

Алхимия духа



СЕРГЕЙ РАТНЕР



**ИСПОЛНЕНИЕ
ЖЕЛАНИЙ**

**ВЫСШИЕ ЗНАНИЯ:
ПОДКЛЮЧИТЬСЯ, СКАЧАТЬ И ИСПОЛЬЗОВАТЬ**

Сергей Ратнер
Исполнение желаний. Высшие знания:
подключиться, скачать и использовать

Введение

Медиум – проводник между физическим и духовным мирами!

Если вы еще ни разу не общались с медиумом, то сегодня на страницах этой книги состоится ваше знакомство. Однажды это должно было произойти, потому что медиум – проводник между физическим и духовным мирами, человек, достигший возможности скользить из проявленного для нас пространства – в тайное.

Между двумя мирами существуют энергетические туннели, через которые можно пройти, получить бесценную информацию и с этой информацией вернуться для дальнейшего ее использования или передачи. Этим и занимаются медиумы!

Едва ли кто-то из нас решится пренебречь информацией свыше, которая полезна для земной жизни. Но получить информацию дано лишь «избранным» – людям, которые много работали над собой в духовном плане.

Сергей Ратнер так определяет работу медиума:

Я занимаюсь вещами, которые принято называть неприличными словами вроде «биоэнергетика», «экстрасенсорика», «целительство». Это слова, которыми сегодня пытаются определить все невидимые и неосязаемые энергии, течения, поля, движения. Также я занимаюсь эзотерикой и мистикой, в хорошем смысле этого слова. Магией не занимаюсь, хотя считается, что магия – это все, что мы делаем. Люди привыкли делить магию на белую, черную, зеленую – какую хотите. Для меня магия – это что-то другое, это то, что связано с миром непознанным или непознаваемым. Не люблю ни ярлыки, ни названия, ни определения, ни всяческие регалии, поэтому пытаюсь от этого уйти. Но для того чтобы общаться и как-то определять себя в этом мире, я решил, что этот набор ничего не значащих слов, в принципе, подходит. Я занимаюсь саморазвитием, которое дает мне возможность помогать людям.

И убеждаюсь в том, что те навыки, которые я в себе развиваю, работают в реальной физической жизни, что это не духовная ахиня, а именно то настоящее, которое присутствует (или я хочу, чтобы оно присутствовало) в реальности каждого человека. Я хочу, чтобы люди перестали путать иллюзию с реальностью.

То, чем Сергей Ратнер занят в духовном мире, невозможно обозначить в нескольких словах. Он занимается целительской деятельностью, является автором нескольких книг по биоэнергетике, создателем Учебного центра Ратнера «Секреты Силы» <http://www.metapower.tv>, где может зарегистрироваться каждый посетитель и осознанно начать собственную духовную практику.

Какое-то количество людей сегодня могут подключиться к Высшим знаниям и «скачать» их для себя, чтобы использовать в своей жизни, какое-то количество людей находятся на дороге к этому состоянию, а кто-то просто-напросто отрицает существование Высших Сил... До определенного момента я был в числе тех скептически настроенных людей, которые кричали «ничего такого не бывает!», но, как правило, именно «противоборствующие» потом, переходя на другую сторону, начинают свято верить. Я верю с позиции знания – все, что знаю, я смог применить в своей жизни. Я могу передать дальше только то, что сработало, например, научить вас получать знание с определенного уровня – оттуда, где оно находится. Свое собственное знание я передать вам не могу, так как у меня его нет: несколько лет назад я полностью вычистил его из головы, перестал опираться на свой опыт и на какие-то жизненные устои и предоставил себя для передачи прямого знания сверху вниз. И я считаю, что все люди могут прийти к этому. Более того, я считаю, что в будущем абсолютно все будут пользоваться именно таким методом получения знаний – не из книжек, не из чьих-то рассказов, а именно с помощью прямого получения знания, то есть «прямо в голову, прямо в жизнь».

Именно такой подход избавит людей от необходимости поиска Учителя или медиума. Но сегодня обходиться без проводника

довольно рискованное дело: слишком много иллюзий возникает на нашем пути! Чтобы не растрчивать себя на довольно опасный в духовном плане иллюзорный мир, и обратимся к тому, кто знает больше нас!

Что такое источник знания и где его искать?

Сегодня пишут все, но, по моим оценкам, большинство книг создаются не для того, чтобы передать людям знание, а чтобы рассказать, что где-то есть идеальная жизнь, которая еще не пришла, но вот-вот придет. И многие люди, начитавшись, начинают сыпать цитатами, философствовать и обдумывать то, что написано. Но вы должны понять: любой автор выдает всего лишь свою интерпретацию знания, которое существует вне зависимости от него и его желания. Во всех эзотерических книгах написано одно и то же разными словами, но мало книг, которые говорят, что с этой информацией делать. Поэтому ко мне и приходят «знающие» (я бы сказал, обладающие информацией) люди с вопросом: мы уже прочитали, теперь расскажи, что с этим делать?

Не путайте, я не против книг, я против неверной интерпретации того, что в них написано, и против забивания мозгов ненужной информацией. Хорошо, если в самом начале вы взяли те книги, которые нужно, – значит, интуиция подсказала правильно. А ведь могли бы наткнуться на то, что увело бы вас от жизни в иллюзию.

В свое время я долго размышлял: может быть, мне пойти через Библию, через Тору, через каббалу или через какие-то другие науки? А потом подумал: Будда получил все свои знания в медитации, Иисус – тоже в медитации, пока был сорок дней в пустыне. Что он там делал? Никто не знает. И тогда я понял одну вещь: если буду сидеть и усиленно просить, а главное, дойду до определенного уровня, когда мой организм сможет воспринять эту энергию, то у меня откроется это знание, мне откроют что-то, что я не мог знать раньше. Если это так, то каждый сможет открыть тайные знания с помощью своих техник, приложив усилия. И моя задача – показать вам возможность достижений, дать определенное направление, а дальше – идите да берите, хоть лопатами черпайте.

Итак, мы должны прийти к пониманию, что есть единственный источник знания, из которого можно брать нужную информацию, причем абсолютно бесплатно и в любом объеме. Главное и

единственное условие – это развивать себя, свой мозг, так как в будущем, по моим проверкам, будут изобретены настолько сложные механизмы, что человек просто не сможет их освоить. Так что знание должно будет приходить сразу целиком, в полном объеме. Поэтому мы научимся делать следующее.

- **Первое: скачивать знание (с определенного места) и пользоваться им.** Скачать – это еще полдела, можно также скачать иллюзию или то, что вам не нужно в жизни, так как вокруг нас разбросано так много всего...

- **Второе: менять ситуации в своей жизни.** Мало того, мы научимся создавать любую ситуацию в своей жизни. Любую. Но если кто-то захочет использовать эти техники для манипулирования другими людьми или в негативном направлении, сразу предупреждаю: отрубят руки, ноги и головы. Здесь мы будем изучать так называемые **манипуляции**, которые служат для нас во благо, для нашей жизни. Мы будем изучать, как свою дорогу перенаправить в нужное нам русло, а если русло вдруг пересохло – как снова наполнить его водой. Если вдруг пошло продвижение – как перекинуть мостик через яму и не попасть в капкан. Ямы – это ситуации, приближение которых мы видим логически и в которые не хотим попадать. Как правило, у всех на дороге бывают непреодолимые спуски или подъемы. Бывают подъемы, заехать на которые невозможно: вроде бы дела идут в гору, но очень медленно, с пробуксовками. Как предвидеть такие моменты заранее и обходить их? Мы научимся, как не скатываться снова вниз, под уклон, потому что подниматься очень тяжело, и как построить мост через эту пропасть и по нему спокойно пройти.

- **Третье: менять свое прошлое.** Применяя способ корректировки прошлого и возврата обратно в настоящее, можно сделать все, что хотите. Поменять все, что только пожелаете. Этот способ подходит абсолютно всем – и тем, кто занимается бизнесом, и тем, кто увлекается духовными практиками, и тем, кто просто идет по жизни.

Управление энергией

Давайте сразу определимся, что для нас означает «управление энергией». В системах оздоровления – это катание энергетического шарика по телу: вам «дают» его в ладони, чтобы пощупать и пустить по телу.

У нас другие задачи и другие энергетические потоки. Большие потоки, превосходящие объем тела. Если ими овладеть, можно делать что угодно: сжимать до шарика и проглатывать, незаметно передавать детям и внукам. Тянуть к себе поток, привлекая любовь, и, наоборот, отталкивать ненависть. Все, что хотите! На нашем языке это называется точным словом «манипуляция». Но я никому не советую заниматься этим без должного опыта и понимания. За все, что мы устроим себе и кому-то в жизни, потом взыщут! Через 10–20 лет, когда вы уже забудете кратковременный эпизод, наберетесь мудрости, изменитесь, достигнете нового духовного уровня. Вам останется полшага до некоего успеха, до решения важной жизненной задачи... И вдруг – ступор, будто сзади пружина натянулась: хочешь ступить, а не можешь. И все, опоздали к успеху.

Что в таком случае человек думает? Бог меня наказал! Богу, думаете, делать больше нечего? Он одарил нас добром, а мы его в свое время не приняли. Сами себя наказали, отойдя в сторону, а списали на Него. Сделайте полшага назад, промедитируйте час-день-неделю. Поймите ошибку, и все станет на место. Что такое медитация и, главное, когда и как ее использовать – об этом мы будем говорить подробно. А пока поговорим о том, с какими проблемами мы сталкиваемся на физическом уровне, не предполагая, что это проблемы!

Нужна ли человеку помощь?

Наше тело существует на физическом уровне. Вокруг на этом же уровне стены, потолок, деревья, люди и отношения. Отношения – это то, что не подходит под критерии физических интеракций. Невозможно пощупать отношения!

Отношения работают исподволь, незаметно: шел на работу с улыбкой, пришел – настроение вдруг испортилось. Или наоборот: шел без настроения и вдруг озарился – сюрприз! Какая энергия в эту минуту заставила нас реагировать на мир так или иначе? Наше отношение к окружающим людям.

Наше отношение к окружающим складывается естественным путем. Мы не должны без нужды влиять на людей ни на каком уровне! Не должны изменять взгляды людей по своему усмотрению, навязывать свое мировоззрение, даже если люди нам не нравятся. И даже если нравятся, не надо им насильно помогать, это портит отношения.

Принимайте человека таким, какой он есть, до тех пор, пока он не попросил совета или помощи. Человек живет «не так», у него не сложилось с семьей? Может, он всю жизнь хотел освободиться, убежать от жены, от ребенка – сам не знал, а хотел! У людей заложены разные представления о благополучии. Я хочу, чтобы кому-то было хорошо, но мое и его понимание «хорошо» лежат на разных уровнях.

Я люблю желать людям только то, что сбудется. Иногда вижу, что желаемое заведомо не сбудется. Вижу, что человек болен, – конечно, хочу, чтобы завтра выздоровел. Но я должен подойти серьезно, подвести его к черте здоровья. Чтобы он эту черту перешагнул, и стало все хорошо. Здоровье формируется постепенно, доводится до нужного качества поэтапно, как автомобиль на конвейере: остов, кузов, колеса, покраска... Вообще подготовка к получению любого блага происходит незаметно. Моему студенту кажется, что ничего с ним не происходит. А я говорю: не сходи с этого пути, мы правильно идем. Преодолеем участок пути, и все будет нормально. Лет через 20, вероятно, проблемы повторятся: негативная энергия всегда бодрствует. Ждет, когда мы создадим себе проблемы и притянем ее.

Проблема – место обитания негативной энергии

Как освободиться от проблемы? Заявить, что ее нет, – не поможет. Проблема нашла себе прекрасное место обитания и не готова его покидать. А мы к тому же обслуживаем ее: ходим по врачам, по психологам, не даем проблеме уйти из жизни. И негативная энергия счастлива!

Иногда я мимолетно ловлю состояние «жить». Как буддисты. Просто существую. Сажу в медитации и не дышу минуты полторы. Вдруг физическое тело вспоминает, что ему необходим воздух и судорожно ловит его. Я подчиняюсь, дышу. Мне без воздуха хорошо, потому что душа счастлива. Но нам предоставлено физическое тело, мой дом, моя машина, которая обеспечивает земное существование. Машину надо содержать. **Это проблема № 1 – «содержать».**

Где взять средства на содержание?

Откуда брать еду, как найти жилье?

Где взять денег на еду и жилье, которые мне нравятся?

Мои студенты – взрослые люди, и эту проблему каким-то образом решили. Я не должен тут ничего подсказывать, на физическом уровне каждый из нас суперспециалист! Более того, вы – единственный в своем роде, вам нет конкурентов в вашей жизни. Любое ваше начинание заведомо успешно, ваш результат (для вашей жизни) будет непревзойденным.

Когда у меня спрашивают совета, можно ли заняться таким-то делом, я изумляюсь: можно заниматься всем, успех гарантирован! Занимайтесь с полной самоотдачей и концентрацией. Главное, чтобы это было ВАШЕ начинание. А не то, которое друг подсказал. В этом случае предприятие будет ЕГО, и если он уйдет из дела, вы останетесь с его проблемой и его долгами. НЕ ВАШЕ дело – всегда безуспешно!

Итак, есть физический уровень, о котором вы все знаете. «Выше» – неизвестная вам пустота, вакуум. Еще «выше» – Уровень Знания, куда

просто так не попадешь.

Когда чайник кипит, пузырьку «кажется», что он полный, а вокруг – пустота. А воде «кажется» наоборот: она полная, а в пузырьках – пусто. Ученый Никола Тесла доказал, что мы живем «под вакуумом», а выше все заполнено. И каждая планета, и галактика – это пузыри в бесконечном пространстве.

Знания в высшем их проявлении (не известный никому опыт) Тесла получал во время медитаций, благодаря которым попадал очень далеко – в другие галактики. Тесла выходил на недостижимый для других ученых уровень: ему не надо было создавать экспериментальные модели. Он подключался к Знанию, «сверху» наблюдал устройство приборов, делал записи, проектировал большие установки, которые успешно работали. Схемы были детально отработаны в медитации. Два часа ночного отдыха, и без того короткого, Тесла отводил на погружение в медитацию.

Следуя практике Теслы, я так работал на заводе. Разворачивал чертеж детали, смотрел на него, а в голове строил модель в трехмерном виде. Я хотел увидеть, как деталь технологически обрабатывается на станке. Мне надо было все увидеть от начала до конца. Потом закрывал глаза и медитировал. Сослуживцы заходили и смеялись, тормозили меня... Я требовал: не прикасайтесь, работаю! Затем возвращался в физическое тело и в короткое время делал все в лучшем виде.

Тело физическое и ментальное

Что такое медитация? Это не подмена жизни, а определение пути и направления движения. Очень часто люди, начиная заниматься духовным развитием, пренебрегают обыденностью. Это неправильно. Жизнь находится там, где физическое тело. Оно пребывает в эпицентре жизни. Если я переместился из комнаты в комнату, жизнь переместилась вместе с моим телом. А вот мысли могут остаться в другом месте, и не только не пойти за телом, но и улететь на улицу. Физическое тело в таком случае пребывает в разрыве с ментальным. Если мы думаем о ком-то или о чем-то далеком, нас здесь, в физическом месте, нет. Достаньте и верните себя в жизнь! Ментальные процессы хороши, когда они неподалеку от того места, где вы пребываете. Вы скажете: а как же помечтать, запланировать, визуализировать будущее? Есть время, когда нужно написать план. Это выделенное время. Затем вернитесь и присутствуйте в своей жизни.

Мечты, фантазии, иллюзии, а также визуализации – это запрос, просьба, желание. **Будущего нет, поскольку физическое тело туда не попадет. Прошлое нам тоже не вернуть. Мы пребываем в переходе, который называется Настоящее.**

У меня в начале пути был такой случай: уверовал в себя, доволен собой, медитирую: «Я молодец, сил полно!» Вдруг вижу, кто-то из меня ушел. Ушел, не прощаясь. Я встрепенулся: куда вы? Так у тебя ж всего полно! Не выходя из медитации, бросился искать «беглецов». А пространство построено так, что не уследишь! Что угодно может исчезнуть навсегда. Вернулся и стал искать тех, кто меня обслуживал. Понял, что нужна медитация в течение нескольких дней. Я решил самого себя возвращать на ментальном уровне. А на физическом уровне ушел на неделю в отпуск. Через 3–4 дня нашел «беглецов» и «предателей», выслушали, согласились вернуться. Более того, заверили, что «пошутили». И только потом выяснилось, что на самом деле из меня ушло то, что должно было уйти, что уже отработало.

Теперь должно было прийти другое, новое знание и самоощущение. Но для его прихода мне нужен был испуг,

попытка переделать себя, вернуть канал, который нельзя терять!
Страх Бога – это страх потерять то, что нас держит на земле.

Никогда не жалуйтесь, что устали. Усталость – это плохо, но нет плохого без хорошего, равно как и наоборот: стоит чего-то достичь, приходит компенсация в виде плохого. **Баланс плохого и хорошего всегда соблюдается.** Когда вы упрямо твердите об усталости, вас заставят пройти сначала весь путь! Как в компьютерной игре, вернут на предыдущий уровень. Жизнь должна получаться, но – с определенным трудом. Знание всегда на ступень выше той ступени, где мы уже стоим.

Результат – это конец пути

В Израиле говорят о престарелом возрасте «добрая седина», когда человек с хорошим здоровьем доживает до 120 лет. Быть горшечным цветком в старости – это плохо. Чтобы заработать «добрую седину», мы должны тяжело поработать и, может быть, долго работать. Но не желайте себе «хорошего результата» работы: результат – это конец пути!

Приходит ко мне пожилой человек, С. Я., и жалуется: у меня постоянный запор. Ему 85 лет, ничего не болит, но «связи мозга с кишечником» нет. Просит помочь восстановить эти функции. Я ему говорю: пейте слабительные и не думайте о плохом!

У человека хороший ясный ум, острое понимание, но запор не дает спокойно жить. Мы с ним прошли ментальный путь, очистились, а он заикнулся на запоре. Более того, потому что не решили его проблему, он разуверился и свернул с пути. И все сломал! Он думал, что раз я не вылечил запор, значит, ему можно вообще обходиться без меня. Но сам он ничего не смог, свернул с пути, наделал ошибок и прибежал с новыми проблемами.

Я решил проверить, для чего ему дан запор? Промедитировал, встретился с наставником, который предложил мне непосредственно и буквально покопаться в фекалиях моего подопечного. Мне было неприятно. Наставник сказал: «Не хочешь – не надо! Не решай эту проблему. Подопечный носит

тебе испражнения, навешивает на тебя свои проблемы. Не решай их! Потому что день решения проблемы будет днем конца твоего подопечного». Я передал С.Я., что Там сказали: с запором жить можно, без запоров – смерть! Подопечный все понял и снял проблему.

Как я работаю с вашими проблемами

Человека наградили проблемой. Человек пришел к бабке-знахарке, она «заговорила», убрала проблему. Не исследовав мыслительный процесс человека, не разбираясь с системой его мировоззрения, мироздания. Если вам именно это нужно – тогда лучше к ближайшему знахарю и обращайтесь, не тратьте время по пустякам.

Кто-то, конечно, приходит и ко мне исключительно с целью вылечить больное колено, а заодно поделиться проблемами. Человек поговорит со мной, сам себе поставит защиту и уходит. К сожалению, потом возвращается **за моей энергией**, но это его право!

Человека, желающего навесить на меня свои проблемы, не снимая их с себя, я выгоняю, мне его проблемы не нужны!

Я занимаюсь всерьез с теми, кто осознал, что есть проблемы, или только догадался, но уже готов тратить время на познание с целью разрешить проблему.

Есть люди, осознающие проблемы, которые просят «поколдовать», чтобы у них появился шлюз – грешить дальше. Это для меня вредно! Я таким не буду заниматься никогда, мне же воздастся!

Медитация как инструмент для работы

Медитации как таковые интересуют меня только с одной позиции: **как помочь человеку достичь баланса и избавиться от иллюзий.** Меня не интересует, скажем так, достижение человеком просветления, оно придет само, этот момент невозможно пропустить, поэтому его не стоит ждать.

Все мои медитации очень короткие и действенные, что означает следующее: **мы выполняем именно те действия, которые приводят в итоге к нужному нам изменению в жизни.** Медитация – это не что-то эксклюзивное и доступное только привилегированным или какой-то малой части населения.

Медитация – личное внутреннее пространство каждого человека, которое он либо использует для своей жизни, либо бежит от него постоянно.

На самом деле для медитации ничего не требуется, нужно просто собраться и в какой-то момент сесть, закрыть глаза, попытаться посидеть в тишине хотя бы несколько минут, не давая возможности мыслям, которые наплывают, овладеть тем внутренним пространством, которое я называю медитацией или медитативным пространством.

В моей практике я использую не столько медитации, сколько **управляемое воображение.** Обучить этому можно каждого, потому что нет людей, которые не могут закрыть глаза и просто посидеть молча несколько минут. Уметь что-то делать заранее для этого не надо. Необходимо просто желание пообщаться внутренне с самим собой.

Такое путешествие, или медитация, может проходить в нескольких фазах состояния сознания.

В первой фазе вы находитесь в полном сознании, полностью весь процесс медитации, от начала до конца. В этой фазе ваше сознание не дает вам войти в самые глубины, и вы плаваете на поверхности.

Вторая фаза – когда вы вроде бы засыпаете, но во время этого сна точно знаете, что что-то делаете. По сути это не сон, а действие, потому что ваше сознание просто отключилось от тела, вы освободились от контроля разума, и идет стопроцентная работа, даже

если вам кажется, что вы витали в облаках и непонятно что делали. Подсознание, ваша настоящая сущность на 100 % знает, какие шаги необходимо делать, и когда вы ослабляете свой контроль и перестаете ее направлять, она делает все, что нужно, в миллион раз быстрее и эффективней. За пять минут такого сна вы можете выспаться так, как будто спали пять-шесть часов. И если вам кажется, что во время такой глубокой медитации вы улетели непонятно куда, то не беспокойтесь, не вините себя. Это значит, что вы улетели именно туда, где эти действия необходимо было делать.

Медитацию лучше всего проводить в состоянии усталости, когда хочется спать. Главное, в момент перехода в медитативное состояние, перед тем как уснуть, успеть задать цель, то есть дать задание своему подсознанию. Только потом засыпать. Такая медитация более эффективна, чем обычная. Но входите в это состояние с мыслью, что медитация необходима для выполнения определенной работы, а не для того, чтобы поспать.

Не забудьте вернуться в физическое тело!

Весь процесс состоит из трех обязательных частей: **вход в медитацию, работа в медитативном пространстве и выход из медитации.** В момент, когда идет работа в медитативном пространстве, вы входите в определенное состояние, которое дает возможность отключиться от тела, перестать его ощущать.

На своих курсах я все медитации делаю быстро, потому что собственной энергетикой просто загоняю всех в медитативное состояние, чтобы люди не сидели по пять-десять минут и не ждали, пока идет расслабление и все мышцы «упадут». Но если сидите дома, вам необходимо потратить хотя бы пять минут, чтобы войти в состояние расслабления. В этот момент происходит погружение в медитативное состояние, когда астральное тело совершает переход в другое измерение. Его можно осуществить с помощью представления различных образов: дверей, тропинок, дорог, полей, гор и т. д.

Все это переходные этапы с одного уровня сознания на другой. Чем больше таких этапов-переходов вы используете в медитации, тем глубже расслабитесь. Но и слишком много не «городите», потому что потом придется возвращаться. **Выход из медитации должен осуществляться обязательно тем же путем, которым вы заходили.**

Бывают медитации, в которых не надо выходить тем же путем. Например, если цель – выход из какой-то проблемы, то возвращаться в проблему не стоит. Эта техника предполагает следующее: вы вышли из энергии проблемы, зашли в новую энергию, там и остались. Все. И если вы сделали все правильно, то через несколько секунд забываете о том, что делали. Это правильное действие. Как только стерли информацию, она тут же исчезает из вашей головы, и вам больше не надо об этом думать.

Когда вы начинаете работать с энергией, необходимо сесть ровно, ноги не перекрещивать, руки положить перед собой на колени или бедра, локти свободно свешиваются вдоль тела. Если вы скрестите руки или ноги и ничего не почувствуете, может пойти замыкание на уровне перекрещенных ног или рук и вызвать потом перебор энергии,

головную боль или еще что-нибудь (это предупреждение не относится к позе лотоса). На самом деле для медитации можно использовать любое положение тела. **Главное, чтобы было удобно и ничего не мешало концентрации.**

Обратите внимание, что в момент работы мы не запускаем никаких дыхательных техник. Они искусственно приводят человека в состояние измененного сознания, которое вызывается избытком кислорода в крови и в мозге. А изменение сознания – это не расширение его.

В этой книге вы получите инструменты, которые помогут сбалансировать жизнь без всяких дополнительных техник входа в перекошенное состояние, вызывающее дисбаланс в организме. Лучше приходите к равновесию, самостоятельно и аккуратно расширяя свое сознание. В тот момент, когда вы концентрируетесь на каких-то абстрактных вещах, ваш мозг включается не спонтанно и не из-за того, что вы заставили его включиться, а потому, что он реагирует на сигнал: эти вещи дадут вам какое-то определенное понимание. Мозг воспринимает это примерно так: «Это не против меня. Это мне помогает, потому что избавляет от ненужной работы над негативными процессами в моем существовании». Поэтому он будет делать то, что вам необходимо, с полным согласием.

Как отличить фантазию от реального результата?

Часто возникает вопрос: как отличить реальность от фантазии, иллюзии? Ведь можно с тем же успехом нарисовать себе картинку и сказать: «У меня все хорошо». Отличить очень просто! Если меня что-то беспокоит, то я сажусь и делаю медитацию. Если проблема исчезла, значит, медитацию я сделал правильно. А если посидел в медитации и проблема не исчезла – значит, ничего я там не сделал. Если я вышел из медитации с прекрасным настроением, запалом, энергией, иду и с удовольствием что-то делаю или вдруг все, что нужно, начинает происходить – значит, это реальность. Абсолютно так. **Подход очень простой: есть результат – реальность, нет результата – иллюзия.**

Абсолютно все мои медитации (с концентрацией на себе лично) сегодня работают с идеальной точностью и моментальным проявлением в реальности. Например, если у меня есть отрицательные мысли в голове, то я через две секунды могу от них избавиться и не вспомнить больше никогда, потому что просто-напросто смываю их. Делается это очень просто (см. рис. 1).



Рис. 1

Необходимо закрыть глаза, представить свою ауру, вообразить, как сверху запускается некий поток светлой энергии (цвет не имеет значения). Если где-то в ауре есть негативная энергия в виде, например, тумана, то чистый светлый поток, который идет сверху, просто выталкивает этот туман и осветляет энергетику. Вот мой подход: есть проблема – нет проблемы, есть негативная энергия – нет негативной энергии.

Я ничего не решал, усиленно работая над собой, пытаюсь разобраться, в чем дело, откуда она взялась, для чего тут находится и т. д. Я просто смыл ее из своей жизни, чтобы не решать.

Любая работа над проблемой – это подпитывание этой самой проблемы. Чем больше вы заняты ее решением, тем больше энергии она от вас требует, но сама решаться не будет.

Проблема будет уходить и возвращаться. Дали энергии – ушла, не осталось у нее энергии – вернулась, процесс бесконечен. В один прекрасный момент вы должны будете завершить это все, просто остановиться, сказав, что перестаете решать проблемы и начнете их смывать из своей жизни, как жирные пятна на посуде, как пыль на

телевизоре. Понимаете? Можно стоять рядом с горой посуды, выдумывая способы самоочистки этой самой посуды, а можно просто взять и помыть. Все создано по образу и подобию, все работает по одним и тем же формулам и законам, надо только разглядеть.

Чем отличается воображение во время медитации от фантазирования. Фантазирование – это простое перебирание мыслей в голове, когда человек гоняет их, не выстраивая в определенном направлении для того, чтобы они формировали четкую жизненную линию. На самом деле большинство мыслей, которые находятся в голове, то есть фантазии, это уход от реальности, и ничего общего с тем миром, в котором человек живет, они не имеют. Мало того, для содержания всего этого мысленного потока нужно колоссальное количество энергии. А где ее вашему организму взять? Конечно, у вас, где же еще? Вы ближе всех. С этого момента вы должны понять, откуда берется усталость. Единственный выход для сохранения энергетического запаса и баланса в организме – это освобождение от ненужного мыслительного процесса.

Опыты медитации

Иногда медитация «не получается». Сел в медитацию – пустота. Не нашел, о чем подумать. Стал искать, а поблизости ничего нет. Можно посмотреть издали, хотя и не хочется. Посмотрите вверх, и можете услышать: «Иди спать!»

Как спать?! Ведь надо же что-то делать, принято что-то делать! Тяжело работать, думать думы... «Твои думы не нужны, иди спать!» Так мне что, плюнуть на все? Эй вы там, наверху, чем вы заняты? Всегда есть кто-то, кто ничего не делает для нашей жизни. Мы возмущаемся: как так?! хочу медитировать. «Тебя нет в этом месте, ложись спать! И не забудь книжку почитать». А я не хочу книжку! «Зря, – говорят, – завтра будешь сожалеть, потому что чего-то не получишь».

Нет возможности отложить на завтра сон или книгу (вспомните о том, что Будущего, как и Прошлого, – нет). Мы живем в Настоящем, и в книге может быть сокровенная информация, как обойти завтрашнюю проблему. А мы сказали: не хочу спать и не хочу читать! Не сопротивляйтесь, будьте послушны. Попробуйте уложить тело на 5 минут с книгой. Если не сумеете сосредоточиться – ничего, зато уснете. Пусть тело отдохнет, а потом все же выполните ту задачу, которую поставили сверху: почитайте книгу!

Про ошибки, страхи и поспешность

Когда медитация уходит, могут появиться видения, и довольно страшные. Они зачем-то нужны. Не пытайтесь проскочить видения, вас все равно заметят! Энергии могут пугать, но вреда причинить не могут. Рыло свинячье, как оно может убить? Как можно душу убить свинячьим рылом? Если мы не готовы понять, что душа бессмертна, присутствует страх. И страх «знает», что мы не готовы перейти на новый уровень. Спросите: «А когда я буду готов?» Ах вот какие вопросы – да никогда! И закрыли дверь. Все! Энергия разочарования и бессильной злости откидывает нас в начальный этап. Мы должны прорубить туннель, чтобы заведомо не встретиться с грязью, которая

летает вокруг нас, и чтобы не искушать себя тем прекрасным, что может нас отвлечь. Чтобы хранить информацию, которая **нам нужна**.

Меня часто пытались сбить с этого пути. Например, страхом «все потерять»! Знаете, как убить страх потери вещей? У меня дом съемный, офис не мой, машины – не мои, да и денег нет. Я потерял «страх потери». Куплю палатку, буду у моря петь песни, а студенты все равно придут!

Уважайте свое и чужое «я»!

Еще одно правило: **не пытайтесь попасть туда, куда вас пока не пускают!** Если не пускают, значит, на то есть причина: например, нерешенная духовная проблема. До 40 лет мы успеваем совершить массу ошибок в жизни. Сколько надо времени, чтобы потом хотя бы очиститься? Полжизни мы создаем карму, а потом ее решаем: шаг вперед – два назад. Но не надо себя упрекать! Мы можем быть не правы по отношению к чужой жизни. По отношению к своей жизни – мы всегда правы.

Потому что «ошибки» (по отношению к себе, к своему пути, но не по отношению к другим людям), и всякие «не так» ведут нас именно туда, куда мы должны попасть. «Не та» профессия, «не тот» маршрут, «не тот» вид спорта... Моисей вопреки логике избрал для целого народа путь через море, хотя каждый знает – надо идти посуху!

Никто для вас не примет лучшего решения, чем вы сами. Прислушиваясь к себе, определяя свой путь, не думайте о себе: «врач», «землекоп», «сын такого-то отца», «пешеход» или «водитель». Почувствуйте ответственность и возможности своего «я». «Я сказал себе, я решил – для себя».

Я однажды решил себя называть собой, как в Торе, где все повествование от первого лица. Внутри себя я вещаю от первого лица. У меня при этом много ограничений, это нормально! Ограничения должны быть, особенно при взаимодействии с внешним миром. А мое «я» на физическом уровне практически всегда пребывает во взаимодействии с миром.

Есть такая притча. Раввин взял сына и двух рабов для выполнения работы в поле. Раб в Израиле – понятие условное,

это скорее работник. Рабу платили зарплату в расчетный день до захода солнца, в субботу давали выходной. И вот подошло время обеда, раввин ушел за едой. Сын терпеливо ждал отца, но рабы возопили, где же обед! Сын говорит: «Хорошо, помолюсь Господу, чтобы финики созрели на пустом дереве». Господь услышал молитву и послал плоды. Только рабы наелись фиников, вернулся отец с едой и горько воскликнул: «Сынок, ты по прихоти своей ускорила жизненный процесс дерева, вот так же и Бог ускорит твою жизнь!» Отец оказался прав, сын после того прожил недолго.

Так ли страшен черт?

У Всевышнего есть некая ревность, которую можно счесть и справедливостью: будете плохо относиться ко мне – я плохо отнесусь к вам. Поэтому при засухе надо думать не столько о дожде, сколько о том, чем мы не угодили Господу? А понять ошибки не так трудно, потому что знание заготовлено в энергетическом информационном вакууме, на первом уровне Знания (рис. 2).



Рис. 2

Здесь есть системы и формулы, готовые алгоритмы решения. Хотя воспользоваться ими не так просто: даже если мы видим и понимаем, как управлять ракетой, – у нас нет ракеты!

Выше первого уровня Знания расположен Духовный мир, **«Знание, которое знает, как воспользоваться Знанием»**. Информационный вакуум является одновременно энергетическим вакуумом, то есть не несет энергию. Если **Знание, которое знает**, вооружится энергией, тогда собственно Знание (формула или алгоритм) проявится в нашем личностном мире.

Под тем уровнем, на котором мы существуем, находится «канализационная система», куда попадает отработанная энергия. Вы уже догадываетесь, почему ядро земли – огненное? Почему ад горяч? «Внизу» слишком много отработанной, но все же горячей энергии, которую так любят черти. Я как-то подумал: дай-ка нырну как-нибудь в систему «ад», посмотрю, так ли уж черти страшны!

А через день приходит ко мне отец беснующегося ребенка. Я вижу, «черти» его тащат вниз, то есть канализационная энергия тянет за собой. Решил спуститься вместе с ребенком. Мое сознание немедленно нарисовало Печи. И я спросил: «А что вы туда, в эти Печи, бросаете?!» Заметьте, что в энергетическом мире нет обмана. Там все вынуждены говорить Правду. Поэтому, «глядя на меня честными глазами», отвечают: «Мы снимаем с человека канализационную энергию. Сжигаем грязь. Душа остается чистой и может лететь вверх. То, что сгорает, вернее, продукт сгорания – становится расходной частью энергии».

Понимаете, у негативных личностей – своя часть работы, они создают расходную часть энергии. Я вынырнул наверх и понял: рай и ад есть и граница между ними – ясна! Но при всей важности расходной энергии нам надо попытаться не создавать на себе негативных наслоений, чтобы долго не чиститься, не страдать, скорее лететь вверх.

Воображение – проводник в высший мир

Я работаю с энергией с помощью воображения. Это прямая работа с подсознанием человека через очень простые техники. Я управляю воображением моих студентов.

Управляемое воображение – это движение человека в медитации с помощью «экскурсовода» – человека, который знает путь, который сам его уже прошел и может им воспользоваться, чтобы привести другого человека к медитации, то есть к внутреннему пространству.

Чтобы вы не сомневались, я скажу одну простую фразу: каждое путешествие в абстрактный мир меняет нашу жизнь. Любое малейшее действие, сделанное правильно во время визуальной медитации, повлечет за собой положительные изменения в жизни, а каждое на первый взгляд незначительное действие, сделанное неправильно, принесет проблему, потому что мы работаем со своим подсознанием, а подсознание – это фабрика, выпускающая детали нашей жизни. Подсознание нам нарисует то, что мы от него хотим, и произведет соответствующие изменения на физическом плане. Оно реагирует на наши мысли, поэтому очень важно очистить мыслительный процесс, чтобы на фоне этой пустоты вы четко смогли увидеть, что за мысли посещают вашу голову, каково их направление, и не дать повода подсознанию строить то, чего вы на самом деле не хотите.

Мыслить надо избирательно. Вся наша жизнь происходит на двух уровнях: первый – физический, который включает все, что мы видим, ощущаем, слышим или понимаем, второй – метафизический, на котором работает подсознание. Во время медитации мы отключаемся от первого уровня и автоматически переходим на уровень подсознания. Меняя на этом уровне поток сознания, мы влияем на нашу повседневную жизнь!

Однажды ко мне пришла женщина, у которой были проблемы с ребенком. Вот она ходит месяц, второй, третий, четвертый, и ничего не происходит. А я ей рассказываю истории о душе ее

ребенка, запутавшейся где-то в высших астральных мирах, о негативной энергии, которая ее держит, обо всем, что ее окружает, что она из-за этого не может найти себя и реализоваться в нашем физическом мире. Все, что я делаю на процедуре, – это гуляю по астральному миру, выискиваю ее душу и освобождаю от оков, а потом возвращаю в реальное тело. Человеку, которому я это рассказываю, обычно кажется, что это какая-то классная сказка. Я же знаю, что, как только закончу работу по переводу души из запутанной ситуации в нашу реальную жизнь, в этот момент все произойдет. В одну секунду абсолютно все поменяется, в один день. Через четыре месяца она ко мне приходит и говорит: «Ты знаешь, я боюсь говорить. – Она постучала по столу. – Все в порядке. Вдруг – контакт с ребенком, вдруг – я самая любимая мама». Вдруг она побежала искать работу...

Вдруг, вдруг, вдруг – все разом произошло, поменялось моментально. Поменялось все мышление человека. Откуда оно взялось, новое мышление, если никто ее ничему не учил? Все просто: негативная энергия исчезла, пришла позитивная – и мозг моментально переключился.

Мозг – это субстанция, которая реагирует на течение энергии, проходящей через него. Поэтому в какой энергии находится ваш мозг, такие мысли его и посещают. Если энергия светлая и чистая, то и настроение у вас будет всегда хорошее, дальше додумаете сами, глядя на свое настроение. Я вообще считаю, что плохого настроения не заложено природой. **Плохое настроение – это реакция нашего организма на присутствие в нем чужеродной энергии, рассматриваемой организмом как негативная.** Неважно, чья это энергия и как она туда попала, важно, что она внутри и организм реагирует. Единственный вопрос – что с этим делать? Ответ – медитация на вывод этой энергии из организма и постановка блокады на ее возвращение, приобретение иммунитета.

Все, что надо делать в медитации, – это создавать красивые картинки, которые построят нам новую реальность. Главное – вы должны понимать, что любое ваше действие в медитации, каким бы смешным и наивным оно ни казалось, будет иметь определенные

последствия, всегда. Многие с этим столкнулись. А так как мы движемся в положительную сторону, то последствия будут положительные!

В мире все устроено для нас

Некоторые студенты на первых порах испытывают проблемы с умением представлять образы. Но никаких специальных навыков для этого не нужно. В медитациях, или так называемом управляемом воображении, у всех людей сперва есть проблемы с фантазированием. Поэтому начинать надо с самого простого, с представления самых обычных вещей, которые потихоньку выведут на определенный уровень, где воображение начнет работать сильнее. Бояться ничего не нужно!

Кроме того, совсем не обязательно представлять образы, многие их чувствуют «внутри». По ощущениям знают, что они там. Со временем, конечно, все откроется – и образное мышление, и видение, то есть полностью задействуются все направления развития и работы мозга.

Все, что нужно сделать, – попытаться освободиться от мыслей и тем самым перейти на уровень, когда вы управляете мыслями, а не мысли управляют вами. Вот это и есть та составляющая визуальной медитации, которая очень важна в моем подходе, предложенном вам, – **научиться управлять своими мыслями и тем самым перейти к управлению своей жизнью.**

По опыту могу сказать, что с помощью визуальной медитации можно исправить практически все, любые течения жизни и любые ситуации в ней. Если человек идет в негативном направлении, то все беды так и сыплются на него, намекая на неправильный выбор. С помощью управляемого воображения можно развернуться и увидеть свет на своем пути. Окружающий мир существует в положительной энергии без всякой связи с нами. Солнце встает и садится, деревья растут, птицы поют, все вокруг живет. Мир всегда был таким, светлым и чистым, просто мы упорно не хотели его таким видеть – до медитации.

Как я вижу этот мир, так он на меня и реагирует. Изменяя себя, мы поймем, что в жизни для нас все уже давным-давно готово, только нас

в ней не было. Миллионы лет мир создавался нам на радость, а мы отмахнулись, посчитав, что не это главное. Как же мы ошибались!

Концентрация – это не медитация!

Медитация и концентрация – это две стороны чего-то, два конца одной палки, одного рабочего инструмента: диполь, дуальность, инь-ян, негатив и позитив. Мы ведь должны осознавать: негатив никуда не денется по отношению к позитиву. Его не станет меньше. Смысл – в согласии, в гармоничных пропорциях негатива и позитива, в концентрации внимания и медитации.

Мы в своей жизни **всегда находимся в состоянии медитации или в состоянии концентрации**. Когда человек сетует, что не может войти в медитацию, – я не верю! Если мы сидим перед телевизором, перед компьютером – нас нет на месте, мы медитируем! Во время фильма ужасов, например, полностью погружаемся в действие, происходящее на экране. Мало того: если фильм не интересный, начинается медитация второго порядка, отвлекаемся не только от жизни, но и от фильма, витаем в облаках. Поэтому, не теряя времени, займемся медитацией!

Находим любую точку на стене и смотрим на точку. Смотрим, не отвлекаемся! В момент наблюдения за точкой зафиксируйте свои мысли, отследите их. Глаза смотрят на точку, вы следите за мыслями. Минут 10 хотя бы сохраняйте медитативное состояние!

Когда необходима концентрация

Когда нам категорически не хватает концентрации, нас обучают – болью, болезнью. Мы получаем хороший урок! Боль – это концентрация энергии в определенном месте. А концентрация – направленный луч энергии. За 10 минут можно «выдавить» боль, если рука болела. Конечно, завтра рука опять заболит, поскольку есть мышечная память. Но очень скоро тело поймет, что ему не дают болеть – за счет концентрации на вышибание боли. Боль уходит только за счет концентрации, медитация тут не поможет!

Многие проблемы мы можем решить с помощью концентрации, только надо знать, на чем сконцентрироваться. Если проблема нас

захватывает, цепко держит в лапах, направьте концентрацию на свои мышцы, чтобы вырвать себя из лап проблемы! Когда мы проблему вышибаем, концентрируемся на проблеме, она смеется над нами: «Давай, – говорит, – неси сюда свою энергию!» Надо сконцентрироваться на себе, чтобы вытащить себя из проблемы, а проблему лишить нашей энергии.

Посмотрите на точку на стене, на картинку, портрет, лучше на что-то абстрактное! Точка большого диаметра. Поместите себя внутрь точки и держитесь за ее наружный край, расставив ноги. Как Человек Леонардо да Винчи. Вас нет в физическом теле, вы находитесь внутри стены. Не моргайте, моргание сбивает концентрацию. Теперь развернитесь в этой точке и посмотрите на себя, сидящего в комнате. Посмотрите, как высоко от пола до этой точки. А теперь прыгайте на пол, пройдите в комнату, к себе. И войдите в себя обратно. Получилось? Отдыхаем!

Если вас отвлекают внешние факторы – это плохо. Невозможно работать с энергией, если вы не можете сконцентрироваться на конкретной задаче. Для концентрации есть хорошее упражнение.

Нарисуйте или распечатайте на принтере контрастную (синюю, черную) точку диаметром 5–6 см. Повесьте на стене на уровне глаз и сядьте на 1,5–2 м от стены. 15 минут концентрируемся, раз в день в течение 2 недель. Это сильно разовьет концентрацию на чем-либо в жизни.

Я хочу, чтобы в любое время вы смогли концентрироваться на любом деле! Концентрация и медитация – это две чаши весов. Медитация – система размышления. Какие-то мысли нам мешают, странные мысли, если их уловить. Мы вообще не подозревали, что они есть в нашей голове. 80 % мыслей живут в нашей голове без разрешения. Они вообще не наши, чужие!

Есть мысли, которые нас двигают. С помощью медитации и концентрации мы можем мысли рассортировать: наше, не наше, чужое, влияющее, контролирующее. А после сортировки повыдергивать

лишнее. В идеале надо загрузить мозг только своими мыслями, теми, что нас двигают в жизнь.

Сделайте медитацию на отсутствие мыслей – если посидеть без мыслей хотя бы 1 минуту, человек, говорят, придет к просветлению!

Погружение в тишину

У меня дома стоит тотальная, звенящая тишина. Есть интересная медитация – погружение в тишину. Когда надоело все (возня, беготня, суета, безрезультатный мыслительный процесс), надо погрузиться в тишину.

Медитация «Тишина» очень хорошо освобождает от блокировок. В момент падения присутствует страх: сколько лететь? а что там внизу? и т. д. Но как можно удариться, если мы сидим на стуле?! Мы даем сработать нашему физическому телу. Если есть какие-то проблемы в жизни, мы автоматически держимся за них: нездоровье, неуспех, плачевные внутренние факторы, болезнь близких. Мы не виноваты, что больны или что живем рядом с больным человеком, – это обстоятельство жизни. Надо сделать корректировку самоощущения.

В медитации мы, как правило, идем вверх. А в погружении в тишину – напротив, как отшельники, уходим в пещеру. Закрываем глаза, 5 минут без мыслей, без ощущений, без всего.

Теперь в момент падения увидим физическое тело, сидящее внизу. И плавно падаем в него, прямо сюда, в эту комнату. Как только вернулись, можно открыть глаза. Не хотелось возвращаться, да?

Наш инстинкт точно знает, как должно работать наше физическое тело. С детства мы были здоровы, бегали, прыгали, чувствовали себя прекрасно. А потом вроде бы согласились с проблемой на внешнем уровне: возраст, что поделаться! Но чтобы физическое тело перестало нас беспокоить в новом качестве, его надо отпустить, перестать натягивать. Если мы отпустим проблему, мир не рухнет. Не надо мир (и наше тело) контролировать! И взрослого ребенка не надо постоянно контролировать: вдруг он преуспеет без моего участия?! Вдруг жена или муж сделают карьеру раньше меня? Мы держим наше производство, нашу работу, наш дом – вдруг без нашей опоры все

рухнет? А если отпустить этот контроль? Все будет работать, и наше тело тоже, но только нам станет спокойней.

Вам, наверное, кажется, что я переворачиваю мир с ног на голову! Но попробуйте последовать моим советам: надо не контролировать процессы, а отпустить. Не зажимать – а ослабить!

Закройте глаза. Представьте себе все жизненные позиции, которые вы пытаетесь держать на контроле, считая, что их нельзя отпустить. А теперь по одной ниточке отпускайте. И понаблюдайте: исчезла забота или осталась? Может быть, вы просто держали, думая, что от вас что-то зависит.

Отпускайте ситуации одну за другой. Отпустите даже «страх отпустить». Отпустите систему контроля. Отпустите все свои тревоги и неуверенности. Посмотрите на недоуменные лица энергий, которые вы отпускаете. Разжимайте свои побелевшие пальцы, чтобы восстановить кровоснабжение.

Коварство Системы возврата

Есть в психике одна маленькая хитрая система, с которой мы еще не работали, – Система возврата. Если от проблемы освободинся, Система возврата обязательно притащит ее назад. Систему возврата надо сломать! Систему контроля ломать не надо, пусть пока остается, она сама уйдет в нужный момент.

Иногда то, что мы, казалось бы, должны просто иметь, нам надо забрать, захватить. Система возврата – это прочная конструкция. Нам нужны приспособления для ее разрушения: топор, кувалда, пила... Ломать надо, пока не останется куча мусора, которую можно собрать и выбросить.

Представляем себе Систему возврата. Она постоянно возвращает нас в прошлое или притягивает из прошлого какие-то ситуации в настоящее. Найдите у Системы возврата кнопку «выкл.». А затем сломайте Систему безжалостно, до состояния металлолома. Аккуратно соберите обломки и несите на свалку.

Самая главная цель книги

Знаете, что такое разборки? Попытка поговорить, выяснить отношения, «расставить все на места». Не знаю людей, которые смогли бы в конечном итоге договориться! У многих есть маленькие секреты, как избежать разборок. Но при этом у каждого в уголке стоит бочка с дерьмом на 200 литров. Как только мы захотели конфликта, подходим к бочке и опускаем в нее руки. Вот это и есть разборки!

Медитируем. Находим бочку с дерьмом. Закупориваем и выкатываем ее из своей жизни.

К сожалению, у меня на занятии не услышишь красивых слов, я хочу избавить вас от дерьма, от груза, от мусора. Хочу, чтобы в вашей жизни не было паники.

Хочу, чтобы мы с вами пришли к постулатам: **Нас везде ждут! И мы везде успеем! А туда, где нас не ждут, мы и не шли: взаимно не надо!**

Я пришел на завод, когда он работал не в полную силу из-за падения производства. Пришлось откорректировать ситуацию и договориться со своими кураторами: я пришел, потому что здесь мое место, и отдача будет взаимной! Через некоторое время пошли заказы, завод стал работать в три смены.

Медитация на увеличение энергии

Представьте себе столб энергии красного цвета. Возьмите два шланга и подключите их к ступням ног. Красная энергия наполняет ноги до уровня бедер. Как только ноги наполнились, отключаем шланги, затыкаем пробкой.

Берем оранжевую энергию и подключаем к нижней части живота, заполняя пространство от бедер до пупка. Заполнили, достали шланг, заткнули отверстие.

Подключаем желтую энергию к солнечному сплетению. И наблюдаем как кипучая энергия заполняет область от пупка до

подвздошья.

Шланг зеленого цвета воткнули в область сердца, и розовый шланг – в область правого легкого. И наблюдаем как розово-зеленая энергия самотеком идет в организм. Сколько налилось, столько налилось.

Затем голубую энергию подключаем к яремной впадине. Бронхи, плечи, шея, уши... Отключаемся и затыкаем отверстие.

Синюю энергию, густую, плотную, подключаем ко лбу. Заполняем все пространство головы, мозг, глаза. Может быть, появятся какие-то ощущения. Отключаем синий шланг, смотрим вверх. Льющийся белый свет опускается на тело, покрывает нас, как глазурью, с головы до ног. Окутывает голову, грудь, спину, живот, поясницу, руки, бедра, пальцы ног. Мы в одеянии из света. Делаем глубокий вдох и на выдохе открываем глаза. На сон грядущий эта медитация хорошо повлияет.

Медитация «Очищение ауры»

Вокруг нас облако (аура) толщиной 1 метр. Мы внутри. Сверху по спирали спускается белый чистый поток, окутывающий нас с головы до кончиков пальцев. Поток уходит вниз. Внутренним взором смотрим вверх-вниз – кругом поток. Чистый поток течет СКВОЗЬ нас, сквозь нашу ауру, через все болезненные точки тела. Представьте себе, как поток увлекает ненужный мыслительный процесс. Пройдитесь по физическому телу: плечи, суставы, сердце, органы очищаются от грязных вкраплений, наслоений.

Ощутите, как течение этой энергии идет по телу. Голени, ступни, пальцы ног... Поток течет, не останавливаясь ни на мгновение. Теперь обратите внимание на ауру – она очищается от грязи, обрывков информации, оmyвается чистым потоком. На плечах у каждого из нас грузы обязательств. Снимайте их с плеч! Мы никому ничего не должны кроме себя.

Обязательства по отношению к чужим случайным людям висят за спиной. Сбросьте их и выпрямите спину. Пусть груз лишних обязательств летит вниз.

Шар, в котором мы находимся, наша аура, постепенно наполняется чистой светлой энергией. Мы плаваем внутри этой энергии. Энергии

должно стать с избытком, почувствуйте это: внешняя оболочка постепенно натягивается. Свет просачивается наружу. Посылайте его любимым, родственникам, пошлите его на работу. Наполняйте светом все, что связано с вашей жизнью. Родители, дети должны получить этот свет в первую очередь. Делаем глубокий вдох, на выдохе возвращаемся сюда, шевелим пальцами. Можно открыть глаза.

Медитации как способ получения НОВЫХ ЗНАНИЙ

Все вы очень много знаете, и это создает множество проблем в вашей жизни. Почему люди стремятся к духовному развитию? Потому что им кажется, что все будет легко и просто, но получается наоборот – они усложняют себе жизнь настолько, что, набрав знаний, не соответствующих их уровню и жизни, начинают путаться.

Поэтому первым делом мы займемся тем, что попытаемся отключиться от того, что уже знаем, постараемся забыть весь наш опыт, для того чтобы научиться получать информацию, не заглядывая в дополнительные источники. Нет никакого опыта и быть не может. Есть чужой опыт, опыт чужих школ. Каждая школа дает свою определенную технику, которую надо изучать с самого начала, а не с середины. Всегда. Даже если есть, как говорится, «килограмм мозгов» в голове, это еще не значит, что человек все знает.

Желательно любое новое направление изучать с начала, а не бежать сразу в конец, крича «я знаю». Потому что «я знаю» – это те слова, те эмоции, которые закрывают знание. В тот момент, когда человек говорит «я знаю», он отрубает себе возможность расширить это знание.

Поэтому все, что я преподаю, основано на принципе **«исходить из незнания»**, **«я не знаю, я послушаю»**. Так, из ста процентов материала девяносто семь вы будете знать, а три процента будет составлять новое понимание, которое и объединит какие-то разрозненные вещи в определенную систему. Поэтому желательно читать эту книгу не с мыслью «я все знаю, я везде был», а с желанием открыть для себя какое-то новое направление в познании мира.

Когда я прихожу к кому-то учиться, то все, что делаю, – это убираю свое знание, отодвигаю его в сторону, чтобы оно мне не мешало. Потому что если я буду сидеть и анализировать то, что уже знаю, сравнивать это с тем, что до меня пытаются донести, то никогда в жизни ничего не пойму. Читая любую книгу, отбросьте все свои

знания, оставьте их на улице, чтобы груз, который приходится тянуть, перестал давить и ограничивать вас. Не бойтесь, вы их не потеряете, они никуда не денутся. Захотите подобрать – подберете. Потом. Впрочем, я гарантирую, что вы не захотите это делать.

Наша задача – найти единственный источник, который дает безошибочную информацию в любое время. Хватит ходить вокруг да около своей жизни и говорить чужими фразами. Это, конечно, очень удобно, но не совсем правильно и полезно, потому что проблемы появляются именно с того момента, когда человек начинает жить чужим умом. И неважно, что он считает этот ум своим. Как бы он ни старался себя в этом убедить, этот ум не его, он чужой (родителей, друзей, родственников, коллег по работе, начальника, школы, института). В целом в этом нет проблемы, но если человек найдет еще и себя, свое знание, то это дополнит картину и будет связывать все воедино. Тогда все знания, которые у него есть, он сможет использовать намного эффективнее.

Техника получения знания строится по схеме:

- выход из тела,
- переход на определенный уровень, где содержится необходимое знание,
- получение этого знания и ответов,
- возвращение с ответами в реальность.

Это значит, что после того, как получили ответы, мы вместе с ними спускаемся в наше тело, то есть переносим их из духовного мира в мир физический. Если этого не сделать, а просто получить ответы и закончить медитацию, то ответы останутся там, наверху. Понимание придет, а действия не будет – вы не сможете применить то, что получили. Вы будете знать ответ, но воспользоваться им будет невозможно, потому что вы не впустили его на физический план.

Вход и выход – обязательные элементы медитации

Если делать так, как учат некоторые школы («зашли в медитацию и открыли глаза»), то человек какое-то время не сможет прийти в себя, так как его астральное тело застревает на тонком плане, а физическое остается без управления. Пока астральное тело спустится обратно, пройдет пять-десять минут. Бывает, что при работе с энергией чувствуются кратковременные изменения – головокружение, легкая боль в голове или еще какие-то неудобства, но все это проходит через несколько минут, когда тело адаптируется к новым ощущениям. Но если вас после медитации три дня шатает, то нужно сесть и обязательно вернуться в тело.

Есть теория, которую знают все, и есть то практическое знание, которое вы должны уметь получать и применять в жизни.

Чтобы получить настоящий ответ, который нужен мне в данной ситуации, я должен закрыть глаза, задать вопрос и получить ответ. Первое, что придет мне в голову, будет правильным. Потому что потом, через несколько мгновений, ум начинает искать логические ответы, подсовывая разные варианты. Нам же необходим голос души, интуиция, прямое знание, ясновидение, яснослышание – неважно, как это называется. И если я смог ухватить этот первый ответ и пошел в соответствии с ним, то я преуспел. Если я махнул рукой и сказал: «А, мне не подходит, потому что я знаю, что должно быть вот так...» – откуда я знаю, что должно быть и как? Кто это сказал? Это чужое знание, не мое.

Наше тело – это единственная субстанция, являющаяся для нас посредником. Посредником, через которого мы можем получать какую-то информацию и перерабатывать ее в понимание. Поэтому тело желательно содержать в чистоте как снаружи, так и внутри, как физически, так и духовно. То есть заниматься какими-то определенными системами развития.

Что такое развитие? Развитие – это приход к более полному и глубокому пониманию жизни, вот для чего оно нам необходимо. И если работает человек на заводе, зарабатывает свои деньги и ни к чему больше не стремится, то зачем ему развитие? Он приходит домой и садится перед телевизором. Зато он очень хорошо знает всех политиков, всех звезд, их даты рождения и т. д. Сидит и складывает в хранилище своей жизни бесполезную информацию, тратя огромное количество энергии сначала на ее набор, а потом на содержание.

Однажды мне сказали, что никакая информация не может прийти неискаженной через простых людей, которые не являются экстрасенсами, так как при ее получении очень много помех. А я вам скажу: меня не интересуют простые люди. Эту книгу простые люди не читают, ее читают те, кто хочет понять, почему в жизни происходят определенные вещи и как их менять. И еще скажу одну простую вещь: кто хочет возиться с помехами и проблемами, тот возится, а кто действительно строит свою жизнь – у того нет ни проблем, ни помех. Я знаю, как достать чистую информацию в одну секунду без всяких помех и искажений, которые происходят только в том случае, когда у человека в голове избыток информации и он сам себе блокирует возможность получения нового знания.

Есть наш, физический план, а есть тонкий, духовный. Там все чисто и красиво. Сразу возникает вопрос: почему я должен искать там, где пятна и темно? Я не работаю с негативными энергиями и проблемами. Мне нужна чистая и светлая энергия, которая окружает меня в каждую секунду моей жизни, течет через меня и дает уверенность в сегодняшнем, завтрашнем дне и во всем том, что я делаю. У меня нет сомнений: то, что я делаю, – правильно. Даже если человеку в данный момент кажется, что это не так, то через два часа он будет звонить и кричать мне в трубку, что теперь он понял, о чем я говорил и что имел в виду.

Медитация «Отключение от знания»

Закройте глаза. Представьте пустоту вокруг себя. В этой пустоте найдите стакан своих знаний – полный, доверху. Представьте, что вы

держите его и выливаете содержимое в канализацию, после чего возвращаете пустой стакан на место.

Сейчас представьте знание. Оно может быть в виде луча света, в виде столба энергии, в виде светящегося шара, облачка энергии, яркого свечения и т. д.

Затем представьте, что из вашего лба выходит луч, который подключается к этому общему знанию, знанию всего. Неважно, как оно выглядит и где находится. Как только подключение произошло, вы увидели, что энергия по этому лучу начинает поступать в этот стакан и наполнять его, можете открыть глаза.

Главная опасность медитации

При выполнении медитаций нас подстерегает опасность, от которой я хочу предостеречь вас. Она заключается в том, что в какой-то момент можно потерять связь с реальностью, принять духовный мир за реальный. Медитируя, выходя из физического тела, забывая про реальность, можно «улететь» вверх, в высшие сферы, стать сверхмыслителем, забывая, что надо еще и работать, жить, заботиться о себе и своих близких в мире реальном.

Был такой случай в моей практике. Ко мне обратился очень богатый человек, работающий в строительном бизнесе. Про него говорили, что он застроил чуть ли не половину Израиля. Во время первой нашей встречи он сказал: «Начал заниматься духовным самосовершенствованием и вдруг... стал банкротом». От бывшего богатства ничего не осталось. А получилось так. Однажды он решил, что ему уже хватит заработанного и теперь можно заняться иным, более любимым делом. Он начал изучать книгу «Зоар» и другие каббалистические труды, сам написал книгу по духовному развитию. К нему стали обращаться за советами, консультациями, он сразу обрел популярность. А так как деньги у него были, то за эту работу он денег не брал, считая, что «у меня все есть, я буду людям помогать». Но там, в высших сферах, где определяется наша земная жизнь, только этого и ждали: «Ага, ты хочешь людям помогать? Нет проблем. Мы сделаем из тебя духовного учителя. Мы дадим тебе знание. Дадим все, что хочешь. Мы сделаем из тебя нищего и посмотрим, сможешь ли ты выдержать этот напор. С деньгами ты молодец, а как ты будешь выглядеть без денег». И отняли у него все состояние. Мало того, он начал болеть, да так, что бедняга не знал, куда себя деть, – никакие операции не помогали.

Я ему говорю: «Что ж ты договорился с Ними бесплатно? Бросайся на колени, умоляй, чтобы отменили статус нищего духовного учителя. Потому что еще чуть-чуть, и прямиком туда полетишь, к Ним». «Что же мне делать?» – спрашивает он. «Не знаю, – отвечаю я. – Бери пять долларов, десять долларов за

консультацию. Бери что-нибудь. Возвращай себе статус земного человека, возвращайся в реальный мир».

С этих пор он избавился от эзотерической литературы, начал брать деньги, и все у него наладилось.

В нашем деле самое главное – не перепутать, где медитация, а где реальность. Конечно, можно абстрагироваться от жизни. Но зачем? Она же здесь. Все, что надо сделать в медитации, – это постараться построить свою земную жизнь таким образом, чтобы она радовала вас и вы не хотели так быстро отсюда уходить. Некоторые люди приходят и говорят: все, я в медитации уже всего достиг, мне неинтересно здесь. Ничего они не достигли. Перепутали жизнь и иллюзию, местами поменяли.

Я понимаю, что там хорошо, а ощущения настолько приятные, что хочется там побыть еще чуть-чуть. Но вы должны понимать: живем мы здесь, в реальном мире, а не там, в духовном.

Живя в реальном мире, учитывайте несколько аспектов. Помогать людям – это хорошо, в этом нет никаких проблем, но нужно ведь на что-то жить. Первый вариант – ждать милости от жизни, но есть и второй вариант. Я считаю, что могу попросить у Всевышнего, у ангелов-хранителей или каких-то иных посредников, которые находятся в тонком мире (не будем называть их имена). Если я могу попросить, то могу получить. Как же сделать так, чтобы получить то, о чем просишь?

Именно для этого люди начинают заниматься духовным развитием – чтобы получить жизнь, которая удовлетворяла бы их. Это только красивые слова, что человек ищет какого-то высшего предназначения и возможности помогать людям. Если у нас все хорошо, то нам никто не нужен.

Тот, кто уже смог достаточно прочно утвердиться в жизни, встает на путь духовного развития, чтобы однажды найти того, кто ему скажет: ну что, у тебя уже все есть, ты всего достиг, теперь делись. И большинство из тех, кто идет делиться, теряют все, потому что в этот момент происходит дисбаланс энергии. Как правило, человек привык помогать тогда, когда его не просят. Видеть, нужна твоя помощь или

нет, – это одна из основных задач биоэнергетики. Сможешь ли ты помочь или своей помощью навредишь, и не только себе? Так вот, чтобы в этом разобраться, нам и нужно научиться видеть энергию.

Энергия человеческих отношений

Есть два вида работы с энергией.

Первый вид – мы работаем над собой, только с собой и только для себя!

Не лезем ни к кому со своим пониманием и знанием. Даже если мы обрели ясновидение и на улице заметили, что ангел смерти идет за случайным прохожим, мы не имеем права вмешиваться в чужую судьбу. **Человек совершает свой путь, и, пока он не обратился к нам за помощью, мы его не спасаем, иначе возьмем на себя его карму.** Такое поведение находится в контексте работы над собой.

Другой вид работы с энергией – манипуляция с целью улучшения чьей-то жизни или отношений. Хотим кому-то помочь, совершить какие-то действия, кому-то что-то исправить. Почистить чью-то ауру, чакры, энергетических вампиров отключить, энергетику жилья улучшить. Человек обратился с просьбой и оплатил работу – в этом случае вы свободны от кармической связи.

Я свободен от кармической связи со своими студентами. По условиям работы они должны быть готовы к получению новых и реорганизации старых знаний – хотят того или не хотят: работа есть работа! А тема у нас сложная: воздействие окружения на нас, с умыслом или без, с любовью или без, с ненавистью – черной, белой, какой угодно! В общем, говорим о том, как можно обрести дырку в ауре.

Что мы должны знать о негативной энергии в первую очередь? Где она находится, чтобы никогда туда не залезать! У каждого из нас есть жизнь, с которой мы согласились. Пусть даже часть этой жизни была нам навязана. Если вы еще слушаете чьих-то советов, я хочу, чтобы это поскорее закончилось! Чтобы вы сами научились жить – вам не нужны соглядатаи, помощники, добродетели. Чем больше и глубже будет ваша медитация, тем больше вас будут хотеть как энергетического донора. Воровство энергии обычно происходит через конфликт, после которого вам плохо, и это верный признак утечки энергии. Поначалу нам

кажется, что конфликтного человека можно уговорить, что он станет лояльным и вместе с ним вы завтра пойдете в светлое будущее. Но чем дальше в лес, тем больше конфликтов.

Человек уже и рядом не находится, а у вас угрызения совести от скандалов. Почему? Потому что к вам через энергетические дырки налепили много подключений, через них энергия убегает. По одним и тем же каналам ваша энергия уходит, а в обратную сторону (к вам) закачивается негатив.

Я однажды почувствовал себя коммунальным работником, начальником мусорного бака. Приходят ко мне люди со своей негативной энергией, кладут мне мусорный пакет на стол, а я утилизирую этот мусор. Так быть не должно!

Я даю знания, чтобы вы могли решать проблемы сами, создаю вам условия для решения ваших проблем.

Второй вид – мы работаем для других.

В компании друзья или просто знакомые «хорошо посидели». Один из них – вы, со своей энергией, суперположительными вибрациями, лучезарный светлый человек. А рядом неудачник, тряпка. Доплелся в кафе, ввалился в вашу энергию, приободрился. Но вам хуже не стало! Более высокая вибрация заставит более низкую подняться. Неудачник перенял вибрации, ничего не украл, решил все вопросы!

А если ребенок нас выводит на конфликт, которому 23 года? Тогда его надо отгородить, чтобы он смог подумать и настроить себя на свою свободную жизнь. Если вы думаете, что отпустили его, – заблуждаетесь! Вы продолжаете сканировать, где и что с ним происходит, держите его, вот он и орет на вас. Сомневаетесь? Давайте проверим.

Закройте глаза и смотрите, как выглядит ЭНЕРГИЯ БЕСПОКОЙСТВА. Допустим, снизу вверх идут серые волны с красными прожилками. Красные прожилки – это жжение, опасность, страх, раздражительность, агрессия. Вибрация и красный цвет – это разрушение. А если энергия зеленого цвета? Это тоска,

унылость, неспособность исправить ситуацию.

Необоснованное беспокойство вредит не только вам, но и тому, на кого оно нацелено. Родители запускают энергию беспокойства, а у ребенка кружится на ровном месте голова. Ребенок звонит: «Мама, я упал, не знаю, что на меня нашло...» – и мама кричит: «Ну вот, я же знала! Материнское сердце подсказало!»

Энергия не передается во время возбужденных эмоций, но эмоция – это способ открыть ворота. А если закрыть эмоции, ничего из вас не смогут достать. Нерекция – это способ защиты.

Человек, который тянет энергию, часто задает вопросы, на которые не ждет ответа. По сути, проблема – это смысл его жизни, он просто хочет делиться проблемой и за счет этого жить. Вы точно знаете, как идти по вашему жизненному пути. Концентрируетесь, планируете, двигаетесь. И вдруг кто-то вас останавливает, даже на 2 минуты, чтобы вы вложились и в него. У вас куча дел, но вы не можете послать человека. Этого достаточно, чтобы поменять весь путь. Почему мы должны быть добрыми по отношению к людям-препятствиям?

Есть такое упражнение, когда энергию пропускаешь мимо. Вы представляете, будто физически стоите здесь, а энергетически отходите в сторону. Пользуйтесь этим упражнением, когда некуда деться от навязчивого человека.

С другой стороны, не надо подозревать всех вокруг в попытке воспользоваться вашей энергией! Вокруг НЕ экстрасенсы. Если всех подозревать, недалеко и до шизофрении. Не надо доходить до маразма и рушить свою жизнь, не надо становиться отшельником по жизни. Существуют хорошие друзья, семья. Если не нужны друзья, они исчезнут сами, не культивируйте одиночество!

4 важные медитации

Давайте сделаем такую медитацию. Закройте глаза, представьте, что вы находитесь внутри шара. Посмотрите через шар – на мир. Рассмотрите, какова оболочка шара: прозрачная, цветная, мутная? Видите ли вы физический мир сквозь эту оболочку?

Если управлять жизнью спонтанно, не обучаясь, можно лишиться рук, ног и головы. Какой бы ни была ваша оболочка – это ваш выбор. Вот вам нужна розовая оболочка – пусть будет. Постепенно вы должны прийти до прозрачной оболочки, если вы именно этого хотите.

Закройте глаза и представьте себе, что огромный поток белого света идет в голову. Внутри потока мелькают сгустки энергии. Принимаем поток и ничего не делаем. Просто принимаем. Постепенно заканчиваем прием и возвращаемся сюда.

Давайте посмотрим, какова у нас устойчивость психики с точки зрения «удерживания картинки». Удерживать картинку, держать энергию иногда надо достаточно долго, чтобы не разлетелась медитация или процедура целителя.

Закройте глаза. Перед вашим лицом красный воздушный шарик. Вдох. Выдох – отгоните шарик на 3 метра от себя.

Отогнали, шарик сделался синим. На вдохе приблизьте его к себе. Отгоните на выдохе – пусть сделается желтым.

Еще раз вдох, шарик приблизился. Выдох – отогнали на 3 метра, шар стал оранжевым.

А теперь пусть шарик лопнет. Его резиновые лоскутки падают на траву. Потом собираются вместе и склеиваются.

Вдыхаем воздух и на выдохе накачиваем шарик. Отпустите шарик, пусть летит в небо!

Если с надуванием шарика не задастся или цвет не поддается визуализации, значит, с концентрацией энергии у вас не очень хорошо обстоят дела. Приведенное выше упражнение поможет

сконцентрировать энергию. Концентрация – это способность смотреть на объект, что бы ни случилось. Существует энергия каждого действия. В энергии спрятана информация. Энергия и информация, встречаясь, запускают пространство. Шаров нет, красок нет – а они были. Мы могли купить шарики в магазине, но магазинные шарики не будут двигаться, как нам надо.

В пространстве море непроявленной информационной энергии. Мы иногда удивляемся: о как я классно подумал, как я классно сказал! Да мы просто уловили информацию, попав в информационный канал. Что значит находиться в канале, как выглядит энергетический столб?

Вот я вижу энергетический столб – прозрачный, светлый, чистый. У меня голубовато-прозрачный. У вас – не знаю. Но у меня нейтральный цвет, базовая энергия. Нейтральный цвет бывает голубой и серый (цвет высшего мира, слияние белого и черного). Не запускайте все-таки серый, часто это цвет тоски. Представляем бесконечный свет и цвет, без ограничений. Мы находимся сбоку от столба света. Но рядом. Пускаем к каналу свой луч. Я прошу энергию себя проявить, как-то обозначиться. Я сам обозначаю столб, например: энергия обучения! Закроем глаза и представим голубой столб диаметром 1,5 метра.

Поднимаем столб вверх. Подходим ближе, пробуем его рукой. Запустите руку, проверьте ощущения. Напишите на столбе «обучение» и шагайте внутрь энергии. Растворяйтесь в этом столбе. Вместо вас на стуле сидит столб энергии. Теперь вы находитесь в обучении целиком. Наконец-то! Мы растворились в столбе. Вместо нас работает энергия (работы, переговоров, занятий, успеха).

Только обозначьте – что такое успех, а то Бог не поймет, что вам надо, и подsunет нечто по Его усмотрению!

Осмысление визуализаций

Если при медитации столб (облако, шар) энергии, в который вы входите, изменил цвет – не входите в него, подумайте. Особенно если в потоке появится черный цвет, будьте осторожны! Возможно присутствие маскирующихся под Бога темных сил. Они выбрали черный, потому что высший пик духовного развития также обозначается черным. Ведь Бог обитает в темноте. Его энергия – непроявленное знание, огромная концентрация, впитывание информации. Черный – цвет Бога или подмена, и мы туда не идем.

Хотите посмотреть на энергию человека – поднимите столб его энергии. Допустим, он хочет с вами бизнес вести. Человек вроде позитивный, а в энергетическом столбе – одна чернота, снаружи, может, чуть побеленная. Значит, имеете дело с лицемером. У каждого из нас своя интерпретация цвета. Коричневый цвет для меня – проблема, смешение цветов, цвет земли.

Если энергетический столб человека низкий, бесформенный, значит, своей энергии у личности нет. Вмятины, обрывы – тоже плохой знак.

Если вы вошли в какой-то информационный рабочий столб (человека, помещения или знаний – не важно!), надо потом выйти. Если же в личный материальный столб входите (денег, бизнеса, успеха, здоровья) – пребывайте в нем, не надо выходить!

Представьте себе столб энергии «моя жизнь». Как он выглядит? Наблюдаем. Нравится? Что видите?

Не ограждайте себя чрезмерно от внешнего мира. Непрístupная крепость – это плохо. Даже если вокруг негативная энергия, знайте, что период ее действия – это ограниченный промежуток времени. Духовная работа может вывести в зону высокой чувствительности и, к сожалению, подозрительности. Вам будет казаться, что все от вас чего-то хотят – не впадайте в истерику и маразм. Взаимодействие с миром должно быть, без этого не происходит развития.

Мне важно, чтобы мои студенты обрели нормальную жизнь, а не набрались теории, впоследствии не зная, что с ней делать. Визуальная медитация расставит по местам многие вещи в вашей жизни, избавит

от множества проблем и вопросов, так что вы даже заметить не успеете! Просто в какой-то момент, оглянувшись назад, поймете, что у вас нет проблем – они «вдруг» исчезли!

Эмоции и отношения

Эмоции открывают энергию, снимая с человека защиту. Как только начинается эмоциональный всплеск, шлюзы открываются, и из вас уже качают энергию. Так как свято место пусто не бывает, то взамен забранной у вас энергии приходит другая, негативная. В результате через некоторое время вы чувствуете упадок сил. То есть вам поменяли ваш энергетический фон с вашего же разрешения. Даже если эмоции уже прошли и вы успокоились, завтра у вас будет энергетический спад. Негативная энергия имеет свойство постепенно заполнять пустое пространство. Так что реакция на негативную энергию может последовать и проявиться через несколько лет. Одна маленькая осечка сегодня вырастет в большую проблему завтра.

Каждый из нас пытается поменять мир вокруг себя, но не за счет изменения своего характера в положительную сторону, а путем изменения других. Это проще всего, потому что человеческая жизнь наполнена осуждением. Или суждением. Мы судим и оцениваем всех вокруг себя. Вот муж пьет, он виноват. А где вопрос «почему он пьет»? Где же вы в данной ситуации? Почему вы свое состояние не поднимаете? Сначала надо разобраться в себе: почему близкий вам человек делает какие-то действия, которые вам не нравятся? Решите сначала этот вопрос внутри себя, а потом, если останется что решать, идите с претензией к своему оппоненту. Это будет правильно. Но мы сначала обвиняем других и в то же время оправдываем себя – ведь мы лучше всех, это у них проблемы, а не у нас.

Я понял одну простую вещь из своей практики: когда я меняю себя до того, как прихожу с претензиями к какому-либо человеку, то оказывается, что уже не надо было приходить. Я себя поменял, у меня поменялось отношение к этому человеку, претензии закончились.

Есть один закон природы, который говорит: мы не судим и всегда оставляем право выбора за человеком. Единственное, что я могу сказать: «Смотри, я этот путь уже прошел, мне кажется, что правильнее сделать другому. У тебя есть право выбора: начать отсюда или с того, до которого я уже дошел». И все равно каждый начнет с нуля, потому что никому не нужно мое. Все послушают и пойдут делать свое, и это правильно.

Поэтому первое мое правило: я перестал судить. Не делю людей на хороших и плохих, на «продвинутых» и идиотов. Могу посмотреть на человека и пойти дальше, и дело не в личной неприязни. Я просто проверяю, нужен этот человек в моей жизни или нет. Если не нужен – прохожу мимо. Если мне есть что у него взять, то я обязательно с ним пообщаюсь. Но мы в большинстве случаев не знаем, с кем имеем дело. Никогда не знаешь, с кем имеешь дело, потому что внешняя оболочка человека может не отражать его настоящую сущность.

Мне абсолютно не важно, как человек выглядит, потому что я смотрю внутрь. Если вижу, что сюда пришел черт с улыбкой на лице, я скажу: «Извините, нам не о чем разговаривать». Если увижу бродягу, а рядом с ним – ангел-хранитель, я спрошу, что он мне принес. Причем общаться буду молча, и не с человеком, а с тем, кто за ним стоит. Мне не интересно, что говорит человек. Мне интересно, откуда он это говорит, кто говорит через него. Если я смотрю не на человека, а на энергию, стоящую за ним, то я знаю ту настоящую, базовую информацию, которую он несет.

Другая сторона осуждения – страх быть осужденным. Это страх, который управляет человеком: «Что обо мне подумают?» А ничего не подумают! Поверьте мне, если прямо сейчас вы бросите заниматься духовным развитием, ничего не случится. Ничего. Если прямо сейчас вы бросите свою работу, ничего не произойдет. К вам никто не придет с претензиями, вас никто не придет расстреливать, вам никто ничего не скажет. Да, покивают головой – еще один ненормальный – и забудут. Так что попробуйте жить без ограничений.

Дети и родители

Отношения детей и родителей – самая затратная с эмоциональной точки зрения сторона жизни. Потому что **мы не можем или не хотим принять тот факт, что функции детей и родителей имеют начало и конец.**

Мы своим родителям ничего не должны, как и они нам. У нас нет перед ними никакого долга, и нам не нужно чувство долга. Родители – это люди, которые родили.

Но есть устоявшееся мнение, что дети должны родителям до конца жизни. И не дай бог ребенок не отдаст родителю плату в каком-либо виде – сразу запускается процесс осуждения. Мало того, родители начинают закрывать своему ребенку дорогу и путь к продвижению, говоря: «Сначала отдай долг, а потом мы тебе откроем твой путь».

По какому праву? Потому что ты когда-то его родил? Ну и что? На ментальном уровне ни у кого из нас и родителей-то нет. Мы просто выбрали для себя вот этих двоих, чтобы спуститься вниз. И вполне возможно, что мы и знать-то их не знали никогда. И мало того, возможно, прожив эту жизнь, больше никогда и не встретимся.

Поэтому правильные взаимоотношения между людьми возникают тогда, когда все друг друга понимают. Один не строит препятствия, а другой, если уж ему построили какое-то препятствие, без осуждения пытается осознать, что нужно сделать для того, чтобы это препятствие исчезло.

Но люди, к сожалению, мастера обвинять, и поэтому необходима серьезная внутренняя работа над собой для того, чтобы нейтрализовать чужие энергии, которые кто-либо пытается на вас навесить. Да, кто-то вам навязал эту проблему, но почему вы дали проблеме захватить вас? Люди делают это постоянно, и что, вы должны бегать за всеми и каждого идти учить, говорить «не делай так, делай этак»?

Храните лучше свою энергию. Создавайте себе настолько мощную и концентрированную энергетику, чтобы никто даже иголку в нее просунуть не мог. Работайте над этим, и тогда вообще перестанете обвинять кого-либо в своей жизни.

Ну и что, что мама дорогу перекрыла? Я сделаю так, чтобы на меня это не влияло и не мешало мне, вот и все. Я виноват во всей своей жизни. Родители вместе только потому, что я их соединил, увидев сверху, кто мне нужен. Я увидел, какую ситуацию в жизни я должен пройти, увидел, что должен сделать и куда выйти, потом нашел тех двоих, которые мне нужны, соединил их, и они меня родили. Потом я спустился, теперь я – индивидуальность.

До двадцати пяти лет родители могут ребенка вести. До этого возраста есть подключение ребенка к родителям, где бы они ни были, и оно правильно. В двадцать пять лет происходит отключение, и бывший ребенок уходит в собственное плавание под названием «жизнь». Человек должен быть уже в профессии, в знании, в самостоятельности, он должен полностью отделиться от мамы с папой и пойти в свою собственную жизнь, взяв всю ответственность на себя.

Я лично взял жизнь в свои руки и отвечаю за нее полностью, от начала до конца: за поступки и планы, и постепенно понимаю, что потолка нет. Сколько я ни планирую, за каждым достижением открывается следующее.

Пришла как-то ко мне женщина и говорит: «Я все в свою дочь вложила, я ей душу отдала, любовь, а она меня так отблагодарила. В двадцать два года я ей нашла мужа. Она вышла замуж – и я вдруг стала самой плохой». Теперь эта женщина живет одна и приехала ко мне с другого конца страны для того, чтобы спросить, что же такое произошло в их семье, что дочь ее так ненавидит. А она перекармила ее своей любовью и заботой до такой степени, что последняя капля дала неосознанную волну агрессии со стороны дочери.

У каждого человека есть определенная энергия. И есть информация, которая постоянно к нему поступает через эту энергию. Человек наполняется этой информацией через два потока – один идет снизу вверх, а другой – сверху вниз. Так создается та самая аура, о которой все говорят.

Аура – это вихревое движение двух потоков энергии, один из которых идет с земли, а другой – из космоса.

И иногда тяжело отличить и выявить, есть ли в ауре энергия другого человека, который физически находится рядом с нами. В основном это близкие родственники, чаще всего – мамы.

Что происходит? Поток информации останавливается, и человек начинает жить чужими мозгами, боясь сделать шаг, то есть сидит на маминой шее. А мама не знает, как от него освободиться. Ей нужно просто оставить ребенка в покое – значит убрать свою энергию из его ауры, перестать беспокоиться и думать о нем, что бы ни случилось. Но мамы обычно говорят: «Я не могу не думать, не беспокоиться – я же мать. Я ведь хочу, чтобы у него все было хорошо». «Хочу, чтобы все было хорошо» – это манипулятивное действие.

Родители вкладывают в это свое понимание ситуации, и то, что хорошо для них, необязательно хорошо для кого-то другого. А сын может потерять все, потому что его жизнь перестает соответствовать той, которая должна быть на самом деле. Энергия мамы постоянно присутствует в ауре, искажая ту информацию, которую человек получает.

Словами: «Я же мать, я не могу не думать» можно переломать ребенку всю жизнь. Родители этого никогда не видят, им бесполезно говорить обо всем этом.

Мы должны прийти к такому состоянию, чтобы наша любовь к родителям или любовь родителей к нам была без условий, без одолжений, без страхов. И без упреков.

В чем ценность отношений?

Иногда возникает подозрение, что родственники пытаются занять ваше место. Тут есть определенный парадокс. Вы должны понять, что никто ваше место занимать не собирается. Они сделают все, чтобы вы там не были, но занимать его не будут. Знаете почему? Далеко не на всех курсах вы услышите такие вещи, потому что это та реальность, которую все пытаются затушевать и замаскировать.

В большинстве случаев родственники не заинтересованы в нашем продвижении, духовном, карьерном, социальном – любом. Никогда и никто, даже из самых близких людей (жен, мужей, родителей), не заинтересован в нашем продвижении. К сожалению, это так. Потому что, если человек вдруг начинает резко, семимильными шагами, продвигаться, у родственника появляется определенный страх: «А вдруг он исчезнет из моей жизни?» И вместо того чтобы продвигаться вместе с этим человеком, развивая себя, они начинают втыкать ему палки в колеса и тормозить.

Мы пытаемся замаскировать негатив хорошими отношениями, замаскировать манипуляции красивыми словами. Мне это не надо. Если я живу своей жизнью, зачем мне делать плохо себе и тем, кто вокруг меня?

Оглянитесь по сторонам: что вас окружает? Можете ли вы себя, а не другого изменить по отношению к той картине, которую вы видели сейчас? Если вас что-то не устраивает, попытайтесь изменить цвет этой картины, добавить туда немного света, наполнить это место энергией. Но если вы видите, что не получается – не получается год, два, три, десять, – то нужно поступить как с больным зубом – выдернуть и выбросить.

Как-то пришла ко мне женщина и говорит: «Мы с мужем жили-жили, а сейчас вышли на пенсию и развелись». Я спросил почему. «А мы сразу как поженились решили развестись, но дети... потом внуки...» Получается, они потратили впустую сорок лет своей жизни, перепортили друг другу нервы и здоровье, причем попытки исправить ситуацию даже не было. Сначала они жили вместе из-за детей, потом из-за внуков, а потом вроде бы уже не о

ком стало беспокоиться. Они увидели, что ничего не поменялось за эти годы, и сказали: «Ну все, теперь разводимся». Вы знаете, с каким радостным выражением лица она ко мне пришла? Как будто с нее сняли бетонную плиту весом три тонны...

Я не за то, чтобы разводиться, но, если ничего не получается, хотя бы не портите себе здоровье. Человек должен жить в гармонии. В гармонии с самим собой, с близкими, со своими детьми, родителями, супругой (супругом). **Гармония есть тогда, когда два человека не мешают друг другу жить.** Должна быть определенная система в отношениях: два человека занимаются чем-то вместе и у каждого есть своя часть жизни. У каждого есть свободное внутреннее пространство, которое он волен заполнять тем, чем ему хочется. Я имею в виду любимую работу, любимое занятие, какие-то другие вещи, которые ему лично приносят удовольствие.

Я знаю одну простую вещь: если мне хорошо, хорошо всем вокруг. Всегда. Потому что у меня достаточно энергии, я могу дать хороший совет, увидеть картину и рассказать человеку, в какие условия он себя поставил. Если вы подходите к кому-то с желанием помочь разобраться в жизни, а человек воспринимает то, что вы говорите, и пытается себя изменить, вы же, в свою очередь, пытаетесь изменить себя по отношению к нему, тогда у вас будет гармония.

Если видите, что вы себя меняете, а человек напротив вас все сливает в помойное ведро, то лет через пять придете к понимаю, что потратили на него напрасно время.

О душе и предназначении

Душа – это и есть я. Истинное «я», которое пришло выполнить определенное действие. Предназначение души требует каких-то действий от физического тела, которое практически никогда не может выполнить предназначение, потому что занято тысячей дел. Куда мы идем, зачем, когда придем – мы не знаем! Но эффективное взаимодействие души с физическим телом – основа ее развития, ведь у души нет функции осязания. Душа «щупает» мир через физическое тело.

Закройте глаза, представьте себе плиточку шоколада. Положите ее на язык. У тела есть память, поэтому мы ощущаем вкус шоколада во рту.

Возьмем в руки фрукт «сабрес». Разломите и положите себе на язык.

Откройте глаза. Понравился вкус сабреса?

Вы в недоумении, поскольку не знаете, что такое «сабрес»? Это кактус! Вот так и душа пребывает в неведении, если информации от тела нет. Душа без тела в низшем мире ничего не знает, тело наделяет душу информацией. Душа передает информацию вверх, чтобы произвести определенную работу в мире, над миром и получает задание от высшего разума: «Часть пути ты пройдешь как специалист, часть в депрессии – изучай состояния!»

И человек забыл, что получил задание, родился, стал ребенком, рос. Через 15–20 лет, может быть, в 18 лет, в 40 лет – появляется вопрос: неужели это моя жизнь? неужели это то, чего я заслуживаю? что мне делать с ТАКОЙ жизнью?

Ответ простой: выполнять задачу, иначе – реинкарнация!

Каждый человек хочет знать, вернее, вспомнить, какое задание давалось его душе перед рождением. Задание в общем виде формулируется: **пожить как человек!**

Души наверху пребывают на разных уровнях. Души разных уровней не контактируют между собой. И только на земле есть возможность их встречи, потому что на земле иерархий нет. Душа входит в человека в момент рождения, ребенок вдыхает ее, и начинается контакт с другими душами.

У части душ нет предназначения – просто работай в мире, так надо! Какой-то душе выпадает показать красоту мира – это награда за предыдущую хорошую работу. Другая душа наделяет мир информацией (и ей создают нужные условия для раскрытия потенциала, иногда – не лучшие в земном представлении условия).

Душа не принадлежит никому! Она эгоистическая натура в этом смысле, важнейшая часть мира, находящаяся в одиночестве постоянно! И при этом она страдает от невозможности соития с кем-то. Есть такие медитации, после которых разочарование накрывает с головой, – разочарование в смысле жизни (своей жизни), разочарование в жизненных планах. Постараемся их избежать, потому что испытание разочарованием выдерживает не всякий.

Синхронизируем движение души и тела

Душа – индивидуальная часть мироздания. Большая часть ее находится наверху, малая часть – здесь, на земле, в каждом из нас. По форме она напоминает гриб: ножка – в физическом теле, а шляпка, подключенная к знаниям, – вверху. Если мы это поняли, то вопрос с предназначением нас не волнует, отпадает сам собой.

Наша обычная жизнь – это физические действия и размышления. Человек идет по физическому пути, и душа вместе с ним. Но одновременно душа продвигается по духовной траектории. Траектория точнее всего описывается синусоидой: вверх – вниз. При такой болтанке на высшем уровне физическое тело тоже мотает по жизненным ситуациям. У души происходит переход вверх (духовный рост), а тело может и не догадываться.

Но в идеале тело с душой пребывают в хорошем контакте, и тогда душа предупреждает тело, готовит к подъему, сигнализирует. Однако сигналы надо принимать и выполнять, а тело инертно (душа же – мобильна).

Иногда тело спешит, душа отстает, тогда она преднамеренно ставит препятствия человеку в жизни, чтобы не забегал куда не следует. Это выглядит как «полоса жизненных неудач». Когда же душа опережает тело, человек склонен к постоянным опозданиям. Высшее «я» убегает, надо его догонять. Если успеете за душой, то результат развития, о котором вы мечтали в будущем, станет заметен уж сегодня!

Случается, душа просто тащит человека на другой уровень, а человек склонен к линейности. Хотя и мечтает о прорыве, но методично проходит школу, институт, аспирантуру, остается работать на кафедре... При этом мечтает бросить все и горшки лепить или заняться «чем-то другим»! В таких случаях вторая половина жизни формируется исподволь, и надо быть готовым к прыжку: вдруг согласиться работать на двух разнонаправленных работах или внезапно сделаться целителем (не потому, что курсы прошел, а потому что Знание обрел).

Если вы живете одной жизнью, а мечтаете о другой, тогда статус в конце концов обязательно изменится. Но обрубить прошлое надо навсегда, без путей отступления. Потому что у души нет времени на

эксперименты, это очень важно! Интересно, что амбициозность в данном случае хороший помощник: взялся за гуж – не говори, что не дюж! Но найдутся доброхоты, которые назовут ваш прорыв честолюбием и гордыней и посеют в душе сомнение. Как в этом случае избавиться от негативных наслоений? Не думать! Если не выходит не думать – примите теплый душ, это очищает и успокаивает.

Гораздо важнее вовремя поработать над собой и синхронизировать движение души и тела. И здесь не обойтись без медитации.

Смотрим вверх (не глазами, а внутренним взором) и ищем душу.

Где она – сзади, спереди над вами?

Мысленно скорректируйте положение тела по отношению к душе.

Посмотрите на себя, сидящего в медитации, из нового положения.

Мягко опускайтесь на пол и возвращайтесь в физическое тело.

Жизнь после смерти

Однажды меня спросили, есть ли в области энергетики кодекс чести. Нет, никакого прописанного кодекса чести нет. Я считаю так: что для меня хорошо, то правильно. Если я испытываю по этому поводу угрызения совести – значит, попал к самому себе на удочку и должен буду себя скушать, расстрелять, повесить и утопить. Черный маг, например, творит что хочет – и ничего ему за это не бывает, живет себе. Говорят, что он сгорит в аду. А кто знает? Там кто-то был? Мы можем представить это только со слов религии, которая говорит, что есть рай и ад. Но понятия ада ирая очень относительны, это вещи, которые невозможно осознать, находясь на земле.

Есть такая притча. Пришел как-то один воин-самурай к мудрецу и говорит: «Я слышал, ты – великий мудрец. А сможешь ли ты мне показать, где ад, а где рай?» Мудрец ответил: «Я слышал, что ты великий воин, а ты просто дерьмо». Воин выхватил меч, а мудрец продолжил: «Вот видишь, это – ад». Воин вложил меч в ножны. «А вот это рай. Как видишь, расстояние между ними невелико».

Это как два полюса – положительный и отрицательный. А по-настоящему важно то, что находится посередине.

На нашей дороге жизни есть срединная, нейтральная линия, и значение имеет то, где я нахожусь по отношению к ней. Если на ней, то не должен играть. Я могу просто жить своей жизнью, осознавая четко, где делаю ошибку, а где смогу ее исправить. Жизнь так идет: завтра – плюс, сегодня – минус. Вы должны понимать, что в жизни не бывает однозначных вещей. Магнит не может быть без минуса или без плюса, у него всегда две стороны. В любом случае, у вас будет всегда и плохое, и хорошее. Разница в том, как вы к этому относитесь.

Когда вы относитесь к плохому с улыбкой, оно вам не мешает. К хорошему надо относиться с такой же улыбкой, не начинать себя хвалить и вешать медали на грудь. Тогда вам не нужно будет сидеть и анализировать свои поступки, пытаться их исправить или улучшить. Вы просто каждый день живете свою жизнь.

Наша жизнь подобна пирамиде: она широкая в основании и постепенно сужается в точку. Когда вы продвигаетесь по жизни, то сначала амплитуда большая и вам все понятно: где хорошо и где плохо, все ясно, как божий день. Но чем выше поднимаетесь по этой пирамиде, тем больше осознаете, что различить, где плюс и где минус, становится все тяжелей.

Нельзя останавливать бегущего по улице человека, который вот-вот врежется в столб. Быть может, это столкновение дано для того, чтобы он понял что-то или осознал. Если вы остановите его, поможете, то переведете чужую карму на себя. Мы жалеем тех, кто погибает в результате аварий, но нужно понимать, что пострадавший, скорее всего, до этого получил миллион предупреждений сверху. Если он их не осознал, ему делают перезагрузку жизни. Его вводят в состояние комы, поднимают наверх и говорят: «Ну что, понял?» Он говорит: «Извините, понял». – «Хорошо, вернем тебя в это тело». И человек оживает. Или так: подняли наверх, а человек говорит: «Мне надоело, я устал...» – «Надоело? Ты же план не отработал, давай-ка еще на кружок». И человек умирает, чтобы его душа пошла на очередной жизненный цикл.

Я много раз видел момент перехода и не боюсь ни жизни, ни смерти. Может умереть тело, а вы – нет. Вы будете стоять рядом с телом, будете видеть себя в гробу, будете видеть, что умерли, но при этом вы будете живы. Потому что понятия смерти не существует. Тело умерло, а дальше – жизнь. Главное, что меня интересует: как узнать правду жизни, где найти ответы на вопросы, избавиться от любого страха перед жизнью и Богом.

Откуда приходит страх? Кто-то задумывался? В большинстве случаев из нашего прошлого. От родителей, друзей, родственников, знакомых, телевидения, школы, религии – можно перечислять до бесконечности. Страх приходит отовсюду, но только не от вас. Священник призывает к богобоязненности. Он не действует так, как говорит ему Бог, он опирается на Писание.

Считается, что Библия – это знание, которое люди получили свыше. Лично у меня нет достоверной информации, что то, что написано в Библии, – это знания, которые пришли свыше. В

Библии написано, как манипулировать толпой и как заставить людей делать то, что им не хочется, как запугать их и обосновать с помощью этого богобоязненность. А чего Бога-то бояться? Он, кроме добра, ничего не делает. У него нет другой составляющей. Это универсальная энергия, которая течет сверху, причем одинаково для всех, и для хороших, и для плохих. Думаете, ворами кто-то другой помогает? Тот же Бог.

Это мы делим на хорошего Бога и плохого Бога, на хороших людей и плохих людей. Но у нас даже права такого нет! Мы должны прийти к нейтральному состоянию, когда нам не нужно будет сидеть и разделять все на хорошее и плохое, на правильное и неправильное. Не всегда для другого хорошо то, что хорошо для нас. И нет каких-то правил, которыми человек смог бы пользоваться до конца дней своих себе на благо, приняв их однажды. Попробуйте жить без ограничений!

Система исправления

Когда душа, находящаяся на высшем духовном уровне, решает, что ей пора вниз, она начинает формировать ту ситуацию, в которую хочет спуститься, чтобы исправить себя. Ситуация, которую она сформирует, будет точной копией той, которая была в прошлом воплощении. Если вы в прошлом воплощении сделали что-то неправильно, то вернетесь в ту же самую ситуацию, только лица будут другими. Как только вернулись, начинается продвижение.

В какой-то момент человек, поднявшись на определенный уровень, вдруг осознает, что занят не тем, что дорога его не та, люди, которые окружают, не соответствуют его желаниям, и вообще все не так, как должно быть. Мысль его бежит далеко вперед, но он почему-то не находится там, где хочется быть. Это называется «прийти к пониманию».

После начинается процесс осознания происходящего. Человек анализирует и решает, стоит ли что-то поменять или продолжить жить по-прежнему. Большинство людей пугает, что порой изменения нужно долго ждать – год, два, три.

Ко мне приходят люди и говорят: «У меня уже двадцать лет эта проблема». Я говорю: «Будем менять двадцать месяцев». – «Как двадцать месяцев? Я думал, сразу». – «Сразу? Думаешь, ты двадцать лет копил, а я за один раз взял и поменял? Это же не фокус. Это тяжеленная работа над сознанием, которое наелось тех устоев, которые у него были. Теперь эти устои надо перенаправить в новое русло. Для того чтобы их поменять, надо хотя бы знать, где это находится».

Представьте, что вас высадили где-нибудь в Новой Гвинее, языка вы не знаете, обычаев местных тоже, а там едят людей. Вы приходите к ним со своими устоями и начинаете переделывать туземное племя. Одно из двух: либо они вас съедят, либо утопят. Что нужно сделать, чтобы этого не произошло? Надо отключиться от всего, что было с вами раньше, подключиться к ним и начать есть, причем широко улыбаясь. Большинство людей, попробовав что-то новое, говорят: «А я и не знал, что это так хорошо!»

Вегетарианцы не едят мяса, все знают это. Но, попробовав первый раз мясо, они начинают его есть с такой скоростью, что просто диву даешься. Я ем мясо и никаких проблем при этом не испытываю, потому что мясо – это энергия жизни, а не энергия смерти. Бог не дурак, он же не зря придумал животных. И человек в какой-то момент поднимается на определенный уровень и понимает, что ему никто не запрещает есть мясо, он сам построил себе такие границы. Он сам себя в них поместил и боится это изменить – этот страх: «а что будет?» Я вам отвечу на этот вопрос: ничего не будет. Бог никого не накажет – нечем. У него нет ни рук, ни ног, ни головы. У него вообще ничего нет. Как он может наказать?

Важно, накажу ли я себя сам. Я могу сам себя загнать в пропасть, а потом сказать, что это Бог меня наказал. Виноватого всегда найти легко. А Бог стоит наверху и говорит: «Вот глупый, я ему давал, а он не взял».

Есть такой анекдот-притча. Наводнение, на крыше своего дома стоит мужчина, молит о спасении. Вдруг мимо плывет лодка, битком набитая народом. Гребцы кричат ему: «Иди сюда, одно место есть». А он отвечает: «Нет, мне Бог пошлет спасение». Плывет следующая лодка, и в ней еще больше народу. Люди ему говорят: «Пойдем, у нас тут еще немного места есть, мы потеснимся». – «Нет-нет, мне Бог пошлет». Плывет третья лодка, полностью забитая: «Давай, тут на одном борту еще есть немного места». – «Нет-нет, мне Бог пошлет». Третья лодка уплыла, вода поднялась, и человек утонул. И вот на небесах мужчина спрашивает у Бога: «Почему же ты не спас меня?» – а Всевышний отвечает: «Да я за тобой трижды лодку посылал!»

Любую незначительную помощь расценивайте как Божий дар. Помолитесь каждый самому себе – тому, кто пришел сейчас в медитации. Кто там у вас? – пес, пятно, размытое облако, дракон, ангел, куклы, танки... «Здравствуйте, товарищ танк, прострелите, пожалуйста, вот здесь дырку в стене, чтобы я прошел сквозь нее». И вы увидите, что дырка появится.

Человеку часто кажется, что он находится в безвыходной ситуации. Я вам скажу, что в энергетическом, духовном мире такого не бывает

никогда. Еще ни разу в своей жизни, за все то время, которое я работаю с людьми, я не видел случая, чтобы не было выхода из ситуации. Просто этот выход иногда бывает такой непонятный, такой нелепый и настолько не укладывающийся в логическое мышление, что тяжело им воспользоваться.

Жизненный опыт

По большому счету мы в своей жизни руководствуемся несколькими принципами. Сперва ответьте вопрос: что такое опыт? Что такое жизненный опыт, каков он и где он находится? Чаще всего ответ такой: **«мой жизненный опыт – это то, с чем я уже сталкивался прежде, он оставил только негативные моменты. И когда в жизни повторяются какие-то ситуации, перехватывает дыхание».**

Знаете, что я заметил? Внутреннее пространство нашего организма ограничено. В определенный момент эта негативная энергия забивает все, и потом ее очень тяжело оттуда убрать. Мы набираем негативный опыт в надежде потом найти в нем подсказку или возможность что-то исправить. Но, черпая негатив, можно создать только негатив. Мы меняем шило на мыло и поэтому не можем избавиться от каких-то проблем.

«У меня слово ассоциируется с тем плохим, что было. Вообще запоминается обычно только плохое».

Запоминается только плохое потому, что, когда у человека все в порядке, он считает, что так это и должно быть, не замечает это и не акцентирует внимание.

Вы видели в предыдущей медитации, что где-то внутри вас есть чистая душа, у которой нет никакого опыта. Она чиста по своей сути, а ее окружает опыт в виде человеческого тела, и негативные реакции организма – это попытка души выдать наружу то, что ей не свойственно, что к ней не имеет никакого отношения. Поэтому есть реакции. Тут-то и возникает борьба интересов.

Негативная энергия не может жить без тела. Ей всегда нужно чем-то обладать. Поэтому все войны, которые происходят, – это захват, покорение. Всегда надо что-то отвоевывать, а потом этим пользоваться.

Прошлый опыт применить в будущей жизни невозможно. **Будущая жизнь – это то, чего еще не было, а прошлое – это то, чего уже никогда не будет.** Нет двух одинаковых ситуаций, и, как бы вы ни пытались перенести прошлый опыт с учетом тех ошибок, которые были сделаны, в вашу нынешнюю или будущую жизнь, вы будете всегда получать другую ситуацию, в которой никогда не будет

сто процентного совпадения тех или иных событий. Поэтому всегда человеку приходится додумывать, а потом уже делать следующий шаг.

Знание – это опыт или нет?

Давайте разбираться, что такое знание. На мой взгляд, знание – это то, что я смог применить в своей жизни и получить результат. Я делю знание на две части. Первая – это информация, то есть то, что приводит нас к знанию. И вторая часть – это само знание, когда ты применил и получил результат. Так вот, знание – это и есть тот опыт, который мы получили. Иногда информацию принимают за знание: «Я знаю, сколько звезд на небе». Невольно встает вопрос: «Откуда?». Чаще всего ответ такой: в книжке прочитал. Это не знание, это обладание информацией, которую даже невозможно подтвердить. Я это знанием не называю, я называю это информацией. Ничего плохого в этом нет, но по большому счету есть огромное количество информации, с которой нечего делать в жизни. Я не могу ее применить для того, чтобы достичь чего-то на своей дороге.

Прошлый опыт и будущее

Мы говорили сейчас об опыте, о прошлом, даже будущее успели захватить. Вопрос о будущем: где оно и какое? Как вы его строите – по опыту или даете ему происходить спонтанно?

Часть из вас ощущают, четко видят или знают, как выглядит будущее. Это те люди, у которых нет проблем с прошлым. Вы должны понять: если вы четко знаете, видите, ощущаете, какое будущее вас ожидает, то у вас, как правило, не будет никаких проблем с прошлым. Будущее всегда переходит в прошлое. Настоящее – это точка перехода. Поэтому человек и не может жить в настоящем, его ум постоянно летает из будущего в прошлое и обратно. Наше сознание постоянно находится в движении.

Я вас не заставляю тормозить или останавливать самих себя, потому что мы не изучаем подход, в котором нужно отрешиться от мира и уйти в монахи. Нам надо научиться жить с тем, что есть, но понимать одну простую вещь. Каждый из нас – это какая-то часть замысла Божьего, его частица. То есть каждый является Богом на своем месте, в

своей жизни. Не Богом над Богом, а Богом над своей жизнью. Каждый из вас в определенный момент принимает на себя обязательства и тащит их на себе. Представьте, что вы тащите на себе мешок в надежде, что где-нибудь его свалите, наконец-то он упадет с ваших плеч, и вы легко вздохнете: «Ну вот, наконец-то донес». Я вас успокою: доносят все абсолютно, только не все до нужного места.

Закройте глаза и представьте себе какую-то одну позитивную или негативную ситуацию, которая была в вашей жизни. Например, вспомните, как вы качались на качелях – смех, радость, никаких забот. А теперь сделайте одну простую вещь: удерживая эту картинку, откройте глаза и продолжайте представлять, что вы качаетесь на качелях. Глаза открыты, вы продолжаете качаться.

Получилось ли у вас? Так вот я вам скажу, что то прошлое, которое было давным-давно, никуда не делось и не умерло. Вот оно здесь и сейчас, с вами, в настоящем. Вы его оттуда смогли перетащить сюда. Оно стоит рядом с вами немножко сбоку в виде какой-то энергии, которая всегда готова предоставить себя в ваше распоряжение. То есть тот опыт, которым вы пользуетесь, находится рядом с вами всегда, в досягаемости вашей мысли. Поэтому прошлого быть не может, все находится здесь и сейчас. И ваше будущее тоже.

Закройте глаза, представьте себя так, как вы хотите видеть. И теперь, удерживая эту картинку, откройте глаза и осознайте, что она никуда не делась. Вы себя видите с открытыми глазами таким, каким вы хотите быть.

Будущее здесь, прошлое здесь, и вы тоже здесь. У большинства из вас лицо обращено в прошлое, а движение идет как бы спиной вперед. И ничего не получается, потому что вы только и перебираете свои прошлые ошибки, пытаетесь в них разобраться.

Медитация «Между прошлым и будущим»

Сейчас представьте все те прошлые и будущие энергии. Прошлое определим как более темную энергию, будущее – как более светлую. Темная – это отработанная, а не плохая, а светлая энергия – это та, которая готова к работе.

Представьте, что вас окружают эти энергии: примерно половина светлая и половина – темная. А теперь развернитесь лицом к свету, спиной к темноте. Вы – разделительная полоса, та часть, которая преобразует будущее в прошлое. Находясь в этом месте, распределите, решите для себя, где ваше прошлое и зачем оно вам нужно. Отправьте его в прошлое. Будущее отправьте в будущее. Наблюдайте всю эту картину со стороны. А сами спуститесь посередине в настоящее, лицом к будущему. Закрепите свое направление именно в этом положении: впереди вас идет светлая чистая энергия, в процессе жизни она перерабатывается.

Сзади остается энергия прозрачная, но более темного порядка.

(Ничего страшного, это отработанная энергия. Важно то, что вас ждет здесь и сейчас, и то, что здесь и сейчас происходит. Нет прошлого и нет будущего, и вы должны понять: все, что вы делаете в данный момент, это и есть ваша жизнь. Абсолютно не важно, чем вы заняты – стоите, прислонившись к стене, либо двигаетесь по улице, либо едете в машине, сидите дома, – это и есть ваша жизнь. Если это и есть ваша жизнь, то раздражаться нет никакого повода, ни в каком случае.)

Найдите внутреннего себя, еще раз извинитесь перед ним, попросите у него прощения, простите его в свою очередь. Договоритесь о том, что с этого момента он будет вашим проводником только в лучшую сторону. Попросите его очистить от огрехов ваше прошлое, но не для того, чтобы они больше не возникали, а для того, чтобы они вам не мешали.

Отправьте его чистить прошлое, пусть идет. А вы, находясь на том же месте, лицом к будущему, поднимите внутренний взор вверх. Вы увидите луч, опускающийся вам на голову. Если не видите, попросите, чтобы вам на голову опустили луч. Подключитесь к нему, как к трубе, закрепитесь и попросите, чтобы вам по этому лучу спустили знание. Пусть оно идет постоянно, чтобы вы свое знание черпали не из прошлого, а из настоящего – там, где оно действительно есть. Настоящее, то есть сейчас, слово «настоящее»

значит неподдельное, ненадуманное, стоящее знание. Настоящее знание вливается как луч, как энергия. Потом оно начинает обрабатываться мозгом и поступает к вам в распоряжение. Смотрите, как эта светлая чистая пелена заполняет весь ваш организм знанием. Представьте, что вам никуда не надо от своей жизни убежать, что вот она сейчас, вот оно, знание, льется, вот вы наполняетесь им. И для того чтобы его получить, вам ничего не надо. Единственное, что нужно, – это перестать искать себя. Вы себя нашли.

А теперь переключитесь на другое: где-то в вашей жизни есть какая-то сокровенная мечта, где-то в глубине. Вы о чем-то мечтаете. Может быть, с самого детства, а может быть, с какого-то определенного времени у вас появилась мечта, которую вы до сих пор не воплотили. Вытащите сейчас эту мечту наружу, посмотрите, что это такое, как она выглядит. Если нашли, откройте глаза.

А теперь ответьте, увидели ли вы свою мечту, и если да, то почему вы до сих пор ее не претворили в жизнь? Ответ: потому, что вы верите в будущее. Вы верите, что в вашем будущем это обязательно произойдет. Это называется «откладывание». Это называется «отложить свою жизнь на потом». Если вы хотите отложить свою жизнь на потом, то в какой-то момент у вас наберется огромное количество несбывшихся желаний. Несбывшиеся мечты – это блокировки вашей жизни. Что такое мечта? Мечта – это то, что просит душа, что должно быть отработано в жизни. Это может быть какая-то безделушка, но эта безделушка – часть энергии, которая отсутствует в вашей жизни. Мечта – это как экзамен. Помечтали – и забыли, а подсознание не забыло. Оно говорит: ты помечтал, я тебе все приготовил. Ты не помнишь? Тогда я тебе положу на дороге кирпич, об который ты будешь постоянно спотыкаться, потом он вырастет и станет стеной, в которую ты упруешься. И наконец ты поймешь, что надо пойти и купить ту дудку, на которой ты в детстве хотел поиграть. Самое распространенное заблуждение: «У меня есть мечты, но я всегда думал, что для того, чтобы они исполнились, нужно сначала много всего проработать, сделать и чего-то достигнуть».

Я тоже думал, что для того, чтобы реализовать какую-то мечту, мне нужно первое, второе, третье – и так без конца. А потом понял: чем

ближе я к ней подходил, тем дальше ее отодвигал. Поэтому большинство тех иллюзий, которые мы строим, рассчитаны на то, что они никогда не реализуются. Человек всегда будет идти к своей мечте, но так и не дойдет, потому что после реализации этой мечты придется начинать сначала. Не все к этому готовы. Поэтому для того, чтобы долго не ходить и окольными путями не бродить...

Медитация «Исполнение мечты»

Закройте глаза и представьте, что вы эту мечту реализовали сначала в медитации. После этого у вас будет все готово для того, чтобы она реализовалась в материальном мире. Отработайте в медитации, и если увидите, что до сих пор еще есть желание физического воплощения этой мечты, тогда идите выполнять. Отработать – это значит совершить то действие, которое вы должны произвести с этой энергией, как бы нелепо это ни казалось. Если вдруг увидите, что она исчезла, как отработанная энергия, тогда уже ничего делать не надо. Отработали, похлопали в ладоши, чтобы физически стряхнуть энергию с рук. Можно открывать глаза.

Наше будущее. Нужно ли его знать?

Порой люди говорят: «Зачем мне знать будущее? Жить станет неинтересно». По моему мнению, это ошибка. Чем больше я знаю о своем будущем, тем больше интереса оно вызывает, потому что хочется заглянуть еще дальше, на десятки лет вперед. Мы все учимся быть пророками в своей жизни, видеть будущее и вовремя его менять, чтобы не попасть туда, где нам не хочется быть.

Как узнать, что именно Бог передал информацию пророку, а не сам человек ее придумал? Принято считать, что Бог вложил в уста пророков правильную информацию, которая сбудется в деталях. Если не сбудется, значит, это лжепророк. А если пророк поменяет информацию? Работая над собой, изменит свое будущее, и информация не реализуется в физическом плане, действие не произойдет. Тогда это не значит, что он лжепророк. Просто он поработал над собой и изменил свое будущее.

Эта глава даст возможность понять, что такое дорога жизни и как ее можно изменить. Мне нужно, чтобы вы не только научились предвидеть события, но получили инструменты влияния на них.

«Не я для жизни, а жизнь для меня»

Человек, стремящийся преуспеть, как правило, планирует и логически расставляет некоторые промежуточные цели. Но если логически выстроенные ходы приводят в тупик, намеченное остается невыполненным, мы теряемся. Порой удается найти выход, доверившись интуиции. Давайте научимся видеть далеко вперед и готовить для себя дорогу, чтобы по мере продвижения получать то, что запланировали на физическом уровне.

Каждый человек, занимаясь духовными практиками в течение нескольких лет, делает по жизни несколько кругов, о которых мы уже говорили. Десять лет практики дают возможность осознать себя и начать полностью планировать и регулировать свою жизнь: «не я для жизни, а жизнь для меня».

Я должен научиться управлять жизнью, взять всю ответственность на себя, а не кивать на окружение, предвидеть негативные события и обходить их стороной.

А вот теперь – парадокс. Представьте, что вы идете по жизни и видите на пути гору. Другой дороги нет. Что делать? Есть два варианта. Необходимо выяснить, а ваша ли это дорога. Второй вариант: необходимо выяснить, что эта гора делает на дороге, если она ваша. А что мы обычно делаем в такой ситуации? Мы начинаем тормозить (рис. 3). Появляется лень, вдруг ничего не хочется делать, в какой-то определенный момент вы садитесь и сидите сложа руки, интуитивно понимая: что-то должно произойти.

Но если посмотреть сверху, то можно увидеть, что за обрывом идет крутой подъем, и если вы этот обрыв не преодолеете, то не подниметесь. Но из-за горы вам ничего этого не видно. Ваше высшее «я», которое видит все, в том числе и то, что за горой, всеми способами пытается сигнализировать об этом.

Кто сказал, что это неинтересно, когда знаешь жизнь наперед? Попробуйте – еще как интересно! Смотришь: впереди волна грязи идет на тебя. Если бы я не знал, то наверняка в нее бы попал. Теперь же тебе нужно до того, как она подошла, сконцентрировать вокруг себя

массу защит, проделать в этой волне дырку, забетонировать защиту, чтобы не обдало грязью, и пройти под волной. Вышел на ту сторону, а там – поле зеленое.

Но если человек впал в депрессию и так и остался в ней, то он перегорел: «Я не знаю, что делать, выхода нет», потому что он боялся увидеть свое будущее. Он знал, что придется тяжело работать над собой и ситуацией, но решил пустить все на самотек. Ему кажется, что выхода нет и не будет, потому что он стоит перед крутым подъемом, который выглядит как стена. Уперся в него и не знает, что делать. Однако это не стена, а ступенька, просто она в сотни раз выше, чем сам человек (рис. 4). Чтобы туда забраться, надо три года работать над собой, учиться, решить, с теми ли людьми вы идете по жизни, действительно ли они ваши друзья, поддерживает ли вас ваша семья?

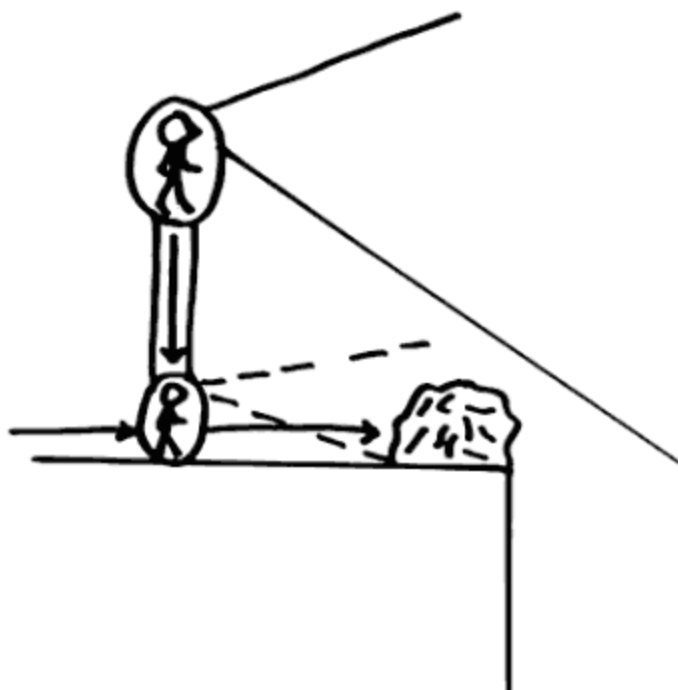


Рис. 3

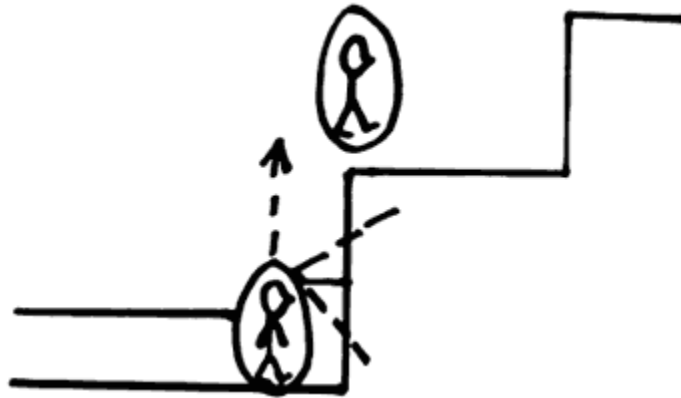


Рис. 4

А обрыв – это возможность, которую вам предоставил Всевышний, возможность осознать какие-то вещи, чтобы после этого подняться еще выше в своем развитии. Именно для этого нужны проблемы. Только они побуждают человека к поиску нового знания. При этом совсем необязательно в них входить. Иногда достаточно просто их предвидеть, чтобы успеть поменять ситуацию и тем самым избежать.

Медитация «Ваша дорога жизни»

Закройте глаза. Сядьте ровно, не перекрещивая ни руки, ни ноги. Руки положите на бедра. Представьте себе дорогу и попытайтесь описать для себя, как она выглядит. Посмотрите немного вперед на какое-то расстояние, не важно на какое. Просто посмотрите вперед с того места, где находитесь, и попытайтесь описать то состояние, ту картинку, которая всплывает в голове. Кому мешают мысли – избавьтесь от них, иначе ничего не получится. Концентрация должна быть настолько серьезной и мощной, что вам все равно, пусть хоть мир перевернется, ураган пройдет, стихийное бедствие, громы будут грохотать – ничто не нарушит медитацию.

Вернулись обратно, открыли глаза.

Картина, которую вы сейчас видели, – это то, что вам дали по жизни, или то, куда вы попали вместе с течением жизни, в силу

обстоятельств, в результате наставлений родителей, мужа, жены, советчиков... Каждый из нас находится на каком-то определенном пути и считает, что этот путь он должен пройти. А если мы смотрим вперед и видим, что когда-то негативная часть жизни должна закончиться и начаться хорошая, – в этом случае что мы делаем? Просто ждем и, таким образом, плывем по течению. Хорошо, если в верном направлении, где нас ожидает только хорошее. А если нет?

В момент медитации мы находимся в медитативном пространстве, у которого нет физических законов. Там они не действуют.

Закройте глаза, представьте асфальтированную дорогу, подвигайте ее – вы увидите, что она двигается. Попробуйте ее расширить, почистить – она почистится и расширится. Попробуйте перекрасить ее в другой цвет – она перекрасится. И если на дороге есть яма, то не обязательно в нее спускаться и подниматься, не обязательно падать, чтобы потом подняться.

Все, что нужно сделать, – это построить мост через эту яму. И все.

Я был внизу, прошел через это и понял, что ничего хорошего там нет, и оказаться там снова не хочу. Мне нужна энергия, чтобы построить мост и перейти по нему к новому состоянию. Мне нужно нормальное развитие моего сознания, чтобы я видел только хорошее. Дорога моя золотая, или платиновая, или алмазами украшенная. Она дает мне ощущение, что она моя, что я ее себе создал. Это дорога, которая меня устраивает, она мне нравится. Вообще я люблю, чтобы меня все устраивало в жизни.

Однако не всегда удастся избежать плохое, поэтому, даже если придется через него пройти, постарайтесь осветить свою дорогу, чтобы к вам это плохое не пристало. Для этого должна быть связь с высшим «я», которое вас видит. Через него вы можете посмотреть на свою дорогу сверху, связаться с Высшими инстанциями, которые отвечают за дорогу, за движение, за освещение, за защиту и т. д. У каждого на тонком плане есть своя профессия и должность, каждая

энергия отвечает только за одно действие. И я могу договориться с ней, запустить ее, чтобы построить мост или тоннель.

Медитация «Изменение дороги»

Сейчас я вас научу технике смены пути. Этого умения вам хватит на всю жизнь. В любом случае, в любой ситуации (если возникла проблема, и вы видите, что ничего не получается) – сели в медитацию, исправили путь и пошли в верном направлении. Это и называется «управлять энергией». Если вы умеете управлять своим счастьем, если вы умеете управлять своей радостью, если вы умеете управлять своим успехом и идти туда, куда вам надо и когда вам надо, то фактически вы научились управлять своей жизнью.

Закройте глаза, представьте снова свою дорогу. Вопрос, который надо задать: «А моя ли это дорога?» Ответ прочитайте на самой дороге – там будет написано. Если дорога ваша, ничего делать не надо. Если она ваша, но вам не нравится, как она выглядит, можете почистить ее слегка – разгрести завалы, убрать камни, залатать ямы или еще что-нибудь. Если дорога не ваша, то определите, чья же она: мамы, папы, мужа, жены, детей, родственников, знакомых, дядей, тетей, дорога работы и т. д.

Потом найдите свою дорогу, попросите ее вам показать. Если у вас нет никаких проблем со здоровьем, в жизни все устраивает, значит, скорее всего, это ваша дорога. Если у вас есть проблемы со здоровьем, значит, дорога не ваша либо вы на ней остановились. Проанализируйте ситуацию, в которой вы находитесь, и ответьте на все вопросы для себя. Учитесь задавать вопросы и получать ответы на них.

Если у вас дорога идет вниз, потом обрыв и после него крутой подъем, и вам это не нравится, то постройте тот мост, о котором я говорил. Потренируйтесь выстраивать мост.

После того, как закончите, возвращайтесь обратно.

Открывайте глаза.

Роль сомнения

Чем выше вы продвигаетесь в своем духовном развитии, тем больше сомнений у вас будет.

Жил духовный учитель по имени Ма Цзы. Его спросили: «Учитель, как вы верите?» Он сказал: «Вот у вас нет никаких проблем, у вас нет никаких сомнений. Один я в проблемах и сомнениях с утра до вечера. Мне, чтобы дать вам один ответ на один вопрос, за несколько секунд надо пролететь несколько измерений, проверить миллион вариантов и выбрать из них один-единственный. И при этом не усомниться в нем до такой степени, чтобы сказать: а тот ли это вариант?»

Мне иногда люди звонят по телефону и говорят: «Можно поговорить с Сергеем? Мы только один вопрос зададим: может он это или нет?» И вот мне, чтобы ответить на этот вопрос, иной раз нужно несколько дней проверять, смогу я или нет. Надо заглянуть в будущее этого человека, посмотреть, происходит ли там то, что я вижу, вернуться обратно, понять, как я это сделаю, продумать шаги и т. д.

Поэтому **сомнения – это хороший инструмент, если знать, как им пользоваться**. Но в большинстве случаев сомнение вас останавливает, когда оно является хозяином, а не вы. Если по своим результатам вы видите, что все в порядке, то уничтожайте сомнения.

Я сегодня дошел до той ступени, когда перестал сомневаться в том, что все делаю правильно. Но для этого я делаю диагностику, выверяю от начала и до конца дорогу и результат, а потом уже выполняю. Только в таком случае не сомневаюсь в действиях и результате. Иногда я не вижу результата, но точно знаю, что это правильно, потому что результат просто запаздывает.

Посмотрите, с какой позиции сомнения к вам приходят. Если говорят: «Да ну, ничего не получится, брось этим заниматься, давай лучше посидим, отдохнем», – откажитесь от них. А если сомнение остерегает: «Стоп, куда ты пошел? А ну стоять, тормозни. Там обрыв...» – то нужно прислушаться.

В медитации вы представляете две энергии. Ваша задача – определить, какая из них настоящая. Обратитесь к каждой из них: «Если ты иллюзия, исчезни». Иллюзия исчезнет или рассыплется на куски и превратится в пыль.

Здесь часто появляется вопрос: как отличить в медитации, видите вы ответ или он вам просто «кажется»? «Кажется» и «вижу» – это одно и то же, потому что показаться может только то, что есть. Вам не может показаться то, чего нет. Если вам вдруг что-то показалось, то можно добавить сюда слово «вижу» и визуализировать, развернуть все до мельчайших подробностей, как карту мира.

В тот момент, когда вам что-то кажется, не надо молиться, надо просто поднять глаза, сконцентрироваться и попытаться понять, что вам хотят сказать. Попытаться услышать. «Услышать» – это значит, что в это время в голове могут побежать какие-то мысли, в большинстве случаев не привязанные к реальности. Но если постараться разобраться, то можно увидеть соответствия. Не бойтесь этого, ясновидение начинается с доверия.

Сначала всегда идет энергетический мусор, но тем, кто любит исследовать, это не помеха. Я люблю экспериментировать с энергией, когда вижу что-то, мне хочется все выяснить и понять. Всегда есть две вещи: первая – это то, что где-то читал, слышал, видел, а вторая – это то, что пропустил через осознание, сделал действие и получил результат. То есть перевел информацию, полученную от других, в знание, сформированное и отработанное мной.

Очень важно научиться отличать иллюзию от реальности. Если я задал вопрос и ответа не получил, то в большинстве случаев это свидетельствует об иллюзии. Иногда ответ приходит через какое-то время, но тогда вы точно знаете, что он придет, только позже. Если я задал вопрос и получил ответ (неважно как – в виде слов, в виде энергии напрямую в голову или другим путем), значит – это реальность. Поэтому я люблю задавать вопросы и хочу вас научить задавать правильные вопросы и всегда получать на них ответы. Хочу упростить вашу жизнь настолько, чтобы вы перестали искать ответы, чтобы ответы приходили сразу и чтобы вы верили тем ответам, которые приходят, – просто верили. «Можно мне туда идти?» – «Нет». И не ходите. Не ходите и не пытайтесь узнать, почему «нет». Я много раз на себе проверял, как работает этот метод.

Если написано «туда нельзя» или стоит энергетический блок – прислушайтесь. Не ходите, потому что не пройдете. А если пройдете,

то через два метра остановят и потребуют. Все равно придет время, когда надо будет разбираться в ошибках прошлого и исправлять их. Уж лучше не делать, чем потом исправлять.

Материальный достаток и духовный путь

Зачастую люди не могут позволить себе жить хорошо. В этом кроется причина множества житейских проблем.

Я долго метался, сомневался, обдумывая: а что скажут другие, что подумают, не осудят ли меня? – пока в один прекрасный момент не увидел на улице человека в дорогом «мерседесе». Я его не осудил, а подумал: «Вот он себе разрешил. А я почему-то комплекую: как же я могу себе позволить такую машину?!»

Скоропалительное решение, что уже сегодня вы будете себе все позволять, может оставить вас без денег.

Позволить себе означает наметить определенный путь развития и сконцентрироваться на том, что вы хотите прийти к достижению намеченной цели. Попробуйте пожить в радости с тем, что дано, и поймете, что у вас уже давным-давно все есть. Я не говорю о материальных вещах – дом, деньги, машины. Я говорю о том, что внутри уже все есть. Как только я себя нашел, осознал, что вот из этого понимания – «у меня все есть» – и буду дальше жить. А потом постепенно появляются деньги, дома, машины, единомышленники, люди, весь мир.

Почему?

Потому что я уже пришел к себе, избавил себя от всех проблем, вычистил себя от всех наслоений и сказал: «Так вот же Я, и у меня уже все есть».

На самом деле я считаю, что деньги – это главное. С другой стороны, деньги – это не столь важно. Если есть кто-то, кто может дать мне то, что я ищу, ответить на какой-либо вопрос, передать мне знание, то никаких денег не жалко. Вдруг возникает желание приобрести какую-то вещь, не просто безделушку на удовлетворение эго, а поистине стоящую, например книгу – настоящую, источник знаний, а не интерпретацию того, что написано другими. Тогда я оплачиваю знание, которое хотел получить, а не книгу, которая будет стоять на полке и пылиться. Просто я оплачу его по другому каналу, через книгу. Теперь это моя вещь, она будет служить мне вечно, даже если я ее

вообще не открывал и больше никогда не открою. Действие произошло – энергия передана, значит, знания уже в голове. В нужный момент они откроются и дадут возможность правильно среагировать в той или иной ситуации.

Что значит «моя вещь»? Каждая вещь в этом мире обладает некой энергией, и ее прототип параллельно находится в другом измерении в энергетическом виде. Раз у вещи есть энергия, значит, она либо продвигает меня, либо тормозит. Посмотрите внимательно вокруг, и вы увидите, что ваша жизнь забита чужими вещами. Окиньте взглядом свой дом: где ваше, а где чужое? Я гарантирую, что вы найдете много вещей, которые никогда больше не будете использовать.

А это – негативная энергия в жизни. Эти ненужные вещи несут в себе ту энергию, которая когда-то у вас была, ту энергию, которую вы давным-давно отработали и через которую перешагнули. Вытащите все, пересмотрите, выкиньте хлам. Не бойтесь, что не хватит денег купить новое. Как только вы избавитесь от старого, сразу все появится. Вы ощутите, что стало легко дышать, как будто груз упал с плеч.

Медитация «Ваше место в жизни»

Закройте глаза и попытайтесь ощутить, любите ли вы получать. Представьте себе, что на вас обрушивается все, что вы хотите. Будьте честны. Запомните все, что на вас обрушилось. Возвращайтесь в комнату!

Не возникает ли у вас чувства стыда, когда материальный мир становится полным «без труда»? Когда вы получаете и получаете без меры? Пойдем дальше.

Представьте, что на вас сыплются деньги.

Не возникает ли чувство, что это не ваше, что вам этого не надо, не появляются ли мысли вроде: «Нет-нет, это не мое, это не мне. Сверху ошиблись». Или «Вы что, я такой бескорыстный, альтруист, готов работать бесплатно»? Всю жизнь пахать бесплатно, а потом

приходить домой и изматывать своих ближних разговорами о том, что вам не подняли зарплату.

Посмотрите на себя со стороны в этот момент и спросите: не тормозите ли вы денежный поток своими же руками, отодвигая его на потом?

Теперь найдите свою совесть, отнесите ее на поле дураков и закопайте там в землю. Потом возьмите Буратино за ноги и воткните головой в это место, чтобы было видно, где закопано, если вдруг захотите раскопать.

Ассоциативный метод работает прекрасно. Кто не хочет раскапывать, может утопить этого Буратино.

Если сможете утопить Буратино, значит, ваша совесть закопана навсегда.

Теперь представьте людей, осуждающих вас, кричащих: «Бессовестный, как ты можешь!» А вы стоите, гордый, и говорите: «Да, я могу. Это моя жизнь, и я здесь решаю, что могу, а что нет».

Представьте, что все эти люди-доброжелатели исчезают, темнота растворяется, появляется свет. Появляется большая-большая театральная площадь, на которой стоит огромное количество людей. Представьте себя среди этой толпы.

Увидьте, что где-то впереди есть круглая арена на возвышении, а на арене стоит золотое кресло с мягкой красной обивкой. Толпа смотрит на кресло с ожиданием и вопросом: кто же будет удостоен того, чтобы сесть в него?

Представьте себе, как взоры людей разворачиваются по направлению к вам. Все они вдруг с изумлением начинают смотреть на вас, а вы озираетесь по сторонам и говорите: «Нет-нет, это не я, это не мое». А потом вдруг вы понимаете, что это именно ваше. Представьте себе, как народ, окружающий вас, начинает аплодировать, расступаясь и давая вам дорогу. Вы идете по красной дорожке наверх к этому креслу.

Анализируйте свое состояние. Что с вами происходит? В тот момент, когда вы двигаетесь, анализируйте, меняйте это состояние, чтобы у вас не было никакого смущения и стеснения, чтобы никакая совесть вас не грызла.

Идите спокойно, широкой поступью, четко зная, что это именно то ваше место, о котором вы всю жизнь мечтали. Каждый из нас

хочет сидеть в этом кресле под аплодисменты, крики толпы «браво!». Двигайтесь к этому креслу, занимайте его.

Представляйте, как все люди только и ждут того момента, когда вы произнесете хоть одно слово. Поблагодарите их за поддержку. Посмотрите на их реакцию, как они аплодируют, радуются за вас. Все люди превращаются в ангелов, летают вокруг вас, обволакивая вас энергией. Научитесь принимать эту радость окружающих вас энергий.

Откуда-то сверху появляется луч, направленный на вас. Сам Всевышний отреагировал на ваше решение занять то место, на котором вы должны были быть давным-давно. Представьте себе, как этот луч приближается к вам, как он начинает окружать вас, окутывая полностью со всех сторон. По этому лучу спускаются полномочия, которыми вас наделяют, знание, которого вы достойны.

Представьте, как по этому лучу спускается успех, которого вы так долго ждете, – пришло время. Спускается радость, которая временами вас посещала. По этому лучу спускается ощущение, что вы не одни, что всегда есть тот, к кому можно обратиться.

Всегда есть тот, кто сможет вам помочь в любую минуту, окружая вас светом и теплом. Ощутите улыбку, струящуюся сверху по направлению к вам. От души возрадуйтесь тому, что происходит. Наконец-то каждый из вас достиг того, чего хотел в своей жизни. Без условий. Без сомнений. Без размышлений. Без других определенных ультиматумов и разных противоречий.

Обрадуйтесь тому, что есть. Ощутите этот свет.

А теперь постепенно ощутите себя в своем доме, а вся ситуация происходит в реальности. Когда будете готовы, откройте глаза.

Строение подсознания

Давайте поговорим о том, как подсознание устроено. Выявим набор технических параметров, с которыми можно работать.

Не хочу превращать эту книгу в набор сухих техник, в которых придется разбираться лет десять. Чтобы нам с вами разговаривать на моем языке, я вас должен как бы приподнять на свой уровень понимания, где то, о чем говорю, будет достаточно материально, чтобы мы могли пощупать эту энергию, понять, что можно с ней делать, а что нельзя.

Подсознание – это мир, в котором все живет собственной жизнью, и скоро вы в этом убедитесь. Настолько четко, явно и глубоко, что у вас не останется сомнений. Просто раньше вы этого не знали, потому что вам не рассказали, не показали, не объяснили, как это работает. Никто никогда не говорил, что **внутри каждого человека есть энергия, с которой нужно взаимодействовать, чтобы полностью контролировать свою жизнь, а не жить бессознательно с иллюзией осознанности.**

Где же «живет» подсознание? Где «живут» ментальные проекции, формы, энергии в конце концов, которые запускают те или иные процессы, вызывающие реакции в моем организме? Сам того не подозревая, человек может вывести себя на агрессию, тревогу, страх, обиду, ненависть, другой какой-то эмоциональный порыв.

Откуда берутся эти эмоции? Какие энергетические центры работают в этот момент? Почему именно они? Как я, будучи добрейшим человеком, пришедшим из райского сада, такой весь сияющий, светлый, осветленный, вдруг начинаю испытывать негатив? Неужели все, чего мы смогли достичь, – это набор каких-то ограниченных по своим параметрам эмоций, которые каждый раз приходится брать в руки или копить в себе. Одна проблема заканчивается, вторая начинается, вторая проблема заканчивается, третья начинается.

Оказывается, есть возможность существенно уменьшить количество решаемых задач. Я не говорю искоренить, потому что искоренить не получится: проблемы, как мы с вами говорили, – это также и двигатель в нашей жизни. Проблем не будет, никто ничем не будет заниматься.

Наш организм – это как небоскреб со своими жителями, в котором есть этажи, лестничные площадки, трубопроводы всевозможные (кровеносные сосуды). Движение мусора в организме, питательных веществ, кислорода, углекислого газа, приход энергии, выход энергии, приход еды, выход еды, приход воздуха, выдох воздуха. Вдохнули – получили, выдохнули – отдали. Сразу появляется вопрос, кого вы знаете в этом небоскребе? Мы помним еще со школы, что в нашем организме несколько триллионов клеток. Можете ли абсолютно точно сказать, чем заняты эти клетки-жители в своих квартирах? Нет.

Как-то пришла ко мне на прием семья. У дочки болел живот, и врачи назначили операцию. Я посмотрел на девочку, а у нее вся нижняя часть, вторая чакра, затемнена. Перекос в позвоночнике, спазмирующий в переднюю стенку живота. Мы почистили энергию, все убрали. Пришла девочка через некоторое время еще раз на процедуру – больше ее ничего не беспокоило.

Зачем хотели операцию делать? Что сделали бы во время операции? Открыли, посмотрели – ничего не увидели, закрыли обратно. Галочку поставили. Деньги списали. А девочка удивляется: «Очень интересно! Как это так – вы меня пальцем не тронули, руками поводили – и за неделю все прошло». А почему же врачи ничего два года не могли найти? Потому что не видят!

Обработка информации

Обработка информации происходит в зависимости от того, через какой уровень она проходит.

Итак, в нашем теле-небоскребе семь подуровней, каждый из которых находится глубже предыдущего. Как матрешка. Но матрешка не обычная. Каждый уровень содержит в себе все предыдущие. То есть все взаимосвязано, энергия ходит кругами. Между уровнями идет сообщение, постоянный поток информации.

Первый уровень. Земля, устойчивость, ноги

Я говорил, что обработка информации зависит от того, через какой уровень она проходит. Сейчас мы с вами пойдем работать с первым уровнем. Все, что связано с ногами, с землей, с устойчивостью и движением, выносливостью.

Мы знаем о себе ничтожно мало, ведь по сути человек – это набор абсолютно понимающих истин и все. Наше тело – это полученный в наследство супермеханизм, которым мы пользуемся как можем. Кто-то гвозди забивает, а кто-то свой интеллектуальный процесс разгоняет до невероятных скоростей.

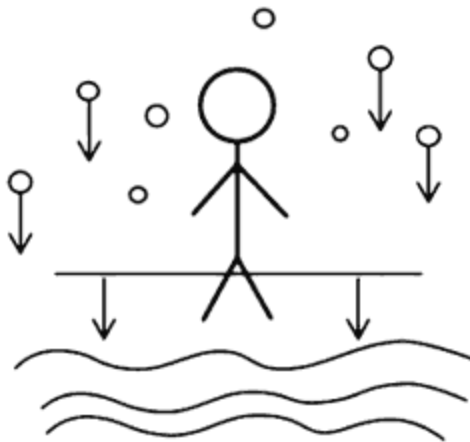


Рис. 5

Ноги, устойчивость, движение, выносливость, весь груз жизни – все, что мы с вами несем на плечах, на спине, в животе, на сердце, на голове, на ушах, на глазах, в руках и так далее. Весь груз мыслей, эмоций, ситуаций, постепенно проходя через верхние слои, попадает в ноги. Поэтому потихоньку в течение жизни ноги страдают одними из первых. Вены, воспаления, отеки, переломы. Если у кого-то сломались ноги – это говорит только о том, что навалили на себя неподъемный груз, ноги не выдержали и хрустнули.

Весь груз жизни опадает в ноги, постепенно трамбуется, трамбуется и поднимается, поднимается. Всевозможные ситуации, проблемы, дырки. Часть этих ситуаций отработана, мы с проблемой справились. Но она не исчезает бесследно, не испаряется, а потихонечку спускается в ноги и там оседает.

Проблемы из прошлого. Блокировки

Как-то я стоял на улице и разминал руками спину. И вспомнил свою зарядку в школе, когда мы махали руками и у нас все было хорошо, ничего не болело. А теперь мышца одна тянет, другая тянет, там где-то перекос? тут где-то скрутило, там где-то шея болит, поясницу потягивает, тут ноги не держат, как-то они по-другому совсем реагируют. Это отражение проблем на физическом теле. Что-то такое произошло в прошлом, чего ты тогда не понял. Это привело к разрастанию проблемы, и сегодня тебе уже придется раскручивать огромный клубок, который был бы намного меньше, если б заметил раньше.

Если знать вчера, двадцать, тридцать лет назад, что этот набор энергетического хлама может копиться, я бы на большинство ситуаций вообще не реагировал. Я просто тогда не знал, что лет через двадцать они превратятся в проблемы, которые мне придется решать. Однако спустя столько лет это уже гораздо тяжелее сделать, чем не допустить развития той ситуации, которая вдруг может произойти.

Стрессы и эмоциональные всплески

Самое главное правило, которое вы должны запомнить – нельзя сдерживать себя искусственно: хотели взорваться, отреагировать, но сдержались – ах какие хорошие! А сами напряглись, все мышцы подготовились к прыжку, подготовились к атаке! Можно сохранять внешнее спокойствие, а внутри накат идет.

Мне рассказывали интересный случай. Мама (довольно мощный медиум) и дочка спорили в магазине на тему какого-то платья. Спорили-спорили, и вдруг – витрина лопнула! От их перенапряжения энергетический кокон стал таких размеров, что раздавил пространство, вот стекло не выдержало, вылетело из витрины.

Энергетический удар намного сильнее обычного, потому что он создает много проблем, деформирует ауру. Как свою, так и чужую. Поэтому, прежде чем поднимать в себе такого рода эмоции, задумайтесь, во что это может вылиться. Не сегодня. Смотрите сразу на 5 лет вперед. Не будете ли вы через какое-то время сожалеть о действии, которое совершаете сейчас? Иногда в порыве страсти, эмоций люди желают кому-то что-то. Зачем? Да, тот человек не прав. Ну и что? Это же он не прав. Хочешь вместе с ним неправым быть? Ты хочешь научить его чему-то? Зачем? Он что, тебя просил научить? Со временем он либо признает, что ошибался, либо нет.

Всегда помните, что все это происходит внутри вашей энергетики, а не где-то там. Проблема, как энергия, не материальна, не подвластна времени. Создав какое-то действие сейчас, не сможете отменить его потом. Потому что даже если мы удалим эту энергию, то останутся мышечная память, долговременная память, шаблоны. Возникает логичный вопрос: и что же мне теперь – вспоминать все, что я за всю жизнь успел сказать кому-то?!

Представьте себе стакан воды. В него бросили щепотку грязи и размешали.

Что такое агрессия? Что такое эмоциональный всплеск? Что такое негативная ситуация, которая выводит человека из себя? Это когда покачали стакан и грязь, которая осела на дно, поднялась наверх. Вода стала мутная, грязная, ее нельзя пить, ею нельзя умыться.

А человек барахтается в этом стакане-состоянии, крутится, машет руками, суетится, бегают, постоянно перемешивая эту баламуть. Это называется «желанием решить проблему во что бы то ни стало». Вся грязь поднимается снизу вверх. Все вокруг вдруг становятся плохими, все не вовремя, все мешает. Жизнь закончилась. Одни проблемы.

Как быть? Первым делом сесть спокойно и просто ничего не делать. Закрывать глаза и просто сидеть ждать, когда эта энергия наиграется, усядется, уляжется где-то там. И постепенно выйти из этого состояния.

Театр нашей жизни

У каждого человека есть множество масок. С одними людьми вы ведете себя так, с другим – этак, с третьим – вообще иначе, но не осознаете этот процесс смены масок. Возникает вопрос: а какой «Я» настоящий? **«Я» настоящий – нейтральный**, у настоящего «Я» нет ни плюса, ни минуса, никаких эмоций, ничего. Это тот прототип, на который потом накладываются разные образы. Один из них, например, улыбается, второй хмурится, третий злится, и т. д. У каждого положительного или отрицательного проявления есть свой образ. И мы в течение жизни по очереди надеваем на себя то один, то другой. Мы меняем свои маски постоянно.

Для того чтобы избавиться от нежелательных проявлений, есть очень простая техника. Все, что нужно сделать, – просто разделить свои маски на две половины и сказать: эта часть жизни меня не интересует, а вот эта часть жизни, где я довольный, радостный и с хорошим настроением, меня устраивает.

Это так называемый театр жизни, в который мы играем. И мы сейчас попытаемся осознать процесс приближения этих образов до момента их овладения нашим организмом. Этот процесс происходит не сразу. Когда нам говорят что-то обидное, мы же не сразу обижаемся. Проходит какое-то время – несколько секунд или минут, – пока этот образ начинает на нас натягиваться. Человек сам его тянет, и, как только натянул, начинаются сопли, слезы, эмоции. Это относится к манипуляциям чужим сознанием. Человек сидит и думает: «Давайте успокаивайте меня, а я еще немножко пореву и вытяну из вас то количество энергии, которое мне нужно».

Могу рассказать про себя. Плакать я перестал в четыре года, когда меня оставили дома одного. Я заревел и, проходя мимо зеркала, увидел свое перекошенное лицо и понял: «Секунду, это же не я. Дома никого нет, манипулировать некем, меня никто не видит». Я тут же изменился в лице и, довольный, побежал играть.

Я не говорю вам, что нужно за один раз избавиться от всех негативных проявлений. Но каждый из вас может ощутить тот момент, когда вдруг начинается какая-то волна – например, обида. Я понимаю, что хочется побыть немножко в этом состоянии, пожалеть себя, потому

что пожалеть некому. Но поймите, что те два-три часа, два-три дня, которые вы будете находиться в этом состоянии, вы вычеркнете из своей жизни. Многие из вас вычеркнули не один год, а может быть, и не один десяток лет. Просто выбросили в помойку часть жизни, потому что вместо того, чтобы заниматься собой, занимались всеми вокруг, а потом обижались на мир, что он не ответил взаимностью.

Поэтому, как только вы почувствовали, что приближается какая-то волна, остановитесь на секунду и попытайтесь найти тот образ, который сейчас наденется. Так как в вас есть многообразие этих форм, вы можете поймать себя самого в нужном образе и просто-напросто сломать этот образ, стереть, уничтожить, избавиться от него.

Здесь возникает только одна проблема. Этот образ начинает говорить: «Подожди, ведь я – это ты. Как же ты можешь избавиться от себя самого?» И вам придется от себя избавляться, от себя негативного, создающего вам же проблемы. Я себя расстреливал, убивал, сжигал – что только не делал. А в голове свербит: «Себя же убил, а вдруг это я – настоящий?» Как только дадите слабину – сразу поймете, что вас опять обманули. И надо начинать сначала. Поэтому себя жалеть нельзя. Себя настоящего, забитого в темный угол подсознания, еще найти надо.

Медитация «Наши маски»

Представьте перед собой белую стену. Простую белую бетонную стену. Около этой стены напротив вас стоите вы сами, но в печальном образе. Представьте себя печального, прислонившегося спиной к этой стене и смотрящего на вас. Теперь осознайте, что вы, настоящий, стоите напротив и смотрите на себя, печального, возле стены. Теперь возьмите винтовку, прицельтесь и застрелите себя. Хватит ли у вас духа застрелить себя печального?

Посмотрите, как он падает. Потом подойдите и проверьте, жив он или нет. Теперь представьте себе, что рядом с первым появляется следующий ваш образ, который кричит: «У меня ничего не получается, я ничего не умею, я полный неудачник!» Возьмите пулемет и расстреляйте его. Пусть этот эмоциональный образ разлетится на кусочки и перестанет портить вам жизнь.

Затем все негативные образы, которые у вас есть, ставьте напротив себя у стены и рубите их топором, жгите лазером, расстреливайте из автомата и складывайте в кучу, пусть они лежат там. Патронов не жалейте, особенно на обидчивого. Все пессимистичные образы уничтожайте. Оптимистов не трогайте. Найдите мстительного – того, кто хочет отомстить.

Еще найдите того, кто желает зла ближнему своему. Найдите того, кто из своих детей сделал рабов. Найдите того, кто может подняться по этим трупам и решить, что он уже на вершине лестницы. Его тоже застрелите прямо там, на вершине. Это ваше эго поднялось. Если вы не можете что-то сделать, то найдите того, который не может, и тоже его застрелите. Если вы стреляете, а он все равно встает, значит, у вас не получается. Найдите того, у которого не получается, и сначала застрелите его, а потом всех остальных, потому что нет такого понятия «не получается» и не может быть.

Найдите того, кто занят не своим делом. Почему он постоянно уводит вас от жизни? Покончите с ним. При этом настроение у вас должно быть абсолютно нейтральным, вы не должны ни радоваться, ни грустить по этому поводу. Просто кромсайте все негативные образы. У вас есть еще несколько образов, которые вечно чего-то боятся, так что расстреляйте и свой страх тоже. Страх за все – за себя, за детей, за родственников, за заработок, за успех, за неуспех, за завтрашний день, за войну, за страну, за всех. Расстреляйте все страхи.

Теперь представьте, как светлая чистая энергия опускается сверху и окутывает вас со всех сторон, даря ощущение чистоты, наполненности, внутренней радости и покоя. Ощутите легкость, как будто вы скинули с себя многотонную плиту, как будто избавились от чего-то, что постоянно заставляло вас заниматься непонятно чем. Дайте этой светлой комнате превратиться в ту комнату, в которой вы сейчас сидите, и постепенно проявитесь в своем теле.

В конце медитации целую кучу своих масок облейте бензином и подожгите. Пусть горит, пока все не сгорит дотла. Даже золы не должно остаться, только белая стена и пустая площадка. Все должно испариться.

Как только испарилось, возвращайтесь в тело. Открывайте глаза. Ощутите легкость.

Вот мы и избавились еще от одного слоя, в который закутаны. Видели, сколько негатива в вас было?

Задание на неделю: каждый день выискивать во всех углах свои негативные стороны и уничтожать их беспощадно. Даже если это создание смотрит на вас жалобным взглядом и говорит: «Не убивай меня, я тебе еще пригожусь...» – не жалейте его, потому что оно жалостное только до поры до времени, пока не завладело вашим телом. Это создание жалобное только тогда, когда ощущает нехватку энергии. Постепенно, делая эту медитацию, вы почувствуете настоящий вкус жизни. Она немного brutальная, но жизнь-то ведь тоже не сахар. И надо когда-то выбирать: или мы жизнь построим, или она нас уничтожит.

Вот такая медитация на избавление себя от себя. Она очень хорошо помогает, когда кто-то изнутри постоянно пытается вас зацепить, спровоцировать на какое-то действие, которое вам в жизни не нужно. Если вы заметили, что внутри поднимается какой-то гнев, тут же доставайте того себя, который гневается, и избавляйтесь от него, чтобы он вам в жизни не мешал.

Самое главное, в конце поймите одну простую вещь: сколько бы вы ни избавлялись, вы-то живы. Тревогу – «а что же останется, если я от всех избавлюсь» – тоже уничтожьте. Останется настоящее. Сердцевина, которая делает нашу жизнь прекрасной.

Два образа себя

Есть еще одна интересная техника, которую я часто использую. Ставлю перед собой два образа: себя настоящего и того, каким бы хотел себя видеть. После этого начинаю настраивать их до тех пор, пока образы не совпадут. Первое, что вы говорите: «Покажите, пожалуйста, меня того, который есть на самом деле». Вам покажут картинку. «А теперь покажите, каким я должен быть на самом деле. Как я должен выглядеть в идеальном варианте?» Вы видите вторую картинку. Чаще всего несоответствие между первой и второй картинками полное. Что в таком случае делать? Вы-то находитесь где-то со стороны и рассматриваете оба эти варианта. Значит, вы можете заставить первый образ выровняться и соединиться со вторым. Как только две картинки, как в бинокле, соединились, резкость настроилась – значит, вы себя уже поменяли. Значит, вибрации того, что есть, и того, что должно быть, совпали, и вы увидели себя в том варианте, в котором должны находиться.

Медитация «Два образа себя»

Закройте глаза. Представьте себя таким, какой вы есть сейчас на самом деле. Нарисуйте этот образ – как вы выглядите на самом деле, а не как вы хотели бы выглядеть. Не рисуйте себе иллюзию, не обманывайте себя, все равно это ваше медитативное пространство, и вас в нем никто не видит. То, что вы увидите в этот момент, – это и есть на самом деле. Увидите собачью морду – значит, это вы и есть. Не льстите себе, не надо говорить: «Нет-нет, это не я». Это именно вы. Я вас научу не врать себе. Рассмотрите себя подробнее со всех сторон. Отметьте детали, которые вас не устраивают.

Теперь отодвиньте этот образ немного в сторону, не упуская его из виду, и рядом с ним нарисуйте, вернее, закажите то, что должно быть на самом деле. То, как вы должны выглядеть. Скажите: «Покажите мне меня таким, каким я должен выглядеть на самом деле». Затем посмотрите, соответствуют ли эти два образа друг

другу. Если они соответствуют друг другу и легко совмещаются, значит, делать ничего не нужно, можете открыть глаза. Только не обманывайте себя. Если образы не совпадают, начинайте переделывать худший образ так, чтобы он совместился и слился со вторым, лучшим. Как только образы совместились, можете открыть глаза.

Управление энергией

Энергия не имеет ни цвета, ни формы, она бывает либо в движении, то есть в динамике, либо в статике. Третье состояние, может быть, и есть, но нам оно пока не открылось. Если я знаю, что меня окружает энергия, но не вижу ее, это не значит, что энергии нет, просто она находится в статическом состоянии. Привести ее в движение можно, сконцентрировавшись настолько, чтобы силой мысли это движение запустить и преобразовать энергию в то, что нужно мне, таким образом поменяв вокруг себя ситуацию не только на энергетическом, но и на физическом уровне.

Ассоциации – это один из инструментов, которыми вы можете пользоваться. Не переживайте, вас там, наверху, поймут. Это первоначальный этап. На следующих вы достигнете состояния, когда воображение будет включаться спонтанно, и вы начнете видеть то, что, казалось бы, не можете увидеть, то, что не укладывается ни в рамки вашей логики, ни в рамки того знания, которое у вас есть. Это будут потоки, перемещения энергии, лица или структуры, которые никогда ранее не видели и не знали. На этом уровне ваш мозг станет открытым для восприятия вибрации и переводов их в образы.

Один парень мне кричал на протяжении целого года: «Я ничего не вижу, черный экран». Я говорю: «Очень хорошо. Вот черный экран – это и есть то, что ты видишь». Когда он понял, что увиденное им – это уже реальность, потому что он смог это озвучить, у него вдруг побежали белые пятна по экрану, потом – цветные. А потом экран разогрелся и включили картинку.

Когда человек только начинает свой духовный путь, он, как правило, видит все или темным, или белым. Потом начинают появляться цвета, после цвета исчезают и появляются образы (слуховые или зрительные) и ощущения. Потом это все тоже исчезает, и в один прекрасный момент появляются тонкие темно-серые линии и движения. На самом деле темно-серые цвета – это цвета очень тонких материй и энергетических слоев.

Когда человек начинает улавливать настолько тонкие движения энергии, то, как правило, в этот момент большинство людей, движущиеся к духовным высотам, возвращаются. Почему? Потому что в тонких мирах надо очень внимательно относиться к каждому своему действию, движению, а это очень сложно. Возникает путаница.

Человек теряет направление. Приходит хаос, непонимание. Это самый сложный период в духовном развитии. Поэтому большинство возвращаются к цветам, образам, туда, где все ясно и понятно. Но если человек выдерживает этот этап, а он может длиться годами, и никто не знает, когда он закончится, то следующим этапом будет яснознание. Визуализация как таковая пропадает, она больше не нужна. Человек просто начинает знать, ему не нужно пытаться что-то увидеть, чтобы получить любой ответ.

А мы с вами начнем с того, что будем учиться визуализировать образы и верить в то, что видим. Верьте всему, что видите, даже если вы увидите какие-нибудь глупости. Почему? Потому что сначала будет хаос. Всегда.

Мои курсы целительства посещала одна женщина, потомственный врач. Она на протяжении шести занятий констатировала, что ничего не видит. Я говорю: «Смотри на человека и расскажи, где у него проблемы». – «Я ничего не вижу. Вот смотрю на него как дура и не вижу ничего». – «Смотри». Она сконцентрировалась и говорит: «Вот здесь у этого человека проблема, а еще здесь и здесь. Но ведь не вижу! Мне просто показалось, что здесь идет какое-то затемнение». Мы вместе подошли к человеку, которого она рассматривала, на расстояние трех-четырёх метров, и оказалось, что она все сказала правильно, вплоть до названия болезней. Так бывает, когда человек верит в то, что видит. Ему представляется на первый взгляд, что все только «показалось». Но это неважно, в этом ничего страшного нет, потому что постепенно он начнет отличать правду от фантазии.

Чтобы увидеть, надо только осознать, что все вокруг нас есть скопление огромного количества энергии. Мы сами – это большая энергетическая станция. Когда человек говорит: «Я не смогу, потому

что у меня нет энергии», он ошибается, ведь он сам и есть энергия! Мы состоим из энергии, энергия строит атомы, атомы строят молекулы, а дальше результат налицо – из молекул построено абсолютно все. Весь мир – это огромный энергетический потенциал, который можно задействовать.

Энергия призвана подчиняться нам, чтобы мы смогли построить из нее то, что необходимо в жизни. Если меня спросят: «Как энергия может подчиняться нам?» – то я отвечу: «Очень просто!» Дом стоит? Машина едет? Вот вам и ответ – все это скопление энергии в пространстве в соответствии с тем, что человек увидел у себя в голове! Значит, **пока вы не увидите, вы не сможете построить ничего.** Это и есть ясновидение – увидеть то, что нужно получить. Все, что я должен сделать, – привести вас к пониманию и знанию: вы уже обладаете необходимым количеством энергии. Просто нужно понять, как этот механизм работает, чтобы запустить тот энергетический запас, который у вас уже есть.

Биоэнергия, которая строит все живое на земле, обладает определенным интеллектом, который намного выше нашего и может включаться или выключаться по нашему желанию. Я могу запустить эту энергию или остановить, направить ее в определенное русло, наделить ее конкретным сознанием. Например, когда я вижу ангела, это не значит, что он вдруг ко мне прилетел. Он всегда здесь был, просто та статическая энергия, которая есть вокруг меня, вдруг сформировалась в нужный мне образ и проявилась в динамике. Другими словами, те ячейки, которые есть вокруг нас, заполнились информацией и запустили энергию, которая и так присутствует в них.

В тот момент, когда я запускаю внутри себя этот двигательный, информационный и мыслительный процесс (желаемый мною), Вселенная (или духовный мир) под меня подстраивается, потому что она-то меня понимает! Ей не надо объяснять, что я имел в виду. Мысль, которая промелькнула во мне, уже подхвачена и запущена в работу. Единственное, что нужно проконтролировать, – чтобы все делалось так, как необходимо мне. Это и называется «управление энергией». После того как я включил какой-то определенный энергетический поток, я должен направить его туда, куда мне нужно. Для этого я должен знать, о чем думать в этот момент, куда и для чего

направить энергию. Это и есть три составляющие, которые я мысленно должен совместить.

Поэтому необходимо уметь концентрироваться, чтобы в тот момент, когда вы входите в медитацию и начинаете работать с энергией, вас не захватывала какая-то мысль, не имеющая отношения к этому действию, и не увлекала в прошлое, на работу, домой, к детям или еще куда-нибудь. В момент работы вы должны концентрироваться только на том, что делаете, чтобы вас не уносило в сторону и вы смогли получить ожидаемый результат.

Чем помогут мыслеформы

Почему у нас от рождения отсутствует ясновидение? Почему мы не улавливаем мыслеформы – вид энергии, находящийся рядом с человеком? И если не улавливаем, так ли уж мыслеформы нам нужны?

Мыслеформы могут существовать без нас и вне нас. А вот мы без них в повседневности существуем со скрипом! Допустим, мы захотели купить квартиру – обычное дело, взяли кредит в банке и купили. Хорошо, если квартира новая, у строителей жизненных проблем нет, негативная энергия над новостройкой не витает. Но вот приходит ко мне человек, который покупает старую квартиру, в ней годы и годы кто-то жил. И человек спрашивает: «Можно мне в этом месте поселиться?» А я говорю: «Место хорошее, а вот квартира... не боишься развестись с женой – покупай. Ровно через год разведешься!»

Почему я это почувствовал? Зашел в дом и попытался осознать, какие мысли здесь текут. В помещении меня охватила тоска. А мой подопечный не хотел сконцентрироваться, или негативная энергия прикрылась возбуждением от покупки. Но через время сгусток негатива возьмет свое!

Если сконцентрируетесь в медитации, вы всегда можете сопоставить свои ощущения в каком-то месте с ощущениями в своем истинном доме. Вам ведь хорошо дома? Я дома спокоен, умиротворен. За 10 минут отдыхаю от всего, что случилось за день. Если в каком-то ином месте меня понесло, появились «чужие» мысли в голове, появляются энергетические дырки. Их надо закрывать вакуумом, отгораживаться.

Чтобы определять, чьи мысли в голове, свои или чужие, надо точно знать критерии «своих». Они ненавязчивы, их можно откладывать «на потом», сворачивать и разворачивать. Свои мысли не вызывают неосознанного немотивированного беспокойства. Именно такое беспокойство я почувствовал в новой квартире моего подопечного. Сконцентрировался и объяснил причину беспокойства – пришлось от покупки этой квартиры отказаться!

Управление мыслями

Есть энергии, в которые надо войти для того, чтобы не выходить никогда. Энергия здоровья, денег, успеха, удачи и другие положительные энергии должны нас сопровождать постоянно. А есть энергия обучения, книги, работы, приготовления пищи: зашли, получили свою информацию, выполнили работу «с душой» и вышли.

Нужно ли усиливать какую-либо жизненную энергию? Если энергия действует, работает, «ремонтировать» ее не надо. То, что работает, мы не ремонтируем, и «от добра добра не ищут» – это очень правильная поговорка. В нашей жизни есть системы жизнеобеспечения, настроенные на свой ритм работы. Он может не соответствовать нашим запросам, но всегда соответствует нашим потребностям!

Мое кредо – не думать о том, чего я не хочу получить в своей жизни. Мысли – это обычное проявление энергии, которая проходит через мозг, возбуждая какие-то определенные зоны. При этом мысли бывают и неосознанные, потому что в голове живет много всего лишнего. О каких-то мыслях мы и не подозреваем, поэтому не можем ими управлять, к тому же лишь третья часть мыслей – свои. Попытка выбраться из чужих мыслей – это наша задача, иначе мы будем недовольны своей жизнью и будем за нее кого-то винить.

Избавляемся от лишних мыслей

Закрыли глаза, сели ровно, руки и ноги не перекрещиваем. Расслабляемся. Представьте себе свою голову. Например, в границах своего черепа. Внутри темно и уныло. Там носятся мысли, суесящиеся шарики энергии. Идентифицировать их не надо. Берите эти шарики, темные, светлые, цветные, – складывайте в мусорный пакет. Если пакет наполнился, а шарики остались, берите новый пакет. Завяжите оба пакета и выбросьте на свалку жизни.

Теперь можно вернуться в физическое тело и открыть глаза (до этого момента открывать глаза – не надо).

Проблема мыслей в том, что их нельзя уговорить, с ними бесполезно вступать в конфронтацию. Вам кажется, что договор подписан, мысль ушла – а она совершила кружок и вернулась. Почему? Мы – не только видимое физическое тело. Это еще и аура, окружающая физическое тело и состоящая из нескольких слоев (см. рис. 6). Слои находятся на расстоянии 80–150 см от физического тела. Люди, сами того не замечая, постоянно сталкиваются аурами, обмениваются информацией. Выбрасывание мыслей в соседний слой тоже бесперспективно, они в этом слое совершают круг и возвращаются.

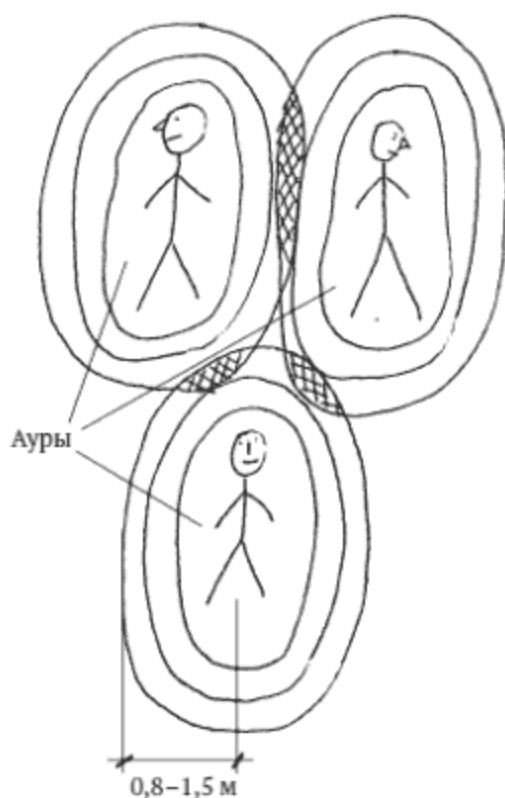


Рис. 6

Но оказывается, можно мыслить избирательно, по заказу – когда нам это нужно. Мысль – это энергия, и мы сейчас наконец-то поработали с «энергетическими шариками», которые так любят последователи восточных гимнастик.

Как работает негативная энергия

Как работает мысль или любая энергия, которая нас захватывает? Мы погружаемся в энергию мысли, весь мир для нас исчезает. Мысль овладевает нами – спонтанно. Чаще всего чужие мысли погружают нас в нейтральное состояние и лишь изредка доставляют радость или тревогу.

Как это происходит? Идет жизнерадостный человек – никаких проблем! Какая-то мысль стучится в голову – совершенно случайно, просто навстречу летела и не разминулась! Мысль проделала дырку в нашей ауре, в нашей голове. За первой мыслью в дырку устремилась вереница других. На нашу чистую, очищенную энергию, как мухи, налипли чужие проблемы. Бачок заполнился (рис. 7), энергия прессуется. Бачок лишних мыслей всегда переполняется, если мы не чистим его 2–3 раза в день. Спрессованная энергия вызывает боль.

Если спрессованная энергия переполняет бачок внизу – болят ноги. Если у нас постоянное ощущение тревоги и обиды – энергия спрессовывается в сердце. Если ощущение радости покинуло давно, энергия спрессовывается в низу живота (в половой сфере). Если мы испытываем угнетение от мыслей о деньгах (вернее об их нехватке) – энергия спрессовывается в солнечном сплетении. Если человек не может сконцентрироваться – энергия распирает голову. Если не может найти общий язык с людьми (про высший мир я и не говорю) – энергия спрессовалась в горле.

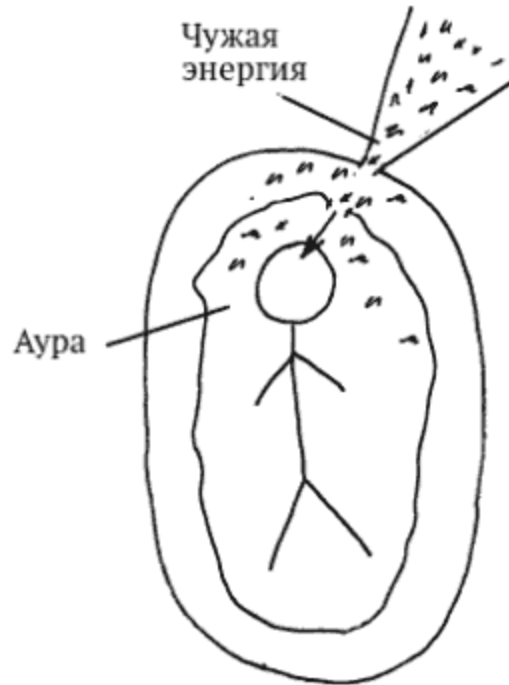


Рис. 7

Ни одного человека невозможно уговорить жить хорошо, потому что им в любой момент может овладеть энергия, которая называется «чужеродной». Она всегда пытается внедриться в нашу жизнь. При том что каждому из нас выделен тайный внутренний мир. Пытаться изменить, вторгаться в него – никто не должен. Внутренний мир безграничен, мало того: наши мысли никто исподтишка не читает. А вот чужие мысли хозяйничают у нас, как у себя дома! И в результате человек живет не своей жизнью, и так живут почти все, потому что все готовы «улучшить» окружающих, но не себя!

Однажды пришла женщина, сказала: хочу продать большую квартиру, купить две маленькие. А я вижу, что ничего не выйдет: денег не хватит, и мотив неправильный. Она хочет продать квартиру, потому что хочет ребенку одну маленькую отдать. Я ей говорю: пусть идет и сам зарабатывает на жилье, учится, ума набирается...

Вышла женщина из кабинета со слезами на глазах. Откуда слезы, если я ей подсказал правильный путь? Да потому, что она не за направлением приходила, а за подтверждением своего ошибочного решения, за «добрым советом». У нее энергия

закончилась, она хотела раздобыть у меня энергии, чтобы завершить бессмысленное, на мой взгляд, дело!

По дороге назад женщина встретила девочку, которая ее «успокоила»: «Да не слушай ты его, делай как знаешь!» Девочку никто при этом не уполномочивал давать жизненно важные советы. Женщина обрадовалась, что нашла поддержку, послушала девочку (вернее, услышала, что хотела) и продала квартиру.

Покупатели большой квартиры ей недоплатили денег. Пока она выбивала деньги, цены на квартиры поднялись. Женщина вернулась ко мне: что делать? Я даже не спрашивал, зачем она так поступила. Сразу увидел: стою на горе, женщина чуть ниже. Мы оба с ней на лыжах. Я смотрю вниз, мне страшно, сел на фуникулер и спустился. А она сверху несется на лыжах, кто-то ее подтолкнул в пропасть...

«Живи на улице!» В итоге она так и поступила. Купила сыну собственную маленькую квартиру, а сама пошла на съемную.

Чужеродная энергия разбивает наш организм. Кто собирает советы – у того куча проблем. Чужеродная энергия, как правило, негативная, от нее надо избавляться. Делается это очень просто! Как мы поступаем, когда надо помыть унитаз: включаем воду и чистим щеткой. А как мы не выбрасываем негативную энергию? Мы ее складываем там, где находимся. Дома сели, вокруг себя вал негатива насыпали, прошли сквозь этот вал, все опять налипло! Для медитации на очистку нужно выделенное место, в котором вы бываете редко: на газоне, в лесу, у реки! Ни в коем случае не медитируйте на очистку на кровати. И обзаведитесь геранью, **самое лучшее растение для очистки энергии – герань**, в доме герань очень полезна – наши бабушки ее не зря разводили. И еще лаванда!

Медитация «Дождь»

Представляем энергетический поток, который спускается вниз и окутывает нас с головы до ног, создает защитное облако. Начинается теплый дождь.

Мы стоим в потоке и омываемся дождем. Грязные потоки стекают в «канализацию» энергии, как в дождеприемники.

Очень хорошо в качестве «дождеприемника» использовать море, чем более соленая вода в море – тем лучше. Мертвое море – идеальный поглотитель негативной энергии. Можно в ванну добавить соль мертвого моря из расчета 2–3 ложки на объем воды. Принимать такую ванну имеет смысл хотя бы два раза в месяц! А медитацию «Дождь» я делаю дома в душе ежедневно, грязная энергия течет буквально в сливное отверстие душа. Вода очень хорошо впитывает энергию. Настолько хорошо, что на занятиях, во время процедур я никогда не пью: вода в стакане может успеть впитать энергию пациента, пока стакан ждет, что я начну пить из него. А вот тарелку соли поставить полезно! Особенно морскую. Месяц постоит – и заменяю.

Жизненные вопросы, на которые готов ответ!

У меня спрашивали студенты, можно ли с малознакомыми людьми во время бизнес-ланча вместе пить воду, кофе?

В идеале нет! Вода впитывает негативную информацию, которую вы потом поглотите. Но если хочется накормить друзей, сделайте что хотите! Впрочем, если человек, с которым вы едите, захочет излить душу – станет не до чая.

Как эффективно контролировать мысли?

Скажу вам формулу – если сами придете к ней, ничего в жизни мешать не будет! Я к этому шел 8 лет. Как можно оценить пустоту, в которой нет прошлого, будущего и настоящего. Нет знаний. Мыслям зацепиться не за что. Вокруг нас – пустое бесконечное пространство. Закройте глаза на пару секунд, чтобы физическое пространство исчезло тотчас. Правда, мы боимся жить с закрытыми глазами. Но в пустоте – вся истина мироздания и... отсутствие истины. Относительно самого себя можно сделать некий вывод, дать себе оценку – сегодня. А завтра оценка будет другой, послезавтра – третьей. Любая оценка – не описание моего характера. Просто моя система подстраивается под окружающий мир и так выглядит в чьих-то (например, моих же) глазах.

Каждый из нас в жизни чем-то занят. Мы ищем одобрения в глазах начальства, семьи и друзей... Если нас не оценят, недооценят – нам плохо, над нами довлеет страх недооценки... Но мы же – пустота. Как можно недооценить или переоценить пустоту? Сквозь меня только энергия течет.

Как найти (не упустить) свое место в жизни?

Мы говорим себе – вот мой план жизни: новая должность, новая квартира, или вылечиться от чего-то, или, наоборот, приобрести

проблему. Господь возражает: почему твой план лучше, чем Мой? Чтобы составить план, надо сначала понять, кто я, – а мы не знаем. Есть медитация, а есть жизнь. Вернемся в физическое тело и опять нагребем то, что только вычистили.

У каждого из нас есть дорога жизни. Она наша. Рядом проходит еще одна, и еще одна, и еще. Дорог – миллиарды. Когда вы едете на машине, впереди много дорог, ответвлений, развязок и т. д. Мы рулим, куда НАДО, а не куда импульс поведет. Мы едем по знакам, а в жизни знаки игнорируем. Если бы мы в качестве пассажира поехали спиной вперед – увидели бы одну дорогу, однозначную. Это наше прошлое, которое всегда выглядит хуже, чем хочется. Мы хотим его поменять, а оно **свершилось**. Поэтому смотрите вперед!

Между дорогами можно перемещаться. Поэтому на решение проблемы не обязательно уйдет 10 лет, иногда несколько минут – стоит только сменить дорогу. Человек должен искать трудности и героически их преодолевать.

Чтобы разобраться, что такое хорошая жизнь и как надо жить, следует понять, что у нас многоуровневая система мироздания. На разных уровнях мы существуем одновременно. На одном уровне я преуспевающий бизнесмен, на другом – экстрасенс, на третьем – лох, на четвертом – подобие Бога.

Есть так называемый Статус личности. Человек, пребывающий на определенном уровне, иногда не достигает своего Статуса. И наоборот, уровень может быть выше Статуса. Если так случается, человека изгонят с уровня, не соответствующего Статусу. Если человек это поймет, он согласится и спустится с недостигнутого уровня. Если не поймет и не согласится – будет страдать. Попытка доказать, что мы чего-то стоим, – это, безусловно, проявление несостоятельности. Многие так живут сейчас, но потом это аукнется! Если человек живет не так, как надо, в середине жизни у него многое отберут, а потом сделают из него посмешище.

Наш путь – он всегда неприметный, спокойный, без всплесков. Это нормально. Когда ничего не происходит – это правильный путь. Вдруг на дороге мы видим ответвление: например, «заманушки» легко и быстро заработать. Подойдут ко мне, скажут: присоединяйтесь к финансовой пирамиде, считайте сами – все работает!

Я отвечаю: если бы я умел считать, я бы на студентов время не тратил! Самый лучший путь, когда нет ощущений: без пиков и падений. Но если хочешь чего-то большего, надо себя к этому моменту приготовить. Когда появилась мысль: **я достиг на своем поприще всего, мне надо нечто большее** – эту мысль «считают» коллеги и руководство. И вот вопрос – как руководство к этому отнесется: подхватит мысль или уволит. Это зависит от того, насколько ваша мысль близка к истине.

Ошибок на пути полно у всех. Вопрос в том, осознаю я это или нет. Если я совершил ошибку – она часть пути. Иначе я бы ее не совершал. Если вы ко мне пришли, должны осознавать: я кое-что могу изменить в вашей жизни, вы дали мне это право, когда стали учиться. Готовы ли вы всерьез к изменениям? Если бы я ввалился в вашу жизнь, значит, пришлось бы тащить на себе вашу жизнь. Но я лишь как сторонний человек, вызванный мастер-ремонтник, ковыряюсь в системе и ухожу.

Если мне плохо, значит так должно быть?

Нет! Плохо быть не должно. Плохо может случиться, если вы считаете, что это ваша судьба, – но тогда вы должны предполагать, когда будет просвет, видеть просвет. Если просвета не видно, кругом безысходность – так быть не должно.

Иногда наша дорога делает компенсационный изгиб, как трубопровод, чтобы металл не порвался при расширении-сжатии. Мы хотим пробежать по прямой, потому что видим прямую. Но иногда обходной путь (года на три) позволяет обойти пропасть или скалу. Скалу одолеет сильный, пропасть – никто! Поскольку рельеф неизвестен, надо научиться ждать и соглашаться с обходным путем. На нем скучно, там «нечем заняться». Надо научиться ничем не заниматься с удовольствием. Наслаждаться компенсационной нишей как свободой – увы, временной! Она дана для ощущения легкости бытия. Главное – не забывайте: **нас везде ждут, подождут сколько надо!**

Закройте глаза, посмотрите под небольшим углом вверх. Увидьте яркий луч света, который освещает вашу голову. В этом луче такая

надпись: от нас ждут, что мы обратим взор вверх, попросим помощи и возложим ношу свою на того, кто этот луч послал. А сами в это время будем наслаждаться результатами. Принимайте помощь, раскладывайте ее по сусекам, не забывайте благодарить источник неиссякаемой энергии. Сделайте глубокий вдох. На выдохе можно открыть глаза.

Ясновидение

Представьте себе молоток: железную часть (боек) и деревянную рукоять. Приближайтесь к молотку до ощущения, что он увеличивается в размерах. Вы идете по рукояти. Железа все больше. Оно стоит перед вами как стена. Уменьшайтесь до таких размеров, пока не найдете зазор, щель между железом и деревом. Вы видите уже даже кристаллы металлического бойка. Скопление молекул. Вы стоите на молекуле и понимаете, что такое же бесконечное незаполненное пространство есть и внутри. Внутри молекул – пустота. Электроны вращаются вокруг атома. Плавно возвращаемся назад, через молекулы, волокна. Вы растете в размерах. Уже и держите молоток в руках. Отложите молоток, пусть исчезнет. Возвращаемся в свое физическое тело.

Сейчас своим сознанием мы увидели молекулярный состав вещества. Каждый атом с электронами находится на большом расстоянии от другого атома. Мы это видели. Наше ясновидение проникло глубоко, показало структуру металла!

С помощью простейших техник можно проникнуть куда угодно! Для чего? Смысл в том, чтобы переводить себя из одного состояния в другое, получая информацию из разных мест. Я смог проникнуть сквозь структуры, спокойно пройти в то место, где мне нужно быть. Сознанию все равно где находиться. Ему главное – быть занятым. Если оно занято перебиранием мыслей, перелетами между будущим и прошлым, то не останется времени на обычную физическую жизнь: только анализ событий и обработка каких-то ненужных вещей.

Сегодня мы должны научиться ясно видеть картину бытия. Что это значит? Это значит четко увидеть наш мир, понять, где наше место (предназначение), каков путь к предназначению (где направление). И если уж мы нашли путь и двинулись – оценить, правильно ли мы двигаемся? Я хочу, чтобы каждый ваш шаг приводил к успеху, а не к неудачам. Энергия пребывает в разных состояниях и качествах – статическая, кинетическая, электрическая и т. д. Для работы мы используем духовную энергию, которая не имеет физических

параметров. Но может быть непроявленной и проявленной. Мы считаем, что все тела в физическом мире являются носителем энергии. Мой карандаш, доска, стол и потолок – энергия.

Закройте глаза. Представьте себе **эталон энергии**. Как он выглядит в ваших глазах? Когда я говорю «посмотрите», я подразумеваю «увидьте», «почувствуйте», «просто знайте» и т. д. Все это я обозначаю словом «увидеть». Нет ни одного человека, который бы не увидел энергию. В медитацию мы входим с запросом увидеть энергию. Конкретизируйте запрос, получите ответ – какой-либо проявленной энергией.

Что бы вы ни увидели (серое облако, красный шар, густой кисель, темный экран) – это все энергия. Что именно вы видите – это очень важно! Агрессия, опасность, тревога, болезнь – все это можно приписать красному шару. Свето-желтый шар с хвостом, как у кометы, – деньги уплывают от вас постоянно. Желтый цвет – это энергия материального мира. Мигающие искры – временные просветы и, возможно, обман (не хотите работать на своем месте, не хотите жить, где живете).

Однако в видениях всегда присутствуют элементы искажений и иллюзий. Это нас не устраивает! Мы должны точно знать, что можем увидеть. Еще один момент: **мы работаем с энергией в уединении или в своем сообществе**. Потому что **в момент ясновидения мы слишком уязвимы** со всех сторон. В энергетический поток может попасть что угодно из внешнего мира.

Энергия дает знание, вернее, помогает раскрыть знание, которое у нас уже есть. И которое мы «не чувствуем». Высшее духовное знание существует «всегда», и душа с ним знакома, хоть и не помнит. В энергетическом мире вообще нет понятия времени.

Закройте глаза и вспомните свое пробуждение сегодня. У вас утро, просыпаемся – кто для чего. Утро здесь и сейчас, вы его видите здесь и сейчас. Вернемся обратно – возьмем себя из утра и впихнем назад в физическое тело (если не вернемся в полной мере – будет разница во времени). Ощущение прошлого исчезло.

Мы имеем свойство разбрасывать мысли вокруг себя. Мы себя раздаем направо и налево, от нас ничего для нас не осталось. Себя

надо уметь возвращать и собирать по кусочкам, чтобы жить нормально, то есть хорошо. Нити, которые нас связывают с работой, интересами привязанности проходят через энергетические дырочки в теле. Физическая энергия – наши обычные ощущения – может быть нашей силой. Только на физическом уровне мы способны найти дело, вселиться в дом, заработать деньги, построить семью.

Где живут энергии

Энергетический спектр имеет семь уровней (см. рис. 8).

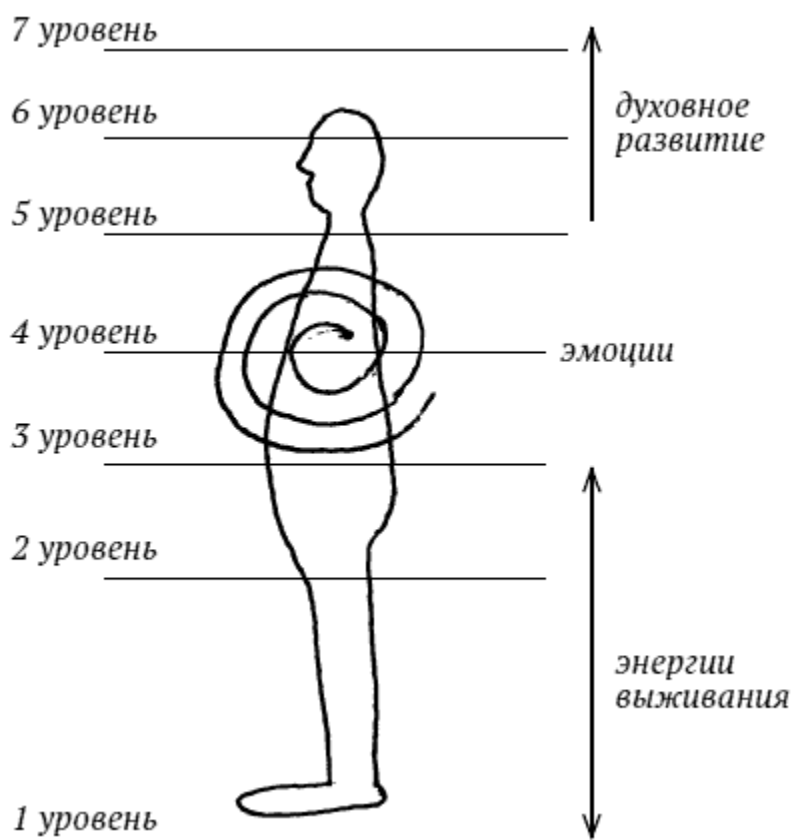


Рис. 8

С первого по третий уровень действуют энергии, которые являются физическим воплощением нас самих. Все, что вы видите вокруг себя (люди и вещи), лежит на трех нижних уровнях базовой энергии. Первые три слоя ауры, три чакры. Это самые мощные и сильные энергии. В них заархивирована система выживания (если надо, с помощью этих энергий можно залезть на гладкое дерево и перепрыгнуть огромную яму!), с этими энергиями можно горы свернуть.

Выше расположены все эмоции, которые есть в нашей жизни. Эмоции управляют нами, а мы управляем ими, если умеем. Здесь же пребывает наше эго, мощнейшая энергия. У трех нижних уровней «нет мозга», а есть только ощущения.

Если мы перейдем хотя бы на одну ступень (в область сердца), то поймем, что обидеть человека – значит обидеть себя. Четвертый уровень – это переходная ступень между уровнями. Здесь перемешиваются энергии низшего и высшего порядка, здесь живет любовь.

В высшем мире нет отказа!

Закроем глаза. Представим перед собой пустоту. Кроме нас в этом мире никого нет, без напряжения висим в пространстве. Ощущаем, что так и выглядит пространство. Если мешают мысли, собираем их в мешок. Не важно, хорошие мысли или плохие, они не нужны. Мы работаем над уровнем восприятия, где нет мыслей, мы оказались над мыслями (вернемся из медитации, тогда и вернем обратно мысли).

А теперь представьте себе, как из окружающей нас пустоты перед глазами опускается луч энергии, столб энергии – прозрачный, светлый, с четкими границами. Чистая энергия льется сверху вниз. Пощупайте ее рукой, походите вокруг столба.

Рукой почувствуйте, что это реальная материя, что это энергия, а не плод воображения. Разлейте энергию в животе. Ощутите прилив тепла в животе. Тело не участвует в процессе, отключитесь от него, чтобы оно вам не мешало. Напишите на столбе четкими красивыми буквами «ЭНЕРГИЯ НАПОЛНЕНИЯ». Пусть буквы будут золотые. И столб заискрится яркими красками, радужными и светлыми. Подчиняйте себе этот энергетический столб, давайте ему задания. Овладейте энергетическим столбом. После этого войдите в столб, пусть энергия покроет вас как глазурью. Купайтесь в энергии, пока она не исчезнет, не прольется до последней капли.

Как только энергия исчезла, опять наблюдаем бесконечное пространство вокруг себя. Возвращаем реальность обратно, и себя возвращаем в реальность, не теряя светлой энергии. Энергию мы впитали навсегда!

В момент отключения физического тела мы переносимся в иную реальность, где нет тела, а сознание чувствует себя совершенно свободно и комфортно. В тот момент, когда наше «я» находится в интеграции с физическим телом, мы не можем себе представить ничего высшего. Надо выйти из зависимости тела, оставить на входе мысли, чтобы соответствовать миру, в который собираемся войти. И это только подготовка. Переход – это когда мы вдруг начинаем воспроизводить картины, которые нам являются.

В этот момент мы как бы выходим за рамки своего физического тела, не видим ни контуров, ни очертаний, ни лиц. В таком состоянии мы можем принимать энергию высшего порядка, можем вместить гораздо больше, чем наш физический мозг. Поэтому происходит разделение.

Мы намного быстрее начинаем осознавать вещи, получать ответ на вопрос. Потому что снимаются ограничения, мы не протаскиваем знания – через сознание, они попадают к нам в «естественном виде». Никто ведь не думает в медитации, как должен выглядеть столб «на самом деле»? Какая форма пришла, такая нас и устраивает! Когда мы заходим в энергетический луч, энергия начинает в нас впитываться. Обязательное условие получения результата на физическом уровне – вернуться обратно. Почувствовать физические ощущения. На автомате ничего не перенесешь, мы работаем осознанно, иначе нам «не отдадут» знание.

Между нами и высшим уровнем лежит пласт пустоты. Мы проходим сквозь пустоту и просим на высшем уровне все, что нам необходимо. Любой каприз и любую фантазию нам пообещают воплотить. ТАМ нет проблем и нет отказа: получи что хочешь! Но чтобы фантазия стала реальностью, надо спуститься вместе с этой информацией, пронести ее через слой пустоты, не теряя. Тогда мозг, постепенно подключая новое знание, заставит физическое тело действовать по-новому, научится менять направление движения (или не менять, все зависит от полученного знания!).

Медитация «Разбить Сомнение»

У всех есть доля сомнения в том, что я говорю. Поэтому давайте закроем глаза и выполним медитацию.

Представьте себе свое Сомнение. Как увидите – так оно и выглядит! Только свое Сомнение представляем, не всеобщее и не чужое.

Возьмите кувалду и разбейте Сомнение в щепень, на мелкие фракции, почти до песка. Удары должны быть сильные, вам тяжело поднимать кувалду, но каждый удар дробит и дробит наше Сомнение, оно разлетается осколками в разные стороны. Его уже нет.

Теперь сверху представьте себе энергию Возврата Проблем в свою жизнь. Система возврата всегда возвращает нам проблемы. Нам не нужны старые проблемы! Мы опять беремся за кувалду и разбиваем Систему возврата так же, как Сомнение. Весь мусор, который мы накрошили, сгребаем в полиэтиленовый мешок и выбрасываем в мусоропровод, в мусорный бак – что ближе.

Возвращаемся назад. Чувствуем себя чистенькими.

Удерживание визуализации

Тот момент, когда мы выйдем на управление энергией, еще придет. Сначала надо научиться взаимодействовать. От того, что я что-то написал, может произойти не то, что я запланировал, потому что у энергии есть свои планы на нашу жизнь. Чтобы выйти на высший уровень, надо понимать: дорога не так легка, как кажется. Потому что удержать картинку в голове (тем более пустоту, «безмыслие») – даже это большая проблема. Потренируемся на картинке!

Представьте себе красное наливное яблочко с черешком. Оно крутится, мы смотрим на него со всех сторон, трогаем руками. Удастся ли вам держать картинку? Если картинка устойчива, значит, с воображением все хорошо, если яблоко «уплывает», надо тренироваться.

Съедаем яблоко и возвращаемся назад.

Если с концентрацией плохо, тренируемся постоянно! Ежедневно берем в руки какой-то предмет и рассматриваем его. Мир при этом должен «исчезнуть». Что бы вы ни взяли в руки – карандаш, часы, камень, листок, вилку, кусок хлеба – есть только вы и предмет. Размышляем о предмете, находящемся в ваших руках, в течение 15 минут. И все время находим о чем думать касательно предмета. Любые внешние мысли не допускайте: ни семьи, ни работы – только предмет в руках.

Позже мы займемся «замещением предметов». Вместо камня, например, в ваших руках окажется мобильный телефон. Вряд ли мы сумеем позвонить по камню, но важно, чтобы телефон возник! Это важно для целительства. Если что-то болит у человека, у него есть блокировка, а вы хотите помочь – надо сконцентрироваться и вместо проблемного участка увидеть здоровое место. Заставить проблемный орган трансформироваться, перенастроиться в течение кратчайшего времени медицина не может. А целитель должен суметь!

Жизненные спирали

У каждого человека в жизни есть точка, с которой отсчитывается его духовный путь. Когда человек только начинает двигаться по первому кругу, в течение короткого периода все идет легко – вдруг все вопросы разрешаются, вдруг все видно, все понятно от начала до конца. Что бы человек ни делал – все получается. Идеальное состояние (рис. 9).

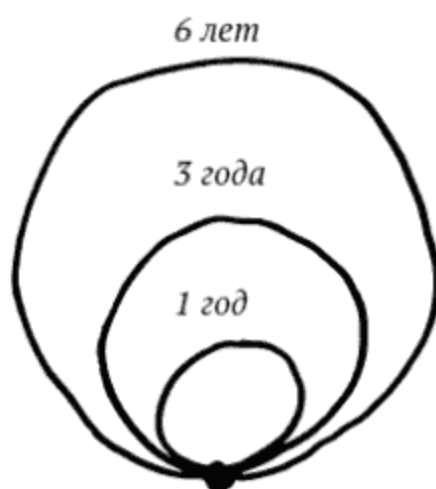


Рис. 9

А потом приходит тот внутренний, второй, который сомневается и говорит: «Это только случайности. Просто ты оказался в нужное время в нужном месте. Не льсти себе, такого не бывает, это все иллюзия, все не по-настоящему. Настоящее где-то там впереди, где-то далеко. И если есть настоящие специалисты, то они обязательно в Индии или в пещерах Тибета».

И получается, что человек, дойдя до определенного момента, начинает разочаровываться. Он говорит: «Как же так, все слишком хорошо, так не бывает» – и скатывается в ту точку, с которой начал. Возвращается, а в этой точке ему говорят: «Кому ты поверил? Тебя же проверили на высшем уровне для того, чтобы посмотреть, готов ты или нет к получению нового знания». **Это первый круг, длиной в год.**

Второй круг дается для того, чтобы человек осознал то, что потерял, и попытался вернуть. На втором круге начинается тяжелая работа. **Второй круг – это три года**, в сумме с первым – четыре. Здесь уже надо много работать, чтобы прийти к тому же, к чему в первый раз пришел легко. И когда человек снова доходит, он говорит: «Что-то опять как-то легко все пошло. Неужели все так просто? Я так тяжело работал, чтобы сюда дойти, и вдруг так быстро добрался? Что-то здесь не то, видимо, опять не дотягиваю».

И опять в начало, на третий круг. **Третий круг – шесть лет**. В сумме три круга – десять лет, поэтому я говорю, что жизнь измеряется десятилетиями. Если и на третьем круге человек не понял ничего, то просветление уже вряд ли наступит. Нет, конечно, человек будет знать много, только не сможет влиять на события, менять что-либо. И исправить ничего не сможет – ни свою жизнь, ни тем более жизнь другого человека. Я как раз сейчас нахожусь на третьем круге. И стараюсь получить от него максимум возможного знания.

Если вы еще не дошли до третьего круга, все хорошо. Хватайте двумя руками то, что есть, и держите, чтобы, не дай бог, не пропало. И не сомневайтесь ни в чем, потому что доказательства придут, может быть, не сразу, может быть, не в том виде, как вы запланировали, но придут.

Со стороны эта схема выглядит так: мы каждый раз проходим через одну и ту же точку, и каждый раз спираль раскручивается все шире и поднимается вверх. Если человек, постоянно проходя через одну и ту же точку, не развивается, это значит, что он идет не по спирали, а ходит по окружностям, расположенным в одной плоскости. Человеку может казаться, что он идет или даже бежит, но это «бег на месте».

Медитация «Выход на новый уровень сознания»

Закройте глаза и посмотрите, как вы двигаетесь: по спирали или по концентрическим окружностям на плоскости. Заодно посмотрите, на какой из спиралей вы находитесь.

Если у вас концентрические окружности, а спирали нет, то вытяните эти окружности вверх, чтобы жизнь развивалась по спирали, с постоянным расширением сознания. Можете заодно

порадоваться, что есть такая возможность – ощущать постоянный подъем, постоянное движение.

Двигайтесь вверх по этой спирали, пока не выйдете на определенный уровень в виде светлой площадки, которая называется «новый уровень вашего сознания». Выйдя на нее, обратитесь вверх и попросите, чтобы вас осветили светом, дали вам благословение найти себя на этом уровне. Затем обратите внимание на то, что отверстие, через которое вы вышли, затянулось.

Поблагодарите Всевышнего за данную вам возможность и, сохраняя уровень сознания, спускайтесь обратно в свое тело.

Только что вы вышли на новый виток развития. Практически все проходят эти круги. Конечно, можно пройти их быстрее, если Всевышний разрешит: все три круга за один день. Это зависит от того, насколько высока концентрация силы в момент медитации. Но школьник не станет профессором за один день. Это по лестнице можно бежать и перескакивать через одну ступеньку. При обучении эзотерике нужно четко и полностью разбираться на каждой ступени, копаться в себе и «выгребать» то, что не нужно и тормозит вас по жизни, оставляя то, что продвигает. Перескакивать возможно, но нежелательно.

Пространство вариантов

Есть ситуации, которые нам уже не нужны, они давно отработаны, но человек говорит: «Ну что я могу поделать, у меня такая проблема». Сейчас мы научимся тому, что можно предпринять. Ведь проблема не возникает из ничего. Если она появилась, значит, ее кто-то запрограммировал. Если ее кто-то запрограммировал, значит, есть программа, которую нужно переписать. Если есть программа, которую нужно переписать, значит, можно научиться ее переписывать, то есть перепрограммировать события. Можно перепрограммировать, создать новую ситуацию, потом прийти туда физически и сказать: «Все, я уже там».

В отличие от физического мира, в мире духовном есть неограниченное количество вариантов выхода из любой ситуации, ее развития и решения любой проблемы. Если такая возможность заложена изначально, значит, мы можем переместиться из одной ситуации в другую и тем самым поменять свою жизнь к лучшему.

Например, есть ваша дорога, на которой вы пьете чай. Есть еще одна дорога, на которой вы пьете кофе, еще третья – на которой вы пьете воду, и четвертая – на которой вы вообще ничего не пьете. И вы выбираете, на какой из этих дорог будете стоять в данный момент. Меняя свою дорогу, вы фактически меняете ситуацию.

Другой пример: допустим, у вас болит голова. Что такое «болит голова»? Это значит, что вибрации той энергии, которая вас окружает, не совпадают с вибрациями головы. Тогда голова вам об этом сигнализирует, и начинается боль. Мы идем к началу, к тому, что где-то есть первичная информация, которая потом уже проявляется в нашем мире. Значит, нам надо не к врачу бежать, а искать эту информацию. Например, попытаться прокрутить и посмотреть свою жизнь заново, чтобы понять, почему голова никогда не болела, а тут вдруг заболела.

Люди часто говорят: «Моей проблеме уже двадцать лет». Я спрашиваю: «А вам сколько?» – «Пятьдесят». – «Тогда это не ваша проблема». – «Почему?» – «Потому что первые тридцать лет у вас этой

проблемы не было». Проблемы не было, и в тридцать лет она вдруг проявилась. Человек ее решал-решал, потом привык к ней и сказал: «Это моя проблема».

Я с этим не согласен. Я вообще не готов к тому, чтобы у меня была какая-то моя личная проблема, которой я бы занимался. Я не готов. Мне не нужны проблемы, я не хочу ими заниматься. Почему я должен это делать?

Итак, происходит такая вещь. Есть человек, у которого над головой расположена какая-то проблема. Она потихонечку въедается в голову, входит туда. Но это не значит, что она становится его. Это просто две энергии в одном месте. Если даже энергия перемешалась и ее не видно, она выглядит как однородная масса, то можно ее обозначить. Мы можем дать задание энергии: «Обозначь себя». Она обозначилась, например потемнела. Дальше мы берем эту темную энергию и отделяем ее от головы. Происходит разделение. Но это еще не значит, что головная боль ушла, потому что мы до сих пор находимся на той же самой дороге – на той дороге, где эта энергия присутствует на всем ее протяжении. И как бы я эту энергию ни убирал, она все равно возвращается.

Многие говорят: «Я уже пробовал, у меня не получилось, поэтому дальше я пробовать не буду». Пробовать не надо, надо просто знать, как это делается. Тогда в течение двух секунд проблема исчезает. Как только я поменял ситуацию, через две секунды никаких проблем нет, причем на физическом уровне. Это моментально происходит. Если вы сможете сделать так, как я говорю, в течение двух секунд любая проблема исчезнет, даже хроническая, даже смертельно опасная. Организм моментально перестраивается, потому что он знает, как это делать.

Что для этого нужно? Нужно просто увидеть то место, где нет проблемы, место, где есть все, но проблемы нет. Там есть вся ваша жизнь – та же самая, но без данной проблемы. И еще одного фактора там нет: там нет вас. Поэтому говорят: «Хорошо везде, где нас нет». Там хорошо, вас там нет, и вы хотите там быть.

Вся проблема в том, что, когда вы туда приходите, вы тащите все за собой. Поэтому человек говорит: «Я туда пришел, а там то же самое».

Итак, нужно взять себя с одной дороги и перевести на другую, а проблемы оставить на первой (рис. 10). Все очень легко и просто. Так

можно решить любые трудности, и вы даже представить себе не можете, насколько просто. Поймите только одно: если есть проблема, не пытайтесь с ней разобраться. Не пытайтесь доказать, что вы с ней справитесь. Никогда в жизни ни один человек еще не справился. В проблему можно зайти и можно из нее выйти, но решить невозможно ни одну проблему. Если вы смогли с ней справиться – это иллюзия, вам показалось, потому что вслед за ней идет следующая проблема. Это та же самая энергия, которая поменяла лицо. Она поменяла маску, пришла и говорит: «Привет, я новая проблема, давай меня тоже решай». «Решай» – это значит «корми меня энергией, дай мне кушать».

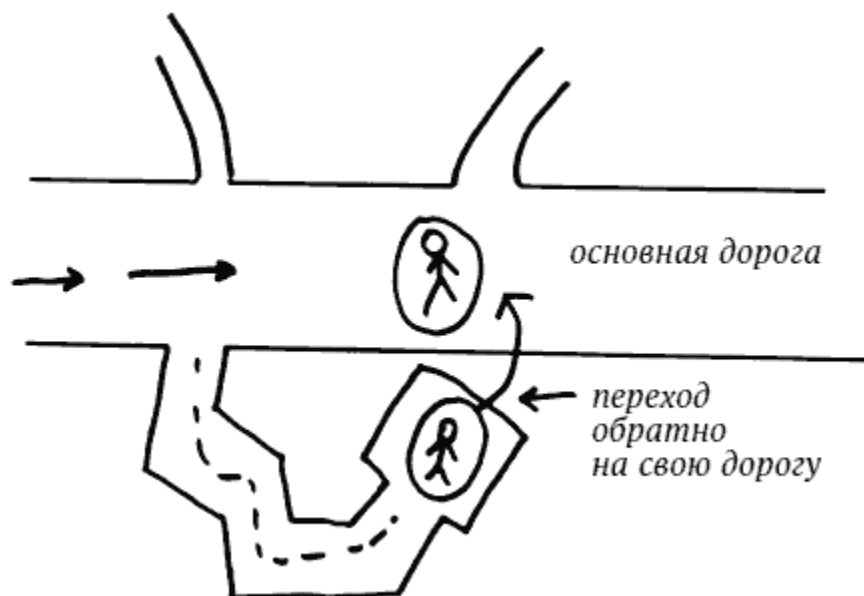


Рис. 10

Энергия любит кушать, особенно негативная. Чтобы выйти из проблемы, надо... просто из нее выйти! Не надо сидеть и решать ее, не надо думать, что будет потом. Надо просто сесть, закрыть глаза, выйти из этой проблемы и переместиться в то место, где проблемы нет, но есть все остальное. И если вы себя не обманули, то результаты будут мгновенные.

Это называется «пространство вариантов». Здесь бесконечное множество дорог – выбирай что хочешь. Проблема человека в одном –

он начинает метаться: «А если я выберу это? А может, другое мне тоже нужно? А может быть, и это тоже подошло бы? Что теперь выбрать?» То есть появляется сомнение: выбрано именно то, что было нужно? Не придется ли пожалеть через какое-то время о своем выборе? Научитесь избавляться от желания «хапать», потому что все не унесете. Чем больше наберете, тем быстрее упадете.

Если хотите что-то решить, научитесь выстраивать в линию свои действия и решать одно за другим. Не надо брать в охапку десять дел и тащить все, потому что не дотащите. Это просто невозможно. Чем больше нагребете, тем тяжелее идти. Кажется, что дело вроде идет – много работы, суеты, пыль столбом, телефоны... А потом вы вдруг понимаете, что не дотягиваете ровно полшага. Почему? Потому что вдруг за полшага до цели одна система не сработала, вторая упала, третья провалилась и т. д. Не донесли, потому что своя энергия кончилась.

А когда выстраиваете линию из действий, возникает иная проблема. Она заключается в том, что ничего делать не надо, потому что все само решается. По мере прохождения каждое дело потихоньку решается – сначала одно, потом второе. Весь секрет в следующем: если я вижу, что это произойдет только через неделю, в течение этой недели не должен думать об этом. Я могу заполнить дни чем-то другим и каждый вопрос решать в свое время. И когда проходит неделя, я прихожу на нужное место, а там уже готов ответ, меня ждут. Причем я никогда не опоздаю, потому что не загружен. Всегда буду вовремя, если меня ждут, а если нет, значит, мне там делать нечего.

И если на каком-то этапе я свое отработал, значит, следующая дверь открылась для меня. Если бы не отработал, дверь была бы закрыта. Вы должны понять одну самую важную истину: **сзади всегда остается только одна дорога**. Когда кто-то смотрит назад, он видит только одну дорогу, зато впереди их бесконечно много. Выбирайте, какую хотите. Каждый из вас может сейчас встать, оставить семью, бросить работу, облачиться в балахон и уехать в Индию. Это еще одна дорога. Забыть свою прошлую жизнь, забыть абсолютно все, сказать: «У меня ничего не осталось позади», – отрезать прошлое и уехать. И ведь никто в таком случае не предъявит к вам никаких претензий.

Наша аура и чакры

Про чакры, или энергетические центры, наверное, слышали все! Нам надо их не приблизительно представить, а увидеть в технических подробностях. Я долго формировал видение чакр. А знание открылось внезапно!

Сами по себе чакры – только проводники энергии, лишь механизм, инструмент. Наше будущее – энергия, которая придет. А прошлое – отработанная, которая ушла или осталась в теле.

Почему я никак не мог «подогнать» сведения о чакре под представление о теле? Я представлял их как шар, например, в солнечном сплетении. Непонятно, откуда шар берет энергию и как он ее передает. Шар одинаково взаимодействует с пространством по всей поверхности. Плоский блин тоже не соответствовал техническим требованиям к чакре...

Однажды я лечил мальчика, он лежал на кровати, я стоял в изголовье. Вдруг увидел пять раструбов, плавно, с гудением вращающихся. Пока делал процедуру, рассмотрел их во всей красе. Я проверял, я себя накрутил до состояния «видеть». Выяснял, фантазия ли моя работает, или это спонтанное видение, пришедшее как Знание. Убедился, что пришло Знание и я готов его передать.

К слову, чакра в переводе означает «колесо». И это колесо работает в определенном спектре цвета. Какой цвет чакра потребляет – такой энергией и наполняет физическое тело!

Вот вход в чакру, раструб (рис. 11). Далее идет барабан, в котором стоит фильтр, пропускающий определенный цвет спектра. Каждая чакра пропускает только один цвет – белый, белый цвет заходит и белый же цвет и выходит. Но фильтр выбирает из спектра энергию чакры.

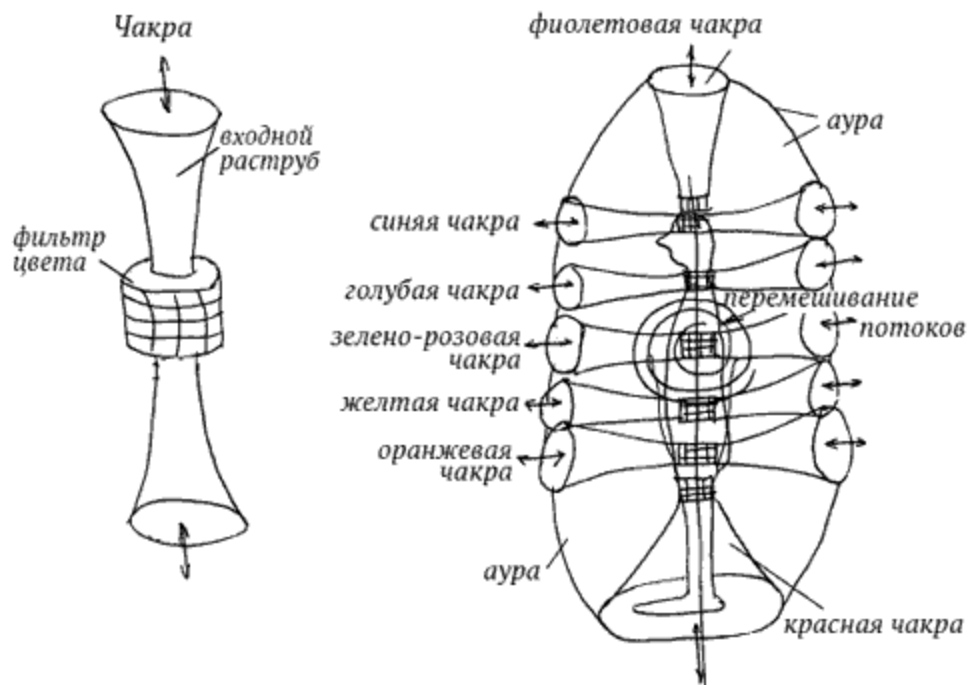


Рис. 11

Пока мы вбираем информацию (молчим), чакра вращается по часовой стрелке, а фильтр фильтрует цветную энергию. Когда мы расточаем информацию (говорим) – чакра вращается против часовой стрелки. Когда чакра не знает, что делать, она стопорится! Это происходит, когда мы в сомнениях, когда мысли противоречивы. В таких состояниях мы блокируемся и хотим спать.

Стопориться чакры могут, это случается ежедневно со всеми! Но ни в коем случае они не должны останавливаться – ни одна из семи! Все семь цветных энергий должны приниматься организмом постоянно, распределяться и выводиться.

Если остановилась, например, первая чакра (она в самом низу находится), есть смысл говорить о болезни под названием «шизофрения».

Краски чакр

Мы уже сказали, что все чакры подразделяются по цветам. Цвет в чакрах – чистейший, незамутненный, прозрачный, нежный. Прозрачная дымка того цвета, в котором работает чакра. Желательно это увидеть!

Но для начала из семи цветов, которые вы помните, назовите первые три, что пришли в голову – красный, желтый и синий, например! У каждого цвета свои особенности.

Красная чакра – «приземление»

Красный цвет – это первая чакра, расположенная в нижней части корпуса, на 2–3 см ниже паха. Раструб первой чакры направлен вниз, он «пристегивает» нас к земле, чтобы мы не витали в облаках. Если человек – творческая личность, значит, нижняя чакра у него плохо работает. Красного цвета не хватает, чтобы пристегнуть нас к земле. Когда первая чакра плохо работает, происходит определенный сдвиг: энергетическое тело приподнято над физическим телом («энергетическое горло» расположено на уровне физической макушки). Мозг перестает правильно интерпретировать события, мышление упирается в то место нашего подсознания, где находятся все страхи.

На самом деле у нас есть всего два легальных страха: страх сильного звука (шума) и страх падения. Эти страхи мы блокируем инстинктивно. Открываем рот от внезапного громкого звука (вскрикиваем сами иногда) и подставляем руки при падении. Наше тело знает, как вести себя, когда страхи легальны! Когда добавляются несанкционированные страхи, мозг отказывается действовать логично.

Первая чакра связана с надпочечниками, с адреналином. Также она отвечает за нижние конечности и мышцы позвоночника. Если есть проблемы с ногами, значит, первая чакра не работает.

Оранжевая чакра – радость

Из первой чакры вверх поднимается энергетический канал внутри тела. На нем расположены еще пять чакр. Вторая чакра проходит сквозь нижнюю часть живота, генитальную зону. Ее цвет – оранжевый, цвет радости, эмоций, силы, сексуальности. Почему у женщин в этой чакре куча проблем? Потому что оранжевым цветом там и не пахнет! Женщины меньше склонны радоваться, отдаваться эмоциям.

Вторая чакра любит «отрубать» нам мозги, если мы рады без причины, значит, оранжевая энергия в порядке. Я много раз проверял: приходит человек в депрессии, мрачный, сил нет, болеет. Кладу его на кушетку, наполняю вторую чакру оранжевой энергией – человек встает другим: организм обрадовался, улыбка на лице! По дороге, конечно, он разбазарит энергию, дома лишится остатков. И через два дня вернется за новой дозой МОЕЙ энергии. Гораздо эффективней научиться брать СВОЮ энергию, ее и расходуешь экономней и пополнить легко: медитируй!

Нижняя часть живота, тазобедренные суставы, органы малого таза зависимы от второй чакры. Кроме того, чакра отвечает за действие, движение, эмоциональную энергию. Тибетские монахи носят оранжевые одеяния, они культивируют оранжевую энергию и распределяют ее по организму – их этому учат!

Желтая чакра – зона материального удовлетворения

Самая проблематичная зона – это третья чакра, солнечное сплетение. Эта чакра желтого цвета и «в ней», то есть в подреберье, вечно что-то не в порядке.

Когда в жизни неорганизованность и разлад, то печень, желчный пузырь, желудок, селезенка, почки – все страдает.

Третья чакра отвечает за материальный мир, за успех, за достаток. Здесь живет наше Настоящее и Прошлое.

Если в материальном мире проблемы, значит, желтая энергия заблокирована.

Закройте глаза и представьте себе желтую энергию. В каком виде она предстает? Нам нужен ясный чистый поток!

Лимонный, оранжевый, зеленоватый оттенок настораживает. Бледно-желтый требует небольшой коррекции. Если вы вообще не представляете свой желтый, его надо строить, устраивать, создавать, искать. Наш желтый нам необходим – не в виде липкой массы грязного цвета, а в виде прекрасного потока. Беремся за себя!

Еще один немаловажный момент: наше эго живет в третьей чакре. Если в потоке желтого мы видим черное вкрапление – это эго. Оно не должно проявляться, но иногда берет свое – ничего страшного!

Итак, первые три чакры – самые сильные энергетические потоки. Первая чakra отвечает за выживание, вторая – за эмоции и действия, третья – за материальные желания и их воплощение.

Зелено-розовая чакра – дела сердечные

Четвертая чакра проявляется зеленым цветом и находится на уровне сердца. Впрочем, эту чакру сопровождает еще неожиданный розовый цвет, которого нет в спектре. Розовый цвет отвечает за чувство. А зеленый цвет – это система запуска.

С зеленым потоком работать НЕ НАДО, если нет проблем с сердцем, легкими, бронхами и позвоночником в грудном отделе. А вот с розовым вихрем внутри чакры работайте сколько угодно! Можете накачать его до фантастической любвеобильности, если вам нравится сострадать и любить. Если вы прагматичны, дозируйте розовый, с перебором вы просто не справитесь!

Голубая чакра – индикатор собственного мнения

Голубая горловая чакра находится в области щитовидной железы. Это пятая чакра. Она отвечает за некоторые неожиданные вещи, например за формирование и выражение своей собственной мысли, своего мнения.

При слабой пятой чакре мы говорим невпопад или неправильно выражаем свои мысли. С четвертой чакрой у всех море проблем, можете не сомневаться! Ангина, бронхит, трахеит, болезни щитовидной железы, больные зубы, проблемные лицевые нервы, болезни среднего уха, носа, шейный остеохондроз свидетельствуют о дисбалансе в голубой чакре. **Пятая чакра чистится очень легко**, ее даже камешки – голубая бирюза – чистят, если нитку бирюзы постоянно носить на шее!

«Третий глаз» – у всех синий!

Шестая чакра, она же «третий глаз», – энергия синего цвета. Синий цвет отвечает за логическое мышление и ясновидение. Голову действительно надо держать в холоде (в то время как ноги, красную чакру, – в тепле). Если вы перегреваете голову, синий цвет превращается в красный, возникает головная боль, мигрень,

«отупение». Мысли в голове оказываются заблокированы чакрой, утратившей синий поток.

Мысли вообще мешают, даже если чакра принимает синий поток. Поэтому во время медитации мы прежде всего выносим из головы мусорные мысли и открываем шлюзы для чистого синего цвета. Как только мы утратили ясность ума, перестали соображать, садимся в медитацию и закачиваем синий цвет! Наполнение синей чакры быстро восстанавливает ясность ума.

Фиолетовая чакра – связь с духовным миром

Седьмая чакра проходит через макушку и наполняется фиолетовым потоком. Ее ось перпендикулярна осям второй-шестой чакр и совпадает с осью первой чакры. Первая и седьмая чакры, по сути, формируют единую трубу. Верхняя чакра – основной поставщик высшей духовной энергии. У выдающихся в духовном плане личностей фиолетовая чакра иногда принимает коронный цвет – белый или золотой. В момент потребления энергии над их головой образуются вихревые потоки, завихрения. Так появляется свечение, нимб! Количество потребляемой энергии святыми – невероятно! Ведь такие личности призваны принимать и передавать энергию для других людей.

На рис. 11 видно: потоки чакр составляют симметричную картину, перемещиваясь и распределяясь по организму в области сердца. Если соединим плавной линией внешние контуры раструбов чакр – получим ауру, вернее, границу энергетической оболочки. Аура состоит из чакр!

Помните, вам предлагалось, не задумываясь, назвать три любых цвета спектра? Первые три цвета, которые вы увидели навскидку, означают, что чакры названных цветов отличаются в ту или иную сторону от четырех других чакр. Скажем, в лучшем состоянии или же, наоборот, – не в порядке. Однозначного ответа нет. Но два варианта – это не так много, чтобы самостоятельно разобраться и удостовериться в «диагнозе».

Медитация на пополнение и очистку чакр

В медитации на очистку и наполнение чакр мы буквально «продышим» каждую из чакр: сделаем три вдоха и три выдоха через раструбы. Заодно прочистим фильтры и накачаем себя энергией. В дальнейшем можно вдыхать-выдыхать 7–12 раз, но не спеша. Весьма размеренно! Потому что иначе произойдет гипервентиляция, переохлаждение организма из-за частых глубоких вдохов. Во избежание проблем можно очистительную медитацию выполнять под покрывалом. Если вы дойдете до 7 и более вдохов-выдохов, делайте перерывы после блока из 3 вдохов.

Закрываем глаза. Готовимся, дышим ровно, размеренно, спокойно. Во время вдоха мы будем вбирать энергию, во время выдоха – отдавать.

Представьте себе, как энергию красного цвета вы вбираете через красную чакру. Вдохнули. Задержали дыхание, выдохнули.

Усложняем задачу. Вдыхаем красный цвет, глубоко, размеренно. Поднимаем энергию в нижнюю часть живота, превращая поток в оранжевый цвет. Выдыхаем оранжевую энергию.

Еще раз вдохнули красный, подняли до нижней части живота и выдохнули оранжевый. И еще раз то же самое действие. Остались в оранжевом потоке, дышим ровно и спокойно.

Вдохнули оранжевый, подняли поток на уровень желтого цвета, выдохнули желтый поток. Вдыхать и выдыхать можем с любой стороны – спереди и сзади. Вдохнули оранжевый, подняли на уровень желтого, выдохнули. Вдыхаем через нос, выдыхаем через рот. Сидим спокойно, не раскачиваясь. Еще раз вдыхаем оранжевый, поднимаем на уровень желтого и выдыхаем желтый поток.

Далее вдохнули желтый через солнечное сплетение. Поднимаем его до зелено-розовой сердечной чакры. Выдыхаем розовый и зеленый.

Еще один вдох желтого, поднимаем до зелено-розового и выдохнули. И еще раз тот же этап вдоха-выдоха.

Делаем несколько произвольных ровных вдохов, успокаиваемся.

Далее вдыхаем зелено-розовый, поднимаем его до горловой чакры и выдыхаем голубой. Опять повторяем вдох-выдох еще раз и еще раз.

Вдыхаем голубой, поднимаем его до уровня нашего мозга, в области «третьего глаза», и выдыхаем синий поток. Повторяем этот этап еще два раза.

Пребываем в синем цвете. Вдыхаем «третьим глазом» синий цвет и вместе с фиолетовым цветом «вылетаем» наверх, выше физического тела. Повторяем вдох и вылет еще дважды. После третьего выдоха-вылета смотрим на свое физическое тело, сидящее внизу.

Вдыхаем фиолетовый, с выдохом опускаемся по позвоночному столбу вниз, в красную чакру. Повторяем вдох-выдох трижды.

Теперь окутайте себя белым цветом, как облаком, как одеялом. И в этом состоянии возвращайтесь в физическое тело.

Такая медитация дает хороший заряд на весь день.

Любая медитация требует «чистого» места для выполнения! Никаких медитаций «от безделья» в метро, в общественном месте, в туалете – делать нельзя! Только дома, в уютном углу, в уединении. В метро можно на людей посмотреть, подумать о смысле жизни. Но открывать чакры и вдыхать чужие проблемы (равно как и выдыхать на людей свои проблемы) – это чревато!

Наши души друг друга видят. Разум не понимает, тела друг друга не понимают, а души – прекрасно понимают. Как только вы на чью-то душу выплюнете свои проблемы, получите от нее адекватную ответную реакцию. Любая душа почувствует, что вы медитируете – тотчас же, не сомневайтесь!

Где обитает душа?

Есть несколько уровней духовного развития или самосовершенствования.

На первом уровне человек практически не видит ничего – пустой экран, темнота. На втором уровне мы увидим проблески света, вспышки – не более того. Появление цветовой визуализации свидетельствует о том, что мы достигли условного третьего уровня восприятия энергии. Хотя цветное восприятие – это не высокое духовное развитие, тем не менее на физическом уровне мы хорошо подготовлены к цветовому восприятию. Далее появляются «картинки». Не абстрактные, не связанные видения, а «сопутствующие». Скажем, целитель может увидеть, как пожилой пациент на лугу в детстве сачком ловит бабочек. И пациент подтверждает, что это действительно эпизод, который, очевидно, сохранился в ауре. То есть в поле зрения целителя проявляются элементы ауры пациента. На четвертом уровне можно достичь предельно точных видений – целые истории из жизни пациента, катаклизмы или большие человеческие радости – проступают весьма подробно. Однако на четвертом уровне видения и заканчиваются.

Пятый уровень – серость, пустота: ни красок, ни картинок. Перед глазами целителя проскакивают контуры тонких энергий. Здесь формируются процессы жизни, это **уровень переплетения нитей, и на этом уровне обитает душа человека**. Как чувствует себя наше высшее «я» на пятом уровне – так мы себя внизу и ощущаем. Если душа путает дороги, съезжает с паутинных нитей на обочину – нам плохо. Если скользит уверенно, нам внизу хорошо. В каком-то смысле все, что с нами происходит, – это заслуга нашей души. И обвинять себя на физическом уровне не стоит, правда, и хвалить часто не за что. Потому что работать приходится все же и внизу! Если что-то в жизни идет не так, надо ЗДЕСЬ, внизу, задаваться вопросом: почему это со мной происходит, я вроде бы и хочу изменить, но не получается! Если жизнь не ладится, надо вверху переставить паутинные рельсы. Для этого следует просить помощи у Всевышнего, у медиума, у целителя... Или обучаться самому!

Серый тонкий переплетенный мир, паутина, которая возникает после исчезновения картинок – это мир, в котором идет перекрещивание дорог. Основной мир, в котором происходит сплетение информации. Здесь формируется личное мироздание. Желаю вам не запутаться на этом уровне, это очень легко! Практически все там теряются, и изучение духовного мира на этом заканчивается. Не торопитесь туда бежать, потому что надо быть хорошо подготовленным, чтобы не испугаться тонкой эзотерической паутины. **Высший духовный мир не любит трусов и отступников**, это важно знать и понимать! Лучше не подходить вовсе, чем ретироваться.

Над пятым уровнем расположен шестой, где медиума ожидает чистый яркий белый свет и больше ни-че-го. Вот такие уровни мы поступательно у себя будем «раскручивать».

Но сейчас вернемся на наш третий уровень!

Здесь можно работать без опасения и с полной отдачей. Большинство целительских практик основано на цветовидении, и этого вполне достаточно для эффективной работы: нашли проблему, связали ее с определенной чакрой, «подкачали» нужный цветовой поток.

Главное, не быть профаном и не закачать в черепную коробку, допустим, красный поток. В результате ошибки можно существенно повысить артериальное давление, в худшем случае. А в лучшем случае наш пациент окажется сам себе лекарем, и красный цвет вызовет у него лишь агрессию. Пациент решит, что его плохо лечат, встанет с кровати, начнет с нами выяснять отношения или уйдет, хлопнув дверью!

Какую информацию несет цвет

Итак, первая энергетическая чакра питается **красным цветом**. Представьте себе красный цвет, безотносительно к чакрам, и подумайте, что для вас означает этот цвет? Вход воспрещен, воспаление, предупреждение, агрессия, коммунизм, диктат, сила, тепло, жар, высокое давление... Красный цвет связан с подавлением одной личностью других, с возвышением на фоне других. Когда спальню выкрашивают в красный, там хуже спится. А по фэн-шуй

(сейчас в моде даосская практика символического обустройства помещения) в комнатах всегда много красного, чтобы «изгнать духов». Но я вас предупреждаю: **перебор красного в жизни опасен!** Когда красный появляется не в том месте не в то время – он является тревожным сигналом.

Черный цвет. Почему женщины любят черный, он ведь не привлекает внимания, не броский? Зато защищает, худит, прячет. В черном, с энергетической точки зрения, мы чувствуем себя хорошо. Замечали вы, что черная поверхность нагревается сильнее? Когда вам плохо, когда нехватка энергии, надевайте черное и втягивайте энергию из окружающего мира. Черный цвет – это цвет высшего духовного развития, пик совершенства. Но кроме того, черный цвет – это энергия скрытого. В медитации есть определенные зоны, которые являются черными. И отличить «хороший черный» от «плохого черного» бывает очень трудно! Мы можем ошибиться, фатально ошибиться. Поэтому с **черным... никогда не работаем!** Мы работаем только с хорошо идентифицируемыми красками – яркими, прозрачными, однозначными.

Оцените **фиолетовый цвет** на уровне физического тела, на энергетическом уровне, и на уровне «чистого искусства», цвет – как краска на холсте.

Фиолетовый – это цвет высшего духовного уровня, он присутствует над головой, выше головы. Фиолетовый ассоциируется с легкостью. Но иногда он звенит, как комар в ушах! Тонкая мелкая вибрация фиолетового разносит наше тело! Этот цвет связан с нашими мыслями, с нашей внетелесной составляющей. А «внутри тела» фиолетового быть не должно! Фиолетовый цвет в альтернативной медицине означает онконастороженность.

Не путайте, однако, предупреждающие сигналы с любовью к фиолетовой одежде, не спешите выкинуть вещи фиолетового цвета! Носите их. Возможно, в момент покупки вам хотелось упорядочить мышление. Скорей всего, это вам и удалось! Но работать с фиолетовым потоком надо осторожно! Фиолетовый передает тонкую информацию в физическое тело, но задерживаться там не должен.

Если духовный мир пометил человека, над его головой будет много фиолетового, и такой человек станет духовным наставником. Много фиолетового может возникнуть, если человек «витают в облаках»,

является творческой личностью. К слову, фиолетовый часто присутствует в ауре наркоманов, они постоянно «не здесь», но это запретный путь!

Вы слышали о «детях индиго»? Это любопытная фантазия взрослых! Мне кажется, что если на ребенка не хотят тратить время, то называют его «ребенок индиго» – и позволяют жить, как живет. Не хочешь учиться – не учишься, ты же «ребенок индиго»! Модель поведения родителей странная, но отношение, вернее, отнесение «особенного ребенка» именно к этому цвету – правильное!

Зеленый цвет, что он означает для вас? Цвет весенней сочной травы, с росинками на стеблях. Невозможно удержаться от медитации!

Вы видите: утренняя влажная трава. Снимайте обувь и ступайте по ней босиком. Трава покрывает ваши ноги. Ощущайте мягкость, тепло. Не сыро, но мягко и тепло. Во всю эту мягкость падайте с размаха. Зеленый цвет возвращает ощущение жизни, хочется лежать и отдыхать. Почувствуйте аромат, свежесть, чистейшую энергию. Дайте проблемным местам тела напитаться этой энергией. Причем не важно, проблема душевная или физическая. Пусть зеленый цвет исцелит болезненное место, вылечит его. А вы в момент исцеления просто лежите в траве, смотрите на бездонные голубые небеса, не мешая зеленому потоку.

Вставайте с травы, отряхнитесь!

Представьте, что сверху льется бело-голубая энергия и омывает все, что налипло.

По этому потоку поднимайтесь вверх, сделайте вдох и возвращайтесь в рабочее состояние.

Раз уж, «лежа на траве», мы увидели небо, **голубой цвет**, давайте проверим, что это за энергия! Почему, к примеру, «крутится, вертится **шарф голубой**»? Потому что шарф прикрывает горловую чакру, а в эту чакру поступает голубая энергия!

А почему же мы тогда черный шунгит носим на горле? А потому, что это единственный камень, который способен воспроизводить ВСЕ цвета энергии. Голубой цвет – это то, что нас соединяет с высшим миром. Одна труба (**фиолетовая**) у нас над головой, другая проходит через горло. Через горло душа ходит в высший мир. Душа нас

защищает, бережет наше тело, летает за помощью через голубой канал. Получая информацию, душа возвращается и «без участия головы» передает информацию рабочим чакрам. Душа выбегает из тела и возвращается в тело помимо мозга, потому что мозг не смог бы обработать информацию, полученную душой! Он бы перегрелся и взорвался, лучше уж душе работать «безмозгло».

Если голубого цвета в ауре не хватает, человек не может точно и безошибочно выразить свою мысль. В религии голубой цвет – это защита, цвет архангела Михаила с мечом и щитом (Михаэль, подобный Богу). У христиан голубой – цвет Богородицы.

Голубой обозначает жизнь. Все органы окутаны бело-голубой энергией, прозрачной, как вода. Мы видим «грязную» сторону тела, а целитель видит ауру органов. Если орган болен, окутайте его голубой энергией. Голубой цвет разбивает блокировки. Разбейте болезнь голубым, а потом дайте на растревоженное место зеленого, пусть подлечит!

Оранжевый цвет – цвет нашей жизни. Мы уже о нем много говорили: цвет витальности, цвет радости, цвет сексуальной энергии. Когда оранжевая чakra пуста, депрессии неизбежны!

Желтый цвет, цвет материального мира. О нем мы тоже говорили. Желтый обозначает достаток, успех в профессии. Конечно, понятие достатка у каждого свое, но если не хватает желтого, то ваше представление о достатке будет не достигнуто. Мало будет «закачать» желтого в третью чакру, чтобы в кошельке появились деньги. Нужна постоянная работа над собой, изменения в мышлении, поведении. Но пока вы не видите в медитации ясный прозрачный желтый – изменения не происходят.

Хороший энергетический поток появляется во время медитации, когда есть жизненное основание. Но помочь себе привлечением желтой энергии – тоже важно! Если медитация (визуализация желтого потока) дает мало желтого – задумайтесь: почему желтого нет, почему он с вкраплениями, или слишком бледный, или пришел в виде украшений – все это наводящие вопросы. Их надо обдумать, осознать причины, найти ответы!

Остался **синий цвет**. Что в вашем представлении Космос? То, что мы ночью видим (звезды), или то, что видим днем? Синий цвет обозначает замедление процессов. Он для нас правильно выстраивает

цепь событий. Синий – это порядок, правильное расположение вещей. В «синий период» все замирает для физического тела и начинается процесс мышления. Информация, поступающая извне, на фоне синего воспринимается правильно. Если в ауре синего мало – значит, происходит «перегрев системы», если синего много – остановка.

Синий настолько хорошо тормозит движение частиц тела, что на ушибы полезно направлять поток синей энергии – заморозит! Синий хорошо снимает боль с разных частей тела, но не головную боль! **Если у вас болит голова – синий не нужен, надо отдохнуть от информации.**

Ответы и советы

Как быстро происходит обратная связь во время медитации?

Иногда обратная связь происходит слишком быстро, до того, как мы сознательно сформулировали вопрос к высшему миру. Через наше тело за секунду проходит невероятное количество информации, а наше сознание успевает обработать ничтожно малую часть. Мозгу для обоснования нужны какие-то секунды, чем ближе знакомство с предметом, тем быстрее осознание.

Иногда бывает, что пока мы формулировали словами вопрос, высший мир уже воспринял вопрос и дал ответ. Некоторые вопросы остаются без ответа, это вопросы-иллюзии. Не факт, что мы «выдумали» вопрос, но именно ДЛЯ НАС ответа не предвидится. А кому-то другому дадут ответ – на этот же вопрос!

Как часто надо работать с чакрами?

С чакрами надо работать каждый день, но не доводить работу до абсурда. 15 минут каждый день – это норма. Если есть желание. Если нет желания, то работать не только не надо, но и нельзя! Произошло насыщение энергией.

Есть такой парадокс духовного развития – отсутствие потолка. Работая с чакрами, надо понимать, что вы можете в один прекрасный день попасть в такую точку, где все начнет идеально функционировать. Прошлые мы отработали и очистили, в Настоящем все хорошо. Будущее всегда неизвестно (да его и нет, вы же помните, что мы живем в Настоящем). Значит, все! Не надо ничего делать, изображать работу не надо. Этот момент называется ПРОСВЕТЛЕНИЕ.

Интересно, что в этот момент вы можете вместо просветления, наслаждения задаться вопросом: зачем все это было и в чем дальнейший смысл жизни? Ощущение движения нет, возникла

Пустота. Чакра кричит: «Не трогай меня!» Послушайте себя, не трогайте чакру, будьте честны с собой. Медитация не должна быть самоцелью, она – инструмент. Если вы чисты – просто живите в реальном мире, пока необходимость работать не придет.

Прикрывайте чакры в людных местах!

При открытых чакрах у нас открыто ясновидение, яснознание. Мы к этому стремимся наедине с высшим миром.

Людные места, супермаркеты, магазины вытягивают из нас энергию. В этих местах есть смысл **прикрыть чакры**. Поскольку в разинутые чакры попадет много лишнего и вредного.

Закрывайте входное отверстие чакры, как дверь, как клапан. Сколько оставить просвета для достаточной жизнедеятельности – об этом посоветуйтесь с чакрами. Давайте потренируемся открывать и закрывать чакры!

Представьте себе, что перед вами огромный столб энергии информации, вам надо скачать часть этой энергии.

Сделайте вдох и откройте чакры, все – снизу доверху.

Чакры выбирают свои потоки – красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый.

Потоки вливаются в свои чакры. Жадничать и задерживать информацию не надо: пусть течет сквозь чакры, сквозь нас!

В тот момент, когда почувствуете равномерное наполнение чакр, прикройте их, одну за другой, в обратном порядке.

Умение ждать результат

Поделюсь с вами секретом: **негативных и позитивных энергий в нашей жизни нет. Есть одна-единственная энергия – универсальная.** Что это такое? Это нейтральная энергия, которая не имеет ни плюса, ни минуса. Она льется сверху вниз, и если я нахожусь в этом потоке, то невольно могу получить ее частичку для своей жизни, хочу я этого или нет. Энергия с удовольствием наполняет нас, потому что ее в избытке, и мы каждодневно ее получаем. Но возникает другой вопрос: куда мы ее используем? Оказывается, человек делит эту энергию на плюс и минус.

Теперь задумайтесь, куда вы тратите свою энергию. Если вы плачете и говорите: «У меня нет работы», то энергия идет в минус. Когда у меня не было работы, я говорил: «У меня все в порядке». – «Что делаешь?» – «Ничего». – «А как живешь?» – «Бог дает». Бог не дает избыток, но «на покушать» всегда есть. Всегда. Я поражался этому. Вот это и называется вера – когда человек знает, что в последний момент у него всегда появится необходимое. Я живу последним моментом. Знаете, что такое последний момент? Это когда думаешь, что завтра уже ничего не будет, а сегодня тебе вдруг дают. И если вы поймете эту такую простую мысль, то сможете избавиться раз и навсегда от множества житейских проблем.

У каждого человека есть дорога жизни. У дороги есть начало, тот момент, когда человек чего-либо захотел. Я захотел, мысль сформировалась и улетела. И есть момент, в котором эта мысль преобразовалась в действие, материализовалась на физическом плане. Для того чтобы запустить мысль, нужно мгновение. Чтобы получить то, что было заказано, нужно время, например десять секунд (рис. 12). Мгновение, чтобы попросить, и десять секунд, чтобы получить. А остальное время чем-то заполнено? Если все остальное время заполнить отрицательной энергией, то я ничего не смогу получить. Пришло время получать, а передо мной куча мусора, которую я нагреб за все это время и толкал перед собой. Пришел и спрашиваю: «А где мое?» А мое – за этой кучей.



Рис. 12

Очень важно усвоить еще одно положение. Если вы запустили мысль, значит, определенное время надо просто ждать и ничего не предпринимать. Нужно именно просто ждать и не бояться, что вы не получите. Ожидание можно заполнить иным действием. И если вы каждый раз будете отправлять какую-то мысль, то, как только к вам вернется материализованная первая мысль, у вас не останется никаких сомнений, что вы получите и все остальное.

При этом всегда существует определенная дистанция, которую нужно пройти. Эта дистанция называется «экзамен». Вы все бежите за результатом. Но результат не придет, пока вы за ним бегаєте. Как только вы прекратите погоню, он тут же появляется. Еще ни один ученый с помощью единственного только логического мышления не добился результата. Он измучил свой мозг, он заполнил обдумыванием расстояние, на котором не нужно было ничего совершать. И вдруг в один прекрасный момент ответ сам возник в голове. Можно сказать так: если бы он все это время не думал, то в нужный момент он бы не получил. А можно сказать так: если бы он расслабился, то получил бы гораздо раньше, задал бы вопрос и получил сразу ответ. Просто его надо уметь услышать.

Как-то я зашел в один дом и увидел, что мальчик ходит по квартире с умным выражением лица из угла в угол. На вопрос «Что ты делаешь?» он ответил: «Я мыслю». Вот представьте, идет страшный процесс под названием «я мыслю». Я задал один вопрос: «А что мыслишь-то?» Оказалось, что он переписывался с кем-то, ждал ответа и при этом тяжело мыслил, вместо того чтобы просто сидеть и ждать.

Давайте научимся просто сидеть и ждать. Кто умеет просто сидеть и ждать? Ваша голова занята постоянным переключением: с одной мысли ушли – переключились на другую. Опять мыслим. Есть очень хорошая техника отпускания себя. Вам нужно просто отпустить себя, все свои обещания самому себе. От всего, что вы наобещали себе, вам необходимо избавиться. Если я чего-то для себя попросил и знаю, что это в пути, то нужно сделать одно – дожждаться даты, которая прописана наверху. При этом нужно быть на сто процентов уверенным в том, что это та дата, в которую заказанное действие произойдет. Если я не буду уверен в этом, я начну суетиться, ожидать результата, и тогда, скорее всего, я заблокирую этот самый результат, отодвину его на неопределенное время.

Есть результат, которого вы хотите достигнуть. Представьте себя находящимся по дороге к этому результату. Дорога – не абстрактная, которую мы смотрели, а физическая, по которой мы ходим. То есть ваше тело не висит в воздухе, а стоит на земле. Вы стоите на земле, ощущая свое притяжение. Это ощущение притяжения вам дает первая чакра, которая по своему направлению действует вниз. Она вас притягивает к земле. Седьмая чакра дает вам возможность получать энергию сверху, тем самым питая ваше духовное тело – ту часть, которая никакого отношения к физическому телу не имеет. Вот две противоположности, удерживающие нас между небом и землей. Одна тянет вниз, другая – вверх, уравнивая между собой силы где-то в центре.

Все остальные чакры направлены вперед и назад по ходу вашего движения. Через них идет всасывание энергии спереди и, в идеальном варианте, ее выброс сзади. Если вы знаете аэродинамику, то это принцип движения реактивного самолета.

То же самое и мы. Каждый из нас движется потому, что спереди идет забор энергии, а сзади – выход. Чакра работает, пропуская через себя энергию, и вы начинаете продвигаться по физической дороге.

Поэтому все, что нужно сделать, чтобы достигнуть цели, – это освободить свои энергетические центры, чтобы двигаться по этой дороге. Вы должны дать возможность своему телу продвинуться туда, куда хотите. Для этого необходимо абстрагироваться от цели и сконцентрироваться на движении. Тогда есть гарантия, что вы дойдете. Сюрпризом для вас будет то, что вы дойдете туда очень быстро – туда, куда пытались добраться годами. И все потому, что вы просто разрешили себе это движение, отпустили себя.

Медитация «Отпускание себя»

Закройте глаза. Представьте себе, что вы читаете эту книгу непонятно зачем, что она вам не нравится и то, что в ней написано, – это полная чушь, которая никакого отношения к вам не имеет. Почувствуйте, что с каждой секундой у вас возрастает желание закрыть ее, встать и уйти из помещения, где вы находитесь. Ощущайте, как начинает расти напряжение в мышцах, как тело уже на грани готовности встать и выскочить за дверь. Почувствуйте, как началось невыносимое напряжение, как все тело говорит: «Встань и выходи». Посидите в таком напряжении несколько секунд, доведите себя до такого состояния, в котором вы готовы встать и выйти.

А теперь решите, что вам все-таки интересно читать, никуда вы идти не собираетесь, и отпустите то напряжение, котороеросло. Затем представьте, что вам срочно надо бежать в магазин. Вы знаете, что через десять минут магазин закроется и если вы сейчас выскочите из дома, то успеете. Начините нагонять эту энергию (желание добежать до магазина как можно быстрее) до того момента, пока ваши мышцы на ногах и руках не начнут дергаться и напряжение не достигнет своего пика. Затем вспомните, что хлеб вы уже купили и никуда не надо бежать. Успокойтесь, вспомнив, что хлеб дома есть, и посмотрите, что происходит с организмом в этот момент. Заметьте, как он моментально расслабляется и переключается на другое действие. Это и называется отпустить себя.

Теперь представьте одно свое желание, исполнения которого вы очень ждете. Желание, которое вот-вот должно осуществиться, но это никак не происходит. А теперь возьмите и отпустите его. Не происходит – и ладно, значит, не надо. Перестаньте держать. Обратите внимание, сколько энергии освободилось в организме. Еще одна часть вашего организма освободилась, ушло напряжение в какой-то мышце. Теперь возьмите и отпустите себя от всех дел, от всех обещаний. Представьте, что сегодня суббота или воскресенье и никуда вам бежать не надо, никаких дел делать не надо, вы сегодня просто отдыхаете. Отпускайте себя от всего. Поймите, что продолжение дел будет не сегодня, не завтра, а только в понедельник, и у вас есть целых два дня. Освободите себя, станьте ребенком. Наплевать на все. Только в этом случае организм будет полон энергии для следующей недели. Вы наконец-то сможете отдохнуть, первый раз в своей жизни.

Отпускайте себя по всем параметрам. Все, что приходит вам сейчас в голову, отпускайте в виде воздушных шаров, которые улетают один за другим. Не пытайтесь зацепиться за них, не пытайтесь рассмотреть или влезть внутрь, иначе утащат за собой и вам придется опять тяжело мысленно работать без какого-либо результата.

Как только закончили, спускайтесь до тех пор, пока не окажетесь снова в своей комнате. Спускайтесь, пока не окажетесь в реальности именно здесь и сейчас – не в прошлом, не в будущем, не в своих мыслях, а именно там, где вы находитесь реально. Если уже вернулись, можно открыть глаза.

Не спешите жить!

Вот вам тренировка на отпусkanie себя. Сидим хотя бы десять минут дома и отпускаем себя от дел. Если вам хочется пойти помыть посуду, а все нутро говорит «да не хочу я сейчас этого делать», то отпустите себя, но не забудьте поставить это в план «на потом». Это вовсе не значит, что вы должны отпустить себя совсем от всего. Я имею в виду то, что вы должны делать каждое дело вовремя. Вовремя – значит, именно в то время, когда дело идет. Если идет, то я могу за десять минут сделать то, что я не могу сделать за десять часов тогда, когда не идет. Вы должны попытаться прийти к такому состоянию, когда вы сможете поймать нужную волну и на этой волне успеть сделать задуманное.

Что происходит? Представьте, что в какой-то момент в будущем начинается нужная вам волна. Она забросит вас туда, где вы хотите быть, за десять минут. Расстояние от настоящего момента до начала волны, например, два дня. И это расстояние вам нужно просто переждать. Вы ждете два дня, чтобы за десять минут сделать всю работу, чтобы потом еще один день подождать до проявления результата. Иногда нужно будет ждать неделю. Если вы сделали работу и видите, что она проявится через какое-то время, то отпустите себя, не держите в мыслях ожидание результата. Наша жизнь состоит из постановки задач и достижения целей, поэтому необходимо понять, что любая цель в нашей жизни – это промежуточная цель, а не конечная.

Если я это понимаю, то могу перед собой поставить сколько угодно целей, но при одном условии – не ставить себе конечных целей. Их нет и быть не может, потому что с достижением одной цели жизнь не заканчивается. Покупка обычного автомобиля может стать конечной целью, потому что после того, как вы его купили, вы продолжаете его покупать. Вы рассказываете друзьям, как копили деньги, как выбирали цвет, как искали, как в магазин не привезли вовремя, а потом поставили не ту комплектацию... Вы уже едете на этой машине, но все еще ее покупаете. И так можно год, два, три на ней ездить и все еще находиться в прошлом, застряв в одной точке.

Есть притча о человеке, который решил дойти до края земли. Вот он собрался в дорогу, приготовил рюкзак, продал квартиру, попрощался с семьей, сказал: «Все, я иду искать край, где земля заканчивается», – и пошел. Шел, встречался с людьми, беседовал с ними, радовался жизни, проходил города, страны и вдруг пришел к краю земли, а внизу – пропасть, которую нельзя обойти. Всевышний ему говорит: «Ну что, шагай вниз. Что ты остановился?» А человек отвечает: «Но я не готов. Я не знал, что так быстро дойду, я не хочу».

Если вы хотите быстрее дойти до своей цели, вы, конечно, можете это сделать, но что потом? Не спешите жить, получайте удовольствие от самого процесса – от нас ведь именно это и требуется!

Алхимия духа



СЕРГЕЙ РАТНЕР



**ИСПОЛНЕНИЕ
ЖЕЛАНИЙ**

**ВЫСШИЕ ЗНАНИЯ:
ПОДКЛЮЧИТЬСЯ, СКАЧАТЬ И ИСПОЛЬЗОВАТЬ**

