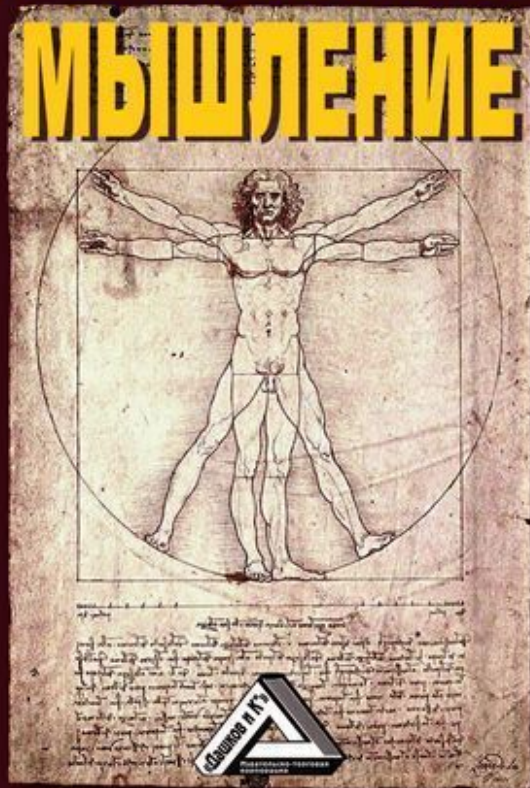


И. К. ЛАРИОНОВ

НЕВЕРБАЛЬНОЕ МЫШЛЕНИЕ



Игорь Константинович Ларионов

Невербальное мышление.

От мышления словами к мышлению смысловыми идентификациями

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42097269

Невербальное мышление (От мышления словами к мышлению смысловыми идентификациями) / И. К. Ларионов; Дашков и К; Москва;

2018

ISBN 978-5-394-02920-2

Аннотация

В книге изложена уникальная авторская концепция трансформации сознания человека на качественно новую ступень эволюции путем перехода от мышления словами к мышлению смысловыми идентификациями. Углубленное осмысление основ этого перехода дополняется рядом практических рекомендаций по его осуществлению. Для читателей, проявляющих интерес к преобразованию собственного сознания и освоению системы мышления на основе смысловых идентификаций. Эта система применима во всех отраслях знаний, в том числе в экономике и

социальном управлении, а также в области естественных наук и психологии.

Содержание

Введение	5
I. Медитация Нейто	10
Средство кардинально изменить вашу жизнь	10
Лозунги, мантры и мистические имена	14
Магия воли и магия Любви	19
Персонификация мантр	21
Подготовка к медитации	22
Аналитическое раздвоение личности	24
Новая и псевдоновая личность	26
Магнит духа	29
Учитель и ученик	32
Живые принципы в огне индивидуального творчества	33
Предмедитация	41
II. Специальная практика медитации	47
Вхождение в медитацию	47
Сосредоточение и концентрация внимания – скрытый механизм	52
Тайна жизненной силы	64
Конец ознакомительного фрагмента.	68

Игорь Ларионов

Невербальное мышление.

От мышления словами к мышлению смысловыми идентификациями

Введение

Книга адресована тем, кто серьезно намерен потратить немало времени и сил на пробуждение бессмертной сущности, скрытой внутри каждого человека. Потенции этой сущности покажутся многим людям невероятными. Но разве атомная энергия, телевидение и космические корабли не покажутся чудом дикарям, никогда не сталкивающимся с цивилизацией? Большинство попавших в сети вульгарного материализма являются в буквальном смысле слова дикарями в области внутреннего мира, окном в который является человеческая индивидуальность. В ней, по аналогии с атомом, скрыты грандиозные силы, причем созидательные. Духовный психотренинг – это путь к раскрытию таких сил.

Когда в людях пробуждается Дух, они часто впадают в од-

ну из двух крайностей. Те, кто начинают проникать в тайны мироздания исключительно путем раскрытия творческого начала, не могут реализовать открывающиеся перед ними возможности и серьезно подрывают свое здоровье, как психическое, так и физическое. Другие увлекаются психотренингом, йогой, выполняя упражнения механически, тем самым вступая на путь превращения в бессмертную живую “вещь”.

Мягкий путь в духовном психотренинге предполагает гармонический синтез обеих крайностей. Это – словно лазание по канату при помощи чередования усилий двух рук. Одна “рука” – творческое прозрение, другая – духовный психотренинг. Творческое понимание раскрывает в сознании то, каким образом нужно направлять усилия в духовном психотренинге. Опираясь на реализованное в нем, человек открывает в себе следующую ступеньку лестницы творческого восхождения в царство духа.

Всякое упражнение или духовно-психическая акция окажут совершенно различное, вплоть до диаметрально противоположного, воздействие на разных людей в зависимости от их индивидуально-личностных особенностей. Поэтому в книге, в отличие от многих других практических методик, не дается “жестких”, одинаковых для всех рекомендаций. Усвоивший основы “мягкого пути” в духовном психотренинге будет способен сам находить упражнения, приемлемые именно для него.

Духовный психотренинг опирается на эзотерическую науку о человеке, Вселенной, Боге.

Книга представляет собой концентрат принципиально новой для многих людей информации. Она служит пособием для крайне напряженной и длительной работы над собственной природой. Поэтому в любом случае на легкое чтение надеяться не приходится.

Опорные тезисы книги, переплетаясь, взаимно отражены друг в друге. По этой причине не удалось избежать некоторых повторений.

Существует широко распространенное в среде интересующихся эзотеризмом мнение, что серьезно изучать и практиковать методы раскрытия сверхсознания можно только под непосредственным руководством учителя. В Нейто¹ – новой ветви эзотеризма – ситуация совсем иная. Там учителем может быть лишь тот, кто способен читать сознание обучающегося, словно открытую книгу. Найти такого учителя в физическом теле почти невозможно, ибо тот, кто обладает такой способностью, предпочитает пребывать в более светлых и радостных мирах, оказывая оттуда духовную помощь тем, кто способен ее принять. В этом отношении книга может оказаться переходным мостом к контакту с теми, кто видит Истину. Если напечатанные слова воспринимаются с

¹ Нейто – это аббревиатура “нейтральной точки”. Всякое существо или объект в мироздании имеют как свою нейтральную точку, так и иерархию соподчиненных ей производных нейтральных точек.

открытым сердцем, то читающий проникает за их пределы, устанавливая непосредственный контакт с мыслями тех, кто дальше продвинулся по Пути. Именно в результате проникновения в ментальную и духовную сферы, насыщенные результатами духовных исканий и озарений адептов Истины на протяжении многих тысячелетий, а также соединения полученной таким путем информации с личным опытом, получены знания, оформленные в данной книге. Все ее недостатки автор принимает на свой личный счет. Все ее достоинства он относит на счет эзотерической мудрости, вечно парящей над океанами иллюзий, в которых разворачивается великое множество историй, подобных переживаемой земным человечеством.

Следует обратить внимание на то, что в зависимости от контекста термин “медитация” употребляется в книге в следующих значениях:

1. Особое состояние психики и физического тела между бодрствованием и сном.
2. Новое качество осознания, или его третье состояние, отличное как от бодрствования, так и от сна.
3. Углубленное, целенаправленное размышление по определенному руслу.
4. Различные упражнения по развитию навыков медитации.

Книга предлагает читателю систему психотренинга, впитывающую в себя многие духовные достижения самых раз-

личных школ.

Потребность в письменном руководстве по обобщенной интегральной системе медитации существует у многих, серьезно интересующихся эзотерическим знанием. Не случайно из практикующих ту или иную систему духовного психотренинга одни достигают успеха, а другие нет. Причина в том, что все известные системы неполны: в них отсутствуют многие необходимые элементы. Те, кто интуитивно угадывают недостающую часть, проникают в тонкие миры, не сознавая при этом всего комплекса делаемых ими усилий.

В справедливости сказанного каждый может убедиться на собственном опыте. Практикуя одни и те же упражнения медитации, человек в одни дни может быть весьма доволен их результатами, а в другие – все получается из рук вон плохо.

Точно так же те, кто развил в себе некоторые парапсихологические способности, в одних случаях могут их проявить, а в других – нет.

Представив практическое руководство по медитации, автор не претендует на исчерпывание им всех аспектов этой глубочайшей темы. К тому же это немислимо сделать в одной-единственной книге. Каждому, серьезно практикующему медитацию, необходимо копить и анализировать свой личный опыт. Интегральная медитация может стать в полном смысле таковой только по отношению к конкретному человеку, с учетом вбирания им в духовную практику алмазов собственного опыта.

I. Медитация Нейто

Средство кардинально изменить вашу жизнь

Истинная медитация происходит не в пространстве и времени физического мира, а за их пределами. Потому важна не длительность медитации, измеряемая земными часами, а ее качество.

Успех в медитации определяется нарастанием ее качества. Для этого необходимо обеспечение нескольких условий:

1. Предельное напряжение воли и внимания.
2. Это напряжение не только не должно сопровождаться напряжением (внутренним и внешним) физического тела, но, наоборот, происходить при полной релаксации внешних и внутренних мышц.

При такой релаксации воля и внимание обычно становятся вялыми, а сознание сравнительно быстро впадает в сон. Чтобы этого не произошло, необходимо создать особую точку опоры для воли и внимания.

3. Воля и внимание получают опору в создании особого настроя на медитацию.

Этот настрой достигается в результате предварительных (предмедитационных) размышлений. Они отличаются от самой медитации тем, что проводятся в самом обычном психофизическом состоянии, в то время как медитация предполагает его существенное изменение.

В основу предмедитационных размышлений целесообразно положить все углубляющееся осознание следующих положений:

1. Медитация – это единственный способ кардинально изменить жизнь и судьбу.
2. Медитация раскрывает окно в иной мир.
3. Медитация – путь к бесконечной радости жизни, не имеющей ни начала ни конца.
4. Медитация выводит из мира лжи в мир Истины, где царит Красота.
5. В медитации человек познает себя как всемогущее и всезнающее “Я”.
6. Точно такими же предстают и все другие живые существа.
7. Взаимопонимание и взаимопроникновение всех живых существ являет собой океан Любви или Бога.
8. Медитация раскрывает внутри “Я” живое сердце – источник и вместилище Истины и Любви.
9. Все, что окружает человека даже в обычном мире, – это живые существа, начиная от людей и кончая минералами. Каждое из этих существ являет человеческому сознанию не

свой истинный облик, но более или менее искажающую его карикатуру. Точно так же всякий человек сжился со своей собственной карикатурой, забыв о том, какой он есть в мире Истины и Красоты. Предельно карикатурное искажение Истины – в мертвом, неживом, механическом мире. Неживая материя кажется реальностью сознанию, поработанному карикатурностью мира. В действительности неживая материя не существует. Все, что есть, – это жизнь. И жизнь немыслима в отрыве от ее носителей – живых существ.

Медитация расправляет карикатурный облик человека, карикатурные оболочки окружающих людей, карикатурные взаимоотношения между ними, карикатурный образ мира

**В БОЖЕСТВЕННО ПРЕКРАСНЫЙ ОБРАЗ, ОКРУЖЕН-
НЫЙ СТОЛЬ ЖЕ ПРЕКРАСНЫМИ СУЩЕСТВАМИ, ЯВ-
ЛЯЮЩИМИ В СВОЕМ ЕДИНСТВЕ НОВЫЙ МИР – МИР
ИСТИНЫ И КРАСОТЫ.**

10. Радость и Свет, приносимые медитацией, помогают не только понять падший, карикатурный мир, но и облегчают его невзгоды и страдания. Высший уровень медитации освобождает от них навсегда.

Все эти десять положений покажутся зараженному скептицизмом интеллектуалу не более чем религиозно-мистическими лозунгами. Напомним ему слова Р. Эмерсона о том, что скептицизм – это медленное самоубийство. Эта книга написана не для духовных самоубийц, но адресована тем, кто уже не может отделить смысл жизни от вечности. Смысл вся-

кого явления – это живительная влага, источаемая каплями вечности, попадающими, благодаря дерзанию духа, в механические сцепления причин и следствий.

Тому, кто созвучен провозглашенным истинам, но при этом имеет предубеждение к их подаче в форме, напоминающей лозунги, дадим пояснение.

Лозунги, мантры и мистические имена

Лозунги, которые долго вдалбливаются в сознание людей тоталитарными структурами, действительно вызывают оскормину, а порой и насмешку. Политический лозунг – это вульгаризация одного из методов духовного психотренинга. Но даже в таком виде лозунг, если он концентрирует чаяния миллионов, дан в соответствующей точке исторического времени и пространства, превращается в мощнейшую социальную силу.

Три слова – “свобода, равенство и братство” – совершили французскую революцию.

Несколько обещаний большевиков (“Мир – народам, хлеб – голодным, земля – крестьянам, фабрики – рабочим”) обеспечили им тотальный захват власти.

Один ученый, еще задолго до снятия запретов на малейшую не санкционированную сверху политическую активность, рассказал автору книги о концепции революции в обществе, где запрещена всякая не санкционированная властями политическая активность. В условиях всеобщей слежки и доноительства он считал бесперспективным создание каких-либо тайных революционных организаций, заведомо обреченных на провал. Его идея состояла в нахождении всего нескольких лозунгов, которые, будучи брошены в народ в

критической ситуации, вызвали бы цепную реакцию в массовом общественном сознании, что должно было бы разом переманить большинство населения и привести практически мгновенно к стихийной революции. Революция 1956 г. в Венгрии, если абстрагироваться от действий иностранных спецслужб, происходила именно так. Группа студентов выдвинула требования в виде лозунгов. Затем они вышли с ними на улицу. К студентам стали присоединяться прохожие. Вскоре многотысячные толпы буквально смыли режим власти. Его реставрировали лишь вторжением извне.

Есть лозунги, которые пишут на транспарантах. Они помогают обратить внимание на лозунг. Но главная книга, где пишутся наиболее действенные лозунги, – это страницы человеческой души. В любом человеческом обществе, во все времена и у всех народов господствуют те или иные лозунги, правда различаясь в социальных слоях.

Каждый человек основные периоды своей жизни переживает под знаком свойственных им лозунгов, хотя, в данном случае, их лучше назвать девизами. Но если так, то, может быть, хорошие политические лозунги – это и не так плохо, и они не всегда являют собой вульгаризацию истины? Все дело в том, что политики давно научились подменять истинный смысл слов на противоположный, по-орвеловскому принципу: “Свобода – это рабство”; “Мир – это война” и т. д.

Человек, жаждущий истины, не будет заниматься самообманом. Поэтому еще в глубокой древности ученикам, всту-

пившим на духовный путь, давались особые лозунги – мантры.

Мантра – это концентрат ментальной энергии, заключенной в особую форму. Выражающие ее слова лаконичны. Каждой мантре соответствует графический символ, выражающий ту же самую форму, что и слово. Всякая форма (но не карикатура на нее) несет в себе магическую силу. Форма, пребывая в трехмерном мире, одновременно соприкасается своими поверхностями с мирами высших измерений. Форма – это трехмерное сечение идеи, принадлежащей иному миру – миру идей. Можно уничтожить, например, конкретное дерево, но нельзя уничтожить его форму-идею.

Человек с блуждающим, поверхностным вниманием не видит за мантрой или ее символом форму. Для его рассудка это будут не более чем пустые слова и ничего не значащий символ.

Однако в подсознание даже такого человека форма мантры начнет внедряться и оказывать свое действие. Часто, чувствуя на себе не доходящее до осознанности влияние, человек начинает испытывать к мантре враждебность, раздражение, со злостью называет ее чепухой (никто активно не отвергает один из многих осенних листьев, лежащих под подошвы ног) или, наоборот, впадает в смешливость, а порой и грубость.

Постигнуть форму (идею), скрытую в мантре, недостаточно. Нужно уловить внутреннюю вибрацию жизни, присущую

этой форме, жизненными фибрами своего собственного тонкого тела и прочувствовать таинственный внутренний мир.

Обратим внимание вот на что. В современных рок-песнях периодически прокручивается одна и та же фраза, один и тот же ритм, одна и та же мелодия. Аналогично заклинатель змей проигрывает (или нашептывает) одни и те же вибрирующие звуки, проникающие в центр наслаждения и центр воли змеи, делая ее абсолютно послушной. Да и сами вибрирующие звуки являют собой замкнутый, самопрокручивающийся цикл, что в древней мистике символизируется змеей, кусающей свой хвост.

Однако для высокой магии всего этого недостаточно. Нужно еще глубже погрузиться в существо мантры – проникнуть в тайну ИМЕНИ, несомого ей. Имя принадлежит духу – жителю духовного мира.

Маг, владея тайнами многих имен, призывает духов, которые совершают действия, расцениваемые профанами как чудеса. Духи стихий, различные существа многих миров, скрытых от обычного человека пеленой неведения, могут закланяться магом. Маг способен повелевать существами из мирового Астрала и Эфира, но только теми, кто эквивалентен по меркам тонких миров земным стихиям, минералам, растениям и животным. Ему под силу вызывать из потусторонних сфер заблудшие души. Но беда мага, если он осмелится приказывать свободным духам – людям высших миров. Древняя мудрость по поводу Бога гласит: “Он ненави-

дит произнесение своего имени”. Имена высших существ не произносятся ни в мировом Астрале, ни Ментале, пребывая в самом сокровенном мире космической любви, которая и есть – сам Бог.

Отдельные животные, как и временно заплутавшие в лабиринтах тонких миров люди, могут быть любимцами просветленных духов (богов). Горе магу, если он явит им свой произвол.

Магия воли и магия Любви

Всякая магия, основанная на знании и воле, рано или поздно приносит плачевные плоды. Вторгаться в тонкие миры с замашками фельдфебеля, взрощенного до не терпящего возражений диктатора (символично, что Гитлер начинал с ефрейтора), – это заведомо обрекать свою личность на испепеление духовным огнем.

Магия воли и знания символизируется в эзотеризме картой Таро, называемой “Победитель”. Он изображен стоящим на колеснице, запряженной двумя сфинксами – белым и черным. Достаточно на йоту ослабить усилие воли, и до того послушные сфинксы разорвут его на куски.

Совсем иначе с магией Любви. Здесь недопустимы приказы, навязывания, какое-либо давление. Человек, думающий добиться от объекта своей влюбленности взаимности, насыщая его внешний образ волнами жгучей страсти, на деле крайне далек от любви. Любовь предполагает полное освобождение от гнета собственной личности, всех черт характера, привычек не только тела, но ума и души. Для этого нужно освобождение “Я” от давления всех своих оболочек, прежде всего “Эго”. Такое свободное “Я” способно проникать в сердца всех “Я” Вселенной, нисколько не нарушая при этом их свободы. Подлинная Любовь не только не навязчива, но даже не воспринимается тем, у кого закрыто око духовно-

го сердца. Любовь отделена от всего проявленного, не только грубого, но и тончайшего, абсолютно прозрачной пленкой небытия. Если страсть питается собственной радостью, вызываемой образом вожаемой личности, то Любовь оживотворяется радостью того существа, которое любят.

Любовь – это величайшая магия Вселенной. Обладающему силой любви нет и не может быть препятствий ни в чем. Но при этом он уже не может проявлять произвол своей личности по отношению к другим существам. Одно исключает другое. Плата за могущество Любви – это отказ от рабства у собственного “Эго” с его наклонностями, страстями, привычками и псевдоценностями.

Именно на отказ от этого рабства должна быть направлена магия мантр. Тогда она становится светлой. Использование магических заклинаний для удовлетворения вожаемых “Эго” рождает серую и черную магии. Она имеет место не только в личных отношениях, но и в социально-политической жизни общества. В любом случае расплата бывает очень суровой.

Использование мантр для преобразования собственной личности, превращения ее в граненый кристалл духа принесет лишь неоценимую пользу.

Персонификация мантр

Каждый медитирующий должен иметь свои собственные мантры, известные лишь ему одному. Он должен мысленно произносить их в безмолвии, погружаясь в них все глубже и глубже.

Но как найти свои собственные мантры? Как поэт, охваченный вдохновением, изливает стихи? Каждого, вступившего на путь духа, истины и любви, временами посещает вдохновение. У него могут родиться одна, две, три, пять или семь мантр в течение нескольких лет. Больше не нужно. Можно обойтись и одной мантрой. В любом случае должна быть одна основная мантра. Все другие мантры лишь отсвечивают или оттеняют ее.

Подытожим начала, скрытые в мантре:

1. Фраза и ее графический символ.
2. Форма и идея.
3. Внутренняя вибрация.
4. Тайное имя.
5. Дух – обладатель имени.

Погружаться в мантру нужно во время медитации. Однако размышления над смыслом, значением той или иной мантры относятся именно к периоду подготовки к медитации.

Подготовка к медитации

Высокие существа иных миров никогда не обратятся к человеческому сознанию, переполненному житейскими заботами, расцвечиваемому вспышками желаний, не говоря уже об его деформации сильными переживаниями, заикленными на события земной жизни. Лишь очищенному от всего этого сознанию может явиться мир Истины, Красоты и Любви вместе с населяющими его Существами.

Подготовка к медитации – это очищение сознания от переполняющих его образов повседневной жизни.

Представим себе крутящийся барабан револьвера, подающего одну за другой пули в ствол, или начальника, приемная которого вечно заполнена посетителями. Достаточно одному из них выйти из кабинета, как вместо него входит другой. Аналогично и с сознанием. Его “приемная” – подсознание – постоянно подбрасывает ему какую-нибудь мысль или переживание. Сознание никогда не бывает свободным от “посетителей”. Но лишь свободное сознание способно воспринять Истину.

Подготовка к медитации – это освобождение сознания от очереди его “постоянных посетителей”. Она состоит из двух этапов:

1 этап. Размышление над истинной ценностью всего происходящего вокруг человека на протяжении дня.

II этап. Он сравнительно краток и состоит в создании непосредственного настроя на медитацию.

На первом этапе в отдельные редчайшие мгновения вдохновений улавливаются персональные мантры. Основная же масса усилий уходит именно на размышления, способные переориентировать личность с мира иллюзий и лжи на мир Истины.

После завершения второго этапа происходит погружение сознания в глубь мантры, избранной для медитации.

Аналитическое раздвоение личности

Первый этап подготовки к медитации охватывает, по существу, всю повседневную жизнь. С ним связана своеобразная раздвоенность человеческой личности. Обычно с раздвоенностью человека ассоциируются отрицательные эмоциональные состояния, доходящие до надрывов и стрессов. Такая раздвоенность связана с одновременным наличием диаметрально противоположных желаний, стремлений, подходящих под поговорку: “И хочется, и колется”. Сюжеты многих романов и сценариев обыгрывают тот или иной вариант раздвоенности человека.

Напротив, серьезно и долгое время практикующий медитацию освобождается от всех подобных раздвоенностей. Его личность превращается в гармоничную цельность, уравновешенную не только внутри себя, но и сбалансированную с окружающим миром.

В данном случае речь идет о раздвоенности особого рода. В человеке образуется новая, нейтральная к событиям земной жизни, личность. Эта новая личность начинает жить внутри старой, наблюдая и анализируя ее. Поскольку новая личность не имеет на Земле никаких интересов, ее устремления не вступают в конфликт с желаниями и установками старой личности. Наоборот, новая личность помогает трансформировать в гармонию противоречия старой личности,

способствует нейтрализации, вплоть до нуллификации, ее одиозных, иррациональных, пагубных для человека и окружающих его людей устремлений.

Разумеется, в определенные моменты, требующие максимальной собранности, концентрации внимания, экстериоризация новой личности, наблюдающей старую со стороны, недопустима. В эти моменты старая и новая личности сливаются в одну. В критических ситуациях новая личность лишь помогает, способствуя выбору благоприятной альтернативы. Когда приходится действовать быстро, человек действует либо из подсознания, либо из интуиции, а порой из того и другого одновременно. Новая личность настроена на благо. Поэтому ее присутствие способствует выбору благого варианта, когда, например, человек может прыгнуть в одну сторону и спастись, в то время как прыжок в другую чреват гибелью. Самые благие варианты человеку открывает сверхсознание (интуиция). Старая личность самозамкнута. Новую личность вдохновляет интуиция.

Новая и псевдоновая личность

Новая личность, характеризующаяся трезвым, непредвзятым анализом структуры, склонностей и проявлений старой личности, образуется вокруг живительных вдохновений, черпаемых из интуиции.

Новую личность нельзя путать с псевдоновой личностью, являющейся трансформированной проекцией личности старой. Приведем типичные варианты псевдоновой личности.

В человеке может зародиться скептическая, самоудовлетворенная личность, которая сама себе будет казаться трезвой и беспристрастной. В действительности она сформирована вокруг одной-единственной идеи фикс – чувстве превосходства над старой личностью и ее проявлениями. Анализируя старую личность, псевдоновое образование будет раскладывать по полочкам черты характера, анатомировать подсознание. Однако без одухотворения интуицией сознанию предстанет лишь схема психической органики, не укладывающейся в прокрустово ложе жесткой детерминации причинно-следственных связей. В данном случае имеет место формирование псевдоновой личности вокруг стержня “Эго”, конкретнее – его чувства самодовольства.

Другой вариант псевдоновой личности – это личность, постоянно укоряющая человека тем, что тот все говорит и делает не так, как надо. При этом возвращаются болезненные

угрызения псевдосовести. Человек превращается в мазохиста, истязаемого, однако, не тело, но душу.

Еще один вариант псевдоновой личности имеет место при ее постепенном образовании вокруг одной-единственной псевдоидеи, являющей собой карикатуру на живую идею, несомую интуицией. С позиций высших миров, возможностей глубинной человеческой сущности вся земная жизнь – это не более чем чередование картинок в детском калейдоскопе. Все это так и не подлежит никакому сомнению для тех, кто вкусил плодов духовной науки. Однако та же самая интуиция (тем более в состоянии ее духовной осознанности) приносит и другую великую идею. Будучи ничтожной с позиций далеких целей бессмертной человеческой сущности, земная жизнь в то же время крайне нужна именно для осуществления этих целей, являя собой одну из многочисленных школ космической эволюции. В человеческой культуре распространено немало вариантов философии, сводящей все ситуации человеческой жизни к ничтожеству перед лицом Бога и высшим назначением человеческой души. Именно от этой философии возникло понятие “философское отношение к жизни”. Во многих жизненных ситуациях, когда человек явно перевозбужден, взволнован до степени потери самообладания и т. п., такой подход приносит пользу. Но если он становится жизненной доминантой, личность засасывается в воронку безразличия к жизни, по существу отказываясь обучаться в школе космической эволюции.

Особенно пагубным может явиться совмещение двух вариантов псевдоновой личности в одно целое, когда самодовольство “Эго” ввергает человека в безделье, по существу отвергая всякую активность при помощи философии, отрицающей все и вся. Интеллектуальное признание Бога или Абсолюта мало чем отличается от всеобщего скептицизма (агностицизма), ибо интеллектуализированный Абсолют весьма сходен с абстрактной материей или с не менее абстрактной, ни на что не похожей и не доступной постижению философской основой мира.

Магнит духа

Всякая личность (новая, псевдоновая, старая) образуется вокруг присущего ей стержня. В принципе, стержни могут быть трех типов:

1. “Эго” или одна из его наклонностей.
2. Какая-либо философская идея, сквозь призму которой видится весь мир и человек (при этом мир и человек становятся плоскими).
3. Интуиция.

Лишь вокруг интуитивных озарений может сформироваться новая личность.

Интуицию не следует смешивать с информацией, поступающей из подсознания.

Подсознание человека, помимо прочего, содержит в себе колоссальный “компьютер”, способный решать самые сложные задачи. Мгновенный счет массы цифр, выучивание за один раз нескольких тысяч иностранных слов и т. п. — это примеры произвольного использования подсознательного компьютера. Случаи лунатизма, когда не отличающийся ловкостью человек идеально балансирует, идя по узкому карнизу, являются примером спонтанной деятельности машины подсознания. Помимо информации и регуляции поведения оно способно приносить в сознание идеи фикс, являющиеся ментальными или душевными (эмоциональными) ляпами (искусственно

созданными вампирами). Лярва образуется под воздействием злой воли по тем же принципам, что и мантра, присасывается в подсознании к свойственному ей пороку или заблуждению.

Как различить голос интуиции от голоса подсознания? Ответить на этот вопрос – это то же самое, что и на вопрос “Как отличить истину от лжи?” Имеется в виду не достоверность фактов земной жизни, а истинность известных начал, образующих психический мир человека.

Умение различать истинное и ложное приходит к человеку на определенной точке его эволюции, проходящей через многие перевоплощения в различные личности на протяжении тысячелетий. Это внутренняя мистерия, и какие-либо наставления здесь бесполезны. Кто обладает этим умением – примет данное утверждение как духовный факт. Кто не обладает – находится в положении слепого от рождения, пытающегося представить себе свет.

Помимо различения истинного и ложного необходимо обладать еще одним свойством. Речь идет о дерзновенном устремлении к Богу, о творческом утверждении своего истинного индивидуального “Я” в Боге. Ни много ни мало – непосредственный контакт с Богом, вплоть до полного взаимослияния с Ним!

Тот, кто обладает этими двумя свойствами, тем самым создал в себе *живой магнит Духа*. На одном его полюсе – *различение истинного и ложного*. На другом – *дерзновение ду-*

*ховного огня. Этот магнит притягивает к себе интуицию –
путеводную звезду из мира Истины, Красоты и Любви. Воз-
никает духовная триада, и именно вокруг нее начинается об-
разовываться новая личность.*

Учитель и ученик

Новая личность становится учителем, а старая – учеником. Сумев что-либо осветлить или улучшить в старой личности, новая личность тем самым реализует некую часть своих божественных потенций. *Внутри человека возникает бесконечная лестница духа.* Отталкиваясь от старой личности, новая личность поднимается на ступеньку выше, после чего подтягивает на одну освобожденную ступеньку своего старого товарища, чтобы потом оттолкнуться от него и подняться еще на одну ступень. Эти ступени лежат в мире качества и имеют мало общего с видимыми со стороны успехами человека.

Живые принципы в огне индивидуального творчества

Освоение духовной культуры человечества помогает личности развиваться, но и таит в себе опасность выработки универсальных стереотипов в реакциях на события окружающей среды. Всякая стереотипная реакция – это сонливость духа и лень души. Бодрствующий дух видит индивидуальную неповторимость всякой конкретной ситуации, реагируя на нее дерзновенным творчеством.

Духовные принципы отношения к жизненным ситуациям необходимо использовать в качестве точек опоры. Если этим принципам следовать творчески, то тем самым нейтрализуется опасность впадения в сонливое состояние духа.

Принцип I. Принимать всякую жизненную ситуацию как урок, преподаваемый самим Богом в школе космической эволюции.

Принцип II. Уяснить, в чем именно заключается преподаваемый урок. Одни уроки даются для того, чтобы понять внутренний механизм однотипных ситуаций. Другие уроки предполагают выработку активных творческих реакций. Нужно понять, что до тех пор, пока урок не будет усвоен, соответствующие ему жизненные ситуации будут периодически повторяться.

Принцип III. Необходимо четко различать в себе две лич-

ности: старую личность — карикатуру, постоянно выправляемую в гармонизируемое целое, и новую личность, образуемую вокруг идеала божественно прекрасного образа. Осознание новой личности должно вызвать веру в собственные силы и стремление подтянуть до ее уровня старую личность. Трезвое восприятие старой личности не позволяет человеку успокоиться на достигнутом. Нужно остерегаться перевертывания такого взаимоотношения между восприятием новой и старой личности, когда трезвость по отношению к последней будет приводить к самоуничтожению, неверию в возможности становления новой личности.

Принцип IV. К другим людям следует относиться не хуже, чем к самому себе. Это значит, что и в других нужно видеть не только их старую, но и новую, божественно прекрасную личность, даже если она проснется в далеком будущем. Ошибка сопоставлять свои светлые стороны с темными сторонами другого человека, утверждая свое превосходство. Точно так же недопустимо противопоставлять свои слабые стороны сильным сторонам другого, порождая самоуничтожение. Люди в повседневных жизненных обстоятельствах соприкасаются друг с другом обычно в какой-то одной грани личности, с чем связана закоренелость двух упомянутых выше ошибок. Вопреки такой инерции односторонности, нужно воспринимать себя и других многогранно.

Принцип V. У каждого человека, даже самого ничтожного на вид, если внимательно присмотреться, есть всегда кое-

что, чему могут поучиться величайший мудрец или мастер своего дела. И сама мудрость приходит лишь к тому, кто умеет учиться у всех и каждого, встречаемого на пути.

Принцип VI. К людям желательно относиться лучше, чем они того заслуживают. Тем самым мы открываем перед ними шанс стать немного совершеннее, чем они есть. Однако хорошее отношение к людям не должно укреплять негодяев в их вредоносных действиях. Иначе, делая добро одному, можно тем же самым действием нанести большой вред другим.

Принцип VII. У всякого закоренелого преступника, физического и душевного уроды, за ужасающей внешностью скрыт божественно прекрасный образ. Постараться мысленно расправить карикатурность зеркального отражения прекрасного образа – значит помочь и другому, и самому себе.

Принцип VIII. Чтобы войти в мир Истины, Красоты и Любви, нужно не только переплавить все карикатуры своей собственной личности в образ и подобие Бога, но и расправить все свои искаженные отношения с другими людьми и живыми существами в непосредственное общение божественно прекрасных личностей.

Принцип IX. Ни малейшим мысленным намеком не осуждайте ни одного человека. Если встречается человек, укорененный в черной магии зла, то его нужно вычеркнуть из личной книги человеческих контактов, при этом не осуждая.

Принцип X. Найдя приемлемое решение проблемы, не

следует торопиться его выполнять. Прежде нужно попытаться найти еще более удачный выход.

Принцип XI. Помнить, что безвыходных положений не бывает. Лишь силы зла да человеческая леность пытаются внушить человеку, что выход из его положения отсутствует и ему остается смириться.

Принцип XII. Приобретая новое, мы тем самым сохраняем ранее достигнутые ценности. Если этот принцип в применении к обстоятельствам земной жизни нуждается в мере, то в духовном восхождении он не подвержен никаким ограничениям.

Принцип XIII. Как бы ни была велика и могущественна личность, она не должна чинить обиду самому ничтожному на вид человеку и унижать его, пусть спящее, достоинство. Такое отношение вытекает не только из внутреннего благородства, но и обусловлено соблюдением законов кармы. В одной из будущих ситуаций или жизней продвинутая в иерархии могущества личность может впасть на некоторое время в состояние слабости и в этот момент получить возмездие от обиженного человека, даже помимо его сознательной воли (вспомним булгаковскую Аннушку, пролившую масло).

Принцип XIV. Делание добрых дел друзьям, знакомым и незнакомым облегчает личную, планетарную и мировую карму, ибо существуют не только индивидуальные, личностно-конкретные кармические связи, но и взаимный зачет дол-

гов между массой людей. Сделав добро незнакомому человеку, можно погасить личный кармический долг конкретной личности, до которой совершенное доброе дело дойдет, словно эстафетная палочка.

Принцип XV. Физическое тело человека можно представить в виде универсального перекрестка вселенной, в который заключена индивидуально сознающая себя жизнь – бессмертное “Я”. Из этого перекрестка “Я” может пойти как в состояния более высокие, чем человек, так и более низкие. Всякое живое существо без исключения проходит школу космической эволюции. Сегодняшние животные станут когда-нибудь ангелами и богами. Но и в своем настоящем состоянии животные мыслят, а чувствуют они часто острее и глубже, чем человек. К животным нужно относиться, как к друзьям. Потребление их мяса в пищу свидетельствует о том, что человеческая цивилизация еще не вышла из стадии морального варварства. Духи убитых животных как и духи уничтожаемой природы, мстят человечеству из тонких миров, и если оно не одумается, машинная цивилизация будет разрушена, а люди опустятся до состояния обезьян. Посмотрите внимательнее на лица последних, и вы увидите на них печать пережитой катастрофы. Эта печать уже записана в генетическом коде и передается по наследству. Может быть, обезьяны – это выродившиеся потомки живших в далекой древности цивилизованных людей, переживших планетарную катастрофу?

Принцип XVI. Каждую работу нужно совершать с максимальной самоотдачей, не привязываясь к ее результатам. Всякая собственность на вещи или место в системе социальных отношений – явление временное на пути индивидуальной эволюции. Расставание с тем, к чему привязались, всегда болезненно. У человека и за пределами его физической жизни сохраняются навыки и способности, приобретенные за время самоотверженных дел, совершаемых с предельным напряжением внутренних сил. Нерасторжимы и связи с другими “Я”, если они возникли в духе и истине.

Принцип XVII. Можно и нужно добиваться улучшения своих жизненных условий, но в меру, чтобы затраченные силы не оказались слишком велики по сравнению с достигнутым комфортом. Однако при этом допустимо использовать лишь свою работоспособность, знание жизни и информированность, не пытаясь применять пробуждающиеся оккультные силы для изменения событий жизни, ибо неизвестно, пойдет ли достигнутый успех во благо или во вред. Есть особый механизм обратного удара по отношению к тем, кто пытается при помощи магии улучшить свое жизненное положение. Например, человек может выиграть автомобиль по лотерейному билету, а потом разбиться на нем и остаться калекой.

Принцип XVIII. В решении всякой проблемы нужно искать прежде всего “камень, отвергнутый строителями”, ибо он “станет во главу угла”.

Принцип XIX. За несовместимостью и конфронтацией внешних образов скрыта их внутренняя, глубинная гармония. Тот, кто может ее постичь, непостижимым образом примеряет непримиримое. Этот принцип относится и к взаимоотношениям людей, но главная область его использования – это сфера мысли.

Принцип XX. Успешный результат достигается не мощью применяемой силы, а легчайшим давлением в нужную точку и нужное время. После этого возникает цепная реакция нарастающих, как ком, событий и все свершается как бы само собой. У каждого плотного или тонкого тела есть две нейтральные точки – созидания и разрушения. Божественная воля действует на созидательные, нейтральные точки. Дьявольская воля использует точки разрушения, но только в том случае, если благодать Бога лишает их протекции. Другими словами, дьяволу достается лишь то, от чего отвернулся Бог.

Принцип XXI. Всякая слабость – это тень силы, а недостаток – достоинства. Трансформация слабости в силу, а недостатков – в достоинства, – путь мудрости.

Принцип XXII. Со всяким живым существом нужно быть внутренне искренним, видеть в нем такое же бессмертное “Я”, как и ваше собственное. Это самый простой и надежный способ приобретения настоящих друзей. Тот, кто приобретает расположение другого путем всевозможных тактических ходов, уловок, ухищрений, в конечном итоге создаст себе врагов. Он получает расплату за применение черной

магии в сфере человеческих взаимоотношений. Внутренняя искренность и открытость – это крайне простой и универсальный ключ, отпирающий дверь в царство самого Бога. Однако не стоит проявлять их внешне по отношению к недостойным людям, ибо сказано: “Не мечите бисер перед свиньями, дабы не попрали его ногами и, обратившись, не растоптали бы вас”.

Принцип XXIII. Найти свой собственный индивидуальный ключ к поведению в индивидуально-конкретных обстоятельствах жизни. Тогда откроется *тайный код связи вашей индивидуальности с индивидуальностями других существ* в сложнейшей сети взаимопереплетений кармы, являемых как конкретные обстоятельства жизни. Этот принцип играет решающую роль для каждого человека. Здесь проявляется личностно неповторимый динамический цикл космического становления индивидуального “Я”. При помощи этого принципа все другие принципы связываются: 1) друг с другом, взаимопроникаясь и взаимоусиливаясь, взаимоумножаясь в бесконечную прогрессию жизни; 2) с конкретными обстоятельствами человеческой жизни; 3) с творческим дерзновением индивидуального духовного огня, который превосходит все принципы и законы.

Предмедитация

Подготовка к медитации в повседневной жизни постепенно, но зато кардинально изменяет весь ее образ. Иначе быть и не может. Тот, кто при помощи медитации хочет проникнуть в иные, более высшие, чем земной, миры, не может оставаться человеком со старыми, стереотипными реакциями на все обстоятельства жизни.

Нужно помнить, что первый, повседневный этап подготовки к медитации не менее важен, чем она сама.

Второй этап этой подготовки (предмедитация) сравнительно краток. Но и он важен, словно стартовая площадка для запуска космического корабля. На этом этапе создается настрой психики для последующей медитации.

Предмедитация проходит с учетом индивидуальных особенностей человека.

Нужно принять любую удобную позу, сидячую или лежащую, как угодно, но при соблюдении одного неперемennого условия: позвоночник и голова должны находиться на одной вытянутой прямой линии. Это важно, поскольку в последующей медитации внутри позвоночника возникает особый ток, направленный от его основания в головной мозг.

Нужно усвоить основную идею предмедитации, после чего каждый, практикующий сам, легко подберет себе упражнения, соответствующие его темпераменту и индивидуаль-

ным особенностям.

Проведите небольшой опыт. Расслабьтесь и позвольте мыслям течь куда угодно, не делая никаких усилий останавливать их. Через некоторое время ваши мысли успокоятся и вы впадете в сон. Кстати, данный выше рецепт может использоваться в борьбе с бессонницей. Наоборот, чем усиленнее человек, страдающий от нее, пытается произвольно, сознательно заснуть, тем дальше он гонит сон. Но в данном случае нас интересует другое – как подойти к медитации.

Проблема заключается в том, что нужно освободиться от потока всевозможных мыслей (они исчезают, как только истощается их жизненный заряд, чему служит, помимо прочего, первый этап подготовки к медитации), но при этом не впасть в сон.

Медитация – это особое, третье состояние сознания. Два других – бодрствование и сон. Узкая щель между ними – это вход и выход из медитации.

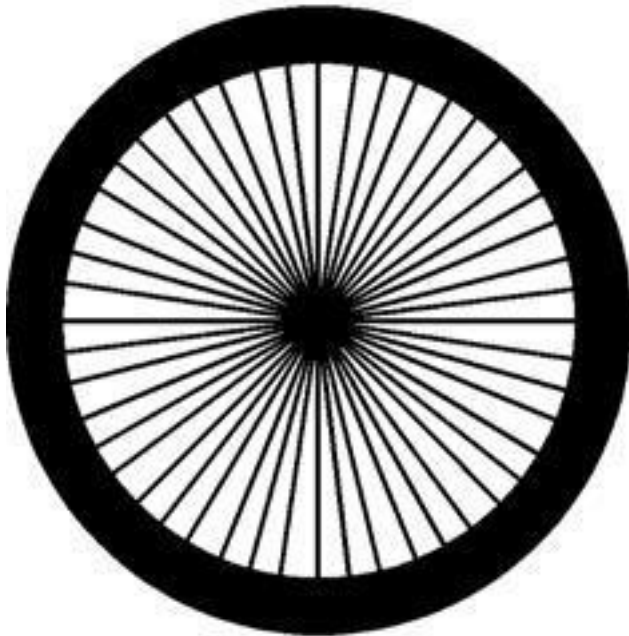
Если бы удалось сразу практически решить основную проблему медитации, все последующие упражнения стали бы излишними. Вы бы приобрели третье состояние сознания (с сопутствующим ему открытием третьего, внутреннего глаза – органа ясновидения), и все рекомендации любых земных книг показались бы наивностью далекого детства.

Прекрасно отдавая себе отчет в том, что остановка течения обыденных мыслей вводит в сон, мы не рекомендуем усилием воли удерживать сознание на грани между бодр-

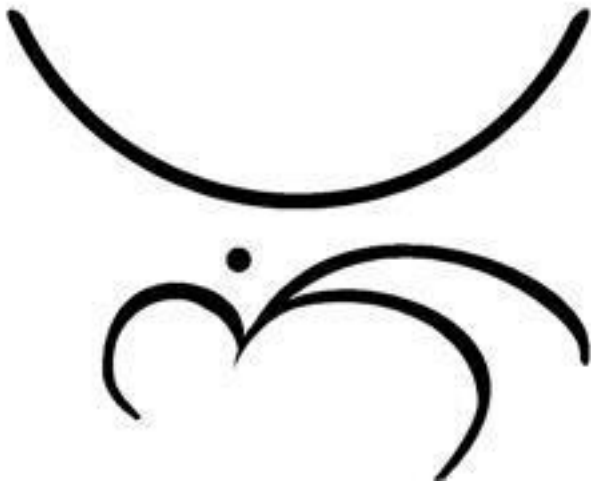
ствованием и сном. Ведь для этого воля должна иметь точку опоры. Лишь воля достигшего самосознания “Я” имеет универсальную точку опоры в его сущности. Но до этого еще очень далеко. Поэтому для воли нужно создать временную точку опоры. Именно эту задачу и решает подготовка к медитации на ее обоих этапах. Первый этап приводит к быстрой остановке пустых, обыденных мыслей, создавая некоторый краткий промежуток перед впадением в сон. Вот этим кратким моментом и нужно воспользоваться для второго этапа. На нем создается настрой подсознания на медитацию. Для этого его нужно интенсивно насытить мыслями о жизненной важности медитации, применяя мантры, а в ряде случаев и их графические образы.

Мысленное видение образов требует определенного уровня сосредоточения и внутреннего самопогружения, а потому может использоваться лишь в упражнениях последующих степеней. Здесь достаточно пристально посмотреть, не моргая, на какую-нибудь четко обозначенную точку на листе бумаги, где изображен графический символ мантры.

Можно рекомендовать выбрать какой-нибудь символ из духовной литературы, например начертание первозвука человеческой речи (“Аум”) в виде:



Допустим и символ Нейто, изображаемый так:



Точка внутри сферы символизирует “Я”. Сознание, пребывающее в этой точке, воспринимает все радиусы и поверхность сферы, видя все целиком и без искажений. Чем дальше смещено сознание по радиусу к окружности, тем более зауженное и искаженное восприятие сферы оно имеет.

На правой половине листа нужно четко, красивыми буквами написать мантры, говорящие о значении медитации. На левой половине – изобразить выбранный символ.

Смотря, не мигая, на специально обозначенную на символе одну-единственную, четко выделяющуюся точку, мысленным шепотом повторяйте мантры, стараясь глубже почувствовать их значение.

Это упражнение может длиться от пяти до пятнадцати минут.

Взгляд в одну точку улучшает зрение. Выступающие при этом слезы также оказывают полезное воздействие на глаза.

Произнесение мантр мысленным шепотом не случайно. Подсознание лучше всего настраивается именно на установки, даваемые шепотом. Настроившись на медитацию, можно переходить к последующим упражнениям.

В дальнейшем, по приобретении опыта, настрой на медитацию можно будет проводить очень быстро, менее чем за минуту.

II. Специальная практика медитации

Вхождение в медитацию

Метод вхождения в состояние медитации таков:

1. Примите удобную позу, в которой можно долго оставаться неподвижным при соблюдении обязательного условия – позвоночник и голова должны быть расположены по одной прямой линии. Расслабьте все мышцы тела². Закройте глаза.

2. В течение нескольких минут позвольте мыслям течь свободно, не останавливая их, но и не продумывая сознательным усилием воли. Упражняющийся, как правило, обнаруживает, что в его сознании прокручиваются мысли, связанные с событиями и людьми, наиболее сильно задевшими личность в последнее время. Чтобы поток подобных мыслей иссяк, проделайте нижеследующее.

3. Вообразите, что вы находитесь где-нибудь в 3000 году, сидя в неизвестном вам помещении с закрытыми глазами. Все, окружающее вас в прошлом, исчезло. Попытай-

² Предполагается, что упражняющийся знает, как это делать. Если нет, то в дальнейшем он найдет соответствующие упражнения.

тесь представить себя готовым открыть глаза в совершенно новом, незнакомом для вас мире, но... не открывайте глаз. Оставьте у себя предчувствие чего-то неизъяснимо прекрасного, готового раскрыться не только извне, но и изнутри, и перейдите к следующему упражнению.

4. Вообразите свое тело совершенным и прекрасным, способным мгновенно переноситься не только в любое место пространства, но и в любое время.

5. Представьте себе, что ваши легкие дышат сами, без всяких усилий воли. Примите формулу самовнушения (мысленным шепотом): *“Телу дышится легко и свободно. Дыхание ритмично”*.

6. Воображайте, как ваше тело становится *теплым, тяжелым*³. Тяжесть и теплота поднимаются от левой ступни и обволакивают всю левую ногу. Подобным образом распространите ощущение теплоты и тяжести на все тело, начиная от ступней к голове, а потом обратно. Во время упражнения применяйте формулу самовнушения по типу:

левая рука становится теплой, тяжелой;

рука становится теплой, тяжелой;

становится теплой, тяжелой;

теплой, тяжелой;

тяжелой.

Во всех упражнениях, где задействована сила воображе-

³ Страдающим пониженным давлением не рекомендуется воображать свое тело теплым, тяжелым.

ния, нужно иметь в виду нижеследующее:

а) воображение – это не пустая фантазия, как думают невежественные люди, но величайшая сила вселенной⁴;

б) если удастся вообразить желаемое сразу, без всяких препятствий, то, значит, вам повезло, а если везет часто, то это свидетельствует о серьезных духовных наработках в прошлых воплощениях;

в) обычно вообразить что-либо мешает ощущение физической реальности, которая диаметрально противоположна воображаемому, в связи с чем создание воображаемого образа оказывается безуспешным;

г) в последнем случае не нужно допускать конфронтации существующего с творимым в воображении; воображайте новый, нужный вам образ, насыщая его своими жизненными устремлениями и вниманием; не обращайтесь внимания на ощущения физической реальности, мешающей воображаемому образу; пусть некоторое время они существуют параллельно;

д) воображение победит ощущение физической реальности, если вы не будете изгонять последнее из сферы своего сознания; тогда оно через некоторое время уйдет само;

⁴ У загипнотизированного субъекта под влиянием собственного воображения, управляемого гипнотизером, на месте, куда якобы приложен раскаленный пятак, на самом деле появляется волдырь; под гипнозом можно выделить астральное тело из физического, вызвать состояние ясновидения или левитации и т. д.; если человек самостоятельно научится управлять своим воображением, то он сумеет совершать все подобные чудеса и более того.

помните, что чем сильнее вы изгоняете что-либо из своего сознания, тем сильнее оно липнет к нему, как в притче о белом медведе⁵.

7. Воображайте, что ваш лоб становится прохладным.

8. Погрузите ваше сознание в ощущение биения сердца, не делая никаких усилий; некоторое время оставайтесь в этом состоянии.

Все восемь рекомендованных упражнений занимают время, которое практикующий должен определять сам на основе личного опыта. Напомним, что важна не длительность упражнений, а их качество. По мере освоения каждого из них, время на его совершение будет сокращаться.

Критерий совершенства в предложенном выше комплексе упражнений – полная свобода сознания, которое может плыть, куда ему вздумается, не отвлекаясь ощущением физического тела, его органами чувств, а также мыслями, связанными с повседневной жизнью. Однако достичь такого совершенства часто мешают помехи, устранение которых требует более глубоких познаний и опыта. К этой проблеме мы вернемся.

Обратим внимание на то, что после восьмого упражнения возникают несколько вариантов духовной практики. Периодически целесообразно использовать каждый из них. Одна-

⁵ Маг дал своему ученику рецепт философского камня, но строго наказал не думать во время его приготовления о белом медведе, иначе ничего не выйдет. Сколько ученик ни пытался не думать о белом медведе, он никак не мог избавиться от мысли о нем.

ко все эти варианты предполагают умение хорошо сосредотачиваться.

Сосредоточение и концентрация внимания – скрытый механизм

Сосредоточьтесь на некоторое время внутри междубровья. В этом месте эфирного тела⁶ находится чакра Аджна – орган ясновидения, часто называемый третьим глазом.

Нередко после сосредоточения в течение нескольких минут (порой почти сразу) вы увидите, словно в очень ярком стереофильме, с удивительно четким изображением, различные жизненные сцены, могущие принадлежать как к земной жизни, так и к иным мирам, тоже реальным.

Созерцание всевозможных картин через Аджну – это особый раздел духовной практики. Мы упомянули о них здесь потому, что практикующийся почти наверняка с ними сталкивается. Для нас же сейчас важно другое: немного активизировать Аджну, чтобы открылось внутреннее видение мистического символа, избранного для медитации.

Активизация Аджны позволяет созерцать воображаемый образ (символ). Порой такой способностью обладают художники. Гёте мог по желанию вызвать у себя восприятие любой воображаемой ситуации и жить в ней так, как обычные люди живут в привычном им мире. У некоторых страдаю-

⁶ Физическое тело, включая и его генетическую структуру, – это лишь совокупность атомов и молекул, сгруппированная вокруг информационных и энергетических полей эфирного организма.

щих психическими расстройствами возникают галлюцинации. Но разница психического больного от адепта духовных сил в том, что первый – раб видений, а второй – их господин.

Начинающим, в удобное для них время, целесообразно проделывать упражнения, укрепляющие силу сосредоточения и внимания. Эти упражнения проделываются в самом обычном состоянии без совершения восьми психофизических упражнений, соответствующих вхождению в состояние медитации.

Упражнение 1. Мысленно выберите какой-нибудь предмет и размышляйте таким образом, чтобы все мысли сходились на нем или были связаны с ним. Например, возьмите карандаш.

Думайте о том, какие бывают карандаши. Как их используют? Вспомните, где, когда и какие карандаши вам встречались? Что вы ими чертили или рисовали? Из чего делают карандаши? Знаете ли вы какие-нибудь примечательные истории, связанные с карандашами и т. п. После закройте глаза, сосредоточьтесь на межбровье и постарайтесь внутренним зрением увидеть карандаш. Ту же самую процедуру проделайте с любым другим предметом.

Упражнение 2. На темном листе бумаги изобразите белый кружок, а внутри его – маленькую темную точку. Сосредоточьте свой взгляд на ней и смотрите не моргая, увеличивая постепенно время до 10 минут (можно и до 15). С каждым входом и каждым выдохом пытайтесь все больше углублять-

ся в точку, воображая, что внутри нее вы видите все уменьшающуюся точку.

Упражнение 3. Выберите воодушевляющие вас стихи. Выучивайте ежедневно всего по две строчки. При этом повторяйте все выученное вами в предыдущие дни. Когда все стихотворение будет выучено, начните учить новое.

Упражнение 4. Разложите перед собой несколько костяшек домино. Бросьте на них короткий, сосредоточенный взгляд. Закройте глаза и постарайтесь угадать число точек на костяшках. Не пытайтесь сосчитать их в короткий отрезок времени. Это должен сделать “компьютер”, скрытый в вашем подсознании. Постепенно усложняя задачу, вы сможете мгновенно совершать счетные операции с очень большим количеством цифр. Если таким способом упражняться достаточно долго и упорно, то можно будет, бросив на сотни цифр всего один взгляд, мгновенно определить их сумму. Однако для развития духовных медитативных способностей это не обязательно.

Упражнение 5. Выберите какой-нибудь объект, допустим аквариумную рыбку. Внимательно разглядывая ее, записывайте на листе бумаги все ее характерные особенности. На следующий день вновь внимательно наблюдайте за ней, стараясь обнаружить что-нибудь новое. Поупражнявшись так в течение 10 дней, вы можете обнаружить, что в первый день вами открыто не более одной пятой всех свойств рыбки. Умение сосредоточенно, концентрированно наблюдать раз-

вивает не только силу внимания, но и способствует улучшению памяти. Ведь мы хорошо помним то, что воспринято с вниманием и интересом.

В некоторых книгах, посвященных йоге, медитации и концентрации, сосредоточение, которому отводится роль универсального ключа ко всякому успеху, трактуется как остановка мысли на каком-нибудь объекте. Это заблуждение. Мысль не может быть остановлена. Она всегда течет. Будучи остановленной, она перестает быть мыслью. Другое дело, что сознание можно освободить от всяких мыслей и в ряде случаев это необходимо. Те же, кто пытается остановить мысль, заключая ее порой в одну короткую мантру, в которой мысль начинает вертеться как в заколдованном круге, приводят себя в результате изнурительной и отупляющей практики в состояние экстаза, подобного наркотическому. Если человек и проникает при этом в духовный мир, там он оказывается на положении неподвижной духовной вещи. Отупение почти всего человеческого существа одной-единственной мантрой ради просветления крохотной его части – это не путь духовного совершенства, предполагающий осознание и осмысление всей вселенной. *Концентрация на мантре и ее символе может применяться в духовном тренинге, но как одно из многих средств. Превращаясь в самодовлеющее, это же самое средство из благого становится губительным.*

Сосредоточение – это естественная способность каждого живого существа. Между прочим, животные пользуются им

намного лучше, чем большинство людей.

От многих часто приходится слышать жалобу, что он или она не обладают внимательностью, сосредоточенностью. Это большая ошибка. Они владеют вниманием и сосредоточением, но не умеют и не хотят ими пользоваться.

Никто не будет отрицать, что для изучения иностранного языка от школьника или студента требуется масса усилий, сосредоточенность и внимание. Даже люди с явно развитым интеллектом, выдающейся памятью тратят много сил для свободного овладения иностранным языком. Но тот же самый язык, если он родной, без всяких усилий осваивается людьми с весьма посредственными интеллектуальными способностями. Почему?

Человек, постигающий язык в окружающей его жизненной стихии, пропитывает каждое воспринимаемое слово жизненным интересом, без всяких усилий воли концентрирует свое внимание на языке.

В своей сущности *сосредоточение* – это *концентрация жизненного интереса*. *Внимание* – это *концентрация сознания, оживляемого и движимого интересом*.

Жизненный интерес накапливается в хранилище подсознательного. Те или иные обстоятельства жизни или пришедшие в сознание мысли (будто покупатель на восточном базаре кладет в свою корзину выбранные им фрукты) вызывают к жизни из подсознательного хранилища свойственный им интерес. Иногда интерес приходит из сверхсознания, чему

соответствует мгновение вдохновения.

Жизненный интерес (любопытство – это поверхностный жизненный интерес) направляется такими основными способами:

- естественно и произвольно;
- методами внушения и убеждения со стороны окружающих людей и средств массовой информации;
- усилием воли;
- размышлением о сравнительных ценностях жизни, их иерархии; мечтами о желанном будущем; самоформированием идеала собственной личности;
- воздействием интуиции;
- комбинацией всех этих способов, что организует и перестраивает уже накопленную массу интересов.

Не случайно первый раздел книги мы посвятили подготовке к медитации, что представляет собой, по существу, повседневную работу по организации собственных жизненных интересов и концентрации их в русле медитации.

Научиться сознательному сосредоточению – значит научиться сознательно организовывать, направлять и концентрировать свои жизненные интересы.

Но как это осуществить? Ведь любое действие личности исходит из интереса. *“Интересы движут жизнью народов и индивидов”,* – заметил Гегель. Здесь же получается, что человек должен сам передвигать свои интересы, вместо того чтобы двигаться ими.

Можно допустить, что в такой ситуации человек будет движим более могущественным интересом, может быть ставшим главной доминантой жизни, и, опираясь на него, станет усилием воли подчинять все остальные интересы поставленной перед собой великой цели.

Воля – это особая сила, присущая человеческой индивидуальности. Воля направлена на осуществление, реализацию чего-либо. Всякая реальность есть продукт воли. Видимая материальная вселенная, в частности, являет собой продукт воздействия несчетного числа волеизлияний живых существ, находящихся в космической иерархии как много ниже, так и много выше уровня человеческого “Я”.

Если направленная на реализацию какой-либо цели воля встречается с другой, иначе направленной волей, она либо подчиняет ее себе, либо подчиняется сама.

Воля может либо подчиняться интересу, либо нет, став над ним. Но воля в принципе не может подчинить себе интерес. Воля, подчиненная интересу, превращается в желание. Содружество на равных между волей и интересом образует жизненный интерес. Воля, якобы подчиняющая себе интерес или желание, на деле подчиняет не их, а ту волю, которая присутствует в этом желании или интересе. Поэтому идеал человека (или общества), в котором все его проявления (желания и интересы) подчинены сверхмощной воле, опирающейся на одну-единственную, “самую высшую” идею, – в корне ложен.

Идеал состоит в разумной организации всех интересов, вместе с представленными в них волями, в единую, цельную, гармоничную систему, в которой каждый вошедший в нее элемент получает степень свободы “ $N + 1$ ” по сравнению со степенью свободы “ N ” за рамками этой системы. Образ и идея такой системы лежат в более высоком измерении пространства, чем все входящие в систему элементы, являясь как бы богом или абсолютom для этой системы.

Вспомним символ: сфера и ее центр, от которого к поверхности расходятся радиусы. Каждая точка на радиусе и поверхности сферы символизирует собой двуединство интереса и воли. Интегральная воля (как и интегральное сознание) находится в центре сферы, охватывая своим контролем и управлением все точки на радиусах и на поверхностях, одновременно властвуя над всей сферой в ее совокупности. Интегральная воля не насилует ни одной точечной воли на радиусе или поверхности, предоставляя им полную свободу действий.

Мощь космической воли измеряется не лошадиными силами, но ее концентрацией на нейтральных точках мироздания. Напротив, воля, опирающаяся на моноидею, подавляющая все остальные воли ценой запрета на свободное проявление интересов, являет собой извращенный срез принципа божественного могущества. При этом имеет место создание особой, замкнутой сферы страха, где каждая точка радиуса и поверхности, уйдя в себя вместе со всей своей целостно-

стью, оставляет в проявлении один-единственный свой модус – страх. Воля, занимающая центр такой сферы, является ее дьяволом. В отличие от Бога, одновременно охватывающего и всю сферу, и выходящее за ее пределы, дьявол самозамыкается в своей сфере. Но составляющие ее элементы подключены к ней лишь полюсами своих жизненных страхов. Как только сила страха ослабевает, начинается проявление дотоле скрытых свойств элементов, и дьявольская сфера распадается на части.

Внутри человека живет великое множество интересов и желаний, часто взаимоисключающих. Как только в сознание приходят диаметрально противоположные интересы или желания, человек испытывает страдание. Почему? Его существо и его жизнь по своей природе – суть неразрывное целое. Когда противоречивые воли, скрытые в не стыкующихся друг с другом желаниях и интересах, пытаются разорвать это целое на части, оно страдает. Требуется вмешательство воли человека, чтобы, подавив одно в пользу другого, сохранить целостность.

Эта типичная ситуация на символе сферы и ее центра может быть изображена так. Представим сферу сжатой и деформированной; ее радиусы изогнуты так, что точки, бывшие дальше от центра, стали ближе к нему, а более близкие удалились. Сам центр сместился. Теперь, когда фигура стала неправильной, у нее возникло несколько основных центров. В аналогичном состоянии находится психика подавляющего

большинства людей. Психическая болезнь и слабость, являющиеся массовым явлением, принимаются в человеческом обществе за норму.

Излечиться от болезней нельзя путем выбора одного из нескольких основных центров исковерканной сферы, подчиняя ему все остальные (тип фанатика, руководимого моноидеями). Не поможет и диаметрально противоположный вариант – отдаться воле того центра, который доминирует в данный момент. Так поступает большинство.

Чтобы излечиться, нужно расправить деформированную сферу в шар идеально правильной формы. *Шар – это первоформа всего мироздания.*

Расправить и расставить по своим местам интересы и желания человеку может помочь только самопознание.

Сознание – шаровая сфера, центр которой – “Я”.

Подсознание – это колоссальный конгломерат шаровых сфер, находящихся в особом многомерном психическом пространстве. Центр каждой сферы является одновременно в другом измерении психического пространства точкой на радиусе или поверхности другой сферы, и так почти бесконечно во всех направлениях. Именно эти сферы подсознательного деформированы, а их элементы смещены со своих мест.

Сознаваемое в каждый данный момент “Я” – это, помимо центра сознания, точка на поверхности сферы, являющей собой сверхсознание, центр которого – вечное “Я”, парящее

над всем проявленным.

Только при помощи сверхсознания человек может расправить свое подсознание в иерархическую систему абсолютно правильных шаровых сфер, представляющих, в таком случае, универсальный космический компьютер, обладающий всезнанием того, что есть. Такому компьютеру будет недоступно лишь творческое дерзновение духа, и то лишь до тех пор, пока оно не выразилось в проявленном.

Чтобы воспользоваться могуществом сверхсознания, человек должен в него проникнуть. С одной стороны, такое проникновение очень просто. Достаточно лишь захотеть туда войти: “Постучите, и отворят вам”. Однако обычного человеческого желания недостаточно. Необходимо желание всей жизни.

Ученые давно ломают голову над загадкой жизни, и совершенно напрасно. Жизнь не объект науки хотя бы потому, что она – исключительно субъект, ни для кого и нигде не могущий стать объектом. К тому же всякий объект мертв, являя собой прямую противоположность жизни. Точно так же и физическое тело живущего человека само по себе мертво, оживляясь скрытой за ним жизнью.

Жизнь оживляет не только физическое тело, но также желания и интересы. “Я”, поработанное ими, мечется по жизни, словно белка в колесе. “Я”, глубоко и серьезно отрекающееся от них, впадает в безразличие и теряет всякий интерес к жизни. Но “Я”, сумевшее изъять свою жизнь из желаний

и интересов (хотя бы на время), тем самым получает качественно новый, непостижимый для не испытавших его, мотив жизнесуществования и воления, приобретает мистическое хотение, легко и свободно вводящее “Я” в сферу сверхсознания.

Тайна жизненной силы

Жизнесуществование земного человека отягощено проклятием желания. Неудовлетворенное желание вызывает муки. Будучи удовлетворено, оно исчезает вместе с жизненной силой, а в душе возникают пустота и скука, будто Сизиф, вкатывая на гору в царстве теней большой камень, вот-вот достигнет вожаделенной вершины, но в самый последний момент камень срывается, и так по вечному кругу.

Точно так же и интерес. Стоит его удовлетворить, как возникает пустота. К себе влечет лишь неразгаданная тайна.

Лишь тот испытывает больше радости жизни, кто живет по формуле: движение – все, конечная цель – ничто. В таком понимании скрыта уже половина истины.

Каждый человек сознает и ощущает в себе жизнь, но при этом не в чистом виде, а в ее смешении, отождествлении с очень многим, что жизнью не является. *Единственный способ осознать и прочувствовать жизнь – это в различных состояниях жизнечувствования отбрасывать то, что жизнью не является.* Такой процесс осуществляется в двух курсах – сознании и воле.

Опыты по отделению жизни от процессов, с которыми ее человек отождествляет, нужно проводить в разных ситуациях, в том числе и в состоянии медитации.

Допустим, у вас заболел зуб. Усилием воли вы можете на

некоторое время перестать чувствовать боль. Если умеете, можете прекратить ее самовнушением. Но можно поступить иначе. Не уводите свое сознание от боли, а сосредоточьтесь на сильных нервных токах в районе зуба, вызывающего у вас страдание. Затем постарайтесь осознать, что эти нервные токи являются сугубо механическим явлением физического мира, аналогично электротoku, протекающему в проводке вашей квартиры. Как только вам удастся осознать этот факт, вы перестанете ощущать свой больной зуб. Более того, возбужденные нервные токи в зубном нерве, лишенные поддержки жизненных токов, на самом деле довольно быстро прекратятся.

Аналогичным образом, при удобной ситуации, мысленно пройдитесь по всем важным событиям жизни. Посмотрите на любое ваше желание или устремление со стороны. Не бегите от него, но, наоборот, углубитесь в его переживание, но при этом в качестве стороннего наблюдателя. Все это токи нервных, биологических, психических энергий, но не токи жизни.

Упражняясь таким образом, вы постепенно начнете познавать свою жизнь в чистом виде и сделаете существенный шаг в сторону освобождения от плена материи.

В учении йоги особое внимание уделяется Кундалини – энергии, спящей в глубине позвоночного столба, в чакре Муладхара. При помощи пранаямы и мантр эта энергия пробуждается и, поднимаясь вдоль позвоночного столба,

пробуждает одну за одной спящие чакры, наделяющие йога сверхъестественными силами.

Во многих современных книгах по йоге это учение грубо искажено и вульгаризовано.

Во-первых, все эти чакры находятся не в физическом, а в эфирном теле, причем не только в его внешнем аналоге, проявляющемся на протяжении одной жизни на земле и некоторое время за ее пределами, но и в вечном первообразе эфирного тела.

Во-вторых, Кундалини – это энергия, не похожая на все энергии, текущие по проводам. Кундалини можно уподобить космическому катализатору, многократно усиливающему все энергии, соприкасающиеся с ним, но при этом не убывающему ни на йоту. Энергия Кундалини бесконечна.

В-третьих, пробуждение Кундалини является благом только в том случае, если она направляется, согласно классической йоге, в особый полый канал (Сушумна). Его предварительно нужно открыть. Многие авторы, дающие рецепты пробуждения Кундалини, умалчивают о том, каким образом открыть Сушумну.

Полый канал (Сушумна) находится не в физическом мире. Он пребывает в другом измерении пространства, в которое может проникнуть лишь особым образом раскрытое сознание. Ювелирная работа по такому раскрытию ничего общего не имеет с волевыми усилиями по выполнению упражнений, требующих не глубины понимания, а неуклонности

исполнения.

Люди, практикующие пробуждение Кундалини, но не открывшие в себе внутреннего пространства, вмещающего ее мощь, страдают от избытка нервной возбудимости, позволяющей очень быстро проделывать определенные виды психической работы, но зато очень быстро вызывающей усталость, слабость и апатию в качестве обратной реакции.

Кундалини частично пробуждается и у людей, вовсе не практикующих йогу, но усилием воли заставляющих себя совершать ту или иную интеллектуальную работу, когда у них к ней самой нет жизненного интереса (интерес к ее результату – это совсем другое дело) или когда они продолжают ее явно сверх меры.

Пробужденная Кундалини, вошедшая в физическое тело, вдавливает сознание в ощущение его болезненных от перевозбуждения нервных токов.

Всякий, кто много сил отдал интеллектуальной работе, если постарается пронаблюдать на себе воздействие Кундалини, быстро ощутит ее присутствие. Кундалини является одним из модусов (гранью) единой жизни. Другой ее модус воспринимается как ощущение саморадости. Кундалини – это сила жизни, увеличивающая мощь радости.

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.