных убеждений. Другими словами, мы придем к одному из краеугольных камней вашей личной системы верований.

Ваша система верований создает вашу личную реальность. Если вы верите, что мир – это греховное место, вы переживаете, у вас нет свободы ни в чем, кроме как ослепнуть.

Очень важно выделить и определить свои верования так, чтобы вы смогли владеть ими, а не они – вами. Владеть верованиями – значит уйти от его непреложности и обрести свободу в выборе, желать или не желать сохранить это верование со всеми сопутствующими ему аспектами.

В системах верований очень хорошо то, что они могут быть изменены. Поскольку система верований является единственным способом увидеть и понять, она может быть заменена любым другим способом видеть и понимать. Ни одна система не может быть «правильнее другой».

Интерпретация или система, являющаяся самой правильной для человека в любой данный момент, – это такая система, которая в этот момент наилучшим образом работает на него, система, которая обеспечивает ему максимальную удовлетворенность. Если вы чувствуете себя больным, вероятно, что-то разладилось в ваших взаимоотношениях с Космосом. Если вы психически исследуете себя, вы сможете установить, что же именно разладилось и что следует вернуть на место. Вышесказанное остается справедливым и при исследовании других людей.

В определенной степени данная книга тоже опирается на своего рода систему. Это не совсем та система, в которую мы верим, потому что она работает на нас или, по нашим наблюдениям, работает на других. И однако, определенный смысл имеется в нашем утверждении о том, что мы учим вас системе, и если нам повезет, вы в конце концов воспримете эту систему вместе с другими с тем, чтобы потом выкинуть ее из головы, как и все остальные системы.

Существует один старинный парадокс, который, будучи переведен на современный язык, гласит: «Это утверждение ложно!» Парадокс, конечно, заключается в том, что если утверждение ложно, тогда оно истинно, а если оно истинно, тогда оно ложно.

В определенном смысле этот парадокс применим к нашей книге. Возможно, она вызывает у вас убежденность, что вы должны что-то «делать», чтобы достичь исцеления. Это не так, вы не должны очищать чакры, пропуская энергию, или сглаживать руками ауру. Вы

не должны вытягивать связующие нити, держаться в стороне от психического пространства другого человека или создавать зрительный образ розы. Вам не нужно разговаривать со своим телом, наблюдать цвета или вообще затрачивать на это внимание.

Для того чтобы добиться исцеления, вам надо только позволить своему другу иметь симптомы его болезни, саму болезнь, жалобы по поводу этой болезни и настойчивое желание поправиться. Если ваш друг не чувствует себя здоровым, позвольте ему не чувствовать себя здоровым. Если он еще не чувствует себя хорошо, позвольте ему чувствовать себя так, как будет легче для него.

Но не так просто. Чрезвычайно трудно позволить вещам остаться такими, каковы они есть. Каждый имеет представление о том, какими эти вещи «должны» быть или какими бы они были, если бы с ними было «все в порядке». Каждый из нас представляет себе, как больной человек будет чувствовать себя, когда станет «здоровым». Вы становитесь тем, чему сопротивляетесь, но и другие люди окружают мир, весь Космос становится тем, чем вы мешаете им стать. Если вы не сопротивляетесь вещам, таковым, каковы они есть, тогда эти вещи обретают психическое пространство, чтобы перестать быть такими, каковы они есть, и перейти в свою следующую форму. Вы должны уметь подчиняться, для того чтобы исцелять.

### ***Исцеление верой***

Как ни парадоксально это звучит, но мы заметили: чем меньше целитель заботится о результатах исцеления, тем более сильным целителем он может быть. Это объясняется тем, что самые сильные исцеляющие манипуляции основываются на состоянии истинной любви, в которой сердце любит исключительно ради самой любви. Это чувство связано с четвертой чакрой.

Если вы любите кого-то за что-то, то он или она обеспечивают вам безопасность, деньги или внимание, значит, вы любите не ради счастья просто любить. Вы любите ради возможности что-то обрести, в свою очередь. Между двумя отдельными людьми может существовать соглашение, удовлетворяющее обоим: «Я отдам тебе свою любовь, если ты даешь мне деньги (внимание, безопасность и т.д.)». Но гораздо чаще такое соглашение приносит только разочарование. Слишком многое требуется во имя любви: деньги, безопасность, внимание, обещания, условия и т.п. И часто сама любовь утрачивается, ибо она не обрела реализации в самой себе.

То же самое и с исцелением. Когда целитель исцеляет потому, что он любит исцелять, то перед ним открываются почти неограниченные возможности добиться наилучших результатов. Когда же он исцеляет потому, что его побуждает это стать Великим Целителем, или же потому, что не хочет болезни или смерти того, кого любит (и не хочет расстаться с ним), если же он желает стать Знаменитым Целителем, об успехах которого говорят повсюду, тогда ум его во время исцеления будет блуждать где угодно. Его желания потребляют всю его энергию. Его исцеляющая энергия расходуется не на исцеление, а на подтверждение его желаний. Но он может превратиться в канал для исцеляющей энергии, если сумеет на минуту отбросить прочь свои личные желания.

Каждый раз во время исцеления Эйми переживает ни с чем не сравнимую радость превращения в канал для светлой, очищающей энергии. Ее собственные физические и психические тела исцеляются, когда она исцеляет других. Она переживает состояние радости, покоя, силы, успокоенности от того, что ощущает множество энергии.

Многие целители говорят: «Через меня действует ГОСПОДЬ, я не знаю, что я делаю». Вовсе не обязательно знать, что вы делаете. Как мы уже говорили, в конце концов вам вовсе не обязательно очищать ауры, извлекать связующие нити, изображать розы и т.п. Вам необходимо только заставить исцеление свершиться. Когда целитель заявляет, что он превращается в Божественный канал, он говорит о своем собственном, личном Боге, независимо от том, пребывает ли этот Бог в небесах, или в его сердце.

«Вера» целителя, исцеляющего верой, это не столько сама вера, сколько чистота четвертой чакры, любовь, которая ничего не требует взамен. И удивительные исцеления, совершаемые таким целителем, происходят в состоянии самоотречения.

Исцеляющий верой не должен направлять энергию на болезнь или на здоровье пациента. У него нет необходимости в том, чтобы пациент почувствовал себя лучше, и ни один из его образов выживания не оказывается заблокированным в зависимости от того, что кто-то почувствовал себя лучше или хуже. В своей работе целитель может использовать гармоничную, нейтральную энергию Космоса вместо своей собственной.

В нейтральном состоянии исцеляющий верой может представить своему пациенту психическое пространство для его болезни; он не должен сопротивляться болезням людей. В этом случае, когда целитель не сопротивляется болезни, больной человек тоже не сопротивляется болезни, а болезнь не сопротивляется ни одному из них. Тогда исцеляющий верой может сделать выбор: желает он, чтобы болезнь исчезла, причем этот выбор будет исходить из его сердца безо всякой борьбы.

Будучи целителем и желая достичь определенных результатов, вы строите планы. Если вы строите планы и занимаетесь в этот момент исцелением, то вы уже не присутствуете здесь: вы – в будущем на пять минут, на час или на целую жизнь, наслаждаетесь изображенным и результатами своей работы.

Исцеление верой считается неким косным процессом, сочетающим в себе вызывание определенных образов, фанатичное поклонение, заклинание и завывание, бичевание себя в грудь в ритуальной молитве к Богу, которая напоминает языческие моления. Нарисованная картина, безусловно, окажется многим людям достаточно непривлекательной. В действительности же процесс исцеления и восстановления сил верой это тот же самый процесс, посредством которого очищается аура. В этом процессе возрождения исцелению помогает сильная группа намерений, а не просто намерение одного целителя. При наличии веры такого рода перед умом не встает даже никаких вопросов: все осуществляется посредством чистой воли.

Процесс возложения целителем рук на пациента и достижение таким путем исцеления – это тот же самый процесс и достижение путем исцеления – это тот же самый процесс исцеления, который мы описывали вам в данной книге, за исключением того, что в этом случае имеет место непосредственный физический контакт. Целители, работающие с возлаганием рук, точно так же, как и психические хирурги, находят, что непосредственное прикосновение помогает им сфокусировать свое внимание и энергию на большей части тела.

Мы замечаем, что прикосновение часто заставляет пациента быть более уверенным в благоприятном результате лечения. В определенном смысле прикосновение помогает сделать «реальным» тело пациента. Однако в большинстве исцеляющих манипуляций мы считаем необязательным обращение к физическому контакту. Конечно, при самых благоприятных обстоятельствах вы должны избегать возлагать руки на некоторых людей или на конкретную больную часть тела пациента, пришедшего к вам за исцелением. Сообразуйте с ситуацией и не делайте вещей, которые сведут на нет последующий ваш результат, каковым является успешное психическое исцеление.

Эмиль Куэ, французский психолог начала прошлого века, много писал о самовнушении. Куэ придерживался той точки зрения, что если человек в течение достаточно долгого времени твердит себе, что какое-то утверждение является истиной, оно действительно станет истиной. Его точные слова были: «Каждый день я становлюсь лучше и лучше во всех отношениях».

В определенной степени упражнения Куэ являются своего Рода самогипнозом, предназначенным изменить систему верований человека. Его идеи немногим отличаются от идей, проповедуемых великими людьми с Медисон Авеню, за исключением того, что Куэ стремился помочь людям, а вышеупомянутые великие люди торгуют благами. Как часто вы пользуетесь различными вещами только потому, что вы достаточно много слышали о них, потому что узнали из авторитетных источников, что они полезны вам и т.п.? Все это – вещи,

в которых вы, возможно, не нуждаетесь и которые, если вы посмотрите на них как следует, вам, возможно, даже не захочется иметь. Однако вы пользуетесь ими потому, что верите в них.

Очевидно, верования зарождаются не в сознательном уме, а скорее в той части нас, которая принимает «убеждение в истине или реальности без позитивного знания».

Ниже предлагается два несложных упражнения, для того чтобы разобраться с некоторыми из наших собственных систем верований. Эти упражнения растягиваются на много дней, хотя для выполнения их требуется ежедневно затрачивать внимание только в течение нескольких минут. Поскольку в предыдущих главах мы уже рассказывали, как надо учиться наблюдать за собой и расходовать внимание, эти упражнения покажутся вам чрезвычайно простыми и дадут вам обширную информацию относительно ваших верований.

## **Упражнение 1**

1. Выберите какую-либо одну вещь, которую вы выполняете по привычке. Это может быть что-то, что вам нравится, не нравится или не заботит вас, но начинайте только с одной этой вещи, так, чтобы вы могли отдать ей все свое внимание во время упражнения.

2. Каждый раз выполняйте эту вещь в течение двух недель и в это время не делайте ничего другого. Если эта вещь – пожелания доброй ночи своему супругу или супруге, значит, во время этого пожелания не целуйте его или ее, не говорите «доброй ночи», когда чистите зубы, не говорите «доброй ночи», уткнувшись в книгу или газету. Просто отдайте все свое внимание пожеланию доброй ночи. Если вы выбрали курение сигарет, значит, не курите и не пейте кофе одновременно, не курите и не разговаривайте одновременно, не курите и не читаете одновременно. Просто курите.

3. Во время этого двухнедельного испытательного периода замечайте, что ваш ум говорит вам об этом упражнении. Замечайте, не скажет ли он вам, что это – глупое упражнение; замечайте, не удивится ли он, когда вы забудете выполнить это упражнение; замечайте, помогает ли он сохранить эту привычку; замечайте, не изберет ли он какой-то новый способ выполнения этого привычного действия. Если вы по привычке говорите своему супругу или супруге: «Доброй ночи», когда чистите зубы, замечайте, приближает ли эта привычка вас к нему или к ней, или же отдаляет вас, или происходит что-то еще. Если вы привыкли курить сигарету и пить кофе, обратите внимание, приносит ли вам эта привычка удовлетворение, которое вы ожидали от кофе и от выкуривания сигареты.

4. Во время этого двухнедельного испытательного периода обратите внимание на побочные результаты вашей привычки, а также заметьте, откуда начинается ваша привычка. Когда вы определите, откуда начинается ваша привычка, посмотрите, какое верование движет ею. Если вы желаете своей супруге или супругу доброй ночи, в то время когда чистите зубы, может быть, вы верите, что таким путем экономите время? Если вы курите сигарету и пьете кофе, может быть, вы верите, что обе эти вещи представляют собой «взрослую комбинацию»? И так далее.

## **Упражнение 2**

1. Выберите какую-то одну вещь, которая вам не нравится в себе. Вы можете выбрать что угодно; но вам будет легче выполнять это упражнение, если вы выберете что-то явное, такое, например, как излишняя полнота, излишняя худоба или крайняя бедность.

2. Каждое утро, вставая, и каждый раз вечером, ложась спать, и по крайней мере один раз в день говорите себе, стоя перед зеркалом: «Я (назовите свое имя), даю себе разрешение быть (тощим, грузным, иметь деньги, и т.д.)».

3. Выполняйте это упражнение до тех пор, пока человек в зеркале не ответит вам. Мы

не можем сказать вам, как будет выглядеть этот ответ или как долго придется вам его ожидать, но вы узнаете это, когда увидите его.

4. Выполняя это упражнение, посмотрите, какое верование поддерживает то состояние, которое вы хотите изменить. Может быть, вы верите в то, что полнота (или худоба) вызывает у людей более сильную (или менее сильную) любовь? Может быть, вы верите в то, что сможете иметь деньги, и так далее?

## **Успех и поражение**

Иногда вызывает удивление, что одному человеку очень везет в делах, в любви или в спорте, тогда как другому, столь же одаренному и трудолюбивому, как и первый, приходится всю жизнь пребывать на грани поражения. Удивительно также, что большая часть таких удачливых людей не довольствуется тем, что имеет, и считает, что успех не приносит им такого удовлетворения и благополучия, какое, как им кажется, должно быть, тогда как те, кто, кажется, никогда не знал в жизни материального процветания, находят в жизни множество радостей.

Не волнуйтесь. Успех и неудовлетворенность или поражение и удовлетворение вовсе не идут рука об руку, и большинство знакомых нам людей являются скорее удачливыми и довольными, а не наоборот. Но люди удачливые и довольные, или неудачники и недовольные не ставят перед нами вопросов, ибо их состояние является «нормальным». Это, так сказать, исключение, которое подтверждает правило.

В повседневной жизни успех и неудача кажутся двумя полярными противоположностями, и в нашем целенаправленном, технократическом обществе они обычно рассматриваются как противоположности. Однако как болезнь является оборотной стороной здоровья, так и поражение является оборотной стороной удачи. И так как в действительности невозможно быть больным, то и невозможно в действительности быть неудачником.

Возможно, вышеуказанное требует некоторых объяснений. В главе 5 говорили, что исцеление это не столько процесс коррекции нарушенных функций, сколько процесс, позволяющий вещам оставаться такими, каковы они в действительности. Недавно мы говорили о гармонии и о космическом потоке. Невозможно находиться вне потока, и невозможно воспрепятствовать процессу деятельности вещей. Точно так же невозможно быть «больным». Однако вполне возможно не распознать поток, считать, что вещи находятся в бездействии, или чувствовать себя нездоровым.

Кроме своей непосредственной ценности, ценности некоего ментального болеутоляющего средства, психическое исцеление является также процессом восстановления сознания того, что все во Вселенной находится в точно скорректированной взаимосвязи, сознания того, что каждый индивидуум является творцом своего собственного переживания. Работая с чакрами, аурами и энергетическими телами, мы работаем с неким посредством, умеющим объясняться с этими силами и позволяющим нам вернуться в гармонический поток. Мы пребываем в этом потоке даже тогда, когда кажется, что он минует нас.

Для того чтобы понять суть этой довольно непростой концепции, надо постигнуть сущность взаимосвязи между успехом и поражением, а затем перенести ее на равноценную связь между здоровьем и болезнью. Мы предлагаем вам упражнение, помогающее понять, что болезни являются частью здоровья, точно так же как поражение является частью успеха.

1. Войдите в транс.
2. На своем ментальном экране создайте картину благополучного бытия, каким вы его себе представляете.
3. На таком же отдельном экране, создайте картину поражения.
4. Убедите себя, что успех важнее поражения.
5. Убедите себя, что поражение важнее успеха.



6. Повторите этапы 4 и 5 несколько раз.
7. Поместите картину успеха над картиной поражения.
8. Поместите картину поражения над картиной успеха.
9. Повторите этапы 7 и 8 несколько раз.
10. Выйдите из транса.

В то время когда вы выполняли предыдущее упражнение, начинали ли стираться различия между картиной «успеха» и картиной «поражения»?

1. Войдите в транс.
2. На своем ментальном экране создайте картину здорового быта.
3. На таком же отдельном экране создайте картину болезни.
4. Убедите себя, что здоровье лучше болезни.
5. Убедите себя, что болезнь лучше здоровья.
6. Повторите этапы 4 и 5 несколько раз.
7. Поместите картину здоровья над картиной болезни.
8. Поместите картину болезни над картиной здоровья.
9. Повторите этапы 7 и 8 несколько раз.
10. Выйдите из транса.

Успех и поражение тесно связаны со здоровьем и болезнью. Поскольку все находится в точно скорректированной взаимосвязи, то, терпя поражение, вы преуспеваете в поражении. Кроме того, понаблюдайте за побочными результатами. Если вы привыкли терпеть поражение, то что вы извлекли из него? Может быть, вы встречаете сочувствие? Внимание? Может быть, вы хуже себя чувствуете или раздражаете своего отца, мать и т.д? Многие люди, часто терпящие поражение, находят, что побочный результат для них заключается в том, что им не надо принимать на себя обязательство стать хорошим настолько, чтобы преуспеть, и не надо демонстрировать свою силу самим себе и всему миру. Когда вы чувствуете себя нездоровым, ваше тело привлекает внимание к тому факту, что вы не можете распознать поток, а это дает вам возможность вернуться назад, в соприкосновение со своим истинным «я».

## **Созидание и разрушение**

Мы стремимся убедить себя, что успех отличается от поражения, а здоровье отличается от болезни. Точно так же мы стремимся считать, что созидание отличается от разрушения. Не распознавая общей сущности, в которой присутствуют все эти аспекты, мы запутываемся в созданных нами картинах различий между нами и в результате этого сопротивляемся частями, которые мы считаем негативными.

Следующее упражнение предназначено дать вам представление о своих способностях созидать и разрушать.

1. Войдите в транс.
2. Создайте болезнь. Это может быть небольшая болезнь вроде головной боли или же серьезная болезнь вроде проказы. Дайте волю воображению, позабавьтесь – это игра.
3. Разружьте созданную болезнь.
4. Создайте другую болезнь и разружьте ее.
5. Создайте третью болезнь.
6. Оставляя эту третью болезнь, создайте еще две болезни.
7. Уничтожьте все болезни, созданные вами.
8. Создайте три новые болезни.
9. Создайте вдвое больше болезней, чем вы создали прежде.
10. Теперь уничтожьте все, созданные ранее, болезни.
11. Уничтожьте еще три болезни, которые вы создали раньше других.
12. Создайте болезнь нового вида.

13. Создайте сотню болезней нового вида.

14. Создайте столько болезней нового вида, сколько существует микробов во Вселенной.

15. Уничтожьте вдвое больше болезней, чем микробов во Вселенной.

16. Создайте и уничтожьте столько болезней, сколько захотите.

17. Растворите все свои картины и выйдите из транса.

Мы – творцы переживаний. Мы создаем свое здоровье, мы же создаем свои болезни точно также, как мы создаем свои удачи и поражения.

### ***Когда нам чего-то недостает***

Серьезная проблема, стоящая перед нами, когда мы живем счастливой жизнью и создаем желанное нам всем здоровье, заключается в том, что большинство из нас уверено в том, что нам чего-то недостает. Мы верим, что нам недостает успеха, здоровья, денег, любви и чего-либо еще. И, кроме того, большинство из нас не верит, что мы заслуживаем иметь то, что хотим, включая и отличное здоровье, потому что мы ограничиваем успех, здоровье и все другое, что позволяем себе иметь.

Если в вашей жизни чего-то недостает, то это происходит потому, что мы верим в то, что этого недостающего слишком мало, чтобы удовлетворить нас. В результате этого мы жалуемся, как мало мы имеем, и как результат этих жалоб, мы – раз поверив в это – создаем этот недостаток в своей жизни.

Возьмем, к примеру, любовь. Если в вашей жизни мало любви, а вы держитесь за нее в страхе, что она уйдет, вы становитесь скованным, излишне осторожным и покорным – духовно, если не физически. Но если в вашей жизни мало любви и вы отказываетесь от нее, вы тут же видите, что любви даже слишком много в вашей жизни. Действительно, чем сильнее вы гоните любовь, тем больше вы ее получаете.

Однако если вы гоните прочь любовь для того, чтобы получить больше любви, вы вовсе не получите ее, ибо вы исходите из состояния достаточности, потому что считаете, будто вы хотите, нуждаетесь или заслуживаете больше любви, чем имеете. Если в таком состоянии вы гоните прочь любовь, то это не любовь, которую вы должны послать в мир, а потребность. И то, что вы получите назад, будет представлять собой еще большую потребность. БИБЛИЯ не обманывает вас, давая совет: «Пусти хлеб свой по воде, и он вернется в утроенном количестве». Но вы должны отказаться от него, просто отказаться, иначе в действительности ваш поступок будет совершенно иным. И это иное – то, что вы в действительности делаете, – вернется к вам.

Космическую гармонию невозможно обмануть, ей можно говорить только правду. Когда вы не говорите правду, а совершаете что-то другое, вы только дурачите себя. Когда вы увидите, что же вернулось к вам, вы поймете, что одурачили сами себя. Священное писание говорит: «Что посеете, то и пожнете». Вы пожнете именно то, что посеяли, а вовсе не то, что, как вы думаете или верите, вы посеяли.

Следующее упражнение, состоящее из двух частей, может показаться довольно сложным. Прежде чем приступить к нему, прочитайте его дважды, чтобы убедиться, что вы правильно поняли наши указания.

1. Войдите в транс.

2. Создайте некоторый недостаток, т.е. создайте в уме состояние, когда чего-то недостает или что-то нужно.

3. Создайте еще нехватку чего-то. Создайте их так много, чтобы Вселенная скрылась под этими недостатками.

4. Когда недостающего будет слишком много, а не просто будет не хватать чего-то, спросите себя, может быть, достаточно такой нехватки. Если ее не достаточно, увеличьте вдвое против прежнего, удваивайте ее, если нужно, пока не получите ответ, что этого

достаточно.

5. Когда недостающего будет достаточно много, оставьте эту Вселенную и создайте целую новую Вселенную, в которой совсем не будет недостачи.

6. В этой новой Вселенной создайте некоторый избыток, т.е. создайте состояние, когда всего достаточно. Когда этот избыток будет достаточно велик, спросите себя, может быть, хватит этого избытка. Если нет, создайте еще. Создавайте его до тех пор, пока в этой второй вашей Вселенной не будет избыток избытка.

7. На своем ментальном экране положите рядом обе вселенные, оставляя свободное место около них и между ними.

8. Заполните пустое пространство недостачей из первой Вселенной. Заполните все пространство полностью.

9. Может быть, теперь в вашей первой Вселенной отсутствует какое-то количество недостачи? Если так, создайте ее и заполните свободное пространство.

10. Заполните пространство избытком из второй Вселенной. Заполните пространство полностью.

11. Может быть, теперь во второй Вселенной отсутствует какое-то количество избытка? Если так, создайте его и заполните свободное место.

12. Повторяйте этапы 8 – 11 до тех пор, пока вы не узнаете, кто тот, кто создает недостачу и избыток в вашей Вселенной.

13. Растворите все картины и выйдите из транса.

Откройте глаза и оглядите комнату. Кажется ли она вам несколько иной, чем до начала упражнения?

1. Войдите в транс.

2. На своем ментальном экране создайте картину самого себя.

3. Спросите самого себя, может быть, вам не хватает чего-то — любви, денег, здоровья или чего-то еще. Если ответ будет: «Не», переходите к этапу 4. Если ответ будет: «Да», спросите себя, чего вам не хватает. Обратитесь к Вселенной с избытком и возьмите то, в чем вы нуждаетесь. Посмотрите в картину самого себя и заполните освободившееся пространство во второй Вселенной. Выполняйте это до тех пор, пока у вас не появится достаточное количество того, в чем вы нуждаетесь.

4. Когда у вас будет достаточно всего, создайте на своем ментальном экране картину другого человека и дайте ему некоторое количество того, что вы только что дали себе.

5. Спросите себя, достаточно ли теперь у вас того, что вы только что отдали. Если достаточно, то переходите к этапу 6. Если же нет, то обратитесь к Вселенной с избытком и возьмите для себя то, что вам нужно. Затем вновь отдайте некоторое количество. Повторяйте этот этап до тех пор, пока не научитесь отдавать так, чтобы и у вас оставалось достаточно.

6. Если во время этого упражнения ваша Вселенная с избытком истощила свои ресурсы, снова заполните ее с избытком.

7. Растворите все свои картины и выйдите из транса.

Как вам кажется: отдавая, вы увеличиваете то, что имеете? Уменьшаете? Сохраняете таким же? Хотелось бы вам делать это в будущем? Если нет, выполните это упражнение снова и убеждайте себя, что каждый раз, отдавая, вы увеличиваете то, что имеете, уменьшаете или же сохраняете прежним – как вам больше нравится.

### ***Сновидения, исцеление во сне и астральные классы***

Кто знает, откуда приходят сны, куда они уходят и какой цели они служат? С древних времен считалось, что сны открывают человеку Божественную Волю. В норвежской мифологии считалось, что посредством сновидения мертвые общаются с живыми.

Ясновидящие, пророки, поэты и психоаналитики придают первостепенное значение символике сновидений. В течение двух последних десятилетий проводятся специальные

исследования в соответствующих лабораториях, которые выявили определенную взаимосвязь между сновидениями, экстрасенсорной перцепцией и предвидением. Карлос Кастанеда пишет, что индейский колдун дон Хуан научил его пользоваться своими сновидениями, чтобы получить знания.

Мы уже несколько раз говорили, что вы являетесь творцом своего собственного опыта. Это особенно справедливо в отношении ваших сновидений, ибо здесь нет внешней реальности, могущей привести вас в замешательство. Даже если в вашем сне с вами общаются БОГ или умерший человек, все равно, пейзаж, действующие лица, сюжет, повествование и символика существуют как порождение вашего воображения, отражающееся и отразившееся в зрительных образах вашего ума.

Наш опыт сновидений убеждает нас, что они выполняют множество функций, находящихся в тесной взаимосвязи между бытием и умом, общающимися между собой. Поскольку бытие – это осознание своей связи с Космической гармонией, оно может снабжать информацией ум таким образом, чтобы ум мог воспринять и использовать ее для своего дальнейшего психического роста. Точно так же сновидения могут быть использованы во всех сферах психической деятельности, включая и исцеление.

Когда мы писали первые главы данной книги, одна из близких приятельниц Билла узнала, что у нее рак матки. Хотя она уже начала лучевую терапию, предшествующую хирургическому вмешательству, Билл спросил ее, не хочет ли она подвергнуться лечению на расстоянии. Она засмеялась и сказала: «Когда и лечиться, как не сейчас?»

Примерно неделю спустя Билл и Эйми уселись рядом и выполнили процедуру исцеления на расстоянии для приятельницы Билла. Процедура была очень несложной, той, которую мы описывали в главе 2. Спустя пару дней Билл разговаривал по телефону со своей приятельницей. Она сказала: «В ту ночь у меня было очень яркое сновидение. Мне снилось, что вы привели меня в дом полный людей, которых я никогда раньше не видела. Я помню обилие золотистого цвета».

Билл спросил ее, не запомнила ли она кого-либо из тех, кто был в доме. Она сказала: «Знаете, это забавно, но я могу вспомнить отчетливо только одного человека». И она подробно описала женщину, которая могла быть только Эйми, хотя они с Эйми никогда не встречались прежде, и она понятия не имела, как Эйми выглядит. На следующем медицинском осмотре было установлено, что рак прекратил рост. Она продолжала обычное медицинское лечение, а через пару месяцев после этого случая злокачественная опухоль матки была удалена оперативным путем. Врачи-аллопаты могут сказать, что рак был излечен лучевой терапией, тогда как психические целители могут утверждать, что рак был излечен посредством лечения на расстоянии. Мы уже уверены, что приятельница Билла вылечила рак, создав в своей Вселенной мощный противовес, полученный ею из этих двух источников. Мы говорим об исцелении потому, что когда матка была удалена во время операции, на ней не оказалось раковой опухоли.

Мы полагаем, что сновидение должно считаться идеальным местом для психической деятельности. В состоянии дремоты вы фокусируетесь уже в иной реальности, нежели в своем обычном состоянии, но перед началом следует сделать достаточно большую подготовительную работу, чтобы нацелить свой ум на определенную работу (задачу), прежде чем погрузиться в дремоту. Первый этап любой подготовки заключается в том, чтобы установить контакт со своим собственным миром сновидений. Посредством различных научных опытов было установлено, что каждый человек видит ночью сны во время особых состояний сна. Вам нет необходимости ждать ночи, во время которой вы имеете сновидения; проблема заключается не в том, имеете ли вы их, а в том, запомните ли вы их.

Самый эффективный способ запомнить сновидения – это проснуться, когда вы видите сон. Вы можете убедить себя, что вы сможете сделать это, если вы положите листок бумаги и карандаш около постели вечером. Тогда, ложась спать, войдите в легкий транс, как если бы вы собирались выполнить чтение или исцеление. Если хотите, вы можете погрузиться в этот транс лежа. После того как вы погрузитесь в транс и заземлите себя, отчетливо спросите

себя, что вы хотели бы осознать посредством своих сновидений. Затем погрузитесь в сон.

Некоторые люди замечают, что они могут проснуться, запомнив свои сны, в первую же ночь, когда они приступят к этому упражнению. Другим потребуется несколько дней. Когда Билл начал тренироваться в этом упражнении, он начал видеть во сне, что он просыпается, записывает свои сны и снова засыпает. Таким путем его тело, не желающее просыпаться в середине ночи, пыталось обмануть его. Однако это продолжалось только пару ночей. Затем, однажды ночью, видя во сне, что он проснулся и пишет, он внезапно осознал, что происходит. Тогда он проснулся и записал свой сон о том, как он просыпается и записывает сон. В течение недели он записывал каждую ночь по два, три или четыре сна.

Научившись просыпаться во время сновидения, вы можете приступать к другим видам деятельности во время сна. Например, во сне вы можете изучать психические дисциплины.

Астральные классы можно объяснить как встречи, во время которых ваше существо изучает методы сознания или психического роста других существ, имеющих опыт в этих областях. Пребывание в астральном классе немного напоминает деятельность с духом-наставником.

Вы можете или войти в астральный класс с определенной целью, или погрузиться в него. Если вы начинаете вспоминать сновидения, в которых вы находитесь, например, посещение лекций какого-либо выдающегося психического наставника, или если вы начинаете вспоминать сны, в которых ваши друзья или даже незнакомые вам люди учат вас, как выполнять исцеление, концентрировать внимание и т.п., значит, вы, вероятно, попали в астральный класс. Периодически читайте свою записную книжку, в которую вы записываете сны, чтобы иметь представление о том, какое направление принимают ваши уроки.

Когда мы писали эту книгу, Билл вошел в астральный класс. Его впечатления были очень волнующими. Вот они:

Я нахожусь с группой людей, практикующихся или изучающих астральное путешествие (левитацию). Руководитель стоит по одну сторону некоего хитроумного металлического сооружения, похожего на вертикальную трапецию, а ученик или посвящаемый – по другую сторону. Они поднимаются вверх вместе, и ученик взлетает.

Сперва поднялась женщина. Когда она опустилась, я сказал что-то вроде: «Это фокус?» И наставник, высокая женщина с седыми волосами, протянула руку ко мне. Я испугался. Я встал перед трапецией и почувствовал, что она начала работать. Я закричал, и все снова стало «нормальным». Затем я попытался еще раз – и внезапно взлетел.

Время остановилось для меня, равно как и все окружающее. Люди в комнате оставались недвижимыми, застывшими в своих позах. Мне было немного трудно маневрировать, потому что это было мое первое путешествие, но я знал, что в дальнейшем я научусь этому. Зная, что пора опускаться, я снова закричал и упал, как мне показалось, с большой высоты, но потом убедился, что эта высота была высотой комнаты. В комнате были новые люди, и все они двигались».

Тот факт, что в комнате были новые люди и что они двигались, позволяет предполагать, что время остановилось для Билла, но оно не остановилось для других людей в его сне. Такое несоответствие между временем, пережитым самим на астральном плане, и временем, наблюдаемым для других, очень сходно с определенными аспектами относительной физики. Например, когда звезда гаснет и превращается в темное вещество, то в самый момент затухания время останавливается для звезды, как это представляется нам здесь, на Земле. Однако время для звезды не останавливается, и она продолжает затухать. Можно провести любопытную параллель между психическими переживаниями и открытиями, сделанными современной наукой, подтверждающей переживания тех, кто в прошлые века занимался психической деятельностью. С увеличением числа научных открытий эти параллели все чаще и чаще приходят на ум.

Если вы хотите, вы можете сознательно посещать астральный класс. Это очень напоминает упражнение, выполняемое в данной книге. Однако при выполнении этих упражнений вы можете обнаружить, что обыкновенное, физическое зрение дает гораздо

меньше, чем воображение.

Прежде чем «вступить» в астральный класс, решите, какую область или области хочется «изучать». После того как вы ляжете в постель, войдите в транс и спросите себя, кто ведет данный класс. Возьмите то имя или лицо, которые первыми придут вам на ум. Если вам это кажется непонятным, например, если Бен Франклин ведет курс по энергетическому телу или если ваша бабушка ведет курс о функциях творчества, все равно вы можете считать, что все в порядке. Какое-либо существо, являющееся выдающимся учителем в нематериальной сфере, может вернуться в этом воплощении как ваш наставник, чтобы узнать людей на этой стезе. Запоминайте свои сны и наблюдайте, чему вы учитесь.

Конечно, вы можете работать над своими вопросами и индивидуально. После того как вы войдете в транс, заземлите себя и начните засыпать, определите, над чем вы хотите работать, и скажите себе: «Я хочу узнать, что я извлеку из...», или: «Я хочу воспрепятствовать своему страху перед...», или: «Я хочу узнать, что означает...», или: «Я хочу знать, что надо делать, чтобы излечиться от...». Если вы не получите удовлетворительного ответа или по крайней мере указания в течение нескольких ночей, сформируйте вопрос более ясно и понятно или постарайтесь узнать, почему вы не можете получить ответ на то, что вам хотелось бы знать.

Узнав, в каком направлении работает ваш ум, вы облегчите себе выполнение такого рода работы, связанной со сновидениями. Существуют некоторые общие символы, которые неизбежно встречаются в сновидениях каждого человека, по крайней мере в определенную историческую эпоху или в определенной части света. Однако каждый человек имеет свою, уникальную систему символов, и вы должны узнать, что значат для вас определенные люди, места, вещи или поступки. Вы можете узнать это, рассматривая образы (модели, структуры) и повторяя символы, которые неожиданно возникают в ваших снах, и просто спрашивая себя при пробуждении, что они означают, если их значения еще вам неизвестны. Кроме того, символ может не появляться прямо, если вы разглядываете свои сны спустя несколько недель или месяцев после того, где вы их увидели, вы начнете замечать и пути, которыми они появляются в вашей жизни, т.е. то, чего вы могли не заметить сразу. Полученные знания вы можете применять к своим сновидениям, которые вы анализируете по мере того как видите, а также и прошлым сновидениям.

Билл проделал огромную работу в отношении сновидений, виденных им за прошедшие несколько лет, и сделал наблюдение в отношении себя и других, что создание своей собственной системы символов помогает понять, что ум – неистощимый шутник. Если вы начинаете видеть сны о подошвах ног, считается, что вы во сне видите свою душу (подошва – душа). Если вы видите во сне управляющего страной короля или королеву, или же взнузданного коня, вы можете связать свое сновидение с водой (правление – узда – дождь), это может служить указанием к тому, что бы вы узнали, что означает для вас вода. Ум играет не только словами, но и образами, звуками, ощущениями и т.п. Ваш ум будет пользоваться любой системой символики, которой вы пользуетесь на сознательном уровне.

Когда пару лет назад Билл искал ответ на одну весьма специфическую проблему, он увидел во сне, что он преследует быка в каком-то подземном гараже. Когда он бежал за быком, он выронил цепочку для ключей. Когда в холодном утреннем свете он проанализировал свой сон, интерпретируя его в своих собственных символах, он понял, что на низших уровнях сознания (подземный гараж) он потерял ответ (потеря «ключа») на свой вопрос, потому что он был слишком занят преследованием быка (идеи) в своей жизни. На основании информации, полученной во время сна, он сумел затратить меньше времени на поимку быка и начал использовать ключ для раскрытия своего вопроса.

После того как вы близко познакомитесь с процессом сновидений, вы быстро поймете, что ваши сновидения могут идти по одному из следующих путей: вы можете получить информацию во время своих сновидений, но можете также и направлять их. Конечно, пользуясь театральным языком, вы всегда являетесь режиссером их. Вы – творец своего переживания. Однако здесь мы говорим о несколько иной режиссуре – о режиссуре, при

которой вы сознательно и настойчиво определяете ту специфическую область деятельности, к которой вы хотели бы приложить свои сновидения.

Процесс астрального исцеления напоминает соединение процесса сновидений с процессом исцеления отсутствующего. В определенном смысле это форма исцеления отсутствующего и должна выполняться с учетом тех же замечаний и с такой же осторожностью. Люди имеют право на свои болезни, и вы поступаете дурно с психической точки зрения, если летаете на астральном плане по ночам вокруг человека, погружая свои исцеляющие пальцы в участки, пораженные психическим или физическим заболеванием.

Как и в случае исцеления отсутствующих, крайне желательно получить разрешение от человека, которого вы хотели бы исцелить. Если вы получили такое разрешение, приступайте к нему.

1. После того как вы ляжете в постель, войдите в транс и заземлите себя.
2. Очистите свой ум и создайте ментальное изображение человека, которого вы исцеляете. Как и в случае исцеления отсутствующих, если не знаете, как выглядит этот человек, создайте его силуэт или общее изображение его, в соответствии со своим представлением.
3. Заземлите человека на своем изображении и наполните его тело и ауру оранжевым цветом.
4. Если вы работаете над какой-то конкретной частью тела, сконцентрируйте на этой части особенно сильный свет.
5. Скажите человеку на своем изображении, что вы встречались с ним ненадолго, чтобы принести ему исцеление.
6. Засыпайте. Спокойной ночи. Запишите все сны, которые вы увидите в эту ночь, и посмотрите, связаны ли они как-нибудь с исцелением. Когда вы в следующий раз будете разговаривать с этим человеком, вы можете узнать у него, не было ли у него каких-то необычных сновидений или непривычных ощущений в состоянии бодрствования, когда вы выполняли процедуру.

В заключение этой главы давайте припомним старую колыбельную песенку. Представьте себе, что ваше тело – это лодка, в которой вы плывете по реке жизни, и вообразите, что стало бы с нашей погоней за славой, удачей, властью и положением в этом мире, если бы мы начали серьезно воспринимать Матушку Гусыню. Теперь же каждый следует за скачущим мячом.

## **Глава 8. Некоторые исцеляющие манипуляции и упражнения на чтение, выполняемые на более продвинутом этапе**

### ***Как прочитать прошлую жизнь***

Нам известно, что когда люди начинают интересоваться вопросами психической деятельности, то один из первых возникающих у них вопросов является вопрос: «Можете ли вы рассказать мне о моих прошлых жизнях?»

Способность читать прошлые жизни на первый взгляд кажется мистической и таинственной, но в действительности это не труднее, чем любое другое упражнение, приведенное в данной книге. Прежде чем рассказать вам о том, как можно прочитать свои собственные прошлые жизни, а также прошлые жизни своих друзей, мы немного расскажем вам о том, что это такое.

Как мы говорили ранее, каждое существо воплощается в несколько тел. Каждое новое тело, в которое оно входит, или каждая новая жизнь, которую оно принимает, является новым шагом вперед на пути роста и развития. Это не означает, что с каждой новой жизнью

человек становится все более и более святым. Существо может избрать жизнь очень порочного человека, потому что следующим этапом роста может быть как раз обучение порочности. Принято говорить о следующих жизнях, т.е. о жизнях, которые следуют одна за другой. Таково наше понимание, равно как и понимание многочисленных врачей-мистиков, а именно, что двухтысячный год после новой эры и двухтысячный год до новой эры протекают одновременно, т.е. что все время одновременно.

Следовательно, все человеческие жизни могут рассматриваться как жизни, протекающие «в одно и то же время».

Выбор существом тела также диктуется кармой, которая, как мы уже писали, представляет собой сложную цепь соглашений и взаимоотношений с другими существами. Эти взаимоотношения могут охватывать диапазон от весьма позитивных до крайне негативных. Когда умирает ваша богатая тетушка, оставляя вам баснословное огромное наследство, это может означать, что вы оказали ей важную услугу в прошлой жизни, и это ее манера сказать вам «спасибо». Или когда убийца убивает внешне невинные жертвы, может случиться так, что он в прошлой жизни чувствовал на них жестокую обиду. Важно понять, что люди принимают решения, основываясь на переживаниях этой жизни. Люди в этой жизни должны жить этой жизнью. Например, нельзя закрывать глаза на убийцу, потому что он был глубоко несчастен в своей прошлой жизни.

Из всех видов психического шарлатанства чтение прошлой жизни является самым перспективным. Любой предсказатель знает, что он покорит сердца своих клиентов или друзей, если скажет им, что они были египетскими принцессами, вождями затонувшей Атлантиды или Бетховеном. Другим способом, помогающим произвести впечатление на людей и подчинить их себе, является рассказ о том, что в прошлой жизни они были злыми или опасными существами и поэтому не несут ответственности за свои нынешние действия. Мы видели многих людей, которые не могли не чувствовать себя счастливыми, обнаружив, что в прошлой жизни они были военачальниками или занимались черной магией. Другие счастливые, узнав, что в прошлой жизни их грабили, притесняли, сжигали на кострах, как ведьм или колдунов, или подвергали каким-то иным мучениям. Их прошлая жизнь служит как бы надежной базой, на которой зиждется их уверенность в том, что жизнь всегда будет несправедлива к ним, что так было всегда и будет продолжаться и впредь.

Желание управлять настоящим моментом порождает главным образом действия, совершаемые в расчете на карму. Эйми, читая прошлые жизни, находит, что если человек стремится к постоянному регулированию своих проблем, то его кармические и прошлые жизни могут быть интересными и поучительными.

Иногда для человека может быть весьма полезно, если ему расскажут о его прошлой жизни, которая была для него особенно счастливой. Воспоминания о той жизни накапливаются в памяти существа, и рассказы о ней могут пробудить в его сознании эти воспоминания. Сокровенные воспоминания об этом счастье могут принести человеку удовлетворение в горестные периоды или же напомнить ему о врожденной способности всего его существа к счастью. Или же это поможет понять, что на таком долгом отрезке времени его сиюминутные проблемы не столь остры.

Иногда люди повторяют те же самые кармические модели вновь и вновь с весьма небольшим прогрессом и решительностью. В этом случае чтение прошлой жизни может указать человеку бесцельность постоянного проигрывания одного и того же неудачного образа.

Прежде чем прочитать кому-нибудь его прошлую жизнь, спросите себя, сумеет ли он разумно воспользоваться сообщенной вами информацией. Неразумно уводить человека в далекое прошлое, если это помешает ему разрешить его текущие проблемы.

Очень часто люди, которым рассказывают их прошлые жизни, любопытствуют: «Знал ли я в прошлой жизни свою жену (мужа, брата, мать, дочь, возлюбленного)?» Ответ почти всегда гласит: «Да». Близкие связи почти всегда являются кармическими. Ваши ближайшие друзья и родственники – ваши старые друзья. Опыт Эйми подсказывает ей еще один часто



задаваемый вопрос: «Может ли быть, чтобы моя недавно умершая жена (муж и т.д.) только что воплотилась в мое новорожденное дитя?». Ответ на это обычно гласит: «Нет». Большинство душ не воплощается так скоро; они нуждаются в периоде покоя между кармическими циклами с определенной группой людей.

Вопреки распространенному мнению, большинство людей прожило не одну-две жизни, а огромное количество жизней. Поэтому, если вы собираетесь прочесть человеку его прошлые жизни, вам потребуется на это несколько дней.

Мы установили, что влияние наших прошлых жизней на нашу нынешнюю жизнь постоянно изменяется. Уроки вашей прошлой жизни, которую вы прожили в качестве пирата, сегодня могут оказаться для вас совершенно бесполезными, тогда как уроки, полученные вами в греческой школе, которую вы посещали в одной из прошлых жизней, могут обеспечить ваше подсознание ценной информацией. Все, чему вы научились во время прошлых жизней, накапливается в вас. Для большинства людей этот процесс протекает подсознательно, однако картины или воспоминания могут проявиться в вашей ауре в форме образов, когда вам нужно вспомнить уроки прошлой жизни.

Ясновидящий, изучающий ауру для получения информации о прошлой жизни, может стать свидетелем сцен, которые когда-то происходили, наблюдать людей в одеяниях минувших эпох и даже слышать разговоры, происходившие много веков назад. Или же он может видеть символы в ауре, представляющие различные жизни индивидуума: цветок лотоса ассоциируется с жизнью буддиста или с жизнью, связанной с какими-то формами медитации, крест – с жизнью христианина, мандала – с жизнью, прожитой в Индии или в Тибете, и т.п.

Тот, кто заинтересовался восточной философией, может, сам того не сознавая, извлечь из памяти уроки, полученные им во время одной из прошлых жизней, прожитых на Востоке. Поэтому нет ничего удивительного, если в его ауре будут появляться картинки из этой части мира. Когда он закончит изучать свои восточные уроки, эти картины будут постепенно выцветать и исчезать из ауры, а на их месте начнут появляться новые. Аура индивидуума может быть выполнена сценами из одной или нескольких одновременно жизней, да кроме того, и картинами, представляющими какие-то нерешенные проблемы настоящей жизни.

Чтение прошлых жизней весьма напоминает чтение ауры или чакр. Задача состоит в том, чтобы расслабиться, позволяя впечатлениям наполнять вас, независимо от того, являются ли эти впечатления продуманными и неожиданными. Вы должны следовать своей интуиции.

Практика в психическом чтении подскажет вам, когда вам следует, а когда не следует рассказать индивидууму о его прошлой жизни. Упражнение «Да/Нет» поможет вам принять правильное решение. В тех случаях, когда вы хотите прочесть прошлую жизнь, воспользуйтесь следующим упражнением. Но выполняйте это упражнение с кем-либо, кого вы читали прежде или кто представляется вам самым удобным объектом психического чтения. Начинаящего могут пугать прошлые жизни. Вы можете также использовать это упражнение для чтения своей собственной прошлой жизни.

1. Сядьте в позе медиума.

2. Освободите свой ум и сфокусируйтесь на вопросе: «Каковы прошлые жизни, проявляющиеся в ауре моего приятеля в настоящее время?»

3. Теперь посмотрите на ауру своего друга. Позвольте любым впечатлениям или картинам наполнять вас. Спросите себя о времени и о географическом месте, откуда приходят эти сцены.

4. Спросите себя, имеют ли эти образы, пришедшие из прошлого, какое-либо значение в нынешней жизни вашего друга. Пронаблюдайте, не появится ли в образах прошлой жизни кто-либо из нынешнего окружения вашего друга, и если да, то в какой связи?

5. Растворите эти картины. Выйдите из транса.

После этого упражнения самое время поработать или еще каким-то способом сделать

свое тело реальным.

## ***Предсказания, предчувствия и будущие жизни***

Можем ли мы заглянуть в будущее? Можем ли предсказать свое собственное будущее, равно как и будущее других? Люди часто задают нам вопрос на эту тему. Когда вы начнете пробуждать свое психическое осознание, вам наверняка захочется узнать, сможете ли вы пробудить эти способности, таящиеся в вас. Если ваши друзья узнают, что вы пользуетесь своими психическими способностями, они будут ожидать, что вы сможете заглянуть в их будущее – это нечто, скользящее и гибкое. Оно не может быть связано с одним местом и зафиксировано, определено и измерено, оно не может быть признано неизменным и неизбежным. Будущее всегда изменяемо. В каждый момент своей жизни вы создаете свое будущее, переходя от самых малых проблем к самым серьезным.

Когда читающий смотрит на ваше будущее, он или она наблюдает то, что вы намечаете для себя в данный момент. Если то, что вам предсказывает читающий, не сбывается, это еще ни о чем не говорит, потому что вы могли изменить свои планы, не осознавая этого сами. Или же читающий мог прочесть символы и интерпретировать их в соответствии со своей собственной системой, отличающейся от системы индивидуума.

Несколько лет назад Билл провел лето на Восточном побережье. Однажды он пошел повидаться с целителем, пользующимся блестящей репутацией среди своих друзей. Большую часть ее чтения Билл нашел необычайно точной. Затем она начала предсказывать его будущее.

Она увидела его пребывающим на Востоке в течение двух лет и лишь затем переезжающего в иные географические широты. Но Билл не имел намерения оставаться на Востоке. Он вернулся в Калифорнию, когда окончилось лето. Он подумал, что она ошиблась в этом предсказании.

Но по прошествии двух лет Билл вдруг обнаружил, что его жизнь заполнена теми же мыслями и заботами, которые волновали его во время лета, проведенного на Востоке. А в конце этого периода он начал переходить в иное ментальное и эмоциональное окружение. Следовательно, читающая совершенно точно прочитала его ментальное состояние, но интерпретировала это в физических терминах.

Когда вы заглядываете в свое собственное будущее, делайте это в состоянии медитации или в состоянии дремоты, ибо тогда вы можете увидеть множество возможностей, которыми вы сумеете воспользоваться.

Мы не можем сказать вам, благоразумно или нет развивать свои способности предвидеть будущее для себя или для других. Для некоторых это – благословение, для других – проклятие. И, разумеется, вы не должны позволять этой психической способности, как и любой другой психической способности, использовать вас.

Некоторые люди, обладающие даром предвидения, стремятся видеть только негативные события, такие как болезни, убийства и т.д. Эти люди сами делают такой выбор, хотя им может казаться, что они не способны контролировать свои способности. Очень часто люди спрашивают Эйми: «Можете ли вы сказать мне, когда умрет такой-то человек?» Она отвечает: «Я сознательно избираю незнание, когда речь идет о чьей-то возможной смерти. Я чувствую, что это наложило бы на меня слишком большую ответственность, и стараюсь не знать».

Льюис Боатвик однажды рассказал Эйми историю о Жоан Диссон – знаменитой предсказательнице. После убийства Джона Кеннеди она позвонила ему и плача сказала: «Я несколько раз пыталась попасть в Белый дом и предостеречь его, но мне не позволили пройти к нему!» Льюис ответил ей: «Ну что ж, Жоан, возможно, это было не дано вам».

Существует четкая линия, разделяющая руководство и постороннее вмешательство в чужую жизнь и планы. Когда Эйми просят предсказать чье-то будущее, она всегда крайне

осторожна. Ей предстоит сделать очень удачные предсказания, предсказания, которые не осуществляются никогда, и отказаться предсказывать вообще. Если ее интуиция подсказывает ей, что предсказание поможет клиенту увидеть возможные стремления и возможное будущее, и если она думает, что он понимает, что эти стремления подвержены изменениям, она отваживается на предсказание.

Однако слишком часто люди полностью «запрограммированы». Если вы говорите им: «Вы станете врачом, юристом или кем-то еще», они полностью соглашаются с этим и поступают именно так. Это – удобный способ уклониться от ответственности, которую накладывает самостоятельно принятое решение. Гораздо проще сказать: «Мой психоаналитик посоветовал мне сделать то-то и то-то».

Если вы чувствуете, что таким путем вы сможете помочь людям, и если вам нравится заглядывать в будущее, пожалуйста, не забудьте предупредить их, что окончательное решение находится в их руках.

Мы много говорили о прошедших жизнях. Совершенно естественно, что вы придете к выводу, что, кроме многих прошлых жизней, у нас имеется и множество будущих жизней. Этот вывод вполне справедлив, но может показаться странным, что мы все планируем наши будущие жизни уже сейчас, точно так же, как мы планируем будущее этой жизни. Будущие жизни можно увидеть в ауре точно так же, как мы видим там прошлые жизни. Однако мы должны предостеречь вас от этого: изучение будущей жизни может привести к серьезным психическим заболеваниям и даже к нарушению психики.

### ***Как прочитать своё будущее***

Два упражнения помогут вам прочитать свое собственное будущее. Вы можете также воспользоваться этими упражнениями, чтобы прочитать будущее другого человека.

1. Сядьте в позе медиума.
2. На своем ментальном экране нарисуйте три круга. Установите, что один из них соответствует шести месяцам («Шесть месяцев»), другой – одному году («Один год»), а третий – пяти годам («Пять лет»).
3. Подумайте о трех событиях, которые вам хотелось бы осуществить. Это может быть что угодно, начиная от нового автомобиля или дома до прекращения курения, избавления от лишнего веса, установления приятельских отношений со своим начальником и т.п.
4. Убедите себя, что эти ваши три желания должны войти в различные круги. Не помещайте сами их в круги, но наблюдайте, как они входят туда. В круг может войти больше одного желания. Наблюдайте, какие желания входят в какие круги, и замечайте, что вы при этом чувствуете. Если вам захочется изменить местонахождения желаний и поместить их в какой-то другой круг, вы можете переместить их из одного круга в другой. Если за пределами этих кругов что-то остается, вы должны спросить, какое число должно появиться под тем, что остается. Это число должно сказать вам, сколько лет должно пройти, прежде чем вы позволите уйти прочь вашему желанию.
5. Растворите круги и выйдите из транса.

### ***Чтение ваших будущих роз***

1. Сядьте в позе медиума.
2. На своем ментальном экране воспроизведите для себя розу. Как следует изучите эту розу. Обратите внимание на то, что вам в ней нравится, а что не нравится.
3. Слева от нее создайте другую розу. Это роза, предназначенная на ближайшие шесть месяцев, начиная с данного момента. Если вам что-то не нравится в ней, например, цвет, форма, размер – измените ее. Растворите все розы.

4. Создайте третью розу, справа. Это роза, предназначенная для вас на прошедшие шесть месяцев от настоящего момента. Обратите внимание на разницу между первой и третьей розами. Растворите все розы.

5. Создайте еще одну розу. Это роза, предназначенная для вас на один год, начиная от данного момента. Создайте еще одну розу. Это роза, предназначенная на пять лет, начиная от данного момента. Создайте столько роз, сколько захотите, и на сколько угодно лет. Если они вам не нравятся, измените их и сделайте такими, какие вам нравятся. Растворите все розы и выйдите из транса.

### ***Как разговаривать с духовными наставниками***

Во второй главе данной книги мы говорили об исцелении посредством духовных наставников – помощников, не имеющих телесной оболочки, к которым обращаются в своей работе многие целители. Мы советуем вам не обращаться к помощи таких наставников, если вами не руководит достаточно опытный специалист.

Однако существует еще один тип наставников, с которыми вы можете общаться без затруднения и боязни. Каждый человек имеет по крайней мере одного «духовного наставника», постоянно пребывающего на внешних краях его или ее ауры.

Как мы уже говорили, существа, не воплощающиеся в тело, имеют на астральном плане множество обязанностей и задач, которые им надлежит завершить. Одно или несколько таких существ могут время от времени или же все время выступать в качестве вашего духовного советчика. Вы можете быть крайне удивлены, узнав, что постоянно находитесь в его обществе, потому что большинство людей никогда сознательно не общаются со своими духами-наставниками. В основном такое общение происходит на астральном плане, когда человек спит. Иногда люди беседуют сами с собой мысленно, обсуждают свои проблемы, решения и т.д. Если вы замечаете, что тоже так делаете, вы можете считать это разговором со своим «внутренним голосом» (голосом высшего существа) – бытия; а не голосом вашего ума. Но это может оказаться и вашим наставником, от которого вы получаете пророческую информацию. Мы часто слышим, как люди говорят о том, что имеют ангела-хранителя или кого-то, кто наблюдает за ними. Они чувствуют присутствие своих наставников.

Когда вы приняли решение воплотиться и родились, это явилось благоприятным событием в психической среде. Существа, которые были вашими друзьями на астральном плане, или те, с кем вы были дружны в прошлых жизнях, присутствовали при этом событии. На этом собрании духов, происходящем в больничной палате, находятся несколько духов, которые остаются подле вас, чтобы убедиться, что вы находитесь в добром здравии, что вы хорошо ориентируетесь на физическом плане, и т.п. Они выступают в роли ваших спутников и советчиков. Однако если карма сулит вам заболеть в младенческом возрасте, ваши наставники не вмешиваются в ваши планы. Вышесказанное в равной мере относится и ко всей остальной жизни.

Когда вы становитесь старше, больше наставников входит в вашу сферу. Взрослые люди имеют в среднем от пяти до шести наставников. Часто один из таких наставников является главным, а остальные отвечают только за какой-то конкретный аспект. Например, один наставник может быть связан с вашей работой и карьерой другой – со здоровьем, третий – с духовным развитием, четвертый – с сексуальными отношениями и т.д. По мере того как вы изменяетесь и изменяются ваши потребности, одни наставники приходят, а другие уходят. Если вы приступаете к какому-то новому, важному и трудному заданию, вы можете взять наставника специально на это время. Другие же наставники могут оставаться с вами, помогая вам во всех остальных ситуациях.

Мы хотим предложить вам несколько упражнений для установления контакта со своими наставниками. Важно еще раз напомнить, что, как мы уже говорили духовным целителям, «мнения ваших наставников не всегда „правильны“ для вас именно потому, что

эти наставники не имеют телесной оболочки». Следуйте их советам с осторожностью, как вы делаете это в отношении советов тех, кто имеет телесную оболочку. Ваши наставники находятся здесь для того, чтобы помочь вам, а не для того, чтобы изменить вашу жизнь.

Существует множество способов общения со своими духами-наставниками и с различными людьми. Эйми видит наставников в самых разных обликах и в разное время. Иногда, изучая ауру человека и отыскивая его наставников, она видит, что в ауре появляются разноцветные шары. В другой раз она воспринимает образ какого-то человека. Если наставник предпочитает избрать человеческий облик, значит, он желает представиться вам таким, каким он был в одной из своих наиболее удачных жизней, или же таким, с которым вам удобнее всего вступить в контакт.

В те далекие дни, когда Билл впервые познакомился со своими наставниками, он сблизился со своим главным наставником, обычно появляющимся перед ним в облике высокого бородатого старца, одетого в какое-то вылинявшее облачение, не то зеленое, не то серое. Более всего он походил на огромную, поросшую лишайником скалу. Однажды Билл попросил его появиться в таком виде, в каком его легче было бы распознать, и тот появился в облике тридцатилетнего мужчины времен колониального периода, в белом парике с косичкой, в носках до колен, в бриджах. А позади духа находился сам Билл, в облике низенькой и пухлой блондинки. Очевидно, во второй половине восемнадцатого века Билл был женщиной, женой того, кто в этой жизни стал его главным наставником.

Итак, в действительности духи-наставники не имеют ни пола, ни национальности. Вы можете увидеть крепкого Будду, или элегантную француженку, или кого-либо другого. Мы знаем одного целителя, наставник которого предстал перед ним в облике худенькой блондинки.

У некоторых племен, например у американских индейцев, наставники обычно принимают облик животных.

1. Сядьте на минуту в позу медиума, а затем сложите ладони. Это образует замкнутую цель энергии.

2. Сформулируйте в уме обращение к одному из ваших наставников с просьбой появиться перед вами.

3. Разъедините руки, приняв рецептивную позу и позволяя своим впечатлениям приходить к вам. Вы можете увидеть человека, какие-то модели или цвет. Или же можете ничего не увидеть, но можете узнать, как выглядит ваш наставник, или же услышать голос, описывающий его.

4. Спросите у своего наставника имя. Вы можете услышать его, увидеть его на своем ментальном экране или же узнать его.

5. Спросите своего наставника, какие цели он выполняет в отношении вас или какова его конкретная сфера.

6. Поблагодарите его попрощайтесь, и выйдите из транса.

Вы можете повторять эту процедуру столько раз, сколько захотите. Вы можете также попросить разрешения увидеть своего наставника, мысленно произнеся: «Я хотел бы увидеть своего наставника, занимающегося моим здоровьем» и т.п.

Нижеследующее упражнение предназначено для получения специальной информации и советов от наставников.

### ***Как попросить совета у своего наставника***

1. Сядьте в позу медиума, сложив вместе руки. Сформулируйте в уме вопрос. Это могут быть вопросы типа: «Смогу ли я получить новую работу?», «Как сделать более интересным общение с моим приятелем?», «Поможет ли мне новая диета, о которой я только что читал?», «Действительно ли полезна эта книга по психотерапии, которую я читаю?». Освободите свой ум и сконцентрируйте на своем вопросе все внимание.

2. Разомкните руки, положив их на колени, ладонями вверх, и примите ответ. Вы можете услышать его, узнать, увидеть написанные на ментальном экране.

3. Поблагодарите своих наставников, попрощайтесь с ними и выйдите из транса. Сделайте свое тело реальным.

Во время психического чтения Эйми часто беседует с наставниками объекта чтения, просит у них помощи и совета для пациента. Иногда появляется нечто такое, что они желали бы сообщить пациенту, и они просят Эйми передать ему это. Обычно такие советы бывают хорошими, но иногда ей приходится отвечать наставникам: «Простите меня, но, мне кажется, что эта информация не может принести ему пользу».

Для того чтобы вступить в контакт с наставниками других людей, пользуйтесь теми же методами, что и при установлении контакта со своими наставниками, как это описывалось в двух предыдущих упражнениях. Мы знаем, что многим интересно слышать наставников других людей, и вам может показаться любопытным попрактиковаться в развитии этого психического навыка.

### ***Процесс исцеления вне тела***

Процесс исцеления вне тела очень напоминает процесс исцеления отсутствующего, описанный в главе 2. При исцелении отсутствующего целитель направляет свое внимание на ментальное изображение отсутствующего человека. При исцелении вне тела астральное тело целителя действительно выходит из его физического тела и входит в ауру исцеляемого. Некоторым целителям удобнее выполнять работу вне тела, другим же удобно выполнять исцеление отсутствующего. Некоторые находят, что их способности ясновидения возрастают благодаря использованию этой техники. Мы знаем одного медиума, которая, покидая свое тело, чтобы выполнить процесс чтения, использует свое свободное время. Она наблюдает за своим мужем на работе и за детьми дома. Когда проводился эксперимент, проверяющий ее способности к астральному видению, она читала книгу, лежащую в соседней комнате. Вернувшись в свое тело, она смогла дословно пересказать первый параграф и своими словами рассказать последующие две страницы этой книги.

Мы поместили раздел об исцелении вне тела в настоящей книге (главе) потому, что это не то упражнение, которое выполняется от случая к случаю. Вы должны реально ощущать, что это такое – «находиться в своем теле», прежде чем вы выйдете из него. Другая сложность заключается в том, что, если вы не будете достаточно осторожны, вы сможете легко оставить свою энергию в ауру другого человека.

Это упражнение начинается с части упражнения, которое вы выполняли ранее – «ПРЕБЫВАНИЕ В УГЛУ КОМНАТЫ» (Глава 3).

1. Сядьте в позе медиума. Проверьте, достаточно ли хорошо вы заземлены. Выберите объект исцеления, следуя указаниям, данным в главе 2 об исцелении отсутствующих.

2. Находитесь в углу комнаты. Затем вернитесь в центр своей головы. Повторите эту процедуру три раза.

3. Еще раз окажитесь в углу комнаты. Затем окажитесь в какой-либо другой комнате своего дома или квартиры. Ощущаете ли вы это по-другому?

4. Оттуда попадите на крышу своего дома.

5. Затем окажитесь на облаке в небе.

6. Затем окажитесь в ауре своего пациента. Как вы это ощущаете? Можете ли вы видеть цвета ауры? Заземлите своего пациента. Затем очистите его ауру, привлекая Космическую энергию и омывая ею ауру.

7. Войдите в первую чакру своего пациента. Очистите ее как ауру.

8. Одна за другой пройдите по всем чакрам и очистите их.

9. Если в какой-либо части тела вашего пациента имеется какое-то заболевание, войдите в этот участок и представьте себе оранжевую энергию, омывающую его.

10. Вернитесь в центр своей головы.
11. В своей ауре поместите магнит и притяните им ту энергию, которая осталась в ауре вашего пациента. Повторите этот процесс в отношении пациента.
12. Выйдите из транса.

### ***Ознакомление вашего существа с вашим телом***

1. Сядьте в позе медиума. Пропустите через свое тело золотистый цвет.
2. Создайте розу для себя. Внимательно изучите ее: цвет, аромат, лепестки.
3. Создайте еще одну розу в том месте, куда вы обычно помещаете солнце. Эта роза предназначена для вашего существа. Изучите розу.
4. Опустите вторую розу вниз и расположите ее на верхушке первой розы, позволяя обеим розам слиться.
5. Растворите обе розы и выйдите из транса.

## **Глава 9. Космическое сознание и карма**

### ***Ура! Теперь вы – целитель***

Приблизившись к этой главе, вы, возможно, удивитесь: «Все ли я делал правильно? Я действительно целитель?». Что бы вы ни делали и как бы вы это ни делали, вы все делали правильно. Примите наши поздравления, если ваши успехи превзошли все ваши ожидания. Не бойтесь, если ваши достижения разочаровали вас. Выполняя упражнения, изложенные в данной книге, вы пробуждаете в себе удивительные творческие силы. Желаемый результат же может проявиться в полную силу через несколько месяцев или даже лет. Мы убеждены, что изученное поможет вам исцелять физические недуги, по крайней мере иногда.

Мы убеждены также, что это обогатит ваш жизненный опыт и даст вам много радости в вашей повседневной деятельности.

Как мы уже говорили, быть психическим целителем и пользоваться своими психическими способностями вовсе не означает превратить свою жизнь в ложе из роз, лишенных шипов. Однако вы сможете убедиться, что, благодаря выполнению таких процедур, как заземление, пропускание через свое тело энергии, содержанию своей ауры и чакр в хорошем чистом состоянии, «дурное» в вашей жизни может выглядеть не таким уж дурным, как вам кажется, а хорошее становится лучшим.

Как мы уже говорили в первых главах этой книги, вы – медиум, вы – психический целитель. Эта книга представляет собой практическое руководство, подводящее вас к осознанию того факта, что психические способности уже существуют в вашей жизни, а упражнения только раскроют их, а не введут в вашу жизнь. Это в равной мере относится и к вашему сознанию. Ваши чувства, например, всегда воспринимают и получают информацию от вас: ваши глаза всегда видят, ваши уши всегда слышат, ваша кожа всегда чувствует, ваш нос всегда обоняет, ваш рот всегда ощущает вкус. А ваши эмоции всегда бодрствуют: вы постоянно испытываете счастье, печаль, спокойствие, возбуждение, нейтральность или что-либо еще. Ваш ум всегда осознает: он всегда мыслит и всегда размышляет над тем, что он мыслит. Большую часть времени мы не обращаем внимания на процессы, происходящие с нашими чувствами, эмоциями или интеллектом. Но они постоянно проявляют себя. Занимаясь психической деятельностью, вы активизируете эти процессы, которые уже идут в вас.

Мы уже говорили, что не так уж важно быть психическим целителем, не важнее, чем

быть врачом, писателем или кем-то еще.

Это просто означает «быть». Существует множество разных вещей, и одна ничем не лучше другой. Но жизнь психического целителя, сознание того, что вы обладаете психическими способностями и используете их в самых незначительных вещах, выполняемых в повседневной жизни, это сознание усиливает перцепцию, укрепляет волю к жизни и делает жизнь более радостной.

Осознание психических способностей делает вас более оптимистичным, в определенном смысле обогащает ваш мир: всегда появляется возможность применения психических способностей, всегда есть что-то, что надо пережить и изучить. Как мы говорили вам, игра жизни поистине бесконечна.

Психическая настройка предполагает множество процессов. Вы можете избрать объектом исследования какие-либо психические или духовные области, вы можете осознать, что все изменяется в любой области, какая бы вас ни заинтересовала. Вас могут привлечь какие-то новые творческие аспекты, а не специальные психические области, или же вам может показаться, что ваши повседневные жизненные связи протекают слишком уж гладко. Что бы ни произошло с вами, мы будем рады услышать об этом.

### ***Краткая справка об авторах этой книги***

Эйми Уоллис живет в Беркли и работает профессиональным психическим целителем. Она является соавтором следующих трудов: «Человеческий Альманах», «Книга списков», «Интимная жизнь знаменитых людей».

Билл Хенкин живет в Сан-Франциско. В течение нескольких лет он занимался исцелением и психическим развитием. Он опубликовал работу: «Время жизни», является соавтором многих трудов.

В искусстве психического исцеления нет тайн. Любой обладает психическими возможностями, которые можно развить, тем самым обогащая свою жизнь и обеспечивая себе здоровье и счастье. Рекомендуемая техника может быть использована как для самоисцеления, так и для исцеления других.

Эйми Уоллис и Билл Хенкин демистифицируют процесс психического исцеления и делятся с вами своим опытом. Они предлагают вам ясные и посильные упражнения, от начальных до тех, которые выполняются на продвинутом этапе, включая упражнения на вызывание зрительных образов, чтение ауры и изучение чакр. Эта умная и легко доступная книга откроет вам новые пути укрепления здоровья, а также возможности исцеления.