

Практики, меняющие жизнь

ОБРЕТИ СИЛУ  
**КАРЛОСА  
КАСТАНЕДЫ**

**50 ПРАКТИК**  
ДЛЯ РАЗВИТИЯ СВЕРХСПОСОБНОСТЕЙ



Марк БАКНЕР

Практики, меняющие жизнь

Марк Бакнер

**Обрети силу Карлоса  
Кастанеды. 50 практик для  
развития сверхспособностей**

«Издательство АСТ»

2014

## **Бакнер М.**

Обрети силу Карлоса Кастанеды. 50 практик для развития сверхспособностей / М. Бакнер — «Издательство АСТ», 2014 — (Практики, меняющие жизнь)

Карлос Кастанеда – преподаватель антропологии, лектор и писатель, доктор философии, могущественный маг, загадочный нагваль, глава целой магической династии, создатель уникальной системы знаний. Система, которая оказалась поистине спасительна для всех, кто оказался в трудных обстоятельствах, кому приходится выживать в сложных условиях подавления личности, неприятия со стороны окружающих, одиночества, или просто ситуаций, когда все дороги кажутся тупиковыми, ничего не ладится и теряется ощущение смысла жизни. Эта книга – тренинг на основе системы Карлоса Кастанеды, разработанный именно для тех, кто хочет не только читать его книги, но и начать действовать, обретая власть над своей судьбой и окружающим пространством. Упражнения, которые вы найдете в книге, органически вытекают из текстов Кастанеды. И вместе с тем тренинг построен с учетом законов психологии и современных наук о человеке. Все упражнения протестированы на предмет безопасности. В них не используются приемы, потенциально способные причинить какой бы то ни было вред.

## Содержание

Вступление. Путь воина духа.	6
Как обрести смысл существования и начать жить в полную силу	6
Маги – те, кто сами творят свой мир, свою жизнь, самих себя	8
Если вас тянет на этот путь – значит, вас выбрала Сила!	8
Будьте готовы и к тому, что при тренировках по системе Кастанеды у вас могут открыться некоторые «особые» способности	9
Эта книга для тех, кто хочет наполнить смыслом каждый миг своего бытия	9
Глава 1.	11
Мир совсем не таков, каким мы привыкли его видеть	11
Практика	11
Мир – скопление энергетических полей. Человек – светящееся яйцо	13
Практика	13
Тональ и нагуаль: мир видимый и мир реальный. «Неделание» как способ прикосновения к реальности	14
Конец ознакомительного фрагмента.	16

# Марк Бакнер

## Обрети силу Карлоса Кастанеды. 50 практик для развития сверхспособностей

Я читал и перечитывал книги Кастанеды на протяжении последних 10 лет, и никак не мог совместить изложенную в них «теорию» с реальной жизнью. Меня увлекало повествование, но понять – как же применить все это на практике – у меня не получалось. Теперь эта проблема решена, как будто пазл сложился, все недостающие детали заняли свое место – после прочтения этой книги и выполнения психологических упражнений я наконец-то понял, о чем на самом деле идет речь в книгах этого знаменитого «воина-мага»!

*Олег Б.,  
Москва*

Прочел книгу и передо мной как будто распахнулась дверь в мир Карлоса Кастанеды! Дверь, в которую я стучался столько лет!

*Николай К.,  
Петрозаводск*

Замечательное изложение удивительной системы великого мастера, доступное, но не примитивное. Да, кто-то доходит до такого понимания и сами, интуитивно, но – далеко не все. Эта книга дает толчок, помогает переключить что-то внутри себя и решиться на поиски нового пути, пути к лучшей жизни, к настоящей жизни!

*Ольга С.,  
Днепропетровск*

Наконец-то появилось достойное, проработанное «пособие» по освоению пути воина! Сам я давно практикую систему Кастанеды, и небезуспешно, но часто сталкиваюсь с тем, что объяснить многие вещи (понятные мне самому) кому-то из своих знакомых оказывается очень трудно. Теперь я просто дам им почитать эту книгу и думаю, мы сможем в дальнейшем лучше понимать друг друга.

*Сергей Н.,  
Южно-Сахалинск*

Честно сказать, имя Карлоса Кастанеды меня всегда несколько настораживало. Я несколько раз пыталась читать его книги, но быстро «вязла» в необычных образах, путалась в терминах... С интересом и удовольствием прочла эту книгу-тренинг и убедилась, что все не так страшно, как мне казалось – чувствую, что теперь я смог прочесть и оригинальные книги и разобраться в них.

*Анна К.,  
Саратов*

Эта книга на самом деле меняет все – образ мыслей, взгляд на мир и саму жизнь! Стоит только начать читать и решиться сместить точку сборки!

*Елена Р.,  
Санкт-Петербург*

## **Вступление. Путь воина духа.**

### **Как обрести смысл существования и начать жить в полную силу**

Карлос Кастанеда – это имя окутано ореолом тайны. Кто он – преподаватель антропологии, лектор и писатель, доктор философии, или могущественный маг, загадочный нагваль, глава целой магической династии? У этого необыкновенного человека множество лиц. В своей жизни он выступал в различных ипостасях, и даже известен был под множеством имен.

Рассказав о себе так много в своих книгах, Кастанеда все же остается загадочной, непостижимой фигурой, словно бы окутанной мистическим туманом. Но могло ли быть иначе, если загадочность и непостижимость мира, в котором мы живем, а также непостижимость человека в этом мире – одна из сквозных тем всех написанных им произведений.

**Мир – это великая и прекрасная загадка, и не менее великая загадка – человек.**

Мы подчас забываем об этой загадке в своих повседневных делах и хлопотах. Но однажды, остановившись на мгновение, вдруг осознаем, что теряем самих себя и упускаем свою единственную жизнь, которая проходит в пустой бессмысленной суете. Мы останавливаемся и начинаем искать ответы на вопросы: кто мы и зачем живем, как вырваться из бесконечной полосы проблем и страданий, как найти себя, как обрести смысл существования и начать жить в полную силу, как научиться быть счастливыми, как победить обстоятельства и взять свою жизнь под собственный контроль... И вот тут нам на помощь может прийти Карлос Кастанеда, профессор антропологии и маг, ученик индейского мага дона Хуана, писатель, ученый, и нагваль...

Казалось бы, что нам Кастанеда и его учение – нам, жителям России второго десятилетия XXI века? Что нам нагвали и мексиканские шаманы, со всеми своими почти фантастическими приключениями, превращениями, полетами в иные реальности, общением с бестелесными неорганическими существами? Но сколько бы ни было в книгах Кастанеды того, что кажется подчас фантастикой, порождением неумемного воображения талантливого писателя-мистика, – за всем этим ясно просматривается очень четкая, разумная, а главное – действенная система самовоспитания и саморазвития, приводящая к совершенно новому качеству жизни.

Карлос Кастанеда (настоящее имя Карлос Арана) родился, по одним данным, в 1925 году, по другим – в 1931, по третьим – в 1935. Такая путаница в датах и именах (и не только в них) связана, возможно, с тем, что Кастанеда, согласно заветам своего учителя дона Хуана, не афишировал свою личную историю, а иногда и намеренно окутывал ее туманом.

Достоверно известен лишь факт, чисто интерес к этнографии и антропологии привел его в Калифорнийский университет в Лос-Анджелесе, где в 1968 году он получил степень магистра, а в 1972 году – доктора философии за свои книги о системе знания мексиканских магов, переданной ему доном Хуаном. Эти книги практически сразу стали знаменитыми. В нашей стране они были впервые опубликованы в конце 80-х годов XX века и до сих пор остаются в списке бестселлеров.

Именно система, описанная в книгах Карлоса Кастанеды, позволила не только выжить, но и продолжить род, сохранив свою самобытность и культуру, многим представителям индейских племен во времена нашествия конкистадоров, не щадивших местное население и местные обычаи. Способ выжить для большинства был лишь один: перейти на сторону завоевателей, отказавшись, по сути, от самих себя. Сломив свой дух и превратившись в рабов. Иным способом выжить не могли даже герои.

Но те, кого Кастанеда называет магами – выжили. В условиях, в которых выжить, казалось бы, невозможно. А главное – сохранили себя, не только не позволили сломить свой дух, но даже стали крепче и сильнее, а также обрели множество невероятных способностей, о которых обычные люди и мечтать не могут.

И до сих пор эта система знания поистине спасительна для всех, кто оказался в трудных обстоятельствах, кому приходится выживать в сложных условиях подавления личности, ограничения прав и свобод, моральной и физической угнетенности, отверженности и неприятия со стороны окружающих, одиночества, или просто ситуаций, когда все дороги кажутся тупиковыми, ничего не ладится и теряется ощущение смысла жизни.

Конечно, обстоятельства жизни большинства из нас не сравнимы с теми, что были у индейцев во времена конкистадоров. Но и легкой нашу жизнь уж точно не назовешь. Действительность то и дело бросает нам вызов. А потому неудивительно, что книги Карлоса Кастанеды не утрачивают своей привлекательности и продолжают пользоваться популярностью у российских читателей в течение вот уже не одного десятилетия.

Но найти в книгах Кастанеды то, что способно стать поистине вашим спасением, не так-то легко. Для этого нужно быть, по меньшей мере, очень внимательным и вдумчивым читателем. Эти книги таковы, что к ним требуется возвращаться неоднократно, читать и перечитывать, вновь и вновь докапываясь до истины.

Представляя собой детальный, подробнейший отчет об уроках дона Хуана, а затем о самостоятельных шагах Карлоса Кастанеды на пути нагваля – главы партии магов, книги вовсе не содержат четкой методик, которую читатель мог бы самостоятельно применять на практике. Кастанеда и не ставил цели создать такую методику. Он просто описывал все то, что было с ним, стараясь не упустить ни одной детали. Чтобы все это осмыслить и по-настоящему понять, ему самому потребовалось время, и немалое.

Требуется оно и читателям, но далеко не все из них готовы к такому вдумчивому, углубленному осмыслению. К сожалению, неглубокий, поверхностный взгляд на систему знаний, изложенную Кастанедой, приводит иногда к откровенному искажению его учений. Появляются целые группы людей, называющие себя «последователями Кастанеды», но на самом деле усвоившие из его книг едва ли самый верхний, неглубокий слой.

Так, некоторые считают, что главное в книгах Кастанеды – это описание опыта применения экзотичных психотропных средств. Обычно это люди, ограничившиеся лишь поверхностным знакомством с двумя первыми книгами Карлоса Кастанеды – «Учение дона Хуана» и «Отдельная реальность». Однако уже во введении к третьему тому – «Путешествие в Икстлан» – Кастанеда признается: его предположение относительно важной роли психотропных растений в деле постижения уроков дона Хуана – ошибка. На определенном этапе обучения дон Хуан вынужден был применять эти растения, так как не видел другого способа «раскачать» неподатливого и упрямого Карлоса на восприятие новой для него системы знаний. Но дальнейшее их применение сам дон Хуан называл опасным и вредным. Они были противопоказаны даже «непробиваемому» Кастанеде. Что же говорить о нас, жителях XXI века, чья психика и без того «раскачана» бешеным ритмом жизни и непрерывно обрушивающимся на наши головы мощным информационным

потоком. Психику большинства современных людей требуется не раскачивать, а стабилизировать.

По самой своей сути система, описанная в книгах Кастанеды, направлена именно на стабилизацию и усиление психики, нервной системы. Эта система делает человека сильнее во всех отношениях. Она закаляет дух, дает трезвость восприятия и ясность ума, помогает обрести устойчивость перед любыми трудностями и ударами судьбы. Она позволяет выработать самодисциплину, стать хозяином самого себя и своей жизни, действовать максимально эффективно в любой ситуации, и выходить победителем там, где другие обречены на поражение.

## **Маги – те, кто сами творят свой мир, свою жизнь, самих себя**

Магия – не лучшее слово для обозначения этой системы, о чем не раз говорил сам Кастанеда. Оно используется в данном случае весьма условно. Маги в книгах Кастанеды – это вовсе не колдуны и волшебники, творящие заклинания и магические пассы. Они – маги, потому что сами творят свой мир, свою жизнь, самих себя, и делают это при помощи силы духа и безупречной чистоты намерения.

Они – маги, но прежде всего они воины духа. Они – видящие, они – знающие, потому что видят и знают истину о мире и о самих себе.

Это воины, которые не воюют в общепринятом смысле слова – но каждый миг своей жизни они ведут битву за самих себя – с самими же собой.

Они воюют со свойственной каждому из нас способностью жить как во сне, не ведать что творим, то и дело совершать неосознанные поступки. С привычкой без конца «проходить через одну и ту же ерунду» обид, самосожалений, попыток возвыситься в чьих-то глазах. Со склонностью к глупым и бессмысленным действиям, «фигурам перед зеркалом», которые нам самим кажутся верхом совершенства, а на самом деле просто уродливы.

Тот, кто не сдастся, кто не соглашается жить как во сне – тот рано или поздно откроет глаза духа, и откажется от всего того пустого существования, которое раньше он называл жизнью – ради жизни подлинной, жизни яркой, насыщенной, ради расцвета всех своих сил и возможностей, ради того, чтобы из жалкого слабого существа превратиться в могучего, бесстрашного, свободного, неуязвимого воина, имеющего власть над реальностью.

## **Если вас тянет на этот путь – значит, вас выбрала Сила!**

Если вы, открыв книги Карлоса Кастанеды, нашли там что-то, что не оставило вас равнодушным, зацепило, вдохновило, взбудоражило, обнадружило, – значит, этот путь ваш. Ведь «этот путь добровольцев не принимает». И если вас тянет на этот путь – значит, он сам выбрал вас. Потому что вас выбрала Сила.

Но чтобы идти по этому пути – одних книг мало. Нужна постоянная практика. Если от чтения не перейти к практике – вдохновение быстро сменится разочарованием, а затем и унынием. Так бывает даже у ярых поклонников Кастанеды, которые, будучи очарованы его книгами, не знают, как начать применять полученное знание на практике. И постепенно очарование проходит, и начинаются сомнения: если я так много знаю, а в моей жизни ничего не меняется – зачем мне это знание?

По-настоящему знать – это означает применять на практике. Это означает жить в соответствии с этим знанием. Иначе знание мертво.

Но в книгах Кастанеды, как мы уже говорили, нет четких методических указаний. Что же делать тем, кто хочет не просто читать, постигая все новые и новые пласты мудрости и знания, – а кто хочет жить и действовать как воин, кто хочет в реальности идти путем, проложенным Карлосом Кастанедой?

Данный тренинг был разработан именно для тех, кто хочет от чтения перейти к действию. Упражнения, которые вы найдете в книге, органически вытекают из текстов Кастанеды. Они созданы в единой с ними системе координат. И вместе с тем тренинг построен с учетом законов психологии и современных наук о человеке. Все упражнения протестированы на предмет безопасности. В них не используются приемы, потенциально способные причинить какой бы то ни было вред.

В упражнениях заложен лишь созидательный потенциал. Они направлены на созидание сильной в духовном смысле личности, обладающей развитым сознанием, самодисциплиной и силой, необходимой для позитивных перемен в себе и своей жизни.

## **Будьте готовы и к тому, что при тренировках по системе Кастанеды у вас могут открыться некоторые «особые» способности**

Эта система раздвигает границы восприятия, благодаря чему ученик, как минимум, становится более творческим человеком, у него пробуждаются скрытые ранее таланты и способности, открывается глубинное видение людей, вещей, явлений и событий.

Может быть, вы помните, как дон Хуан говорил Кастанеде, что многие маги являются поэтами, а поэты подчас не знают, что они – маги. Поэзия – способ глубинного познания мира, заглядывания в самую его суть. Именно это делают маги – видят мир иначе, не как обыватель, замечая лишь поверхностные его проявления, а как **люди знания**, которым открыта истина.

Вы начнете видеть эту истину о мире, о людях и о себе. Вас невозможно будет обмануть, так как вам всегда ясна будет суть происходящего.

Возможно, вы даже сможете читать мысли окружающих, проникать в их тайные помыслы.

Вы будете «видеть» насквозь – не обязательно в прямом смысле, не обязательно глазами (хотя вероятность проявления того, что называется ясновидением, тоже не исключена).

И никогда не поддадитесь обманчивому поверхностному впечатлению, а значит, не будете совершать ошибок, избавите себя от неверного выбора, не позволите никому «затуманить вам мозги». Это тоже означает – жить гораздо более эффективно, держать свою жизнь под собственным контролем.

Пусть эта книга станет для вас впечатляющим путешествием к самому себе. Откройте в себе того, кто пока еще скрыт – воина, наделенного могучим неуязвимым духом, огромной личной силой, ничем не ограниченной свободой.

Путь к себе – вот что показывает нам Карлос Кастанеда.

Это путь к свободе.

Это путь к мечте.

Это путь к бесстрашию.

Это, наконец, самый эффективный способ жить из всех, придуманных человечеством.

## **Эта книга для тех, кто хочет наполнить смыслом каждый миг своего бытия**

Этот путь ждет тех, кто обладает несокрушимым намерением пройти его до конца. Такое намерение может выработать каждый, кто понимает, что терять-то, в сущности, нечего, «кроме своих цепей», кроме той бессмысленной суеты, которую большинство называют жизнью, кроме

своего беспробудного сна, кроме вечного колеса неконтролируемой глупости, в котором человек способен крутиться всю жизнь, так и не поняв, кто он такой и для чего приходил на Землю.

Эта книга для тех, кто не хочет прийти к концу жизни с горьким прозрением, что жизнь потрачена впустую. Эта книга для тех, кто хочет наполнить смыслом каждый миг своего бытия. Кто хочет полностью реализоваться, кто мечтает жить с полной отдачей, наслаждаться каждым мгновением, и жить яркой насыщенной жизнью, постоянно чувствуя: я живу, я дышу, я еще здесь, и это ни с чем не сравнимо, это великолепно!

Не проспите свою жизнь! Открывайте для себя яркие краски бытия. Живите, а не прозябайте. Путь вам покажет Карлос Кастанеда, а эта книга станет путеводителем, помощником и подсказчиком в пути.

## Глава 1.

### Мир как он есть. Прорыв к подлинному видению

*Маги говорят, что мы находимся внутри пузыря. Это тот пузырь, в который мы были помещены в момент своего рождения. Сначала пузырь открыт, но затем он начинает закрываться, пока не запаяет нас внутри себя. Этот пузырь является нашим восприятием. Мы живем внутри этого пузыря всю свою жизнь. А то, что мы видим на его круглых стенах, является нашим собственным отражением.*

*Карлос Кастанеда. «Сказки о силе»*

### Мир совсем не таков, каким мы привыкли его видеть

Первое, чему учит дон Хуан Кастанеду – это изменение восприятия мира.

Непростое дело – осознать: **все, что мы видим вокруг себя – это лишь видимость.** Это отражение наших собственных представлений о мире, и не более того. По сути, мы воспринимаем лишь *описание* мира, а не сам мир. Это описание внедрено в нас с молоком матери. С самого рождения нас учат: вот это – стул, а это – стол, это – небо, а это – солнце, это – дерево, а это – цветок.

В итоге всю последующую жизнь мы не воспринимаем мир как таковой – мы словно ставим между собой и миром эти названия, ярлыки, собственные представления. Мы видим дерево, говорим себе «это дерево», и даже не вглядываемся в него. А зачем вглядываться – все и так понятно.

Вот так большинство людей и живут в мире, который кажется им понятным. На самом деле они живут не в реальном мире, а в иллюзорном мирке своих представлений. И только маги знают, что мир совсем не так понятен. Что за видимостью дерева может скрываться что угодно – неорганическое существо, «союзник», другой маг, неведомый дух, Сила, которой нет имени, а может, и смерть, отслеживающая война...

Потому что и дерево, и человек, и Сила, и вообще все на свете на самом деле представляет собой **энергетические поля**. Маг это знает. Маг видит энергию там, где обычный человек видит лишь внешний образ, который, как ему кажется, понятен и объяснений не требует. На самом деле этот образ создан лишь нашим восприятием. По большому счету он вообще не реален, это обман зрения, иллюзия.

Да, это очень непросто – отказаться от привычного и уютного мира, и осознать, что мир совсем не такой, каким нам кажется. Но тот, кто хочет обрести всю полноту силы и знания – тот должен это сделать. Потому что, живя в подчинении иллюзии, не зная правды о мире и о себе, невозможно быть сильным и свободным.

Участь обычного человека – плен иллюзий.

Участь мага и воина – сила, знание и свобода.

## Практика

*Начните постепенно приучать себя к мысли о том, что мир на самом деле не таков, каким мы его видим.*

*Время от времени в течение дня находите одну-две минуты, чтобы оглядеть окружающее вас пространство и сказать себе: «Это лишь видимость. На самом деле мир не таков».*

*Затем остановитесь взглядом на каком-то предмете (первом, какой попадется на глаза), и скажите себе: «Я вижу сейчас лишь свое представление об этом предмете. Я не знаю, какой он на самом деле».*

*Вы почувствуете, как обострится ваше восприятие. Вы уже не будете скользить поверхностным взглядом по предметам. Вы начнете всматриваться глубже, стараясь увидеть суть.*

## **Мир – скопление энергетических полей. Человек – светящееся яйцо**

Итак, мир представляет собой бесконечное скопление энергетических полей. Они похожи на совокупность бесчисленных нитей света. Человеческое существо также состоит из ните-подобных энергетических полей, образующих замкнутые скопления яйцевидной формы.

Человек – это светящееся яйцо, о чем дон Хуан не раз говорил Кастанеде. Но это светящееся яйцо не отделено от остального мира. При помощи пучка светящихся нитей, исходящих из области живота, каждый человек соединен со всем на свете – со всеми остальными энергетическими полями, составляющими мир.

Таким образом мир – это энергия, и человек – часть мира, неразрывно связанная с ним.

Многим из нас кажется, что представления об энергетической сути мира и человека – это всего лишь теория. Но для магов это не теория. Маги не верят теориям, они доверяют лишь собственному опыту. Многие поколения мексиканских магов видели эту энергию с древнейших времен. Они описывают лишь то, что видят, не создавая никаких теорий, а доверяя лишь практике.

Способность к такому видению доступна каждому, кто захочет ее развить. Но делать это не обязательно. Во-первых, видеть можно не только глазами, и физическое зрение здесь как раз не очень важно. Если у вас будет знание о том, что мир – это энергия, если у вас будет способность внутренне ощущать эту энергию – это равносильно видению.

Обладая таким видением, вы уже не будете придавать избыточного значения тем атрибутам внешнего мира, которые прежде казались вам значимыми. Вы будете четко разделять, где истина духа, а где лишь иллюзия, обман, видимость, которой является внешний, материальный мир. То есть вы уже не спутаете истинные ценности с ценностями видимыми, иллюзорными.

## **Практика**

*Вы можете обнаружить у себя свойство видеть энергию. Возможно, вы поймете, что видели ее уже много раз, просто не обращали на это внимания, так как моменты такого видения были очень короткими и часто проходили мимо сознания.*

*Проделайте такой эксперимент: в помещении, где нет яркого света (лучше в полутьме) вытяните вперед руку и поставьте свою ладонь перед собой так, чтобы она оказалась на фоне какого-нибудь темного предмета. Смотрите как бы сквозь ладонь, направляя взгляд вдаль, слегка рассеянным, несфокусированным взглядом.*

*Вы можете заметить нечто похожее на белесоватые лучики, исходящие от пальцев, или подобие белесого, а может, и цветного тумана вокруг пальцев, или некую тень, повторяющую контур пальцев. Это не обман зрения – это и есть энергия, или, аура, как ее называют в восточных традициях. Сейчас вы сквозь внешний мир, сквозь видимость увидели истинную суть мира.*

## **Тональ и нагуаль: мир видимый и мир реальный. «Неделание» как способ прикосновения к реальности**

Мир энергии – это мир, где обитает Сила. Этот мир находится там же, где и мы. Мы тоже по сути своей являемся частью этого мира. Но вы его не видим и не чувствуем, мы сами отделяем себя от Силы, потому что находимся в плену видимого, иллюзорного мира. Мы поработаны навязанными этим внешним миром заботами и проблемами. Мы поглощены самими собой, своими страданиями и переживаниями. Таким образом мы отдаем свою силу внешнему, иллюзорному миру. В итоге мы остаемся совершенно обескровленными в энергетическом смысле.

Удивительно ли, что у нас не хватает сил на то, чтобы быть счастливыми и здоровыми, чтобы принимать решения и исполнять их, достигать своих целей и быть хозяевами своей жизни?

Чтобы все это получить, надо избавиться от привычки впустую тратить силы, обслуживая иллюзию и видимость, и вместо этого подключиться к подлинному источнику силы – той Силы, которая приходит из неведомого вселенского источника, и частью которой мы на самом деле являемся.

Для этого нам надо прежде всего понять и ощутить саму двойственность мира, в котором мы живем. Есть мир видимый, привычный для нас, мир, где для каждого явления существует описание, – и мир энергии, Силы, мир Непознанного, непостижимый для человека, но все же реально существующий. В системе Кастанеды эти два мира получили названия **тональ** и **нагуаль**.

**Тональ** – это знакомый нам мир. Это мир, где существует наш дом, наши отношения с другими людьми, наша работа и прочие занятия, множество привычных предметов, где существуют наши знания, убеждения, представления о себе и о мире. Этот мир хрупок, потому что в масштабах вселенной он нереален, иллюзорен.

Но этот мир дает нам чувство устойчивости, хотя бы относительной стабильности. Мы просто перестанем быть людьми, если привычный мир тоналя вдруг разрушится, и мы окажемся на бескрайних просторах энергетических полей. В таком мире можно будет существовать лишь в качестве духа, но не человека.

Поэтому мир тоналя нужен нам. Не стремитесь его разрушить, это опасное занятие. Но вот знать об иллюзорности этого мира необходимо. И о том, что кроме этого иллюзорного мира существует мир настоящий – это мир **нагуалья**.

Нагуаль – это то, что человеку не дано понять. Как только мы даем нагуалю какое-то определение, он ускользает от нашего восприятия, и мы не замечаем, что опять имеем дело с тоналем.

Ведь то, что можно определить, относится к тоналю, а никак не к нагуалю. Нагуаль же неопределим по сути своей.

Может быть, это энергия? Нет, но это место («место» – конечно, условно), где пребывает энергия.

Это Сила? Нет, но это то, в чем пребывает Сила.

Это Бог, дух, душа? Может быть, это царствие небесное? Нет, нет и нет. Возможно, то, что подразумевается под Богом, духом, душой, царствием небесным – тоже там, в пространстве нагуалья.

Но там все это не имеет определений, лишено названий. Все, чему мы даем название, становится для нас чем-то привычным, и кажется нам понятным. А значит, перемещается в мир тоналя.

Мы не знаем, что такое нагуаль. Но знаем, что он существует. И можем в любой момент ощутить его присутствие, так как сами непосредственно связаны с ним.

Мы не можем разрушить тональ, да это и не нужно делать. Но мы можем ослабить свои связи с ним. Мы можем сделать так, чтобы все, связанное с тоналем, не тянуло из нас силы. Вместо этого мы можем, продолжая играть в игры тоналя, раз уж так требует наша реальность, прорваться к нагуалю, к его Силе, к бескрайней энергии, и к своей истинной сути – сути светящегося существа, энергетически связанного с бескрайними световыми полями вселенной. Это даст нам совершенно новые возможности для жизни, для самосознания и самоосуществления.

Это поможет нам прийти к самому продуктивному состоянию бытия, о котором дон Хуан говорил: воин живет в этом мире, но не принадлежит ему. Мы можем продолжать участвовать в своей обычной жизни, жить в привычном мире, но если мы выработаем чувство непринадлежности к этому ограниченному, иллюзорному миру, если мы будем принадлежать бескрайнему миру нагуаля, наполненному силой и исполненному истинной свободы – все наши действия в мире тоналя станут на несколько порядков продуктивнее. А главное – мы перестанем быть рабами реальности. Мы научимся управлять ею.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.