

Л.В. Кухарева

**ПРАКТИКА ДУХОВНОГО
ОЧИЩЕНИЯ**

От кресения к воскресению

Москва



Амрита-Русь

2012

УДК 159.923

ББК 88.73

К 95

К 95 Кухарева Л.В.

Практика духовного очищения. От крещения к воскресению/
Л.В. Кухарева. — М. : Амрита, 2012. — 272 с.

ISBN 978-5-413-00793-8

Крещение — это инструмент прикладной психологической работы. С помощью него можно убирать любые психологические помехи, будь то переживания, страхи, обиды, бездумность и т.д. и т.п.

Работайте как с помехами, порождёнными вашими собственными решениями и выборами, так и с помехами, проникнувшими в ваше сознание против вашей воли. Найдите на линии жизни точки, в которых нить судьбы искривлялась, — с помощью крещения можно исправить судьбу.

Эта книга позволит освоить данный инструмент даже тем читателям, которые раньше ничего о нём не слышали. А те, кто испытывает трудности в постижении крещения и хочет с ними справиться, смогут повысить своё мастерство.

УДК 159.923

ББК 88.73

ISBN 978-5-413-00793-8

© Л.В. Кухарева, 2012

© Иллюстрации. М.В. Казимир, 2012

© Оформление. ООО «Амрита», 2012



**ПРАКТИКА ДУХОВНОГО
ОЧИЩЕНИЯ**

От кресения к воскресению

БЛАГОДАРНОСТИ

Здесь я хочу поблагодарить тех, кто так или иначе участвовал в подготовке этой книги.

Спасибо моему мужу, Кухареву Антону. Многие понятия, которые я использую в этой книге, были изначально раскрыты и проработаны Антоном, а потом осознаны и описаны мной. Антон редактировал эту книгу, помогал мне увидеть в ней места, требующие более глубокой проработки.

Спасибо Александру Шевцову за то, что когда-то открыл для меня кресение. А также за то, что напомнил мне о моей большой мечте. За то, что показал другой взгляд на состав человека и устройство мира.

Спасибо Андрею Курдюкову за то, что увидел в начатом мною деле что-то настоящее и теперь помогает его развивать и тем самым воплощать нашу общую мечту.

Спасибо всем ученикам «Школы становления» за то, что они так самоотверженно продвигаются по пути своего становления. За то, что доверились нам как наставникам, и не обманули наших надежд. За то, что их запрос так велик, что вынуждает нас идти в глубокое исследование того, как устроен человек и каков его земной путь.

Спасибо моим родным за то, что они меня любят.

Спасибо Дмитрию Стрелову и Анне Серовой. В своё время они помогли мне увидеть место психологии в моей жизни.

Спасибо Марине Асадчевой, которая на протяжении 6 лет была моим помощником и соратником по тому делу, которое мы делали в рамках компании «КРЕС-Консалтинг».

ОБ ИСТОКАХ ЗНАНИЙ, РАСКРЫВАЕМЫХ В ЭТОЙ КНИГЕ

Эта книга посвящена одному из инструментов духовного очищения. Впервые я узнала об этом инструменте в начале 90-х на семинарах Александра Александровича Шевцова. Поначалу он называл его «крещением», через несколько лет появилось слово «кресение». По его словам, ему этот инструмент был передан по прямой передаче от людей, которые хранили русские жреческие традиции. Эти люди называли себя мазыками и считали себя потомками древних скоморохов. К сожалению, я никогда не видела мазыков, они не передавали мне своих знаний. Всё, что знаю об их школе, я получила на семинарах А.А. Шевцова. Я ездила на его семинары на протяжении семи лет, и за это время трижды прошла курс, который он выкладывал в Училище Русской Народной Культуры.

Никто из мазыков не подтвердил мне, что я взяла их школу, и в частности кресение. Не подтвердил этого и сам Александр Шевцов, если не считать таким подтверждением его ответ на мою просьбу прочесть эту книгу и сопоставить моё понимание кресения со своим¹: *«Что касается книги, я, право, в замешательстве. Думаю, ты знаешь, что делаешь, и вполне доверяю твоему чутью».*

¹ Если сравнивать, как вижу кресение я и как видит его А.А. Шевцов, наверняка эти образы в чем-то отличаются. Если вам интересно ознакомиться с кресением, которое передает А.А. Шевцов, вы можете обратиться в созданную им «Академию самопознания». В 2007 году в издательском товариществе «Роща Академии» вышла книга А.А. Шевцова «Кресение».

Настоящее освоение этого инструмента у меня началось только после того, как я прекратила своё обучение в Училище Русской Народной Культуры. Пока я училась в училище, я жила в сообществе, где всё было продумано за меня. Там у меня не было потребности вставать на свои собственные ноги. Когда же я оказалась один на один с собой, и когда передо мной встала необходимость собственного становления, я обнаружила, что в настоящей жизни все те инструменты работы над собой, которым я обучилась в Училище, у меня не работают. У меня не получалось ни сколько-нибудь серьёзно меняться, ни менять свою жизнь. Тогда я решила, что возьмусь за освоение этих инструментов основательно и добьюсь того, чтобы они у меня заработали. С тех пор прошло 11 лет.

При том, что часть теоретических знаний о кресении мною взята из курса «Училища Русской Народной Культуры», а также из книги А.А. Шевцова «Кресение», то, чем я владею на сегодняшний день и о чём буду рассказывать, — это моё собственное понимание и видение кресения, мой собственный жизненный опыт, мои собственные открытия, находки и прозрения.

Что такое кресение? В «Толковом словаре живого великорусского языка» В.И. Даль приводит такие значения для слова «кресить»: кресить огонь — *«высекать»* либо кресить кого — *«воскрешать, оживлять»*. Приводятся такие примеры: *«Игорева храброго полку не кресити»* («Слово о полку Игореве»), *«Упрямого креси, а он в могилу лезет!»*. Помимо глагола «кресить» в русском языке используется глагол «креситься». В этой форме слово приобретает значение *«быть высекаему»*. Помимо глаголов есть и существительные с тем же корнем: крес, воскрес, кресало, кресенье, воскресенье. Под воскресеньем подразумевается не только день недели, традиционно посвящённый служению Богу. Воскресенье здесь употребляется в значении «духовное перерождение» или, другими словами, «второе рождение».

Судя по значениям слова «кресить», наш народ связывал воедино высекание в себе некоего огня и духовное возрождение. Действие по высеканию такого огня обозначалось словами «кресить» или «креситься». А сам обряд — словом «кресенье». В христианстве мы встречаем сходный обряд, название которого звучит как «крещение».

Кресенье — это один из видов духовного очищения. Выражения «кресёные души» (то есть прошедшие обряд кресенья) и «чистые души» имеют одно и то же значение. В ходе обряда кресенья всё мёртвое и чужеродное сгорает в очистительном огне и возникает новая жизнь. В.И. Даль в своём словаре приводит пример, в котором «крес» и «житьё» ставит в один ряд: *«Кресу нет, покою, житья, взнику, вскресу»*.

Тот инструмент духовного очищения, о котором я буду вам рассказывать, возможно, и есть то самое кресенье, о котором говорил русский народ. Многие указывают на это. В частности, он является инструментом огненного очищения, применяемого к душе. Он позволяет очиститься от «мертвечины» и чужеродного, и таким образом вернуть себя к жизни и стать новым человеком.

Но самое главное, что даёт мне право считать тот инструмент, которым я владею, народным кресеньем, а себя — носителем и продолжателем русской школы самопознания, — это знаки моего пути. В результате духовного очищения мне стали открываться сказки, былины, песни, заговоры русского народа. Для меня это знаки того, что я иду тем же путём, который описан в этих источниках знаний русских людей о пути души в этом мире. Быть может, для русской души не может быть никакого другого пути Домой, кроме этого... И чтобы встать на этот путь, нужно только одно — осознание того, что в душе ты — русский. После этого душа заболит и вспомнит, и приведёт тебя и к учителям, и к знанию. А знание — оно разлито в этом мире. До него лишь нужно дорасти.

Прикладной инструмент духовного очищения, которому посвящена эта книга, я буду называть «кресением». Так его сейчас называет А.А. Шевцов, человек который меня с ним познакомил, и так привычнее говорить современным людям. Но, судя по словарю В.И. Даля, слова, связанные с очистительным обрядом духовного возрождения, использовались русскими людьми немножко в другом звучании, а именно как «кресенье» и «воскресенье». На мой взгляд, именно в звучании слова «кресенье» отображается то трудоёмкое чирканье кресала, с помощью которого высекаются искры, приводящие к воскресенью — разжиганию огня. Если вам сейчас удалось почувствовать суть слова «кресенье», вы сможете ухватить образ, который я вижу за кресением как прикладным инструментом духовного очищения.

В ходе кресения человек кресит, то есть высекает огонь в своей душе. Кресение — наиболее трудоёмкий этап очистительной работы. Он предполагает искреннее прохождение через всё неявное, неясное и запутанное в своём сознании. Если прожечь всю эту тухлость искрами своей души, в какой-то момент ты сможешь воз-жечь в своей душе огонь. С этого момента кресение переходит в вос-кресение. На этапе воскресения, в очистительном огне твоей души сгорает духовная грязь. И через это очищение рождаешься ты новый. Вот это и есть тот образ кресения (и следующего за ним воскресения), который я буду разворачивать в этой книге.

ВЪЕДЕНИЕ

Как вы уже поняли из предыдущего раздела, эта книга посвящена духовному очищению, а точнее, конкретному инструменту такого очищения — кресению.

Кресение позволяет убирать любые психологические помехи, будь то переживания, страхи, обиды, бездумность и т.д. и т.п. Кресение позволяет работать как с помехами, которые были внесены в сознание собственными решениями и выборами, так и с помехами, которые были внесены в сознание помимо собственной воли. Кресение позволяет находить на линии жизни точки, в которых нить твоей судьбы искривлялась. С помощью кресения можно исправить судьбу, вернуть её в желаемое русло. Делать кресение можно как самостоятельно, так и при помощи другого человека. Кресение является очень действенным инструментом прикладной психологической работы.

Уже многие годы я живу с кресением. С помощью этого народного инструмента духовного очищения я убираю любые внутренние помехи, стоящие на моём пути.

Освоить кресение в моём понимании — это выйти на такой уровень владения этим инструментом, на котором ты обретаешь способность **САМОСТОЯТЕЛЬНО** разобраться с **ЛЮБОЙ** психологической **ПОМЕХОЙ**, возникшей на твоём пути. Кроме того, под освоением кресения я имею в виду достижение такого состояния, когда кресение становится неотъемлемой частью твоей жизни, когда отслеживание помех происходит постоянно, как дыхание, а их вычищение

запускается тут же. Я называю это состояние — **ЖИТЬ В КРЕСЕНИИ**. В книге я делюсь своим пониманием и опытом того, как освоить крещение на таком уровне.

По-хорошему крещение нужно осваивать через прямую передачу. На уровне состояний. Очень непросто освоить крещение через понимание. Потому мы начнём с самых азов. С определения таких понятий, как «чистота», «грязь», «очищение». Мы задумаемся над тем, что такое очищение, и, в частности, духовное очищение. Сделаем остановку, чтобы каждый из вас смог выбрать для себя, нужно ли ему тратить свою жизнь на духовное очищение. А дальше с теми, кто сделает выбор в пользу очищения, мы будем осваивать крещение. Я буду рассказывать, как оно работает, в чём трудности его освоения и как их преодолеть.

Уважаемый читатель! В этой книге я буду обращаться к тебе на «ты». Предмет нашего разговора так тонок, что даже одна дополнительная плёнка отчуждения (в виде обращения на «вы») может оказаться преградой, помешающей тебе переложить то, о чём я пишу, на себя и в итоге услышать меня и понять.



**О ДУХОВНОМ
ОЧИЩЕНИИ**

О ДУХОВНОМ ОЧИЩЕНИИ

Суть очищения

Цель человека, который занимается духовным поиском, можно свести к следующему: достичь такого совершенства, которое соответствует божественному замыслу в отношении него. Или, другими словами, прийти к Богу, приобщиться к нему, слиться с ним.

До тех пор, пока этого не произошло, человек чувствует, что его что-то отделяет от Бога. И это «что-то» находится в самом человеке. Убирание этой преграды является задачей любой духовной школы. В том числе и русской школы самопознания, носителем и продолжателем которой я себя вижу.

Вычищение из своего духовного состава того, что отделяет тебя от Бога и божественного замысла, является духовным очищением. Эта книга посвящена именно этому сакральному действию.

Задача этой книги — помочь читателям освоить духовное очищение на прикладном уровне. Осваивать это умение вам придётся не через прямую передачу (то есть от мастера к ученику), а через понимание, которое у вас появится после прочтения книги. Чтобы у вас родился полноценный образ, дающий достаточный для прикладной работы уровень понимания, я должна начать своё объяснение с самых основ науки духовного очищения.

Для начала мы определим, что такое грязь, или нечистота.

Грязь (или нечистота) — это понятие, используемое для обозначения того, что примешалось к какой-то вещи (веществу) и является чужеродным по отношению к ней (нему). Увидьте, что грязь — это только понятие. Пыль, размокшая почва, краска, жир и т.п. становятся грязью только в восприятии человека.

Грязью можно загрязниться, испачкаться, замараться, замазаться, изгадиться, замусориться, засориться, захламиться и пр. Различные слова передают различные оттенки понятия «грязниться» и указывают нам на то, что существуют различные виды грязи и способы, которыми можно загрязниться. Грязь может налипать на вещи, входить в неё, растворяться в ней, застревать, примешиваться и пр.

Если говорить о грязи относительно духовного состава человека, то грязь — это всё чужеродное, что вошло в духовный состав человека, что расходится с духовной природой человека, претит ей. Такая грязь искажает человека и делает его несоответствующим божественному замыслу. Таким образом, то, что отделяет человека от Бога, — это и есть грязь, способная войти в духовный состав человека.

От понятия грязи в духовном составе человека перейдём к понятиям духовной нечистоты и духовной чистоты. В этом нужно разобраться для того, чтобы понимать, от чего ты будешь уходить и к чему приходить в своей работе.

Духовная нечистота — это понятие, используемое для обозначения состояния, в котором человек теряет единство с Богом по причине того, что в нём присутствует что-то, что отделяет его от Бога. Соответственно, духовная чистота — это понятие, используемое для обозначения состояния, в котором человек един с Богом, потому что в нём нет ничего, что отделяло бы его от Бога. Человека ничего не отделяет от Бога, когда в человеке нет грязи, то есть, когда он в точности соответствует божественному замыслу, когда он таков, каким его задумал Бог. Если видеть грязь таким образом, становится понятно, почему человечество всеми силами пытается от неё избавиться.

Чтобы ощутить это внутреннее неприятие грязи, попробуй сделать вот что: возьми грязные ботинки и проведи подошвой по своей одежде. Не получилось? Отчего так? Не хочется? Тогда давай попробуем проделать эксперимент попроще. Возьми кусочек бумажки и потри о грязный пол, а затем положи грязную бумажку себе на колени. Удержись, не убирай бумажку, пока не поймёшь, почему она так невыносима, почему её так хочется с себя скинуть. Я тебе советую отложить книгу и попытаться поискать ответ самостоятельно.

Я уже сказала, что грязь для человека — это нечто чужеродное по отношению к его природе. На примере с бумажкой можно обнаружить в себе две удивительные способности. Во-первых, мы можем на уровне ощущений отличать наносное, чужеродное от того, что считаем собой и своим. Во-вторых, в нас заложено неудержимое желание скинуть с себя чужеродное.

Раз мы способны отличать настоящее, истинное от привнесённого, значит, в нас есть нечто, обладающее такой способностью. Это нечто ведаёт божественный замысел, носит в себе идеал (или может каким-то образом к нему обращаться). Кроме того, в нас встроена потребность в очищении и в приведении себя к божественному замыслу, к чистоте. В каком-то смысле люди — это служители Бога, призванные очистить мир от наносного и привести его к тому состоянию, каким он был задуман. Прежде всего, это касается собственной души. Каждый из нас, очищая свою душу от наносного и инородного, приводит её к божественному замыслу или, другими словами, к Богу.

С точки зрения русской традиционной культуры душа и порождённое ею сознание нуждаются в очищении. За жизнь душа искривляется под тяжестью неверных выборов, сознание наполняется множеством болезненных переживаний. И в результате такого наполнения мы подменяем себя живого и настоящего на неуязвимую и победительную личность. Очищаясь от того, что было приобретено за эту жизнь, ты докапываешься до несовершенств, с которыми и ради которых твоя душа воплотилась на этот раз. Исправляя эти

несовершенства, ты приближаешься к себе настоящему, к тому замыслу, который Бог в тебя вкладывал изначально.

Подводя итог, дам определение очищению. Очищение чего-то — это убирание из этого «чего-то» чужеродных примесей и приведение её тем самым к чистоте (то есть, к соответствию исходному божественному замыслу). Очищение — это сакральное действие по отделению и освобождению истинного, сущностного от чужеродного.

Духовное очищение — это очищение духовного состава человека. Подробнее об этом дальше.

Предмет духовного очищения

Если мы всерьёз решили заняться духовным очищением, нужно понимать, что именно мы будем очищать. Или, другими словами, что является предметом духовного очищения. Какое тело или среда? Я могу предположить следующее: физическое тело, душа, дух, сознание, разум, ум.

Мне кажется, что предметом духовного очищения являются, прежде всего, сознание и душа. Язык вообще не принимает такое словосочетание, как «очищение духа». А выражения «очищение разума» и «очищение ума» принимаются с натяжкой.

Чтобы дать более обоснованное заключение о том, что может быть предметом духовного очищения, нужно сначала понять, что такое физическое тело, душа, дух, сознание, разум и ум. А затем понять, какие из перечисленных составляющих духовного состава человека могут загрязняться.

Если бы каждый из нас обладал достаточным видением тонкого состава человека, нам бы не пришлось понимать, что такое душа, дух и т.д. — мы бы просто видели всё это. А пока у нас такого видения недостаточно, я могу говорить лишь о доступном мне на сегодняшний день понимании этих сущностей.

Что такое дух. Может ли дух быть предметом очищения

У меня очень мало наблюдений за проявлениями духа. Я чувствую его присутствие, когда не сдаюсь в трудных ситуациях, когда, несмотря ни на что, продолжаю свой путь. Его присутствие во мне постоянно и неизменно и в силу этого привычно. Наверное, поэтому так трудно выделить его в нечто самостоятельное. Если это вообще возможно. Я ощущаю присутствие духа как присутствие во мне чего-то, что меня ведёт и даёт мне силы.

А.А. Шевцов говорил, что мазыки считали дух стрелкой компаса, которая всего лишь указывает направление — Путь Возвращения Домой. В.И. Даль в своём словаре называл это свойство духа *«стремленьем к небесному»*.

У меня нет ощущения, что мой дух может загрязняться. Скорее, может теряться его присутствие или, если быть более точной, ощущение его присутствия. Когда я «в духе», у меня всё ладится, всё горит. Когда я «не в духе», всё замирает, останавливается, рушится, валится из рук. Возможно, я не права и дух также нуждается в очищении. Но я этого не ощущаю, да и народ не оставил в языке никаких намёков на то, что дух требует очищения. Единственное выражение — «нечистый дух». Но если прислушаться к своему чувствованию языка, дух нечистый не потому, что он загрязнился и нуждается в очищении, а потому что дух может быть нечистым по своей природе. То есть природа духа может отличаться от той, которую мы ощущаем в творениях божьих. Будто этот дух является порождением других миров и других богов.

Я буду считать, что дух не нуждается в очищении. По крайней мере, до тех пор, пока у меня не появится видение, которое позволит вывести более точное суждение.

Что такое душа. Может ли душа быть предметом очищения

Я не стану объяснять, что такое душа, и доказывать, что она есть. Вместо этого я помогу тебе почувствовать свою душу. Надеюсь, это будет убедительнее любых слов. Я сейчас напишу несколько фраз. Постарайся читать их проникновенно. Когда будешь их читать, удерживай своё внимание на ощущениях в области грудины.

<i>Смотри этот столбец, если ты женщина</i>	<i>Смотри этот столбец, если ты мужчина</i>
<i>Да какая же ты у нас хорошая! Помощница! Хорошая девочка! Молодец! Умничка! Рыбка моя! Золотой ребёнок!</i>	<i>Да какой же ты у нас хороший! Защитник! Смелый! Хороший мальчик! Молодец! Умный мальчик! Мой котик! Золотой ребёнок!</i>
<i>Ну что ж это за ребёнок такой непослушный! Гадкая, противная девчонка! До каких пор это будет повторяться? Я тебя спрашиваю! Глупая! Лезешь куда попало! Дрянная девчонка! Ты — плохая девочка!</i>	<i>Ну что ж это за ребёнок такой непослушный! Гадёныш! Пакоcтник такой! До каких пор это будет повторяться? Я тебя спрашиваю! Глупый! Лезешь куда попало! Дрянной мальчишка! Ты — плохой мальчик!</i>
<i>Хорошая девочка! Умничка! Лапочка! Моё золотце! Такая послушная, красавица! Любимая доченька! Наша гордость! Хорошая девочка!</i>	<i>Хороший мальчик! Умничка! Молодец! Мой золотой! Такой послушный, умный! Любимый сыночек! Наша гордость! Хороший мальчик!</i>

Удалось ли тебе почувствовать, как расширение и лёгкость в районе грудины сменяются на сжатие и тяжесть, и наоборот? Если удалось, то постарайся почувствовать, увидеть и понять, что именно в тебе расширялось и сжималось в ответ на определённые слова. Понаблюдай за собой и убедись, что расширялась и сжималась явно не грудь и не лёгкие, и не сердце. У нас нет культуры наблюдения за подобными

явлениями. Мы почти не используем в своей жизни тот «орган», который тебе удалось почувствовать в ходе этого опыта. Поэтому для описания этого явления у тебя нет слов. А всего лишь каких-то 150 лет назад у русских было и слово для обозначения этой сущности, и сама сущность была неотъемлемой частью жизни. Потом от этой сущности отказались, объявив, что её нет. А со временем стёрлось и слово, стало пустышкой, неким мифическим образом, обозначением чего-то нереального. «Философский словарь» под редакцией И.Т. Фролова 2001 года издания называет душу *«термином, употребляемым нередко в качестве синонима термина „психика“»*. Оттого, что мы, во главе с естественной наукой, отказались от души, она существовать не перестала. Живёт себе, дышит, болит, радуется, любит. А нам, дуракам, нужны доказательства её существования. Хотя она так рядом! И не нужно-то никаких доказательств. С одной оговоркой: для того, кто хочет её увидеть. Ну а тому, кто не хочет, доказательства тоже не нужны. Если человек специально отводит глаза от своей души, заставить его смотреть в это место невозможно. Он же понимает, что стоит ему туда посмотреть, как рухнет весь его мир. И тогда получается, что всё зря... Это очень больно. Поэтому не нужно трогать таких людей. Когда они будут готовы, когда наберутся храбрости, они сами туда посмотрят.

Душу можно почувствовать не только на таком ярком примере, когда тебя хвалят или ругают. Твоя душа постоянно отзывается на душевные движения и порывы других душ. Ты только прислушайся. Вот прямо сейчас ты читаешь эти строки, а твоя душа может волноваться, радоваться или тосковать.

Итак, может ли душа загрязняться? В языке сохранилось очень много указаний на то, что душа может вбирать в себя некие загрязнения. Взять хотя бы такое известное народное выражение, как «взять грех на душу». Однако, по моим ощущениям, большинство народных наблюдений, которые мы относим к загрязнению души, на самом деле имеют отношение к её порождению и продолжению — к сознанию. Народ часто

говорит о сознании как о душе. Тяжесть и кривизна, гнетущие душу, являются, по сути, некими образами, содержащимися в сознании. Каким-то образом душа чувствует эти поражения сознания и болеет от их наличия: *«На душе мутит, с души тянет, тошнит, нудит, делается дурно»* (из толкового словаря В.И. Даля). Если так, то для того, чтобы облегчить душу и избавить её от гнёта, нужно очищать сознание. Но остаётся открытым вопрос: а может ли загрязняться сама душа?

Такие эпитеты, как малодушный, чёрствый, мелкий, наивный, слабый и тому подобные, на мой взгляд, относятся именно к душе, к каким-то душевным несовершенствам. Что может делать душу несовершенной? У меня есть два предположения: либо природная незрелость, либо наличие загрязнений (чужеродных вкраплений). Либо и то и другое одновременно!

В древних учениях и у многих философов встречается сравнение молодой души с золотоносной рудой. Согласно этим представлениям, изначально, с момента сотворения, душа имеет в своём составе чужеродные примеси. Задача души при воплощении — выплавить из себя примеси и превратиться в чистое «золото». Наличие в душе большого количества чужеродных примесей есть признак её незрелости. Убирание этих примесей переводит душу в новое качество. И это каким-то образом связано с обретением зрелости, то есть со способностью души давать плоды.

Опыт моей прикладной работы подтверждает этот взгляд и даёт мне возможность допускать, что душу можно очищать, что душа является предметом духовного очищения.

Что такое сознание. Может ли сознание быть предметом очищения

Задайся вопросом, как ты понимаешь, что такое сознание. Вероятно, у тебя возникнет мысль, что сознание — это что-то такое в мозгу. Причём явно не анатомическая (не вещественная) часть мозга. А что-то невидимое. Возможно,

продукт работы мозга. Или что-то связанное с нервами. Или психикой. А что такое психика и где она живёт в тебе? Чувствуешь, что так мы можем окончательно запутаться? Возможно, ты ответил более умно, но вряд ли более внятно. Не потому что ты глуп или необразован, а потому что это уровень современного понимания сознания. Хочешь убедиться? Пожалуйста! Найди словарную статью на слово «сознание» в популярном современном психологическом словаре под редакцией Мещерякова Б.Г., Зинченко В.П. Если у тебя хватит сил дочитать её до конца, то ты убедишься, что современная наука имеет очень невнятное понимание того, что такое сознание. Как оговорились сами авторы этой статьи, сознание есть *«предельная абстракция и одновременно „вечная“ проблема философии, психологии, социологии»*.

Раз наука отказывается отвечать на этот вопрос, я сразу перейду к тому пониманию сознания, которое у меня сложилось за годы самопознания после встречи со школой мазыков. Чтобы пояснить, что такое сознание, мне нужно снова вернуться к душе.

Наши предки видели, что душа имеет огненную природу. И одновременно с этим они видели сходство души с ветром и паром. Приведу две цитаты из книги «Поэтические воззрения славян на природу» А.Н. Афанасьева (раздел «Души усопших»):

«Как огонь сопровождается дымом, как молниеносное пламя возгорается в дымчатых, курящихся парах облаках, так и душа, по некоторым указаниям, исходила из тела дымом и паром. В Софийском временнике о смерти в. кн. Василия Ивановича сказано: „и виде Шигона дух его отшедше, аки дымец мал“. <...> Слово пара [парить — делается душно перед грозой и дождем, преть, парун — зной, духота] имеет следующие значения: пар, дух и душа; пара вон, т.е. душа вон!»

«Далее — душа понималась, как существо воздушное, подобное дующему ветру. Язык сблизил оба эти понятия, что наглядно свидетельствуется следующими словами,

происходящими от одного корня: душа, дышать, воз(вз)-дыхать, д(ы)хнуть, дух (ветер), дуть, дунуть, духом — быстро, скоро, воз-дух, воз-дыхание, вз-дох. В других языках также придаются душе названия от воздуха, ветра, бури <...>. В глубочайшей древности верили, что ветры суть дыхание божества и что Творец, создавая человека, вдунул в него живую душу. Ветрам присвоила сила призывать мертвых к жизни, одухотворять трупы и кости. Покидая тело, душа возвращалась в свое первобытное, стихийное состояние».

От наблюдения о сходстве души и пара — один шаг до понимания, что такое сознание.

Душа — не только сходна с воздухом по тонкости своего тела. Душа не только тонкое тело (наподобие призрака или облака), которое может существовать отдельно от физического. Душа парит. И мне один раз в жизни удалось это почувствовать и увидеть. Однажды, когда на душе было очень тихо, я заметила, что в районе грудины идёт очень плавное, очень медленное парение. Истекающее вещество было такое тягучее, медленное, мягкое и живое, что мне не с чем его сравнить. Я не видела в природе ничего подобного. Для того чтобы его заметить, нужно было почти не дышать. И только через несколько лет по прошествии этого случая я прочитала у А.А. Шевцова, что мазыки видели, что душа парит. И то вещество, которое отделяется от души, они называли «парой». Пара исходит из души и разливается вокруг тебя как среда.

И есть у души ещё одно удивительное свойство, которое превращает пару в сознание. Душа может делать на своей тонкой коже отпечатки мира, с которым она сталкивается. Эти отпечатки или впечатления (в-печат-ления) отторгаются от души вместе с парой, позволяя душе создавать новые впечатления. По сути, впечатления есть некие знания о мире. Мазыки, по словам А.А. Шевцова, объясняли, что пара вместе с этими знаниями называется сознанием (со-знание). Сознание — среда, разлитая вокруг тебя и содержащая знания, или другими словами, образы.

Слово «образ» сходно со словами «обрезать», «резать», «разить», «поражение». Это намёк на то, что образы создаются из того же материала, что и само сознание (пара), неким поражением, обрезанием границ, то есть неким выделением. Именно благодаря этому возможно действие, обратное их выделению из среды, то есть, возможно их растворение в сознании. Или, другими словами, возможно очищение сознания от неугодных нам образов.

Когда мне впервые рассказывали о сознании, для меня было большой неожиданностью, что сознание находится не в голове и не в мозгу. Что сознание — это некая среда, вместительница, наполненная образами и разлитое вокруг меня. Ещё большей неожиданностью оказалось то, что сознание можно видеть и даже трогать.

В принципе сознание можно видеть даже обычным зрением. Я, например, не вижу всего содержимого чужого сознания, но когда человек уходит в переживания, иногда вижу вокруг его головы рваное белое облачко. Однажды я увидела подобное облако, когда со своими клиентами думали над разработкой стратегии. В какой-то миг нас буквально озарило, идеи посыпались градом, и образ начал завариваться на наших глазах. Я сидела в самом центре, и вдруг увидела то, что сначала приняла за дым. Я даже закричала: «Пожар!» На моих коленях клубился дым, а через мгновение до меня дошло, что это образ. Просто он стал настолько плотным, что я его в буквальном смысле увидела.

Но даже если ты ни разу не видел сознание глазами, не расстраивайся! Потому что ты видишь его постоянно и в мельчайших деталях, просто не глазами, а душой. Вернее, её оком. Видеть через зрачок называется зрением, а видеть оком души называется видением. Видением обладает каждый из нас. Но не каждый осознаёт это. Дело в том, что видение — это настолько естественно для человека, что просто смешно выделять эту способность как необычную. Поэтому многие её в себе не замечают. Прodelай описанное ниже упражнение, чтобы убедиться в том, что видение всегда с тобой.

Упражнение

на раскрытие видения

Вспомни какое-нибудь яркое переживание из детства. Например, как ты пошёл в первый класс или как тебя принимали в пионеры, выгнали из класса, как ты подрался или что-то подобное. Увидь в этом воспоминании себя и людей, которые были рядом с тобой.

После этого закрой глаза и продолжай рассматривать воспоминание. Увидь, что при закрывании глаз пространство твоего переживания никуда не исчезает. Ты по-прежнему видишь всех людей и обстановку.

А теперь самое удивительное. Открой глаза и увидь, что одновременно с реальным миром, который открылся тебе при открывании глаз, ты продолжаешь видеть и пространство твоих переживаний. Эти два мира будто наложены друг на друга и видятся тобой одновременно. Реальность — глазами, а переживание — оком души.

Поиграй с открыванием и закрыванием глаз и убедись, что ты постоянно видишь два мира. Ты живёшь одновременно в настоящем мире и мире своего сознания. И это настолько привычно, что ты не отмечал этого раньше.

Надеюсь, что после упражнения на раскрытие видения ты окончательно убедился в том, что сознание пространственно.

У сознания есть своя структура или, по-русски, состав. Есть там и механизмы поиска и развёртывания образов.

Например, из-за того, что душа постоянно творит всё новые и новые впечатления, ранние образы сдвигаются на периферию сознания. Возможно, из-за этого мы не помним предыдущих воплощений, задачу, с которой пришли в этот мир, своего младенчества.

Устройство сознания — целая наука. Для различных видов образов, способов их хранения, механизмов вспоминания у

нашего народа были свои названия. В этой книге мы будем разбираться в устройстве только той части сознания, которая будет нужна нам для кресения. Например, нам предстоит разобраться в том, как образуется и просыпается такой вид загрязнения сознания, как западок.

Может ли сознание загрязняться? Для меня такого вопроса не существует. Я вижу это и ощущаю, и проверила на многолетнем опыте. Содержимое сознания — образы. Среди них есть явно чужеродные, такие как чужие мнения или чужие цели, «чужие духи» (западки). В сознании есть множество других видов загрязнений. Подробнее об этом мы поговорим в разделе, посвящённом загрязнению сознания.

Что такое физическое тело. Может ли тело быть предметом очищения

Казалось бы любому человеку, особенно образованному, понятно, что такое физическое тело. Однако не всё так просто. У русского народа было два разных слова для обозначения физического тела: собственно тело (образованное от «тель») и плоть. В чём разница и связано ли как-то тело с духовным очищением?

Тель — вещество, составляющее тело и способное быть оживлённым, одушевлённым и одухотворённым. Находим в толковом словаре В.И. Даля: *«Тело ср. всякая тель, вещество, материя, в границах, в наружных пределах своих; <...> Тело животного, человека, весь объем плоти, вещества его, образующего одно цельное, нераздельное существо, оживляемое, у животного, животною душою, у человека, сверх сего, духом».*

В этой словарной статье В.И. Даль подметил наблюдения народа о том, что тело впускает в себя живу (животную душу), чувствующую душу и дух, позволяя себя оживлять, одушевлять и одухотворять. Как следствие этого, духовные и душевные проявления отражаются на теле. В том числе на теле отражаются и их загрязнения. На этот счёт у русского народа есть хорошая пословица: *«Душа согрешила, а тело в ответе».*

Действительно, тело отражает душевные несовершенства. Например, если человек неуверенный или хамоватый, обиженный или напуганный — это отражается на его теле. С другой стороны, и само по себе тело способно загрязняться духовно. А.А. Шевцов говорил, что мазыки называли тело «створожившимся сознанием». Оно, как и сознание, способно впечатывать в себя и хранить некие знания. Таким образом, мы приходим к тому, что тело нуждается в духовном очищении.

Теперь рассмотрим, что такое «плоть». Слово *плоть* практически не используется в современном языке, сохранились только его производные (например, *плотный*). Придётся обратиться к толковому словарю В.И. Даля. Если посмотрим в его словаре, как народ понимал, что такое *плоть*, то увидим полную противоположность тели: *плоть* — «*тело животного и человека; все вещество, из коего состоит животное тело, а в особенности мясо, мышцы; персть, прах, человек телесный, вещественная половина его, покидаемая при отрешении духа; <...> Это все *плоть* проказит! *Плоть* одолела, скотские побужденья. Обуздывай *плоть*. *Плоти* не покорствуй. *Плоть* бунтует. | Шевырюжки, струп, перхоть, перх, перша, отрубь, луна. *Плоть* вычесывается гребнем, сходит в бане; это верхняя кожа, в коей нет жизни, как в самой внешней коре дерева. <...> *Плотская* жизнь, противополо. *духовная*; *поблажка* вожделениям, похотям, животной жизни. Он человек *плотской*, предан миру, всему мирскому, суетному, чувственным уладам. <...> *Плотояд* м. [обозначение мужского рода. — прим. ред.] *плотоядное* животное, хищное, питающееся мясом, живым, либо падалью».*

Если *тель* — это вещество, которое способно принять в себя духовное, то *плоть* — это то вещество, которое остаётся, если убрать из тела одухотворённость. *Плоть* — это собственно мясо, прах, падаль.

В народных речениях тело сопоставляется с душой, а *плоть* — с духом. Но если тело ставится в пару с душой по принципу связи одного с другим, то *плоть* ставится в пару

с духом по принципу противоположности. Плотская жизнь противопоставляется духовной жизни: *«Дух и плоть врознь стремятся», «Дух тянет горе, плоть долу»*. Плоть утягивает дух в воплощение, в плотные миры. А духовная жизнь, напротив, направлена на путь возвращения к миру душ, к тонким мирам.

Плоть ни хороша, ни плоха, она такая, какая есть. Если и стоит от чего очищаться в отношении плоти, то не от желания тела справлять свои естественные потребности. Есть смысл очищаться от душевной зависимости от этих потребностей, от ловушки, в которую попадает душа в отношении плотских наслаждений. Таким образом, говоря о духовном очищении, мы опять приходим к очищению души и сознания, но не к очищению плоти.

Кстати, выражение «очищение плоти» относит нас к мытью тела и телесным очистительным практикам, направленным на очищение внутренних органов от продуктов жизнедеятельности, которые по каким-то причинам не были выведены из тела (чистка кишечника, печени, сосудов и т.п.). Имеет ли такое очищение какое-то отношение к духовному очищению? На мой взгляд, только косвенное. Есть примеры того, как люди полностью отказывались от телесного или оказывались парализованы, поражены смертельной болезнью, но при этом их духовная жизнь шла своим чередом. Плоть — это то, что не пройдёт через «игольное ушко» перехода, осуществляемого во время смерти. То, что останется здесь. Следовательно, есть смысл заниматься таким видом очищения, для того чтобы продлить своё пребывание здесь или хотя бы не ускорять приближение смерти.

Что такое ум. Может ли ум быть предметом очищения

По словам А.А. Шевцова, мазыки видели ум как некую способность. Толковые словари также сходятся в том, что ум — это способность. Для нашего рассуждения не важно,

какая именно. Эта способность, как и любая другая, не является телом (или средой), которое может вбирать в себя некое содержание, в том числе грязь. Способность есть некое свойство того или иного тела или среды, например, души, сознания, физического тела. Способность не может быть грязной. Она либо есть, либо её нет.

Если способность относится к некому телу или среде, то недостаточная раскрытость способности связана с какими-то нарушениями в этом теле или среде. Нарушения могут быть вызваны либо наличием внутренних помех, либо являться следствием внешнего воздействия. Внешнее воздействие может быть и необратимым (например, ампутация). А вот работа с внутренними помехами нам вполне доступна. Потому что помехи — это и есть грязь, чужеродные примеси. Можно раскрывать свои способности, очищая от помех те тела или среды, к которым эти способности относятся. Примерами помех, перекрывающих способности, могут быть проклятия, запреты, сомнения и т.п.

Таким образом, способность (например, ум, разум и пр.) не является предметом духовного очищения. Зато предметами духовного очищения являются духовные тела или среды, обладающие определёнными способностями.

Понятие грязи в духовном очищении

Мы определились с тем, какие духовные тела и среды будут для нас предметом духовного очищения. Это душа, сознание и тело. Теперь нужно разобраться в том, какой грязью они могут наполняться, от чего мы будем их очищать.

Грязь в душе

Приведу несколько примеров душевных несовершенств. Например, чья-то душа не может отличить ложь от искренности, чья-то душа не может сочувствовать, чья-то душа не понимает,

что такое добро или милосердие, чья-то душа не способна быть отважной, чья-то душа не может сохранить верность себе и т.п.

Что является чужеродной примесью, которая делает душу несовершенной, и как называется такой вид грязи, я не знаю. Пока я научилась лишь одному — извлекать уроки для своей души, на которых она учится и зреет. Возможно, при осознании урока как раз и происходит выжигание из души чужеродного вкрапления. Но пока я не могу говорить об этом наверняка.

Грязь в сознании

Единственное содержимое сознания — это образы. Значит, и загрязняться сознание может только образами. Если есть ощущение загрязнённости собственного сознания, значит часть содержащихся в нём образов чужеродна. Может ли такое быть?

Действительно, могут ли образы быть чужеродными? И что для образов означает чужеродность?

Первое предположение, что чужеродный образ — это образ, который состоит из чужой пары. По моим ощущениям, такие образы время от времени попадают в наше сознание.

Но чаще мы имеем дело с другим типом чужеродных образов. А именно, с теми образами, которые мы перенимаем от других людей как некую форму, но не осознаём их наполнения. Несмотря на то, что мы творим их из собственной пары, они для нас непонятны, и в этом смысле чужеродны.

И ещё один, пожалуй, самый распространённый вид чужеродных образов — это образы, созданные хотя и самостоятельно, но под гнётом чего-то чужеродного. Например, твоё же собственное решение, которое разрушает твою жизнь. Это твоё решение, но ты чувствуешь, что есть в нём что-то, что не соответствует твоей природе.

Возможно, все загрязнения сознания, в конечном счёте, сводятся к душевным несовершенствам, их корни находятся в

душе. Именно из-за того, что душа несовершенна, в сознание попадает грязь. Например, если душе не достаёт отважности, сознание наполнено страхами. Если душа не ценит себя, сознание забито сомнениями в себе, чужими мнениями, чужими целями. Если душа ещё не наигралась в игры с людьми, сознание заполнено обидами. И так далее.

В сознании очень много загрязнений. Загрязнения делают сознание более плотным, мутным, тёмным, запутанным. По мере распутывания того, как всё уложено в твоём сознании, по мере распускания узлов боли и напряжений, пересмотра и осознания того, что было принято бездумно, — тяжесть, мусть, излишняя сложность будут уходить и сознание будет в буквальном смысле слова проясняться. И за счёт этого лучше пропускать исходящий из души свет. Снаружи это будет выглядеть, как просветление. Просветление и есть то состояние сознания, которое обретается в результате духовного очищения.

Грязь в теле

Я уже говорила, что тело, как и сознание, способно впечатывать и хранить знания (образы). Недавно при правке позвоночника я вспомнила, как в детстве упала с шелковицы прямо на спину. Тело вспомнило ту дикую боль, которую я почувствовала, когда попыталась подняться. Одновременно с этим я вспомнила, как ко мне подошёл брат, и я просила его ничего не рассказывать бабушке. Образ брата и разговор с ним явно всплыл из сознания. А вот телесные поражения и боль были впечатаны непосредственно в тело. Места поражений можно почувствовать на теле как более плотные и болезненные.

На самом деле всё тело взрослого человека ощущается более плотным и менее чувствительным, нежели тело младенца. Оно как будто покрыто плотной и менее чувствительной к боли защитной корочкой. Эта «корочка» связана со слоем в сознании, где записаны образы простейших взаимодействий человека с миром природы (по словам А.А. Шевцова, мазыки

называли этот слой сознания «материком»). Плотность этой «корочки» на теле соответствует той плотности, с которой нас встречает эта планета.

Помимо материка у каждого человека есть своя личная история общения с миром природы и миром людей через тело. Кого-то кусала собака, кто-то отравился арбузом, кто-то обгорел на солнце, кого-то много били, кто-то профессионально занимался спортом и т.п. Очень часто телесные поражения не уходят бесследно. Они оставляют следы и на теле, и в сознании. Хорошо видны поражённые участки при разделке шкур у животных. В отличие от мягкой и упругой кожи, эти участки твёрдые и ломкие как стекло. Наверное, поэтому поражённый участок тела мазыки, по словам А.А Шевцова, называли «склянью».

В моей жизни были случаи, когда человек брал голый рукой горячую сковороду, когда человек ломал кисть, когда человек ранился до кости ножом, и при этом все эти люди не сдерживались, тут же выпускали крик, слёзы, проклятия и т.п. В итоге поражение заживало очень быстро и на теле не оставалось никаких следов. Склянь образуется из-за того, что в момент поражения тела человек сдерживается и не проживает свою боль. Это превращает повреждённый участок тела в тугий колкий комок. Одновременно с остекленеванием тела загрязняется сознание (сдержанным криком, невыпущенными слезами, непроговорёнными словами, а также принятыми из боли решениями, скрытыми страхами и т.п.). Из этого следует, что очищение некоторых участков сознания невозможно без работы с телом. А с другой стороны, очищение тела от скляни невозможно без очищения сознания.

Тело может загрязняться не только в результате травмирования. Как нечто чужеродное в тело могут войти болезни. В народной культуре болезни видели живыми существами, с которыми можно даже договориться. В частности, в заговорах упоминаются 12 дочерей (жён или послушниц) царя Ирода, которые *«пришли мучить род человеческий, главу жечь и кости ломить, и сердце щипать»*.

С точки зрения естественнонаучного мировоззрения, причина многих болезней тоже видится в том, что в организм попадает что-то чужеродное (вирусы, бактерии, гельминты и т.п.).

Несмотря на кажущуюся схожесть, в обоих взглядах есть существенное различие. Естественнонаучное мировоззрение видит причину болезней в попадании в организм чего-то материального, а традиционное мировоззрение видит причину болезней как загрязнение, прежде всего, духовного состава человека, проявляющееся и на телесном уровне.

У современного человека нет способностей, позволяющих увидеть то, о чём говорил народ. В такой ситуации проще решить, что народ недалёк и ошибается. Гораздо труднее открыть в себе такие способности, которые позволят уверенно подтвердить или опровергнуть народное видение.

Я не могу видеть болезни как сущности, но у меня было немало опыта, когда причина моего заболевания обнаруживалась в моём сознании, и через очистительную работу с сознанием излечивалось тело. Поэтому для меня исцеление тела от болезней является в первую очередь задачей духовного очищения.

В большей степени эта книга посвящена очищению обычного сознания, а не створожившегося (тела). Однако все основные принципы очищения одинаковы как для работы с обычным сознанием, так и для работы с телом. Конечно, есть и свои тонкости в очищении створожившегося сознания. Но о них надо говорить отдельно.

В заключение этого раздела хочу несколько слов сказать о состоянии тела, к которому его приводит духовное очищение. В ходе очищения из тела убирается то, что её разрушает и убивает. В итоге тело оживает, в него возвращается жизнь. Живое тело — вот результат такого очищения.

Суть духовного очищения

Обобщая всё, что было сказано, я прихожу к следующему определению: духовное очищение — это убирание из духовного состава человека грязи и приведение его тем самым к чистоте.

В духовном составе человека мы выделили три составляющих, нуждающихся в очищении. Это душа, сознание и тело.

Мы определили, что для души грязью (чужеродными примесями) являются душевные несовершенства, для сознания — некоторые виды образов, а для тела — склянь и болезни.

Чистота (соответствие исходному божественному замыслу) для души определяется её зрелостью, для сознания — просветлённостью, для тела — живостью.

Я уже говорила, что предметом этой книги будет в большей степени очищение сознания, нежели очищение души или тела. Поэтому в дальнейшем вместо словосочетания «духовное очищение» я буду чаще употреблять словосочетание «очищение сознания».

В заключение хочу вывести наш разговор на уровень мифологии, обратиться к тем временам, когда люди ведали пути и слагали для нас подсказки. В качестве источника бесценных знаний возьмём русскую народную сказку «Три царства: медное, серебряное и золотое». Главный герой этой сказки отправляется в путь на поиски своей матери — Анастасии.

Греческий перевод этого имени — «воскресение» (возвращённая к жизни). Не случайно Анастасия предстаёт в сказке в образе матери — той, которая даёт жизнь. Обретая её, ты становишься дважды рождённым. Родиться дважды означает обрести себя настоящего. Для этого необходимо пройти долгий путь:

- Вернуть себе душевный покой.
- Вернуть жизнь в тело.
- Обрести утраченную мудрость, высвободившись из плена образцов и исправив кривизну, накопившуюся в сознании за это и предыдущие воплощения.
- Взрастить свою душу, извлекая уроки из тех испытаний, что даёт тебе жизнь.

Продвигаясь от медного царства к серебряному, затем золотому и алмазному, главный герой сказки последовательно очищает ядра сознания. Русская традиционная школа самопознания видит путь к обретению себя через духовное очищение. Русские видели, что в человеке уже изначально всё есть. Остаётся только освободиться, очиститься от наносного и вернуть себя настоящего, свои способности, свою силу, мудрость, свой истинный масштаб, глубину, тонкость. Духовное очищение позволяет это сделать. Оно позволяет вернуться к истокам и воплотить изначальный замысел, который был задуман в отношении тебя в «небесной канцелярии».

Духовное очищение как путь

Занятие духовным очищением начинается с принципиального выбора — очищаться от наносного или накапливать его. За кажущейся простотой стоит очень глубокий жизненный выбор. Чтобы донести его суть, мне нужно немного рассказать о том, что русский народ понимал под личностью.

Мы очень редко показываемся в обществе такими, какие мы есть на самом деле. Чаще мы «из себя что-то строим». Показать себя неприкрытым очень уязвимо. Каждый из нас когда-то обрёл это болезненное знание. Тело, в котором ты являешь себя в обществе, в традиции называлось «личностью». Личностью не рождаются, личностью становятся. Другими словами, чтобы иметь сильную личность, её нужно формировать и усиливать.

Личность очень интересна для исследования. С одной стороны, она есть твоё собственное творение. А с другой стороны, народ называл её «приживалкой». Это та самая лиса, которая обманом забирается в заячью избушку. В личности есть много такого, что позволяет думать, будто она наделена собственным сознанием. Особенно ярко это проявляется, когда ты принимаешь решение от неё избавиться. С этого момента ты становишься настоящим воином, а твоя жизнь превращается в битву с самим собой.

У личности много ликов, вернее, личин. Для каждого случая своя «одежка». Самый яркий и невероятно глубокий рассказ о наиболее характерных человеческих личинах — это русская народная сказка «Теремок». Одновременно эта сказка является описанием того, как и в какой последовательности рождается личность и к чему в конечном итоге приводит такая жизнь, в которой сделана ставка на развитие личности.

Личность — это множество оболочек (личин), которые ткутся человеком из собственного сознания для того, чтобы скрываться под ними при появлении в обществе.

Личность нужна не только для того, чтобы защищаться и выживать в мире людей. Личность нужна для того, чтобы достигать в этом мире своих целей. «Под личиной» это делать гораздо проще. Определённые личины вызывают определённые реакции людей. Через личины можно управлять людьми. Тот, кто хочет вызвать страх, надевает страшную личину. Тот, кто хочет унижить человека, надевает личину умника или хама. Тот, кто хочет втереться в доверие, надевает личину душевного человека и т.п. Для того чтобы личины работали, над ними нужно постоянно трудиться. Скопировал у кого-то яркую чёрточку, проверил. Сработало — взял себе. Не сработало — нужно дотачивать до совершенства.

Я могу ещё многое рассказать о личности. О том, как она живёт и работает. Но для сегодняшнего разговора достаточно будет сказать лишь о том, как она вытесняет тебя настоящего и есть ли из этого выход. Надо понимать, что даже если твоя личность будет вызывать восхищение у окружающих, она не

есть ты. Создавая сильную личность, ты будешь всё дальше удаляться от себя настоящего. И причина этого удаления будет даже не в том, что личность — это наносной слой, призванный скрыть тебя настоящего. Главная причина — в целях. Личность всегда яркая и сильная, она всегда хочет выглядеть лучше, чем ты есть на самом деле, потому что её цель — победить. Победить всех, стать лучше всех, стать самой-самой. И, работая на создание сильной личности, ты всю жизнь будешь работать на других. Ты забудешь о себе именно поэтому. Твой взгляд будет устремлён не в себя, не внутрь — ты будешь вывернут наружу, на других людей. При этом учти, что создание сильной личности — занятие не из лёгких, как минимум на полжизни. Вот и получается, что выбор «развивать и усиливать свою личность» есть выбор, определяющий твою жизнь.

Увидьте, что есть два совершенно разных жизненных пути:

- Один путь: кропотливо по чёрточкам собирать и оттачивать свои личины, с тем чтобы скрыть от человеческих глаз свои несовершенства и себя настоящего.
- Другой путь: безжалостно выискивать и убирать из себя чужеродные наслоения, с тем что убрать несовершенства и раскрыть себя настоящего.

Эти пути — как два полюса. Один нацелен на накопление чужеродного, другой — на очищение от чужеродного.

Люди, которые выбирают первый путь, покупают книги, ходят на тренинги, где их учат новым, более удачным образцам поведения, новым обликам. Где их учат, как быть сильной и яркой личностью.

Формирование яркой и сильной личности (добивающейся своих целей) — это наука и искусство, где нет дилетантов, где все мы — профессионалы. Потому что тратим на это очень большую часть своей жизни.

Люди, которые однажды избирают духовное очищение, тратят на это занятие не меньше времени, а может и

больше. Поэтому я и говорю о том, что выбор, очищаться от чужеродного или накапливать его, — это полноценный жизненный выбор. Он не только определит твой подход к жизни, но и направит твои усилия в определённое русло.

Путь духовного очищения, мягко говоря, не для слабых. Духовное очищение болезненно. Как больно отдирать от кожи присохшую грязь, также больно отдирать от живого сознания «мертвечину». И не менее больно сжигать в огне своей души то, что ты ощущал собой...

Духовное очищение не может быть временным занятием. Это образ жизни, вернее, выбор жизненного пути. Если это не твой путь, то нечего и забивать этим голову. А если твой, то нужно прочувствовать этот выбор, сделать его осознанно и закрепить решением. Тогда, обнаружив в себе чужое, тебе не придётся всякий раз выбирать: избавляться или попридержать. Очищение будет идти легко, само собой. Ведь выбор уже сделан.

Не моё дело советовать тебе, что выбирать. Это твоя жизнь, поэтому решай сам. Если выберешь очищение, тогда оставшаяся часть книги для тебя. Если выберешь формирование и усиление своей личности, тогда ты ошибся книгой.

Посредством чего происходит очищение, в том числе духовное

Хорошо бы воочию увидеть, как происходит очищение тонкоматериального состава человека. Увидеть, что и как воздействует на грязь, как эта грязь уходит. Это дало бы ответы на многие вопросы, дало бы понимание. К сожалению, чтобы заглянуть в эту «кухню», не хватает «мощности мелкоскопа». А понимание обрести всё равно хочется. Понимание позволит работать осознанно. Я предлагаю поступить следующим образом. Посмотрим на то, как происходит очищение в мире грубо-материальных вещей. Подумаем, можно ли перенести какие-то основные

закономерности на очищение духовное. А ещё понаблюдаем за нашим народом, который жил жизнью души и, возможно, шёл в обратном направлении: принципы духовного очищения переносил и на очищение материальных вещей.

Припоминание и простейшее рассуждение приводит нас к очевидному, но, возможно, не осознанному до конца факту: очищение в нашем мире происходит посредством огня, воды, ветра и земли — четырёх стихий, часто называемых святыми или живыми. Посмотрим, что думает на этот счёт наука и что думает народ. Действительно ли стихии очищают и могут ли они оказывать очистительное воздействие и на духовный состав человека?

Огонь

Некоторые вещи можно очищать от грязи огнём. Мои друзья научили меня в костре очищать шампуры от остатков шашлыка. Огонь — хорошее средство, если хочешь избавиться от чего-то навсегда. Например, сжигая письма, можно (как кажется) избавиться от своего прошлого. Или, по меньшей мере, от самих писем.

Раньше, когда огонь горел в каждом доме, сжигание мусора было обычным делом. Помню, когда я была маленькая, моя бабушка просила меня подмести в кухне, а затем собрать в совочек «сміття» и высыпать его в печку. «Сміття» — это «мусор» по-украински. Сейчас мы не сжигаем мусор, мы его собираем и выкидываем. Думается мне, что и потом этот мусор никто не сжигает, хотя я слышала о промышленном сжигании отходов. Зато по-прежнему можно встретить по осени костры на дачах, когда жгут старые листья или картофельную ботву.

Благодаря чему огонь уничтожает грязь? Человек естественнонаучного мировоззрения ответил бы примерно так: в результате горения происходит бурно идущая реакция окисления, которая превращает компоненты горючей смеси в продукты сгорания.

Посмотрим на это же явление глазами наших предков (выдержка из раздела «Огонь» книги А.Н. Афанасьева «Поэтические воззрения славян на природу»): *«Огонь есть самая чистая — светлая, и в этом смысле святая стихия, не терпящая ничего омрачающего, в переносном смысле: ничего злого и греховного. Считая за величайшее нечестие сорить хлебом, этим „даром Божиим“, крестьяне тщательно собирают рассыпанные крошки и бросают их в пламя очага, как в святилище всесовершенной чистоты; так же поступают они и с крошками пашки, и с остатками других освященных яств. Одним из обыкновенных прозваний бога Агни было очиститель; снк. ровака — огонь образовалось от ри — очищать: это первоначальное, коренное значение сохранилось в латинском *rigus*, тогда как греч. *πυρ* (др.-в.-нем. *fiur*) — огонь». От себя добавлю, что «*rigus*» с английского переводится как «чистый», а пиротехника есть по сути огнетехника.*

Русские видели огонь как стихию, способную очищать не только материальные вещи, но и стихию, способную производить духовное очищение: *«Живым огнем возжигаются купальские костры, через которые перегоняют поселяне скот и сами прыгают — в полном убеждении, что это наделяет здоровьем. Но сверх того к пособию живого огня прибегают всякий раз, как скоро обнаружится сильная смертность между населением или скотский падеж»; «Такое очистительное значение огня, прогоняющего темную, демоническую силу и вместе с нею все греховное, нравственно нечистое, побудило отдаленнейших предков наших соединить с сожжением мертвых мысль, что усопшие, сгорая на костре, очищаются от всякого зла и неправды и, просветленные божественным пламенем, водворяются в стране вечного блаженства»* (тот же источник).

Вода

Кроме огня для очищения от грязи можно использовать воду. Например, для стирки одежды, мытья посуды, купания.

Очистительное действие воды основано на растворении. В качестве растворителей используют не только воду, но и другие жидкости. Они растворяют грязь, но при этом, в отличие от воды, оставляют на вещи свой след (остатки своего вещества). И этот след люди тоже считают грязью. Например, если руки, испачканные в краске, потереть ацетоном, то потом нужно смыть с рук сам ацетон. Получается, что вода в этом ряду растворителей занимает совершенно особое место. В отличие от других растворителей, она не воспринимается нами как грязь (чужеродное). Возможно, дело в том, что мы сами состоим из воды. Но не всё так просто. Если ты увидишь на себе кровь, ты подумаешь, что испачкался. И даже если это твоя собственная кровь, она воспринимается как грязь. А вот чистая вода почему-то не воспринимается как грязь. Возможно, она на более глубоком уровне одной с нами природы...

Вода — удивительное с точки зрения очистительных свойств вещество. Не случайно вода используется во многих религиозных культах и традиционных обрядах. И есть даже такое понятие, как «святая вода». Вода, способная смывать грехи, то есть воздействовать на душу и сознание. Всё это было подмечено и использовалось нашими предками (раздел «Вода» книги «Поэтические воззрения славян на природу» А.Н. Афанасьева): *«Как живая вода весенних дождей просветляет туманное небо, возрождает природу и потому принимается за божественный напиток, прогоняющий демонов, дарующий красоту, молодость, здоровье и крепость мышц, так те же животворные свойства соединяют народные верования и вообще с водою — тем более что она действительно обладает свойством освежать тело и восстанавливать утомленные силы. И огонь, и вода — стихии светлые, не терпящие ничего нечистого: первый пожигает, а вторая смывает и топит всякие напасти злых духов, к сонму которых причислялись в старину и болезни. Рядом с окуливанием больного, перенесением его через пылающий костер, высеканием искр над болячками и тому подобными средствами народная медицина употребляет обливание*

водою, омовение, взбрызгиванье... <...> По преимуществу лечебные свойства приписываются ключевой воде. Родники и колодцы, глубоко чтимые за свою целительность, известны во всех славянских и немецких землях».

Как я уже сказала, очистительное действие воды основано на растворении. Рас-творение — это действие, обратное творению. В этом смысле растворение переводит сотворённое в то исходное вещество, из которого оно творилось.

Воздух

Ещё один способ очищения — это выветривание или продувание. Например, если какая-то вещь напиталась запахом, её можно вывесить на свежий воздух. Через несколько дней запах выветрится.

Как очищает воздух? Он силой ветра выбивает из вещества чужеродное и уносит с собой. Вот как об этом написано у А.Н. Афанасьева в «Поэтических воззрениях славян на природу» (раздел «Гроза, ветры и радуга»): *«Пламя грозы сопровождается порывистыми ветрами, и взаимными их усилиями очищается воздух от туманных испарений; эта естественная связь их отразилась и в языке: от санскр. корня ри — очищать произошли существительные равака — огонь и равапа — ветер».* Далее следует множество примеров из различных языков, где видится связь между словами «огонь», «ветер» и «очищение». В частности, от глагола «вею» произошло не только «ветр», но и «ватра» — огонь, пламя.

Ветер — очень сильная стихия, способная буквально сметать всё на своём пути. Там же у А.Н. Афанасьева читаем: *«В Ведах божественные представители ветров называются Марутами. <...> Маруты то гонят перед собою темные облака, надвигая их на ясное небо и собирая дождевые воды в единую массу, то рассеивают тучи, сотрясая на землю плодотворную влагу и очищая воздух своим бурным дыханием».*

Отношение к ветру у славян было как к божественной стихии (цитаты из того же источника): «*„Ветер — дух божий“*, утверждает галицкая поговорка, согласно с древнеиндийским представлением ветров дыханием Варуны (облачного неба)». Божественное происхождение ветра наделяет его очистительной силой (либо наоборот, очистительные свойства ветра говорят о его связи с богом): «*Как символ грома, как указание на грядущего бога-громовника, разителя демонов, звон, по общему поверью славян, немцев и других народов, прогоняет нечистую силу*».

Воздух — это не только ветер. Для человека воздух связан ещё и со звуком. Есть множество свидетельств о том, что звуки использовались для очищения и от враждебной силы, и от болезней, и даже от смерти (беру цитату из того же источника): «*Во время затмений солнца и луны — для отогнания демонов, пожирающих эти светила, на праздник Коляды — для отстранения тех же враждебных духов от новорожденного солнца, а равно весною — при обрядовом изгнании Мораны (Смерти = Зимы), крестьяне с криком и гамом бегают по селам, ударяя в бубны, тазы, сковороды и чугунные доски, брянца колокольчиками и бубенчиками, хлопая бичами и стреляя из ружей. То же хлопанье бичами, те же бешеные крики и тот же звон в тазы и сковороды сопровождают и обряд „опахивания“, когда изгоняется из села Моровая Язва = всепожирающая Смерть. Скоморохи, окрутники и кудесники, на которых издревле лежала обязанность участвовать в этих суеверных обрядах и заправлять ими, нацепляли на свои одежды звонки и бубенчики... <...>. Отсюда вера в целебную силу звона: в Воронежской и других губ. парни и девки ходят на Святой неделе звонить на колокольне, чтобы не болели голова и руки*».

И ещё несколько слов о музыке, позволяющей воздействовать даже на такие тонкие тела, как душа (тот же источник): «*Дующие ветры рождают разнообразные музыкальные тоны в воздухе... <...> Оттого встречаем тождественные выражения для веяния и музыки: от глагола дуть произошли дух = ветер и дуда, дудка, дудеть*»;

«Мифические представления, сочетавшиеся с пением, музыкой и пляской, дали им священное значение и сделали их необходимой обстановкою языческих празднеств и обрядов». И музыка действительно может очистить сердце. Например, от печали и боли.

Земля

Итак, огонь, вода и ветер! Что ещё в этом мире может очищать? Земля? Я сразу же вспомнила несколько примеров того, как землю используют в качестве очищения. Наверное, самый яркий пример, — это захоронение. Чтобы место для жизни оставалось чистым и пригодным для жизни, покойников либо сжигали, либо хоронили в земле, причём в специально отведённом для этого месте. Ради очищения закапывают в землю не только тела умерших людей. Закапывают мусор, чтобы он перегнил в земле. Земля вбирает грязь в свои недра и там перерабатывает и обезвреживает, превращая в плодородную почву.

А вот пример очистительных свойств земли в применении к более тонким телам. Земля за счёт своей огромной толщи будто вытягивает и принимает в себя твою «тяжесть». Тот, кто лежал на траве, раскинув руки, поймёт, о чём я говорю.

У А.Н. Афанасьева в «Поэтических воззрениях славян на природу» (раздел «Небо и земля») я нашла удивительную выдержку об очистительных свойствах земли: *«Старообрядцы перед обедом и ужином, за неимением воды, умывают себе руки землею, следоват., приписывают ей такую же очистительную силу, как и воде».*

В той же главе А.Н. Афанасьев рассказывает о том, что землю использовали для очищения, избавления от болезней и усталости: *«Иногда выходят больные на перекресток, падают ниц и просят мать сыру землю исцелить их от недуга. <...> В разных сторонах Руси жницы, окончив работу, катаются по ниве, приговаривая: „нивка-нивка! отдай мою силку, что я тебя жала, силку роняла“. <...> при головной боли берут из родника песку и прикладывают к голове с приговором:*

„как здорова земля, так бы моя голова была здорова!“ Как всеобщая кормилица, земля есть источник сил и здоровья»; «Чтобы нечистая сила не поселилась в нивах и не выжила с пастбища стад (т.е. не повредила бы тем и другим), хозяева читают заговор: „мать сыра земля! поглоти ты нечистую силу в бездны кипучие, в смолу горючую“».

И, наконец, ещё несколько отрывков, которые говорят о чистоте земли, возведённой в святость: *«Галицкие русины и малороссы называют ее святою... <...> В XIV столетии новгородские стригольники учили каяться в грехах не священнику, а земле»; «Народные русские сказки упоминают о старинном обычае: произнося клятву, есть землю, чтобы таким действием еще тверже скрепить нерушимость произносимого обета или справедливость даваемого показания. По словам Вадима Пасвека, на Украине бывали примеры, когда клятва скреплялась целованием земли, и такая клятва почиталась самую священною. <...> В старину на Руси, вместо обыкновенной присяги, долгое время в спорных делах о земле и межах употреблялся юридически признанный обряд хождения по меже с глыбою земли: один из тяжущихся клал себе на голову кусок земли, вырезанный вместе с растущей на ней травой на самом спорном поле, и шел с ним по тому направлению, где должна была проходить законная граница; показание это принималось за полное доказательство» (тот же источник).*

Божественное

Пока смотришь на мир из естественнонаучного мировоззрения народное видение и отношение к очищающим стихиям кажется нелепыми придумками неразумных детей. Но стоит только предположить, что кроме видимого материального мира есть мир духовный, всё переворачивается и открывается новый, доселе невидимый мир.

Четыре стихии представляют собой четыре образца чистоты: священный живой огонь, святая или живая вода, ветер — дух или дыхание Бога, Мать Сыра Земля. И одновременно

четыре принципиально разных подхода к очищению: огонь выжигает, вода растворяет и смывает, ветер выдувает, земля вытягивает и переваривает в себе.

Для народной мудрости это было так естественно... Яркий пример — заговоры на отведение болезней. В них знахарь поочерёдно обращается к разным стихиям (сборник «Русские заговоры и обереги» составитель Т.М. Тарасова):

«С ветру пришла — на ветер пойдя; с воды пришла — на воду пойдя; с лесу пришла — на лес пойдя отныне и до века».

Стихии являются эталонами чистоты, чистыми до уровня святости, чистыми настолько, что им приписывается божественное происхождение, связь с Богом. Им удаётся сохранять эту чистоту на протяжении миллионов лет. И это несмотря на то, что человек сбрасывает в них столько грязи! И сколько бы он ни сбрасывал, пройдут ещё миллионы лет, и все стихии останутся божественно, кристально чистыми.

Почему чистейшее способно очищать от грязи? Почему божественное способно высвобождать загрязнённую вещь от чужеродных вкраплений (от грязи) и приводить её таким образом к исходному божественному замыслу? А как иначе? Что, как не всецело божественное, может ведать замысел?

Остаётся только один вопрос: каким образом божественное поглощает грязь и остаётся при этом таким же чистым?

Очищающая природа души и тела

Духовный мир более тонок по сравнению с миром материальных вещей. Следовательно, духовное очищение требует более тонкого воздействия. Можно предположить, что очищающее воздействие на духовный состав человека может быть как внешним, так и внутренним. В предыдущем разделе я приводила примеры того, как в древности внешнее воздействие стихий использовалось для духовного очищения. В частности, как при помощи огня, воды, ветра и земли очищались от греховного, нравственно нечистого, болезней, немощи, злых духов и т.п. Теперь интересно рассмотреть

вопрос о внутреннем воздействии на духовный состав человека, в частности, на его сознание. Если возможно внутреннее воздействие, то все очищающие стихии (ветер, вода, огонь и земля) должны быть внутри нас.

В нашем теле, конечно, есть вода, есть даже специальный резервуар, где она скапливается. Есть в нас и ветер, для него в теле имеется специальный вход и «трубка», по которой он поступает. У некоторых с годами появляется и земля, вернее, песок. А вот огня, пожалуй, в теле нет ни у кого. Максимальная температура внутри тела чуть выше сорока градусов, а при этой температуре огня не бывает. Как же быть?

Тело состоит из плотного вещества. А для работы с тонким нужно более тонкое воздействие. Поэтому искать стихии нужно в более тонких телах, в частности в душе.

Что мы знаем о душе? Пожалуй, немного. Радует хотя бы то, что она есть. По крайней мере, после перестройки конца 80-х душа потихоньку снова начала появляться. Как, впрочем, и секс. Правда, в отличие от души секс проявил себя с гораздо большей силой. О сексе мы уже знаем почти всё, а о душе по-прежнему ничего. Наверное, секс нужнее...

Русский народ знал о душе гораздо больше, чем современные люди. Например, русские знали, что у души огненная природа. Об этом сохранилось множество подтверждений, которые до сих пор хранит наш язык. Вспомните такие выражения, как: загорелась душа, разжечь душу, огонёк твоей души, пламенное (горячее) сердце, заронить искру в душе и пр.

Ещё народ знал, что душа имеет и свойства воды. Вслушайся, как естественно воспринимаются выражения: излить из души в душу, растопить сердце, душа вскипела.

Есть в душе и признаки воздуха: из его души повеяло холодом, ветреная ты душа, в душе поднялся ураган, вдохнуть что-то в душу (например, жизнь, любовь), из души вырвался стон.

Иногда о душе говорят и как о земле. Но в этом случае, мне кажется, подчёркивают отступление от естественной природы души: его душа огрубела, покрылась коркой, непробиваемая душа, каменное сердце. Наверное, природа души действительно тоньше, чем то вещество, которое олицетворяет стихия земли. Другими словами, природа души тоньше, чем этот вещественный материальный мир. А вот если рассматривать наше тело, то оно как раз и будет являться для тонкого духовного состава человека олицетворением земли. Для тонкоматериальных образов физическое тело такое же плотное и необъятное как матушка Земля.

Итак, если душа и тело проявляют свойства огня, воды, ветра и земли, то можно предположить, что они, как и все эти стихии, обладают очистительными свойствами. Пока для меня это предположение остаётся на уровне догадки. По словам А.А. Шевцова, мазыки называли кресение обрядом огненно-водного очищения. Раньше я воспринимала эти рассказы как часть мифологии. И только теперь я задумалась над этим всерьёз и нашла действительные подтверждения, как на уровне рассуждений, так и на уровне ощущений.

На уровне ощущений я чувствую, что руки могут убирать тяжесть из тела, а душа может убирать тяжесть из сознания. Для того чтобы это случилось, нужно определённое состояние. Когда мои ладони становятся живыми, они тянут боль из чужого тела. Когда моя душа жжётся до самой кожи, я ощущаю стремительные изменения на уровне моего сознания. Это природные, естественные, я бы даже сказала, стихийные состояния. Такое ощущение, что в этих состояниях душа и тело становятся подобны природным стихиям и обретают способность выявлять и уничтожать чужеродное. К освоению таких состояний, по сути, и сводится освоение прикладной работы.

Следующая глава целиком посвящена состояниям, в которых становится возможным духовное очищение.



ОСНОВЫ КРЕСЕННА

ОСНОВЫ КРЕСЕНИЯ

В тебе есть огонь... Я буду учить тебя кресению.

А.А. Шевцов, «Кресение»

Несмотря на то, что кресение довольно простой и, можно даже сказать, естественный инструмент, многие люди тратят годы на его освоение. Проблема часто оказывается в том, что не были взяты принципы духовного очищения. Ввиду такой важности этих принципов, мы подойдём к их освоению со всей необходимой глубиной и серьёзностью.

Кресение — это, по сути, особая речь. Особая, потому что произносится в особом состоянии. Для того чтобы освоить кресение, нужно, прежде всего, освоить состояние, в котором ведётся кресение. При освоении состояний важно понимать, что в состояниях можно пребывать или, другими словами, жить, и что состояния можно различать одно от другого. Для кресения тоже существует определённое состояние. Чтобы облегчить освоение этого состояния, мы сначала разложим его на составляющие: самокат (позволение), искренность, вопрошание, осознание. Изучим каждую составляющую по отдельности, а затем совместим их и в итоге получим состояние, в котором возможно кресение.

При освоении состояний, помимо задачи почувствовать нужные состояния и научиться их отличать от других, на первый взгляд схожих состояний, возникает ещё одна задача — научиться переходить в требуемые состояния по своему желанию. Я буду рассказывать о самих состояниях и о том, как в них попасть. Моя задача — передать это через описание. А твоя задача — почувствовать, о чём я говорю,

нащупать эти состояния, войти в них. Проще всего брать такие вещи по прямой передаче от носителей. Через книгу это сделать будет трудновато, но, на мой взгляд, возможно. Конечно, поначалу ты не будешь до конца уверен, что взял именно те состояния, о которых я говорила. Но если ты будешь пробовать и совершенствоваться в прикладной работе, то, по мере очищения сознания, тебе напрямую будет открываться знание о том, что есть позволение или искренность, или вопрошание. Знание об этих состояниях придёт к тебе изнутри.

Состояния, приводящие к духовному очищению, во многом расходятся с общепринятыми установками поведения. И это объяснимо. Общество нацеливает нас на формирование сильной личности, то есть на накопление определённых личностных качеств. Очищение, напротив, нацелено на избавление от лишнего. Чтобы очищение состоялось необходимо, например, отсутствие сдержанности или такое редкое в мире людей состояние, как искренность. Будь готов к тому, что ради обучения духовному очищению тебе, возможно, предстоит научиться по-другому жить.

Быть в позволении

Сдержанность

Чтобы рассказать о позволении, я вынуждена сначала говорить о состоянии, противоположном позволению. Это хорошо знакомое всем состояние сдержанности. Пока ты считаешь, что нужно и полезно сдерживаться, ты не сможешь воспринять мой рассказ о позволении.

Для меня тема сдержанности очень неприятна. Я не люблю говорить о сдержанности. Для меня это всё равно, что спускаться в тёмный и зажатый со всех сторон колодезь. Но большинство людей так живут, поэтому мне придётся туда спуститься. Иначе ты не сможешь меня понять.

На первый взгляд кажется, что сдержанность жизненно необходима. Сдержанность удерживает тебя в облике человека и позволяет жить среди людей. Не будь сдержанности, многие из нас уже давно бы «наломали дров» и оказались бы изгнанным из общества. Ни работы, ни друзей, ни семьи. Кому это понравится? Если на миг представить, что другие люди вдруг перестанут сдерживаться, становится страшно. И за себя, и за своих близких. Похоже, что именно сдержанность спасает наш мир и делает нас людьми. Не будь сдержанности, мы все превратились бы в животных, в дикарей. И цивилизация снова скатилась бы в ту далёкую древность, когда люди с оружием в руках защищали свою жизнь. Только кажется, что цивилизованными нас делает прогресс. Цивилизованными нас делает сдержанность.

Отношение к сдержанности как к единственному и последнему спасению — это привычный взгляд на мир. Предлагаю разобраться в этом явлении глубже. Так ли полезна и действенна сдержанность для нас лично и для сохранности нашего мира?

Нас учат сдерживаться с самого раннего детства. Сначала нас учат терпеть, когда хочется есть. Затем терпеть, когда хочется испражняться. Потом нас учат не распускать руки. Держать рот на замке. Не позволять себе развязных движений. Не хотеть мороженого. Не хотеть дорогих игрушек. Не бегать. Не кричать. Не перебивать. Не показывать своих чувств. Не думать о себе. Тебе ещё не стало больно от собственных воспоминаний?

Если смотреть на это действие с точки зрения маленького ребёнка, оно видится как большой общественный заговор против пробивающего себе дорогу в жизнь человечка. А ещё вернее, как заговор против человеческой души. Если смотреть на эту ситуацию из привычного для нас мировоззрения, общество можно понять. Общество стоит на таком ките, как стабильность. Как только члены общества перестанут быть управляемыми, общество развалится. Сделать людей управляемыми — вот главная забота общества. Современное

общество выбрало самый лёгкий путь — через внедрение в людей сдержанности. Гораздо труднее добиться управляемости через заключение явных договоров или воспитание таких душевных черт как милосердие, взаимопонимание, доброта...

Взрослым людям довольно просто вколотить сдержанность в одного маленького ребёнка. Но решает ли это задачу обеспечения стабильности, стоящую перед обществом? С одной стороны, решает. Мы все приличные, причёсанные, сдержанные, мы такие правильные и предсказуемые. Законов не преступаем (ну почти не преступаем), матом не ругаемся (ну почти не ругаемся), кулаки не распускаем (ну почти не распускаем) и т.п. Однако у этой медали есть и обратная сторона. Сдержанность не является гарантом спокойствия общества. Сдержанность ведёт к накоплению напряжения и является бомбой со скрытым часовым механизмом, которая обязательно однажды взрывается.

Дело в том, что мы все такие приличные, в основном только когда выходим на люди. Дома же вся наша сдержанность выливается на домашних. Что касается особо приличных — тех, кто сдерживается и дома, они просто переносят всё своё внутреннее напряжение на самих себя, что приводит к заболеваниям внутренних органов. В итоге наше общество внешне приличное, но гнилое внутри, так как состоит из несчастных и больных людей.

Как в случае одного человека сдерживание приводит или к неуправляемому взрыву или к болезням и смерти, то же происходит и с обществом. Если людей «зажимать», они рано или поздно взбунтуются и перевернут всё общество вверх дном или вымрут как народ.

Самое обидное, что многие люди воспринимают сдержанность как данность. Что мир таков, что ничего нельзя исправить. Да, сдерживаться больно. От сдержанности тебя распирает, ты неживой, ты временами срываешься или съедаешь себя изнутри. Но делать нечего, надо сдерживаться! Звучит как приговор.

Ну почему мы думаем, что без сдержанности никак? Потому что не смогли придумать, как избавиться от накопившейся ненависти? Во-первых, если подумать, то всегда можно что-то придумать. А во-вторых, ненависть-то копится именно в результате сдержанности. Один, два, три, пять, десять раз ты сдержался и ничего не сказал своему обидчику, а на двадцатый раз тебя уже не спасают слова, тебе хочется его убить. Получается замкнутый круг: ты долго сдерживался и поэтому тебе приходится сдерживаться ещё больше.

Однако если ты хочешь научиться очищать собственное сознание, тебе нужно однажды отказаться от сдержанности, хотя бы в деле очищения сознания. Сдержанность и очищение сознания несовместимы. Очищение сознания подразумевает выпускание из себя внутренней грязи. Для этого нужно перестать удерживать её в себе.

На собственном примере я ощутила, насколько сдержанность мешает очищению. Пока я сдерживалась, я не позволяла видеть в себе и выпускать из себя всякую гадость. По сути, я работала только с болью и несправедливостью. Только после того, как я перестала быть сдержанной, и началось настоящее очищение, освобождение от грязи. Мне стало интересно работать над собой. Работать над собой без сдержанности — это поход в неведомое, это открытие себя неведомого.

Некоторые люди, привыкшие доверяться чужому мнению, прочтут мои рассуждения о сдержанности и подумают: «Раньше я думал(а), что сдержанность — это хорошо. Теперь буду думать, что сдержанность — это плохо». Но задача — не заменить в своей голове один лозунг на другой. Важно действительно пересмотреть свой взгляд на сдержанность. Попробуем это сделать вместе.

Прежде всего, нужно разобраться в своих сомнениях. Например, рассмотреть ситуации, в которых тебе сдержанность кажется полезной и необходимой. Я попробую разобрать несколько распространённых мнений. Возможно, мои рассуждения помогут тебе что-то осознать и увидеть по-новому.

- **Пример 1.** Хорошо, если другие люди будут сдержанными. Было бы неплохо, чтобы они не выпускали на меня свой гнев. Чтобы не высказывали мне всего, что они обо мне думают. Чтобы они вели себя предсказуемо и были управляемыми. Чтобы не смущали меня неприличным поведением. Этаким мир без боли и неудобств. Правда всё это мне очень напоминает американский фильм «Степфордские жёны». Этот фильм о женщинах, в которых внедрили чип управляемости. Бррр! Ты что, действительно хочешь жить с роботами?
- **Пример 2.** Надо сдерживаться в семье. Быть терпеливым, всё сносить. Если сдержаться, то не вскроется ничего плохого, сохранится мир в семье. Правда, между тобой и твоим спутником возникнет тончайшая плёночка того, что ты утаил. Всё бы ничего, да только этих плёночек со временем накапливается всё больше и больше. В итоге эти плёнки отдаляют души друг от друга. Отдаляют людей не расстояния, а плёнки лжи. В итоге через 20 лет ты обнаруживаешь, что живёшь с совершенно чужим человеком. А всё могло бы быть по-другому. Есть способ жить вместе, всё глубже и глубже проникая друг в друга, познавая друг друга. Только для этого надо убирать всё, что стоит между вами, а не накапливать. А это означает, что нужно вообще никогда не сдерживаться.
- **Пример 3.** Надо сдерживаться с пожилыми людьми. С пожилыми людьми нельзя говорить откровенно. Их может хватить удар, и они умрут раньше времени. Поэтому с ними нужно сдерживаться, щадить их старость. В итоге, последние годы своей жизни пожилые люди проживают в состоянии болванчиков. В чём смысл такой жизни? В поддержании жизнедеятельности тела? Если жить ради этого, то смысл действительно есть. А если подумать о душе, такое существование — трата времени. Далеко не каждый способен выдержать откровенный разговор о себе, когда ни сил, ни времени что-либо исправить не осталось. Кто-то выберет обидеться и помереть раньше

срока. А кто-то выберет принять, осмыслить и взять хоть какой-то урок. А какое отношение к себе хотел бы получить в старости ты?

- **Пример 4.** Надо сдерживаться на работе. От этого зависит отношение начальства и, соответственно, зарплата. Кажется, если будешь сдерживаться и всё принимать безропотно, тебя будут любить и одаривать больше других. Так было в детском саду, но во взрослой жизни всё по-другому. Если будешь сдерживаться и всё принимать безропотно, на тебе будут «ездить» и не будут уважать.

А теперь давай разберёмся, так ли безобидна и действенна сдержанность для тебя самого.

Чтобы сдерживать свои внутренние движения и порывы, нужно напряжение. На то, чтобы удерживать это напряжение, уходит огромное количество внутренних сил. Вспомни, какое напряжение нужно, чтобы сдержаться, когда, например, тебе хочется в туалет. Не меньшее напряжение нужно для того, чтобы сдерживать слёзы или радость или задавить в себе какое-то желание, проглотить рвущееся из тебя слово. Вспомни, как трудно удержать в себе какую-то ценную новость. Как трудно проходить мимо той вещи, которую тебе хочется купить. Как трудно удержаться от танцующей походки, когда на улице играет твоя любимая мелодия.

Сдерживаясь годами, мы копим в себе скрытую пружину. Она разжимается всякий раз, когда мы позволяем себе хоть немного расслабиться, например, выпить. Время от времени эта пружина выстреливает. Мы называем это «срывом». Ни одному человеку не удаётся быть сдержанным бесконечно. Однажды терпение «лопается», и ты на какое-то время теряешь себя.

Чтобы не доводить до крайностей, большинство из нас находят места для «спуска пара». Кто-то отыгрывается на домашних, кто-то на подчинённых, кто-то на сфере обслуживания, кто-то на животных и т.п. Мы милые и приличные в том мире, который имеет для нас какую-то

ценность, но можем устроить настоящий ад там, где есть хоть какая-то возможность побыть несдержанным. Не спорю, есть отдельные личности, одарённые особой способностью к терпению. Одна загвоздка — обычно такие долго не живут. Потому что всю свою сдержанность зажимают внутри.

Чтобы не умереть от перенапряжения, нужно расслабляться. В итоге, даже когда выдаётся свободный день, тебя не хватает на то, чтобы посвятить его чему-то интересному. Ты вынужден расслабляться. Некоторые люди в силу своего сумасшествия вообще не позволяют себе расслабляться. В итоге их просто взрывает изнутри. Это либо инфаркты, инсульты, либо они сходят с ума, либо уходят из жизни.

Сдержанность разрушительна. Она убивает. Сдерживаться больно. Прислушайся к своим внутренним ощущениям, когда ты хотел что-то сказать или сделать и сдержал это в себе? Каково тебе это изнутри? Однозначно плохо. Очень неприятно. Это не принимается ни душой, ни телом. Это неестественно. То, что мы сдерживаем, удерживается внутри напряжением. Внутреннее напряжение по механике образования сходно с напрядением. Если то, что должно изливаться тонкой нитью, некоторое время удерживать, напрядётся тугой комок. По человеку видно, когда он напрягся. Он становится более плотным, жёстким, одним словом, напрядённым. Эта плотность, по сути, является омертвелостью. Чтобы сдержаться, нужно убить то внутреннее движение, которое уже пошло изнутри, остановить то живое, что рвётся из тебя наружу. Другими словами, нужно немножко обмереть. Именно поэтому сдержанным людям становится так плохо. Они сами убивают в себе жизнь.

И, наконец, если ты сдерживаешься, ты никогда не узнаешь, каков ты на самом деле. Ты никогда не увидишь себя настоящего. Так и не встретишься с собой до самой смерти. А зачем тогда нужна такая жизнь? Какой смысл? Какая ценность в такой жизни? Такая жизнь — холостой выстрел. Одна только видимость, что прожил. А на самом деле только просуществовал.

Посмотри на это ещё с одной стороны. Единственным источником движения в человеке является душа. Действительно, когда душа уходит, уходит источник движения, человек становится обездвиженным. Получается, что, сдерживаясь, мы сдерживаем то движение, которое идёт от души. Сдержанный человек не даёт своей душе проявляться в этом мире. Напомню, что наш народ видел жизнь человека как жизнь души, воплощённой в тело для решения какой-то своей задачи. Если ты перекрываешь своей душе выход, значит, по очень большому счёту ты делаешь что-то не то.

Однако выбор как всегда за тобой. Хочешь — продолжай сдерживаться, хочешь — будем учиться жить по-другому.

Возможно, ты близок к выбору «не сдерживаться». Но трудно даже подумать о том, чтобы перестать сдерживаться. Ты понимаешь, что в тебе накопилось такое количество сдержанности, что если враз открыть все «краны», получится маленький ядерный взрыв. Поэтому приходится носить этот взрыв в себе. Но на самом деле, если ты сдерживался годами, то у тебя и не получится сразу открыть все «краны», даже если тебе этого очень сильно захочется. Если ты однажды решишь не сдерживаться, то столкнёшься с тем, как это трудно. Если ты десятки лет сдерживался, очень непросто отпустить себя и в миг стать свободным. Над своей победой ещё нужно потрудиться. Нужно время и труд, чтобы пересмотреть и освободиться от вбитых в твоё сознание запретов, норм и правил.

Пересмотреть и одолеть их все сразу не удастся. Не хватит осознания. Поэтому вопрос стоит по-другому: не избавиться в один миг от всей сдержанности, а для начала изменить своё отношение к сдержанности и принять решение от неё освободиться как от того, что противно твоей природе, что медленно убивает тебя изнутри и лишает тебя состояния хозяина. Для этого нужно сменить ценности. Нужно начать ценить те редкие случаи, когда тебе удаётся не сдерживаться, не задавливать в себе своё внутреннее движение, рвущуюся из тебя жизнь.

У тех, кто сделал выбор или начинает склоняться в пользу «не сдерживаться», уже назревает вопрос: а как можно жить без сдержанности? Как при этом не разрушать, не убивать? Возможно ли это? На самом деле этот вопрос разбивается на два: как жить без сдержанности и что делать с уже накопленной сдержанностью?

Что касается накопленной сдержанности, тут можно что-то придумать. Например, не выливать ненависть на человека, а, скажем, бить кулаками подушку. Кстати, можно почерпнуть опыт у наших предков. В традиционном обществе понимали, как важно выпускать накопленную сдержанность, поэтому имели в своём арсенале направленные на это обряды. Мы все знаем, что у русских праздников было больше, чем рабочих дней в году. Во время таких праздников позволялось делать то, что в обычные дни было под запретом. Таким образом, люди выпускали из себя то, что сдерживалось и накапливалось в повседневной жизни.

Гораздо интереснее другой, более сущностный вопрос: «А как можно жить без сдержанности?».

Позволение — это состояние, не относящееся к миру сдержанности

Может показаться, что жить без сдержанности — значит, быть несдержанным, то есть распущенным. Несдержанность (распущенность) существует только для тех людей, которые накопили сдержанность и больше не хотят или не могут её удерживать. Таким образом, несдержанность (распущенность) относится к миру сдержанности, является оборотной стороной сдержанности, её следствием.

Если ты хочешь, чтобы в твоей жизни вообще не было сдержанности (даже в виде её оборотной стороны — распущенности), тебе нужно найти нечто третье, не относящееся к миру сдержанности. И это «третье» — позволение. Позволение — это особое состояние. Его непросто передать. Ещё труднее объяснить словами. Но я попробую.

Один из способов описать позволение — это описать другое состояние — сдержанность, а затем определить, что позволение — это отсутствие сдержанности. Позволение описать трудно, потому что за этим состоянием не стоит никаких усилий. Сдержанность почувствовать гораздо проще, потому что в состоянии сдержанности ты прикладываешь усилия по сдерживанию того, что рвётся у тебя изнутри. Ты можешь эти усилия почувствовать. А как описать отсутствие сдержанности? Очень трудно.

Быть в позволении означает не сдерживать своих внутренних душевных движений, давать им выход наружу. Некоторые думают, что для этого нужно постоянно быть начеку, отслеживать все свои внутренние движения. И как только движение пойдёт, разумом отдать себе команду (или принять решение) воплотить рвущееся изнутри движение. Не совсем так: в позволении внутренние движения воплощаются не благодаря тому, что ты всякий раз даёшь себе на то разрешение, а потому что ты находишься в особом состоянии. В состоянии, которое несовместимо со сдержанностью. В это состояние можно входить, пребывать в нём и выходить из него. Пока ты будешь в позволении, все твои внутренние движения будут не сдерживаться внутри, а выпускаться наружу.

Человек, привыкший сдерживаться, на этих словах может представить себе жуткие картины смертоубийства и извращений. Самое заветное желание сдержанного человека — освободиться от годами накопленной сдержанности и попробовать всё, от чего он себя удерживал. То есть самое заветное душевное движение сдержанного человека — распустить те внутренние напряжения, которыми он удерживал себя от уязвимых поступков. И пока эти напряжения не распущены, душа озабочена только ими, то есть её главная забота — освободиться или, другими словами, очиститься. Если видеть, что душа озабочена не тем, чтобы кому-то отомстить или пуститься во все тяжкие, а тем, чтобы освободиться, очиститься от гнёта, это всё меняет. Позволение — это очень душевное состояние. Чтобы в

него войти, нужно научиться ощущать именно то, что нужно твоей душе, нужно научиться жить для неё. И уж поверьте, ей не нужны убийства и разрушения.

Тупо и бездумно выпустить на другого человека весь тот заряд, что ты годами копил на него, — это несдержанность или распущенность. А в позволении освободиться от гнёта невысказанных слов и боли — это совсем другое. Для этого не нужен другой человек. Для этого нужно лишь суметь полностью отпустить себя и нужен носитель, на который ты перенесёшь накопленное (например, бумага, земля, подушка). Таким образом, позволение не отменяет разумности и осознанности.

По-из-волению

Чтобы делать что-то в позволении (по-из-волению), нужно обладать волей и быть вольным. На основе подсказок, данных в толковом словаре В.И. Даля, я провела исследование значений слов «воля» и «вольный» (значения и примеры, взятые из словаря В.И. Даля, приведены в кавычках, а мои собственные толкования и примеры приведены без кавычек):

Значения слова «воля»	Значения слова «вольный»
«Желанье, стремление, хотение» <i>Примеры: «отдашь волей, возьмем охотой: не отдашь волей, возьмем неволей»</i>	Умышленный, сознательный, сделанный по своей воле (желанию) <i>Примеры: «вольное пригрешение», «невольный вскрик»</i>
«Свобода, простор в поступках» <i>Примеры: «дай ему волю, он все перевернет»</i>	Свободный, нестеснённый и т.п. <i>Примеры: «вольный крестьянин», «вольный шаг»</i>
«Власть или сила, нравственная мочь, право, могущество» <i>Примеры: «на это ваша воля»</i>	В праве, могущий <i>Примеры: он вольный тебя погубить и помиловать; я вольный изменить свою жизнь</i>

<p>«Отсутствие неволи, насилования, принуждения»</p> <p><i>Примеры: «волк на воле, да и воет доволе», «хоть хвойку жую, да на воле живу»</i></p>	<p>Принадлежащий, относящийся к месту, где нет неволи</p> <p><i>Примеры: «вольный воздух», «вольный свет»</i></p>
--	---

Почувствуй, как в одном слове «воля» слились и желание, и свобода, и сила, и простор.

Вольный человек живёт в соответствии со своей волей (желаниями), а не действует по чьей-то указке. Он не неволит себя, и в силу этого по-настоящему свободен. В его поступках столько силы, что он может прокладывать и изменять свою судьбу. Русские говорили: «Своя воля — страшнее неволи», «Воля — свой бог» (примеры из словаря В.И. Даля).

Язык принимает выражение «безвольный». Значит, не у всякого человека есть своя воля, или не всякий способен ощущать свою волю и жить в соответствии с ней. А тот, кто способен, зовётся хозяином: «Хозяин во всём волен» (пример из словаря В.И. Даля). Вольный человек — он сам себе хозяин. Сам делает выборы и совершает поступки. Он сам определяет свою судьбу. Безвольный человек перемещается туда, куда его пнёт кто-то извне. А вольного человека ведёт изнутри его воля.

Чтобы у тебя появилась своя воля, нужно, чтобы вместо яркой и победительной или незаметной и затюканной личности начал появляться ты сам. Ну, хоть что-то от тебя настоящего. Когда появится что-то настоящее, проснётся душа, ты начнёшь чувствовать её устремления, и у тебя появится своя воля.

Некоторые люди в начале своего духовного пути испытывают затруднения с тем, чтобы услышать, почувствовать, чего им хочется, чего они изволят. Нужно учиться тонко прислушиваться к себе и различать среди множества голосов, звучащих в твоём сознании, голос твоей души. Возможно, те проявления позволения, о которых я сейчас говорю, в просторечье называют «интуицией».

Многие люди ощущают, чего хочется их душе, но не дают себе воли. Они боятся, что из них выйдет что-то страшное, какая-то грязь. Это уязвимо для общественной жизни, зато так желанно в духовном очищении. Именно поэтому крещение нужно делать в позволении, чтобы грязь вышла наружу.

Решиться проявить себя, каков ты есть на самом деле

Когда я сдерживаюсь, то не позволяю выйти тому, что рвётся из меня. Я прилагаю какие-то усилия, чтобы это сдержать. В итоге мне плохо. Плохо физически, ведь чтобы сдержать то, что рвётся изнутри, нужно напрячься. А напрягаться неприятно. И плохо на душе, ведь, сдерживаясь, я не могу быть собой. Я устраиваю себе жизнь, в которой я не могу быть открыта. Кому понравится такая жизнь, где приходится себя зажимать и прятать. В такой жизни я не хозяйка. Понятное дело, что разжаться и сказать всё, что хочется, я тоже не могу в силу каких-то причин. Например, в силу собственной слабости. Решение жить в позволении принесёт в жизнь, с одной стороны, облегчение и даже силу, а с другой стороны — очень-очень много «разборок».

Это очень серьёзное решение, которое заставит тебя жить совсем по-другому. И очень не скоро люди, узнающие о позволении, делают выбор в пользу того, чтобы жить в этом состоянии. К этому надо прийти. Это и страшно, и опасно, и трудно.

Например, если решиться на то, чтобы говорить в позволении, нужно быть готовым к тому, чтобы не таить свои обиды, биться за себя, высказывать своё мнение и т.п. Решаясь действовать в позволении, нужно быть готовым перестраивать свои планы, отказываться от наработанных образцов, идти в неведомое.

Если ты хочешь освоить позволение, нужно начать с освобождения от сдержанности. Нужно научиться замечать те моменты, когда тебе хочется что-то сделать, но ты сдерживаешься. Нужно захотеть не сдерживаться. Нужно

устать от того, что ты постоянно сдерживаешься. Нужно, чтобы тебе было больно от того, что ты сдерживаешься. Нужно, чтобы ты начал чувствовать эту боль. Тогда ты станешь что-то с этим делать. Нужно, чтобы ты начал ценить себя, собственные проявления и движения. Нужно, чтобы ты захотел всё это выпускать из себя и показать себя миру. Нужно захотеть жить полноценно. Дыша полной грудью, не сжимаясь и не прячась. Так, как ты жил в детстве.

Я понимаю, что очень не просто перейти к такой жизни. Ты слишком много накопил за годы сдержанности. И если сейчас открыть все краны, пойдёт «грязная пена». Ты слишком много сил потратил на то, чтобы казаться. И если сейчас явить себя таким, какой ты есть на самом деле, окажется, что ты не так уж и хорош. Проявится и глупость, и трусость, и ранимость, и чёрствость, и ещё многое другое.

У меня есть подозрение, что жизнь в позволении приводит к сплошному очищению и извлечению уроков. Если отпустить себя в позволении, из тебя начнёт выходить всё то, что ты утаивал и удерживал. Ты будешь грубым, корявым, глупым, кривым и нескладным. Со временем из тебя всё это выйдет и ты начнёшь совершенствоваться. И ещё со временем ты станешь тонким, изящным, глубоким, точным и т.д. и т.п.

Проходить через мир к своей цели

В позволении совершенно особым образом встречаются и проживаются внешние препятствия. Есть мир, в который твоя душа проливается и в котором решает свои задачи. И этот мир не бездействует. Он постоянно вмешивается в наши планы, и каждый встречает это вмешательство по-разному. Кто-то сопротивляется и бьётся, кто-то отступает и сдаётся, а кто-то позволяет миру войти в свою жизнь.

Если у человека нет цели, любое внешнее воздействие безвозвратно меняет направление его следования. Пара ударов судьбы, и такой человек потерялся навсегда. Человека, живущего в позволении, ведёт по жизни собственное душевное движение, например, какое-то желание, цель или мечта.

Современный человек не привык так проходить по жизни, течь по ней. Он привык пробиваться сквозь неё. Поэтому ему кажется, что отпустив себя, он потеряет над собой контроль. А потерять над собой контроль равносильно потерять управление своей жизнью. Почему-то кажется, что пробивание жизни кувалдой собственного тела и собственной дурости даёт тебе управление жизнью. Но это лишь иллюзия. И где-то внутри ты догадываешься, что ничем-то ты не управляешь. Иначе не было бы такого титанического напряжения. Но как по-другому? На этот счёт в сознании нет никаких образов... А по-другому — это в позволении.

Если ты в позволении, ты будешь в приятии, в согласии с миром. Ты позволяешь ему быть. Ты не ломаешься и не сминаешься под его натиском, но и не ломаешь мир и не ввязываешься в битвы с ним, забывая о своей задаче. Ты всё время идёшь к своей цели, никогда не забывая о себе, ты позволяешь миру войти в твою жизнь, подправить тебя, научить, счистить с тебя наносное, дать тебе урок. Ты с благодарностью и вниманием принимаешь любые знаки, но при этом ни на миг не теряешь своей задачи. И все знаки и вторжения ты рассматриваешь с точки зрения своей задачи. И всегда как помощь. Ты живёшь в единстве с миром. Ты через него проходишь, проживаешь его. А он тебя учит и даёт тебе помощь.

Позволение — это внутреннее состояние, позволяющее продвигаться по жизни к цели и преодолевать стоящие на этом пути помехи. Позволение появляется, только если появляется цель. Когда есть цель, есть смысл говорить о воле, а, следовательно, и о позволении. Когда цели нет, человек безвольный. Ему всё равно, куда идти и что делать. И в силу этого он не может пребывать в позволении. А когда есть цель, ты всегда знаешь, как тебе поступить. Она тебя ведёт по жизни, и тебе нужно лишь не сопротивляться её силе.

Вода, которая течёт в местах, где поверхность имеет наклон, и застаивается в местах, где поверхность ровная, не является примером позволения. У неё нет никакой цели, поэтому нет своей воли — она течёт туда, куда её влечёт земное

притяжение. В ней нет собственного внутреннего движения и силы, в ней нет устремлённости. Так и некоторые люди. Они боятся ставить перед собой большие цели, а ради имитации движения окунаются в пучину жизни. И несёт их по этому потоку, как палые листья. Про такое состояние говорят — отдаться на волю божью (на волю случая, провидения и т.п.). А теперь сравни это с позволением. В позволении ты всё делаешь по собственному изволению. А дальше сплошная магия. Ты прокладываешь свой путь в позволении и неминуемо приходишь к своей цели. Позволение накладывается на твоё внутреннее движение. Позволение определяет, по какому руслу пустить это движение. Позволение — это нечто, помогающее проложить верный курс.

Если ты находишься не в позволении, при столкновении с помехами ты вязнешь в них. Через какое-то время ты забываешь про свою цель и начинаешь жить в мире помех. Это плотный, адский мир. Если же ты направишь всё своё внимание к цели, ты перестанешь жить помехами, и тебе будет легче «отпустить» себя (то есть убрать контроль над собой и внешним миром) и позволить себе течь через помехи по наитию, доверяясь какому-то внутреннему чутью. В помехах не надо жить, их надо использовать для своего продвижения. Как только ты перейдёшь в позволение, мир помех покажется тебе самым лучшим и преданным учителем.

Позволение (суть которого заключается в несдерживании душевных движений) можно рассматривать в масштабе мелких и сиюминутных движений, рвущихся из тебя прямо сейчас. А можно рассматривать в масштабе Скумы — задачи, с которой твоя душа воплотилась на этот раз. Скума — это самое большое и сильное душевное движение, которое душа пронесёт через всю жизнь. Если отпустить себя в это путешествие, позволить себе идти на зов своего сердца, на свет своей звезды, своего маяка, одним словом, жить по душе, то душа приведёт тебя к тому, зачем она здесь.

Если в позволении делать дело своей жизни, то вся жизнь проживается в позволении. И любые события, вклиниваю-

щиеся в запланированный тобой распорядок (старый знакомый неожиданно написал письмо, отменили твою электричку, на твоё деловое мероприятие пришло слишком мало или наоборот слишком много людей и т.п.), станут помехами, несущими урок. Жизнь перестанет разделяться на быт, дела, отдых и т.п. Вся жизнь будет единым продвижением сквозь мир к твоей мечте.

Быть в себе и быть хозяином

На первый взгляд может показаться, что для обретения позволения нужно потерять себя и полностью отдаться во власть обстоятельств. На самом деле, только когда ты в себе, когда ты — хозяин, и когда ты чётко видишь, к чему ты идёшь, в твоём теле и сознании появляется упругость, позволяющая протекать через помехи, не застревая в них. Как только теряешь себя и состояние хозяина, становишься безвольным, и сразу уходит упругость, и позволение становится невозможным.

Воспользоваться божественной помощью мира

Позволение позволяет ощущать пространство и время как плотности. Я очень хорошо это ощущаю во время семинаров, когда мы решаем, какую работу провести следующей. У нас есть программа и есть живые люди, которые что-то проживают в данный момент, у которых что-то «варится» в сознании. Мы прислушиваемся к тому, что с ними происходит, и примеряем на них запланированную работу. Иногда возникает ощущение, что запланированная работа не пойдёт, и тогда мы ищем, что «просится» сейчас. В итоге мы позволяем этому случиться. Благодаря тому, что каждый из наших семинаров имеет очень чёткую цель, нам не «просятся» на ум какие-то отвлечённые работы. Всегда приходят идеи, связанные с темой семинара. Иногда такие, которые нам не приходили в голову во время подготовки к семинару. Мы будто даём воплотиться тому, что уже кем-то предназначено.

Я не могу до конца понять природу позволения. Я лишь знаю, какие удивительные ощущения слияния с миром и чего-то очень правильного возникают, если жить в позволении. Я знаю, какие чудеса случаются. Какие глубокие уроки извлекаются. И как удивительно, что всякий раз доверившись позволению, ты приходишь точно к своей цели. Но ты проходишь гораздо более насыщенный и качественный путь, чем тот, что строил своим разумом. То, что придумывает разум, кажется детским рисунком по сравнению с тем, что предлагает тебе пройти сам мир и твоя душа.

Самое главное, что приведёт тебя к позволению, — это осознание того, что мир божественен. Что мир создан для того, чтобы ты проходил в нём своё становление. Что мир под это «заточен». Что мир и есть главный инструмент становления. Что он в этом, пожалуй, лучший на свете помощник. Когда придёт это осознание, ты будешь жаждать делать дела, достигать своих целей, проживать эту жизнь и проходить своё становление в позволении. Тогда ты начнёшь собственное исследование этого состояния. И у тебя будет множество открытий, о которых будет очень трудно поведать другим людям.

Увидь, что позволение — это душевное состояние. Позволение — принадлежность божественного, душевного мира. Позволение станет для тебя доступно только, когда ты станешь жить жизнью души.

Быть в самокате

Что такое самокат

Теперь отдельно поговорим о позволении в духовном очищении. Позволение, используемое в духовном очищении, получило в русской традиционной культуре особое название — «самокат». В сказках этот инструмент упоминается как «клубок-самокат».

Самокат — это один из видов позволения. Позволение — состояние, в котором осуществляется движение к душевной цели. В случае самоката движением является речь, которая рождается, когда человек ищет ответ на мучающий его вопрос. Если упрощать, то получается, что самокат — это говорение в состоянии позволения. Я думаю, понятно, почему самокат. Катишь то, что само идёт из тебя. Ничего не сдерживая, не удерживая в себе. Для того чтобы запустить самокат, нужно вопрошание. Именно оно удерживает внимание на цели (найти ответ) и задаёт движение (поиск).

Самокат приводит к тому месту, которое ты ищешь. К тем событиям из твоего прошлого, в которых кроется причина твоего сегодняшнего несчастья. Это кажется чудом, но иначе и не может быть. Если позволить душе говорить о своей боли, она поведаёт свою печальную историю и рано или поздно придёт к развязке (или, вернее будет сказать, завязке) — месту в сознании, в котором находится источник душевного беспокойства.

Когда герой сказки отправляется в путь за чем-то утраченным, сказочный помощник даёт ему волшебный клубок-самокат (отрывки из сборника «Народные русские сказки» А.Н. Афанасьева): *«Брось этот клубочек перед собой; куда он покатится, туда ты и ступай — ничего не бойся!»* Путь этот может быть долгим и непростым, но он всегда приводит к цели: *«Долго ли, коротко ли, другая пара башмаков изношена, другой посох изломан, еще каменная просвира изглодана; наконец прикатился клубочек к избушке»* (сказка «Пёрышко Финиста ясна сокола»). На мой взгляд, в очищении собственного сознания позволение — единственное средство найти истинную причину возникновения психологической помехи. Позволение в буквальном смысле слова ПРИВОДИТ к причине. Например, рассуждения о возможных причинах или знание того, как это бывает в теории или у других людей, не даст тебе знание точного (вплоть до мига) времени и места в твоей жизни, когда в твоё сознание вошло нечто, что теперь ощущается как психологическая помеха. Дойти до корней

можно, только перейдя в состояние позволения и начав в этом состоянии говорить. Вот так всё просто: если начать говорить о помехе в позволении, твоя речь приведёт тебя к истокам образования этой помехи. Есть ещё несколько условий для достижения успеха в очищении: в частности, удержание в ходе работы цели — распутать, как всё уложено в твоём сознании, и найти причину своей слабости. Об этом и прочих условиях достижения успеха в очищении мы будем говорить в следующих разделах. Кстати, замечу, что устремлённость к цели является не только условием успеха в очищении, но и условием, при котором позволение вообще возможно.

Самократ не случайно представляется в виде клубка. Попробую пояснить, откуда взялся этот образ. Понаблюдай за собой. Прямо сейчас, когда ты читаешь эту книгу, вокруг тебя целый мир. Боковым зрением ты видишь этот мир, ощущаешь, что он вокруг тебя есть. Но он для тебя слегка размыт, будто в мареве. Не размыта только книга, которая находится в фокусе твоего внимания. Если ты сейчас поднимешь глаза, то фокус твоего внимания переместится. А если в комнату кто-то войдёт, ты на какой-то миг улетишь вниманием к тому, кто вошёл. В каждый миг сосредоточие твоего внимания выхватывает лишь какой-то определённый фрагмент мироощущения. Если ты приглядишься к себе, то сможешь заметить, что всё воспринятое твоим вниманием тут же проходит внутреннюю переработку. Оно осознаётся, то есть превращается в образы. Делает это устройство нашего сознания, которое, по словам А.А. Шевцова, мазыки называли «чарь». Тот самый Царь, который должен быть в голове. Чарь вносит осознание, свет в то место, в котором он находится.

Получается, что твоя жизнь есть то, что ты в каждый миг ухватываешь своим вниманием и запечатлеваешь своим осознанием. По сути — это непрерывный поток, цепочка образов. Если эту цепь назвать нитью, то станет понятно, что речь идёт о Нити Судьбы или Линии Жизни. То, как мы прожили свою жизнь, как она запечатлелась в нас, и есть наша судьба. Чарь катится как клубок по уходящей в будущее дорожке, оставляя огненный след позади.

Оглянись на своё прошлое, и ты увидишь, что нить твоей судьбы местами гладкая, а местами узловатая и запутанная. Узлы на нити судьбы — это моменты в твоей жизни, когда ты делал выбор и принимал решения. Другими словами, когда ты менял свою судьбу. То, что ты имеешь в своей жизни сейчас, есть результат тех выборов и решений. Часть из них была верной, возможно, даже подвигом. Другая часть искривляла твою судьбу, делала её несчастной.

С нитью судьбы можно работать. Вся нить судьбы — это клубок-самокат. Держась за ниточку этого клубочка, можно из настоящего вернуться в своё прошлое и пересмотреть кривые выборы и отменить кривые решения. На практике клубок-самокат — это речь. Почему через особую речь можно прийти к узлам выборов и решений? Потому что твоя судьба запечатлена в слове. Судьба есть то, что пред-речено. Судьба — это те образы, что ты творишь своими словами, вернее, решениями. Неслучайно в слове «судьба» слышится отголосок древнего слова «ба», «баять» — говорить. Именно поэтому работать с судьбой нужно через речь. В силу этого самокат (то есть говорение в позволении) становится инструментом исправления судьбы. Инструментом, способным покатиться по нити судьбы и распутать её.

Говорить в самокате означает катить то, что само идёт из тебя. Ничего не сдерживая, не удерживая в себе. Кажется, что ничего трудного, а на самом деле получается далеко не у всех. Разберём основные помехи, возникающие при освоении самоката.

Во-первых, чтобы так говорить, нужно «раскрыть горло», то есть убрать все помехи, которые мешают тебе говорить. Помехи такого вида хранятся в определённом отделе сознания — в стогне под названием «горло». Эта стогна находится в пространстве сознания примерно в районе телесного горла. Исходно горло перекрыто в сознании, и уже потом то, что забито на уровне сознания, отражается и на телесном уровне. В стогне «горло» ты встретишься с запретами говорить, собственными решениями молчать, со страхами «открывать рот» и т.п. А на

телесном уровне эти помехи отражаются как комки, боль в горле, зажатость, сдавленность горла, першение, заикание и т.п. Таким образом, чтобы раскрыть своё горло, нужно, прежде всего, работать с сознанием, а не с телесным горлом. Для этого нужно пробовать говорить, кричать, петь и при этом смотреть, какие помехи в сознании мешают это сделать в полную силу, и убирать эти помехи. Есть и специальные упражнения, например, покакать во всё горло в чистом поле (где явно нет людей), а затем в лесу (где за каждым деревом может скрываться человек). Если кричать громко, хорошо чувствуется, когда голос звучит не в полную силу, сдержанно, сдавлено. Если убирать из сознания помехи и повторять крик раз за разом, сдержанность уходит, голос становится чище и звонче. Но самое главное для раскрытия горла — это начать говорить. Особенно, когда хочется промолчать или умолчать. Можно работать и на телесном уровне. Хорошо помогают пение и игры, в которых непроизвольно вырываются крики.

Во-вторых, самокат сдерживается страхом ляпнуть что-то уязвимое. Самокат — это позволение сначала говорить, потом осознавать, что ты сказал. Чтобы говорить в самокате, нужно озвучивать мысль сразу же, в тот же миг, когда она тебе пришла. Не давая себе возможности её предварительно осознать. В самокате моменты рождения мысли и её озвучивания почти совпадают. Если позволить себе катить всё, что идёт, то выйти может глупость, откровенный бред, что-то страшное или тайное. Поэтому учиться самокату и применять его нужно разумно — в тех условиях и с теми людьми, где не страшно открываться. Сначала будет казаться, что возможностей отпускать себя в самокате очень мало. Но со временем приходишь к тому, что пребываешь в самокате практически постоянно. Например, в самокате читаешь лекции, пишешь письма, отвечаешь на вопросы и т.п.

В-третьих, помимо страха оказаться уязвимым, самокат может сдерживаться страхом идти в неведомое. При работе в самокате не срабатывают никакие образцы. Даже если ты занимаешься очищением 15 лет, садишься за работу каждый раз как новичок. Если ты работаешь в самокате,

никогда не знаешь, какими путями он поведёт тебя и куда выведет: *«Клубочек покотился прямехонько в город Ничто; катится он и полями чистыми, и мхами-болотами, и реками-озерами, а следом за ним Бездольный шагает»* (сказка «Пойди туда — не знаю куда, принеси то — не знаю что»). Самокат — это позволение, и в силу этого — всегда прикосновение к неведомому. А неведомое пугает. Страшно отпустить себя и позволить пролиться всему, что рвётся из тебя наружу. Тот, кто этого боится, уводит свои мысли туда, где ему всё знакомо. А тот, кто не испугается пойти вслед за самокатом в «дремучий лес», непременно удивит самого себя.

Хочу обратить твоё внимание на то, что самокат — это путь через неведомое, но не как «в омут с головой». Самокат, как один из видов позволения, невозможен, если ты потерял состояние хозяина, и у тебя нет своей воли. Когда «каатишь» самокат, ты должен быть в себе и оставаться хозяином. Такое состояние, к примеру, позволит тебе прервать работу с другим человеком, если в твоём сознании всплывёт что-то, о чём бы ты не хотел говорить вслух.

При освоении самоката важно научиться отличать его от заготовок. В сознании есть куча всякого хлама, который можно бесконечно выливать из себя, выдавая за самокат. Некоторые люди годами травят одни и те же байки. Их речь при этом льётся как вода. Как кажется, они несут всё подряд, не задумываясь. Чем не самокат? Действительно, чем? А тем, что это только кажущаяся бездумность. Эти люди выдают тебе давно и хорошо «проверенные данные». Да, они не задумываются прямо сейчас над тем, что «несут». Потому что они хорошо продумали свои истории раньше. Они хранят их в своей памяти и при возможности прокручивают, как пластинки, спрятавшись за этими «припасёнными» речами. Самокат отличается от трёпа, выговариваемого бездумно. За трёпом нет душевного порыва очиститься. Для самоката слова — лишь средство, следствие, воплощение исходного душевного движения. Главное — оно, это душевное движение, а не сами слова.

Чтобы научиться катить самокат, нужно научиться видеть все свои мысли, особенно те, что привычно не выдаются наружу или кажутся не относящимися к теме. Пока видение не наработано, человек многие мысли не замечает. И в силу этого не может выложить их на бумагу или высказать в разговоре. В итоге самокат получается ущербный, как будто над ним поработали ножницы придирчивого цензора. Это видение нарабатывается со временем. Немного помогает договор с самим собой — озвучивать все свои мысли, ничего не утаивая. Прерывания самоката хорошо видны у другого человека. В такие моменты он просто перестаёт говорить. Когда работаешь самостоятельно, отследить прерывания в самокате труднее. Именно поэтому на начальном этапе, пока самокат не «раскатился», нужно больше работать с другими людьми. Кроме того, при работе с другими людьми слова нужно произносить (а не записывать, как это делается при самостоятельной работе). При произнесении вслух работает горло. И это хорошо, так как оно прочищается и открывается.

Итак, самокат — это один из видов позволения. А именно, самокат — это когда ты позволяешь своей душе озвучить, вытащить наружу, распутать и разобраться с тем чужеродным, что было привнесено в твоё сознание извне. Душе больно от тяжести и кривизны, которая накопилась в твоём сознании. И у неё есть потребность развязаться и освободиться от всего этого. Если позволить душе воплотить это движение, ты начнёшь звучать. Это могут быть слова, стоны, крики, одним словом, речь. Быть в самокате — значит позволить этой речи прозвучать. Ничего не сдерживая, предварительно не обдумывая. Катить, как идёт изнутри. И если довериться своей душе, позволить ей выпустить всё, что так долго удерживалось в сознании, она обязательно приведёт тебя к истокам — к развилке, в которой твоя судьба искривилась, с которой всё пошло не так.

Осуществляя поиск в самокате (в позволении), ты можешь выйти на то, что может показаться странным или не относящимся к делу. Если не упустишь этой мысли и пойдёшь

вслед за ней — либо очистишься от неё как от помехи, застилающей подход к истинной причине, либо она приведёт тебя в то место, которое ты искал. Не нужно бояться, что самокат уведёт тебя от цели. Пока не потеряно вопрошание, самокат катится к цели. Пусть и витиевато. Вопрошание при встрече с помехами вернёт тебя в прежнее русло. И даже если мысль сделала скачок и потекла по ложному руслу, вопрошание позволит тебе ощутить, что ты отклонился. Тебе захочется вернуться к росстани и восстановить прежний ход мыслей.

Переход в позволение в ходе кресения

В ходе кресения нужно отслеживать, в позволении ты идёшь на зов вопрошания или нет. Если ты заметишь, что сдерживаешься; что оцениваешь то, что из тебя идёт, и только после этого выпускаешь наружу; что ищешь ответ на силе; что додумываешь (работаешь «головой»), знай, всё это знаки того, что ты утратил состояние позволения, перестал катить самокат. Как только ты почувствуешь, что идёшь не в позволении, нужно перейти в состояние позволения. Возможно, для этого придётся увидеть и убрать помеху, которая мешает тебе выйти в это состояние.

Быть в вопрошании

Что такое вопрошание

Когда ты находишься в вопрошании, задаёшься вопросами. Они рождаются и живут в тебе, они ведут тебя до тех пор, пока не будет найден ответ. Но не всегда вопрошание облекается в конкретные вопросы. И уж совсем неверно, что любое задавание вопросов есть вопрошание. Вопросы — это следствие, один из признаков того, что ты находишься в вопрошании. Главное в вопрошании — это состояние. Можно задавать отвлечённые вопросы, которые не имеют никакого отношения ни к тебе, ни к тому, ради чего ты живёшь.

Можно задавать вопросы, не имея страстного желания узнать ответ. И всё это будут вопросы без состояния вопрошания. А можно не произнести ни слова, но при этом быть самим вопрошанием.

Вообще-то надо понять, почувствовать в себе это состояние. Нащупать его. А когда нащупаешь, станет понятно, почему без него не идёт кресение. Увидишь, что именно это состояние запускает любой внутренний поиск. Без этого состояния внутри всё недвижимо — болото. Когда есть вопрошание, ты не обвиняешь других и весь мир в своей несчастной судьбе. Ты ощущаешь, что ты сам причина своих неудач, ты сам неспособен устроить свою жизнь, ты — не хозяин себе и собственной жизни, у тебя ничего не получается, несовершенство именно в тебе. Это невыносимо, поэтому хочется, наконец, разобраться в себе, что-то осознать и устроить свою жизнь.

Итак, с одной стороны, ты ощущаешь, что тебе чего-то не хватает, какого-то понимания, способности и т.п. Внутри тебя поселился Вопрос. А с другой стороны, ты ощущаешь, что ответ на этот Вопрос находится тоже в тебе. Внутри ощущение, что причину надо искать в себе, и ты её знаешь, просто это знание по каким-то причинам перекрыто и сокрыто от тебя. Но только ты знаешь, почему ты такой дурак, слабак и т.п. Поэтому-то и терзает вопрошание не кого-то другого, а тебя самого. Ответ на вопрос, который тебя терзает, ты не найдёшь ни в книгах, ни в интернете. Ответ на этот вопрос есть только внутри тебя. Потому что это вопрос о тебе самом. Ты сам привёл себя к своему сегодняшнему состоянию, значит ты знаешь ответ, поэтому и отвечать тебе, — и в смысле найти и дать ответ, и в смысле нести ответственность.

Если ты не видишь, что причина твоего беспокойства в тебе, если тебя в себе по большому счёту всё устраивает, тогда у тебя нет вопрошания. Вопрошание — редкое состояние в мире людей. Его легко спутать с беспокойством, переживаниями, суетой. Многие люди недовольны своей жизнью, но лишь немногие обращены в себя и видят причины

своей несостоятельности в себе. Есть люди, которые обращены в себя, но они предпочитают погрузиться в свои страдания и в них жить. Вопрошание — это когда тебе захочется выбираться из всего этого, когда ты начнёшь искать выход (вот тогда появится движение, которое будет тебя вести). Есть люди, которые недовольны собой, но которые не имеют к себе никакого внутреннего вопроса. Они принимают себя такими как данность, как условие своей жизни. И им остаётся только бороться со своими несовершенствами, скрывать их, страдать. У них не возникает потребности разобраться, что с ними не так и почему. Они не начинают поиск. Они как будто спят.

На мой взгляд, люди, у которых нет вопрошания, действительно спят, спят наяву. Они покрыты коркой и не пытаются её пробить, не пытаются вырваться из плена своего вечного упокоя. Появление вопрошания — это уже признак пробуждения. Вопрошание однозначно пробуждает, поэтому те, кто не хотят просыпаться, гонят его изо всех сил. Болтовнёй, интернетом, телевизором, детективами, жизненной суетой. Любими грёзами и образами, лишь бы они быстро сменялись и снова увлекали тебя в мир сна. Когда проснёшься, то почувствуешь все свои болячки и несовершенства, увидишь, в чём ты живёшь. И уже не сможешь упокоиться. А пока ты в «матрице», можно делать вид, что дело не в тебе, и «отмахиваться» от того, что пытается тебя пробудить.

За понятием «вопрошание» стоит глубина, которая на уровне бытового понимания не улавливается. Предлагаю заглянуть в словари и сделать небольшое языковое исследование этого понятия. Словари составляли языковеды — люди, увлечённые и одарённые тем, что видят образы, стоящие за словами. Мы воспользуемся их подсказками. Я буду использовать следующие словари: «Толковый словарь живого великорусского языка» В.И. Даля, «Материалы для словаря древнерусского языка» И.И. Срезневского, «Этимологический словарь русского языка» Г.П. Цыганенко, «Словарь русского языка» под ред. А.П. Евгеньевой, «Этимологический словарь русского языка» М. Фасмера с дополнениями О.Н. Трубачева. Я не буду разбирать все тонкости и оттенки слов, связанных

с понятием «вопрошание». Я остановлюсь лишь на тех значениях, за которыми сама почувствую глубину. Сначала последовательно разберём значение за значением, а потом сложим их в цельную картину.

- Слово «вопрошание» в современном языке практически не используется. Поэтому начнём своё исследование с более знакомого для нас слова с тем же корнем — со слова «просить». Просить — *«иметь потребность, нуждаться в чем-л.»* (словарь под ред. А.П. Евгеньевой). Примеры (тот же источник): *«Все его здоровое, сильное тело жадно просило работы. Шолохов, „Поднятая целина“ <...> Душа музыки просит. Любаша где гитара? Сафонов, „Человек в отставке“»*. Ты просишь или в тебе есть вопрошание тогда, когда тебе или в тебе чего-то недостаёт, не хватает. Это первая черта вопрошания. Соответственно, пока ты всем доволен, вопрошания нет.
- Второе значение слова «просить» — *«добиваться чего-л. у кого-л.»* (словарь под ред. А.П. Евгеньевой). Пример (тот же источник): *«Я не умею Просить, и ты неумолим. Лермонтов, „Маскарад“»*. То есть, одновременно с появлением в себе какой-то внутренней нехватки возникает желание её восполнить. В этом желании есть сила. И при помощи этой силы мы можем каким-то образом воздействовать на мир, чтобы получить от него то, что нам нужно. Это воздействие мы и обозначаем словом «просить» в значении *«добиваться чего-л. у кого-л.»*.
- Наряду со словом «просить» в нашем языке есть слово «проситься». Как известно, постфикс «-ся» означает в русском языке обращение на себя. И не случайно именно это слово используется в такой форме. Когда мы о чём-то просим, нехватка живёт внутри нас. Она задаёт в нас движение и побуждает нас восполнить недостаток. Проситься — *«проситься наружу (или из души) — стремиться излиться, проявиться»* (словарь под ред. А.П. Евгеньевой). Примеры (тот же источник): *«Чувство, дядюшка, просится наружу, требует порыва, излияния. И. Гончаров, „Обыкновенная*

история“... <...> Благодарность... ведь это такое чувство, что его не удержишь, оно из души просится. А. Островский, „Сердце не камень“. Проситься на язык». Берём себе это на заметку — очень часто душевные движения просятся воплотиться именно через речь. Очищение сознания становится возможным и осуществляется за счёт этого естественного уклада вещей.

Для того чтобы глубже понять слова с корнем «-про-» (в частности, «вопрошание»), исследуем сходные с ними слова. Слово «просить» имеет общее происхождение со словами: «*молить*», «*домогаться*», «*требовать*», «*настоятельно просить*, *умолять*» (из словаря Г.П. Цыганенко).

- *Требовать* — «*нуждаться в чем, иметь надобность*» (словарь В.И. Даля). Пример: «*От ученика требуется хотение*» (тот же источник). Без хотения ученик невозможен. Он перестаёт пребывать в состоянии ученичества. Из этого примера видно, что если тебе что-то требуется, значит без этой вещи ты теряешь себя в каком-то качестве, или другими словами, теряешь часть себя, возможно, даже умираешь. Необходимость в вещи, без которой ты можешь умереть, зовётся «потребностью». Если Богу и нам самим угодно, чтобы мы жили, наши потребности должны удовлетворяться. Мы ощущаем удовлетворение собственных потребностей как должное. В силу этого *требовать* — «*искать настоятельно, повелительно, как должное*» (тот же источник). Когда человек требует, от его воздействия трудно отмахнуться. Человек как будто «стоит у тебя над душой». Именно поэтому В.И. Даль использует слово «*настоятельно*». Обрати внимание на родственность слов «*требовать*» и «*теребить*»: «*Что кому требует, тот то и теребит*» (тот же источник). В случае вопрошания такая неотступная настойчивость и теребление достают тебя же самого изнутри.
- *Требовать* можно только должное, то, что тебе принадлежит по праву. Как это сочетается с тем, что существительное «*треба*» означает «*жертвоприношение*» и «*отправление*

таинства или священного обряда» (словарь В.И. Даля)? Требы клали тогда, когда надо было потеревить богов, напомнить им об их долге. Люди считали, что по праву могут требовать от богов то, что связано с продолжением их жизни. Быть может, потому, что их жизнь была направлена к Богу и душе, они делали то, что было угодно богам, а последние в свою очередь должны были оказывать им помощь в жизни.

- Молвить — *«издавать голос»* (словарь М. Фасмера). Издать или подать свой голос — это не просто что-то проговорить. Это открыть, показать, выразить себя. Через голос душа воплощает своё движение. Быть может, потому, что мы разучились или утеряли потребность так говорить, из нашего языка ушло и слово «молвить».
- От слова «молвить» один шаг к слову «молить». Молить — это просить душой, трогая при этом душу того, кого молишь. И в итоге умоляя его душу. *«Моленное дитя, вымоленное, выпрошенное у Бога»* (словарь В.И. Даля); *«Промолился долго, умолил мало»* (тот же источник). В.И. Даль приводит поговорку: *«Молитву твори, а муку в квашню клади»*. То есть молитва — это не повторение записанных кем-то текстов. Молитва творится твоей душой, она и есть воплощение твоего душевного движения, твоей сути (когда творишь молитву, клади в эту «квашню» муку — самую суть себя). И тогда молитва станет настолько материальной, что уже не будут казаться чудом такие этнографические записи: *«... обряд, совершаемый священником, при дальности которого крестьяне привозят домой молитву в шапке»* (тот же источник).
- Сделав круг, мы вновь возвращаемся к словам с корнем «-про-». «Вопрос» есть *«положение, требующее разрешения»*, *«обращение к кому-л., требующее ответа, разъяснения и т.п.»* (словарь под ред. А.П. Евгеньевой). Прислушайся к себе. Много ли в тебе настоящих вопросов? Часто ли внутри тебя живёт *«положение, требующее разрешения»*? Ты увидишь, что настоящих вопросов очень

мало, и все они об одном: «Кто я?», «Зачем я здесь?», «Откуда я?» и т.п. Всё остальное суета, беспокойство, недовольство, но не вопрос.

- Согласно этимологическому словарю М. Фасмера: требовать родственно очищать (в смысле чистить, просеивать, расчищать, корчевать). Таким образом, теревить себя и искать ответ на свой внутренний вопрос — это всё равно что очищаться. Вопросание приводит тебя к очищению.
- От одного и того же корня в литовском языке образовались слова: *«требовать»*, *«просить»*, *«сватать»*, *«сват»*, *«жених»*. Аналогично на латыни слова: *«прошу»*, *«просьба»*, *«жених»*, *«требую»* и *«выпрашиваю»* — одного корня («Материалы...» И.И. Срезневского). Об этом же в своём словаре пишет и М. Фасмер. Когда ты в вопрошании, ты — жених, ожидающий встречи с тем, что твоё по праву, но по какой-то причине скрыто от тебя. Встречи со своей душой. Об этой свадьбе и об этом требовании идёт речь, когда ты находишься в состоянии вопрошания.

Вопрошание появится, когда тебе будет дело до самого себя. Ты станешь чувствовать свой внутренний дискомфорт. Ты станешь слышать, когда твоей душе плохо. А душа такая штука, что ей всё время что-то надо. У неё там зудит, и очень сильно. И может не хватить всей жизни, чтобы утолить этот зуд. Философы называют его «зудом самопознания».

Образ без наслоений, самая суть зовётся «истой». В словаре В.И. Даля находим: истый — *«точный, подлинный, настоящий, тот самый, суций»*. В отношении человека можно говорить об исте человека. Иста записана в душе. В силу этого твоя душа чувствует все несоответствия тебя сегодняшнего с истой. И она не успокоится, пока ты не приведёшь себя к исходному божественному замыслу. Эта неуспокоенность заставляет самокат катиться, а тебя — звучать и звучать, пока ты не прозвучишь чисто, без искривлений и преломлений. Пока не назовёшь своё настоящее Имя. Пока не ответишь на самый мучительный вопрос на свете: «Кто я?»

Вопрошание — это состояние. Состояние, когда внутри тебя есть потребность познать себя. Когда всё нутро жаждет найти ответ на главный вопрос самопознания, на вопрос вопросов: «Кто я?». Это состояние очень сильное, как зуд, как тяга, как одержимость, как болезнь и даже как долг. Возможно, ответить на этот вопрос — это главное и единственное, что ты должен здесь сделать. Именно поэтому столь велика эта внутренняя сила, этот зов, не дающие тебе покоя и вынуждающие искать.

Предлагаю тебе проделать упражнение на пробуждение этого состояния. Охвати вниманием всё то, что ты ощущаешь собой, и произнеси слово «Я». Затем произнеси своё имя. То есть скажи «Я» и поставь в соответствие этому своё имя. И ты обнаружишь дикое несоответствие. Я — это что-то очень большое и многогранное. А то, что люди и ты сам видишь в себе и обозначаешь своим именем, — это очень малая часть тебя. После этого упражнения приходит понимание, что Я — это нечто непознанное и неназванное, целая неведомая Вселенная. А вместе с этим приходит тянущая, сосущая боль под ложечкой, зуд, лишающий покоя. Это и есть состояние вопрошания.

В очищении сознания вопрошание играет ключевую роль. Когда не хочется делать кресение или когда кресение «не идёт» (например, постоянно «улетаешь» в отвлечённые мысли), — значит, у тебя нет вопрошания. Некоторые люди этого не понимают. Потому что не понимают, что такое вопрошание, и что без него кресение невозможно. Вопрошание — это двигатель в кресении. Как без него? Если из души идёт настоящий Вопрос, то он становится той тягой, которая заставляет самокат катиться и не успокаиваться до тех пор, пока он не достигнет цели.

Когда тебе плохо, погано на душе и даже невыносимо, ты направлен внутрь себя, но это ещё не вопрошание. Вопрошание — это когда тебе захочется выбираться из всего этого, когда ты начнёшь искать выход. Вот тогда появится движение, которое будет тебя вести. Вопрошание задаёт движение и содержит силу, позволяющую преодолеть все помехи и прийти к цели.

Возвращение вопрошания в ходе крещения

По ходу работы может случиться, что состояние вопрошания будет потеряно. Ты это почувствуешь по остановке. Внутреннее движение прекратится. Нужно иметь в сознании «сторожок» на такое событие. Он отследит момент остановки внутреннего движения и сработает — напомнит тебе, что такая остановка является знаком потери вопрошания. Если вопрошание потеряно, нужно посмотреть, почему это случилось. Возможно, ты уже нашёл тот ответ, который искал. Возможно, подошёл к помехе, в которую испугался идти, и перекрыл возможность дальнейшего поиска. Возможно, ты сам не заметил, как свернул с пути, и забыл о том, что искал. Разобравшись в причинах потери вопрошания, его можно вернуть, и продолжить работу. Или осознать, что работа завершена.

Быть искренним

Что такое искренность

Душа — слишком тонкая субстанция для этого мира. Поэтому для того чтобы душа могла как-то проявить свои движения в этом мире, ей нужно их воплощать. В этом ей помогает тело. Душа воплощает свои движения через движения тела. Например, через танец, жесты, пение, речь.

Душа может передавать образы телу напрямую. Но чаще они проходят через множественные слои в сознании: внутренних «цензоров», защиту, тайные цели, облики и пр. Эти слои или плёнки искажают исходное душевное движение. Например, желание дать в морду, пропущенное через слои культуры, может превратиться в: «Простите, это я сам виноват». В таких случаях на выходе мы имеем не истину в чистом виде, а истину с наложениями. Истина с наложениями называется ложью. Ложь всегда сложена из дополнительных слоёв, а истина при этом оказывается вложенной в эти слои. Ложь является причиной несоответствия между тем, что исходит из

самой твоей души, и тем, что, глядя на тебя, видят и слышат люди. Ложь искривляет истину. И даже если между истиной и тем, что ты выдаёшь наружу, есть только одна тоненькая плёночка, ты лжёшь. Даже если эта плёнка не имеет никакого отношения к теме, например, плёнка переживания, возникшая после недавнего телефонного звонка. Эта плёнка помешает истине (или «естине», тому, что есть) пролиться чисто, без искажений. Твоё переживание замутнит истину.

Однако повторяю, душа может передавать телу образы не через слои сознания, а напрямую. Хотя после небольшого отступления, посвящённого лжи, это уже кажется чудом. Действительно, искренность (именно так называется состояние, когда душа воплощает своё движение напрямую, без слоёв лжи) встречается в мире людей не так часто. Примерно как растения и животные из «Красной книги». И, тем не менее, она встречается! Порой, совершенно неожиданно для нас, люди бывают с нами искренними. Искренность является редкостью среди людей, но для очищения сознания она является совершенно необходимым условием.

Искренность — одна из составных частей огненного очищения. Для того чтобы разжечь очищающий душевный огонь, нужна искра. В человеке её даёт искренность. А.А. Шевцов в своей книге «Кресение» писал, что если ты находишься своим осознанием прямо там, где душа воплощает образы в тель, то *«воплощаемый образ исторгает из тели искры, заставляя ее топиться»*. Мы видим и это искрение, и топление тели. Изнутри это ощущается как вспышка, резкий выброс жара и обязательно испарина или слёзы — тель от этой искры плавится, как кусок льда, и водичка выходит наружу. Таким образом, искренность — это не только отсутствие плёнок лжи, но и качественно другое состояние.

Искренность — это настолько сильное состояние, что даже чужая искренность способна тронуть душу. А уж своя собственная способна в буквальном смысле выжигать любую скверну. Передаваясь сразу на тело, душевное движение оказывается такой силы, что способно пронзать, пробивать.

И не только того, кто открывается, но и людей, которым он открывается. У них тоже может быть жар, испарина, слёзы. И они тоже в этот миг чистоты могут понять для себя что-то важное. Настоящую искренность ни с чем не спутаешь.

Однако достаточно лишь тончайшей плёнки, чтобы заглушить искру и исказить истину.

Достижение искренности в ходе кресения

В кресении необходима искренность. Пока её нет, вместо воскресения будет затухание. Скучно, неинтересно, ничего не происходит, ничего не меняется. Огня нет, нет и очищения.

В силу своей природы человек постоянно лжёт. Лживость — это данность. Её нужно принять как условие и учитывать в работе. Отслеживать ложь и выходить на искренность — постоянная забота в кресении. Этому нужно учиться. Если человек не видит, что лжёт, или не хочет принимать, что лжив по природе, он будет испытывать большие затруднения в кресении. И в итоге будет более лживым, чем человек, принявший, что он лжёт, и отслеживающий ложь.

В кресении нужно ставить «сторожок» на неискренность. Как только искренность утрачена, работа пошла вхолостую, она ни к чему не приведёт. Наличие или отсутствие искренности — это маячок, сигнализирующий о том, как идёт кресение.

Нужно научиться ощущать свою неискренность. И видеть ложь — плёнки, слои, прикрывающие истину. Чтобы выйти на искренность, не нужно обладать какой-то особой открытостью или душевностью. Достаточно убрать наслоения — ложь. А для этого надо научиться хорошо чувствовать свою ложь и выработать брезгливость, неприятие ко лжи, потребность от неё освободиться, как от липкой грязи. Пока ты привык жить во лжи, быть лживым, тебе в ней хорошо и уютно, и ты не замечаешь, что она липкая, грязная и отделяет тебя от истины и огненной жизни. Когда у тебя появится другая ценность — пребывать в огненном состоянии, ложь станет противна и

обременительна. Ты станешь сквозь неё прорываться. Пока ты прикрываешься ложью, очищения не происходит. Но стоит тебе прорваться к искренности, сказанное тобой становится открытием, достойным осознания. Открытием, меняющим твою жизнь.

Для того чтобы выйти на искренность, нужно:

1. Ощутить свою неискренность.
2. Увидеть свою ложь (плёнки, наслоения на истине).
3. Иметь потребность избавляться от наслоений, отделяющих тебя от истины и искренности.
4. Убрать ложь и выйти на искренность (произнесение того, что есть на душе, без наслоений).

Люди редко бывают искренними. Чаще всего они выходят на искренность в моменты душевных порывов. То есть в те моменты, когда удержать то, что из них рвётся, очень трудно. Поэтому у нас у всех запечатлелся очень специфический образец искренности: горящие глаза, безумные поступки и т.п. Если люди хотят нас обмануть и выдать что-то за искренность, то они подстраиваются именно под этот образец. Чаще всего нас обманывают именно с таким «выражением лица». Поэтому к нему и больше всего недоверия. На самом деле искренне можно воплощать не только душевные порывы, но и самые обычные душевные движения.

Как же разглядеть, ощутить неискренность, если она есть? Прежде всего, неискренность можно отследить по отсутствию огненного состояния. Когда нет огня, становится неинтересно, скучно, тухло. Без искренности душевное движение затухает, и человек звучит тухло (без искорки). Когда человек неискренен, то, о чём он говорит, ощущается неважным, надуманным. Кроме того, неискренность можно заметить по наличию в фразах дополнительных смыслов, «второго дна». Неискренний человек сложен, непрост. Присутствие лжи можно почувствовать. Имея даже одну единственную плёнку лжи, человек будет звучать лживо.

Ложь искажает изначальное душевное движение, и тонко чувствующий человек всегда почувствует несоответствие, увидит, что его собеседник звучит нечисто, с наслоениями. Пока это видение не наработано, кажется, что можно ошибиться. На самом деле, ошибиться можно только в одну сторону — принять ложь за искренность. Искренность же невозможно принять за ложь, она живая, она трогает душу. Поэтому если есть хоть малейшие сомнения в искренности, ищи ложь. И ты обязательно её найдёшь.

Если ты почувствовал свою неискренность, ищи, в чём ты лжёшь. Ты либо говоришь вообще «не о том» (отводишь глаза себе и собеседнику), либо говоришь с искажениями (например, что-то преувеличиваешь или, наоборот, уменьшаешь). Если всмотришься, увидишь, что то, о чём ты говорил, или то, как ты говорил, было не совсем от сердца, как будто вмешивался холодный расчёт. Сразу станет стыдно, неприятно. Найди в себе силы признаться и пройти дальше. Если в тебе нет потребности освобождаться от этой липкой грязи, ты предпочтёшь упираться и убеждать всех в своей искренности, лишь бы сохранить своё лицо. Выбор за тобой. Но знай, что кроме как через свою ложь к искренности не пробраться.

Увидь, что сквозь слои лжи проходить трудно только тогда, когда ты стремишься скрыть свою ложь, а не выйти на искренность. Чтобы почувствовать свою ложь и выйти на искренность, используй один безотказный приём. Спрашивай себя: «А на самом деле, что я сейчас хочу сказать?» И ты увидишь и своё истинное движение, и то, что на нём наслоилось.

В заключении замечу, что можно выделить два принципиально разных вида лжи, с которыми сталкиваешься в кресении. Первый — это слои страхов, переживаний, жалости к себе и т.п. Эти наслоения замутняют и искажают истину. Слушая речь с таким видом лжи, хочется сказать: «Не совсем то! Ищи дальше!» Человек, имеющий такие наслоения, сам ощущает их как помеху своей искренности.

Он с лёгкостью и радостью скидывает с себя эти слои, как только их увидит. Второй вид лжи — это деятельность личности, которая вступает на защиту того содержимого сознания, с которым ты начал разборку. Как правило, арсенал инструментов у защитной личности очень велик: тупость, детскость, отчаяние, просьба о помощи и т.п. Стоит «раскусить» один инструмент, как личность тут же достанет другой.

Как видно, эти два вида лжи сильно отличаются. С первым работать проще. А для работы с защитной личностью нужно знать секрет. Он заключается в следующем: чтобы победить защитную личность, нужно понимать, что ты имеешь дело с защитной личностью. Тогда вся твоя сила пойдёт против неё. Пока же ты не осознаёшь, с чем имеешь дело, вся твоя сила достаётся личности. Сила уходит на то, чтобы пустить в ход ещё более действенный инструмент защиты и тем самым не допустить самого себя к предмету своей разборки.

БЫТЬ В ОСОЗНАВАНИИ

Чтобы очищать сознание, недостаточно просто выговаривать и распутывать. Важно делать это в осознании. Этим кресение отличается от пустой болтовни с подружкой по поводу своих проблем. Выговаривание приносит некое облегчение, но не приносит избавления. Для избавления нужна внутренняя работа — осознание.

Кресение осуществляется за счёт состояний и действий. Осознавать (наряду с такими действиями, как переключать в слова и озвучивать образы, всплывающие в твоём сознании в самокате; отслеживать и убирать ложь) — это одно из твоих действий в кресении.

Быть в осознании требует от нас быть здесь и сейчас, а не исполнять все действия «на автомате». «Быть здесь и сейчас» означает воспринимать настоящий мир, а не узнавать в том, что происходит сейчас, то, что ты уже знаешь из прошлого.

Если выписывать или выговаривать то, что лежит на душе, а затем «накидывать» на это своё узнавание, то никакого результата не будет. «Я всё понимаю, но сделать ничего не могу» — так часто завершают свой рассказ люди, пришедшие на приём к психологу. А если бы они рассказывали свою историю в осознании, возможно, им и не понадобился бы психолог. Осознание позволяет открывать себя. Один из признаков того, что идёт осознание, — удивление.

Ты не осознаёшь, почему ты несчастен, труслив, недееспособен и т.п. Когда осознаешь, почему ты именно такой, только тогда и обретёшь власть над этим несовершенством и над своей жизнью. Осознание делает тебя хозяином. А став хозяином, сам сможешь решить, что делать с обрётённой частью своего сознания: избавляться от неё, исправлять её или брать себе на вооружение. И даже если ты оставишь какую-то личину себе, она больше не будет тобой править. Теперь ты будешь «надевать» её, когда она тебе понадобится, и «снимать», когда захочешь. Например, если нужно пройти через проходную, сможешь надеть облик важного чиновника и сразу же за проходной его снять.

Пока ты занимаешься поиском, осознание позволяет углубляться внутрь себя. Без осознания ты будешь скользить в одном и том же поверхностном слое. Осознав то, что находится в поверхностном слое, ты тут же провалишься в следующий слой, выйдешь на новые вопросы.

Когда приступаешь к работе с ситуацией, в ходе которой ты искривил свою судьбу, осознание приобретает двойную цену. Невозможно что-то изменить, поменять в себе, пока не осознаешь, что прежний выбор неверен. Ты не сможешь выпрямить свою судьбу, пока не осознаешь, что заставило тебя её искривить.

При работе с западком осознание становится тройне ценно. Без осознания себя ты будешь слышать чужие слова, но так и продолжишь оставаться в их власти.

Возможно, осознание — самое важное действие в очищении сознания. Очень трудно объяснить, как осознавать. Ещё труднее этому научить. Это всё равно что объяснять, как дышать или запускать сердцебиение.

Пока образ неосознанный — он для тебя пустая форма без содержания или загадка. Осознание — это наполнение образа знанием, и даже по звучанию видно, что осознание каким-то образом связано с обретением знаний. А.А. Шевцов говорил, что мазыки различали знания и Знание. Знания, точнее информацию, мы получаем извне. А Знание приходит изнутри через осознание.

Если ты отберёшь у кошки котёнка, поддержишь на своих руках, а затем снова вернёшь матери, кошка тщательно вылизет своего детёныша, чтобы устранить твой запах. Вылизывая, кошка делает котёнка снова своим. Это очень похоже на осознание. Осознавая, ты входишь своим вниманием в каждый уголок неведомого образа и делаешь его своим. Осознание люди описывают такими эпитетами, как пропускание через себя, переваривание. Осознание есть придание образам нового качества — осознанности. Через осознание человек познаёт настоящий мир, в том числе и самого себя.

Осознание, а вместе с ним познание и обретение знания, каким-то магическим образом связано с распознаванием имён. Очень ярко это описала Урсула Ле Гуин в «Волшебнике земноморья»:

«Когда ты познаешь этот острец во всех его сезонных ипостасях, станешь различать его корни, листья, цветы, запах и форму семян, тогда сможешь узнать и его настоящее имя».

С точки зрения очищения сознания, осознание — очень важный инструмент. Осознание превращает «чужое» знание в своё собственное. Осуществляется такое осознание через давание имён тем чужеродным образам, которые обнаруживаются в собственном сознании (проклятьям,

решениям, обидам и т.п.). Здесь речь идёт не о случайных именах. Обретение власти над тем «духом», который ты обнаружишь в своём сознании, возможно, только если постичь его суть, то есть назвать его точное и полное имя. На практике точное и полное имя редко оказывается одним словом. Возможно, потому что мы не можем так глубоко видеть суть и ухватить её одним словом. И даже если в итоге заклятие выражается одним словом, путь к нему очень и очень многословен. Прежде чем приблизиться к сути, приходится пройти множество слоёв, состоящих из неточных, но постепенно приближающих тебя к цели имён.

Чтобы осознать какую-то мысль нужно проникнуть в самую суть, пропустив её через себя. Если тебе откроется суть, вместо «просто слов» ты выстроишь в своём сознании наполненный образ. Образ, содержащий суть. Возможно, ты ещё не раз будешь углубляться и вскрывать всё новые грани открывшейся тебе сути. Возможно, то, что ты осознал на сегодняшний день, ещё не есть последняя доступная тебе глубина познания. Но в любом случае, если ты что-то осознал, то прикоснулся к чему-то настоящему. Из-за того, что в ходе осознания тебе открывается кусочек настоящего мира, наступает расширение сознания, восхищение и удивление, которое очень часто выливается в восклицание: «А!». Мир неосознанных чужих знаний, в который ты себя поместил как в «матрицу», — плоский. А настоящий мир, который тебе открывается после осознания, — безграничный. От этого и захватывает дух! Отсюда это: «А!»

Откровения такого уровня всегда хоть немножко меняют жизнь. Осознание уничтожает прежнюю жизнь и начинает новую. Это происходит не насильственно, а естественно. В результате осознания меняется образ себя и образ мира, после чего новый ты начинаешь жить в новом мире. Ты понимаешь, что мир устроен по-другому, что ты другой, и уже не можешь жить как прежде, делаешь другой выбор. Некоторые люди боятся жить осознанно, так как понимают, что их ждёт перерождение и новая жизнь с новыми задачами (или переход под именем «смерть» в совсем другую жизнь).

Осознавание является инструментом освоения мира. Упрощённый, искажённый или мнимый образ мира в результате осознания заменяется другим образом мира, который более приближен к настоящему миру. Таким образом, осознание нужно для освоения мира. А освоение — это и переход в настоящий мир, и твоё расширение в нём. Перекладывая эти рассуждения на тот мир, что есть Я, мы приходим к тому, что осознание себя — это путь к себе настоящему.

Тот образ, который родился в твоём сознании в итоге осознания, полностью твой. Второго такого знания ни у кого нет. И даже если ты будешь передавать этот образ другому человеку, он осознает его по-своему. В ходе этой внутренней работы человек вырабатывает собственное знание, которым практически невозможно поделиться. До него можно только дойти...

Таким образом, в результате осознания образ приобретает принципиально новое качество: он наполняется твоим собственным знанием.

Осознавать можно какие-то вещи, явления, отношения, поступки, себя, в конце концов. Если тебе удалось осознать что-то в себе, ты становишься хозяином этому проявлению себя. В этом — великая сила осознания. Если это понимать и уметь этим пользоваться, осознание становится главным инструментом очищения, самопознания и расширения своих возможностей. Многие способности стоят за осознанием того, что ты это можешь. Например, достаточно осознать, что «пределов нет», и у тебя не будет пределов. Таким образом, часть твоих ограничений определяется ограниченностью твоей способности осознавать.

В осознании, как и в любом другом состоянии, можно жить постоянно. Кажется, что это очень трудно. Действительно, трудно. И многие люди не хотят прилагать к этому своих усилий и живут неосознанно. Однако жить в осознании под силу даже годовалому ребёнку. Не веришь? А ты присмотришься к тому, как живут и играют дети.

Чтобы осознать, нужно приложить определённый труд. Однако даже если приложить немалый труд, окажется, что не всякую мысль ты способен осознать на данный момент. Иногда для осознания чего-то не хватает: ты видишь отдельные явления, обстоятельства, события, но не осознаёшь, что происходит в целом. А потом вдруг какой-то человек скажет что-то, казалось бы, незначительное, и вся картинка сложится. И ты вдруг сможешь осознать то, к чему, возможно, шёл годы. В результате такого осознания разрозненные куски твоей жизни сливаются в единую картину. И создаётся новый образ. За такого рода осознаниями стоят большие уроки. Возможно, наши души воплощаются сюда, чтобы прийти к нескольким, а быть может, и только к одному осознанию своей жизни.

Крещение – особая речь

Теперь пришло время собрать всё воедино и рассказать о крещении. Я уже говорила, что крещение — это инструмент, который позволяет очищать своё сознание от чужеродного. Со стороны крещение выглядит как обычная беседа (если оно ведётся с помощью другого человека) или «писанина» (если крещение делается самостоятельно). Современный человек возможно и не понял бы, что в его присутствии кто-то делал крещение. Очищать своё сознание и душу от тяжести, боли и кривизны — естественная способность и потребность человека. Но мы разучились это делать. Разучились, потому что нам это было не нужно, потому что у нас были другие цели.

Независимо от того, делаешь ли ты крещение с помощью другого человека или работаешь самостоятельно, очищение происходит через речь. Когда ты беседуешь с другим человеком — это живая речь. Когда работаешь с бумагой, выговаривание заменяется на выписывание, что не меняет сути.

Возникает вопрос: неужели речь может воздействовать на сознание и очищать его? Отношение к речи как к удивительному дару было во многих традиционных культурах и в нашей культуре тоже (А.Н. Афанасьев, «Поэтические воззрения славян на природу», раздел «Живая вода и вещь слово»): *«Если с одной стороны в шуме ветров и раскатах грома чудились древнему человеку звуки божественных глаголов; то с другой стороны он собственный свой говор обозначал выражениями, близкими к картинным описаниям грозы. Слово человеческое вылетает из-за гордыбы зубов, как быстрая птичка, и уязвляет ненавистных врагов, как острая стрела; почему Гомер дает ему эпитет крылатого. Оно льется, как водный поток, и блестит, как небесный свет: речь и река происходят от одного корня ри или ре, греч. ρεω; мы говорим: течение речи, плавная (от глагола плыть) речь; русск. баять имеет при себе в прочих индоевропейских языках родственные слова с значением света: санскр. bha, греч. φαω, φαίω; припомним выражения: красно говорить, красная речь. Понятия звучащего слова, текущей воды и льющегося света санскрит соединяет в одном корне pad — говорить и светить, pada — река. Под влиянием таких воззрений слову человеческому была присвоена та же всемогущая сила, какую обладают сближаемые с ним божественные стихии. И это до очевидности засвидетельствовано и преданиями, и языком, который понятия: говорить, мыслить, думать, ведать, петь, чародействовать, заклинать и лечить (= прогонять нечистую силу болезней вещим словом и чарами) обозначает речениями лингвистически тождественными».*

Речь может быть магичной. Речь может воздействовать на сознание, речь может менять жизнь и судьбу. Речь может исцелять. Речь может быть вещей. Я уверена, ты и сам замечал, что выговаривание помогает облегчить душу. Но не всякое говорение приводит к освобождению. Недостаточно просто произнести то, что ты удерживаешь в себе. Нужно это сделать особым образом. Если этим не владеешь, приходится рассказывать свою историю много раз, прежде чем наступит облегчение. А про некоторые вещи сколько ни рассказывай, они всё равно не уходят.

Для того чтобы говорить с сущностями из другого мира (например, с чужеродным содержимым твоего сознания), нужна особая речь. Например, в причете — голошение, в заговоре — шёпот, а в очищении сознания — крещение. Таким образом, крещение — один из видов волшебной речи. Во-первых, потому что крещение позволяет воздействовать на сознание и очищать его от чужеродного. А во-вторых, потому что крещение является вещей речью. Исправляя в крещении ранее сделанные выборы, ты определяешь свою судьбу, своё будущее.

Чтобы произносимая тобой речь была крещением, нужны четыре уже знакомые тебе составляющие:

- вопрошание,
- самокат,
- искренность,
- осознание.

Если, находясь в состоянии вопрошания, искренно катить всё, что идёт, и тут же по ходу осознать звучащие слова, такая речь будет высекать очистительный огонь в твоей душе и прожигать всё тухлое и запутанное в твоём сознании. Такая речь и есть крещение.

Крещение связано с особым состоянием души — огненным. Чтобы рассказать об этом, нужно сделать небольшое отступление об огненной природе души.

А.Н. Афанасьев в «Поэтических воззрениях славян на природу» (раздел «Души усопших») говорит о рождении и смерти, как о горении души: *«Если душа понималась как огонь, то жизнь возможна была только до тех пор, пока горело это внутреннее пламя; погасало оно — и жизнь прекращалась. У нас уцелело выражение: погасла жизнь; выражение это в народной песне заменено сравнением смерти человека с погасшею свечою. <...> Еще яснее связь понятий огня и жизни в слове воскресать, которое образовалось от старинного крес — огонь (кресало,*

кресиво, пол. krzesiwo — огниво, кресать — высекать искры) и буквально означает: возжечь пламя, а в переносном смысле: восстановить погасшую жизнь». Там же А.Н. Афанасьев приводит немецкую сказку о лекаре, которого утащила в свою пещеру Смерть: «Там увидел он в необозримых рядах тысячи и тысячи возжженных свеч: и большие, и наполовину сгоревшие, и малые. В каждое мгновение одни из них погасали, а другие вновь зажигались, так что огоньки при этих беспрестанных изменениях, казалось, перелетали с места на место. „Взгляни, — сказала Смерть, — это горят человеческие жизни ...“»

В свете этих представлений приведу ещё одну заметку из того же источника о поминальных обрядах: *«Весною, в воскресенье четвертой недели великого поста, совершая праздник в честь мертвых, лужичане ходят на Тодесберг с зажженными факелами, поминают покойников и на возвратном пути поют: „смерть мы погасили, новую жизнь зажгли!“ — слова, указывающие на веру в восстание мертвых вместе с воскресающей в весеннюю пору природою. Славонцы ходят на кладбища с зажженными свечами 1-го марта. Наши простолюдины, когда с больным начинается агония, запаливают восковую свечу и дают ее в руки умирающему; употребление факелов при погребальных обрядах и возжжение свеч при поминках — известны с глубочайшей древности».*

Народ связывал горение души с жизнью человека, поэтому в момент смерти на тело в область грудины ставили новую свечу, символизируя возрождение. Пока душа в огненном состоянии, человек жив. Со временем душа покрывается коростой, что приводит к затуханию жизни. Казалось бы, процесс необратим, однако в нашем языке мы находим понятие о таком явлении, как воскресение. По аналогии со словом воспламенение, воскресение есть возжигание огня (креса). И одновременно воскресением называют возрождение или второе рождение. По народным представлениям, душу действительно можно возродить, если жаром искренности и светом осознания высечь в ней живой огонь — крес.

Крес — внутренний живой огонь твоей души, способный возродить тебя к жизни. И он, как и живой огонь, высекаемый во время праздников, обладает очистительными свойствами. Приведу ещё один отрывок из А.Н. Афанасьева в «Поэтических воззрениях славян на природу» (раздел «Огонь») об очистительных свойствах живого огня: *«Такое очистительное значение огня, прогоняющего темную, демоническую силу и вместе с нею все греховное, нравственно нечистое, побудило отдаленнейших предков наших соединить с сожжением мертвых мысль, что усопшие, сгорая на костре, очищаются от всякого зла и неправды и, просветленные божественным пламенем, водворяются в стране вечного блаженства. Руссы объясняли арабскому путешественнику Ибн-Фоцлану, что они сожигают трупы с целью доставить умершим невозбранный доступ в райские обители. Верование это в сказаниях о кончине мира сливается с мифическим представлением о той огненной реке, которая потечет в последний страшный день и в которой, по словам Кирилла Туровского, „подобаает всякому роду человеческому пройти сквозь огонь“, да искушенные огнем очистятся все племена и просветятся тела их, аки солнце. По всему вероятно, здесь же скрывается: во-1-х, зародыш католического учения о чистилище, где души усопших освобождаются действием огня от греховной нечистоты, и во-2-х, корень староверческого догмата о самосожжении, которое раскольники называют „вторым или огненным крещением“, т.е., по их мнению, оно так же очищает человека от содеянных им грехов, как крещение — от греха первородного».*

Название «кресение» произошло от слова «крес». Крес — это вид огня или огненного состояния, в котором пребывает душа во время кресения. Этот огонь живой. Он выжигает из сознания чужеродное и мертвечину и оставляет нетронутым то, что в силу своей огненной природы не горит — тебя настоящего (в книге А.А. Шевцова «Кресение» говорится, что эту нетленную сердцевину мазыки называли «капью»). Сжигая в кресе чужеродные наслоения, ты обретаешь себя нового, себя настоящего. Ты будто рождаешься заново. Во

всех традиционных культурах сохранились мифы о втором рождении, о дважды рождённых. Второе рождение по-русски зовётся «воскресением». Словом, образованным от слова «крес».

Этот огонь действительно можно разжечь в себе, и он действительно способен пожирать всякую нечисть. Ты не сможешь освоить кресение, если не почувствуешь однажды, как горит в душе крес. Если не научишься отличать это живое, искреннее состояние от лжи, тухлости, мороза и прочих несовместимых с огненным очищением состояний. Если сможешь взять огненное состояние, то со временем станешь гореть всегда. И очищаться постоянно, каждый миг.

Как в христианском крещении, так и в народном кресении участвует не только огонь, но и вода. Я уже писала, что искренность как воплощение образов из сознания напрямую в тель приводит к тому, что тель топится. Внутри это ощущается как жар, а снаружи проявляется как испарина или слёзы. Таким образом, во время кресения душа становится схожа с баней. В ней соединяются огонь и вода, превращая кресение в огненно-водный обряд духовного очищения. Огненно-водное очищение, пожалуй, самое невыносимое для сущностей другого мира. Огнедышащая топка в соединении с паром превращают душу в настоящее чистилище для избавления сознания от чужеродного¹.

¹ Другие очищающие стихии (ветер и земля) также используются в кресении, но в меньшей степени. Например, от некоторых помех можно очиститься с помощью силы «воздуха»: прозванивания, прогуживания или стонов. При работе с сознанием через тело используют вытягивающие свойства «земли», которыми обладают ладони.



**МЕТОДИКА
КРЕСЕНИЯ**

МЕТОДИКА КРЕСЕНИЯ

Очищение сознания осуществляется в несколько шагов:

1. **«Обнаружение помехи».** Ты делаешь какое-то дело или хочешь пребывать в каком-то состоянии (например, в состоянии душевного покоя), а у тебя не получается, тебе что-то мешает. Ты понимаешь, что то, что тебе мешает, находится в тебе. Например, тебе мешают работать с человеком накопленные на него обиды; или ты не можешь сделать нужный звонок, потому что тебе страшно; или ты никак не можешь взять в толк то, что написано в учебнике, и т.п.
2. **«Вычищение помехи» (собственно, кресение).** После того как ты обнаружил в себе помеху, нужно найти её причину (корень). Причиной всегда является грязь, внесённая в твой духовный состав. Для её поиска используется охотничий термин — тропление. Он означает идти по следам «зверя», его тропками. Грязь чем-то удерживается в сознании. Если бы не удерживалась, то со временем, например, во время сна, она бы растворилась. Поэтому сначала нужно найти и убрать то, что удерживает грязь в твоём сознании. А когда будет снята печать, удерживающая грязь, ты сможешь убрать и саму грязь. После того как помеха убрана, появляется возможность изменить неверно сделанный выбор и исправить тем самым свою судьбу.
3. **«Выстраивание нового образа дела».** Продолав очищение, нужно вернуться к тому делу, в котором ты обнаружил помеху. Пока помеха не была убрана, она вносила искажения в твоё видение мира, вклинивалась и искривляла твои действия. В итоге дело не получалось или

получалось не так, как ты хочешь. После того как помеха убрана, нужно посмотреть на дело по-другому и выстроить с помощью разума новый образ с учётом того, что помехи в твоём сознании уже нет.

4. **«Проверка».** Убрав причины возникновения помехи и выстроив новый образ, ты возвращаешься к прерванному делу или желанному состоянию. Если помеха убрана и образ действенный, ты с лёгкостью пройдёшь то место, на котором прежде «спотыкался». А если по-прежнему что-то не ладится, значит, либо помеха не вычищена до конца, либо новый образ имеет изъян. В любом случае придётся повторно возвращаться к предыдущим шагам.

Обнаружение помехи

Понятие помехи

В какой момент, с чего следует начинать очищение сознания? Это не праздный вопрос, как может показаться на первый взгляд. Это очень важный вопрос, за ним ключ к успеху. Работать над собой имеет смысл, если ты в чём-то собой недоволен. Таких недовольств может быть очень много. Успех кресения зависит, помимо прочего, от того, с чем ты возьмёшься работать. Дело в том, что кресение сработает, только если ты выберешь для работы очень определённое недовольство собой. Какое именно недовольство следует выбирать для работы и как это делается, я расскажу в этом разделе.

Кресение позволяет вычищать из своего сознания только такое недовольство собой, которое является для тебя помехой. Чтобы получать действительное освобождение и со временем приходить к качественным изменениям, нужно не выдумывать себе искусственный повод для кресения, а работать только с реальными с помехами. Так что понятие «помеха» — ключевое для кресения. Поэтому нужно хорошо разобраться и понять, что такое помеха. Затем нужно научиться обнаруживать в себе помехи.

Начнём с исследования понятия «помеха». В «Толковом словаре живого великорусского языка» В.И. Даля понятие «помеха» разобрано в словарной статье к слову «помесивать». Для нас интересны следующие значения этого слова:

- Что-то к чему-то подмешать, примешать или что-то с чем-то смешать (например: *«Глухари с полюхами помешиваются, мешаются иногда, в случке, приплодом», «Надо еще мучицы принести, на помес, на подмес, на примес»*).
- Размешать, перемешать после того, как что-то с чем-то смешали (например: *«Бузу варят, помешивают», «В печи надо помешивать (дрова), чтобы все хорошо перегорело», «Помешать в чашке, — чай, размешать сахар», «Помешательство ума»*).
- Помешать кому-то в чём-то, попрепятствовать, поставить преграду (например: *«Все бы покончил, да помешали гости», «Лишний ум (осторожность) не помешает (не помеха)», «Знахарь на все свадьбы зовется, чтобы не стало помешки, порчи»*).

Если что-то примешается и смешается с чем-то основным, образуется помесь. Было даже такое слово «помесчивый», что означается *«склонный к помеси»*. Иногда то, что примешивается к основному, со временем начинает ему мешать. И тогда говорят о наличии помехи. Итак, помеха, как примесь, всегда внутри тебя. То, что помеха имеет внутреннее происхождение, а не внешнее (как, например, препятствие или преграда), легко увидеть при разборе словообразования. Но далеко не так просто осознать, если примерить это к своей жизни. Если признать, что помеха всегда внутри тебя, а не снаружи, тогда пенять можно только на себя, и это переворачивает всю жизнь.

Мир такой, как всегда. Но мешать тебе он начинает только тогда, когда в тебе есть помеха. Если помехи нет, внешнее препятствие тебе не мешает. Ты тут же на ходу преодолеваешь его, либо «стекаешь» по нему в позволении.

Наличие помехи распознают по ощущению, что тебе что-то мешает. Тебе может многое в себе не нравиться. Но далеко не всё из этого перечня тебе действительно мешает. Мешает только примесь — чужеродное. Да и чужеродное не всё мешает. Чужеродное начинает мешать только тогда, когда ты приступаешь к делу, в котором это чужеродное проявляется, и в котором твоей душе важна чистота. Душа избирательна. Для неё помехами ощущаются чужеродные вкрапления, налипшие на те несовершенства, ради исправления которых душа пришла на этот раз. Других она не видит, не замечает. Душа ощущает что-то как помеху, только если это «что-то» лежит на её пути. А ощущение, что тебе что-то мешает, появляется, только когда начнёшь движение, пойдёшь по этому пути.

Ниже я выделила и описала все черты помехи:

- Помеха тебе **мешает**. Помеха не только делает затруднительным достижение желаемого, к которому ты стремишься, но и ощущается неприятной. Кажется, что мешать может только что-то внешнее по отношению к тебе. Но прислушайся к себе: мешать — это вызывать внутреннее ощущение неуюта или неудобства. Воспринимаешь ли ты внешнюю преграду как помеху своему движению или нет, зависит от твоего внутреннего состояния. Далеко не каждое препятствие воспринимается тобой как помеха. Множество препятствий преодолеваются незаметно. Например, если ты хорошо водишь машину, то даже не заметишь, как на пустой многополосной трассе обогнал трактор. А начинающему водителю такой манёвр может прибавить несколько седых волос. Таким образом, восприятие препятствия как помехи зависит от наличия внутренних несовершенств. Когда такое несовершенство имеется, при приближении к помехе возникает неприятное ощущение, которое мы называем словом «мешать».
- Восприятие препятствия как помехи зависит от наличия внутренних несовершенств. А причина любого несовершенства — наличие чужеродного вкрапления в

духовном составе, в частности, в сознании. Несовершенство неприятно не только потому, что оно ограничивает мои возможности. Несовершенство неприятно потому, что оно противно моей природе. Я знаю, я чувствую, что «на самом деле я не такая». Мне плохо от моего несовершенства, потому что я ощущаю за ним присутствие во мне чего-то **чужеродного**.

- Грязь в сознании и есть та причина, которая создала на моём пути помеху. Истинная помеха **не снаружи, а внутри**. Если убрать грязь, внешняя преграда не будет замечаться и восприниматься помехой.
- Помеха **лежит на моём Пути**. Слово «путь» здесь употребляется в особом смысле. А.А. Шевцов в одной из своих книг говорил, что стоящее на твоём пути препятствие только тогда ощущается помехой (то есть мешает, вызывает ощущение внутреннего неуютa), когда оно относится к Пути твоей души к скуме. Препятствия, встреченные тобой на любом другом жизненном пути (на который тебя может занести), не отзовутся в твоей душе как помехи, не затронут тебя, не вызовут неприятия. Связь между помехами и скумой я вижу так. До воплощения душа выбирает себе задачу — чему ей научиться и какие несовершенства убрать. Для решения этой задачи продумываются всевозможные условия, с которыми будет сталкиваться душа, или, другими словами, продумывается путь. Путь по своей сути является набором препятствий, о которые душа запнётся и будет вынуждена работать с некими своими несовершенствами и чему-то учиться. Настраиваясь на этот путь, душа обретает особую, повышенную чувствительность, неприязнь, нетерпение к определённого вида несовершенствам. Когда ты встаёшь на предначертанный тебе Путь, в твоей жизни появляются помехи — такие препятствия, которые тебе действительно мешают. А когда ты отклоняешься от своего Пути, препятствия исчезают или перестают тебя задевать. Это происходит благодаря тому, что душа не расплывается на другие задачи, она очень цельная, никогда не теряет свою задачу.

- **Помехи встречаются только при движении.** Если стоять на месте и никуда не продвигаться, тебе ничего не будет мешать. Помехи — это удел только тех, кто идёт. Таким образом, помехи являются не только знаком Пути, но и знаком того, что ты по нему продвигаешься. Если убирать свои внутренние несовершенства, тогда то, что останавливало тебя раньше, со временем будет преодолеваться незаметно. А если не убирать, тогда то, что останавливало тебя в юности, будет останавливать и в старости. Ничего не изменится. Ты где был, там и останешься.
- Помеха не существует сама по себе, **помеха всегда «чему-то».** Например, помеха твоему делу, помеха твоему счастью, помеха твоему покою, помеха твоей цели, помеха твоей скуке. Если ты ни к чему не стремишься, в твоей жизни нет помех, а вместе с тем нет и битв, нет и уроков от поражений, нет и побед.

Как обнаружить помеху

Чтобы в твоей жизни появились помехи, нужно начать делать дело. Пока лежишь на диване, не работаешь и ничем не занимаешься, помех в твоей жизни не будет. При этом дело, за которое нужно взяться, должно быть тебе по душе, то есть как-то связано с путём твоей души в этом воплощении. Такое дело нужно не только увидеть и почувствовать, но и действительно за него взяться. Взяться не понарошку, а по-настоящему, чтобы действительно сделать его. Если у тебя будет настоящая цель сделать это дело, тогда случатся две волшебные вещи. Во-первых, ты начнёшь двигаться по своему пути. А помехи, как известно, встречаются только при движении. Во-вторых, необходимость сделать дело будет протягивать тебя через помехи — вынуждать с ними разбираться и не давать в них застревать.

Не стоит расстраиваться, если у тебя слишком много помех. Значит, ты не предал себя, не пожалел себя, значит, ты решился на большой урок и сам поместил себя в такую жизнь,

где все твои помехи будут проявляться. Если же, напротив, в твоей жизни помехи не встречаются — следует задуматься. Это верный знак того, что ты стоишь на месте. На самом деле, ситуация, когда у человека вообще нет помех, встречается довольно редко. Такое бывает, если человек сбежал от мира, и его при этом кто-то кормит. Или если он засиделся на каком-то месте, которое уже давно перерос, что, по сути, тоже означает сбегание от мира. У всех остальных жизнь полна помех. Мы можем этого не осознавать, но душа постоянно толкает нас в те места, где она может совершенствоваться. И там мы натываемся на поле помех.

Если человек не занят духовным совершенствованием, тогда помехи его не радуют, а огорчают. Если всё же он решит разбираться с помехами, у него возникнет затруднение в том, чтобы понять, каким делом занята его душа, какую задачу она решает. Если это станет понятно, тогда будет гораздо проще определиться с помехой. Такой трудности не возникает у человека, который осознанно взялся за дело, способствующее его душевному становлению. В этом случае он всегда знает, каким делом он занят, так как он делает его осознанно. Ему будет гораздо проще обнаружить и определить помеху.

Для ясности приведу два примера: обе ситуации произошли на семинаре «Школы становления», где шло освоение работы с помехами. Один ученик почувствовал, что ему что-то мешает. Проявлялось это так: он хотел, но не мог нам что-то рассказать. Попытка определить помеху ничего не дала, пока он не осознал то дело, которым был занят. Оказывается, он хотел похвастаться перед нами тем, как здорово что-то осознал. Как только он увидел, какую задачу решает, сразу же смог осознать помеху. Она заключалась в том, что у него в сознании был запрет на то, чтобы хвастаться. А вот другой пример. Стажёр (на преподавателя), перед которым стояла задача прочитать лекцию, с ходу смог назвать с дюжину помех, которые мешали ему сделать это дело.

Определить дело, которым ты в действительности занят, очень важно для обнаружения помехи. Так как помеха

существует не сама по себе, она всегда помеха чему-то, какому-то делу, задаче, желанному состоянию и т.п. Иногда бывает трудно признаться даже самому себе в том, каким делом ты занят. Душевные дела с точки зрения общественной оценки ощущаются дурацкими, постыдными, бесполезными и т.п. Однако ты всё равно ими занят, остаётся только принять это и допустить до своего осознания.

Если понимаешь, каким делом ты занят, проще почувствовать и определить помеху. Знаком, указывающим на наличие помехи, будет наличие сбоев в деле. По этому сбою и внутреннему ощущению, что ты во что-то упёрся, можно обнаружить помеху. Помеха ощущается внутри как нечто самостоятельное, она выделяется из сознания как нечто особое. Все эти ощущения помогают не только обнаружить, выделить и назвать помеху, но и дойти до самой её сути и вычистить её полностью.

При определении помехи возникают разного рода трудности.

- **Нет дела, в котором бы проявлялись помехи и которое бы требовало убирания помех.** Чтобы в твоей жизни появились помехи, нужно встать на свой Путь. А для этого нужно начать жить по душе и делать то дело, которое тебе по душе. Некоторые думают, что свой путь надо искать там, где их душа будет томиться. На самом деле, свой путь ощущается как очень желанный. Настолько, что многие не могут поверить, что имеют право посвятить этому желанному занятию свою жизнь. Этот путь ощущается не только желанным, но и трудным, то есть наполненным трудом. Главным образом, это труд по преодолению помех. Именно из-за трудностей, которыми наполнен свой путь, некоторые люди не хотят вставать на него. Их пугают помехи, и они от них сбегают. Таким образом, если хочешь, чтобы в твоей жизни появились помехи, нужно осознанно идти туда, где они проявятся. При этом важно не просто поместить себя в мир или дело, о котором ты мечтал, важно поставить себе реальную цель и идти к ней,

не стоять на месте. Чем ближе будет твоё дело к скуме и чем больше будет твоя решимость его сделать, тем сильнее будет твоя нетерпимость к помехам и тем сильнее будет твоё намерение убрать эти помехи из себя.

- **Помеха не проявляется, потому что ты не хочешь, чтобы она проявилась.** Бывает, что ты знаешь о какой-то своей помехе, но боишься поместить себя в дело, где она проявится. А пока не проявилась, она тебе не мешает, ты не ощущаешь её как помеху. В итоге, ты не сможешь с ней работать, даже если получится её назвать. Чтобы начать очищение, помеха должна быть нестерпимой. Настолько нестерпимой, чтобы от неё нельзя было сбежать, например, нельзя было лечь и поспать. Чтобы такое произошло, надо поместить себя в специальные условия, где помехи будут выходить наружу и где нельзя будет от них убежать, не предав себя, близких тебе людей и то дело, в которое ввязался. Каждый знает о себе, что это за место и условия. Но люди часто боятся поражения или слома, поэтому не берутся за такие дела. И, соответственно, испытывают трудности с кресением.
- **Трудно выделить конкретную помеху.** Если помех много, их бывает трудно отделить друг от друга. В этом случае их нужно в состоянии самоката выписать в список. Часть из выявленных помех уйдёт сразу через их осознание. Оставшиеся помехи потребуют более глубокого очищения.
- **Трудно увидеть суть помехи и назвать её.** После того как увидишь дело и поймёшь, в чём заключается помеха, её нужно назвать, дать ей имя. Здесь важно увидеть саму помеху, а не её проявления. Например, ты молчишь. То, что ты молчишь, это проявление помехи. А в чём заключается сама помеха? Она может быть в том, что ты боишься говорить (например, боишься обидеть или показаться глупым) или не можешь вымолвить слова (например, у тебя «включился» запрет говорить), или стесняешься что-то сказать и пр. Иногда не удаётся дать помехе конкретное имя. Например, ты ощущаешь, что тебе погано на душе

или вдруг ничего не хочется делать, или ты во что-то упёрся, но не понимаешь во что. На самом деле, таких «имён» уже достаточно для того, чтобы начать работу. Ты внутри уже знаешь, о чём говоришь. Главное, чтобы ты сам ощущал, что тебе мешает, и удерживал на этой помехе своё внимание. А более конкретное имя ты дашь ей в ходе тропления.

- **Нет чувствительности к помехам.** Некоторые из учеников «Школы становления» поначалу говорят, что не чувствуют никаких помех. Хотя снаружи видно, как им неуютно. Не владея инструментами очищения сознания, они за много лет привыкли не замечать неприятных ощущений. Они привыкли терпеть. У некоторых очень высок болевой порог — уровень боли, который они могут терпеть, не замечая её. В итоге работа над собой невозможна. Человек живёт практически в аду, но при этом счастливо улыбается и говорит, что у него всё хорошо. Можно привыкнуть не только к боли. Кто-то свыкается со своей тупостью, кто-то с чёрствостью, кто-то со вспыльчивостью, трусостью, болтливостью, недееспособностью и т.д. и т.п. Свыкнуться с тем, что тебе мешает продвигаться, — значит, остановиться в своём движении. Нетерпимость к помехам приходит с выбором. Однажды желание очищаться от грязи в сознании становится настоящим, и твои внутренние несовершенства начинают тебе мешать.
- **Выдаёшь за помеху то, что тебе не мешает, и не видишь того, что мешает.** Бывает, что люди выдают за помеху то, что на самом деле им не мешает. Например, человек знает про себя, что он раздражителен. Ему многие на это указывают, говоря при этом, что со стороны он выглядит неприлично. Человеку хочется убрать из себя раздражительность. Но на самом деле ему хочется выглядеть прилично. А раздражительность, если быть искренним с самим собой, ему не мешает, даже напротив, ощущается эффективным инструментом. В итоге, если он сядет разбираться с раздражительностью, у него ничего не получится. Но зато, если он увидит истинную помеху — его

зависимость от приличий, — у него есть шанс разобраться и вернуть себе душевный покой (а возвращение душевного покоя — это и есть то дело, которым он в данный момент занят). Задачу же разбираться с раздражительностью подсовывает ему уязвлённая личность. Она ощущает уязвимость, которую не может скрыть, и призывает к себе на помощь новый инструмент (кресение). Однако на личностные цели кресение не срабатывает. Если работать с проблемами, которые не ощущаются твоей душой как помехи, очищения сознания не получится. В этом случае у тебя внутри ничего не откликается, тебе нечего очищать, не за что зацепиться. Единственное, что ты сможешь, так это изложить свои собственные представления по конкретной теме, накопившиеся за жизнь. В этом случае вместо кресения у тебя получится сочинение на заданную тему.

- **Трудно выйти из помехи и увидеть её со стороны.** Иногда трудно заметить помеху, потому что из-за какого-то сбоя в сознании ты не мыслишь, что можно жить по-другому. В этом случае будет полезной помощь кого-то со стороны. Кто спросит тебя, почему ты так криво, неестественно или неразумно делаешь какое-то дело. Бывает трудным увидеть помеху, потому что ты находишься внутри неё, а не снаружи. Именно поэтому нужно сначала осознать дело, которым ты занят. Как только дело осознано, ты к нему возвращаешься и тут же оказываешься снаружи помехи. В случаях, когда ты находишься внутри помехи, лежащей на пути твоего душевного становления, очень полезна помощь со стороны. Если ты вспомнишь, что хотел познать себя, обрести душевность и достичь становления, то сможешь воспринять то, что тебе говорят, и увидеть то, что тебе показывают. Если же ты забыл о своих больших целях, забыл, за какое большое дело взялся, то будешь упираться. И тому, кто показывает тебе помеху, нужно будет сначала вернуть тебя к твоему делу. Только после того как ты окажешься снаружи помехи, её можно увидеть и дать ей имя. Вообще-то, *«барахтаться в помехах»* (как сказала одна из учениц

«Школы становления») или делать дело — это твой выбор. Если для тебя приемлемо проиграть в начатом деле, не завершить его до конца, то ты будешь жить не делом, а переживаниями по поводу серьёзности стоящих на твоём пути помех. Как только дело выйдет на первый план, даже самые страшные помехи начнут уходить. Продолжу словами той же ученицы: *«Когда у меня есть дело, важное для меня, дело, которое меня тянет, даже самые сильные помехи всё равно мельче и слабее его. А как только чуть-чуть перестаю делать дело, забываю о нём — сразу становлюсь дурачком, неуместной, униженной, подлой. Только дело должно быть настоящим и своим, а не просто фигнёй руки и голову занять»*.

- **Ощущаешь себя личностью, поэтому не можешь увидеть свою личность.** Главная помеха на пути самопознания и душевного становления — личность. Она чужеродная, искусственная, безжизненная, неразумная. Она всегда прикрывает несовершенство, поэтому как заплатка выделяется и при взгляде со стороны вызывает позыв оторвать и выкинуть. Но внутри ты считаешь личность собой и в силу этого не можешь с ней расстаться. Убить личность для тебя — всё равно что убить себя. Из-за этого её так трудно увидеть в себе как помеху.
- **Нет выбора очищаться.** Только душа ощущает примеси, и они ей невыносимы, они ей мешают. Если ты не слышишь душу, если тебе нет дела до того, что ей плохо, если у тебя нет потребности убирать то, что на неё давит, то у тебя не получится обнаруживать помехи. Вот мы снова приходим к выбору: очищаться от помех или нет.

В деле обнаружения помех есть много трудностей, но главная трудность заключается в том, что неохота видеть и убирать свои помехи. То есть всё упирается в выбор.

Смотреть в помехи и убирать их неохота. Нет потребности в такой душевной гигиене. Вместо этого есть привычка проламываться через всё силой. Мы относимся к поколению, которое всё рушит. Мы не умеем быть бережными, особенно к

тому, что живое и хрупкое. В первую очередь, к себе. Что-то не получается? Сейчас поднажмём и получится! У нас нет в душе покоя и созерцательности. Нам нужно быстро и сразу. Или не нужно вовсе. И мы будем сминаться и сминаться под гнётом жизненных обстоятельств, пока однажды этот гнёт не сломит нас окончательно.

Тому, кто смог понять и почувствовать, что такое помеха, я советую провести исследование, почему ты не работаешь с помехами, почему не отслеживаешь их в своём деле, почему не убираешь. Конечно, ты можешь себя заставить и некоторое время отслеживать и убирать помехи. Но если внутри у тебя нет такой потребности, всё бесполезно. Твоей личности нужно быть победителем, и на силе этой задачи ты можешь протянуть некоторое время и имитировать работу с помехами. Но рано или поздно такие старания сойдут на нет, и всё вернётся на круги своя. Только если это станет нужно и полезно чему-то более сущностному и настоящему в тебя, чем личность, например, твоей душе, только тогда работа с помехами станет частью твоей жизни. То, что я написала, можно воспринять как лозунг. Но это не лозунг. За моими словами есть мысль. Попробуй её уловить. Тебе внутри, в самой глубине души обнаружение и убирание помех должно быть нужным, жизненно необходимым, на уровне потребности.

А для этого нужно один раз понять и прочувствовать изнутри, что такое помеха. Этому тоже надо учиться — ощущать помехи. Ты потерял чувствительность к помехам. И неприязнь к ним тоже. Вообще-то, помеху можно убрать. Возможно, нужно начать именно с этого осознания. Если однажды тебе удастся убрать помеху, обязательно осознай, что произошло, и увидь, что это возможно. Помехи при определённой доле мастерства убираются из сознания полностью. Так зачем тогда их держать в сознании? Это неразумно. Неразумно удерживать помеху, оставаться при этом несовершенным, да ещё и тратить силы, на то, чтобы как-то её скрывать и как-то умудряться с учётом помехи делать дела, да и вообще жить. Слишком много усилий ради одной помехи. Разумнее один раз взять и расстаться с ней

навсегда, да ещё и вернуть своё совершенство. Конечно, для этого придётся пройти через боль, а возможно, и пойти на подвиг.

Всё упирается в то, какую жизнь ты выбираешь: жить как личность или жить жизнью души. Если предпочитаешь оставаться личностью, тогда ты остаёшься со всеми своими наработками и ухищрениями — всеми трудностями жизни с собственными несовершенствами в мире общества. Если же предпочитаешь душевные ценности, тогда ты сам становишься дороже себе, чем твоя личность. И мечта об обретении собственного совершенства перевешивает боль и страх, через которые зачастую нужно пройти при очищении сознания от помех.

Во многом жизнь — морок, несущийся мимо тебя. Страхнув его, ты увидишь себя, идущего по пути своей души. Если ты не очищаешься от помех, то декорации вокруг тебя меняются (жизнь течёт), а ты продолжаешь стоять на той же дороге, всё в том же месте, перед той же помехой. А если будешь убирать помехи, будет продвижение. И ты будешь с улыбкой смотреть на себя прошлого. Осознание этого подводит к выбору: видеть в себе помехи и убирать их из своего сознания, или не замечать их, смиряться, обходить, обтекать, проламываться через них силой и т.п. Если действительно убирать помехи, жизнь будет счастливее, проще и ярче. Но эта данность всё равно не облегчает выбор.

Помехи не нужно искать. Они сами время от времени всплывают и мешают тебе жить. Помеху можно убирать сразу (как только осознал, что есть помеха), а можно пометать и откладывать разборку на другое время (когда будет свободное время и соответствующие условия). Если не разобраться сразу, видение помехи может «уйти». Ты перестанешь ощущать, что тебе что-то мешает. А без этого ощущения креститься не получится. Разбираться же сразу не всегда получается. Чтобы иметь возможность убирать помехи сразу, очищение должно быть встроено в твою жизнь. Как встроено в твою жизнь, что жирные или липкие руки нужно мыть. Ты же не ждёшь

вечера, когда все лягут спать, чтобы сделать акт такого очищения. А для того, чтобы встроить что-то в свою жизнь, надо быть её хозяином. Эта потребность рано или поздно приведёт тебя либо к строительству своего собственного мира (где ты будешь полным хозяином и сможешь всё устроить по-своему), либо к поиску мира, соответствующего твоим требованиям.

В заключение этого раздела я хочу обобщить всё сказанное и описать последовательность обнаружения помехи. Почувствовав, что дело стопорится, сначала нужно увидеть и чётко определить то дело, которым ты занят. Если тебе действительно важно выполнить это дело, ты ощутишь, что же является этому делу помехой, что же не даёт его исполнить. Обнаружив помеху, ей нужно дать имя. Если помех много, то часть из них уберётся осознанием. А какие-то помехи останутся, и потребуются убирать их корни. Если тебе действительно нужно и важно сделать дело, обнаруженная в нём помеха будет тебе мешать, возникнет потребность её убрать, появится внутренний позыв из души — исторгнуть помеху. В этот момент нужно осознать, что помеха в тебе, и стать вопрошанием.

Виды грязи, проникающей в духовный состав человека

Чтобы умело очищаться от помех, полезно понимать, как они образуются. Предлагаю исследовать это перед тем, как приступить к освоению приёмов вычищения помех.

Мы уже выяснили, что помеха указывает на наличие грязи в твоём духовном составе, в частности, в сознании. Откуда они там берутся, как туда попадают? На мой взгляд, всё дело в итоге сводится к наличию душевного несовершенства. Если бы душа была совершенна, она бы не впустила ни в себя, ни в своё продолжение (в сознание) что-то чужеродное.

Если предположить, что души изначально рождаются с первородными загрязнениями, становится понятным, зачем душа погружает себя в плотный бездушный мир.

Мир постоянно зацепляет душевное несовершенство, что отзывается в душе болью. Душевная боль — лишь знак, указывающий на то, что в душе есть несовершенство. Чтобы убрать это несовершенство, нужно идти в самую боль. Там, за ней прячется несовершенство. Но на то, чтобы идти в боль, нужна смелость. А пока такой смелости нет, человек, напротив, избегает боли. Чтобы избежать боли, на месте душевного несовершенства он надстраивает защитную личность — чужеродное искусственное образование в сознании, подменяющее человека и являющееся как бы «мозолью», заплаткой на душевном несовершенстве. Таким образом, из-за наличия душевного несовершенства и отсутствия готовности с ним работать, сознание наполняется чужеродными образами. Однажды, когда ты возьмёшься за настоящее, большое, душевное дело, эти заплатки станут для тебя помехами, и ты станешь от них очищаться.

Мне кажется, что душевное несовершенство может быть обусловлено не только наличием в душе первородных загрязнений, но и незрелостью души. Например, молодая незрелая душа ещё не познала ценность настоящего. Из-за неспособности отличать настоящее и вечное от тленного и преходящего молодая душа совершает ошибки. Например, поддаётся искушениям, торгует собой, теряет память и т.п. Душа, совершающая ошибки, спускается по цепочке выборов во всё более плотные и бездушные миры, другими словами, погружается в ад. С каждым новым выбором вниз душе становится всё тяжелее, невыносимее и более тошно. Она накапливает эту тяжесть до тех пор, пока не возьмёт урок, то есть пока она со всей очевидностью не убедится в неверности своих выборов и не пересмотрит свои изначальные ценности.

Незрелая душа из-за своих слабостей загрязняется, а вслед за душой чужеродным наполняется и сознание. Сознание отражает душу, в том числе и душевные несовершенства (как, впрочем, и тело — оно, как створожившееся сознание, тоже отражает душу, в том числе душевные несовершенства). Например, в случае, если в твоей душе поселился страх, ты будешь вбирать в своё сознание чужие мнения, запреты,

указания и т.п. Таким образом, душа, загнавшая себя в ад, живёт в мире боли и грязи. Можно сидеть и ждать, когда душа упадёт на самое дно, убедится, что она ошибалась, и извлечёт свои уроки. А можно взяться за настоящее, большое, душевное дело. И тогда накопленная незрелой душой грязь станет помехой.

Грязь, загрязняющую духовный состав человека, я разделяю на три вида:

- Грязь 1-го рода: несовершенства души (обусловленные, возможно, наличием первородных загрязнений, а возможно, незрелостью души);
- Грязь 2-го рода: чужой «дух», чужое мнение, чужая цель, чужие слова и т.п., впущенные в сознание из-за наличия грязи 1-го рода;
- Грязь 3-го рода: образы в сознании, созданные самостоятельно, но под воздействием грязи 1-го или 2-го рода (например, собственные обиды, решения).

В духовном очищении, как правило, продвигаешься от грязи 3-го рода к грязи 1-го рода. Сначала натыкаешься на собственные творения. Разбираясь, как ты до такого дошёл, выходишь на чужеродное вкрапление в сознании. Выкресивая схожие загрязнения, однажды вычищаешь определённую область сознания настолько, что выходишь на душевное несовершенство. Таким образом, начинать надо с работы с сознанием. А через сознание можно прийти и до души.

Я использую ещё одно разделение — по привязке загрязнений к ядрам сознания, в частности:

- Грязь, связанная с ядром сознания «Середа» («Сердце») (например, обиды, переживания);
- Грязь, связанная с ядром сознания «Живот» (например, страхи, телесные болезни);
- Грязь, связанная с ядром сознания «Безмолвная София» («Правящая Мудрость») (например, наброды или заломы ума).

Я использую такое разделение, потому что в работе с каждым из перечисленных видов грязи существуют свои тонкости (в частности, работа с каждым ядром сознания отличается по состоянию). Знание этих тонкостей полезно в прикладной работе. Кроме того, в русских сказках есть указание на то, что Царства (ядра сознания) необходимо очищать в определённой последовательности. Об особенностях очищения каждого ядра сознания я планирую рассказать в следующих книгах или методических материалах серии «Школа становления».

Грязь в духовном составе человека можно разделить ещё по одному признаку — по способу их вхождения. Это важное разделение, потому что с каждым из этих видов грязи работа ведётся по-разному.

- Грязь, которую мы внесли в своё сознание по своей воле (удерживается в сознании нашими собственными решениями);
- Грязь, которая вошла в наше сознание помимо нашей воли (удерживается в сознании западком).

Необязательно (да чаще всего и невозможно) определять вид грязи на этапе обнаружения помехи. То, с каким видом грязи ты имеешь дело, естественным образом откроется тебе в ходе тропления. Но в какой-то момент определение вида грязи станет очень важным. Для выбора средств работы с грязью как минимум нужно понимать, вошла ли она в сознание по собственной воле или помимо твоей воли.

Разделение грязи по способу вхождения в сознание полезно, потому что в методике работы с ними есть принципиальное отличие, и в то же время любая работа в кресении сводится к этим двум основным видам, и мы изучим оба. Я буду отдельно рассказывать, как проходятся все этапы вычищения помехи в случае, когда её корни лежат в западке (грязь вошла помимо собственной воли), и в случае, когда её корни удерживаются в сознании нашими собственными выборами и решениями (грязь вошла по собственной воле). Начнём с последнего.

Вычищение помехи, образовавшейся в сознании по собственной воле

При вычищении помех, образовавшихся в сознании по собственной воле, используются различные приёмы:

- Тропление,
- Распускание узла силы,
- Отмена решения,
- Выжигание и растворение гамухи,
- Взятие уроков для души,
- Изменение прежнего выбора и исправление своей судьбы.

Перечень этих приёмов не есть пошаговая методика, то есть не нужно думать и разумом выбирать, какой приём сейчас использовать. Самокат сам приведёт тебя к определённым видам работы. Но понимание того, что ты сейчас делаешь и над чем работаешь, несомненно приносит пользу в прикладной работе. Я подробно рассмотрю каждый из этих приёмов. Для прикладной работы нужно овладеть каждым из них.

Тропление

Очищение сознания должно вестись направленно. Если расплытаться, не хватит никакой жизни, чтобы вычистить все эти авгиевы конюшни. Если расплытаться, можно заблудиться, истратить силы и так и не достигнуть того, ради чего было начато очищение. Первое правило направленной работы: нужно работать только с тем, что тебе мешает, то есть только с помехой, и только с одной.

Есть и второе правило, которое действует уже внутри работы с помехой — нужно искать и убирать её причину. У каждой помехи есть причина — некогда вошедшая в твой духовный состав грязь. Та грязь в духовном составе, которая является причиной возникновения обнаруженной помехи, имеет даже особое название — гамуха. А.А. Шевцов в своей

книге «Крещение» писал, что мазыки сравнивали гамуху с «мухой» или «бзиком», которые «влетели» в твоё сознание и сделали тебя «со бзиком».

Умение не распыляться и не блуждать в очищении, а чутять и находить грязь есть искусство и признак мастерства. На деле грязью оказываются какие-то конкретные слова-проклятия или какое-то конкретное решение, или какая-то конкретная цель и т.п. При нацеленности на поиск загрязнения мало найти болезненный случай, важно найти в нём тот самый момент, когда был сделан неверный выбор или принято неверное решение. Мало найти западок (подробнее о западке мы будем говорить дальше), важно отыскать в нём те самые слова, которые стали для тебя «программой» (то есть то, что ты принимаешь без раздумий, сразу к исполнению).

Для того чтобы найти причины обнаруженной помехи, используется приём, который называется «троплением».

Итак, ты обнаружил помеху, и она не даёт тебе покоя. Тебе хочется её убрать. Ты берёшь тетрадь и ручку или находишь человека, который готов с тобой поработать, и принимаешься за работу. Задача тропления — найти место в сознании, где скрывается корень твоей помехи. С одной стороны, это место в сознании, а с другой стороны — это отрезок на твоей линии жизни, когда в твоё сознание вошла грязь.

Не всегда получается приступить к работе над помехой сразу. Например, я сажусь за работу и обнаруживаю, что начать работу мешает «мусор», которым забито сознание, например, какие-то заботы или переживания. Иногда они всплывают по одному прямо в ходе писанки, а иногда я специально отвожу время и выписываю все «хвосты» или переживания в отдельный список. Когда все эти мелочи всплывают в ходе тропления, я записываю их и выделяю двумя чертами, чтобы потом выудить из текста. Если это переживание, то я, как правило, не прорабатываю его, а лишь выделяю двумя чертами. Если оно важное, то оно всплывёт ещё раз, и я проработаю его. А если оно больше никогда не вспомнится, ну и пусть. Если же я ощущаю, что

за ним какой-то важный урок, или что это переживание от меня не отстанет, то я решаю, что проработаю его после того, как разберусь с той помехой, ради которой села работать.

Иногда я сажусь за бумагу только для того, чтобы поработать с «хвостами», долгами, поразмыслить над новыми идеями, и так и не дохожу до очищения. Для очищения нужна особого рода чистота. Если сознание забито мыслями о делах, очищения не получится — не удастся достичь необходимой для этого созерцательности.

Помимо чистоты для очищения нужна сила. Если ты устал, тебя может сморить в сон.

Иногда я не могу приступить к троплению по другой причине. Мне так больно и обидно, что боль как пробка перекрывает возможность поиска. Тогда я отдаюсь чувствам и вволю реву, жалею себя и мать всех своих обидчиков. Такой вид работы называется «сливание». Если позволить себе вылить имеющийся запал на бумагу, он рано или поздно истощится. Сознание прояснится, и боль сменится вопросом: «Ну, хорошо поплакала! А что дальше?» Как только появилось вопрошание, начинается тропление. Тропление невозможно без вопрошания. Тропление подвижно вопрошанием — жгучим желанием докопаться до корня своей помехи, найти причину.

Ещё нужно сказать о больших помехах. Большую помеху — ветку на твоём мысленном древе — очень трудно выкорчевать целиком. Нужно щепать по лучинке (по щепочке), то есть последовательно убирать мелкие чёрточки этой помехи, проявившиеся в конкретном случае. Например, невозможно сесть и в один миг убрать всю униженность. За раз ты не в состоянии выкорчевать всю эту ветку. Нужна кропотливая работа. Натываясь на различные проявления униженности и убирая каждый раз по одной лучине, однажды ты сможешь дойти до корня корней и убрать его.

Кресение поможет, только если ты готов заниматься уборкой своих «конюшен». Причём тех, которые портят твою жизнь прямо сейчас. Кресение — это конкретный труд, а не какие-то философские изыски на тему духовного роста.

Нужно принять для себя, что ты будешь работать только с одной конкретной помехой — той, которая проявилась, которую ощущаешь прямо сейчас. При выполнении этого условия есть все шансы дойти в троплении до загрязнения.

Когда садишься работать, надо почувствовать помеху и уже больше не терять этого ощущения. Как пёс, настроивший нюх на определённую вещь и бегущий по следу. Самокат будет приводить тебя к случаям из жизни или западкам. В них может храниться множество решений и выборов, много проклятий. Но твоя задача — найти и вычистить только гамуху, ту грязь, которая является причиной обнаруженной помехи. Мимо всего остального нужно пройти, не оглядываясь. Как в заколдованном лесу. Остановишься — засмотришься, увязнешь и забудешь, зачем ты сюда пришёл. И в итоге не уберёшь причину своей помехи. Будет поражение. Решешь, что ты ничего не можешь в себе изменить. А всего-то надо было не распылять свои силы!

К троплению ты подходишь с уже определённой помехой и с желанием от этой помехи избавиться. Ты ощущаешь, что помеха внутри тебя, а значит, и ответ внутри тебя. Стань вопрошанием, иди в позволении на его зов — запускай самокат. Не сдерживайся, не напрягайся, кати, что из тебя идёт. В троплении не нужно думать, рассуждать, включать логику. Никаких правил и образцов. Лепи, что идёт, и тебе само всё откроется. Как будто ты сам себе исповедовался.

Тропление действительно ведётся через исповедь. Настоящая исповедь — особый момент в жизни человека. Момент истины. Когда ты заглядываешь внутрь себя и из самых глубин поведываешь о том, что сам о себе не знаешь. Ис-поведаться — это «поведать из», то есть поведать о том, что кроется в глубине. Решиться на исповедь самому себе может только человек, который действительно сделал выбор познать себя.

Чтобы у тебя сложился верный образ исповеди, хочу сделать важное уточнение. Если ты исповедуешься, чтобы очистить своё сознание, то твоя первейшая задача — найти корни, причины

возникновения помехи. Эта задача отличается от той, которую преследует, скажем, христианская исповедь — перечислить свои грехи и покаяться в них¹. Исповедь, которая ведётся в крещении, скорее всего, отличается от того собирательного образа, который хранится в твоём сознании под именем «исповедь». Исповедь, которая ведётся в крещении, — это нечто другое, её цель — не поведать свои грехи и не покаяться. В ней необходимо дойти до корней (чужеродных образований в сознании, явившихся причиной «греха») и вычистить их из себя навсегда. Другими словами, цель исповеди — найти и убрать из души или сознания чужеродное вкрапление, которое является причиной несоответствия тебя сегодняшнего твоему замыслу (твоей исте).

В слове «исповедаться» звучит «поведать». Исповедь — один из видов крещения. А значит, это движимая вопрошанием искренняя речь в самокате с осознанием по ходу, разжигающая в душе очистительный огонь. Если есть в душе вопрошание, если душу что-то тяготит, и она жаждет освободиться, позволь себе пойти на это душевное движение. Откройся и начни искренно катить всё, что из тебя пойдёт. Осознавай по ходу те образы, что ты проговариваешь, пересматривай и исправляй свои выборы, а вместе с ними свою судьбу и свою жизнь. Жар искренности и вспышка осознания будут разжигать в душе очистительный огонь, который выжжет всё чужеродное и омертвевшее. По сути, этим всё сказано об исповеди. Весь дальнейший рассказ будет разъяснением этих слов.

Слово «исповедь» здесь не случайно. О помехах, которые вошли и удерживаются в твоём сознании по твоей собственной воле, ты знаешь всё, а это означает, что ты можешь об этом поведать. Правда, слово «поведать» здесь весьма условное. Ведь до начала исповеди ты не осознаёшь, как и почему эти помехи появились в тебе. Когда-то давно это знание вошло в разряд того содержимого твоего сознания, которое ты не осознаёшь. И теперь нужно глубоко погрузиться в себя и

¹ На заре христианства исповедь понимали глубже. Для примера можно прочитать сочинение «Исповедь» Блаженного Августина Аврелия, жившего в IV–V веках нашей эры.

вытащить всё это на поверхность. В этом и заключается суть ис-поведи — поведывать из-под, что-то очень глубокое.

Таким образом, ключом к работе с помехами, вошедшими в сознание и удерживаемыми там по собственной воле, является исповедь. Очень трудно описать, как через исповедь тропить гамуху. Просто выговариваешь и выговариваешь... Что тут ещё скажешь. Даже сказки этого не описывают. Просто идёшь за клубочком: *«Иван-царевич сел на своего доброго коня, покати́л клубочек и поехал вслед за ним; а лес все темней да темней»* (сказка «Иван-царевич и Белый Полянин»).

Сейчас думаю: неужели я ничего не могу добавить, кроме этого? Что лишь нужно следовать самокату, и он сам тебя выведет? Конечно, всё так. Но почему-то кого-то самокат выводит только на один незначительный случай, а кого-то проводит через целую череду случаев и западков, сплетённых в единое древо, имеющее общий корень. Кто-то блуждает долго и мучительно, ходя кругами, а кто-то сразу зрит в корень. Речь идёт о мастерстве. И его даёт видение. Видение не отменяет тропления. Даже если у тебя хорошее видение, ты не увидишь всего сразу. Но если есть видение, ты чувствуешь глубинные корни помехи, и идёшь сразу к ним. Ты учишься отличать корневые, заломные случаи от случаев, в которых ты лишь подтверждал свой выбор, сделанный когда-то в прошлом. Через какое-то время захочется меняться качественно и навсегда. И тогда ты начинаешь работать глубоко. Ты становишься ищейкой. Сквозь отчаяние, неверие в себя, прозрения, озарения, бесконечные вопросы и откровения ты продираешься и однажды выходишь на ответ, который так долго искал. Главное — иметь настоящий вопрос, настоящее желание и не сдаваться. Там внутри ты всё знаешь о себе. Ты когда-то прожил всё, что запечатлелось в твоём сознании. Значит, сам сможешь всё это распутать и докопаться до корней. А методика простая — становишься вопрошанием и катишь самокат. Отслеживаешь, если звучишь неискренне и постоянно подправляешь себя. Таким образом, всё ближе и ближе приходишь к истине, к истинной причине твоей

ущербности. Если при этом осознавать то, как всё уложено в твоём сознании, то становишься хозяином этому содержимому. И когда подойдёшь к моменту выбора, сможешь его изменить.

Чтобы выйти на искренность, нужно постоянно отслеживать, как звучат твои слова. Если ты почувствуешь в своём звучании какую-то лживость, осознавай это, ищи и убирай ложь. Как правило, поначалу приходится проходить через слои лжи. Ты прикрываешься ложью, потому что боишься посмотреть на себя и обнаружить в себе что-то плохое. Личность ещё борется за то, чтобы не сдать свои позиции. Поначалу наряду с задачей найти корень помехи (и тем самым освободить душу) ты одновременно решаешь ещё одну, тайную задачу: сохранить личность. Поэтому на этом этапе так трудно почувствовать свою ложь. Хорошо, если на этом этапе рядом с тобой будет опытный крёстный, который не даст тебе завратиться. Но как только ты в работе сделаешь выбор в пользу души, всё пойдёт по-другому. Ты станешь хорошо чувствовать свою лживость и неточности. Они не будут давать душе покоя, и ты будешь продолжать поиск, пока однажды тебе не откроется истина — истинное имя той грязи, что искривила твою судьбу.

Поиск причины, искривившей тебя и твою судьбу, ведётся через раскручивание самоката. Чтобы запустить самокат, важно задать тягу, движение своему поиску. Если говорить охотничьим языком, нужно понимать, на какого зверя ты охотишься. Этого зверя нужно чуют, как чует след собака. Я использую этот приём прямо сейчас, когда пишу книгу. Где-то внутри я смутно ощущаю цель — то, что я хочу донести. Я иду на это ощущение. Я раскручиваю самокат, пытаюсь приблизить то неявное нечто, что ощущаю в своей груди как образ, как знание. Это нечто в моей груди лишает меня покоя, потому что я никак не могу дать ему имя, никак не могу его выпустить из себя, увидеть, осознать, понять. Я пишу и пишу, отслаивая от этого нечто, чёрточку за чёрточкой, что-то доступное мне. Я способна в один момент вытащить лишь тоненькую ниточку, но этого достаточно, чтобы образ потихоньку «ворочался» в моём сознании и

раскрывался передо мной. Я чувю, что именно я не высказала, и, ощущая этот неуют внутри, чувствуя его, говорю всё, что из меня идёт, качу самокат. Таким образом, постепенно клубок раскручивается. И в один прекрасный момент я вдруг прозреваю, что прямо сейчас на себе показываю пример тропления.

Тропление — это очень просто. Главное — не терять «нюх» и идти точно «по следу». Я уже описывала образ пса, который вначале слезки «берёт» запах добычи, а потом всё время помнит её запах и идёт по её следу. То же самое нужно делать, когда ищешь корни помехи. А именно, идти «на нюх» и «по следам».

Идти «на нюх» означает, что, однажды почуяв помеху, нужно удерживать это чутьё в работе. За помехой ты чувствуешь чужеродное в себе. Душа чувствует чужое — то, что противно её природе. Нужно идти в самый корень этого ощущения. Не отвлекаться и не уваливать. Например, если страшно, значит, надо идти в самую глубь своего страха. Если обидно, то в самое зёрнышко обиды. Если никак не можешь сообразить, то в самую суть своей несообразительности. Если ты потерял чутьё на помеху, ищи, на что отвлёкся (на какой развилке свернул). Как только упустишь ощущение помехи, говорить будет как будто не о чем, придётся искусственно выстраивать какие-то рассуждения. Если отлавливаешь себя за этим занятием (на силе ведёшь поиск, выискиваешь, о чём себя спросить и что ответить, пытаешься что-то сопоставить, сделать выводы), безжалостно бросай полученные таким образом наработки и возвращайся к своим ощущениям. Не надо бояться, что ты уже ушёл от той помехи и на душе что-то совсем другое. Если действительно другое, значит, оно сейчас важнее для тебя. Но чаще всего там та же помеха, возможно, перекрытая переживаниями по поводу того, как ты неудачно делаешь кресение.

Если при троплении ты будешь удерживать видение помехи, тогда ты сможешь заметить «следы». Загрязнение, после того как оно образовалось в твоём сознании, при случае проявляется и оставляет по твоей жизни свои следы.

Эти следы тянутся вплоть до сегодняшнего дня, когда ты обнаружил помеху. И по этим следам ты можешь отыскать загрязнение, дойти до самого «логова» гамухи — места (случая) и момента на линии твоей жизни, когда в твоё сознание вошла гамуха. Не нужно прикладывать усилия для того, чтобы вспоминать все эти следы. В самокате они сами в определённой последовательности будут всплывать в твоём сознании. Твоя задача — не мешать этому. Начиная раскручивать самокат с сегодняшней ситуации, он проведёт тебя по всем следам (случаям, когда загрязнение проявлялось) и дойдёт до момента, когда в твоё сознание «влетела» гамуха.

Таким образом, тропление — это путешествие по своей собственной жизни, по своему прошлому, по пространству своего сознания. Я смотрю в себя, и вспоминаю, что это ощущение, эту боль я уже где-то испытывала, что она мне знакома. Тогда я начинаю вспоминать, откуда она у меня, и всплывает какой-то ещё более ранний случай. Я постоянно иду как в слепоте, полагаясь не на память, а на позволение.

В ходе тропления могут всплывать какие-то случаи. Могут перед внутренним взором проноситься лица знакомых тебе людей. Могут вспоминаться слова. Ты можешь увидеть случай во всех деталях, а можешь так его и не увидеть, будет помниться лишь чей-то взгляд, голос, слова. Ты можешь выйти на случай и там отыскать слова или наоборот, вспомнить слова, затем припомнить, кто и когда тебе их сказал. Не важно, что и в каком виде будет всплывать в твоём сознании. Важно, чтобы ты с каждым новым воспоминанием всё ближе подходил к разгадке того, каким образом образовалась помеха, каким образом она правила тобой, как она проявлялась в твоей жизни и как её портила. Для того чтобы ответить на все эти вопросы, нужно осознавать то, что будет всплывать у тебя в самокате. Осознавание позволит тебе разделить, где ты, а где в твою жизнь вклинивалось что-то чужеродное. Благодаря этому ты будешь чётче и лучше понимать, за чем ты охотишься, что ищешь. И это в конечном итоге позволит обрести власть над чужеродным содержимым своего сознания и стать хозяином самому себе.

Важно понимать, что поиск корня интересующей тебя помехи сводится к поиску конкретного случая из твоей жизни, изменившего твою судьбу. Чтобы дойти до случая, нужно понимать, что у любой внутренней помехи есть своя причина. И эта причина когда-то вошла в тебя. И есть конкретный момент в твоей жизни вплоть до секунды, когда эта причина образовывалась в твоём сознании. В эту точку можно и нужно вернуться (только так можно что-то исправить). Эта, условно говоря, точка связана с каким-то конкретным случаем. Обязательно было что-то, в ходе чего в сознание вошла грязь. Это какое-то событие, разговор, новость и т.п. Одним словом, какой-то конкретный случай — момент в твоей жизни, когда в одной точке случились невидимые лучи разных судеб и событий, и изменили твою жизнь.

Движимая вопрошанием, искренняя исповедь в самокате приводит к таким случаям. Они всплывают из памяти. Иногда очень ярко, иногда невнятно, как в дымке. Иногда неожиданно быстро, иногда мучительно долго. Я нахожу случаи по-разному.

Можно выходить на случай через задавание себе прямого вопроса. Если ты чётко понимаешь суть своей помехи, можно сразу спрашивать себя: «Откуда это у меня?», «В каком возрасте это в меня вошло?».

«Фокусы» с вопросами, напрямую обращающими тебя к конкретному случаю, вовсе не обязательны. Очень часто ты ещё не успеваешь подумать о вопросе, как самокат уже привёл тебя к случаю. Ты исповедуешься, и вдруг в сознании всплывает какой-то случай. Очень часто он кажется мелким, незначительным и отвлечённым (не относящимся к этой исповеди). Если ты уже не один год занимаешься очищением сознания, то промелькнувший в сознании случай может оказаться знакомым и, как кажется, десять раз разобранным. Не имеет значения, что ты думаешь об этом случае в тот миг, когда он промелькнул в твоих воспоминаниях. Хватай скорее его за хвост! Оценить его истинную ценность ты сможешь только после того, как войдёшь в этот случай и разберёшь

его. Пока следует понять такую простую мысль: если этот случай засел в твоём сознании, значит, его там точно что-то удерживает. Какая-то зацепка. Возможно, именно за ней ты ведёшь свою охоту.

Иногда бывает наоборот: первым всплывает не случай, а то решение или выбор, которые были в нём сделаны, и лишь затем ты начинаешь припоминать сам случай. Такое бывает, когда удаётся нащупать самую суть своего искривления. Бывает, что так и не удаётся увидеть случай явно, вспоминаются только тени.

Иногда выйти на случай бывает непросто. Ведь в нём произошло что-то, что искривило твою судьбу, и когда ты проживал этот случай тогда в прошлом, ты как-то справился с той неприятностью, что там случилась, и в результате остался с каким-то решением. Для тебя этот вопрос решённый и закрытый. Ещё раз туда лезть не хочется, тебя выталкивает. Чтобы не ходить кругами вокруг такого случая, нужна храбрость и нацеленность на очищение.

Когда ты вышел на случай, нужно ещё найти в нём грязь, явившуюся причиной обнаруженной помехи. Поиск корня помехи внутри случая ведётся по тем же принципам, по которым вёлся поиск случая. По сути, это то же тропление, но уже внутри случая. Это тропление также ведётся через исповедь.

Случай и западок изнутри видятся по-разному. Западок — это мир, в котором ты до этого не был. Это неосознанная тобой часть сознания. Поэтому всё, что хранится в западке, открывается последовательно, как будто смотришь кино. А случай ты помнишь. Ты когда-то в нём уже был, проживал его. Поэтому случай открывается перед тобой почти сразу. Практически сразу ты можешь сказать, в чём заключалась суть этого случая, что там такого важного, значимого для тебя произошло. Когда ты увидел случай, он начинает расступаться перед тобой новыми подробностями. Ты всматриваешься и припоминаешь детали. Вот в этих деталях, за этими мелочами и нужно искать корень помехи.

Тропление продолжается до тех пор, пока не упрёшься. Ты это почувствуешь. Прежний способ работы перестанет действовать. Будет ощущение, что самокат остановился. Ты в замешательстве, тебе нечего сказать. Ты будешь понимать, что дошёл до образа, который тобой правил, до загрязнения, которое явилось причиной возникновения помехи. Но при этом будет ощущение, что ты ничего не можешь сделать с этим содержанием своего сознания. Например, ты дошёл до проклятия, где бабушка сказала, что *«раз мы так тяжело жили, значит и ты должен жить также тяжело»*. Ты видишь, что это чужое проклятие и по-хорошему от него надо бы освободиться. Но ничего не можешь поделать. Потому что действительно до сих пор продолжаешь так считать и жить в соответствии с этим. Для того чтобы эти слова перестали иметь над тобой власть, отпустили тебя, нужно научиться не только находить в своём сознании грязь, но и вычищать её. Как это делается, описано дальше.

Распускание узла силы

В какой-то момент тропление выведет тебя на воспоминание, а в нём на что-то такое, что ты ощутишь корневым. Ты почувствуешь, что нащупал грязь, которая явилась причиной обнаруженной помехи. Однако, рано праздновать победу, скорее всего ты здесь столкнёшься с трудностью. Как в теле вокруг поражения образуется уплотнение, так и в сознании вокруг грязи образуется «мозоль» из решений, набродов, заломов и т.п. При приближении к корню своей помехи ты будешь ощущать это содержимое сознания как плотность. Ты почувствуешь, что что-то не даёт отпустить грязь, что-то удерживает её в сознании. Самое главное в такой ситуации — не спешить и не пытаться вырвать грязь насильно. На силе всё равно ничего не получится. Чтобы действительно избавиться от грязи, нужно сначала распустить все напряжения, которые её удерживают в сознании.

Работа на этом этапе становится более созерцательной, тонкой и волшебной. Она требует такого состояния спокойствия и размеренности, в котором можно распустить

спутанный клубок ниток и при этом не порвать ни одну ниточку. Распутывая клубок нитей своей судьбы, не нужно действовать на силе. Нужно прислушиваться, держит ли что-то гамуху в твоём сознании или нет. Если держит, то нужно брать одну «ниточку», распутывать её, а затем снова проверять, всё ли ушло. Только после того как полностью распутаешь все привязки, которые удерживают гамуху в твоём сознании, ты сможешь подступиться к самой гамухе.

Грязь всегда что-то удерживает в сознании, иначе она бы растворилась там сама по себе. Иногда грязь убирается легко — в тот же миг, когда ты осознаёшь её существование. Например, порой стоит осознать, что ты обиделся, как обида растворится. Может показаться, что в этом случае обиду ничего не удерживало. На самом деле обида всегда образуется по твоему собственному выбору и удерживается в сознании до тех пор, пока ты решаешь держать её в себе. Если тебе удалось убрать обиду одним лишь осознанием, это означает, что когда-то раньше ты уже проделал предварительную работу. Например, взял для себя какой-то урок и сделал выбор не носить в себе обид, и принял решение вычищать из своего сознания старые обиды. Поэтому теперь, когда ты находишь в себе какую-то старую обиду, чтобы её убрать, тебе достаточно лишь осознания, что ты удерживаешь в себе обиду.

Обида — не единственное загрязнение, которое удерживается в твоём сознании по собственной воле. На самом деле все загрязнения, кроме западка, образовались и удерживаются в сознании по собственной воле. То есть по твоему выбору и твоим решением. А это означает, что для того, чтобы очищаться от такой грязи, нужно овладеть работой с собственными выборами и решениями.

Вернусь к тому, что не всегда грязь можно убрать одним лишь осознанием того, что это грязь. Грязь, образованная по твоей воле, удерживается в твоём сознании по твоему выбору и твоим решением, и если этот выбор и это решение не пересмотрены, грязь не убирается осознанием. Она удерживается в сознании неким усилием — связана узлом

твоей собственной силы, вложенной когда-то тобой же для крепости. В кресении нужно научиться чувствовать такие узлы силы. И не пытаться их рвать насильно или исхитряться как-то обтечь. Их надо сначала распутать. И делается это при помощи уже известного тебе приёма — тропления. А когда распутаешь, их надо распустить.

Для того чтобы распустить какой-то один узел силы, порой приходится плутать из одного случая в другой и распутывать какие-то промежуточные, предшествующие и связанные узлы. Например, ты затеял какое-то дело, но оно постоянно стопорится. Помеха заключается в том, что тебе ничего не хочется делать, а хочется лечь и не вставать. Тропление приводит тебя к твоему собственному решению «не хочу жить» и случаю, где ты принял это решение. Пытаешься его отменить, но у тебя не получается. Ты спрашиваешь у себя: «На чём держится это решение?» И обнаруживаешь, что оно держится на обиде. Попытаешься убрать обиду. Снова не получается. Спрашиваешь себя: «Что удерживает эту обиду в моём сознании? Что не даёт её отпустить?» И тут осознаёшь, что обида застряла в тебе, потому что ты смолчал, когда тебя обидели. Смотришь, почему смолчал. Вспоминаются слова мамы: «*Неприлично поднимать скандал*». В очередной раз спрашиваешь себя: «Почему я принял для себя эти слова как руководство к действию?» И выходишь либо на западок, в котором эти слова вошли в твоё сознание помимо твоей воли. Либо на то, что однажды в самом начале своей жизни ты сделал выбор жить чужим умом и принял решение слушаться маму.

Пока у тебя не раскрыто видение, ты будешь работать только с первым поверхностным слоем своего сознания, и не будешь видеть более глубокие слои. Такая работа не позволяет освобождаться от помехи полностью. Но она даёт облегчение и высвобождает сознание. Как только за счёт прикладной работы у тебя высвободится достаточное количество свободного сознания, произойдёт скачок в раскрытии видения. Ты станешь видеть случаи глубже и одновременно станешь способен работать на новой глубине. Таким образом,

устройство твоего сознания предохраняет тебя от того, чтобы запутаться в себе, когда ты не готов, и позволят выйти на новый уровень, только когда будешь к этому готов.

Если грязь удерживается в сознании по твоему выбору и твоим решением, нужно сначала отменить решение и изменить выбор, и только затем ты сможешь подступиться к самой грязи. С другой стороны, неверное решение и неверный выбор сами по себе являются грязью, причём очень значимой, ведь решения и выборы определяют твою судьбу. Поэтому частенько в очищении идёт охота именно на них.

Например, выбор сдерживаться и затем мстить за причинённую несправедливость плодит в твоём сознании планы мести, в которые вложено много твоей силы. Чтобы смочь убрать из сознания все эти образы и вернуть свою силу, сначала нужно сделать выбор не мстить. В этом случае ты работаешь с выбором для того, чтобы очиститься от мусора, который образовался благодаря этому выбору.

Но к этому же выбору можно подойти по-другому. Однажды ты можешь обнаружить, что забыл о себе, что вся твоя жизнь сплошь направлена на других людей — ты живёшь, чтобы им что-то доказать, угодить или сделать больно. И если ты захочешь жить по-другому, то станешь охотиться за выборами, которые направили твою жизнь в такое странное русло. И даже найдя некоторые выборы (например, выбор сдерживаться и затем мстить за причинённую несправедливость), ты обнаружишь, что не так-то просто изменить этот выбор. Что-то в тебе говорит, что нельзя отказываться от такого выбора. И тогда ты станешь искать ту грязь, под действием которой когда-то сделал этот выбор. Таким образом, иногда ты очищаешься для того, чтобы смочь изменить сам выбор.

Аналогично с решениями. Иногда ты убираешь решение, которое удерживает грязь. Как в примере с решением обидеться (оно удерживает обиду). А иногда ты очищаешься, чтобы прийти к осознанию ненужности какого-то решения. Например, ты заметил, что бездумно, как в омут с головой кидаешься в любую битву. Оказывается, за этим стоит твоё

решение «не быть трусом». Чтобы его убрать, нужно прийти к осознанию, что это решение не решает твоей проблемы. С этим решением или без него, ты внутри всё равно остаёшься трусом. А это решение — лишь попытка справиться со своей слабостью силовым методом. И даже такое осознание не поможет отказаться от решения, если не сделан выбор убирать свои действительные слабости, а не прикрывать их. Таким образом, чтобы отменить подобное решение, возможно, потребуется проделать очищение.

Надеюсь, ты почувствовал, насколько важно научиться работать с решениями и выборами. Умение отменять собственные решения и изменять свои прежние выборы является ключевым для работы с грязью, вошедшей в сознание по собственной воле. В следующем разделе я расскажу, как работать со своими решениями.

Отмена решения

Сначала поговорим о решении. С ним ты столкнёшься в первую очередь. Чтобы понять, как работать с решением, как его обнаруживать, почему оно встречается в подобной работе, нужно понять, что такое решение.

Решение всегда можно выразить словами. Значит, по сути, решение есть некий образ. Если более конкретно, то образ действия.

Решение связано с выбором. Если выбор определяет новую жизнь, то решение выдёргивает самую суть этого выбора и оформляет её в чёткий и понятный образ действия. Посредством выбора ты переходишь в новую жизнь, а с помощью решения определяешь, как будешь жить в новой жизни. Решение принимает разум. Разум отвечает за выживание, поэтому он в первый же миг после выбора обеспечивает нам основы для выживания — создаёт образ действия, который будет править нашей новой жизнью.

Благодаря чему решение правит? Решение в какой-то мере вещественно. В силу этого за него можно зацепиться, к нему

можно возвращаться, по нему можно сверяться. Но любой образ действия вещественен в той же мере, что и решение, однако не любой образ действия правит твоей жизнью.

Правящим и действенным решение делает вкладываемая в него сила. Если такая сила в решение вложена, о нём говорят, что оно работает. Если сила не вложена, то о таком решении говорят, что оно — пустые слова. Именно эта сила выделяет решение в особую категорию образов действий. При принятии решения в него вкладывается сила, которая запускает соответствующее движение. Попробуем рассмотреть это на простом бытовом примере. Попробуй прямо сейчас создать образ действия, как ты отрываешься от книги, и, например, идёшь делать себе чай. Понаблюдай, что должно произойти, чтобы этот образ ожил, чтобы ты действительно поднялся и пошёл делать себе чай? Явно нужно сделать какое-то усилие. Нужно вложить силу, и тогда слова перестанут быть просто словами, они превратятся в действие.

Решение не меняет твоей жизни. Каким ты был до принятия решения, таким и остаёшься после того, как решение принято. Решение силой вынуждает тебя потечь в какое-то такое русло, куда бы ты сам по себе не пошёл. Решение — это насилие. Силовой метод устроения своей жизни. Например, решение «не курить» не изменит курильщика, решение «не пить» не изменит пьяницу. Оно силой принудит не курить или не пить, но не изменит сущности, не излечит слабость и не уберёт зависимость.

Иногда люди, не делая нового выбора, пытаются изменить свою жизнь одним лишь решением. В итоге их хватает ровно на столько, сколько силы было вложено в их решение. Если сила решения невелика, то вызванное им движение быстро сходит «на нет». Очень частый пример: человек принял решение сесть на диету или начать по утрам делать зарядку. Как правило, этого запала хватает лишь на несколько дней. Такие решения человек принимает, ломая себя. Он использует силу решения как оружие против себя же, вернее, своих слабостей. Обычно этой силы не хватает, чтобы справиться

со слабостью, и человек «срывается». Чтобы действительно изменить свою жизнь, нужно убрать слабость (очистить своё сознание от помехи, которая делает тебя слабым) и сделать выбор жить по-новому. Но если ты делаешь не временное усилие над собой (чтобы правильно питаться, заниматься спортом и т.п.), а жизненный выбор, то увидь, что это на всю жизнь! Действительно, настоящий выбор меняет всю жизнь. В этом и заключается его действенность. Некоторые выборы, закреплённые решениями, мы проносим через множество воплощений.

Слово «решение» в русском языке связано с крепостью, твёрдостью, окончательностью. Это подтверждает то, что решение связано с силой. Приведу несколько примеров, взятых из толкового словаря В.И. Даля:

- Решить — *«кончать, вершить, устанавливать, определять власть»*,
- Решиться — *«взять твердое намерение»*,
- Решительный — *«на все готовый, твердый и исполнительный»*,
- Решительное сражение — окончательное сражение, определяющее исход битвы,
- Сказать что-то решительно — *«конечно, безотменно, последнее слово свое»*.

Когда и зачем мы принимаем решения? Мы используем механизм принятия решения, для того чтобы закрепить течение нашей жизни в определённом русле. Этимологический словарь М. Фасмера указывает на то, что слово «решить» во многих языках родственно со словами *«связывать»*, *«завязка»*, *«узел»*. Вкладывая в решение силу, мы как печатью, узлом закрепляем предварительно сделанный выбор. В этом смысле решение является узлом силы. Именно на узел силы мы наталкиваемся, когда подходим к корню нашей помехи. Именно из-за этого мы теряемся и ощущаем, что тропление не работает, самокат заходит в тупик. Это наши ощущения от столкновения с силой.

Богиню Макошь, которая в славянской мифологии ведаёт человеческими судьбами, представляли пряхой, вьющую нить человеческой судьбы. Судьба — это нить, из которой ты ткёшь свою жизнь. Мазьки, по словам А.А. Шевцова, говорили, что ткань жизни ткётся утком решений по основе судьбы. Основой в ткачестве называют вертикальные нити, сквозь которые продевается горизонтальная нить — уток. Решениями ты закрепляешь свою судьбу в определённом русле. Принимая решение за решением, накручивая узелок за узелком, ты ткёшь свою жизнь. И если ты хочешь что-то исправить в своей жизни, нужно научиться работать с решениями. В очищении ты постоянно будешь с ними сталкиваться.

Чтобы научиться работать с решениями, разберёмся, как принимаются и действуют решения. Чтобы было что принимать, сначала нужно родить само решение. Необходимость в решении возникает при появлении какой-то жизненной задачи. Эту задачу нужно прежде решить, то есть построить чёткий и работающий образ действия. Если проскочить этот этап, возникнут проблемы на следующем — на этапе исполнения решения. Если созданное нами решение будет разумно, то нам не составит никакого труда принять его. Разум сделает это автоматически. В подтверждение расскажу один случай.

Я мыла пол под новогодней ёлкой и подумала, как трудно будет её разбирать. Мытьё полов — занятие философское, поэтому, пока я этим занималась, успела придумать образ, как буду разбирать ёлку. Вроде бы придумала и придумала. Надо положить это образ в запасники своего сознания и вытащить, когда придёт время. Но образ получился настолько ярким и действенным, что стоило мне потом посмотреть на ёлку, как тут же приходило желание её разобрать. Меня останавливало только то, что ещё рано. Но я всё равно не удержалась. 8 января ёлка была разобрана. После этого случая я поняла, что хороший образ действия — это уже половина решения.

Продумывать решение, прежде чем его принимать, — это разумно. Да только вот в чём беда: зачастую решения принимаются нами неосознанно («сами собой») и так быстро, что мы не успеваем это отследить.

Когда в мире случается что-то, что нас задевает, выводит из равновесия, мы теряем покой. Мы понимаем, что так больше жить нельзя, нужно срочно что-то сделать, чтобы вновь вернуть покой. Очень часто в таких случаях мы решаем проблему с помощью решения. Решение в данном случае выступает как неосознанная ответная реакция. Мы накладываем решение на боль или слабость. В итоге в сознании образуется жуткий навороченный узел. Попробуй во время ссоры удержаться от «Всё! Ухожу!». И ты поймёшь, о чём я говорю.

Нужно учиться останавливаться перед тем, как захочется принять очередное решение. Позволь себе некоторое время побыть на грани, не принимая решения. Ты увидишь, что ничего страшного не происходит. Жизнь даёт нам возможность подумать и выработать взвешенное решение. И возможно, тебе впервые захочется убрать из себя боль, вместо того чтобы принять решение, например, о мести. Ведь, по сути, месть ничего не решает — боль остаётся. К тому же месть является разрушительной. Причём не только для человека, который причинил тебе боль, но и для твоей собственной жизни. Решение о мести избавит тебя от боли в конкретный момент, при этом отравит всю остальную жизнь, убив в ней любовь.

Когда решение осознанно и продумано, его нужно принять, вложив в него соответствующую силу. Соответствующую чему? Той задаче, на разрешение которой направлено решение. Как вложить определённую порцию силы в своё решение? Силу в решение вкладывает разум. Он вложит столько силы, насколько большое значение имеет для тебя конкретное решение. Ты можешь обмануть себя, но обмануть собственный разум тебе не удастся. Если в решение вложено мало силы, значит, такова цена этого решения для тебя в глубине души. Если хочешь от себя чего-то большего, пересматривай свои цели.

Самые сильные решения — решения, принятые в детстве. В детстве наша сила была куда больше, она ещё не была распылена на множество целей. Поэтому в детстве принимались решения колоссальной силы. Мы все пожинаем последствия решений типа: «Больше никогда не увидите меня настоящего», «Больше никогда никому не откроюсь», «Больше никогда от меня не дождётесь нежности и любви» и т.п. Если ты не отменял решения, принятые в детстве «в тёмных чуланах», значит, будь уверен, они действуют по сей день.

Как правило, мы не помним и не осознаём тех решений, которые правят нами прямо сейчас. Но в то же время живём в соответствии с ними, как в соответствии с уставом. Действительно, не нужно держать решение в памяти, если оно принято от сердца, по доброй воле. Будучи принятым, такое решение переносится в тот слой сознания, из которого осуществляется управление нашей жизнью. А некоторые решения мы оставляем в памяти. Они становятся для нас маяками, зовущими на свой свет.

Решение может быть сильнейшим инструментом. И, возможно, проблемой является не то, как научиться принимать сильные решения, а то, как научиться отменять их...

Сила решения кроется в словах. Поэтому когда подберёшься к решению, важно найти точные слова, которые в нём звучали. Любая неточность отзывается внутренним дискомфортом. А точные слова словно звенят. Ты становишься хозяином решению в тот миг, когда его осознал. Чтобы отменить такое решение, нужно увидеть, что это решение неразумно, и что оно тебе не нужно. Для верности можно явно сказать себе: «Я отменяю это решение». После этого нужно прислушаться к себе. И почувствовать, отменилось ли решение, или оно ещё продолжает действовать, имеет для тебя силу.

Некоторые люди пытаются силу взять силой. И вместо того чтобы отменить и распустить прежнее решение, они поверх него накладывают новое. Мне приходилось слышать

не только новые решения, но и клятвы: *«Всё! Отменяю решение! Больше никогда так делать не буду!»* В итоге вместо одного узла силы, у них в сознании навязывается ещё один. Кроме того, они становятся слабее, потому что часть их силы теперь будет закреплена, она будет работать на удержание уже двух решений.

Для отмены решения не нужна никакая особая сила, только собственное желание. Если отменяешь решение на силе, через силу, значит, есть ещё что-то в этом решении, чему ты не хозяин. Эту помеху нужно прежде найти и убрать. Может случиться, что эта помеха из другого случая или западка. Ну что ж! Придётся разбираться сначала с ними. Таким образом, ты сразу выкресишь целую веточку в своём сознании. Если что-то не даёт отменить решение, нужно искать, что именно. В вопрошании искренне разматывать самокат, пока не поймёшь, на чём это решение держится в твоём сознании. Возможно, решение удерживает непрожитая боль, страх или какие-то обстоятельства, которые ты не заметил при рассмотрении случая.

Может оказаться, что найденное тобой решение принималось в жизни не единожды. И один случай потянет за собой цепочку других схожих случаев, которые приводили тебя к принятию и закреплению подобных решений.

На самом деле с решением работать не так трудно, как кажется. Всё гораздо проще. Решение можно отменить, даже имея в своём сознании невыкресенную гамуху, под влиянием которой ты принимал это решение. Дело в том, что своему решению ты всегда хозяин. Ты сам его принимал и, следовательно, в любой момент можешь его отменить. Вспомни, как легко ты принимаешь решения типа «Я не буду с тобой разговаривать» и, как только это тебе становится выгодно, отменяешь подобные решения и соглашаешься: «Ладно, буду разговаривать». Решение держится только на том, что оно тебе выгодно, тебе хочется жить по такому закону. Для отмены прежнего решения достаточно пересмотреть его, исходя из твоих сегодняшних ценностей. Здесь нельзя врать себе. Надо для себя понять, действительно ли ты хочешь продолжать

жить, следуя этому решению, или уже пожил такой жизнью и убедился, что она не приносит счастья, что в ней что-то не то. Если «что-то не то», тогда внутренне отказывайся от своего прежнего решения. При этом могут вырваться слова: «Больше так жить не хочу, мне такое решение не нужно». Потом придёт облегчение, и ты почувствуешь, что решение уже не действует, не работает, что оно отменено.

На самом деле за отменой решения стоят два действия. Во-первых, это изымание из решения силы. И во-вторых, это пересмотр и отказ от образа действия, стоящего за решением. Чтобы изъять из решения силу, нужно перестать хотеть вкладываться в это решение. И сила сама уйдёт из решения и возвратится к тебе. Это всегда сопровождается облегчением, которое означает, что узел напряжения в твоём сознании распустился. Для того чтобы из сознания ушёл закреплённый решением образ действия, нужно осознать, что такой образ тебе не подходит. И он растворится в сознании.

Выжигание и растворение гамухи

Когда ты уберёшь всё, что удерживало гамуху в твоём сознании, она станет доступна, и ты сможешь её вычистить.

Для вычищения образов, которые перешли в твоё сознание от других людей под влиянием какого-то твоего несовершенства (примеры таких образов: чужой «дух», чужой запрет, чужое проклятие), требуется возжигание креса — воскресение.

Чтобы выжечь чужеродную гамуху кресом, достаточно осознать её чужеродность и быть огненным. Крес способен выжигать чужеродное благодаря своей жгучести. Описать его проявления трудно, нужно однажды его почувствовать. Я ощущаю возгорание креса в моменты искренности и вспышки осознания. Вос-кресение происходит стремительно. Напоминает, когда огонь внезапно охватывает и поглощает что-то очень горючее, например, вату. Резкая вспышка — и уже ничего нет, уже всё сгорело. А меня резко пробивает жаром и бросает в пот, выступают слёзы. А затем приходит ощущение расширения сознания и зевота. Зевота — всегда

знак того, что в сознании произошло расширение (например, зевота перед сном происходит потому, что личность начинает засыпать, и сознание естественным образом начинает очищаться от накопившихся за день напряжений).

Образы, которые ты когда-то создал сам под влиянием какого-то своего несовершенства и которые теперь портят тебе жизнь (примеры таких образов: решение, наброд), при осознании их ненужности не сторают в кресе, а растворяются в сознании. Ты их сначала сам со-творил, а затем сам рас-творяешь. Ты творил эти образы из своей пары каким-то напряжением, обрезанием. Затем, когда они тебе стали не нужны, ты убираешь из них силу, и они распадаются и растворяются, как утренний туман тает на солнышке. Это всегда приносит облегчение. Кусочек твоей силы вернулся к тебе.

Образы, сотворённые тобой самостоятельно, также как и в случае образов, перенятых от других людей, вычищаются осознанием. Например, когда-то принятое решение действует до тех пор, пока не будет найдено и осознанно отменено. Если бы сейчас ты осознал решение, которое тобой правит, то, возможно, увидел бы, что оно тебе уже давно не нужно. Но пока ты не нашёл, когда оно было принято, и не осознал, что оно тебе больше не нужно, оно будет работать, будет влиять на твою жизнь.

Когда ты искренностью разжигаешь огонь в своей душе и выпускаешь в своё сознание свет осознания, в этом состоянии душа сжигает всё чужое, растворяет всё ненужное. Таким образом, очистительное воздействие кресения на сознание происходит за счёт душевного горения и света осознания. Жить в кресении означает гореть и быть в осознании. Ты живёшь и пропускаешь мир через себя. При этом вопрошание превращает твои наблюдения в уроки непрерывного самопознания. И это такое удовольствие так жить! Таким образом, пусть помаленьку, но зато постоянно ты осваиваешь самого себя, становишься хозяином содержимому своего сознания.

Взятие урока для души

Если методично очищать своё сознание, то рано или поздно, ты в своём очищении доберёшься до самой души. За всеми загрязнениями твоего сознания стоят несовершенства души, обусловленные либо наличием в душе первородного загрязнения, либо незрелостью души. Зрелость души приходит вместе с взятием душой урока.

Урок будет выражаться в смене душевных ценностей. Ты либо перестанешь ценить что-то тленное, либо осознаешь ценность чего-то настоящего. Душа — прибор для чувствования в этом мире божественного и настоящего — будет становиться всё тончённее в этом искусстве.

Далеко не в каждой работе удаётся добраться до такой глубины, чтобы выйти к душевному уроку. Если ты вышел на урок, сначала извлекается урок, затем делается новый выбор и тем самым исправляется судьба. И это не методика и не совет. Так случится само собой. Если ты возьмёшь душевный урок, то изменишь свою жизнь.

Изменение выбора и исправление своей судьбы

Разбираться в том, что такое выбор, лучше всего на примере, причём собственном. Некоторые выборы проходят для нас незамеченными. Они делаются почти неосознанно. А есть выборы, которые даются нам мучительно. Механику совершения выбора лучше рассматривать именно на таких, условно говоря, мучительных выборах. Во время таких выборов мы, как правило, осознаём, что происходит. Можно взять в качестве примера серьёзный жизненный выбор, который очень круто изменил твою жизнь. Идеально подойдут такие выборы, как жениться, развестись, бросить институт, завести ребёнка, открыть своё дело и т.п. Внимательно рассмотри, что происходило с тобой и окружающим тебя миром до того, как ты сделал выбор, во время выбора и после.

Начнём с того, что происходит до выбора. Когда ты подходишь к выбору, то оказываешься на развилке. Перед тобой открываются пути. Кажется, их может быть много, но если присмотреться внимательнее, выбор всегда делается только из двух возможных вариантов. Один из этих вариантов — оставить всё как есть. А другой вариант — что-то изменить в своей жизни.

Проживая жизнь, мы будто проходим какой-то путь. И время от времени дорога, по которой мы шли, заканчивается — она подходит к краю и одновременно к развилке. Если ты подошёл к развилке, значит, исчерпал тот путь, что позади тебя. Значит, тебе здесь больше нечему учиться. Значит, пришло время делать следующий шаг. А это означает, что невозможно оставить всё как есть. Дальше — всё, конец старой жизни, смерть старого мира. Оставляя всё как есть, ты оставляешь себя в том мире, в котором тебе больше нечего делать. В мире, который ещё миг назад был для тебя наполнен жизнью, но уже в следующий миг станет мёртвым. И если ты останешься там, то будешь медленно умирать и разлагаться. В этом мире уже нет жизни. Она из него ушла в твою новую жизнь, в которую ты, возможно, боишься шагнуть.

Я описала выбор остаться там, где всё устроено, или шагнуть в новое и неизведанное, пойти на подвиг. Ты можешь подойти в своей жизни к выбору другого типа. Например, выбор остаться верным себе, своему пути, своей душе или скатиться в очередное искушение, слабость. Каков бы ни был выбор, когда к нему подходишь, очень остро ощущаешь, что стоишь перед выбором. Сама жизнь ставит нас перед выборами, она их нам подсовывает. Не уверена, что можно искусственно поставить себя перед выбором. Ощущается, что для того чтобы подойти к выбору, нужно накопить какое-то качество. Очень похоже на то, что выбор встаёт перед нами в тот момент, когда мы оказываемся к нему готовыми.

Некоторые люди стараются не замечать вставший перед ними выбор. Но невозможно сбежать от выбора. Рано или поздно жизнь поставит тебя перед ним явно. И тебе придётся

либо явно сдаться и проиграть (возможно, даже всю свою жизнь), либо явно изменить свою жизнь и начать восхождение. Вспомни, ведь именно так бывало в твоей жизни.

Стоя перед выбором, ты видишь лежащие перед собой пути. Прежде всего, видишь прошлое. Как правило, подходишь к выбору именно в тот момент, когда осознаешь, что прошлый путь исчерпался. Чтобы это осознать, нужно увидеть, как ты жил, и взять какой-то урок. Осознать, что с тобой происходило. Иногда это осознание приходит долго и мучительно. А иногда оно может прийти в один миг в виде озарения. Ты сидишь в маленьком ресторанчике и смотришь на подвыпивших людей. И вдруг будто поднимаешься над своей жизнью и видишь её со стороны. В тот же миг приходит озарение: «Что я тут делаю?»

А теперь всмотришься, и ты заметишь, что в следующий миг тебе открывается и твоё будущее. Бог даёт нам на какую-то долю мгновения, на один миг увидеть то будущее, которое ждёт нас, если мы не испугаемся и продолжим свой путь дальше. С одной стороны там видится сплошной свет, с другой стороны ты видишь, сколько труда придётся вложить в этот путь, сколько помех преодолеть. В этот миг мы можем чего-то не предвидеть или упустить. Но мы всегда знаем, что получим в конце, и какую цену нам придётся за это заплатить. Звучит мистически, но увидь: если бы мы этого не знали, мы бы делали выборы гораздо проще. Другое дело, что мы не осознаём это знание или не хотим осознавать. Но может, это и к лучшему. Многие люди говорят, что если бы осознавали заранее, через что им придётся пройти, они бы на это не решились. Они бы не решились, а их душа решилась и получила очень большой урок. Может быть, наши души более бесстрашны, чем мы.

Итак, ты осознал, чем было твоё прошлое, почувствовал, что тебя ждёт в будущем. И в этот миг ты действительно оказываешься перед выбором. Бог показал тебе оба пути. Один — явно восхождение, путь возвращения к себе и к Богу. Другой путь — явно скатывание вниз по наклонной.

Путь от себя и от Бога. И ты волен выбирать: идти на свет маяка, идти к Богу или отвергнуть Бога вместе с его зовом. Выбор — это проявление воли человека идти к Богу или не идти. Третьего не дано. Это подтверждает древняя народная мудрость, дошедшая до нас в виде пословицы: *«От бога отказаться — к сатане пристать»*.

Это поразительно, но Бог действительно дал нам свободу выбора. Мы вольны выбирать свои пути. Мы вольны даже отвергнуть Бога. Он сам дал нам в руки такую свободу. Дать такой дар, как свобода, можно только тому, кого очень сильно любишь. Так любишь, что не станешь его привязывать к себе и тем самым ограничивать его свободу. Так любишь, что готов сделать плохо себе, лишь бы было хорошо ему. Как сказал один мой ученик: *«Наличие у нас собственной воли есть проявление любви Бога к нам. А наш выбор — это возможность проявить свою любовь к нему»*.

От Александра Шевцова я узнала, что мазыки видели любой выбор как выбор вверх или вниз. И показывали выбор на пальцах в виде вилочки в вертикальной плоскости: указательный палец направлен вверх, а средний — вниз.

Делая выбор вниз, человек скатывается, его душа погружается в некую бездну. Погружение происходит во всё более плотные и жёсткие бездуховные миры, крайний полюс которых называют Адом. Ад — это место, в котором душа абсолютно несвободна. Это место, где ей находиться невыносимо. Это мир, в котором души не живут. Они там только мучаются.

Жизненный путь, сотканный из выборов вверх — это восхождение. Несмотря на все трудности, которые предстоит пройти на этом пути, душа воспаряет, поднимается, переходит в более светлое и лёгкое состояние, восходит к лёгким, духовным мирам. Возвращается в Рай.

Мне кажется, что те люди, которые раз за разом делают выбор от Бога, однажды остановятся в своём движении вниз. Просто им, чтобы начать восхождение, нужно прежде загнать

себя в такие адские миры, где их боль и предательство станут невыносимыми. Почему-то им нужно опуститься на самое дно, чтобы почувствовать, что их природа иная, что их суть — свет, а не грязь и тьма. Возможно, только там, на самом дне их свет станет явно виден для них самих.

Можно скатываться очень долго. Но всё равно рано или поздно ты коснёшься дна, земли, того твёрдого основания, на котором всё держится. Наверное, в тот момент, когда тебе уже нечего будет терять и не останется ни страха, ни соблазнов, начнётся восхождение. Оно естественно для человека, у которого есть душа. Это закон природы: душа стремится к восхождению.

Жизнь наполнена выборами. Человеческий путь лежит через выборы. Через выборы мы опускались, нисходили в «ад». Через выборы лежит и путь нашего восхождения, возвращения к Богу.

Душа всегда чувствует, какой выбор вверх, а какой — вниз. В толковом словаре В.И. Даля, в словарной статье на слово «выбирать», меня поразили два значения: *«выкраивать, выгадывать из чего»*, *«отбирать что особо»*. Выбирая, ты творишь некое действие, близкое к гаданию, выгадыванию своей судьбы. Какой-то путь для тебя почему-то ощущается, как особый: «Возьми на выбор, любое». И ты берёшь то, что тебе приглянется, покажется каким-то особым. Как и чем мы чувствуем эту особость? На соответствие чему проверяем? Почему для каждого эта особость своя?

Предлагаю тебе понаблюдать за собой. Например, позволь себе как в детстве порыться в общей тарелке и повыбирать пирожок или яблоко, которое тебе понравится. Почувствуй этот азарт, вспомни этот придирчивый взгляд, бесстыдный перебор ради поиска единственного, самого-самого. Почувствуй, с каким теплом и радостью ты берёшь тот фрукт, который выбрал, узнал в общей тарелке как свой. Непроизвольно прижимаешь его к сердцу, как очень дорогое. Сделать правильный выбор, а значит, найти своё, — большая удача.

Только душа может различить путь к Богу и от него. И это и есть самое главное при выборе. Душа знает наши пути. А нам эти знания доступны как ощущения, предчувствия. Мы называем их голосом своего сердца. Тот, кто не прислушивается или не доверяет этому голосу, требует от жизни гарантий. На этот счёт хочу пересказать одну известную притчу про ученика, который требовал гарантий у Будды.

Однажды к Будде пришёл ученик и сказал: «Я поверю в то, что ты бог. Я пойду за тобой на край света. Я буду делать всё, что ты прикажешь. Если ты покажешь мне чудо».

Будда печально улыбнулся и сотворил великое чудо.

Ученик пал на колени и вскричал: «Я верю в тебя! Я пойду за тобой! Я буду делать всё, что ты прикажешь!»

А Будда ответил: «Теперь ты мне не нужен!»

Выбор делается, опираясь не на точное видение и знание того, что будет впереди, а на голос сердца. Почему-то важно услышать этот голос ещё в самом начале пути и довериться именно ему, как единственной опоре.

Очень трудно говорить о моменте выбора. Он самый важный, но он длится всего лишь миг. Что происходит в миг выбора внутри тебя? Что происходит с твоей душой? Мне кажется, что выбор делает именно душа. Может, я ошибаюсь. Но ощущаю, что выбор невозможно сделать головой, то есть разумом. Ты можешь сколько угодно уговаривать себя, подсовывать аргументы, раскладывать по полочкам и взвешивать, но это не работает — желаемый выбор не делается. Желаемый выбор делается, когда душа набирается решимости развернуть тебя и твою жизнь в новое русло. Выбор — это движение души, схожее с переводом стрелок, чтобы направить поезд твоей жизни по новому пути.

Иногда выбор не просто предстаёт перед нами, он припирает нас. Мы чувствуем, что давно пришла пора его сделать, но всё не решаемся. Например, некоторые мужчины

не решаются жениться, некоторые женщины — открыть своё дело или родить ребёнка, некоторые бизнесмены — отойти от дел, некоторые дети — стать взрослыми. Внутри есть ощущение, что выбор назрел, что он верный, что он и есть твой настоящий путь, но что-то не даёт сделать шаг вперёд. Это «что-то» — страх.

Наверное, все страхи ведут к страху смерти или исходят из него. Страх, который овладевает человеком в момент совершения выбора, тоже относится к страху смерти. И у него есть две составляющие:

- Страх того, что погибнет то, чем живёшь сейчас;
- Страх того, что, перейдя в новую жизнь, не сможешь выжить.

При совершении выбора часть твоего мира исчезает бесследно, а вместе с ней и умирает частичка тебя. Выбор всегда осуществляется между жизненными путями. Сделав выбор, ты меняешь свою жизнь. При этом часть того, что было в прошлой жизни, оказывается неприменимым, неприемлемым, несовместимым с новой жизнью. Главным образом, в эту категорию попадают инструменты, наработанные разумом. Например, ребёнок управляет при помощи плача, обид, капризов, виноватого вида, послушания и тому подобных инструментов. Во взрослом мире весь этот арсенал можно выкинуть на свалку. Но ты только представь, как это больно! Такое добро, отточенное разумом за многие годы до безупречной действенности. Жалко!

На самом деле расставаться с привычными инструментами, наработками разума не только жалко, но и страшно. Страшно, потому что ты сначала должен их выкинуть, и только потом набирать новые. А это значит, что в первое время после выбора ты станешь беспомощным, как ребёнок. И ухватиться будет не за что. Нужно будет с нуля выстраивать новые образы. В каком-то смысле это неразумно. Поэтому наш разум так сопротивляется.

К сожалению, другого способа нет. Как невозможно одновременно идти по двум дорогам, одновременно находиться в двух разных местах, так и невозможно одновременно проживать две разные жизни. Пока «одной ногой» стоишь в своём прошлом, ты не можешь воспринять мир, который тебе откроется после выбора, потому что смотришь на него из прежней точки. И ты не можешь из этого состояния наработать для себя действительно новые инструменты, пригодные для выживания в новом мире.

Но ведь может так случиться, что разум не справится и не сможет создать инструменты, которые позволят выжить в новом мире? И тогда смерть. Вот этого мы и боимся, когда не можем решиться на выбор. Мы не знаем, хватит ли у нас способностей и сил выдержать новые испытания.

А теперь представь, на какой подвиг идёт воплощающийся ребёнок. Рождаясь, он не может самостоятельно добыть себе пищу, согреть себя, помыть, защитить. Тело его не слушается. Как в здравом уме можно решиться на такой переход? Однако каждый из нас его совершил и выжил. А это означает, что наш разум был тогда не так уж и плох. И если он ещё не заржавел в ножнах, то на него можно положиться. Конечно, первое время придётся трудновато, нужно будет всё время думать и быть настороже. Но после того как ты освоишься, можно будет наслаждаться новыми возможностями, доселе недоступными. Ведь переход в новый мир — это всегда расширение и новые возможности.

Ещё школьницей я смотрела по телевизору передачу о спорте. Показывали, как отбирали маленьких пацанчиков лет шести в секцию прыжков в воду. На первой же тренировке их выстроили в очередь и подвели к вышке для прыжков. По очереди каждый из них выходил на доску (трамплин для прыжка). Никто не уговаривал их, вообще никто ничего не просил и не требовал — там вообще не было взрослых. Они сами должны были решиться и прыгнуть. Их никто не торопил.

Я помню, как вышел один. Тельце ещё совсем маленькое. Он подошёл к краю. Он плакал навзрыд, теребил свои трусики (на таких маленьких тогда, наверное, ещё не шили плавки), беспомощно оглядывался назад, отходил и на дрожащих ногах подходил снова, смотрел в бездну и снова дрожал и плакал. И никого не было рядом. Только стайка испуганных мальцов в трёх метрах от него.

Он стоял, наверное, целую вечность. Потом перестал плакать, лицо стало не просто взрослым, а даже древним. Он шагнул и прыгнул. Его тело летело нелепо, но очень упруго. Казалось, летит сама решимость. И это был поступок совсем не ребёнка, а настоящего мужчины.

Выбор — это один маленький шагок, но он самый трудный. Выбор — это первый шаг на новом пути. Чтобы его сделать, нужно накопить решимости и решиться. Для того чтобы сделать выбор, возносящий твою душу вверх, не нужно ворочать камни и биться с гигантами. Все эти битвы будут потом, после выбора. Они на том пути, который ты выбираешь. А в момент выбора нужно только решиться. Собраться с духом и на его силе подняться. Делая выбор, ты принимаешь выбираемый путь со всеми его трудностями. Ты охватываешь его сознанием, соизмеряешь силы и осознаёшь, что шанс на победу есть. А это значит, что ты уже наполовину победил, ведь ты победил в своём сознании, осталось только прожить этот путь, наполнить его жизнью.

Смотрю на своего кота, развалившегося у меня на коленях, и понимаю — ему меня не понять. Животному кроме выживания и наслаждения жизнью ничего не надо, а человеку надо. У человека помимо животной жизни протекает ещё одна жизнь — духовная. И в этой жизни, жизни души, человеку нужно расти, расширяться и совершенствоваться. И ради этого человек идёт на трудности и преодоления, идёт вверх, в то время как можно было бы никуда не идти.

Чтобы сделать выбор изменить свою жизнь, нужно либо увидеть зовущий маяк впереди, либо должно опротиветь то, что позади. В любом случае нужно неимоверное желание, а

также определённая внутренняя сила и отвага, а быть может, просто доверие себе и Богу, который тебя ведёт. И если чего-то из этого списка не хватает, человек застревает. До тех пор, пока не накопится нужное качество.

На самом деле, чтобы не пойти на зов Бога, тоже нужна очень большая сила. Держаться за своё старьё и сдерживать желание души последовать на свет маяка — это тоже выбор. И он требует усилия. И, по моим ощущениям, не меньшего, чем усилие, требуемое для другого выбора. Получается, что в конечном итоге всё зависит только от нашей воли — оба пути равноценны по вложенным усилиям. Захотим — пойдём вверх. И впереди нас будут ждать испытания, помехи, учёба. А захотим — скатимся вниз, и обречём свою душу на мучения. Кто-то из известных бизнесменов сказал, что бедный человек тратит столько же усилий, на то, чтобы преодолеть свою бедность, сколько богатый тратит на то, чтобы заработать своё богатство. Всё дело только в твоём собственном выборе. Что тебе по душе: богатство или бедность, счастье или несчастье, здоровье или болезни, просветление или омрачённость, рай или ад...

Выбор требует столько сил, сколько необходимо для резкого и кардинального изменения всей жизни. Однако для наблюдателя со стороны человек, делающий выбор, не совершает никаких видимых усилий. Можно не заметить не только момент совершения выбора другим человеком, но и изменения в этом человеке, проявляющиеся после выбора. С другой стороны, можно не распознать, что человек не поменялся по-настоящему, а только поддерживает иллюзию того, что он сделал какой-то выбор. Что же происходит, если человек действительно сделал выбор?

Выбор длится всего лишь миг. Один миг — и что-то неуловимо изменилось. В первую очередь изменился ты сам. Вот ещё секунду назад мы видели человека, который мучился перед выбором, который жил какой-то прежней жизнью. А теперь перед нами совершенно другой человек. Выбор что-то меняет у тебя внутри, в твоей сути. Тот прежний человек не стал бы делать того, чем будет жить этот новый человек.

Как только выбор сделан, состояние мгновенно меняется. Исчезают метания и нерешимость. Все страшные монстры (те препятствия, которые до выбора вызывали страх) после выбора воспринимаются как обычные задачи (о таком состоянии говорят: *«Глаза боятся, а руки делают»*). Ты просто живёшь, просто делаешь, просто решаешь задачи и просто идёшь вперёд. Для того, кто такой выбор не сделал, за этим «просто» всё очень и очень непросто — там чудо! Но для человека, сделавшего выбор, это действительно просто дела, просто задачи. После того как выбор сделан, уже не имеет значения, будут ли в пути поражения и ошибки, не имеет значения само время достижения цели — ты всё равно будешь идти, потому что выбор уже сделан.

Помимо тебя самого после выбора меняется и твоя жизнь. До момента выбора это была одна жизнь, а после выбора — её не стало. Тот прежний мир исчез с лица Земли. Его больше не вернуть, его больше нет в природе. Возврат к прошлому невозможен. Если оглянешься, нет даже двери, в которую ты миг назад прошёл. И ты оказываешься в новом, неизведанном мире. Ты чувствуешь, что мир поменялся. Это витает в воздухе. Ты ещё не понимаешь, что именно изменилось. Но уже ощущаешь, что этот новый мир тебе незнаком.

При помощи выбора ты переходишь в мир, в котором хочешь жить. Ни больше ни меньше. Делая выборы, мы путешествуем по мирам. Фантастические рассказы о параллельных вселенных не так уж далеки от истины. Все эти вселенные существуют одновременно. И у тебя есть возможность вернуться в своё прошлое, исправить неверно сделанный выбор и перейти в другой мир. Например, из мира, где у тебя нет никаких прав ты можешь перейти в мир, созданный Богом специально для тебя.

Выбор, по сути, является инструментом изменения себя, своей жизни, своей судьбы. Выбор прокладывает Путь. Только выбор позволяет сделать шаг на следующую ступеньку. Всё остальное (в том числе и очищение сознания) — лишь подготовка к этому шагу. Если ты хочешь продвигаться на

своём Пути и достичь за эту жизнь духовного становления, тебе нужно вооружиться таким чудесным инструментом как выбор. Этот инструмент, как и любая другая волшебная вещица, подойдёт не всем. Некоторым он окажется не по зубам. Верность себе, решимость и храбрость — вот черты, которые требуются людям, желающим изменить себя и свою жизнь.

Не все выборы ведут к восхождению, не все выборы бывают верными. Неверные выборы не отпускают нас. Они могут ждать нас тысячи лет, пока мы не дорастём до того, чтобы осознать свою неправоту, и однажды не вернёмся к ним, чтобы всё изменить. Только кажется, что в жизни невозможно вернуться к предыдущему «сохранению» как в компьютерной игре и переиграть, когда тебя убили или когда ты наделал много ошибок. На самом деле мы постоянно возвращаемся и «переигрываем», причём именно когда нас убили, или когда мы наделаем много ошибок. Только мы не замечаем этого возврата, потому что масштаб этой «игры» выходит за пределы одного воплощения.

После отмены решения, с лежащего под ним выбора спадёт замок, и теперь ты волен этот выбор изменить. Исправить свою судьбу и выбрать другую жизнь. Момент выбора — это момент искренности. Обмануть здесь можно только самого себя... Никакие пламенные лозунги и заверения здесь не помогут. Ты либо искренно и отважно шагаешь вверх, либо подло и трусовато катишься вниз. Если чувствуешь, что что-то не даёт тебе сделать выбор «вверх», ищи помехи или несовершенства своей души. Помехи можно выкрасить, а чтобы убрать душевные несовершенства, нужно извлечь уроки из той жизни, в которой ты оказался, когда сделал неверный выбор. То, что ты снова вернулся к моменту этого выбора, говорит о том, что ты сделал круг. Если сможешь извлечь из своего кривого пути урок, то изменишь свой прежний выбор. Если не сможешь, пойдёшь ещё на один круг, а возможно и не на один...

Для того чтобы сделать выбор, не нужна ручка и бумага или другой человек. Выбор — это лишь миг. Миг, требующий полного сосредоточения. Ведь это миг, меняющий твою жизнь.

Чтобы изменить прежний выбор, нужно осознать его неверность, то есть взять урок. Чаще всего это можно сделать только после того, как убрана грязь, под воздействием которой ты делал прежний выбор. Одним словом, чтобы ты выбрал другую жизнь, в тебе должно что-то действительно измениться. Иначе никакого нового выбора не будет. Ведь выбор делается душой, а это значит, что от всей души ты должен желать иной жизни.

Я уже писала, что с отменой решения с выбора спадает печать силы, и он становится доступен. Но даже после отмены решения изменить выбор бывает затруднительно. Если выбор сделан под влиянием какой-то грязи, то пока эта грязь ещё присутствует в твоём сознании, этот выбор будет казаться единственно верным. Чтобы изменить такой выбор, нужно прежде вычистить грязь. После того как чужеродное выжжено, появляется возможность на вычищенной «земле» строить что-то новое: делать новый выбор и выстраивать новый образ действия. Когда грязь вычищена, перед тобой открываются все пути. И ты волен избрать другой мир для жизни. Более душевный.

Делая новый выбор, есть шанс исправить свою судьбу. Исправить — означает восстановить сломанное и испорченное, сделать, как было или как должно быть. У В.И. Даля находим: править — *«делать правее, прямее, правильнее, исправнее»*.

В качестве примера того, как человек осознаёт неверность прежнего выбора, меняет его и закрепляет решением, я приведу кусочек из русской народной сказки. Сказка взята из сборника «Пятиречье» О.Э. Озаровской. Называется сказка «Талань»:

Не в каком царсви, не в каком осударсви, а именно в том, в котором мы живем, жили-были два брата. Один жил богато, у его была лавка, он торговал; а другой жил бедно, бился,

бился. Дошли до того, што завтра детем йись нечего дать.

Жона говорит: «Сходи на заре к свешшенику, попроси у его хлеба».

Он пошел, еише тёмно, свешшеник спит, и не посмел он заколотитьсе, пошел домой.

Идет мимо гумнишша и слышит, как два работника заспорили, он стал слушать. Стал слушать, а это спорят Талань да Учась. Учась говорит:

— Што ты, говорит, над своим рабом сделала? Што он так бьется, и довела его до того, што детем и йись нечего дать сегодня.

— А это за то, што он бедным не внимает, над старыма смеется.

Вот пришел он домой, жона спрашивает:

— Ну, што, достал хлеба?

— Нет, не посмел заколотитьсе, поманя пойду.

А сам задумался, как это он бедным не внимал и над старыма надмiallyсе? «Теперь уж таков не буду!» Вышел он из дому, а под ноги ему Талань и порснула.

Вычищение помехи, вошедшей в сознание помимо собственной воли

То, что, по словам А.А. Шевцова, мазыки называли западками, ближе всего к народному пониманию порчи. Только порча более широкое понятие. Западок является одним из видов порчи. Западок — это такая порча, для которой не нужно никаких колдунов и чародеев. В каком-то смысле это естественная порча, как, например, естественны шрамы при рассечениях кожи. Если не считать, что западки никто не насылает, во всё остальном западки имеют все признаки и свойства порчи:

- Они вселяются в человека;
- По сути, являются нечистыми или чужими «духами»;
- В определённых узнаваемых условиях внезапно «просыпаются»;
- Они портят человека, лишая его каких-то способностей;
- Они делают человека одержимым (человек теряет себя, становится сам не свой, меняется его голос);
- Они могут поведать все «*обстоятельства своего зарождения*», назвать «*имя своего „отца“ или „матери“*»;
- Их надо выжигать (кресением).

Разберёмся, что же такое порча. Портить — делать вещь непригодной. Теряя свою пригодность, испорченная вещь перестаёт исполнять своё предназначение и, по сути, быть той вещью, которой являлась изначально. Испорченный телевизор перестаёт быть телевизором и становится подставкой под вазы. Подпорченный помидор перестаёт быть помидором и становится половиной помидора. Так и человек, в которого вошла порча, перестаёт соответствовать своему замыслу и быть самим собой. Как такое может произойти?

Если пересмотреть свои представления о порче, то можно заметить, что каким бы способом ни насыщалась порча, во всех способах присутствует наговор. Наговор — это слова, то есть определённый образ. Именно он и является тем, что внедряется в человека и затем зовётся порчей. Различаются лишь способы внедрения, например, наговорить на воду и дать человеку её выпить или наговорить на какой-то предмет и подкинуть его человеку во двор и пр.

Самый верный способ сделать так, чтобы внедрённый в человека образ действовал, — это устроить всё так, чтобы человек думал, что этот образ есть его собственная мысль, его собственное желание. Тогда человек сам будет жить в соответствии с этим образом. Он будет действовать так, как велит ему внедрённый в его сознание образ. Конечно, при этом человек будет сам не свой. Он будет испорчен.

Уверен ли ты полностью, что та мысль, которую ты думаешь прямо сейчас, — твоя собственная мысль, а не внедрившаяся в тебя порча? Если ты задашь себе этот вопрос всерьёз, то придёшь к тому, что не знаешь, как отличить свою собственную мысль от чужой.

Можно успокоить себя тем, что в наше время не так много знахарей, которые действительно владеют искусством насылания порчи, и не так много людей, которые решатся обратиться к подобному знахарю. Наверное, действительно не стоит серьёзно опасаться подобного рода порчи. Такая порча — скорее исключительный случай, чем обыденность. Однако существует другой вид порчи, о котором мало кто знает, но который наносит действительный урон любому человеку.

Это образы, которые входят в человека в моменты замутнения или потери сознания. Эти образы никто не насылает человеку ни со злым, ни с добрым умыслом. Они входят в человека беспрепятственно и неосознанно, потому что тот неспособен в такие моменты осознавать. Например, у него высокая температура или ему попали мячом в голову. Если в такие моменты играет радио или кто-то сердобольный подбегает и начинает что-то говорить, в замутнённое сознание человека впечатываются чужие слова, причём без осознания того, что они чужие. А это значит, что если однажды эти слова всплывут в сознании этого человека, он примет их за свою собственную мысль. И станет таким образом сумасшедшим — шедшим со своего ума.

Как часто мы болеем в детстве, бьёмся об углы, прищемляем пальцы, обжигаемся? Случаются ли в нашей жизни серьёзные травмы, потери сознания, операции под анестезией? И какова вероятность того, что в эти моменты мы находимся в полной тишине? Сложи эти два факта, и ты поймёшь, стоит ли тебе беспокоиться о наличии у тебя сумасшествий.

Несмотря на то, что мы говорим о сумасшествиях, этот раздел книги предназначен не для пациентов психиатрических клиник. Причины тяжёлых психических заболеваний, как правило, кроются не в западках. Это следствие либо очень

глубоких выборов, либо поражений и травм, не позволяющих осуществлять полноценное взаимодействие души и тела. Западки — это для нас с вами. Повторюсь, если ты хоть раз в жизни терял сознание, был под наркозом, сильно ударялся, лежал с высокой температурой, отравлялся и т.п. — у тебя есть западки.

На самом деле страшны не столько сами западки, сколько их последствия. Когда ты попадаешь в западок, ты не видишь того, что происходит в действительности. А то, что ты видишь, действительности не соответствует. Из-за этого ты можешь попусту страдать, убиваться и принимать кривые решения. А эти кривые решения потом будут вести тебя по жизни. Я называю это тенью западков. Даже маленький западочек способен откидывать длинные тени. На поверку очень многие помехи оказываются сидящими на корешках западков.

Для того чтобы вычистить западок, не обязательно обладать видением, позволяющим рассмотреть, как образуется западок. Но некоторое понимание всё же полезно. А.А. Шевцов в своей книге «Кресение» очень наглядно описал, как мазыки видели образование западка. К сожалению, пока я не могу увидеть образование западка также явственно, я опираюсь скорее на свои ощущения. Поэтому во многом повторяю тот образ, который описан у А.А. Шевцова.

Появление западка возможно только в том случае, когда ты «отлетаешь». Вернее не ты, а твой дух. Его в этом мире ничего не держит, его влечёт только одно — тяга возвращения Домой. Если бы ему ничего не мешало, дух покинул бы тело при первой возможности. В общем-то, так и случается. При первой возможности, он стремится уйти. Нужны особые усилия, чтобы удерживать такую силу в теле. Удержанию духа служат защитные тела и оболочки. И их у человека несколько. Прежде всего, это Тель — физическое тело. Есть и более тонкие оболочки. В частности, Сось и Волоха. Сось — защитная оболочка, отстоящая примерно на два пальца от физического тела. Сось можно наблюдать в виде свечения.

Особенно ярко оно видится вокруг головы. Волоха — это такая же тонкоматериальная «кожа», как и собь, отстоящая на те же два пальца, но только не наружу, а внутрь физического тела. Эти тела-оболочки удерживают наш дух. Как только в них возникает прореха, появляется опасность того, что дух сбежит — вытечет через образовавшуюся дыру.

Духу может и нет дела до того, что, уйдя раньше срока, ты не успеешь выполнить своё предназначение. А вот Живе (живой душе, обеспечивающей жизнь тела) не всё равно, будет ли тело одухотворено или не будет. Она стремится удержать дух. Поэтому при появлении пробоины в телах, она стремится заживить её и перекрыть духу выход из тела. Если повреждение небольшое, Жива успевает это сделать. А если большое, то она сначала образует на месте повреждения тонкую плёнку, вдавливающую дух снова в тело, а затем принимается за заживление. Через некоторое время Жива «затянет рану». Таким образом, из плёнок Живы (той плёнки, которой она перекрыла выход духу, и той, которой заживила рану) в месте повреждения будет образован пузырь, или как его, по словам А.А. Шевцова, называли мазыки, — гвор.

Когда мы говорим «потерять сознание», то мы оцениваем то, что происходит, с точки зрения тела. Тело действительно теряет сознание. А вот ты теряешь не сознание, а тело. Вместе со своим сознанием ты покидаешь тело, «отлетаешь» из тела. Пока тебя нет (ты потерял сознание или близок к этому), жизнь вокруг тебя продолжает течь: люди разговаривают, телевизор работает, запахи благоухают и пр. Всё это окружение беспрепятственно проникает и впечатывается в твоё сознание в виде образов.

Например, ты сильно ударился головой или получил сильный подзатыльник, и сознание «поплыло». Было очень больно, и ты сбежал из тела. С этого мгновения начал образовываться западок. Если в этот момент вернуться в тело, там жуткая боль. Просто нестерпимая. Однако через некоторое время боль утихает, и ты начинаешь потихоньку возвращаться. Это происходит само собой. Ты возвращаешься,

но ты ещё немного не в себе, и сознание продолжает «плыть». Если бы ты мог в этот момент прислушаться, то услышал бы разговоры вокруг себя. Но ты их не слышишь, они доходят до тебя, как через слой ваты. Тебе так больно, что у тебя нет сил осознавать эти звуки. И они входят в тебя беспрепятственно. Они впечатываются в твоё сознание, чтобы в будущем жить в тебе и править тобой. В конце концов ты справляешься с болью и полностью возвращаешься в то, что происходит вокруг тебя. В этот момент ловушка западка захлопывается, и все впечатления, которые в него всосались, оказываются там как в западне. Собственно поэтому западок и называется западком (западок — охотничий термин, означающий ловушку).

Важно понимать, что западок образуется только если что-то случится с твоим телом, например, сильная боль или болезнь. То есть тебе должно быть так плохо, что ты больше не в силах удерживать своё осознание. Ты улетаешь в беспамятство. Вот в этот момент и образуется западок. Таким образом, у западка всегда есть место вхождения в физическом теле (в Тели). Место вхождения западка на теле называется Укос (от «косать» — бить). Если раскрыто видение, укос можно видеть. Понимание того, что западок связан с разрушением тела очень важно для прикладной работы с западком.

Образы из западка облечены в наше собственное сознание, поэтому они не воспринимаются нами как чужеродные и не настораживают нас. После того как западок образовался, мы не можем его вспомнить и пересмотреть именно из-за этого.

Западки не лежат мёртвым грузом в нашем сознании, время от времени они «просыпаются» как, например, могут просыпаться воспоминания. Духи, запечатанные в западке, стремятся воплотиться, прозвучать. Они не могут активизироваться сами по себе, что-то должно их разбудить. Мазыки, по словам А.А. Шевцова, говорили, что у западка есть специальное приспособление — усы. Усы отслеживают то, что происходит в мире, цепляются за ситуации, созвучные той, что была в западке, и ворошат западок. Сила реальности

оживляет тени прошлого. Для человека переход в западок проходит практически незаметно. Он что-то слышит, видит, за что цепляются усы западка, и в тот же миг из этого мира попадает в мир западка. Переход осуществляется так быстро, и мир западка оказывается так натурален, что человек не замечает, что он уже не здесь. Таким образом, западок оказывается ловушкой не только для чужих духов, но и для тебя самого. Попадать в западок всё равно, что западать в западню, ловушку.

Если наблюдать со стороны за человеком, попавшим в западок, можно подумать, что он одержим каким-то духом (сущностью), имеющим собственное сознание. Был человек, и вдруг сам не свой, мелет какую-то ерунду, кипит не пойми с чего, истерит из-за какой-то чепухи, разумные доводы не воспринимает. На самом деле эта одержимость только кажущаяся. «Духи», заполняющие западок, — это всего лишь образы, впитанные сознанием. Они могут «говорить», причём «слегка» не твоим голосом, но это будут только те слова и те голоса, которые вошли в сознание в момент его замутнения. Ничего кроме этого западок не содержит. А ощущение одержимости возникает из-за того, что в момент, когда западок просыпается, человек практически полностью теряет управление собой, перестаёт быть хозяином. Дело в том, что в момент вхождения западка человек был близок к потере сознания, поэтому западок формировался без его осознания. Поэтому попадая в мир западка, человек попадает на ту землю, где его нет. Со стороны это выглядит так, будто человек теряет себя. До него в такие моменты не достучаться.

Если у человека много западков, и они постоянно ворошатся, с таким человеком очень трудно общаться. Он постоянно немного не здесь, немного не в себе, не в своём уме, сошёл со своего ума.

Теперь перейдём к изучению методики работы с западком.

Методика работы с западком

Шаг 1. Обнаружить странность и описать её.

Шаг 2. Выполнить тропление и выйти на западок. Определить его координаты:

- Суть обнаруженной странности;
- Возраст, в котором вошёл западок;
- Причину образования западка (потеря или замутнение сознания, вызванное ударом, высокой температурой и т.п.);
- Объём западка;
- Гамуху (если получается определить).

Шаг 3. Заключить договоры с крёсным (в самостоятельной работе с самим собой) об условиях работы:

- Договор 1. Я буду твоим крёсным. Ты мне доверяешь (в самостоятельной работе в качестве стража оставляешь часть своего сознания свободным);
- Договор 2. Мы будем работать с таким-то западком (называются координаты западка);
- Договор 3. Ты не будешь ходить в другие западки и переживания;
- Договор 4. Пройдёшь западок полностью или частично (если частично, то указывается та часть, которую будешь проходить);
- Договор 5. Будешь входить в западок по слову «пошёл»/«пошла»;
- Договор 6. Будешь проходить западок с закрытыми глазами;
- Договор 7. Прозвучишь всем, что обнаружишь в западке;
- Договор 8. При работе с крёсным будешь слышать крёсного, отвечать на его вопросы, слушаться его указаний (при самостоятельной работе оставляешь свободной часть сознания,

которая будет отслеживать прохождение западка, а затем в работе будешь прислушиваться к себе);

- Договор 9. Всякий раз после прохождения западка будешь открывать глаза и говорить (в самостоятельной работе писать) слово «Прошёл/Прошла.»;
- Договор 10. Если понадобится, после прохождения западка пойдёшь в него ещё раз;
- Договор 11. Если почувствуешь, что устал, скажешь (в самостоятельной работе — напишешь) «Мне достаточно. (Я устал/устала.)». Когда почувствуешь, что очистился, скажешь (в самостоятельной работе — напишешь) «Мне достаточно. (Чисто.)»;
- Договор 12. После слов крёсного: «Хватит, возвращайся сюда» (при самостоятельной работе после того, как напишешь «Мне достаточно.»), ты выйдешь, откроешь глаза, потрогаешь то, что тебя окружает, скажешь (при самостоятельной работе — напишешь) «Всё. (Я вернулся/вернулась.)» и поздороваяешься с крёсным;
- Договор 13. Если крёсный почувствует, что ты не вернулся, он пошлёт тебя проработать то, что держит тебя в западке (при самостоятельной работе это делается по собственному решению).

Шаг 4. Пройти западок (необходимое количество раз) и выкресить гамуху:

- По телесным ощущениям,
- По словам,
- По чувствам,
- По всем ощущениям.

Шаг 5. Выстроить новый образ дела, в котором обнаружилась странность.

Шаг 6. Проверить в жизни, удалось ли освободиться от гамухи.

Обнаружение и описание странности

Работа с западком начинается с того, что ты сам обнаруживаешь в себе (в своём поведении) некую странность или тебе на это указывают другие люди, например, твои близкие. Если у тебя появилось желание вычистить из своего сознания западки, можно «поставить себе сторожок» и подмечать странности в своём поведении, обращать внимание, когда люди говорят, что ты ведёшь себя странно.

Так как в основании многих помех лежат именно западки, можно выйти на странность в ходе исповеди.

Западок — такой вид грязи, который входит в сознание помимо твоей воли. Из-за этого ты не подозреваешь, что у тебя есть западки. И пока не нарабатается определённое видение, ты не будешь их замечать. Есть определённые трудности в том, чтобы научиться видеть, отличать западочное состояние от состояния, когда находишься в себе. Нужно научиться распознавать западочные состояния.

Состояние человека, попавшего в западок, имеет два существенных отличия от обычного состояния. Первое отличие в состоянии заключается в том, что человек, попавший в западок, сосредоточением своего внимания пребывает в другом мире (мире своего прошлого). Здесь я должна отметить, что мы довольно часто пребываем осознанием в других мирах (например, в мире своих грёз, переживаний, воспоминаний и т.п.), но не всегда мир, в который мы улетели, является миром западка. Поэтому нужно учитывать ещё один признак западочного состояния. Помимо того что человек в западке находится не здесь, он ещё и не в себе. Таким образом, признаки попадания в западок — это, с одной стороны, признаки попадания в другой мир, а с другой стороны, признаки потери себя (сумасшествия).

Некоторые признаки того, что ты пребываешь в другом мире (не «здесь и сейчас»):

- Наличие странности в поведении всегда является знаком присутствия других миров. Странность потому и называется странностью, что она не из этого мира. Обрати внимание на сходство слов «странность» и «странник». Странник — тот, кто блуждает по другим мирам (странам).
- Когда проваливаешься в другой мир, этот мир кажется немного нереальным или незначащим. Это ощущение возникает из-за того, что ты на него смотришь сквозь плёнку.
- Особое звучание голоса (глухость или громкость) — это всегда признак звучания из другого пространства сознания. Глухость появляется, когда человек говорит обычным голосом, но находится при этом далеко. Его голос звучит через много пространств, в итоге до нас он доходит приглушённым. Иногда человек, находящийся далеко от нас, чувствует это и пытается из того пространства докричаться до этого мира. В итоге он кричит, говорит более громко. Это похоже на то, как говорят глухие люди.
- Ты сам изнутри слышишь мир приглушённо, будто через плёнку или толщу, будто слегка заложило уши. Соответственно когда выходишь из западка, звуки становятся чёткими и звонкими. У Александра Шевцова в книге «Кресение» написано, что мазыки говорили о Скрипе — воротах на входе в западок.

Некоторые признаки потери себя (сумасшествия):

- Несоответствие того, что ты делаешь и говоришь, ситуации, в которой ты находишься. Самому эту неестественность заметить трудно, чаще тебе об этом говорят другие люди: «Да ты просто сумасшедший!» Хотя можно заметить и самому, особенно после того, когда выйдешь из западка.
- Ты будто очнулся, в ужасе оглядываешься вокруг себя и осознаёшь, что успел натворить. Тебе кажется, что это был не ты. Возможно, ты даже не помнишь, как ты это сделал.

- Не находишь объяснений своему поведению. Не можешь объяснить, почему ты так поступил. На вопрос: «Почему?», тебе хочется ответить: «Нипочему» или «Потому что так есть. Потому что так было всегда».
- В сознании звучат слова и фразы не твоим голосом. И, соответственно, сам говоришь не своим голосом, не своими словами, не своей интонацией.

К признакам западка можно также отнести своеобразные ощущения. Западок входит в тот момент, когда человеку так плохо, что он теряет или почти теряет сознание. Впоследствии при попадании в западок все эти ощущения могут рестимулироваться. Ощущается телесная боль, сопровождаемая замутнением сознания. Когда сознание мутное, кажется, что в помещении, где ты находишься, тусклая освещённость.

Поначалу не просто принять, что можно терять себя и становиться сумасшедшим. Особенно если не замечаешь в себе никаких странностей. Нужно с чьей-то помощью однажды найти и вычистить западок и почувствовать разницу в состоянии и поведении. После этого ты сможешь различать, что значит быть в себе и каково это — жить, пребывая в западке.

Как только наработается это видение, чутьё на западки, ты станешь выходить на них в исповеди. Работая над какими-то серьёзными помехами, имеющими глубокие корни, постоянно будешь выходить на западки. Есть некое отличие в том, когда западок проявился в жизни и когда ты вышел на него в прикладной работе. В жизни обнаруживаешь западок, непосредственно влетая в него. А на исповеди, как правило, ещё издали чувствуешь его тень. Нужно уметь чутя западки и в том и в другом случае.

Я употребляю слово чутя. Для меня оно очень точное. Западки нужно именно чутя. Нужно уметь их распознавать, причём издали. Чтобы это умение наработалось, нужно самому пройти много западков и научиться узнавать западочное состояние по одной только тени.

После того как ты заметил за собой странность, её нужно описать. Описать странность — означает ухватить и описать в словах, в чём заключается суть обнаруженной странности.

Тропление западка

Тропление западка — это прикладная работа по нахождению того западка, который является причиной обнаруженной странности. Тропление западка начинается с момента, когда ты обнаружил в себе странность и заподозрил наличие западка. Тропление завершается, когда ты нашёл искомый западок и определил его координаты. Что такое координаты, я скажу ниже.

Тропление западка ведётся точно также, как и тропление грязи, вошедшей в сознание по собственной воле. А именно, по следам, которые оставляла в твоей жизни гамуха, вошедшая в твоё сознание через западок. Если ты станешь вопрошанием, в самокате тебе непременно придут воспоминания о том, как проявлялось обнаруженное тобой сумасшествие, откуда пришло замутнённое состояние, какие именно слова звучат из западка и управляют твоим поведением. Единственное отличие заключается в том, что когда ты выйдешь на западок, нужно проделать работу по определению координат западка.

Работу по определению координат нужно начинать с проверки того, является ли обнаруженная тобой причина странности западком. При подозрении на западок нужно непременно уточнить: «Это западок?» Вместо слова «это» можно проговорить имя обнаруженной странности. А можно оставить слово «это», но тогда надо почувствовать то состояние, в которое проваливаешься, и задать себе вопрос именно об этом состоянии.

Задавая этот вопрос (и все последующие вопросы, относящиеся к определению координат западка), желательно хлопнуть в ладоши или щёлкнуть пальцами. Это нужно для того, чтобы слегка насторожить себя и заставить свой разум на какое-то мгновение всполошиться. Задавая вопрос таким образом, ты выдашь ответ в разуме, от души, а не в каком-нибудь сумасшествии.

Ещё раз напомню, какие сведения о западке являются его координатами:

- Суть обнаруженной странности,
- Возраст, в котором вошёл западок (жизнь/утроба, сколько лет/месяцев),
- Причина образования западка (потеря или замутнение сознания, вызванное ударом, болезнью, испугом и т.п.),
- Объём западка (количество вдохов, когда сознание было замутнено),
- Гамуха (конкретное проклятие, явившееся причиной обнаруженного сумасшествия (странности)).

Чтобы установить возраст, в котором вошёл западок, нужно спросить: «В каком возрасте вошёл западок?» В ответ из сознания выскочит цифра. Тогда надо уточнить: «Это лет? месяцев? недель? дней? часов?» Если окажется, что возраст меньше 9 месяцев, нужно спросить: «Это 7 месяцев жизни? утробы?»

Чтобы выяснить причину образования западка, нужно спросить: «Что там случилось?» Можно уточнить: «Там была потеря сознания? Или замутнение?»; «Это болезнь? Удар? Испуг? и т.п.»; «Что за боль? Что за болезнь? Отчего потеря сознания?».

Чтобы установить объём западка, нужно спросить: «Сколько вдохов замутнено (сколько вдохов потери сознания)?» Если западок очень большой, то можно уточнить, сколько вдохов занимает ситуация, когда в твоё сознание входила конкретная гамуха. Таким образом, можно будет проходить не весь западок, а работать только с той частью западка, где скрывается гамуха.

Записывая координаты западка, ты охватываешь его своим сознанием и тем самым ощущаешь его действительно гвором (пузырём) конечного объёма. Это позволяет в дальнейшем не теряться в нём, а проходить его насквозь. Теперь в тебе есть

знание, что он конечен. И даже если этот пузырь вмещает 100 вдохов, его всё равно можно пройти насквозь. Но такие большие западки случаются редко. За мою личную практику и практику работы с людьми, я встречалась с таким большим западком только два раза. Чаще работаешь с западками до 10–20 вдохов. Кроме того, записывая координаты западка, ты можешь оценить свои силы. И быть готовым к тому, что западок будет большой.

Чтобы определить гамуху до того, как ты вошёл в западок, нужно прислушаться к себе и почувствовать, какая «установка» правит твоим поведением. Если тебя делают сумасшедшим какие-то слова из западка, то в момент рестимуляции западка они в виде мысли всплывают в твоём сознании. И их можно уловить и услышать.

Постараюсь показать всё это на примере. Вчера я работала со своей ученицей. Мы вышли на то, что она считает, что она дура. Я начала её расспрашивать. А она начала ходить кругами. Часть вещей она объясняла, вспоминая случаи из прошлого. Но в конечном итоге всё сводилось к необъяснимому знанию внутри неё, что она дура. И я видела, что она ходит по кругу вокруг этого знания. И при этом не может его объяснить. В итоге она сама пришла к тому, что не понимает, откуда в ней взялось это знание. На прямой вопрос «Откуда ты знаешь, что ты дура?», она не могла ответить. Где-то глубоко в её сознании это сидело, как данность. И при этом что-то странное начало происходить с её сознанием. Как только я задала ей этот вопрос, у неё закружилась голова. Всё — мы вышли на западок. Затем я задала уточняющий вопрос: «А это западок?» Последовало: «Да». После этого нужно было определить координаты. Легче всего в данном случае было отталкиваться от телесных ощущений. Она прислушалась к себе и почувствовала в теле жар и тяжесть, которые так часто сопровождают детские болезни. Как только появились эти ощущения, я спросила у неё про возраст. В каком возрасте она ощущает себя сейчас, в каком возрасте она перенесла эту болезнь, в каком возрасте вошёл этот западок. Она ответила. Затем она по своим внутренним ощущениям оценила, каков

объём у данного западка. Более точно определить гамуху она не смогла. Но и так было понятно, что в западке нужно будет искать проклятия, содержащие слово «дура». Координаты определены, можно приступать к выжиганию западка.

Если нет возможности пройти западок сразу, нужно спрятать его в скрындык (сундучок в сознании). Это означает выйти из западка и договориться с самим собой, что вычистишь этот западок позже, а до тех пор в него западать не будешь. Не важно, что западок не прочищен. Если ты его нашёл и смог ощутить его границы (определив координаты), то стал хозяином этой части сознания. А значит, как хозяин ты можешь принимать решения относительно этого западка. В том числе решение не проваливаться в этот западок. Если ты заключил с собой такой договор, не забудь его выполнить и позже вычистить этот западок. Иначе механика скрындыка перестанет быть действенной для тебя. Ты где-то внутри будешь знать, что врёшь, и магия не сработает — западок не будет упрятываться в скрындык.

Заключение договоров

Западок — это западня. Если ты туда попал и тебе не хватает видения осознать, что ты не в себе, есть угроза болтаться там сколь угодно долго (хоть всю жизнь). Чтобы этого не случилось, нужно очень аккуратно идти в западок и чисто из него выходить. Именно для этого и существуют правила безопасности при работе с западком. Эти правила воплощены в договорах, заключаемых перед прохождением западка.

Договоров довольно большое количество. Все они нужны. Но большая часть из них определяется скорее разумным подходом к работе, потому и является частью методики. Поэтому, если ты однажды осознал их необходимость и принял их для себя, в будущем не обязательно всякий раз перезаключать их заново. Я, например, заключаю лишь договоры о том, с каким западком и какой гамухой будет идти работа.

Иногда случается, что кресник заключает договоры формально, не принимая внутреннего решения, что он будет действовать именно так, как договорились. Такой кресник может не слушать крёсного, блуждать по сходным западкам, иметь трудности с тем, чтобы войти или выйти из западка, и т.п. Чтобы такого не случилось, крёсному следует уделить особое внимание заключению договоров. Нужно по очереди озвучивать договоры и добиваться согласия по каждому пункту. Если согласия нет, нельзя проводить работу.

Заключить договор с самим собой означает принять решение, что будешь действовать определённым образом. При самостоятельной работе все важные договоры лучше записывать, особенно поначалу. Потом какие-то договоры, что называется, войдут в кровь, и записывать их уже не будет необходимости. Однако всё равно останутся договоры, о которых нельзя договориться с собой заранее. Например, договор о том, в какой западок ты сейчас пойдёшь и будешь ли ты его проходить полностью.

Когда работаешь самостоятельно, тебя никто не видит, и появляется большой соблазн работать нечисто. Нечистота главным образом проявляется в нарушении договоров с самим собой. Можно подумать: «Ну что может со мной случиться, если не держать эти договоры?». Приведу пример. Если ты нарушишь договоры о том, что не будешь перескакивать в другие западки, и что после слова «всё» вернёшься в настоящий мир, ты можешь застрять в мирах западков. В таком состоянии можно попасть под машину или впасть в многомесячную депрессию, блуждая по веренице сходных западков. Даже если с тобой не случится подобных ужасов, ты не достигнешь той цели, ради которой начинал работу, — ты не освободишься от западка.

Прохождение западка

Вход в западок

Вход в западок осуществляется по слову «пошёл/пошла». Можно дополнять это действие хлопком. Чтобы при

произнесении «волшебного» слова попасть в мир западка, ещё до входа ты должен почувствовать тот западок, с которым договорился поработать. Ощущение западка приходит, когда ты определяешь его координаты. Поэтому, как только прозвучит слово «пошёл», ты уже будешь знать, куда тебе идти. А если ты в дополнение к этому ещё и принял решение, что по слову «пошёл» сразу попадёшь в западок, тогда действительно при произнесении этого слова ты попадёшь в начало нужного тебе западка. Это трудное решение, особенно если идёшь в западок первый раз. Это решение означает, что ты действительно пойдёшь в этот неведомый тебе мир, присутствие которого ты пока лишь только ощущаешь. Если решение принято, ты войдёшь в западок, а если не принято, не войдёшь. Некоторые люди не верят, что для входа в западок нужно всего лишь собственное решение — идти в западок. Им кажется, что нужны какие-то магические способности или «заклинания», которые перенесут их в западок. На самом деле таким людям попросту не хватает смелости идти в неведомое и, чтобы скрыть это, они всё усложняют.

Некоторые боятся, что не смогут войти в западок. Другие не могут разобрать, вошли они в западок или нет. Поначалу все через это проходят. Совет может быть только один — нужно вычищать из сознания свои сомнения и страхи. Если не сделать очищение, то постоянно будешь наткаться на подобные помехи. Поэтому надо всё откладывать и браться именно за эти помехи.

Чтобы пройти западок, не нужно вспоминать, что было в неё. Ты всё равно не можешь этого помнить, ведь ты был не в себе, когда в западок входили чужеродные образы. Чтобы пройти западок, нужно войти в него и прислушаться к себе. Если ты проходишь западок по телесным ощущениям, будут всплывать и сменять друг друга телесные ощущения. Если проходишь западок по словам, то в сознании будут всплывать чьи-то слова. Если проходишь западок по чувствам, душа будет ощущать боль или другие чувства. Ты не вспоминаешь эти ощущения, а просто позволяешь им всплыть. Это похоже на проживание настоящей жизни, когда ты не знаешь, что

случится в следующий миг. В западке всё точно также с единственным отличием — всё происходит не в настоящем мире, а в пространстве твоего сознания.

Я советую проходить западок только с закрытыми глазами. Это поможет не отвлекаться на зрительные образы, а сосредоточиться на мире западка, на телесных ощущениях, на звучащих в твоём сознании словах, на чувствах.

Вообще-то можно проходить западок сразу по всем ощущениям. Но на деле это трудно. Из-за сильной боли ты теряешь осознание себя и в итоге не можешь отделить чужие слова от своих, да ещё и слова слышишь плохо, чувства отвлекают. Проходить западок послойно (сначала по телесным ощущениям, затем по чувствам, затем по словам, и только потом по всем ощущениям) гораздо проще. И в итоге это оказывается быстрее и эффективнее.

Чтобы пройти западок по определённым ощущениям, недостаточно просто почувствовать эти ощущения. Для каждого слоя работы с западком есть своя определённая задача. И пройти тот или иной слой значит решить эту задачу. Задачи прохождения западка:

- По телесным ощущениям — распустить физическую боль настолько, чтобы обрести способность оставаться в теле;
- По чувствам — выпустить из себя чувства настолько, чтобы обрести способность не поглощаться ими, сохранять себя;
- По словам — услышать все слова и найти среди них гамуху;
- По всем ощущениям — воплотить «духи», упрятанные в западке, и выкресить, выжечь гамуху.

Прохождение западка по телесным ощущениям

Чтобы пройти западок по телесным ощущениям, нужно войти в западок и сосредоточиться только на том, что ощущается в теле. Это может быть какая-то сильная боль,

болезнь или потеря сознания. В любом случае будет так больно и плохо, что ты невольно будешь сбежать от телесных ощущений. Когда не хватает сил за один раз прожить всю боль, которая была в западке, приходится проходить западок по телесным ощущениям несколько раз.

Чтобы пройти западок по телесным ощущениям, не нужно ничего делать насильно и спешить. Нужно просто пребывать. И проживать все ощущения, которые будут приходить и ощущаться в теле. Это можно сравнить с аттракционом, который ты решил пройти ради того, чтобы испытать новые ощущения. Просто сиди и прислушивайся к своему телу. Ощущения будут приходить и сменяться сами, без твоего воздействия. Это может быть всё, что угодно: сильная головная боль, жар, слабость от отравления, тошнота от сотрясения мозга, невозможность дышать, острая боль от травмы и т.д. и т.п.

При прохождении западка по телесным ощущениям ты будешь ощущать боль так, будто тебе плохо прямо здесь и сейчас. Но при этом, если захочешь, ты сможешь от неё сбежать. Однако чтобы боль отпустила тебя, нужно войти в боль и прожить её. Признаками того, что ты действительно проживаешь боль, будет распускание боли, испарина, зевота, отрыжка. Одним словом тело будет освобождаться и распускаться.

Однако, как бы ты ни старался, время от времени ты будешь обнаруживать себя уже вылетевшим из тела, сбежавшим от боли. Всякий раз возвращайся в тело и продолжай проживать все ощущения. Если случалось так, что ты сбежал, то желательно пройти этот западок по телесным ощущениям ещё раз. Критерием достаточности будет такое прохождение западка по телесным ощущениям, при котором ты будешь оставаться в себе и не терять осознания от боли. Если ты прошёл западок по телесным ощущениям достаточное количество раз, то при прохождении западка по всем ощущениям, ты, несмотря на память о боли, окажешься в силах сохранить осознание.

Прохождение западка по чувствам

После того как западок пройден по телесным ощущениям, можно переходить к прохождению западка по чувствам. Для того чтобы пройти западок по чувствам, нужно сосредоточиться исключительно на чувствах. Также, как и при прохождении западка по телесным ощущениям, просто проживай всё, что будет приходить в виде чувств, и распускай, отпускай, выпускай это из себя. Это может быть обида, жалость, тоска, а может любовь или радость. Чувства могут выходить вместе со слезами, стонами и смехом и т.п.

В некоторых западках нет никаких особых чувств. В других западках, напротив, чувства очень сильные. Запав в такой западок с сильными чувствами, можно месяцами пребывать в подавленном состоянии. Именно поэтому западки с сильными чувствами очень важно проходить по чувствам. Все чувства необходимо прожить до такой степени, чтобы они не завладевали тобой, чтобы ты мог сохранить осознание себя.

Прохождение западка по словам

После того как западок пройден по чувствам, можно переходить к прохождению западка по словам (и мыслям). Пройти западок по словам означает сосредоточиться исключительно на словах, звучащих в западке. В словах и скрывается гамуха — та странность, которая делает тебя сумасшедшим. Слова западка становятся в твоей судьбе проклятиями или заклетами. Поэтому особую важность представляет задача увидеть все звучащие в западке слова и найти среди них того «зверя», за которым ты устроил эту охоту.

Чтобы пройти западок по словам, их нужно услышать. Я использую глагол «слышать» условно. Слышать в западке — это не одно и то же, что слышать живого человека, который с тобой ведёт беседу. Слышание в западке скорее напоминает то, как в сознании возникают мысли. Именно поэтому многие люди на этапе освоения работы с западком сомневаются в том, что они действительно слышат слова из западка. Им кажется,

что они что-то выдумывают, подсовывают свои собственные мысли. Пока видения недостаточно, трудно различить свои мысли от звуков западка. Поэтому надо принять для себя, что будешь выписывать или выговаривать всё, что появится в твоём сознании. Все мысли и слова. Даже если часть из них окажется вымышленной, всё равно их надо проговорить (или выписать, если вычищаешь западок самостоятельно). Иначе они так и останутся жить в твоём сознании, да ещё и торчат помехой при работе с этим западком. Если поступать таким образом и проговаривать сомнительные слова, ты будешь проходить слои сомнений и выходить на истинные слова из западка. Ты их обязательно почувствуешь. Слова из западка имеют особый вес, каждая фраза как чеканная.

Слова из западка нужно озвучивать в самокате. Иногда слова очень хорошо слышны и льются потоком. Бывает так, что слова в этом потоке многократно повторяются с различными вариациями. Следует озвучивать всё, что будет всплывать. Не имеет значения, как в действительности звучали эти слова. Тебе нужно очистить своё сознание от всплывающих в нём образов. Поэтому нужно озвучивать всё подряд, сколько бы раз оно не повторялось. А бывает, что слов почти не слышно. Ощущаешь, что что-то звучит, а поймать никак не можешь. Тогда начинаешь подбирать слова, пока не почувствуешь, что нашёл именно то, что никак не мог расслышать. Иногда ты не можешь расслышать слова из западка, потому что действует проклятие, сказанное в западке. Например, в западке были такие слова: «Закрой уши и не слушай! Это не для тебя!», «Я больше не хочу этого слышать!». Если чувствуешь, что упёрся и никак не удаётся расслышать слова из западка, спроси у себя, а не действие ли это какого-то проклятия из западка. Если да, то осознай это и продолжай работу.

Одна из задач при прохождении западка по словам — найти гамуху. Это означает найти то конкретное проклятие, которое явилось причиной изначально обнаруженной странности. Дело в том, что западок может быть населён множеством разных «духов». Когда ты почуял в своём поведении странность, ты почуял проявление какого-то одного «духа». Именно за ним

и ведётся охота, когда ты проходишь западок по словам. Чтобы найти гамуху, нужно вспомнить обнаруженную тобой странность. Осознать, что причина этой странности в западке. Затем — перейти в состояние вопрошания. В этом состоянии ты легко вычленишь из всего западка те конкретные слова, которые тебя портили. В одном западке таких фраз может оказаться несколько. Нужно вычленить каждую из них, открыть глаза и полно и разборчиво записать. Именно с этими фразами будет идти работа на следующем шаге.

Хочу ещё несколько слов сказать о том, почему эти фразы оказывают такое влияние на твою жизнь. Эти фразы — это слова или мысли людей, которые были рядом с тобой в тот момент, когда в тебя входил западок. Из-за того, что твоё сознание было замутнено или ты был без сознания, эти фразы вошли в тебя неосознанно и теперь воспринимаются тобой как твои собственные мысли. Эти фразы могут восприниматься как какие-то знания, например, о себе. Они могут восприниматься как приказ, побуждение к определённом действию. Они могут восприниматься как оценка или отношение к происходящему. И тому подобное. Звучат эти фразы очень ярко, потому что они наполнены «чужим духом» — чувствами, с которыми человек их произносил. И въелись они в сознание так, что не вырубить топором. Разве что только выжечь кресом или дуличем. Дулич — это один из видов огня, которым горит душа. Если крес — жгучий, очистительный огонь, то дулич — очень яростный огонь. Огонь, которым можно изгнать, выдулить нечистый дух.

Когда речь идёт о гамухе, важно найти каждое слово проклятия и его точное звучание. Для этого нужно перебирать те слова, что возникают в сознании, пока не почувствуешь, что фраза «легла, как шар в лузу». Точные слова буквально звенят. Каждое слово ощущается значимым, имеющим определённый вес. Когда находишь нужное звучание нужных слов, ощущения сходны с тем, когда удаётся разгадать ребус. Ты точно знаешь, что разгадал его правильно. Вот это ощущение и есть критерий того, что гамуха найдена и западок пройден по словам успешно.

Прохождение западка по всем ощущениям и выжигание гамухи

После того, как западок пройден отдельно по телесным ощущениям, по чувствам и по словам, можно переходить собственно к выжиганию западка. Для этого западок проходится по всем ощущениям одновременно: и по телесным ощущениям, и по чувствам, и по словам. Если западок большой, то по всем ощущениям можно проходить только те моменты в западке, когда входила гамуха. Если западок небольшой, то по всем ощущениям можно пройти весь западок. Но при этом всё равно работе с гамухой нужно будет уделить особое внимание и убедиться, что гамуха вычищена.

Вычистить западок (в первую голову, гамуху) означает «изгнать» запечатанный в западке чужой «дух». Чтобы его «изгнать», надо воплотить этот «дух», дать ему выйти из тебя. Для этого надо озвучить всё то, что живёт в этом западке. При этом озвучить таким образом, чтобы передать не столько смысл, сколько дух, с которым были произнесены эти слова. Точность слов тоже имеет значение. Только точные слова во всех тонкостях раскрывают запечатанный в них дух. К тому же точные слова точно передают смысл проклятия, портящего твою жизнь.

Некоторые люди испытывают затруднения с тем, чтобы произнести фразу с запечатлённым в ней духом. Им стыдно и неприлично вложить в слова определённый дух. Если с тобой это случилось, значит, у тебя «перекрыто горло». Ты не можешь отпустить себя и выпустить звук с той силой и с той интонацией, с которыми он вошёл в твоё сознание. Нужно осознать свою зажатость, распустить горло и выпустить нужные звуки.

Чтобы освободиться от власти чужого «духа», нужно не только произнести точную фразу, передавая её дух. Нужно произнести эту фразу с осознанием того, что она чужая, что она сказана другим человеком. Чтобы осознать, что звучащая в твоей голове фраза — чужая, нужно вернуться в себя. Тогда ты сможешь отделить своё от чужого. Для того чтобы остаться в себе во время произнесения фразы, нужно не сбегать так,

как ты сбегал в момент вхождения западка. Тогда ты сбегал из-за сильной боли, как правило, физической (телесной). Теперь ты прошёл западок по слоям и вычистил эту боль. А это значит, что теперь ты сможешь не сбежать из своего тела, не потерять осознания, другими словами — остаться в себе. Собственно, это состояние и нужно сохранить, при произнесении фразы-гамухи.

Итак, почувствуй своё тело, убедись, что ты вернулся в себя, и повторяй проклятие, передавая запечатанный в нём дух. Если ты сможешь осознавать себя, то любые слова, произнесённые другим человеком, будут восприниматься тобой, как чужие слова. В тот самый момент, когда у тебя получится полностью удержать осознание себя, слова из западка зазвучат по-другому. В один миг из них уйдёт чужой дух, и ты произнесёшь их своим голосом и своей интонацией без дополнительной наполненности. И уже как бы ты ни старался, у тебя не получится зазвучать чужим голосом! Когда сталкиваешься с этим впервые, невольно вспоминается христианский обряд экзорцизма — изгнания чужих духов.

Таким образом, вычищение гамухи осуществляется посредством двух действий:

- Воплотить чужой «дух» (произнести точную формулу проклятия так, чтобы передать дух, таящийся в словах);
- Осознать то, что несёт в себе чужой «дух» (осознать те слова, которые составляют проклятие, и осознать их чужеродность).

Звучание оживляет, воплощает чужой дух в нечто материальное, а осознание его чужеродности позволяет отделить его от себя и выжечь кресом. Если постесняться и прозвучать фальшиво, дух останется как джин в кувшине. Его нужно выпустить. Но просто выпустить мало — ты это делаешь всякий раз, когда попадаешь в западок в жизни. Освобождение наступит только тогда, когда ты осознаешь, что голос и слова — чужие и не имеют воздействия на тебя. А для этого нужно остаться самим собой, сохранить свою цельность.

Западок — непознанная «земля» в твоём сознании. Чтобы вернуть себе кусочек этого сознания, его нужно осознать. В первую очередь нужно осознать, что происходило с твоим телом. Это позволит тебе вернуться в тело и освободиться от замутнения сознания. Во вторую очередь нужно осознать слова, чувства и их чужеродность. В момент вспышки осознания чужеродности каких-то образов возгорается крес и прожигает эти образы. Таким образом, при прохождении западка нужно не только проживать ощущения, но ещё и осознавать их. А для этого лучше всего проговаривать всё, что ты ощущаешь, или выписывать на бумагу (в зависимости от того, работаешь ты с крёсным или самостоятельно). Проговаривание — заключительный этап осознания.

И снова мы пришли к тому, что осознание — это и есть то магическое действие, которое делает тебя хозяином содержимому своего сознания. Как в случае исповеди, так и в случае работы с западком.

Выход из западка

После того как выжжены все гамухи, нужно обязательно выйти из западка и обязательно проверить и убедиться, что ты вышел из западка.

Хороший способ вернуться к действительности, в здесь и сейчас — потрогать окружающие вещи, своё тело. Для проверки того, что ты вернулся, можно произнести фразу: «Я здесь!» Если ты действительно здесь и сейчас, фраза будет звучать звонко. А если фраза звучит глухо, приглушённо, слова будто стираются и теряются, значит, ты вернулся не полностью. Как правило, достаточно это осознать, и ты вернёшься. Но бывает, что вернуться не удаётся. Это означает, что тебя что-то всё ещё держит в западке. Нужно найти, что держит, убрать помеху кресением, и вернуться.

Если ты прошёл западок и действительно очистился, освободился от него, тебя ничто не будет держать в нём. Тебе естественным образом захочется вернуться сюда, в настоящий мир. Но если ты измотал себя, а западок так и остался

непрочищенным, то при возвращении из западка могут быть проблемы. Можно выйти из западка, но какой-то частью своего осознания продолжать там оставаться. Это очень опасно. Как бы тебе ни хотелось ещё какое-то время побыть в западке, если ты решил прекращать работу, из западка нужно выходить. Если западок не дочищен, его нужно спрятать в скрындяк («сундучок» в сознании) и не открывать до того момента, пока не решишь дочистить этот западок. С западками шутить не следует. Мы с вами не просветлённые. А это значит, что на очень большой процент мы — не хозяева своему сознанию. Откуда тогда берётся эта уверенность в том, что ты сможешь одновременно пребывать и в западке, и в этом мире? Не иначе как из какого-то сумасшествия...

В заключение хочу сказать, что, когда научишься, работать с западком будет просто. Западок — это всего лишь «грампластинка», которую нужно должным образом проиграть. А пока не научился, работа с западком может стать самым трудным и даже тягостным видом прикладной работы. Для того чтобы труд по прохождению западка не был в тягость, нужно детально разобраться в методике работы с западком и убрать свои собственные помехи, возникающие при работе с ним.

Выстраивание нового образа дела

Я напомним, мы с вами разбираем шаги осуществления духовного очищения. Их всего четыре: «Обнаружение помехи», «Вычищение помехи (Кресение)», «Выстраивание нового образа дела» и «Проверка». Мы разобрали два первых шага, осталось ещё два. Сейчас — о выстраивании нового образа дела.

После того как убрана помеха, нужно вспомнить то дело, которому обнаружилась эта помеха. Что именно у тебя не получалось, в чём был сбой. Теперь помеха убрана, но для того чтобы дело было сделано, нужно придумать новый образ

действия. Прежний образ выстраивался твоим разумом с учётом необходимости обтекать помеху. Теперь помехи нет. Значит нужно выстроить новый образ действия, позволяющий напрямую, без учёта помехи сделать то, что ты хотел. Прежний образ был не только кривым. Он ещё и не позволял достичь цели. Если новый образ будет хорошо продуман, и если при его воплощении не обнаружится новых помех, дело должно получиться.

Помеха, с которой ты работал в кресении, могла быть не только делу, но и состоянию. Например, обида лишала тебя душевного покоя. И ты сумел её вычистить. Не спеши ставить последнюю точку, остановись и задумайся. Тебе удалось распустить одну из своих обид. Это вернуло мир в твою душу, восстановило мир с близким тебе человеком. Возьми из этого урок на свою будущую жизнь. Если ты проделаешь эту работу, пустота, возникшая в твоём сознании после убирания обиды, наполнится твоей мудростью.

Проверка

Итак, ты обнаружил внутреннюю помеху. Нашёл её причину и вычистил из своего сознания. Снова вернулся мыслями к делу и построил новый образ действия взамен старого. Теперь нужно проверить себя и убедиться в том, что помеха действительно убрана, что новый образ действия работает и что дело делается.

Можно не делать такой проверки и работать до следующего сбой. Это хорошо хотя бы тем, что есть настрой на убирание помех. Но такой подход не позволяет убеждаться в том, что ты работаешь чисто, не позволяет ощущать себя хозяином собственной судьбы. К тому же, такой подход не позволяет продвигаться максимально быстро и обретать высокую дееспособность.

Не нужно бояться такой проверки. Даже если обнаружатся какие-то недоделки, их можно дочистить. И однажды придёт

ощущение полной свободы и лёгкости, обретения себя нового. Это даст невероятные силы. Ради этого стоит постараться и довести очищение до конца.

Бывает страшно решиться на то, чтобы проверить на жизни, полностью ли убрана помеха. Не верится, что помеха могла уйти. И не хочется поражения. Но на деле наоборот, если не проверишь, останется сомнение в себе и ощущение поражения. А если проверишь, то непременно заметишь хоть маленькую, но разницу. И это даст надежду и уверенность в том, что ты можешь меняться.

Возникает вопрос, как проверить себя, ведь для этого нужны какие-то специальные условия. Чаще всего, их не выстроишь искусственно, их может создать только сама жизнь. Всё правильно. Чтобы проверить себя, не нужно создавать ничего искусственно. Вместо этого надо выставить внутреннего «стража», он будет отслеживать, когда ты попадёшь в ситуацию, в которой может проявиться старая помеха. Чтобы выставить такого «стража» нужно всего лишь принять решение отлеживать подобные ситуации и наблюдать в них за собой. По словам А.А. Шевцова, мазыки называли такое устройство в сознании Язом. Яз — это ловушка для ловли рыбы. Её выставляют и ждут, когда рыба в неё попадётся. Устройство яза таково, что течением рыба удерживается в язе. Вот так и в жизни. Устанавливаешь яз на определённого рода «рыбу» и отмечаешь, если в него что-то попадётся.

Если ты увлечён самопознанием, самонаблюдение работает постоянно. Лично я не прилагаю каких-то специальных усилий, чтобы после крещения поставить яз на конкретную помеху. Время от времени я вдруг замечаю за собой, что раньше в подобной ситуации я бы повела себя одним образом, а теперь я прошла её совсем по-другому. А бывает и иначе. Я отмечаю, что, несмотря на все мои старания, помеха не ушла, я по-прежнему боюсь, переживаю, срываюсь и т.п.

Если в ходе проверки окажется, что помеха убрана — замечательно. Если окажется, что убрана не до конца, нужно возвращаться к одному из предыдущих шагов духовного очищения.

Проверка одинаково полезна как после исповеди, так и после работы с западком. После того как западок пройден, всегда остаётся лёгкая неуверенность: «Неужели во мне больше нет этой странности?» — кому-то хочется проверить, работает ли кресение, другим надоело сумасшествие и хочется избавиться от него раз и навсегда. Если хочется проверить, ты сам установишь за собой «слежку» и будешь наблюдать за собой в ситуациях, сходных с той, в которой обнаружилась странность. Возможно, ты с удивлением обнаружишь, что тебе удаётся оставаться в себе и смотреть на ситуацию по-новому. А может случиться, что следы прежней странности в твоём поведении ещё останутся. В этом случае тебе нужно будет определить, откуда тянутся следы этой странности. Из того же западка или из какого-то другого? Если из того же, над которым ты работал, его нужно дочистить. Если из другого, тогда предстоит работа ещё с одним западком.



ФОРМЫ РАБОТЫ В КРЕСЕННИ

ФОРМЫ РАБОТЫ В КРЕСЕНИИ

Делать кресение можно самостоятельно, а можно, используя помощь.

Кресение — это вид речи. При самостоятельном кресении речь не озвучивается, она с помощью какого-нибудь инструмента переносится на материальный носитель. Когда-то давно для кресения использовали раздвоенную палочку. Она называлась «вилкой». Вилкой писали по воде или на печной заслонке, а также по дорожной пыли, земле, песку. Сейчас гораздо удобнее работать с бумагой и ручкой (или карандашом). То, что получается в результате самостоятельного кресения, называется «писанкой» или «мазанкой» (в зависимости от того, разборчиво ты пишешь или нет). В писанке можно работать как с исповедью, так и с западком.

Если у тебя есть помощник, готовый тебя выслушать, кресение осуществляется в форме беседы. Чаще всего такая беседа проводится с человеком. Но есть этнографические свидетельства о том, что можно беседовать не только с человеком, но и, например, с «куколкой» или берёзкой. Но для этого нужно как минимум уметь их слышать.

И писанка, и беседа позволяют работать с любыми видами грязи. Например, и на писанке, и в душевной беседе можно убрать обиду, снять страх и пр.

Самостоятельная работа и работа с чужой помощью имеют некоторые отличия, свои трудности и свои преимущества. Чтобы полноценно овладеть каждой формой работы, я каждой из них посвящу отдельный раздел. Начнём с изучения совместной формы работы.

Когда на душе накипело и хочется поплакаться, мы идём к подруге (или другу) и изливаем ей (или ему) свою душу. Если удаётся хорошо поговорить (или, как говорят, «хорошо посидеть»), становится легче. Беседа с другом или подругой по душам действительно приносит облегчение. К сожалению, такая беседа не позволяет найти корни помех и получить тем самым настоящее освобождение. Всё меняется, если ты владеешь таким видом речи, как крещение. Крещение позволяет находить и вычищать корни любых помех в сознании.

Мы рассмотрим вариант, когда крещение ведётся именно с человеком, а не с каким-нибудь волшебным помощником. Иногда это может быть даже не один человек, а несколько людей. Но такое бывает достаточно редко. Редко удаётся «добыть» хотя бы одного человека, готового уделить тебе кусочек своего жизненного времени.

Совместная форма работы имеет очень много преимуществ. Но чтобы воспользоваться этими преимуществами, нужно научиться принимать и использовать помощь другого человека.

Интересно и полезно учиться не только тому, как использовать другого человека для собственного духовного очищения, но и как самому помогать другим людям в их очищении. Если научиться помогать другим людям, ты освоишь профессию прикладного психолога. И даже если ты не будешь впоследствии зарабатывать этим на жизнь, ты сможешь помочь своим родным, близким, друзьям, детям.

Крещение является особым видом речи, поэтому естественно, что при участии двух человек оно превращается в некую беседу. Совместная работа в крещении с помехами, вошедшими в сознание по собственной воле (такой вид крещения называется исповедью), получила название Душевная беседа. Совместная работа в крещении с помехами, вошедшими в сознание помимо собственной воли (такой вид крещения называется работой с западком), получила название Зерцало. Позже ты поймёшь, почему исповедь называют беседой, а работу с западком — нет.

В любом случае в кресении, ведущемся с помощью другого человека, есть две стороны: человек, который очищает своё сознание (кресник), и человек, который ему в этом помогает (крёсный). Названия ролей перекликаются с христианским обрядом Крещения. Не удивительно, потому как Крещение и ещё в большей степени Кресение есть обрядовое второе рождение. Тот, кто помогает тебе родиться новым человеком, — крёсный отец или крёсная мать. А ты, соответственно, кресник.

Душевная беседа

Душевная беседа — это одна из форм совместной работы в кресении. Душевная беседа предназначена для работы с помехами, вошедшими в сознание по собственной воле. Ты уже знаешь, что такой вид кресения называется «исповедью».

Душевная беседа — это беседа двух душ. Поэтому она требует того, чтобы души открылись друг другу. Независимо от того, какую роль ты исполняешь в душевной беседе, нельзя садиться за работу с тем, кому ты не доверяешь. С тем, на кого у тебя «зуб» или «камень за пазухой». С кем у тебя есть что-то невыясненное, неразобранное и лежащее на душе тяжёлым грузом. Но если ты не можешь открыться даже близкому по духу человеку, значит, у тебя уже накоплена боль на то, чтобы открываться душой. И тебя нужно лечить, то есть убирать твою боль и вызванное этой болью недоверие к людям.

Открытость — это не единственное требование к участникам душевной беседы. Поговорим подробно о роли каждого участника душевной беседы, о задачах и методах работы.

Задача крёсного во время исповеди на душевной беседе

*Гляжусь в тебя, как в зеркало,
До головокружения.
И вижу в нём судьбу свою,
И думаю о ней.*

Юрий Антонов, «Зеркало»

Крёсный — тот, кто помогает креснику духовно очиститься. Если точнее, то очистить своё сознание, а в некоторых случаях душу или тело (целитель, убирающий причины телесных болезней из сознания, должен быть в первую очередь крёсным).

Как можно помочь другому человеку в очищении сознания? Залезть «руками» в его сознание и там стереть всё ненужное? Наверное, можно, но в этом есть что-то противоестественное. Каждый сам должен разбираться со своей грязью. Ведь не случайно она на нём налипла. Значит, ей было за что зацепиться. Грязь в сознании — это лишь указатель на что-то более важное, что лежит под ней, указатель на какое-то душевное несовершенство. Убери у человека эту грязь, и через некоторое время он снова накопит точно такую же. И так до тех пор, пока однажды он не решит сам заняться своим очищением.

Но тогда чем может помочь крёсный? Это очень хороший вопрос. Можно предположить, что задача крёсного — увидеть ситуацию и объяснить креснику, в чём причины его душевных проблем, а затем ещё и дать ему совет, как справиться с этими проблемами. Примерно так работает большинство практикующих психологов. Если ты видишь задачу крёсного именно так, то время от времени будешь испытывать неуверенность: «Смогу ли я помочь этому человеку?», — и некоторые беседы тебе будут даваться с большим трудом. Я так уверенно об этом пишу, потому что сама прошла это на собственном опыте.

К счастью, задача и искусство крёсного заключаются не в том, чтобы поставить диагноз и научить кресника, как жить. Мы снова возвращаемся к тем же вопросам: В чём же тогда заключается задача крёсного? Чем он может помочь другому человеку?

Чтобы ответить на этот вопрос, надо понять, какая помощь требуется. Если ты хочешь разобраться в себе и настроен решительно, ты можешь сделать кресение самостоятельно. И всё же есть моменты, когда очень хочется поговорить с другим человеком. Чего ты ждёшь от него в такие моменты? Совета? Подсказки? Дружеского пинка? Сочувствия? Всё это желательно, но не это главное. Главное, чтобы тебя кто-то выслушал и тем самым помог разобраться в себе. Как другой человек может помочь тебе разобраться в себе всего лишь выслушивая тебя?

Почему-то одна и та же мысль, проговорённая про себя и произнесённая вслух на людях, воспринимается по-разному. Внутри она может казаться гениальной, но, будучи произнесена вслух, окажется полной чушью. Или наоборот, что-то, чему ты не придавал значения, при произнесении обретает неожиданную ценность.

Прислушайся к себе, и ты убедишься, что, вынося свои мысли на других людей, ты понимаешь истинную ценность этих мыслей. Обрати внимание, я не сказала субъективную, я сказала истинную. Когда мы говорим вслух, нас судят не другие люди, и даже не сам Бог. Мы судим себя сами...

Мы становимся способными увидеть истину (то, как есть на самом деле) за счёт того, что другие люди не дают нам соврать. Пока мы «варимся сами в себе», мы можем себя обманывать. Но вынести свои мысли наружу, — это всё равно что поглядеть в зеркало, которое видит и показывает тебе любую ложь, любой изъян. И даже не нужно, чтобы другие люди говорили какие-то слова, ты сам почувствуешь уют, если твои слова не будут соответствовать действительности.

Всё дело в том, что наши души являются тончайшим инструментом для определения того, что в этом мире настоящее. И соответственно мы очень тонко чувствуем всё ненастоящее. Можно использовать это свойство душ и при необходимости смотреться в них, как в зеркало. Далеко не каждый вынесет такое упражнение. Но когда дело касается помехи, которую больше нет мочи терпеть, очень хочется именно такой помощи — чтобы тебя выслушали и помогли увидеть, где же ты врёшь сам себе, где себя так хитро обманул, что теперь сам же оказался несчастным. Твоя собственная ложь — единственная ловушка. Со всем остальным ты сможешь справиться и сам. А вот свою ложь можно не заметить.

И в эти моменты тебе не нужна ни жалость, ни сочувствие, тебе не нужен ни совет, ни дружеский пинок. Тебе не нужно даже понимание. Тебе нужно только одно — чтобы тебя выслушали и показали, где ты обманулся, где ты врёшь сам себе.

Для того чтобы «показывать ложь», недостаточно в нужные моменты поднимать табличку «ты лжёшь». Показывать ложь означает отображать её на себе, причем настолько точно, чтобы кресник узнал в этом себя. Только если кресник узнает в отражении себя и увидит своё лживое состояние, ему, возможно, захочется убрать с себя лживые наслоения. Это работает сильнее любых призывов, проповедей и обвинений.

Для того, чтобы показывать ложь на таком уровне, крёсный должен находиться в определённом состоянии. Пребывать в этом состоянии — главная задача крёсного. Он может за всю беседу не проронить ни слова, но если он будет пребывать в этом состоянии, его задача будет выполнена. Чтобы начинающему крёсному обучиться этому состоянию, ему нужно проводить свои первые беседы молча.

Состояние, в котором должен пребывать крёсный, называется «зеркало». Если обратиться к физике, зеркало — это поверхность, покрытая слоем вещества, коэффициент

отражения которого близок к 100 %. Любые световые лучи, попадающие на эту поверхность, отражаются. Поэтому мы не видим самой поверхности, мы видим только отражённые от неё лучи. Я помню, как в детстве пыталась разгадать загадку обычного зеркала. Я обнаружила на задней стенке зеркала какую-то краску. На старых зеркалах эта краска отколупывалась. Она была с одной стороны чёрной, а с другой — зеркальной. То, что этот слой краски не имел глубины, меня поражало. Казалось, в этом кроется большой секрет. Я и не предполагала, что во взрослом возрасте мне придётся ещё раз столкнуться с этим секретом и понять его устройство в буквальном смысле изнутри. Только не изнутри зеркала, а изнутри себя.

Если обычное зеркало показывает нам картинку нашей наружности, то человек в состоянии зеркала показывает нам наше внутреннее состояние. Состояние зеркала возможно благодаря тому, что наши души схожи. Только тот, чья душа также трепещет, болит, мучается, радуется и горит, может показать тебе тебя. Схожесть его души с твоей делает другого человека способным ощущать всё то, что происходит в тебе. Он также страдает, ведёт те же битвы, в нём живут те же надежды, он такая же вселенная как и ты, только другая. Таким образом, мы приходим к очень важному требованию к крёсному — он должен быть душевным, он должен чувствовать чужую боль и прочие ощущения. Замечу, что при этом он должен оставаться хозяином себя — не впадать в переживания, которые у него могла бы вызвать такая боль.

Состояние зеркала очень похоже на устройство обычного зеркала. Если ты зеркало, то должен отражать от своей души всё, что в неё попадает, не привнося ничего своего. Тебя вообще не должно быть видно, подобно тому, как не видно обычного зеркала. Вместо тебя твой собеседник должен, как в зеркале, увидеть самого себя. Кстати, по словам А.А. Шевцова, у крёсного было ещё одно название — «вершаль», что образовано от «вершало» (на офенском языке — «зеркало»). То, что делает вершаль, обозначалось словом «вершить», то есть зеркалить, отражать.

Крѣсный спокойно слушает кресника. А когда ощущает какой-то сбой, отражает его своими чувствами или словами. Если «зеркало» чистое, без примесей, кресник увидит в нём себя явно и чётко. А если «зеркало» мутное и грязное, то он увидит себя искажённо, как в комнате смеха. Зеркало не может врать. И если кресник обманывал себя, то этот обман вскроется. Если он старался чего-то не замечать в себе, избегал посмотреть своей слабости прямо в лицо, то зеркало этого не скроет.

Быть в душевной беседе крѣсным — особое мастерство. Я вижу три основные трудности в работе крѣсного.

- **Трудность 1.** Исчезнуть как личность.

Чтобы быть зеркалом, нужно научиться исчезать как личность и слушать кресника без оценки, анализа и пристрастности. Очень непросто освоить это состояние: хочется то дать совет, то показать свою умность, то показать своё личное отношение к происходящему. К сожалению, ничего из этого не может помочь креснику очистить своё сознание. Как бы ни были глубоки и точны предположения крѣсного, для кресника гораздо ценнее не они. Ему важнее увидеть себя со стороны.

«Исчезнуть как личность», прежде всего, подразумевает не заниматься достижением своих личных целей, идущих в разрез с целями прикладной работы. Вот несколько примеров таких целей: показать креснику своё превосходство, добиться от кресника восхищения, прослыть душевным человеком, обвинить или унижить кресника, узнать побольше о его личной жизни и т.п. Наличие личных целей делает тебя подлым, что нарушает обязательное условие душевной беседы — быть открытым своему креснику. Крѣсному нужно понимать, что если он начнёт оценивать кресника или разносить слухи о том, что услышал в ходе беседы, он потеряет доверие этого человека. А вместе с тем потеряет и своего соратника.

Кроме того, «исчезнуть как личность» подразумевает не уходить во время душевной беседы в свои собственные переживания, размышления, страхи, а быть вместе с человеком и помогать ему, раз уж ты согласился. Если ты почувствовал, что тебя куда-то утягивает, нужно осознать это и вернуться к беседе с кресником. Если не получается, то однозначно нужно прерывать работу и разбираться с собой. Всё равно от тебя в таком состоянии проку никакого. Быть может, тебя сможет вернуть твой же кресник. Для этого вам на время придётся поменяться ролями. Вообще креснику для большой серьёзной работы желательно предварительно настроить своего крёсного. Ведь крёсный — это, по сути, его инструмент для работы. И по-хорошему его надо настраивать. Как? Дать своему крёсному выговориться и убрать переживания, привести его в спокойное, созерцательное состояние.

А по хорошему, такие системные помехи, как страх работать в качестве прикладного психолога, страх обидеть кресника, переживания по поводу того, что ты плохой крёсный, и т.п. нужно предварительно вычищать. И только после этого соглашаться на роль крёсного.

- **Трудность 2.** Чувствовать и отличать ложь.

Крёсный должен уметь чувствовать, отличать ложь. Крёсный не должен ловиться в сети, которые расставляет кресник. Чаще всего крёсный ловится на страдания кресника, на напускное желание кресника через что-то пробиться, на тупость кресника. Вместо того, чтобы указать на ложь, крёсный в этих случаях начинает сочувствовать, что-то объяснять своему креснику. К сожалению, такая «помощь» бесполезна для очищения сознания.

- **Трудность 3.** Отражать в позволении.

Крёсный должен быть в состоянии позволения. Он должен давать креснику отклик в позволении. Крёсный слушает исповедь своей душой, и всё, что просится в ответ, он

отражает, возвращает креснику. Крёсному не нужно думать, анализировать, что-то удерживать в сознании. Он слушает и в позволении отражает. В чём здесь трудность? Если захотелось поспать, в то время как твой кресник делает вид, что занимается кресением, нужно спать. Если хочется на своего кресника ругаться матом, значит нужно ругаться матом, как бы неприлично это не выглядело. Если в самую «трагическую» минуту хочется крикнуть «Браво!» и поаплодировать искусно разыгранному спектаклю, значит нужно аплодировать. И тому подобное. Многие не доверяют своему чутью и боятся, что их отклик будет искажённый. Многие сдерживаются и сглаживают то, что из них идёт. А некоторые крёсные во время душевной беседы вообще не прислушиваются к своей душе, лишь следят за логикой того, что говорит кресник. В итоге вместо того, чтобы помочь креснику в духовном очищении, крёсный работает на то, чтобы личность кресника победила. Крёсный должен понимать, что пока он сдерживается и сохраняет приличия, он плохой крёсный, он не делает свою работу.

На самом деле, крёсный может помочь креснику не только тем, что покажет его ложь. Кресник находится «внутри» помехи, а крёсный — «снаружи», к тому же сознание крёсного вообще не имеет такой помехи, как у кресника. Поэтому крёсному легче разглядеть сбой в сознании у кресника. Он может подсветить креснику то, чего сам кресник в себе разглядеть не может. Но делать это нужно исключительно в форме вопроса: «А, может быть, так и так?» Нужно понимать, что каким бы видением ни обладал крёсный, он может ошибаться. Только сам кресник изнутри знает, как там у него всё устроено. Только он может назвать точное имя причины своей помехи. Крёсному это нужно понимать и ни к чему не подводить кресника, не пытаться направлять исповедь в каком-то определённом направлении. Найти корень своей помехи — это задача, ответственность и победа кресника.

Иногда трудно удержаться, если видишь, что кресник подошёл к самому корню своей помехи, но никак не может его разглядеть и осознать. Очень хочется подсказать. Но ни в коем

случае нельзя подсказывать креснику что-то значимое. Этим ты отберёшь у него победу. Ты станешь «крутым», а он почувствует себя униженным и неспособным. Победит твоя личность, а обе ваши души проиграют. Душевная беседа, называется душевной ещё и потому, что одному человеку надо обрести душевность, а другой её имеет и помогает первому вернуть.

Задача кресника во время исповеди на душевной беседе

Кресник — человек, который кресит в ходе беседы. Следовательно, он должен владеть кресением. Если кресник не владеет кресением, насколько бы ни был искусен крёсный, душевной беседы не получится. Максимум, на что такой «кресник» может рассчитывать, — это оказаться в роли пациента опытного прикладного психолога. Кстати, а что нам может предложить опытный прикладной психолог?

- Он будет удерживать главную цель работы и поправлять тебя, если ты сбился с курса;
- Он будет запоминать всё, что ты говоришь, и подправлять тебя, если ты повторяешься или не закончил какую-то мысль;
- Он будет тебе сочувствовать и помогать своими душевными силами;
- Он будет задавать тебе правильные вопросы;
- Он будет думать вместе с тобой и подсказывать возможные выходы из ситуации;
- Он будет объяснять, что с тобой не так, и по наработкам академической психологии советовать, как выйти из твоей ситуации.

Всё это может показаться очень желанным, но либо обойдётся тебе слишком дорого, либо идёт вразрез с задачей духовного очищения. Как ни странно, если тебе действительно нужно будет очиститься, ты будешь ждать от крёсного совсем другого.

Чтобы понять, чего именно, вспомни пример из своей жизни, когда тебе было очень плохо на душе, и тебе действительно помог другой человек. Очень может быть, что он не давал тебе никаких советов, казалось бы, пропускал мимо ушей твои «сопли», но зато каким-то чудесным образом вернул тебя к жизни. Что же он делал? Если ты всмотришься, то увидишь, что он всего лишь слушал тебя... Но слушал как-то особенно. Слушал так, что тебя его слушание исцеляло. Ниже я поместила отрывок из книги Германа Гессе «Сиддхартха». В нём очень точно описано такое слушание:

«Васудева слушал с глубоким вниманием. Все он выслушал с одинаковым интересом: о происхождении и детстве Сиддхартхи, о годах учения и исканий, о радостях и горестях. Это было, между прочим, одним из главных достоинств перевозчика — он умел слушать, как редко кто умеет. Хотя он не произносил ни слова, но рассказчик все время чувствовал, как Васудева вбирает в себя его слова — тихо, откровенно, терпеливо, не теряя ни одного слова, не проявляя нетерпения, не прерывая ни похвалой, ни порицанием. Сиддхартха чувствовал, какое это счастье — исповедаться перед таким слушателем, раскрыть перед ним всю свою жизнь, все свои искания, все свои страдания».

Попробуй осознать, почему счастье — исповедаться перед таким слушателем. Почему перед ним можно раскрыться до таких глубин, которые неведомы даже тебе самому. Почему его присутствие помогает тебе увидеть в этих глубинах корень своей помехи. Что даёт тебе такой слушатель, если он почти всё время молчит?

Если у тебя есть своя охота докопаться до корня чужеродного вкрапления в твоём сознании и освободиться от него, ты будешь идти на своей силе. Но ты будешь идти будто слепец. словно пробираясь сквозь дебри дремучего леса в кромешной тьме. Будто у тебя нет глаз. Внимательный слушатель даст тебе эти глаза. Он отразит тебя в своей душе как в зеркале. И что ты там увидишь? Что тебе нужно там увидеть? Подсказки? Ответы? Всё гораздо проще. Тебе нужно

увидеть себя таким, каков ты есть на самом деле, а не каким выглядишь в своих собственных глазах. Тебе нужно зеркало, которое беспристрастно откроет всю истину. В ней ты и найдёшь все нужные ответы...

Работать с настоящим крёсным бывает очень больно. Всё равно что с непривычки посмотреть на себя в видеозаписи или послушать свой голос, записанный на магнитофон. Просто дикое несоответствие. Дикое и очень болезненное. Но если хочешь найти ответ, почему ты такой, тогда нужно пройти сквозь слои своей лжи. Сквозь эти баррикады, которые скрывают от тебя то, что правит твоей жизнью.

С настоящим крёсным не так страшно идти в эти слои, не так страшно заглянуть в себя на такую глубину. Всё дело в том, что он не оценивает тебя. Его как будто и нет как человека. Будто ты вошёл в пустую комнату, запер за собой дверь и оказался перед чудо-зеркалом, где смог увидеть себя таким, какой ты есть. А когда никто не подсматривает и не подслушивает, не так страшно признаться себе в том, каков ты есть на самом деле, не стыдно порыться в самых дальних уголках своего сознания. И это даёт возможность прозреть вглубь до самых основ и найти гамуху.

Ответ откроется тебе не в тот же миг, как только взглянешь в глаза крёсному. Ты будешь идти за самокатом, звучать, слышать свои слова и видеть их отражение в крёсном. И в каждый миг он будет показывать тебе твою лживость. А ты будешь тут же осознавать её и идти глубже. И так пока не дойдёшь до искренности. А когда дойдёшь, тебе откроется то, что ты искал.

В книге А.А. Шевцова «Кресение» упоминается второе название кресника — «зеток». Это слово происходит от «зеть» — ложь. По офенски зетить означает говорить, смотреть и обманывать. Зеток говорит, а если точнее, то раскручивает самокат, озвучивая все мысли, которые всплывают у него в сознании. При этом он говорит так, как привык, а значит, постоянно прикрывает истину слоями лжи. И при этом он постоянно смотрит в себя (с помощью зеркала — вершаля),

обнаруживает ложь и звучит снова. И так до тех пор, пока не сможет назвать истинную причину своей помехи. Пока не произнесёт все до единого слова этого сложного «заклинания», которое вернёт его к жизни.

Порой бывает очень трудно принять то, что тебе показывает крёсний. Вместо того чтобы заглянуть в себя, кресник начинает спорить с крёсным и доказывать, что в нём нет такого ужаса, что на самом деле он «белый и пушистый». Крёсний действительно может увидеть в креснике что-то своё. Но это никак не объясняет, почему его видение вызывает такую ожесточённую ярость и сопротивление у кресника. Если видение крёсного вывело тебя из себя, значит, крёсний попал в цель. Возможно, он ошибается в деталях, но он явно нащупал что-то очень болезненное для тебя. Если перестать в этот момент биться с крёсным и перевести внимание на себя, тебе может открыться много такого, к чему самостоятельно было бы подобраться очень трудно. Тот прорыв, который ты делаешь за счёт этого взгляда в себя, кажется чудом. Ты мог биться с помехой годы, годы ходить по кругу и не видеть «дверки», хотя она всегда была там. Может показаться, будто есть что-то недоступное для самостоятельного поиска. На самом деле это не совсем так. По мере высвобождения сознания ты бы смог и сам вырваться из своей ловушки, посмотреть на неё со стороны и увидеть выход. Зеркало помогает это сделать быстрее. И при этом не отнимает твоей победы.

Крёсний — очень ценный «инструмент» в кресении. Но чтобы извлечь эту ценность, нужно научиться искусно им пользоваться. Начинающие кресники этого делать не умеют. Они не слышат крёсного, боятся на него смотреть. Нужно осознать, что главная ценность крёсного в том, что он находится в состоянии зеркала. А чтобы извлечь ценность из зеркала, надо в него смотреться. Таким образом, если хочешь извлечь ценность из душевной беседы с крёсным, нужно смело и постоянно отслеживать его отклик. При этом обращаться в себя и находить в себе то, что заметил в «зеркале».

В душевной беседе креснику помогает другой человек, и это рождает у кресника много соблазнов. Прежде всего, «проехаться» на силе и опытности крёсного. На самом деле искать причину помехи в собственном сознании и очищаться — задача целиком кресника, и только его. Поэтому душевная беседа ведётся исключительно на силе и желании кресника. Крёсный лишь помогает ему, находясь в состоянии зеркала. В тот же миг, когда кресник перекладывает ответственность на крёсного и перестаёт вести собственный поиск, из беседы уходит движение, она останавливается. Опытный крёсный в такой ситуации займётся своими делами, а неопытному будет очень трудно — *«Ох, нелёгкая это работа — из болота тащить бегемота!»*

Некоторые кресники напротив, очень говорливые, но при этом тоже пытаются использовать крёсного не по назначению. Они радуются возможности с кем-то поговорить и начинают под видом поиска корня помехи просто выговариваться, сливая в крёсного как в помойное ведро всё накопившееся и наболевшее.

Другие начинающие кресники вместо того, чтобы освободиться от своих болячек, пересказывают их с наслаждением, смакуя свою тяжёлую судьбу и свои страдания. При этом никакого освобождения не происходит, потому что человек сам оставляет эту боль в своём сознании, он сам не отпускает её. Ведь отпустив, он уже не сможет с такой же чувственностью рассказывать о своём тяжёлом детстве, тяжёлой судьбе и, соответственно, не сможет этим манипулировать.

Есть и такие кресники, которые, «заполучив» профессионального крёсного, стараются урвать побольше и сваливают в кучу все свои проблемы. С таким кресником нужно чётко договариваться о том, что работа будет вестись только с одной помехой, и как только кресник начнёт поднимать другие помехи, надо его останавливать и возвращать к договору. А если не получается, то прекращать беседу.

Зерцало

Задача крёсного во время работы с западком в зеркале

Задача крёсного при работе с западком в зеркале отличается от той задачи, которую решает крёсный на исповеди в душевной беседе.

Первая задача крёсного при работе с западком в зеркале — быть для своего кресника Стражем. Страж — это сторож, охранник, стоящий у ворот. При работе с западком страж остаётся в этом мире. Он заботится о том, чтобы кресник после прохождения западка вернулся из мира западка в этот мир. В сказке «Три царства: медное, серебряное и золотое» из сборника «Народные русские сказки» А.Н. Афанасьева роль стражей выполняют старшие братья. Они опускают Ивана-Царевича в провалище и обещают ждать его у входа. В сказке братья *«опустили рели за Иваном-царевичем; подняли его до половины и обсекли веревки. Иван-царевич полетел в пропасть, крепко ушибся и полгода лежал без памяти»*. Для того чтобы твой кресник не пребывал полгода в беспомощности, нужно очень чётко работать для него стражем. То есть, проживая все ощущения вместе с кресником, частью своего свободного сознания постоянно оставаться в этом мире. Остаться в этом мире означает не «нырять с головой» вместе с кресником в его западок. Работа стража — это обеспечение безопасности при работе с западком. Если страж провалится вместе с кресником в его западок или провалится в собственные западки или переживания, есть вероятность того, что кресник по окончании работы не вернётся в этот мир и так и останется жить с разворошённым западком. Да и никакой полноценной работы с западком тоже не получится. Работа с западком — это работа по возвращению себя, своего осознания. А если нет чистого сознания, из которого видится сумасшествие кресника и замутнение его сознания, кресник может не почувствовать, что с ним что-то не так, и не отличить мир западка от настоящего мира. В итоге очищение не состоится.

Вторая задача крёсного при работе с западком в зеркале — вместе с кресником проживать все ощущения из западка, подмечать и говорить креснику, если что-то идёт не так. То есть, по сути, выполнять ту же работу зеркала, что и в душевной беседе. Только в душевной беседе зеркало главным образом отражает ложь. А в зеркале — подсвечивает то, чего сам кресник не заметил в силу замутнённости своего сознания. Увидьте, что для выполнения такой задачи, сознание крёсного должно быть чистым, свободным.

При прохождении западка по телесным ощущениям крёсный должен чётко отслеживать, когда кресник теряет осознание, и всякий раз его возвращать. Также крёсный может подсказать креснику обратить внимание на какую-то телесную боль, которую кресник по какой-то причине не замечает. Крёсный должен следить за тем, чтобы кресник проживал боль и чтобы боль распускалась и уходила. Если этого не происходит, крёсный должен помочь креснику убрать помехи, мешающие войти в боль. Крёсный принимает решение о том, достаточно ли чисто пройден западок по тем или иным ощущениям, в том числе и по телесным ощущениям. До тех пор, пока кресник не станет способным ощущать всё, что происходит с его телом, и при этом не терять своего осознания, крёсный посылает своего кресника проходить западок по телесным ощущениям ещё и ещё.

При прохождении западка по чувствам крёсному нужно проживать вместе с кресником все чувства. При этом крёсный должен указывать креснику на какие-то значимые чувства, которые кресник не заметил, а также давать обратную связь по поводу того, точно ли кресник определил чувство. Помимо этого при прохождении западка по чувствам крёсный должен отслеживать, проживает ли кресник чувства, уходят ли они из него, распускается ли напряжение. Крёсный посылает своего кресника проходить западок по чувствам повторно до тех пор, пока кресник не обретёт способность не захватываться чувствами и сохранять своё осознание.

При прохождении западка по словам крёсный должен вместе с кресником слушать все слова из западка. При этом крёсный должен указывать креснику на какие-то значимые слова, если, по мнению крёсного, кресник их не услышал. При выявлении гамухи крёсный должен давать креснику обратную связь по поводу того, насколько полной и точной ему ощущается найденная кресником формулировка гамухи.

При прохождении западка по всем ощущениям крёсный должен отслеживать, сохраняет ли кресник своё осознание, точно ли озвучивает фразы, передаёт ли тот дух, который скрывается за каждой фразой. При выкресивании гамухи крёсный должен отслеживать, сменилось ли звучание фразы — ушёл ли из сознания кресника чужой «дух».

Очень важна роль крёсного при выходе кресника из западка. Если крёсный почувствует, что кресника ещё что-то держит в западке, он посылает кресника в западок ещё раз, чтобы его дочистить.

Таким образом, крёсный при работе с западком в зеркале находится в состоянии зеркала. Он проживает вместе с кресником все ощущения и в позволении даёт креснику обратную связь. Если прохождение западка стопорится, крёсный помогает креснику увидеть и убрать помехи. Это проходит в форме короткой душевной беседы.

Заметьте, что крёсный берёт на себя ещё и задачу управления совместной работой. Он отдаёт команды креснику. На нём лежит немалая доля ответственности за то, чтобы западок был пройден чисто.

Для того чтобы крёсному освоить работу с западком в зеркале, нужно обрести много качеств. Прежде всего, научиться со-чувствовать в значении «чувствовать совместно» (с кресником), а не в значении «сопереживать» (креснику). Нужно научиться пребывать в состоянии зеркала. Нужно научиться сохранять часть своего сознания свободным. А также нужно научиться не бояться брать на себя управление и ответственность.

Задача кресника во время работы с западком в зеркале

Что должен делать кресник во время работы с западком в зеркале, я подробно описала в методике работы с западком. Добавлю к этому образу лишь небольшие штрихи.

Не садись работать с крёсным, профессионализму которого ты не доверяешь. Но уж если ты сел с кем-то в работу, нужно во всём доверять своему крёсному и слушать его. При прохождении западка в зеркале крёсный смотрит на работу кресника из чистого свободного сознания. В силу этого он ощущает сбой в прохождении западка. Слушать крёсного важно не только для успеха всей работы, но и для безопасности.

Работа с западком — это не время и не место для того, чтобы дурить и хитрить. При работе с западком в зеркале нужно очень чётко исполнять все заключённые с крёсным договоры. Договоры позволяют сузиться на конкретной работе и выйти из всех затруднительных ситуаций.

При работе с западком в зеркале нужно постоянно работать с помехами. Почти все помехи, возникающие при работе с западком, не требуют глубокого кресения, они уходят при их осознании. Нужно постоянно отслеживать, когда работа начинает стопориться, и искать помеху. В лучшем случае причины помехи будут лежать в самом западке. Например, ты не можешь войти в западок, потому что в западке звучат слова: «Убирайся отсюда!» Чтобы вычистить такую помеху, достаточно осознать, что на тебя действуют слова из западка.

Другое дело, если помехи не связаны с конкретным западком. Некоторые люди вообще не могут приступить к работе с западком, они наталкиваются на большое количество помех.

Например, некоторые кресники при прохождении западка по телесным ощущениям чувствуют боль, но не идут в неё. Они созерцают её со стороны. Если в этом случае кресник не

уберёт страх боли, он не сможет прожить телесные ощущения из западка, выпустить боль и вернуть своё осознание.

Кресник, который боится идти в неведомое, вообще не сможет сделать ни одного шага в прохождении западка. Если не убрать эту помеху, работа превратится в мучение.

Если кресник во всём сомневается, да ещё и стесняется проговаривать вслух все свои сомнения, он не сможет полноценно погрузиться в западок. Частью своего сознания он будет оценивать: верно ли определены координаты западка, могло ли в действительности быть то, что всплыло при прохождении западка, или это всё выдумка.

Увидьте на этих примерах, что работа с помехами кресению важнее, чем работа с любыми другими помехами. Помехи кресению надо убирать прежде всего, так как они перекрывают саму возможность кресения.

Писанка

Самостоятельная работа в кресении называется писанкой. Писанка — это главное орудие в очищении сознания. Для того чтобы работать с писанкой, нужно раздобыть ручку и бумагу. Больше тебе никто и ничто не потребуется.

Писанка — это речь, которая воплощается на бумаге. Александр Шевцов рассказывал, что раньше, когда бумага была вещью дорогой и практически недоступной, писанки писали на чёрной от слоя сажи печной заслонке или у реки на воде. Писали не ручкой или карандашом, а специальным инструментом, который назывался «вила». Вила — это тонкая палочка, раздвоенная на конце. Писание писанки вилой имеет свои особенности. К сожалению, я этим методом не владею и буду рассказывать о том, как писать писанку обычной ручкой или карандашом на обычной бумаге обычными словами.

Писанку можно писать не только словами. Если писать неразборчиво, не выводя каждое слово, писанка превратится

в мазанку. На первый взгляд может показаться, что мазанку писать проще. На самом же деле, чтобы писать мазанку, нужен определённый уровень чистоты сознания и достаточное количество свободного сознания. Поэтому в этой книге я буду рассказывать только о писанке.

Правила безопасности при работе с писанкой

Когда пишешь писанку, погружаешься в пространство своего сознания. Чтобы в нём не потеряться, нужны некоторые меры предосторожности. Правила эти очень просты, но очень важны. У человека, который только начинает работать со своим сознанием, ещё не хватает видения, чтобы заметить, когда он попадает в переживание, западок и т.п. Поэтому правила безопасности при работе с писанкой ему кажутся формальностью. Но если эти правила не выполнять, незавершённая работа, начатая в писанке, может пролиться в этот мир. После такого «очищения» ты можешь ещё долго блуждать в мирах своего сознания.

Итак, правила безопасности при работе с писанкой.

- Начинать писанку всегда нужно с написания сегодняшней даты. Например, «10 марта 2010 г.». Когда ты вспоминаешь и записываешь сегодняшнюю дату, тогда волей-неволей возвращаешься в «здесь и сейчас» и соответственно в себя. Таким образом, в писанку ты пойдёшь осознанно, а не в каком-то сумасшествии. Кроме того, написание даты — это ещё и магическое действие, которое поможет тебе безопасно выйти из писанки. Дата — это «колышек», «столбик», к которому ты «привязываешься», когда уходишь в миры своего сознания, с тем, чтобы по окончании работы снова вернуться в «здесь и сейчас». Когда делаешь кресение в душевной беседе или зеркале, твоей привязкой к реальному миру (стражем) является крёсный. Живой человек, который ждёт твоего возвращения, который способен отследить твоё состояние и при необходимости вернуть тебя в настоящий мир, — очень надёжная привязка. При самостоятельной работе ты лишён всего

этого. Следовательно, есть опасность не вернуться в этот мир, остаться в мирах своих переживаний, западков и т.п. Чтобы этого не случилось, нужно устанавливать другого стража. Таким стражем могут стать две вещи. Во-первых, сегодняшняя дата, поставленная тобой в начале писанки. Во-вторых, ты сам. Вернее, кусочек твоего собственного свободного сознания, который ты оставляешь в качестве стража в этом мире. Этой частью своего сознания ты будешь отслеживать, всё ли спокойно вокруг, не появилось ли какой-либо угрозы. Именно эта часть твоего сознания вернёт тебя в сегодняшний день.

- Писанка — это мир, в который ты погрузишься на время своей работы и из которого непременно должен выйти после работы. Чтобы обеспечить себе полное погружение, а затем полное возвращение из мира писанки, нужно проделать простое действие. Нужно перед писанкой (после даты) и после писанки отчерчивать на бумаге длинную горизонтальную черту от края до края страницы. Таким образом ты будешь отделять мир писанки, выделять его в отдельный мир. Для того чтобы это действие сработало, нужно, проводя черту на бумаге, осознавать, что тем самым ты разделяешь два мира в своём сознании: мир настоящий и мир твоего прошлого. Нужно однажды договориться с собой, что, проводя в начале писанки черту на бумаге, ты полноценно погружаешься в исследование. Сходным образом, проводя черту в конце писанки, ты ничего не оставляешь в своём сознании для додумывания и доделывания, ты полностью возвращаешься и закрываешь тот мир, в который погружался в своей писанке.
- Начинать саму писанку нужно с постановки задачи. То есть нужно чётко определиться с помехой, с которой будешь работать в этой писанке. Это необходимо, чтобы сузиться, собраться на чём-то конкретном, не расплыться на тысячу целей. Это обеспечит эффективность твоей работы.
- После того как напишешь в писанке последнее предложение и последнее слово, нужно поставить точку и написать

ещё одно слово и поставить окончательную точку. Это слово «Всё.» или «Достаточно.» (выбери себе то, что тебе больше нравится, и всегда используй его). Это слово — ещё один оберег, который поможет тебе явно и чётко принять решение о выходе из писанки. Лично на меня это слово действует железно. Всякий раз, прежде чем написать это слово, я перепроверяю, спрашиваю себя: «Действительно ли я закончила работу с писанкой? Действительно ли я готова закрыть её и заняться другими делами?». Нет смысла врать самому себе. Если «всё», то «всё», а если «не всё», то либо продолжай работу над писанкой, либо договаривайся с собой, что выделишь для этого ещё время, но позже (в таком случае вместо слова «Всё.» я пишу «Пока всё.», или «Пока достаточно.»). Нужно понимать: если ты мыслями не здесь, с тобой может случиться всё что угодно — например, наедет машина, которую ты просто-напросто не заметишь. Главное, выйдя из писанки, ты не продолжал над ней думать и, по сути, пребывать не в этом мире.

Таким образом, писанка должна выглядеть следующим образом:

- Сегодняшняя дата,
- Горизонтальная черта,
- Постановка задачи на эту писанку,
- «Тело» писанки (исповедь или работа с западком),
- Слова «Всё.» или «Пока всё.» (или — слова «Достаточно.» или «Пока достаточно.»),
- Завершающая горизонтальная черта.

Особенности работы с писанкой

Как пишется писанка? Ты ставишь ручку на бумагу и начинаешь писать. Всё, что в самокате приходит на ум, ты не проговариваешь, как в душевной беседе или зеркале, а записываешь на бумагу.

Писанка — это работа с ручкой и бумагой. Для большинства из нас ручка и бумага связаны со школой. Поэтому когда мы садимся за писанку, превращаемся в учеников. Например, кто-то старается писать красиво и разборчиво, будто писанку потом будет кто-то читать. Когда впадаешь в состояние ученика, ты переключаешься на решение другой задачи (например, аккуратно выписывать буквы), в итоге не успеваешь за своими мыслями.

Когда пишешь писанку, течение мыслей и их написание должны слиться в едином ритме. Ты должен ощущать, как в буквальном смысле слова материализуешь свои мысли. Писать нужно не для того, чтобы впоследствии это читать. Писать нужно для того, чтобы перенести свои мысли (образы из сознания) на материальный носитель. При этом, как ни странно, имеет значение добросовестность. Каждая мысль должна получить материальное воплощение. Надо стараться записывать всё и полностью, а не «глотать» слова и не чиркать части слов, всякий раз разрывая мысль.

Желательно задать спокойный размеренный ритм своему самокату, чтобы успевать записывать каждое слово. Если ты будешь входить в свои мысли осознанием, а не смотреть на них со стороны, мысли для тебя будут течь медленнее. В сказках этот приём описан, когда герой превращается в пчелу или другое мелкое насекомое. Пчёлы — олицетворение роящихся в голове мыслей. Чтобы оседлать их, нужно самому превратиться в «пчелу», нужно войти в мысль, стать этой мыслью.

Слова могут повторяться в разных формах и звучаниях, как будто ты их пробуешь на вкус. Если ты записал какое-то слово, значит, оно было в твоём сознании. Слова важны, но сосредотачиваться нужно не на них, а на цели своей работы. Именно помеха и причина её возникновения должны быть в фокусе твоего внимания, а не каллиграфия. Поэтому можно пропустить какое-то слово или записать не так, как оно прозвучало в твоём сознании. Не прерывайся, чтобы исправить, продолжай следовать за своей мыслью.

Дополнительная трудность с записыванием возникает при работе с западком. Одна из трудностей самостоятельной работы с западком заключается в том, что западок желательно проходить с закрытыми глазами и при этом одновременно описывать все свои ощущения и услышанные звуки. Если ты будешь писать с закрытыми глазами, строчки будут наплывать друг на друга. Кроме того, когда всё внимание приковано к западку, выписывание слов с закрытыми глазами отвлекает. Поэтому я советую не стараться вырисовывать слова. Важна не каллиграфия, а материальное воплощение содержимого западка. Хотя ты и не будешь видеть того, что пишешь, выписывание будет помогать удерживать осознание на западке, не теряться в нём.

Может это мелочь, но для меня имеет значение, какой ручкой я пишу. Паста в ручке должна изливаться без помех. Я люблю мягкие ручки, которые пишут без каких-либо усилий. Если ручка скребёт или мажет, я отвлекаюсь на ручку и теряю мысль.

Когда пишешь писанку, тебя может что-то отвлечь: громкий звук, запах, чьё-то присутствие и т.п. Как только ты отвлекаешься на внешний мир, в сознании появляются новые мысли. Некоторые думают, что раз эти мысли не относятся к теме писанки, значит, их не нужно записывать. На самом деле, эти мысли обязательно нужно записывать. Если ты работаешь в состоянии самоката, ты не можешь выбирать, что записывать, а что не записывать. Как только начнёшь сдерживать поток мыслей и выбирать, потеряешь состояние самоката. Кроме того, записывание отвлечённых мыслей даст тебе возможность осознать, что ты отвлёкся, и позволит проследить, на какой мысли ты отвлёкся и почему. Быть может, это твой разум почувствовал опасность во внешнем мире и выдернул тебя из писанки. А может случиться, что в писанке ты вышел на что-то болезненное и сбежал оттуда в отвлечённые мысли.

Когда пишешь писанку, ты окунаешься в мир своего сознания, но частью сознания всё равно присутствуешь в этом мире (как мама, которая спит и слышит своего ребёнка). И если в этом мире происходит что-то опасное или странное, ты выныриваешь из писанки. Это нормально, это разумно. Например, можно вынырнуть из писанки и ответить на телефонный звонок; проверить, откуда идёт странный запах; закрыть дверь в комнату, где включили телевизор и т.п. Затем снова вернуться к писанке и продолжить с того места, на котором остановился. Если ты в самокате, при появлении раздражителя в писанке появятся примерно такие слова: «... что-тобрякнуло, пойду гляну. Пока всё. (черта) (черта) Продолжаю...». Если ты не в состоянии самоката, то изо всех сил будешь стараться не отвлекаться на внешний раздражитель. То есть сознание будет заполнено мыслью о том, что трезвонит телефон, а ты будешь изо всех сил пытаться писать писанку. Толку от такой писанины никакого.

Иногда в ходе очищения в сознании всплывает какое-то недоделанное дело или долг, новое осознание или какая-то идея, которая уже приходила тебе в голову, но ты её не записал. Это явление можно назвать «побочным эффектом» очищения. Если, по мере работы с писанкой, из сознания всплыло что-то подобное, непременно запиши. Чтобы не потерять их в писанке, я выделяю такие места горизонтальными чертами. А затем по окончании писанки переношу их в список недоделанных дел или, если это была идея, использую в своей работе. Отгонять такие мысли или пытаться их не замечать — это, во-первых, терять их, а во-вторых — сбивать самокат в писанке.

Бывает, что когда пишешь писанку, в сознании возникают мысли о том, как ты пишешь. Например: «*Смотри, а ведь у меня получается кресение*». Или наоборот: «*Я просто не знаю, что с этим делать дальше, какой-то тупик*». Вот эти мысли-оценки или мысли-сомнения, мысли-страхи очень и очень важны. Если ты не будешь замечать их в своём сознании или будешь пытаться их проскочить, то не продвнешься

дальше в очищении. Такие мысли, как правило, являются помехами в том деле, которым ты занимаешься прямо сейчас, то есть в кресении. И хочешь ты или не хочешь, а сначала придётся убрать эту помеху. Иначе кресение дальше не пойдёт. Очень часто (почти всегда) для того, чтобы убрать подобную помеху достаточно, её просто увидеть как помеху в работе и осознать. В писанке это может выглядеть примерно следующим образом: *«Это — западок. Ой, боюсь, что снова не получится войти в западок. Потому что пытаюсь входить правильно. Надо не правильно, а по-настоящему. Мне ведь не для выпендрёжа, хочу убрать западок для себя. Итак, западок»*.

Хочу рассказать ещё об одной проблеме, которая возникает чаще всего именно на писанке. Сижую, пишу, и вдруг замечаю, что уже не пишу, а смотрю в потолок и о чём-то думаю. Однажды я приняла решение, что в таких случаях обязательно буду раскручивать мысль вспять и доходить до развилки, чтобы понять, на чём я «улетела». Это занятие муторное, но зато оно прививает привычку отслеживать, когда я проваливаюсь в переживания. Как это происходит? В писанке было выписано какое-то слово или фраза, которые увели меня в переживание. Как правило, в переживание я «улетаю» не сразу, а по цепочке мыслей. Например, выхожу сегодня в писанке на своё враньё бабушке и дедушке. И вдруг вспоминаю одного человека, у которого в детстве был очень болезненный случай, когда он обманул родителей. Не успела заметить, как я уже в переживании, связанном с тем, как этот человек поступил со мной. Отлавливаю себя на том, что уже воюю с ним в словесной перепалке. Иногда такого нет, и я работаю спокойно, созерцательно. Но если недавно произошло событие, которое выбило меня из колеи и с которым я ещё не разобралась, это событие будет просачиваться во все мои писанки, на какие бы темы я их не писала. Это означает, что, прежде всего, нужно отработать ту помеху, которая болит прямо сейчас. Бывает и так, что выскакивают очень древние переживания. По-хорошему, их, наверное, надо помечать и потом с ними разбираться. Но я почти никогда



так не делаю. Единственное, что я делаю, — это в тот момент, когда понимаю, что в попала в переживание, я тут же что-то убираю осознанием и возвращаюсь к изначальной работе.

О множестве других трудностей, встречающихся при освоении кресения, и, в частности, писанки, будет сказано в следующей главе.



ТРУДНОСТИ
ОБЛАДЕНИЯ
КРЕСЛЕНЕМ

ТРУДНОСТИ ОВЛАДЕНИЯ КРЕСЕНИЕМ

В кресении нет образцов, предписывающих, как делать правильно. Но тем не менее есть что-то такое, что позволяет мне считать, что я могу делать кресение. Я знаю про себя, что если мне потребуется, то сяду и найду корень помехи в сознании. Я долго этому училась и ценю это умение. Что есть это умение, если не образец?

- Прежде всего, это **понимание**. Понимание шагов осуществления кресения. Чёткое понимание всех понятий, используемых в кресении.
- Кроме того, это **усвоенность** приёмов и форм работы на уровне состояний и прикладных навыков.
- А также, это **видение**. Когда-то его у меня практически не было. Но по мере очищения оно раскрывалось и нарабатывалось.
- И наконец, **отсутствие помех**. Когда-то у меня было множество помех, не позволяющих мне работать самостоятельно, работать глубоко, работать чисто. Например, я боялась, что у меня ничего не получится; не слышала свою душу и не верила сама себе; делала очищение не для своей души, а для того, чтобы «всех победить». Я много лет убирала эти помехи и продолжаю убирать их до сих пор. По мере работы над помехами у меня всё лучше и лучше получается кресение.

Много лет я была недовольна тем, как владею кресением. Но я не сдавалась. Я разбиралась в том, что непонятно, осваивала то, что не умела, раскрывала видение, убирала помехи. И постепенно что-то менялось, пока не появилось ощущение, что я найду причину любой помехи.

В предыдущих разделах книги я передавала понимание и делилась опытом того, как идёт освоение состояний и навыков. После того как у тебя появится понимание, следующим шагом для тебя должно стать освоение описанных навыков и состояний на практике. По ходу освоения потребуется убирать помехи кресению. Параллельно будет идти раскрытие и наработка видения. В этом и состоит подход к овладению кресением.

Овладевая кресением, все встречаются с примерно одинаковыми трудностями, делают одни и те же ошибки. Все эти ошибки относятся либо к недостатку понимания, либо к тому, что не освоен какой-то прикладной навык, либо к недостатку видения, либо к наличию помех. В этом разделе я собрала наиболее распространённые ошибки и трудности, встречающиеся при освоении кресения, и поделилась своим опытом того, как с ними справляться. Возможно, прочитав этот раздел, ты поймёшь, почему у тебя не получается кресение.

Недостаток понимания

Неверно или неглубоко уложены понятия, связанные с кресением

Список всех значимых понятий, связанных с кресением, я вынесла в приложение к этой книге. Каждое из этих понятий рассмотрено и разобрано в самой книге. Понятия нужно пересматривать и раскрывать для себя. При определении понятия важно и значимо каждое слово. Чтобы убедиться,

насколько хорошо ты владеешь каким-то понятием, нужно изложить его для себя, дать ему определение. После лекций мои ученики продельвают это упражнение, и всякий раз мы обнаруживаем пробелы или неточности в их понимании.

Если такую работу не проделать, понятия будут восприняты на бытовом уровне, а его недостаточно для прикладной работы. Кроме того, если понятия не пересматривать, большая часть из них останется неосознанной. Ведь именно в таком виде большинство понятий входит в наше сознание.

Любое из понятий может быть понято с искажениями или неглубоко. Например, часто люди неверно понимают, что такое лживость. Для них лживость — это качество нечистых на руку, плохих с точки зрения общественной морали людей. С таким пониманием лживости человек не может себе позволить увидеть свою собственную ложь, например, тот слой сознания, из которого он убеждает нас в своей кристальной честности. Не увидев своей лжи, человек оказывается неспособным выйти на искренность и делать кресение.

Недопонята или понята неверно методика кресения (а также шаги и приёмы, из которых она состоит)

Кресение — естественный механизм очищения сознания. Если однажды тебе очень сильно захочется очиститься, ты, возможно, сделаешь кресение без какой-либо методики, по наитию. Но если ты хочешь, чтобы духовное очищение стало частью твоей жизни, нужно стать в этом профессионалом, а значит, понять, как это делается.

Чтобы понять методику кресения, нужно начать делать кресение и на своём собственном опыте и своих собственных ошибках постигать каждый приём, описанный в методике. И так до тех пор, пока не почувствуешь уверенность в том, что понял, как делать кресение. На этом пути ты ошибёшься сотни раз. Я расскажу лишь о самых распространённых ошибках.

Очищение подменяется принятием новых решений

Обнаружив в себе что-то «нелицеприятное», человек ужасается. И вместо того чтобы дойти до самых истоков, разобраться и убрать у себя помеху, начинает говорить лозунгами и клясться, что такого больше не повторится. Лозунги и клятвы позволяют здесь и сейчас решить проблему. В этом их привлекательность. Крещение гораздо труднее. Но крещение убирает саму твою слабость, причём навсегда. А новое решение, особенно такое сильное, как клятва, не убирает несовершенство. Оно его перекрывает новым силовым узлом в сознании.

В отсутствии вопрошания человек заставляет себя работать насильно

Некоторые люди заставляют себя делать крещение насильно. Они не понимают, что крещение движимо вопрошанием, и если нет вопрошания, то нет и крещения.

Вопрошание присуще тем, кто занят самопознанием, кто идёт по этому пути, а не стоит на месте. Для того чтобы в твоей жизни появилось это движение, нужно «проснуться» — вспомнить, что ты здесь не случайно, ты здесь зачем-то.

На самом деле, почти всегда у людей, не похоронивших себя окончательно, есть вопрошание. Но людям, живущим ради личности, так трудно увидеть это вопрошание! Ведь оно направлено не на те проблемы, с которыми хочет разобраться их личность. Оно направлено на ту тяжесть и кривизну, от которой страдает их душа.

Если ты понимаешь, что вопрошание — настолько важная составляющая крещения, что без него крещение не пойдёт, ты найдёшь способ обрести вопрошание и всякий раз будешь его искать и возвращать, прежде чем братья за крещение.

Человек рассуждает на предмет возможных причин возникновения помехи, вместо того чтобы катить то, что идёт

Некоторые люди, даже прослушав лекции и изучив методику кресения, всё равно не могут понять, что кресение — это не рассуждение на предмет того, что могло стать возможной причиной возникновения помехи. Для того чтобы найти корень помехи в кресении, не нужно думать, а нужно катить всё, что идёт в ответ на вопрошание. Людям, привыкшим опираться на логику, трудно поверить, что, если они отпустят себя и станут лепить всё, что идёт, им откроется то, что они ищут в себе; и напротив, если они будут держать всё под контролем, то не смогут пройти дальше того, что они уже знают о себе.

Человек не заботится о том, чтобы постоянно отслеживать и убирать свою ложь

Некоторые люди не могут понять или принять, что от знания причины возникновения обнаруженной помехи их отделяет собственная ложь. В итоге они не видят, что одна из задач в кресении — это постоянное отслеживание и убирание собственной лжи.

Если не замечать своей лжи в кресении, если не ставить себе отслеживание и убирание лжи как задачу, ты не сможешь докопаться до причины обнаруженного сбоя. Ложь — это одежды, которые покрывают истину. Если не видеть и не вскрывать эти одежды, ты будешь видеть свою ситуацию как данность, из которой нет выхода. Увидеть, что в чётко выстроенном тобой здании есть трещинка (пусть маленькая, но ложь), — это и означает увидеть выход. Через эту «трещинку» ты провалишься на слой глубже. И так далее, пока не опустишься на самую глубину, где тебе откроется истина.

Человек вместо крещения просто выговаривается

Некоторые люди, радуясь возможности с кем-то поговорить, под видом крещения начинают просто выговариваться, облегчать свою душу, сливая в сознание крёсного как в «помойное ведро» всё, что накопилось. В таком выговаривании, в отличие от крещения, нет осознанности и не ведётся поиск корня помехи.

Очищение от внутренних помех подменяется думанием над тем, как преодолеть внешние препятствия

Вместо того чтобы разобраться в себе и убрать свою внутреннюю помеху, человек думает, как обогнуть эту помеху и добиться желаемого. Думание и очищение сознания разные вещи. Не нужно их путать и подменять одно другими. Очищение направлено внутрь себя и нацелено на убирание внутренних помех, а думание направлено вовне и нацелено на преодоление внешних препятствий, воспринимаемых разумом как задача. Если причина твоей неудачи в наличии внутренней помехи, наверное, можно исхитриться и придумать, как её обогнуть. Возможно, дело и будет сделано, но помеха останется внутри, а твоё сознание станет более запутанным. Можно браться за трудные дела как раз для того, чтобы на них проявить свои помехи и вычистить их. И тогда однажды ты обретёшь способность сделать то дело, ради которого пришёл.

Человек работает с тем, что не является для него помехой

Если вначале работы человек не поставил себе чёткую задачу на очищение, а сел «просто поработать», то неудивительно, что через несколько абзацев он окончательно заблудится в паутине своих мыслей. Начинать работу надо с определения помехи.

Очень частая ошибка — человек садится работать с тем, что не является для него помехой. Даже если твоё несовершенство делает тебя уязвимым и плохим в глазах других людей, ты не сможешь его выкресить, если оно тебе не мешает. С другой

стороны, у каждого человека есть куча действительных помех, которые он предпочитает не замечать.

Нужно понять, что кресение работает только с помехами. Нужно научиться различать, является ли для тебя помехой обнаруженное несовершенство или сбой. Если является, можно приступать к работе. Если не является, тогда вместо работы над этим несовершенством следует осознать своё истинное беспокойство или цель.

Человек работает с чем-то глобальным, а не с тем, что проявилось и мешает ему прямо сейчас

Человек садится за работу и хочет сразу убрать какую-то глобальную помеху своей жизни. Например, дурость или трусость, униженность. Но свободного сознания не хватает, чтобы охватить всю помеху целиком. И сил маловато, чтобы за один раз проработать всё то, что нарабатывалось десятки лет. А самое главное — непонятно, за что ухватиться, с чего начать.

Важно понять, что убрать серьёзную слабость можно, только отщипывая от неё по кусочкам. Для этого надо наблюдать за собой и, заметив в жизни проявление интересующей тебя слабости, садиться и разбираться именно с тем, что проявилось прямо сейчас. Например, задаваться вопросом «Почему я сейчас вышла из себя?», а не «Почему я вообще выхожу из себя?»; «Почему я сейчас сдурила?», а не «Почему я всё время дура?». Сегодня ты уберёшь одну помеху, завтра другую, и однажды наступит день, когда ты доберёшься до самой сути своей слабости и уберёшь её с корнем.

Человек одновременно работает с несколькими помехами

Однажды у меня была очень хитрая ученица. Когда мы с ней садились за работу над конкретной помехой, она обязательно подсовывала ещё с десяток своих проблем. Мы достигали какого-то результата только благодаря тому, что я удерживала её внимание на одной помехе и не давала ей уйти в сторону. Работать самостоятельно она была не способна. Её

постоянно уводило, размазывало по множеству помех. Она завершала писанку измученной, не разобравшись толком ни с одной помехой. Её хитрость оборачивалась её полной недееспособностью.

Только кажется, что можно навалиться и разом разобраться со всеми помехами. Это всё равно что одновременно начать распутывать несколько спутанных клубков. Если уж в одном-то можно запутаться, то шанса распутать сразу несколько просто нет. Не хватит ни видения, ни сил. Да и вообще, как это возможно — одновременно идти по двум тропинкам? Невозможно. Значит, это только видимость, что ты разбираешься с несколькими помехами. В каждый момент времени ты работаешь только с одной. Причём очень неэффективно, потому что часть твоего внимания постоянно улучена чем-то другим.

Чтобы избавиться от этой привычки, достаточно осознать, насколько этот путь неразумен, и осознать цели, которые вынуждают тебя одновременно гоняться за несколькими «зайцами».

В троплении человек отгоняет всплывающие в сознании случаи, которые кажутся ему незначительными

Некоторые люди жалуются, что у них не получается кресение, что они не могут найти корни своих помех, а сами не идут в случаи, всплывающие в их сознании в ходе тропления, отгоняют их. Кресение проще, чем кажется. В троплении не нужно думать и ломать голову, устройство твоего сознания открывается тебе само. Человеку, привыкшему всё держать под контролем, это непонятно. Ему кажется, что до причины возникновения помехи ему нужно идти как до решения трудной задачи. Он не замечает, как перед его взором уже всплыл какой-то случай из детства. Ему кажется, что этот детский случай — случайно всплывшая чепуха. Он отгоняет его как наваждение: «Ну, разве могут в этом детском случае, где ничего особого не произошло, где всё было так нелепо, скрываться какие-то корни такой серьёзной помехи, с которой я сейчас работаю!».

Необходимо понять, что в кресении как раз и нужно работать с тем, что пролетает в твоём сознании, даже если оно пролетает тонко, едва заметно, как дымок. Профессионализм и мастерство как раз и заключаются в том, чтобы замечать тончайшие тени, промелькнувшие в твоём сознании, входить в них и находить в них то, что на протяжении многих лет удерживало эти случаи в твоём сознании.

Человек не ищет причину помехи внутри всплывающего случая, а ограничивается лишь пересказом случая

Некоторые люди не отгоняют всплывающий в их сознании случай, но и не идут в его исследование. Они просматривают его, как в кино, описывают со стороны, что там произошло. А просмотрев, оставляют этот случай и переходят к следующему. Для начинающего кресника само то, что он смог выйти на какой-то случай, уже праздник и победа. Это можно понять, но для успеха всей работы надо идти дальше.

Работа внутри случая, как правило, занимает в разы больше времени, чем тропление этого случая. Внутри случая кроется причина твоей помехи. Её там надо найти и от неё освободиться. А это значит, что сначала надо разобраться в себе и понять, что, как и почему в тебя вошло. А затем освободиться от чужеродного, пересмотреть принятые решения и сделанные выборы. Это глубокая работа, требующая полного погружения, созерцательности и тщательности. Здесь нельзя рвать насильно, что-то пропускать или замазывать. Надо опираться на чутьё, чтобы увидеть, ушла ли помеха из сознания, изменился ли после этого ты, и изменилась ли твоя жизнь.

Человек «рвёт на силе», не работая с тем, что удерживает корень помехи в сознании

Часто бывает так, что человек видит корень своей помехи, но не разбирается в том, что удерживает этот корень в сознании. Вместо этого он пытается выдернуть этот корень насильно. Нужно понимать, что всякая грязь живёт в сознании, потому что её там что-то удерживает. Либо собственное желание, либо

что-то, в чём ты неволен. Какой смысл ломать себя силой, если где-то в глубине своего сознания ты считаешь свой выбор верным и полезным. Не нужно обманывать и ломать себя, нужно разобраться в себе. Понять, почему тогда ты так думал и так поступил. Например, когда ты был маленьким ребёнком, тебе казалось единственно верным соврать и спасти своё тело от побоев. А теперь, когда ты стал жить жизнью души, такой выбор тебя уже не устраивает. Тогда пересматривай его и изменяй. А если не получается, ищи, что удерживает прежний выбор. Например, может оказаться, что удерживает панический страх избиения. Тогда ищи, когда этот страх в тебя вошёл и почему до сих пор живёт в тебе. Убирай страх, а затем снова возвращайся к прежнему выбору. Но не пытайся переменить себя силой. Всё равно не получится. Получится только сломать себя.

Вместо того чтобы отменить прежнее решение, человек накладывает поверх него новое

Я часто сталкиваюсь с тем, что человек, вместо того чтобы отменить прежнее решение, накладывает поверх него новое решение.

Отменять решения очень просто. Ты сам хозяин своему решению. Если оно тебе действительно уже не нужно, то ты можешь осознать это и освободиться от этого решения. Если же в глубине души ты не хочешь отказываться от этого решения, если оно тебе ещё нужно и кажется полезным, то ты не сможешь его вот так запросто отменить.

Иногда человек ощущает, что решение ещё важно для него, но вместо того чтобы разобраться в этом или принять себя таким, он начинает себя ломать — поверх старого решения накладывает новое. Быть может, это происходит от неверия в то, что он может себя изменить, а быть может, срабатывает его хитрость. В любом случае нужно понимать, что наложение нового решения поверх старого не является очищением. А значит, нужно учиться действительно отменять свои решения и видеть, когда решение по каким-то причинам не отменяется.

Человек не отпускает грязь, удерживает её в сознании, даже если её там уже ничего не держит

Многие начинающие кресники, вместо того чтобы освободиться от своих болячек, пересказывают их с наслаждением, смакуя свою тяжёлую судьбу и свои страдания. При этом никакого освобождения не происходит, потому что человек сам оставляет свою боль в своём сознании, он сам не отпускает её.

Другие люди, вместо того чтобы отпустить всю обнаруженную в себе грязь, копируют её слепок в своём сознании. Они называют это «разобраться в себе». Они запоминают, что и как у них было уложено в сознании, и могут тебе всё это пересказать.

Человек не исправляет прежний выбор

Я замечала, что некоторые люди выжигают гамуху или растворяют свои собственные образы, но после этого не меняют себя. Они не делают новый выбор. У таких людей при огромных объёмах очистительной работы в жизни ничего не меняется, да и сами они по большому счёту не меняются.

Человек идёт от выбора к выбору — это есть путь духовного становления или духовного падения. Чтобы сделать очередной выбор вверх, нужно очищение. Весь смысл очищения в том, чтобы подготовить себя к очередному выбору.

Человек не проживает ощущения из западка, а созерцает их со стороны

При работе с западком все ощущения из западка нужно проживать. Чтобы научиться этому, предлагаю проделать простое упражнение. Слегка, но болезненно уколи свой палец, например, вдави в него ноготь и не отпускай. Увидь, как ты смотришь на палец со стороны и даже немножко «отодвигаешься» от него телом (головой). Ты чувствуешь, что пальцу больно. А теперь войди вниманием в палец, прямо в эту боль. Сначала боль станет чувствоваться острее. Через какое-то время ты поймашь себя на том, что хочется

выпустить боль через звук (хочется закричать). Затем резко всё тело обдаст жаром, пойдёт испарина. Вот это называется прожить боль, а не только её почувствовать. Именно так надо проходить западки.

Человек проходит западок (по каким-либо ощущениям) недостаточное количество раз

Случается, что при работе с западком человек торопится и не проходит западок достаточное количество раз. В итоге всё это «выходит боком» на последнем этапе, когда идёт работа с гамухой. Человек сталкивается с тем, что он либо не нашёл гамуху, либо не может от неё освободиться.

Чтобы такого не случилось, нужно понимать, какие задачи стоят перед каждым этапом прохождения западка. Если ты перечитаешь раздел по работе с западком, то увидишь, что для каждого слоя западка (прохождения западка по определённым ощущениям) есть свои задачи. И задачи эти — не просто «пройти», и даже не просто прожить конкретные ощущения, а добиться определённых результатов, выйти на определённое состояние.

Человек сразу пытается пройти западок по нескольким (или даже по всем) ощущениям

В принципе, можно проходить западок сразу по нескольким (или даже по всем) ощущениям. Но для этого нужно иметь достаточное количество свободного сознания. Если хочешь гарантированно достичь успеха, проходи западок по слоям.

Озвучивая слова из западка, человек не передаёт их дух

Чтобы пройти западок по всем ощущениям, нужно произносить звучащие в западке слова именно с тем духом, с которым они были сказаны во время вхождения западка. Некоторые этого не понимают или стесняются так делать. Мне тоже неудобно произносить слова, передавая чужой дух. Может быть, потому что в такие моменты я ощущаю себя действительно сумасшедшей.

Если тебе трудно озвучить слова из западка с чужим духом, прислушайся к тому, что звучит в твоей «голове». И ты услышишь, что там звучат чужие слова, чужим голосом, с чужой интонацией и чужой силой. Если не выпустить чужой «дух», не дать ему воплотиться, он так и будет жить в твоём сознании. Но стоит один раз решиться, и ты поймёшь, что это работает. Если дать чужому «духу» воплотиться, он покидает твоё сознание навсегда.

Выжигая гамуху из западка, человек не удерживает осознание себя

Наиболее частая ошибка при выжигании гамухи из западка — когда человек произносит слова гамухи, не осознавая самих слов и того, что они чужие. Чтобы сохранить такое осознание, нужно быть в себе. Ни телесная боль, ни переполняющие чувства не должны сделать так, чтобы ты потерял себя. Для этого нужно тщательно проходить западок по слоям.

Если произносить слова гамухи неосознанно, ты не станешь хозяином этой части своего сознания. Заключённое в гамухе проклятие продолжит оказывать на тебя своё воздействие.

Человек не выстраивает новый образ дела

Я часто встречаюсь с тем, что, вычистив помеху из своего сознания, человек не даёт себе труда подумать, как он теперь будет делать то дело, в котором обнаружилась помеха. Теперь помехи в сознании больше нет. А это значит, что дело, которое сбило, можно и нужно делать по-другому. Если не подумать, как именно, дело снова может застопориться. И будет ощущение, что очищение было напрасным и что кресение «не работает».

Человек не делает проверку того, убрана ли помеха

Встречается и такая ошибка, когда человек не проверяет, насколько чисто ему удалось убрать помеху. На мой взгляд, такой человек много теряет. Отслеживание того, меняешься ли ты после очищения, позволяет укрепить веру в свои силы и постоянно совершенствовать своё мастерство.

Недопоняты или поняты неверно формы работы в кресении

Как я уже говорила, существует совместная (душевная беседа, зеркало) и самостоятельная (писанка) формы работы. Ниже я перечислила наиболее распространённые ошибки в понимании этих форм работы.

Неверно понимается совместная работа

Некоторые кресники вообще не обращают внимания на крёсного: ни на его реакцию, ни на его вопросы. Они беседуют так, будто с ними рядом нет крёсного. По всему, крёсный им мешает. Но беседа творится совместно. Это надо понять и научиться работать вместе с крёсным.

Неверно понимается роль крёсного в душевной беседе

И кресник, и сам крёсный могут неверно понимать роль крёсного. Главная задача крёсного — показывать, отражать креснику его лживость. Крёсный часто забывает об этом и начинает помогать креснику своим видением, своими душевными и жизненными силами, своей житейской мудростью. Соответственно, кресник, вместо того чтобы всматриваться в крёсного и обнаруживать в нём как в отражении свою лживость, «повисает» на крёсном в ожидании подсказок и правильных вопросов.

Неверно понимается роль крёсного при работе в зеркале

Мне доводилось сталкиваться с такой ситуацией, когда крёсный не понимал, что при работе с западком одна из его главных задач — быть стражем. То есть в ходе всей работы оставаться в себе, здесь и сейчас. Именно это состояние крёсного позволяет ему отслеживать, когда кресник теряет себя, отлетает, нарушает договора и т.п. Крёсному нужно научиться оставаться на протяжении всей работы в себе и при этом ощущать всё, что происходит с кресником.

Кресник перекладывает ответственность на крёсного

Наиболее распространённая ошибка у кресника — перекладывать ответственность за свою жизнь и за успех работы на крёсного. При таком положении дел кресник работает от одного вопроса крёсного до следующего и ждёт, чтобы крёсный всё увидел и всё ему объяснил — тогда не нужно будет самому искать причины возникновения помехи и трудиться над их осознанием.

Такой вид работы не является кресением. Это не вещая речь, дающая очищение.

Человек пишет писанку так, будто её кто-то будет читать

Писанка — это форма самостоятельного очищения. Это не дневник, не сочинение, не отчёт и не проверочная работа. Писанка похожа на все эти вещи только тем, что и там и там есть ручка и бумага.

Очищая сознание, нужно выписывать его содержимое на бумагу. Так как содержимое сознания есть образы (причём чаще всего облечённые в слова), на бумаге оказывается некий текст. Но этот текст пишется не для того, чтобы быть прочитанным, а для того, чтобы быть выписанным — материализованным на бумагу. После того как писанка написана, она больше не нужна, и её можно, например, сжечь.

Понимание этого меняет отношение к писанке. Она перестаёт быть литературным произведением и становится инструментом очищения.

Не освоены какие-то навыки

Если ты всё понимаешь, но не можешь что-то освоить, у тебя есть два варианта: продолжать пробовать самому или посмотреть, как это делают другие. Мне кажется, это очень правильно — брать вещи, подобные кресению, по прямой передаче. Найди человека, который освоил кресение

и может передать тебе то, что у тебя не получается освоить самостоятельно. Если ты хоть раз увидишь, как это делается, и ухватишь суть, тебе останется только убрать собственные помехи. И однажды у тебя получится, а потом будет получаться всё чаще.

Не освоены состояния, в которых делается кресение

Вопрошание, позволение (самокат), искренность и осознание — четыре «кита», на которых стоит кресение. Если нет хотя бы чего-то одного, это уже будет не кресение.

- Не будет вопрошания — не будет движения, не родится сама речь.
- Не будет позволения (самоката) — вместо кресения получим психоанализ, логические рассуждения на тему возможных причин возникновения психологической проблемы.
- Не будет искренности — никогда не докопаешься до сути, никогда не узнаешь причины своего несовершенства. Так и будешь скользить по поверхности, не проходя в глубину.
- Не будет осознания — ты не будешь становиться хозяином тому содержимому своего сознания, которое будет открываться тебе в ходе работы. Следовательно, ты не сможешь растворить свои, но уже отжившие образы, и не сможешь выжечь кресом чужеродные образы. В итоге очищения не будет.

Нужно научиться ощущать эти состояния и переходить в них по своему желанию. Поставь это перед собой как задачу, тогда со временем получится освоить все эти состояния.

Не освоены прикладные приёмы, используемые на различных этапах работы с различными видами помех

Кто-то не умеет отменять собственные решения, кто-то не умеет тропить, кто-то не умеет изменять свой прежний

выбор, кто-то не умеет выжигать гамуху в западке и т.п. Тому, как освоить те или иные приёмы кресения, я посвятила эту книгу. Каждый приём описан так, чтобы человек мог его осваивать, причём самостоятельно. Нужно пробовать, и однажды обязательно получится.

Не освоены различные формы работы в кресении

При освоении различных форм работы в кресении бывают трудности. Чаще всего они связаны с освоением состояний, таких как состояние зеркала или стража. Чтобы освоить эти состояния, нужно практиковаться, ошибаться, убирать помехи и извлекать уроки. Другого способа нет.

Недостаток способностей

Неспособность видеть определённые виды помех

В кресении очень полезно уметь отличать разные виды помех. Для этого нужно их изучать и работать с ними на практике. Тогда со временем наработается соответствующее видение.

Пока такого видения нет, человек может не заметить, что причина его помехи кроется, например, в западке. Он будет делать кресение и убирать собственные решения, но помеха уходить не будет. В таких случаях главное — не сдаваться. Видения всегда немножко не хватает. Поэтому бывает такое, что с некоторыми помехами работа ведётся не один год. Если не сдаваться, рано или поздно дорастёшь до всех помех, с которыми раньше не мог разобраться. К тому же там, где не хватает собственного видения, можно воспользоваться помощью соратников.

Неспособность увидеть помеху кресению, которая стопорит работу

В кресении, как и в любом другом деле, постоянно проявляется множество внутренних помех. Работа с помехами кресению постоянно сопутствует кресению, особенно на этапе его освоения. Чтобы кресение шло успешно, нужно уметь отслеживать появление очередной помехи прямо в ходе работы. Новичкам не хватает для этого видения. Они не замечают, что работа застопорилась. А если даже замечают, то не осознают, что причиной является какая-то помеха, которую нужно обнаружить. Если не пускаться в страдания, а вместо этого учиться обнаруживать помехи кресению, соответствующее видение со временем нарабатывается.

Неспособность чують ложь

Профессионал в кресении отличается от новичка тем, что профессионал способен чують в работе собственную ложь. Какова бы ни была ложь, можно чують её присутствие. Если задаться целью, эта способность со временем нарабатывается.

Если в кресении ты не заметил своей лжи и не убрал её, возникнет ощущение, что ходишь кругами и не видишь выхода. А если постоянно отслеживать и убирать свою ложь, будут вскрываться всё новые и новые слои и будет приходить искренность.

Неспособность отслеживать все мысли, приходящие в самокате

Новичку в кресении обычно не хватает созерцательности, чтобы отследить все мысли своего самоката. Как только обучаешься это делать, происходит качественный скачок в освоении кресения. Если ты отслеживаешь и записываешь все мысли, которые приходят тебе «в голову», то сможешь заметить любое изменение в своём состоянии, любые плутания, любые сбои. Ты станешь виден сам себе как на ладони.

Чтобы наработать такую способность, нужно поставить себе задачу отслеживать и записывать все до единой мысли, которые приходят в самокате.

Неспособность отслеживать, когда перескакиваешь на работу с другой помехой

Некоторые люди при работе в кресении (особенно на писанке) часто перескакивают с выбранной темы на какую-то другую, да ещё и не замечают этого. Чаще всего их уводят от работы с выбранной помехой какие-то переживания.

Есть несколько признаков, по которым можно понять, что ты провалился в переживание. Попав в переживание, ты, как правило, начинаешь писать не о себе, а о том человеке, с которым оно связано. Попав в переживание, ты перестаёшь очищаться, и начинаешь думать, как надо было поступить в том случае. Когда я попадаю в переживание, я могу застать себя за тем, что вообще перестала писать.

Застав себя переживающим, нужно вернуться по цепочке мыслей назад к развилке, которая увела тебя в переживание, после чего продолжить своё изначальное исследование с места развилки. Переживание, которое увело тебя от писанки, можно пометить и отложить для дальнейшей проработки.

Наличие помех

При наличии помех кресение не идёт. На этапе освоения кресение будет «не идти» постоянно. Постоянно будут возникать помехи самому кресению. Некоторые люди даже забрасывают кресение, понимая, что они работают впустую. Другие делают ещё хуже: они начинают себе врать, что у них всё получается. Третьи перестают замечать неудобства, и через некоторое время помехи кресению становятся привычным фоном. Если ты хочешь освоить кресение, у тебя только один выход — убирать помехи, которые у тебя возникают в этом деле.

Наличие личностных целей

У меня до сих пор время от времени всплывают новые скрытые цели, ради которых я использую очищение сознания. Эти цели уведут меня от очищения. Для наглядности приведу пример. Очищение сознания требует смелости, отваги. Его можно сравнить с битвой. А там где битва, там есть место подвигу. Для кого-то эта связь очищения с возможностью стать героем может стать ловушкой. Так случилось со мной. Некоторое время моё очищение напоминало поле боя, где «скрежетала сталь», «лилась кровь» и «рождались герои». Мне было важно не столько очищение, сколько возможность через него «заработать очки». Цели, подобные этой, — обычное дело. Пока они существуют, очищение не идёт или идёт с невероятными потерями сил и времени.

Личностные цели — это когда садишься работать не для своей души, а для чего-то другого, с виду большого и светлого, но всегда сводящегося к победе в обществе. Победить всех своих врагов и недругов и доказать им какой ты сильный, умный, просветлённый и пр. Эти вещи — как раковая опухоль для сознания. Въедаются очень прочно. «Выскабливать» их из себя очень трудоёмко. Кресению они мешают невероятно. Переворачивают всё с ног на голову. После такого псевдокресения личность только усиливается.

Личности не хочется смотреть на то, чем в данный момент болеет твоя душа. Оно ей кажется незначимым и даже грязным. Не хочется марать руки и работать с какой-то мелочёвкой. Да и вообще не хочется работать с тем, что не принесёт ничего яркого и видимого в оперенье личности. Осознав, что тебе нет дела до своей души и её боли, можно себя обмануть и продолжать иллюзию кресения, а можно удивиться. Как же так? Мне и в самом деле нет никакого дела до своей души? А на что мне душа? Она не поможет мне всех победить. А ведь задача победить и добиться признания в обществе для личности — насущная, она важнее всего. Разговоры же о душе для личности — это что-то иллюзорное, не относящееся к настоящей жизни.

Ты можешь задаться вопросами: «И как, имея такие ценности, мне прийти к своей душе? Как же пробиться к настоящему, если всё, что я делаю, ненастоящее? Во всём ложь, во всём хитрость, во всём тайные цели... Как пробиться к настоящему? Как заставить себя служить вечным ценностям? Как заставить себя ценить свою душу? Это же невозможно! Ну, если искренне признаться самому себе — это же невозможно! Я понимаю, что когда-то были какие-то старики, которые жили для души и всю жизнь занимались самопознанием. Но, наверное, они жили в каком-то другом мире, в какое-то другое время. Тогда можно было заниматься самопознанием, а сейчас надо побеждать. Больно не побеждать. Больно проигрывать и быть никем. Хочется всем показать, какой я есть на самом деле. Хочется, чтобы все узнали, как они ошибались. Хочется, чтобы все мной восхищались. Хочется хоть как-то подняться. И это важнее всего. И это важнее моей души. Мне нет дела до моей души, пока не решена эта задача. Так что же делать? Очищение сознания невозможно?»

Возможно. Только тебя ждёт настоящая битва. Может быть, длиною в целую жизнь. Раз ты задаёшь себе такие вопросы, значит, в тебе есть душа, и она бьётся. Её голос очень слаб, её свет еле виден. Но большего у тебя всё равно нет... Можно на это обижаться, считать несправедливым, считать задачу слишком трудной и непосильной. А можно это принять, как начальные условия, с которых ты начинаешь свой путь. Да, ты весь насквозь лжив, не слышишь свою душу, тебе на неё почти наплевать, но тебе почему-то очень нужно освоить кресение! Тебе почему-то не всё равно... Я не знаю, как ты пробьёшься к своей душе и сколько лет это у тебя займёт. Я не знаю, сможешь ли ты вообще не сдаться и когда-нибудь выйти на то, что весь твой мир перевернётся, и ты станешь жить только самым главным, только настоящим. На мой взгляд, эта задача требует нечеловеческих усилий. И чудо, если хоть кто-то сможет пробиться. Мне не верится, что кто-то сможет решиться и пройти через подобное. Я и сама не уверена, что не остановлюсь и дойду до конца. Но пока я не сдаюсь. Может быть, не сдашься и ты.

Всё начинается с выбора. Я помню, что и раньше делала такой выбор — жить жизнью души и работать для неё, а не на личность. Но такое ощущение, что раньше личность всё равно перевешивала. А теперь стала перевешивать душа. И сразу появилось что-то такое, из-за чего я стала находить в себе силы обращаться к душе, и кресение стало получаться. Если бы я могла сказать что-то более внятное на этот счёт, то сказала бы. Пока я не понимаю, почему для некоторых людей их душа однажды становится важнее, чем их личность.

Наличие сомнений

Недоверие тому, что выходит из тебя в самокате

Невозможно делать кресение, если у тебя нет доверия тому, что выходит из тебя в самокате. Иногда в самокате всплывают совершенно необычайные вещи. Их можно отогнать. Но если пойти вслед за самокатом, то всегда оказывается, что все эти вещи всегда были с тобой, просто ты давно о них позабыл... Как много мы о себе уже позабыли! И не только из раннего детства. Если это осознать, станет легче идти за самокатом.

Недоверие словам, которые слышишь в западке

Очень часто на этапе освоения кресения человек не доверяет тем словам, которые ему слышатся в западке. Недоверие возникает из-за того, что у человека недостаёт чутья и видения, чтобы отличить истинные слова от надуманных. Кроме того, человек начинает прикидывать и оценивать, могло ли то, что он услышал в западке, быть на самом деле. Многим кажется, что такого быть не могло, и они начинают сомневаться в том, что услышали.

Чтобы преодолеть это недоверие, нужно с ним смириться. Вернее нужно осознать, что пока к тебе не придёт чутьё и видение, ты не сможешь точно определять, относятся ли те слова, которые всплывают в твоём сознании, к западку или не относятся. Следовательно, нужно кропотливо и без разбора выписывать всё, что услышишь. Если какие-то слова

звучат в сознании, будь они из западка или не из западка, их выписывание в любом случае будет очищением.

Недоверие ответам, которые выскакивают на щелчок

В кресении довольно часто применяется такой приём: задаётся себе вопрос и производится щелчок пальцами или хлопок. На щелчок или хлопок из сознания «выскакивает» ответ. Таким образом ты выясняешь тип помехи, возраст, в котором она вошла, от кого в тебя вошла помеха, на чём она держится в твоём сознании и пр. У меня с этим были проблемы. На хлопок, щелчок у меня вылетали всё время одни и те же цифры. Сначала я в них верила. А потом заподозрила что-то неладное. Но разобраться не смогла и перестала верить этим цифрам. Затем один человек мне сказал, что это я прочищаю одну и ту же вежу (возрастной слой) в сознании, поэтому у меня вылетает одна и та же цифра. Я снова стала доверять этим цифрам. Но потом опять появилось беспокойство. Я чувствовала, что что-то не так. Пыталась найти, когда и как в меня вошли эти цифры. Вроде что-то находила, но когда в очередной раз задавала вопрос, снова выскакивали цифры из моего «стандартного набора». Я потеряла веру в себя. Потом другой человек сказал мне, что он однажды понял, что надо доверять тому, что звучит, безоговорочно. И я некоторое время снова слепо доверялась одним и тем же цифрам. И однажды снова почувствовала ложь. Наконец, я придумала не щёлкать пальцами, а прислушиваться к себе. По ощущениям я очень хорошо чую возраст. Я стала опираться на ощущения. Этот приём меня спасал. Но всё равно оставалось чувство неполноценности. И только через несколько лет, когда я обрела достаточное видение, я смогла почувствовать, откуда идёт моё пристрастие к одним и тем же цифрам. Когда я убрала из своего сознания эту помеху, обнаружилось, что она была замком, который перекрывал двери в определённые слои моего сознания.

Важно понять, что никто не пытается тебя обмануть, никто внутри тебя не пытается с тобой играть. Нечёткие ответы или множество ответов — это одновременное звучащие в твоём

сознании несколько голосов. Не надо в них сомневаться или пытаться их обманывать. Напротив, к каждому из них нужно отнестись с должным вниманием и профессионализмом. Раз они зазвучали у тебя «в голове», значит, они существуют, живут в твоём сознании. И значит, с ними нужно работать.

Наличие страхов

Страх разрушать свою личность

Крещение будет менять тебя и твою жизнь настолько, насколько ты сам того пожелаешь. Все хотят стать чище, совершеннее и способнее. Но далеко не все согласны для этого реально что-то менять в себе. Именно поэтому и тормозится очищение. Хочется стать чище, но при этом ничего не нарушать. Не хватает отваги на то, чтобы своими же руками разрушать свою личность. Пока ты боишься пошатнуть те основы, на которых стоит твой мир, ты будешь заниматься «косметическим ремонтом». Тебе будет житья легче и приятнее, но ты по-прежнему будешь пребывать в «матрице». Как только однажды тебе это надоест, ты станешь работать по-другому. Тогда ты познаешь, что такое позволение в писанке. И откроешь нового себя. И всё сразу начнёт меняться. И ты, и твоя жизнь.

Страх признать свою ложь

Однажды нужно не побояться признаться себе, что ты недорабатываешь, что врёшь себе. У меня получается крещение, когда я понимаю, что где-то себе вру. И тогда я останавливаюсь и спрашиваю себя: а что меня беспокоит на самом деле, что меня так тревожит, что гнетёт, что не так? Нужна смелость, чтобы у себя постоянно такое выспрашивать. В ответ я сразу узнаю о своих скрытых целях. Я узнаю, зачем села писать писанку. А вслед за этим я узнаю и о настоящем беспокойстве. Раз я заставила себя сесть за работу, значит, меня действительно что-то тяготит. И оно мне не даёт покоя. И там я готова плакать от бессилия и тяжести на душе. Но пока я не призналась себе, что вру, я не чувствую этой

тяжести, вместо этого я занимаюсь «большими» и «сильными» помехами. То, что душа прямо сейчас болит, меня не трогает. Нужно приложить немалую силу, чтобы заставить себя отвлечься от правильного красивого поиска, «очень нужного занятия» и посмотреть на то, что же сейчас на самом деле меня гнетёт. Как только я туда посмотрю, сразу меняется состояние. Я ощущаю, что вот это — настоящее. И с ним сразу хочется работать. И сразу получаю настоящее облегчение. И сразу выхожу на корневые случаи. И сразу выхожу на глубокие озарения. И сразу понимаю, что, наконец, стала делать всё правильно. И сразу появляется ощущение, что раз я сейчас смогла направить свой взгляд на настоящее, то теперь справлюсь с любой помехой. И с этой в том числе. Только если не буду снова завираться.

Нужно уметь почувствовать, что ты заврался, и признаться себе. Вот это очень трудно. Это ломает всю красиво выстроенную игру. Все рассуждения пойдут коту под хвост. Потому что как только ты увидишь, что у тебя сейчас реально на душе, все рассуждения, которые были до этого, просто померкнут. Ты увидишь, что им грош цена. Потому что они искусственные, они ни о чём, они просто блуждания. Вот на этом выборе — сломать всю игру или нет, я стою некоторое время. Возможно миллисекунды, но там есть момент выбора. Затем я решаю смотреть в себя, и мне всё открывается. Чтобы всё это состоялось, нужно уметь чувствовать свою ложь. На мой взгляд, этому нужно учиться. Нужно отточить свой нюх на собственную ложь. На самом деле её не так трудно почувствовать. От лжи на душе всегда как-то не по себе. От лжи всегда коробит. Ты же знаешь, что означает коробит? Попробуй изобрази, как коробит. И ты заметишь, что это чувство отразилось даже на твоём лице. Вот именно это ощущение нужно уметь отслеживать в писанке. Только начало коробить, всё — спрашивай себя, а что у тебя сейчас на самом деле на душе? Какой смысл заниматься чем-то другим? Да даже если и был бы смысл, всё равно ничего не получится. Как только попадаешь в то, чем действительно болит твоя душа, там писанка идёт совсем по-другому. Никаких мук

творчества! Из тебя что-то изливается, ты только успеваешь записывать. Ты только присутствуешь при этом обряде очищения и отправляешь его своим осознанием. По сути, на этом твоя роль заканчивается. Душа очищается сама. Ты не можешь ничем вмешаться в это действие. Тебе просто нечем. «Щупальцев» таких нету, чтобы туда добраться и что-то там на уровне сознания и души поделать. Ты можешь только созерцать и осознавать то, что перед тобой происходит. Ты строчишь свои буковки, ревьешь, а затем просветляешься и радуешься новой жизни, хлынувшей в тебя.

Страх идти в неприятное, в боль

Человек долго и много говорит, к чему-то подводит, но никак не может попасть в точку. Со стороны кажется, что он бедный бьётся-бьётся и никак не может понять, в чём же дело. Как будто задача так трудна, как будто она ему не под силу. На самом деле человек боится идти в самую серёдку. Потому что там кроется что-то, что его выталкивает. Скорее всего, там какая-то боль, неприятное воспоминание или потрясение. Пройти внутрь такого силового поля можно только на отваге. Или сумасшествии. Но лучше на отваге!

Страх идти в неведомое

Помеха, схожая с предыдущей. Человек доходит до какой-то черты и никак не может её преодолеть. Иногда он просто замолкает, у него нет слов, он ничего не видит и не понимает. Это означает, что он подошёл к чему-то неведомому. Всё, что он говорил до этого, было либо из его памяти, либо его рассуждения. А дальше — шаг в неведомое. В ту часть сознания, которая спрятана от него самого. Потаённые мысли, страшные воспоминания, западки, и т.п. Совет тот же самый. Быть отважным.

Следы былых поражений в кресении

Однажды я заметила, что слишком часто в самокате выписываю, что не верю, будто смогу убрать ту помеху, над которой работаю в писанке. Оказалось, что источник моей

неуверенности — это моё собственное решение. Я обнаружила, что когда-то, делая кресение, я не смогла убрать помеху и даже не заметила сама, как подумала: «Всё! Дальше не смогу». И теперь стоило мне начать работать, а я уже знала заранее, что ничего не получится. Например, как только я выходила на западок, у меня внутри всё сжималось — я знала, что у меня всё равно ничего не получится. Всё потому, что когда-то я сдалась и решила, что не умею работать с западком. Мне кажется, что со временем все накапливают груз поражений и соответствующих решений. Такие решения нужно находить и отменять. Кроме того, следует разобраться в том, что заставляло тебя принимать такие решения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Каждый день я делаю кресение. Мой опыт и глубина понимания этого прикладного инструмента растут с каждым днём. К тому же, по мере очищения, моё сознание расширяется и очищается, и я обретаю видение. Значит через год, два, пять, десять лет я буду понимать кресение ещё глубже. Меня это очень радует. Потому что даже то понимание кресения, которое есть у меня на сегодняшний день, позволяет мне успешно продвигаться в собственном самопознании, профессионально работать прикладным психологом и наставлять своих учеников. Я надеюсь, что моя способность передавать своё понимание через книгу позволит и тебе взять основы этого универсального инструмента духовного очищения.

Если же тебе захочется взять этот инструмент по прямой передаче, приглашаю тебя на «нулевой» круг в «Школу становления». За четыре месяца ученики нашей Школы осваивают основы кресения. Надеюсь, что со временем я дополню эту книгу методичками, описывающими особенности использования кресения для вычищения определённых видов грязи, в том числе обид, страхов, набродов, заломов и т.д.

В качестве папуста я хочу ещё раз отметить всё то, что считаю самым главным в кресении. Осознай, что кресение рождается и живёт только в очень определённых условиях, можно даже сказать, в очень определённом мире. Кресение существует только в мире душ, соответственно, только для человека, который живёт жизнью души. Только такой человек может почувствовать помеху, мешающую душе сделать очередной шаг на своём пути. Только у такого человека

возникнет искренняя потребность убрать эту помеху из своего сознания. Только у такого человека достанет силы, храбрости и упорства пойти в глубины своего сознания, дойти до самого корня обнаруженной помехи. Только такой человек сможет стать огненным и выжечь помеху из своего сознания. На задачи личности или потребности телесной жизни кресение не работает. В мире личности или тела божественная вещая речь кресения превращается в самую обычную речь, которая не задевает никаких твоих основ и ничего не меняет в твоей жизни. Таким образом, освоение кресения начинается с очень глубокого жизненного выбора: жить жизнью души или личности. Для некоторых этот выбор звучит как: жить жизнью души или телесной жизнью. С этого выбора начинается обучение в «Школе становления».

Когда душа берётся за дело, которое нельзя проиграть, и когда в этом деле душа сталкивается с помехами, только тогда у неё возникает настоящая потребность в очищении, только тогда включается кресение. Таким образом, потребность в очищении не постоянна. И если заглянуть в душу и прислушаться к ней, не обязательно из неё польётся вещая речь кресения. Душа может петь, и тогда мы услышим душевное пение. Душа может быть занята делом, и тогда мы увидим деяние. А вот если душа жаждет очищения, тогда начнётся кресение. Кресение — одно из душевных состояний, в котором у души время от времени возникает потребность.

Все известные мне люди, которые достигли какой-то глубины в освоении кресения, говорят в один голос, что это очень простой инструмент, гораздо проще, чем кажется. Кресение — это обычный труд. Вот точки приложения твоих усилий:

- Отследить момент, когда вопрошание будет потеряно. Разобраться, по какой причине ушло это состояние. Вернуть вопрошание или прекратить работу;
- Отследить, когда пойдёшь на зов вопрошания не в позволение. При необходимости убрать помеху и перейти в позволение;

- Постоянно отслеживать своё звучание. Пока звучишь лживо, избавляться от плёнок лжи и выходить таким образом на искренность;
- Когда выйдешь на искренность, осознавать ту речь, которая польётся из души в самокате.

Обо всём остальном тебе заботиться не нужно. Остальную часть работы в кресении совершает душа:

- Душа терзается вопрошанием;
- Душа движется на зов вопрошания (ищет ответ на свой вопрос);
- Душа передаёт своё движение на тело (воплощает движение через речь);
- Душа воспламеняется живым огнём (кресом) и выжигает чужеродные вкрапления в сознании.

Как видишь, всё очень просто. Чтобы освоить кресение, надо самому стать проще. В этом и есть главная трудность для современного образованного человека. Кресение создавалось в крестьянской среде. Это инструмент труженика, а не умника. Поэтому не бойся кресения, пробуй, совершенствуйся. И однажды к тебе придёт понимание, видение, а вместе с ними и мастерство.

Как только кресение станет нужно тебе по-настоящему, ты освоишь его, как когда-то освоил и более сложные навыки. Это наступит, когда в твоей жизни появится настоящее душевное дело и настоящее решение его делать. Вот тогда ты действительно познаешь, что такое помехи. И будешь готов прерывать начатое дело и браться за бумагу, лишь бы избавиться от этих помех. Тогда ты вдруг обнаружишь, что кресение — это так просто. Немножко больно, но так быстро и просто! Хоп! И боли нет, голова светлая, полно новых идей и куча сил!

Теперь кресение — это моя жизнь. Я постоянно возвращаюсь назад, прожигаю своё прошлое и возрождаюсь заново. Каждый

день, как бессмертный феникс с обложки моей книги. Эта птица возрождается, вздымается вверх, огонь стекает с раскрывшихся крыльев, а через глаза рвётся внутренний свет. Жить в кресении — это каждый день проходить через смерть и каждый день возрождаться. Не исповедаться один раз от отчаяния и невыносимой боли, а каждый день видеть свои несовершенства и идти в своё прошлое, чтобы выжечь их своим огнём. Это больно. С какого-то мига изменения станут столь глубинными и безудержными, что тебе будет казаться, будто несёшься в санях с горы. И однажды ты обнаружишь себя совсем другим. Эти признаки начнут проступать постепенно. Ты почувствуешь, что по-другому видишь мир. То, о чём говорили другие, но чего никогда не видел, оказалось настоящим. То, что когда-то считал чудом, и что казалось непреодолимо далёким, стало твоей жизнью. Возможно, ты обнаружишь себя несколько одиноким в этом новом мире. Но это только поначалу...

СЛОВАРЬ РАБОЧИХ ОПРЕДЕЛЕНИЙ ПОНАТИЙ, СВЯЗАННЫХ С КРЕЩЕНИЕМ

Понятия, относящиеся к разделу «О духовном очищении»

Грязь — понятие, используемое для обозначения того, что пристало к какой-то вещи (веществу) и является чужеродным по отношению к ней (нему).

Грязь духовного состава человека — всё чужеродное, что вошло в духовный состав человека, что расходится с духовной природой человека, претит ей.

Грязь для души — душевное несовершенство, обусловленное первородной грязью или незрелостью души.

Грязь для сознания — образ, оказавшийся в сознании человека из-за наличия у него душевных несовершенств.

Грязь для тела (створожившегося сознания) — впущенная в тело болезнь или склянь.

Склянь — поражённый участок на теле, образовавшийся из-за того, что в момент поражения человек сдержался и не прожил свою боль.

Духовная нечистота — понятие, используемое для обозначения состояния, в котором человек теряет единство с Богом по причине того, что в нём присутствует что-то, что отделяет его от Бога.

Духовная чистота — понятие, используемое для обозначения состояния, в котором человек в точности соответствует божественному замыслу, когда он таков, каким его задумал Бог.

Духовная чистота для души определяется её зрелостью.

Духовная чистота для сознания определяется его способностью незамутненно пропускать свет души (состояние просветления).

Духовная чистота для тела определяется его живостью.

Очищение — убирание из вещи (или вещества) чужеродных примесей и приведение её (его) тем самым к чистоте (к соответствию исходному божественному замыслу). Это сакральное действие по отделению и освобождению истинного, сущностного от чужеродного.

Духовное очищение — это убирание грязи из духовного состава человека и приведение его тем самым к чистоте.

Духовное очищение души — убирание из души душевных несовершенств и приведение её тем самым к зрелости.

Духовное очищение сознания — убирание из сознания чужеродных образов (созданных или воспринятых человеком под воздействием душевных несовершенств) и приведение его тем самым к ясному, незамутнённому состоянию (состоянию просветления).

Духовное очищение тела (створожившегося сознания) — очищение тела от болезней и скляни, приводящее к тому, что тело оживает, в него возвращается жизнь. Живое тело — вот результат такого очищения.

Дух — «стрелка», которая указывает направление, путь возвращения Домой.

Душа — тонкоматериальное тело, способное отличать сущностное от наносного (чувять), обладающее видением тонкоматериального, способное задавать движение, имеющее свою задачу и каким-то образом связанное с духом (возможно, является его защитной оболочкой).

Видение — способность души воспринимать тонкоматериальный мир.

Пара — вещество, источаемое душой, способное неким напряжением и обрезанием (поражением границ) превращаться в образы.

Сознание — пара, наполненная образами (знанием). Другими словами, сознание есть хранилище образов. Это хранилище имеет устройство, а также механизмы поиска и извлечения содержимого.

Образ — знание, сотворённое из пары неким поражением границ. Образы бывают разного качества, в частности, разной плотности.

Тель — вещество, способное образовать тело и быть оживлённым, одушевлённым и одухотворённым.

Плоть — вещество, которое остаётся, если из тела убрать одухотворённость. Плоть — это, собственно, мясо, прах, падаль.

Ум — способность ощущать плотности образов и стекать с них.

Понятия, относящиеся к разделу

«Основы кресения»

Несдержанность — выпускание из себя тех желаний, что были накоплены из-за сдержанности.

Позволение — состояние, когда ты не сдерживаешь (не совершаешь усилия по сдерживанию) свои внутренние душевные движения. Когда ты живёшь жизнью своей души и решаешь её задачи, позволяя её движениям и порывам воплощаться. По большому счёту (в масштабе всей жизни), позволение — это состояние, когда ты позволяешь своей душе вести тебя по жизни. В состоянии позволения ты, не теряя устремлённости своей души, позволяешь миру быть, входить в твою жизнь: например, учить, совершенствовать, очищать, подправлять и пр.

Самокат (клубок-самокат) — один из видов позволения, а именно, позволение душе прийти к ответу на волнующий её вопрос. В частности, на вопрос о причинах возникновения в твоём сознании помехи. Это душевное движение воплощается через речь. Быть в состоянии самоката — значит позволить этой речи прозвучать. Ничего не сдерживая, не обдумывая, катить, как идёт изнутри. Если пойти вслед за желанием своей души очиститься, она приведёт тебя к истокам — развилке, в которой твоя судьба искривилась. В этом случае самокат будет говорением в позволении, ведущим тебя по нити судьбы в прошлое. Самокат можно катить и в будущее.

Иста — образ без наслоений, самая суть, то есть изначальный образ по божественному замыслу.

Вопрошание — состояние, когда человек всецело жаждет найти ответ на главный вопрос самопознания: «Кто я?» Вопрошание идёт от потребности души вернуть себя к исте.

Нить судьбы — цепочка образов, которыми жизнь запечатлелась в сознании (прожитая часть нити судьбы) и которые тебе предначертано и ещё предстоит прожить (будущая часть нити судьбы).

Истина — то, что есть на самом деле (естина). Например, движение, идущее от самой души.

Ложь — плёнки, слои сознания, вложенные между тем, что исходит из твоей души, и тем, что ты выдаёшь наружу.

Лживость — состояние, когда в тебе присутствуют плёнки лжи, искажающие то, что идёт от твоей души.

Искренность — состояние, когда отсутствуют плёнки лжи и душевное движение воплощается в тель напрямую (без прохождения через дополнительные слои сознания).

Осознавание — освоение знания. «На входе» осознания ты имеешь пустой образ, форму (просто информацию, пустые слова) или ряд непонятно как связанных друг с другом образов. А «на выходе» ты получаешь образ принципиально другого качества. У доселе пустых для тебя слов появляется наполнение, а, казалось бы, несвязанные друг с другом вещи укладываются в цельную картину и обретают смысл.

Кресение (кресенье) — движимая вопрошанием искренняя речь в самокате с осознанием по ходу, разжигающая в душе очистительный огонь (крес).

Воскресение (воскресенье) — движимая вопрошанием искренняя речь в самокате с осознанием по ходу, выжигающая чужеродное очистительным огнём своей души (кресом).

Несколько слов о верном употреблении слов «кресить» и «воскресить». Кресить дословно означает «высекать огонь». Следовательно, кресить имеет смысл только то, что способно разгореться. В человеке это душа. Таким образом, кресить можно только душу или в более общем смысле — себя (креситься). Соответственно, и воскресить можно тоже только душу или себя. А вот что касается помехи (духовной грязи), то её в результате кресения можно выжечь или, другими словами, выкресить.

Понятия, относящиеся к разделу «Методика кресения»

Помеха — то, что мешает при продвижении души по своему пути. Причиной помехи является грязь в духовном составе человека.

Гамуха — грязь в сознании, являющаяся причиной обнаруженной помехи.

Исповедь — вид крещения, используемый при работе с помехами, которые вошли и удерживаются в сознании по собственной воле.

Выбор — инструмент прокладывания и изменения своей судьбы. Является проявлением воли человека идти к Богу (через приближение к своей исте) или отдаляться от него.

Решение — инструмент закрепления выборов. Является образом действия, в который вложена сила, делающая этот образ правящим.

Клятва — дополнительное действие, налагаемое на сказанные слова (в том числе и на принятое решение) для того, чтобы придать им дополнительную крепость.

Западок — загрязнение, которое вошло в сознание помимо собственной воли, а именно в тот момент, когда из-за повреждения тела сознание мутилось или была его потеря. Такого рода загрязнения называют западком (охотничий термин, означающий ловушку), потому что сначала в него, как в западню, попадают чужие «духи», а затем в него как в западню попадаешь ты сам (в те моменты, когда западок просыпается в твоём сознании).

Гвор — пузырь в сознании.

«Чужой дух» — образы, впитанные сознанием во время образования западка.

Сумасшествие — состояние человека, когда в его сознании просыпается западок, а человек этого не ощущает. В этот момент человек начинает жить тем, что «записано» в его западке. Можно сказать, что он теряет себя, свой ум, сходит со своего ума.

Понятия, относящиеся к разделу «Формы работы в кресении»

Писанка — инструмент для самостоятельной работы в кресении.

Душевная беседа — инструмент для совместной работы в кресении с помехами, вошедшими в сознание по собственной воле.

Зерцало — инструмент для совместной работы в кресении с помехами, вошедшими в сознание помимо собственной воли.

Крёсный — человек, который помогает креснику духовно очиститься.

Кресник — человек, который духовно очищается с помощью другого человека.

Зеркало — состояние, в котором пребывает крёсный, чтобы отобразить состояние кресника.

Вершаль — другое название крёсного. Образовано от «вершало» — зеркало. В этом названии подчёркнута главная задача крёсного — отображать, зеркалить (что по-офенски звучит как «вершить»).

Зеток — другое название кресника. Образовано от «зетить» — говорить, обманывать и смотреть. В этом названии подчёркнут способ работы кресника. Во-первых, кресник говорит (очищение происходит через речь). Во-вторых, он говорит так, как всё уложено в его сознании, а значит, в чём-то лжёт. И в-третьих, произнося фразы, он отслеживает в них неточности (ложь) и подправляется с тем, чтобы выйти на искренность и назвать имя своей помехи.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

- [1] Андреев А. Магия и культура в науке управления / А. Андреев. — СПб.: Тропа Троянова, 2000. — 590 с. — (Мир Тропы).
- [2] Андреев А. Очерки русской этнопсихологии / А. Андреев. — СПб.: Тропа Троянова, 1998. — 254 с. — (Мир Тропы).
- [3] Афанасьев А.Н. Народные русские сказки. Полное издание в одном томе / А.Н. Афанасьев. — М.: «Издательство АЛЬФА-КНИГА», 2008. — 1087 с.: ил.
- [4] Афанасьев А.Н. Поэтические воззрения славян на природу. В трех томах. Том первый / А.Н. Афанасьев. — М.: Современный писатель, 1995. — 416 с. — (Славянский мир).
- [5] Афанасьев А.Н. Поэтические воззрения славян на природу. В трех томах. Том второй / А.Н. Афанасьев. — М.: Современный писатель, 1995. — 400 с. (Славянский мир).
- [6] Афанасьев А.Н. Поэтические воззрения славян на природу. В трех томах. Том третий / А.Н. Афанасьев. — М.: Современный писатель, 1995. — 416 с. (Славянский мир).
- [7] Гессе Г. Сиддхартха. «Библиотека Флорентия Павленкова». Биографическая серия. Том третий. «Будда Шакьямуни. Конфуций. Мухаммед. Франциск Ассизский: Биографические повествования» / Г. Гессе; пер. В.Д. Прозоровская. — Челябинск: Урал LTD, 1997.

- [8] Ле Гуин У. Земноморье: Фантастические произведения / У. Ле Гуин; пер. с англ. И. Тогоевой. — М.: Эксмо, 2006. — 1200 с.
- [9] Даль В.И. Толковый словарь живого великорусского языка. В 4т. Т. 1: А-З / В.И. Даль. — 4-е изд., стереотип. — М.: Рус. яз.-Медиа, 2007. — LXXXVIII, 699, [9] с., 4 с. ил.
- [10] Даль В.И. Толковый словарь живого великорусского языка. В 4т. Т. 2: И-О / В.И. Даль. — 4-е изд., стереотип. — М.: Рус. яз.-Медиа, 2007. — 779, [3] с., 1 портр.
- [11] Даль В.И. Толковый словарь живого великорусского языка. В 4т. Т. 3: П / В.И. Даль. — 4-е изд., стереотип. — М.: Рус. яз.-Медиа, 2007. — 555, [3] с., 1 портр.
- [12] Даль В.И. Толковый словарь живого великорусского языка. В 4т. Т. 4: Р-В / В.И. Даль. — 4-е изд., стереотип. — М.: Рус. яз.-Медиа, 2007. — 683, [3] с., 1 портр.
- [13] Словарь русского языка в четырех томах / под ред. А.П. Евгеньевой. — 3-е изд., стереотип. — М.: Русский язык, 1985–1988.
- [14] Ершов П.П. Конёк-горбунок. Стихотворения. «Библиотека поэта». Большая серия / П.П. Ершов. — Л.: Советский писатель, 1976.
- [15] Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. — М.: Прайм-Еврознак, 2003. — 672 с.
- [16] Озаровская О.Э. Пятиречие / О.Э. Озаровская. — СПб.: Тропа Троянова, 2000. — 543 с. (Полное собрание русских сказок. Довоенные собрания. — Т. 4).
- [17] Срезневский И.И. Материалы для словаря древнерусского языка. Том I. А-К / И.И. Срезневский. — СПб.: Знак, 2003.
- [18] Срезневский И.И. Материалы для словаря древнерусского языка. Том II. Л-П / И.И. Срезневский. — СПб.: Знак, 2003.

- [19] Срезневский И.И. Материалы для словаря древнерусского языка. Том III. Р-Я. Дополнения от А до Я / И.И. Срезневский. — СПб.: Знак, 2003.
- [20] Русские заговоры и обереги / сост. Т.М. Тарасова. — М.: Яуза, 1998. — 224 с.
- [21] Фасмер М. Этимологический словарь русского языка в четырех томах / М. Фасмер; доп. О.Н. Трубачев. — 2-е изд., стереотип. — М.: Прогресс, 1986–1987.
- [22] Философский словарь / под ред. И.Т. Фролова. — 7-е изд., перераб. и доп. — М.: Республика, 2001. — 719 с.
- [23] Цыганенко Г.П. Этимологический словарь русского языка / Г.П. Цыганенко. — 2-е изд., перераб. и доп. — К.: Рад. шк., 1989. — 511 с.
- [24] Шевцов А.А. Введение в самопознание / А.А. Шевцов. — СПб.: Тропа Троянова; Издательское товарищество «Роща Академии», 2003. — 605 с. — (Школа самопознания).
- [25] Шевцов А. Кресение / А. Шевцов. — Иваново: Издательское товарищество «Роща Академии», 2007. — 383 с.
- [26] Шевцов А.А. Очищение. В 3 томах. Том 3. Русская народная психология / А.А. Шевцов. СПб.: — Тропа Троянова, 2006. — 616 с. — (Школа самопознания).



СОДЕРЖАНИЕ

Благодарности	5
Об истоках знаний	7
Введение	11
Глава 1: О духовном очищении	15
Суть очищения	15
Предмет духовного очищения	18
Может ли дух быть предметом духовного очищения.....	19
Может ли душа быть предметом духовного очищения.....	20
Может ли сознание быть предметом духовного очищения.....	22
Может ли тело быть предметом духовного очищения.....	27
Может ли ум быть предметом духовного очищения.....	29
Понятие грязи в духовном очищении	30
Грязь в душе.....	30
Грязь в сознании.....	31
Грязь в теле.....	32
Суть духовного очищения	35
Духовное очищение как путь	36
Посредством чего происходит очищение	39
Огонь.....	40
Вода.....	41

Воздух.....	43
Земля.....	45
Божественное.....	46
Очищающая природа души и тела.....	47
Глава 2: Основы кресения.....	53
Быть в позволении.....	54
Сдержанность.....	54
Позволение — состояние, не относящееся к сдержанности.....	62
По-из-волеию.....	64
Решиться проявить себя, каков ты есть на самом деле.....	66
Проходить через мир к своей цели.....	67
Быть в себе и быть хозяином.....	70
Воспользоваться божественной помощью мира.....	70
Быть в самокате.....	71
Что такое самокат.....	71
Переход в позволение в ходе кресения.....	78
Быть в вопрошании.....	78
Что такое вопрошание.....	78
Возвращение вопрошания в ходе кресения.....	86
Быть искренним.....	86
Что такое искренность.....	86
Достижение искренности в ходе кресения.....	88
Быть в осознании.....	91
Кресение — особая речь.....	96
Глава 3: Методика кресения.....	105
Обнаружение помехи.....	106
Понятие помехи.....	106

Как обнаружить помеху.....	110
Виды грязи, проникающей в духовный состав человека.....	119
Вычищение помехи, образовавшейся в сознании по собственной воле.....	123
Тропление.....	123
Распускание узла силы.....	134
Отмена решения.....	138
Выжигание и растворение гамухи.....	145
Взятие урока для души.....	147
Изменение выбора и исправление своей судьбы.....	147
Вычищение помехи, вошедшей в сознание помимо собственной воли.....	160
Обнаружение и описание странности.....	169
Тропление западка.....	172
Заключение договоров.....	175
Прохождение западка.....	176
Выстраивание нового образа дела.....	186
Проверка.....	187
Глава 4: Формы работы в кресении.....	193
Душевная беседа.....	195
Задача крёсного в душевной беседе.....	196
Задача кресника в душевной беседе.....	203
Зерцало.....	208
Задача крёсного в зеркале.....	208
Задача кресника в зеркале.....	211
Писанка.....	212
Правила безопасности при работе с писанкой.....	213
Особенности работы с писанкой.....	215

Глава 5: Трудности освоения кресения	223
Недостаток понимания	224
Неверно или неглубоко уложены понятия.....	224
Недопонята методика кресения.....	225
Недопоняты формы работы в кресении.....	236
Не освоены навыки	237
Не освоены состояния, в которых делается кресение.....	238
Не освоены прикладные приёмы.....	238
Не освоены различные формы работы в кресении.....	239
Недостаток способностей	239
Неспособность видеть определённые виды помех.....	239
Неспособность увидеть помеху кресению.....	240
Неспособность чують ложь.....	240
Неспособность отслеживать все мысли.....	240
Неспособность отслеживать сбои в самокате.....	241
Наличие помех	241
Наличие личностных целей.....	242
Наличие сомнений.....	244
Наличие страхов.....	246
Следы былых поражений в кресении.....	248
Заключение	251
Словарь понятий	255
Список литературы	262
Содержание	266

*И до войны
Мне не добраться никогда,
Моя безумная звезда
Ведет меня по кругу.
Не потерять бы в серебре её одну
Заветную.*

«Серебро», «Би-2»

Душа приходит сюда с задачей, масштаб которой соответствует тебе настоящему. А ты мельчаешь и ломаешься. И когдаходишь в силу, и приходит пора воплощать, ты уже сдался, уже считаешь себя обычным и не веришь в то, что у тебя могло быть какое-то большое предназначение. В серебряной россыпи мелочных целей ты теряешь ту единственную... Начинаешь ходить по кругу. И так и не успеваешь добраться до настоящей битвы, ради которой пришёл сюда. И так раз за разом...

Наша Школа для тех, кто отчаянно хочет не потерять в серебре *«её одну заветную»*. Хотя бы раз за много воплощений не разменяться и сделать что-то настоящее. Хотя бы раз не проиграть и пройти по своему достоинству.

Мы создали эту школу для тех, кто сделал своей целью духовное становление. Становление — это состояние, которое наступит, когда ты будешь в силах принять свой путь, встать на него, выпрямиться во весь рост и пойти по нему самостоятельно. Становление — это жизненный этап, когда больше никто не может быть тебе учителем, кроме самой жизни. Становление — это время вести за собой других, время раскрыть и дать этому миру то, что ты принёс в своей душе.

Согласно словарю С.И. Ожегова, одно из значений слова «становление» — «возникновение, образование чего-н. в процессе развития». Если применить это определение к душе, становится видно, что в результате становления душа обретает такую зрелость, которая будет сопоставима с рождением тебя нового. В восточных учениях обретение такого состояния называют вторым рождением.



ШКОЛА

Становления

Каждая душа — это целая Вселенная.
Наша школа — это место, где вызревают, проходят муки родовспоможения и являют себя на свет такие вселенные.

КУРС СТАНОВЛЕНИЯ

Путь ко второму рождению описан у русского народа в сказках, которые В.Я. Пропп поместил в категорию «волшебных». Этот путь заключается в последовательном прохождении «царств», другими словами, в последовательном очищении определённых слоёв сознания. Именно эта последовательная очистительная работа, приводящая к обретению определённых качеств, положена в основу нашего курса:

Нулевой круг: «Освоение кресения»

I круг: «Обретение душевного покоя»

Благодаря работе с обидами и душевной болью на этом круге обретается душевный покой и достигается внутренняя тишина.

II круг: «Раскрытие жизненной силы»

На этом круге возвращается жизнь и обретается сила, необходимая для того, чтобы развернуть свой мир и исполнить своё предназначение.

III круг: «Обретение мудрости»

Задачи круга: сделать жизнь цельной, высвободиться из общественных ловушек, совершенствовать свой разум.

IV круг: «Раскрытие душевной силы»

Круг посвящен раскрытию способностей, которыми обладает душа. В ходе прохождения круга человек раскрывает свою душевную силу.

ОТЗЫВЫ УЧЕНИКОВ

«Спасибо вам за то, что существует Школа. Я вдруг почувствовала еще сильнее ее волшебство. Благодаря ей я стала крепче стоять на ногах, стала мудрее, способнее и бесстрашнее. У меня появилось желание отдавать миру что-то, а не прятаться и бояться его. Оглядываясь назад, я даже упомянуть не могу, какой я была до школы.»

«Мне каждый раз кажется, что вот уж ну больше вот ээээтого — ну и не было, и уже невозможно... и каждый раз я ошибаюсь. Не передать никакими, даже самыми лучшими словами, как я вам благодарна. Дай вам Бог сделать на этой земле то, за чем вы пришли! То, что вы делаете, — само по себе такое чудо... как зажигать звезды, мне кажется, не меньше...»

«Что-то такое вы своей жизнью делаете, что меняет мою, и не только — и плевать, откуда вы научились, и кто вас признал а кто нет — я же видела своими глазами, так внукам и расскажу — брала науку у трех простых русских людей, обычных людей, которые хотели жить как люди и жили как люди. Вот за это возвращение надежды — спасибо».

КОНТАКТЫ

сайт: <http://www.stanovlenye.ru>
e-mail: sos@stanovlenye.ru
тел.: +7 (916) 276-68-70

Кухарева Лилия Васильевна

ПРАКТИКА ДУХОВНОГО ОЧИЩЕНИЯ

От кресения к воскресению

Научный редактор: А.Н. Кухарев

На цветных вкладках рисунки к русским народным сказкам художника М.В. Казимир.

В оформлении книги использованы орнаменты из книги «Русский орнамент в старинных образцах ткани, эмаль, резьба из дерева и кости, обронное, чеканное и литейное дело». Издание общества поощрения Художников. Исполнил Н. Симакон. С.-Петербург. 1882 г.

Подписано в печать 05.04.2012.

Формат 60x84/16. Усл. п. л. 15,81.

Тираж 2000 экз. Заказ №

ООО «Амрита»

109153, Москва, ул. Моршанская, д. 3, корп. 1

тел./факс (499) 264-05-89, тел. (499) 264-05-81

e-mail: info@amrita-rus.ru www.amrita-rus.ru

Книга почтой: 107140, Москва, а/я 37

тел. 8 (499) 264-73-70

По заявке оптовиков осуществляется
электронная рассылка полного книжного каталога

Отпечатано в полном соответствии
с качеством предоставленных диапозитивов