



Сан Лайт

**Методы самотрансформации. Создание
пространства для развития личности**

Серия «Искусство жизни»

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=12627697
Методы самотрансформации. Создание пространства для развития личности: Амрита; Москва;
2012
ISBN 978-5-413-00823-2

Аннотация

«Существо, пишущее самого себя, как бы пишет свою собственную книгу и, таким образом, делает для человечества намного больше, чем все библиотеки, все музеи и все шедевры искусства, поскольку они мертвы, а он живой».

Содержание

Целостное мировосприятие	5
Что внутри, то и снаружи	6
Основной принцип позитивного мышления	8
Чистота – лучшая защита	9
Сокровищница знания	10
Исцеляющая сила эмоций и мысли	11
Тело – поток сознания	13
Проявление намерения	15
Сияйте, как Солнце	17
Очищение с помощью Солнца	18
Путь к торжеству прекрасного	21
Экология сознания	24
Конец ознакомительного фрагмента.	25

Сан Лайт

Методы самотрансформации. Создание пространства для развития личности

©Сан Лайт, 2012

© 000 «Амрита», 2012

* * *

Целостное мировосприятие

Мы видим в жизни только то, что сами вкладываем в нее.
Р. У. Эмерсон

Метапсихология счастья основывается на представлении, что в человеке действуют те же элементы, силы и принципы, что во Вселенной. Сознание и тело не только оказывают друг на друга влияние, они еще и переходят друг в друга и вместе формируют комплекс «ум-тело». Все проблемы психосоматичны, потому что тело и ум неразделимы. Ум является внутренней частью тела, а тело – наружной частью ума, и поэтому все что угодно может начаться в теле и затем перейти в ум или, наоборот, начаться в уме, а из него войти в тело. Разделения между телом и умом нет, это вовсе не два герметичных отсека, а единое целое.

Так что у всех проблем есть по две стороны; их можно решать и через ум, и через тело. Именно такой до настоящего времени и была мировая медицинская практика: некоторые врачи и сейчас полагают, что все проблемы возникают из-за нарушений в теле, и лечат только его. Это и физиологи, и психологи-бихевиористы. Иногда, в пяти-десяти процентах случаев, они добиваются успеха.

Есть и другие специалисты, которые считают, что все проблемы возникают из-за ума: это психоаналитики, гипнотерапевты и психотерапевты. Однако они тоже заблуждаются, хотя им удается добиться успеха в двадцати процентах случаев. Добиться лучших результатов, воздействуя только на ум или только на тело, невозможно – исцелять надо и то и другое. Но причины неудовлетворенности надо искать еще глубже – это чувство отделенности от бытия, от Бога.

Универсальное сознание – это океан энергии, которая вызвала к бытию физический мир, воспринимаемый нашими пятью чувствами. Методы метапсихологии связывают нас с каждым аспектом бытия и напоминают, что мы находимся в тесном союзе с каждым аспектом природы, друг друга и Вселенной. В расслабленном состоянии потоки энергии в человеческом теле и вокруг него текут свободно.

Метапсихология – это именно то знание жизни, которое ориентировано на интегральное улучшение ее качества. Она определяет положительную концепцию здоровья и счастья, которые будут достигнуты в результате сочетания физического, ментального, социального, морального и духовного благополучия. Учителя этого течения утверждают, что подлинное счастье находится прямо в нашем сердце и из него соткана наша внутренняя природа. Счастье – это восторг перед совершенством бытия.

Согласно традициям мудрости, здоровье и переживание изобилия рассматриваются как предпосылка для достижения высших целей жизни: самоосознания, радости, процветания, справедливости и духовной свободы. Свобода, таким образом, должна быть найдена, но не может быть создана.

Что внутри, то и снаружи

Мысль есть только знак, как и слово – только знак для мысли.
Фридрих Ницше

Ум, или мышление (мысление), постоянно занимается мыслетворчеством, это фабрика мыслей. Он обязательно должен быть чем-нибудь занят. А главная его потребность – чувствовать себя живым, волноваться, вибрировать и отвечать на все явления окружающего мира, передаваемые ему нашими внешними чувствами. Поэтому, если человек сознательно не дает своему мозгу необходимую работу, он будет мыслить о чем угодно, заботясь не о ценности или качестве мыслей, а только об их разнообразии и количестве. Благодаря этому наш ум чрезвычайно непостоянен, капризен и рассеян, и вдобавок очень не любит долго задерживаться на какой-либо одной теме для размышления. Можно сказать, что чаще всего наши мысли порхают с предмета на предмет, как бабочка с цветка на цветок.

Большинство людей не могут сосредоточиться на чем-либо конкретном даже на самый короткий срок. Если же ум почувствует, что человек ослабил или совсем отпустил сдерживающую его узду, он может превратиться в источник многих тяжелых бедствий. Стоит только направить его не в сторону совершенствования и преображения своей животной природы в высшую, а на удовлетворение ее низменных нужд, и это обязательно приведет не к добру и благу, а к разрушению личности. Вильгельм Буш утверждал, что глупые мысли бывают у всякого, только умный их не высказывает. От того, куда направлены мысли человека, зависит вся его судьба. Или он будет расти, развиваться и совершенствоваться, или деградировать.

Большинство людей даже не предполагают, какого опасного и коварного сотрудника они имеют в своем недисциплинированном и неуправляемом уме, если он лишен благотворного и сдерживающего влияния своего высшего начала и если ему предоставлена свобода мыслить, когда и о чем он хочет. Поэтому вопрос о контроле своих мыслей является для нас вопросом первостепенной важности и самой насущной необходимости. Из всех великих энергий, которые существуют в космосе, самой могущественной энергией, обладающей как созидательной, так и разрушительной силой, является мысль. Человек как мыслящее существо в течение всей своей жизни пользуется этой великой силой, причем пользуется ею постоянно, в каждый момент своего бодрствующего состояния, нередко не понимая ни значения, ни последствий своего мышления как для него лично, так и для всего мироздания.

Пока человек не осознает, что за свои мысли он так же ответственен, как и за свои поступки, он не может сделать ни одного шага по направлению к счастью, самореализации и Богосотворчеству. Могущество мысли состоит в том, что она приводит в движение стихийные силы природы, которые сами по себе хаотичны и инертны: для того чтобы начать действовать, им требуется толчок, который дается им мыслью человека и любого другого мыслящего существа.

Наш разум даже помимо вашего желания все время излучает в пространство мысленную энергию – творческую или, наоборот, разрушительную. Поэтому ум человека в полном смысле слова является фабрикой добра и зла. Его можно уподобить цветку, наполняющему пространство ароматом и благоуханием, если посылаемая им мысленная энергия по своему содержанию прекрасна, или куче отбросов, распространяющей вокруг себя зловоние, если его излучение состоит из злобы, ненависти, гнева, алчности, зависти и прочих отрицательных эманаций. Выпущенная однажды мысль впоследствии непременно будет материализована.

Людей, знающих значение мысли и достаточно развитых в духовном смысле, чтобы посылать в пространство только прекрасные и благие мысли, очень мало. Точно так же не так уж много людей исключительно злобных, сознательно дышащих ненавистью ко всему окружающему и излучающих вокруг себя лишь отравленные стрелы негативных мыслей. Обыкновенный средний человек, каких в мире подавляющее большинство, обычно создает поток ничтожных, слабых, неясных и серых мыслей, в которых может и не быть ни сильной ненависти или вражды, ни даже исключительного эгоизма. В них присутствуют лишь мелочь и сор повседневности, состоящие из мелкой зависти, критики и осуждения окружающих людей, из личных несогласий, споров и раздоров, а также из пошлых личных желаний, стремлений и побуждений.

Свами Джьетирмайянанда говорил: «Сила мысли есть величайшая сила как на Земле, так и на небесах. О чем вы думаете, тем и становитесь. Ум – самый таинственный инструмент души. Посредством направления мыслительного процесса на то, что является позитивным, человек может эволюционировать до невероятных высот. И наоборот, если ум человека направлен в сторону негативного, то такой человек может деградировать до самого жалкого состояния. Позитивное мышление означает обладание таким умом, который неподвластен влиянию гнева, ненависти, алчности и других отрицательных мыслей. Ум, занятый радостными и доброжелательными мыслями, то есть готовый простить и забыть все плохое, создать гармонию и способствовать миру – такой ум называется позитивным. Ум оказывает огромное непосредственное влияние на нервную систему и весь организм человека. Косвенно он влияет на все, что вас окружает. Еще в большей степени высокоразвитый ум воздействует на весь мир, и воздействие это сохраняется очень долгое время. Великие люди, благодаря своему могучему уму, привнесли в мир большие изменения, и именно великий ум таит в себе секрет усовершенствования мира, изменения его к лучшему».

Упражнение: когда вы чувствуете давление человека на себя, когда вас обижают, повышают на вас голос, осознавайте, что это одна часть вас оказывает давление, обижает, оскорбляет другую часть вас. Все это происходит на внутреннем экране вашего сознания. Из всех возможных трактовок явлений бесконечной реальности вы сами создали эту последовательность выборов и создали это отношение к ситуации на вашем экране. Используйте эту ситуацию для осознания целостности. И помните: это ваше концептуализирование пытается выстроить ограниченную целостность мира. Реальность гораздо больше любых ментальных построений.

Основной принцип позитивного мышления

Мысль – цветок, слово – завязь, деяние – плод.
Р. Эмерсон

Люди думают, что их мысль мала и не может достичь ничего значимого. Между тем потенциал мысли велик, и для нее не существует ни пространства, ни времени. Люди забывают, что каждая мысль может или затемнить пространство, или очистить его. И безусловно, действие мысли будет тем сильнее, чем больше в нее вложено мысленной силы. Эту силу можно увидеть, измерить и взвесить на весах вашей судьбы. Мысль есть основа творчества, здоровья и гармонии. А потому и относиться к ней надо осторожно, как к самонаводящейся ракете. Понимание этого – залог правильного обращения с последствиями различных мыслей.

Мысль не является ни веществом, ни полностью абстрактным понятием, это некая сущность со всеми признаками самодовлеющего существования. Мысли одних людей можно уподобить москитам, вирусам или мошкам, мысли других – орлам. Как сущность тонкого плана, мысль не может быть уничтожена. Ей можно только противопоставить другую мысль, обладающую более сильным потенциалом.

Мысль сильная, яркая, посланная человеком сознательно и с определенной целью, создает в квантовом поле энергоинформационный сгусток, то есть некое полевое существо или, лучше сказать, саморазвивающуюся программу во вселенском метакомпьютере – мыслеобраз, который будет стремиться осуществить вложенную в него идею. Эти мыслеобразы живут столетиями и тысячелетиями, ожидая исполнителей вложенных в них программ. Они живут лишь для того, для чего были рождены, и действуют лишь в том направлении, которое составляет сущность их содержания. Но не стоит думать, что лишь сильные и яркие мысли способны творить и разрушать, а мысли слабые, неясные и туманные – безвредны. На самом деле слабые негативные мысли гораздо вреднее, чем можно предположить, особенно если учесть, что в космосе действует закон притяжения подобного подобным.

Происходит это так: каждая мысль, даже неопределенная, неясная и туманная, создает соответствующее туманное отражение в пространствах коллективного сознания, которое притягивается подобными же неясными и туманными мыслями других людей. С несходными с ними по содержанию туманностями такие мысли не сливаются – только с похожими. А теперь представьте себе, что ежеминутно и ежесекундно многие миллионы похожих друг на друга неясных, туманных и по своему содержанию отрицательных мыслей уносятся в пространство и там группируются по своему содержанию, усиливая одна другую и образуя громадные резервуары деструктивной силы, в которой нет даже тени творческого импульса, но зато есть избыток энергии отрицательного характера. Эта энергия, не находя для себя применения в творческой деятельности, обрушивается на человечество в виде всевозможных стихийных бедствий: эпидемий, наводнений, голода, землетрясений, войн и тому подобных несчастий. Великий Пифагор говорил своим ученикам: «Вы можете зажечь новое солнце, но можете и породить тьму, таков закон сотрудничества мыслей и пространства». Таким образом, человеческая мысль является одной из самых могущественных энергий в космосе.

Чистота – лучшая защита

Музыка занимает место между мыслью и реальностью.
Генрих Гейне

Все существа – люди, животные, растения и даже минералы – излучают различные эманации и испускают определенные частицы, и все эти тончайшие энергии, окружающие живые и некоторые неживые объекты, называют аурой. Аура окружает каждого человека, но вокруг одних она светлая, лучезарная, мощная, обладающая интенсивными вибрациями и прекрасными оттенками, а вокруг других выглядит слабой, тусклой и деформированной.

Ауру можно сравнить с кожей. Кожа защищает человека от ударов, вредных веществ, жары и холода, с помощью кожи мы осязаем и чувствуем температуру, она выполняет функции обмена – поглощает и выделяет воздух и воду, отражает солнечные лучи. Аура выполняет те же функции для души, что и кожа для тела, так что ее можно с полным правом назвать «кожей души». Она предохраняет душу, прикрывает ее от вредных воздействий и позволяет проходить сквозь нее нужным человеку космическим и психическим потокам. Ауру можно сравнить с атмосферой Земли, которая защищает землю от метеоритов и вредных космических излучений.

Итак, через ауру производится непрерывный обмен между нами и природой. Если человек обладает мощной аурой, то ему не смогут навредить никакие губительные влияния. По ауре, так же как и по коже, можно судить о состоянии здоровья человека. Но надо понимать, что наша аура – это не только эманации физического тела, но еще и эманации ума, чувств, судьбы человека. Каждая эманация имеет свой ритм, частоту и цвет, а некоторые из них можно снять на фотопленку с помощью метода Кирлиана.

Если вы хотите сделать свою ауру более мощной, лучистой и гармоничной, то одним из самых лучших способов, выработанных для этого человечеством, является мантра, молитва и созидательная визуализация. Повторяя мантру, вы можете визуализировать, то есть представлять себе, как лучезарная сила этой мантры изгоняет из вашей ауры все темные цвета и наполняет ее чистым вибрирующим светом. Мантру можно сравнить со звуковым лазером. Обратите внимание на свою ауру после прослушивания возвышенной музыки или после посещения Божественной литургии – она заметно меняется в лучшую сторону. А духовные мантры и молитвы производят в ауре еще более сильные изменения. Во время их чтения в нее входят силы любви, света, чистоты и добродетели, ведь мантра – это форма обращения к Высшему Сознанию или, точнее, проявление Высшего Сознания в звуке.

Если ваша аура чиста и мощна, то даже негативные астрологические влияния планет станут для вас благоприятными. По закону подобия, свет притягивается светом, а чистота – чистотой. Если ваша аура светла, то окружать вас будут светлые сущности, и наоборот.

Первым правилом, которому необходимо следовать, чтобы прийти к гармонии, должен стать контроль над собственным языком. Не надо сразу же высказывать все свои мысли вслух: сначала выберите самую главную, обдумайте ее, а потом уже произносите. Говорить при этом нужно мягко, приятным голосом и без всякой злобы в сердце – так, как если бы вы разговаривали с Богом, который находится в каждом из нас. Сейте в своем сердце семена добрых мыслей, орошайте их водою любви и с мужеством защищайте нежные всходы. Пусть их питательной средой станет ваша сосредоточенность, и тогда на стеблях радости созреют колосья вечной мудрости, открывающей то, что вы – это Свет.

Сокровищница знания

Идеи правят миром!
Платон

Кроме определенно положительных и определенно отрицательных мыслей, в мировом информационном поле хранится огромное количество полезных мыслеобразов, множество всевозможных оттенков человеческого мышления настоящих и прошлых веков, которые образуют, таким образом, сокровищницу знаний и возвышенной мудрости. В этой сокровищнице содержатся мыслеобразы по самым разным вопросам, сконструированные из элементарных идей и мыслей в прошлом и создаваемые в настоящее время, которые еще не осуществлены и не нашли выражения в видимом физическом мире. В информационном поле существуют целые области, наполненные образами будущих изобретений и открытий, созданных в разное время гениальными людьми, но еще не открытыми людьми нашего века. Великие открытия в буквальном смысле носятся в пространстве, и расцвет человечества всегда происходит благодаря космическим воздействиям информационного поля, в котором они находятся. Если множество людей устремится своими мыслями к знаниям, они обязательно притянут из пространства нужные вибрации. Те, кто может гармонизировать свое внутреннее состояние с потоками космических энергий, примут в свое сознание эти несметные сокровища, оставленные нам древними мыслителями и изобретателями.

Из этой сокровищницы мудрости люди, сами того не подозревая, всегда черпали и черпают в нужное время необходимые им мысли. Все они считают творцами тех мыслей и тех изобретений, которые они позаимствовали из пространства исключительно себя. Как же это происходит? Когда человек работает над решением какого-нибудь вопроса и не может найти правильного подхода к нему, он начинает исследовать этот вопрос все более подробно, думать над ним все больше и больше, и по мере того как он станет все более глубоко проникать в интересующую его проблему, наступит такой момент, когда мысли начнут рекой течь в его разум и он найдет нужное ему решение. Это значит, что мысль человека проникла в информационное поле, в планетарную сокровищницу знания. Понятно, что из этого источника человек может черпать мысли любого содержания, ибо там хранятся образцы человеческого мышления прошлых и настоящих веков, хранится все, что человечество открыло и откроет когда-нибудь в будущем. Таким образом, человек, склонный к негативному мышлению, помимо того что создает отрицательные мыслеобразы, усиливает своими мыслями уже существующие подобные мыслеобразы, и если сам он и не воплотит в действие свою мысль, то будет способствовать ее реализации другими людьми.

Исцеляющая сила эмоций и мысли

Кто крепок телом, может терпеть жару и холод. Так и тот, кто здоров душевно, в состоянии перенести и гнев, и горе, и радость, и остальные чувства.

Эпиктет

За последние годы старые концепции взаимодействия сознания и тела в медицине и психологии претерпели значительные изменения. Было установлено, что система верований человека играет решающую роль как в возникновении различных заболеваний, так и в исцелении от них.

Наиболее концептуальные исследования в этом направлении были проведены Д. Чопрой, С. Волински, М. Аргайл. Дипак Чопра, известный исследователь психологии счастья, применяет принципы квантовой физики к человеческому организму. В своей книге «Квантовое исцеление» Чопра устанавливает новую парадигму для процесса обновления всех клеток тела. Ранее считалось, что все клетки организма полностью заменяются на новые в течение примерно семи лет. Однако Чопра утверждает, что этот процесс занимает всего лишь чуть больше года. Согласно Чопре, наш желудок полностью обновляется за четыре дня, кожа – за тридцать дней, печень – за шесть недель, и даже скелет человека подлежит полной замене за три месяца. Возникают вопросы: «Каким образом при такой скорости обновления в организме умудряются сохраняться хронические заболевания? Не свидетельствует ли это о том, что все дело не в биологии, а в „программном обеспечении“ организма?»

Возможно, еще более важной идеей квантовой биологии является утверждение, что человеческое сознание не имеет определенной локализации в теле. Примерно лет двадцать назад нейрофизиологами в мозге человека и животных были открыты специфические вещества, названные нейропептидами. Было установлено, что нейропептиды наряду с гормонами играют важную регуляторную функцию и управляют нашими чувствами, эмоциями, инстинктами и даже мыслями. А в дальнейшем было обнаружено, что рецепторы, чувствительные к определенным нейропептидам, имеются не только в нашем мозге, а фактически во всем организме. И что самое важное, эти рецепторы в значительной мере представлены в органах и клетках (например, в Т-киллерах) нашей иммунной системы. Таким образом, власть нейропептидов практически безгранична. Они циркулируют по всему организму и управляют всеми органами и клетками нашего тела. Основываясь на этих исследованиях, Дипак Чопра утверждает, что иммунная система человека постоянно «подслушивает» его внутренний диалог. Другими словами, она очень чувствительна к нашим мыслям, чувствам и пристрастиям, к картинкам, которые мы себе рисуем, и к внутреннему диалогу, который постоянно ведем сами с собой.

А поскольку наше подсознание (которое также называют сознанием тела) управляет всеми произвольными действиями и функциями организма, получается, что оно, кроме этого, обеспечивает связь между сознанием и иммунной системой. Именно оно может наладить связь с любой частью нашего организма и в любое время, а значит, может также по своему желанию стимулировать процесс выздоровления.

Каждая мысль, эмоция, желание и связанные с ними внутренние установки, разворачивающиеся на нашем внутреннем экране, оцениваются нашей иммунной системой как руководство к действию. Экспериментально было доказано, что на клетках иммунной системы соответствующим образом отражается чувство обиды. И если обида длится достаточно долго, то и иммунная система становится как бы «обиженной», а организм, соответственно,

открывается для широкого круга заболеваний. Поэтому очень важно понять, что негативные мысли и эмоции крадут наше здоровье.

Тело – поток сознания

Цель – это путь во времени.

Карл Ясперс

Сознание, подобно скрытой искре света, присуще всей жизни, но имеет множество цветов и оттенков. Чем более сознание индивидуализировано, тем более выражен его собственный «цвет». Кроме того, каждый раз, когда индивидуальность что-либо создает и следует своему закону, это сопровождается вибрацией определенного цвета. И только, когда сознание достигает полного Просветления, все его цвета сплетаются и интегрируются в верховную красоту, которая становится свободной от вибраций во всех направлениях, окружая и создавая всю иерархию порядка.

Учение Алхимии Изобилия рассматривает тело не как сумму клеток и органов, а как поток сознания, который создает, формирует и контролирует тело. Поэтому состояние тела может быть изменено по воле его «обладателя». Мы сами включаем для этого определенные биопрограммы.

Тело, как река, постоянно изменяется. Полный обмен в жировых тканях происходит за месяц. Слизистая оболочка желудка обновляется каждые пять дней. Кожа становится новой каждые пять недель. Кости скелета, которые кажутся твердыми и малоподвижными, обновляются каждые четыре недели. Поток кислорода, углерода, водорода и азота в организме движется настолько быстро, что в течение недели из этих веществ можно было бы создать нового человека. Этот процесс замедляют только более тяжелые атомы железа, меди, золота и других элементов. Внешне кажется, что наше тело не меняется, но на самом деле мы подобны зданию, кирпичи которого все время заменяются новыми. Этот постоянный поток изменений контролируется нашим сознанием на квантовом уровне. Поэтому, чтобы изменить состояние тела, следует научиться изменять программы своего сознания. За тысячи лет до того, как современная медицина открыла связь между телом и сознанием, ведические учителя разработали «созидательную технологию», работающую с самыми глубинными уровнями сознания. Эта технология позволяет приводить в равновесие силы, действующие внутри и вне нас. Если силы, находящиеся внутри нашего организма, будут пребывать в гармонии и равновесии с внешней средой, мы можем стать неуязвимыми для болезней. Совершенный баланс творит совершенное здоровье. И надо учитывать, что под внешней средой подразумеваются и такие глобальные системы, как человечество, планета Земля и космос, чье воздействие бесконечно сложно для нашего понимания.

Учение Алхимии Изобилия утверждает: всякую болезнь, всякую дисгармонию можно предотвратить, если поддерживать баланс – и не только в теле, но также в мыслях и эмоциях. В каждом существе заложены стремление к росту и экспансии жизненной энергии. Это стремление управляет общим балансом автоматически: его проявление отмечается в каждой клетке организма, особенно в мозге, который одновременно поддерживает постоянство температуры, уровень обмена веществ, рост тела, химический состав крови, регенерацию клеток и множество других функций. Для сохранения здоровья необходима невероятно точная их координация.

Но реальный источник баланса лежит глубже – на уровне всеобщего информационного поля, которое также называют гнозисом, или Вселенским Сознанием. Этот жизненно важный фактор все еще неизвестен большинству людей, чем и объясняется их беспомощность перед лицом болезней и процессом старения. Если мы научимся поддерживать равновесие начиная с самого глубокого уровня, наш внутренний рост будет беспределен. Десятки книг подчеркивают ценность внутреннего роста, упуская при этом ключевой фак-

тор, на который обращает внимание Алхимия Изобилия: этот рост происходит автоматически, так как программы успешного развития встроены в каждую нашу клетку. Их можно отслеживать и проявлять через специальные, достаточно простые методики. А суть этих правил, методик, упражнений и рекомендаций состоит в стирании неправильных, деструктивных программ. Это и есть главный секрет совершенного здоровья. Если мы позволим мысли выйти за рамки обычного и исследовать высшие реальности, тело тоже последует за ней. Нас примут в любой реальности. Энергия мысли создает субквантовый «двигатель», используемый при взаимодействиях с окружающей средой. И основной принцип искусства жизни заключается в том, что созидательная мысль оказывает огромное влияние на состояние человека, приводит его в гармоничное равновесие со всем окружающим миром.

Если мысль отказывается верить в болезнь, тело повинует ей и выздоравливает. Состояние нездоровья является результатом «искажений колебаний микрочастиц», от которых зависит правильное функционирование тела и которые управляются сознанием.

Проявление намерения

Загадкой вечной буду я себе.
Ф. Шиллер

Ум имеет прямое отношение к жизненным силам, проходящим по тонким каналам пространства. А деятельность этих каналов зависит от характера мыслей. Если наши мысли позитивны, каналы открываются, и жизненные силы движутся свободно. Если же мы допускаем негативную мысль, работа каналов нарушается: они закрываются, перегружаются и т. д. Это вызывает напряжение. Нарушение равновесия в каналах в свою очередь вызывает напряжение и дисбаланс в различных частях тела. Таким образом, мысли человека постоянно воздействуют на его организм. Это легко наблюдать в повседневной жизни. Если к вам придет радостная мысль, то лицо ваше начнет сиять радостью. А если мысль будет негативной, лицо станет напряженным, мрачным и хмурым. Таким образом, лицо является индикатором или зеркалом ваших мыслей. Поэтому никогда не подпускайте к себе чувства печали и уныния. Уныние – дурное чувство, оно не только вредит вам, но и заражает других людей, омрачая их жизнь, и вы не имеете права этого делать. И поэтому, когда такое чувство приближается к вам, отгоните его сразу. Форма мысли также оказывает свое воздействие на форму выражений кого-либо, и поэтому можно сказать, что для того, кто может ее прочесть, мысль обладает определенным языком. Этот язык может быть прочитан по лицу и внешнему виду человека. Каждый способен читать его в определенной мере, но обычно определить буквы этого языка бывает очень сложно.

Человек, который собирается провести больного или несчастного друга, отнести ему подарки и сказать что-то утешительное, как правило, светится – его лицо излучает доброту. Лицо же преступника, замышляющего что-то дурное, будет угрюмо, искажено, беспокойно и мрачно. Чем больше вы хотите наставлять людей и помогать им, тем больше в вас становится света, который разрастается, образуя вокруг вас необыкновенную лучистую сияющую ауру. Употребляйте силу мысли ежедневно для каких-нибудь добрых целей, будьте одной из сил,двигающих эволюцию. Думайте каждый день о ком-нибудь, кто страдает, скорбит или нуждается в помощи, и изливайте на него свои любящие мысли.

Итак, положительная мысль приводит в положительное состояние нервную систему. С другой стороны, когда плохие новости или беспокойные мысли поражают наш ум, наше тело начинают обволакивать мрачные облака напряжения. В результате движение энергий по каналам ауры замедляется и человек теряет силы, слабеет. Как мы уже установили, воздействие негативных мыслей на тело может быть быстрым и иметь удручающие последствия. Однако следует знать и другое: сила положительного мышления – его влияние на физическое и психическое здоровье – зависит от длительной тренировки. Приведем пример. Представьте на мгновение, что вы чувствуете себя больным и слабым. Вы хотите изменить свое состояние к лучшему и начинаете развивать в себе положительные мысли, создаете в уме положительный образ самого себя (образ здорового и полного энергии человека) и постоянно, изо дня в день, поддерживаете этот образ. Проходит пять дней, но состояние ваше ничуть не улучшается: напротив, оно становится еще хуже. Нужно ли расстраиваться и приходить к заключению, что позитивное мышление не действенно? Конечно же, нет. Ваши положительные мысли делают свое дело, однако, в отличие от отрицательных, их действие не является мгновенным. Взаимосвязь между мыслями и телом осуществляется под влиянием множества различных факторов и обстоятельств. Результаты деятельности положительно настроенного ума могут сразу и не дать о себе знать. Но суть в том, что рано

или поздно они непременно себя проявят. Ибо мысль определяет характер, характер – действия, а действия – будущее.

Сияйте, как Солнце

*Лови день.
Эпикур*

Вас не удивляет, что Солнце, которое отдает энергию и светит миллиарды лет, до сих пор не истощило себя? Закон божественной любви гласит, чем больше вы отдаете, тем больше приобретаете. Во Вселенной нет пустот: стоит где-либо образоваться пустому пространству, как его сразу же что-нибудь заполняет. Этот закон действует во всех планах. Если то, что вы отдаете, светло, лучисто и благотворно, то и взамен получите элементы того же качества, такие же сияющие и лучистые по своей сути. Но если излучаете грязь, то ваш энергетический резервуар не замедлит ею же и наполниться.

Если вы расходуете свою энергию в сугубо личных интересах, вам придется потратить много времени для восстановления и отдыха, а если заболите, то для выздоровления вам, возможно, понадобятся месяцы. Люди же, вдохновляемые лучшими мыслями и высшими идеалами, всегда восстанавливаются очень быстро.

Любая болезнь представляет собой не что иное, как результат накопления в организме чужеродных веществ, и чтобы выздороветь, вы должны от них очиститься. Поэтому так важно уметь собирать по утрам солнечные частички: они одни не забивают вас всяческой грязью. Все то, что едите и пьете, все то, чем дышите, всегда оставляет в вашем теле какие-то шлаки – это неизбежно. Только лучи Солнца сотканы из такой материи, которая не оставляет после себя никаких отходов. А потому учитесь питаться этой высшей субстанцией – светом.

Только несчастный человек пытается доказывать, что он счастлив, только печальный человек постоянно твердит, что он весел, только мертвый человек любит повторять, что он жив, и только трус изображает из себя храбреца. Другими словами, только человек, знающий свою низменность, пытается доказать всем остальным свое величие. Вы все время пытаетесь доказывать противоположное тому, чем являетесь, и существует девятость девять шансов из ста, что вы есть нечто противоположное.

Помните: когда человек действительно посвятил свою жизнь свету, его работа имеет решающее значение в делах всего мира. Где бы ни находился, известен он или нет, он всегда будет настолько мощным центром, что ничто не будет происходить без его участия: он будет гармонизировать силы Вселенной в светлых целях и даже участвовать при принятии решений высшими духами. Это вас удивляет? Но ведь это нормально! Почему бы светлым духам, заботящимся о судьбах мира, не принимать во внимание мнение других светлых умов, похожих на них своим сиянием и излучением? Если бы при принятии решений о будущем человечества никто здесь, на Земле, не мог бы высказать своего мнения, это было бы нелогично и несправедливо. И вы должны знать, что ваш голос может быть услышан при принятии решений, важных для всего мира, и что вы можете присутствовать на Высших советах. С этого момента ваша жизнь приобретет новый смысл, и вы лучше поймете насколько важно начать божественную жизнь, которая сделает вас достойными того, чтобы ваш голос был слышен вместе с голосами высших существ.

Очищение с помощью Солнца

Самый большой банкрот в этом мире – человек, утративший свой жизненный энтузиазм.

Арнольд Мэтью

Вся жизнь на нашей планете существует благодаря Солнцу, а точнее, благодаря тому, что живые организмы способны улавливать и использовать солнечную энергию. Солнце очищает ауру, сознание, тело и душу живых существ. С его помощью осуществляются многие процессы внутренней алхимии, ведущие к преобразению личности и к поднятию энергетического уровня людей. Любой контакт с Солнцем является преображающим посвящением. Однако для невежественного сознания, расстроенного воздействием психических вирусов, Солнце является губительным. Вирусы имеют связь с солнечными циклами; правильно воздействуя на них с помощью энергии Солнца, можно управлять их циркуляцией.

Гелиопсихология (наука, изучающая влияние Солнца на жизнь человека) утверждает, что цикл солнечной активности определяет такие вещи, как частота разводов, вспышки серийных убийств, эффективность рекламы и многое другое. Исследования показывают, что одиннадцатилетний цикл солнечной активности непосредственно связан со вспышками общей смертности (голод, убийства, самоубийства, болезни) на Земле.

В древности разные народы нередко видели предзнаменования различных событий в поведении Солнца – в его положении на небе и яркости. А современная наука доказала, что подавляющее большинство физико-химических процессов и коллективных реакций живых организмов на Земле обусловлены воздействием солнечной радиации.

Синхронные изменения количества пятен на Солнце определяют поведенческие реакции людей и их межличностные отношения. Существуют особые вирусы, которые обитают на Солнце и переносятся на Землю через солнечную радиацию. Она изменяет нервно-психический тонус личности и нарушает неустойчивое психическое равновесие многих людей, склоняя их к деструктивным поступкам. Если сопоставить даты революций, крестовых походов, войн и психических эпидемий с астрономическими данными, учитывающими состояние Солнца, тенденция эта прослеживается достаточно отчетливо.

Само по себе Солнце не является убийцей: оно может лишь способствовать гибели ослабленного в физическом и духовном отношениях организма. Инфицированный человек уже не воспринимает Солнце как источник живительной энергии – для него оно является страшным оружием, угрожающим его жизни. После случающихся солнечных вспышек обычно погибают люди с расшатанной нервной системой и заболеваниями мозга, а вслед за ними, через 3–5 дней после солнечных извержений, повышается смертность среди людей с болезнями кровообращения. Кроме того, в такие периоды резко повышается число самоубийств. Как же оградиться от губительного влияния Солнца и использовать его энергию во благо?

Сосредоточиваясь на Солнце и настраивая себя на солнечные волны, люди становятся целостными существами. Свет – это изначальная пища Вселенной. Способность Солнца заживлять раны была признана человеком многие тысячи лет назад. Без солнечных лучей наши тела увядали и умирали бы намного быстрее, да и вообще без Солнца вся жизнь на нашей планете скоро бы закончилась. Биологические процессы живого организма напрямую связаны с солнечной активностью. Лучи Солнца содержат полный спектр цветов, и только некоторые из них видимы для человеческого глаза. В терапии растительных форм из исследований доктора Эдуарда Баха известно, что роса, которая подверглась воздействию

солнечного света, обладает более сильным действием на организм по сравнению с обычной росой.

У гностиков каждый солнечный луч представляет собой силу. Чтобы поддерживать хорошее здоровье, наши тела должны быть способны поглощать и использовать нужное количество солнечного света. Солнечный свет попадает в человеческий организм через глаза и кожу. В аюрведической алхимии семя считается сгущением солнечного света.

В Индии часто говорят, что если вы совершаете только одну асану в день, это должно быть поклонение Солнцу. Служение Солнцу особенно подходит для тех, у кого не слишком много времени для выполнения сложных ритуалов. Гелиоцентрическое понимание мира создает живое единство между различными аспектами жизни.

Солнце – это не просто гигантская звезда, не просто скопление вещества, внутреннее сгорание которого производит свет и тепло. Это разумное существо. Все во Вселенной является живым, одушевленным и одухотворенным, во всем сокрыт великий разум, который проявляется в разных живых существах и вещах, насколько позволяет уровень развития их организмов, и Солнце – не исключение.

Видимая солнечная сфера – это физическое тело существа, которое мы называем Солнцем. За ним стоит высокоразумная сущность, чьей единственной целью является шедшее озарение космоса жизнотворными энергиями посредством несравненного сострадания и любви. Солнце, будучи в высшей степени разумным существом, отзывчиво по отношению к духовным устремлениям человека.

Внутреннее созерцание и поклонение Солнцу – это прекрасная практика посвященческой медицины. В Ригведе говорится, что Солнце – это «душа того, что движется, и того, что не движется». Это бесконечный резервуар всех форм жизни на нашей планете.

При профилактике психических вирусов Солнцу поклоняются как символу здоровья и бессмертной жизни. Ниже приводится мощный защитный ритуал, который служит для сосредоточения целительной энергии, обретения психической защиты и благополучия.

При поклонении Солнцу отдается почтение не только внешнему, но и внутреннему светилу, то есть творческой силе жизни во Вселенной, которая пребывает внутри и вне человеческого тела. Энергия Солнца предстает перед нами в световой форме, которая распадается на семь составляющих: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый цвета. Великие посвященные в разных традициях владели тайной управления спектральной энергией. Они утверждали, что настанет день, когда человечество перестанет пользоваться деревом и углем и будет работать исключительно с солнечными лучами. Древние мудрецы и провидцы относились к Солнцу как к особому живому существу. Современные люди обычно отвергают такое отношение, рассматривая его как примитивное языческое поклонение, но из-за этого уничижительного ярлыка они не замечают глубины прозрений древних посвященных в отношении Солнца.

Поклонение Солнцу подготавливает все наше тело к восприятию живительной энергии космоса и очищает сознание от психических паразитов.

Непосредственно перед выполнением ритуала поклонения Солнцу полезно выполнить следующее упражнение. Утром на восходе Солнца попытайтесь внимательно разглядеть его первый луч, «перехватить» его взглядом. Весь день зависит от этого первого луча – будут ли вам сопутствовать успех, вдохновение и просветление, решится в эти минуты на рассвете. В тот момент, когда ощутите, что связаны с Солнцем, вы поймете, что ваша личность содержит в себе его часть. И если вы объединитесь с идущей от Солнца космической энергией, то сможете черпать оттуда бесконечную силу и красоту, будете как бы купаться в лучезарном свете.

Важной частью посвященческой науки является соединение с Солнцем именно на восходе, требующее соответственной умственной подготовки. Утвердив мир в своем сердце,

можно собрать все свои энергии воедино и перенестись на Солнце. Это перенесение возможно благодаря тому факту, что на тонких уровнях бытия мы и так уже пребываем в полноценном соприкосновении с солнечным существом.

Во время молитвы, пытаясь связаться с высшим разумом, представьте себе живой сияющий центр, из которого исходит высшая сила. Она должна выглядеть как лучи света, распространяющиеся во всех направлениях и питающие все живые существа. Все великие мастера и посвященные концентрируются на этом центре, направляя к нему свои мысли.

Чтобы освободиться от ограниченности сознания, вам нужно перевести свои мысли с мирских проблем в область высоких дум. И тогда солнечная сущность охватит все ваше существо и наполнит его Божественным светом. Если указанный способ единения с солнечной энергией станет для вас привычным, вы сможете постепенно начать осознавать свои истинные потребности, а также понимать качества, ошибки и причины различных заболеваний.

Если эту методику богопознания заложить в основу жизни, а также обрести терпение и любовь, которые помогут вам расширить сознание и слиться с беспредельностью, вы сможете достигнуть всего, чего пожелаете.

Внутри каждого человека содержится очень тонкий элемент, который пребывает и в Солнце. И эта живущая в Солнце часть человеческого существа является его высшей природой.

Болгарские богомилы рекомендуют простую и эффективную технику под названием «Чаша Грааля». На восходе поприветствуйте Солнце как возлюбленное существо. Затем медленно поднимите над собой руки. Представьте, что вы держите большую чашу диаметром около метра и она наполняется солнечной амброзией. «Наполнив» ее, мысленно излейте эту амброзию на себя. Затем вновь поднимите чашу, и пусть Солнце снова ее наполнит, после чего вы изольете ее на своих близких и вообще на весь мир. В конце поблагодарите Солнце и начните учиться у него щедрости.

Если, зажав глаза, «посмотреть» утром на Солнце, можно увидеть внутренним оком его центральную точку. Именно она и представляет собой Дух. Всякий раз, когда вы будете внимать Солнцу, нужно взирать на него с пожеланием доброты и любви: так вы сможете приблизиться к этому центру радости и счастья. Постепенно ваше сознание сблизится с этой духовной сферой, и тогда вся ваша личность обретет свет, мир, свободу и жизненную энергию. Однажды вы почувствуете, что между вами и Солнцем циркулируют особые волны, которые создают все видимые формы, краски и вибрации физического мира, очищая окружающее пространство и наполняя его живительной энергией.

Путь к торжеству прекрасного

Жизнь это красота – восхищайтесь ею.

Жизнь это игра – сыграйте в нее.

Жизнь слишком прекрасна – не губите ее.

Мать Тереза

Каждый из вас встречал людей, которые говорили о своем устремлении к совершенству, но при этом были погружены в постоянную суету. Обычно такие люди говорят: «Духовная жизнь – это замечательно. Я хотел бы посвятить ей себя, но сначала мне нужно выполнить свой долг по отношению к своей семье, детям и родителям». Конечно, с их доводами можно согласиться. Долг – это запрограммированное желание. Однако они продолжают говорить о своих социальных и семейных долгах и через десять, и через двадцать лет. Получается, что они так и не смогли освободиться от своего долга, а некоторые из них так и умерли, не посвятив духовной жизни ни одной минуты своего времени. Почему? Потому что они рассуждали неправильно. Чтобы начать духовную работу, не нужно ждать, пока что-то уладится, так как в жизни людей ничто и никогда не может быть в полном порядке: всегда что-нибудь где-нибудь идет не так. Не ждите, даже если у вас пока вообще ничего не устроено, живите духовной жизнью с настоящего момента, и ваша жизнь улучшится сама. Что бы вы ни делали в материальном плане, ваши проблемы никогда не будут урегулированы окончательно. Жизнь обычного человека напоминает болото: он вытаскивает из трясины одну ногу, но в ней тут же увязает другая. Вам кажется, что вы обрели покой, поскольку наконец вышли на пенсию, а ваши дети уже выросли, женились и нашли свое место в жизни... Но вдруг возникают проблемы в их хозяйстве, и их тоже нужно решать. Или же у вас появляются внуки, которыми надо заниматься. Или ваш дом стал слишком тесным и надо переезжать, или кто-нибудь из ваших родных заболел... И так до бесконечности...

А потому не выжидайте, чтобы начать духовную работу мысли, так как благодаря этой работе вы найдете наилучшие решения всех проблем, которые встанут перед вами. Не рассчитывайте ни на что иное. Пока вы проектируете вчерашнее несовершенство на последующие дни, вы продолжаете воспроизводить и повторять свое старое прошлое, и ваше будущее представляет собой не что иное, как обрывки этого прошлого. При таком подходе в будущем отражается все порочное и тронутое червоточинной. Если же вы будете проектировать в будущее все светлое и прекрасное, то вы уже сейчас сможете жить подлинным будущим, которое ждет вас впереди, – вы сделаете его реальным. Чувствовать в настоящем то, что еще не реализовалось, – значит делать это реальным, хотя и в другой форме, не в физическом, а в умственном плане. Если вам это удалось – это уже замечательно. Упражняйте свою мысль в этом направлении, и увидите, что не сможете больше жить в прошлом. Это просто станет для вас невозможным.

Эти истины могут стать для вас благословением, так как отныне, обогащаясь и вооружаясь каждый день новыми знаниями, вы сможете сформировать свое будущее, полностью отличное от прошлого.

Первая задача, которую вы должны будете перед собой поставить, – это наблюдение за собственной мыслью. Что бы вы ни делали, заглядывайте в глубину своей души, чтобы знать, что делает ваша мысль и где она находится. Будьте все время настороже и сохраняйте ясность ума. Это не так просто, как может показаться: попробуйте, например, спросить своего приятеля, о чем он думает. Почти наверняка он не сможет вам ответить, так как никогда не обращал на это внимание. Это поразительно: весь день люди о чем-то думают, но при этом сами не знают о чем! Как же вы хотите, чтобы при таких условиях они стали способными

повелевать своими инстинктивными силами, ориентировать, концентрировать и творчески использовать их? Это совершенно невозможно. Если вы бесконтрольно, бессознательно позволяете разным силам войти в вас, то в один прекрасный день они начнут вами повелевать. И чтобы самому стать хозяином над этими силами, вам прежде всего надо взять ситуацию в свои руки, то есть всегда ясно осознавать собственные мысли и чувства. Вот самое главное качество ученика Алхимии ИЗОБИЛИЯ – он всегда сознателен и контролирует потоки собственных мыслей. И как только в его сознании проскальзывает отрицательная мысль или чувство, он тотчас же останавливает их и заменяет на позитивные либо преобразует во что-то положительное.

Прежде всего вам надо научиться всегда сохранять ясность ума и наблюдать за тем, что происходит в вашем сознании, и как только в нем появится отрицательная, деструктивная мысль, сделать все возможное, чтобы преобразовать ее в положительную. Только так вы сможете обрести настоящую власть над самим собой. Основа этой власти заключается в способности самообладания. Это не мешает ни вашей работе, ни отношениям с близкими, ни творчеству. Некоторые думают, что если они начнут осознавать и анализировать свое внутреннее состояние, то у них не останется времени на все остальные дела. Но в действительности все происходит прямо противоположным образом, поэтому самонаблюдение должно стать вашей привычкой. Те, кто воображает, что их психика может самоорганизоваться без всяких усилий, будут разочарованы. Нельзя добиться больших успехов в жизни, не обладая самыми элементарными душевными качествами.

Кришнамурти говорил о том, что осуждение начинается с дурной мысли, и это уже есть преступление. Ибо в любом существе есть и что-то хорошее, и что-то дурное. Мы можем усилить и то и другое, направляя на это свою мысль и тем самым помогая или мешая эволюции, исполняя волю Логоса или сопротивляясь ему.

Если вы думаете о другом человеке плохо, вы одновременно творите три дурные вещи:

1. 1. Наполняете окружающее пространство не хорошими, а дурными мыслями и таким образом увеличиваете скорбь мира.

2. 2. Если в человеке есть то зло, которое вы в нем предполагаете, то усиливаете и питаете его и таким образом делаете своего брата еще хуже, вместо того чтобы помочь ему сделаться лучше. Однако чаще всего в людях нет того зла, которое вы вообразили себе, и тогда ваша дурная мысль соблазняет человека на плохие мысли и поступки, и если он еще не совершенен, то можете сделать его таким, каким представляете себе.

3. 3. Вы наполняете свой ум дурными, а не хорошими мыслями и тем самым задерживаете свой собственный рост и делаете себя некрасивым и непривлекательным для тех, кто способен это увидеть.

Но и этого зла, причиненного вами себе и своей жертве, обычно бывает недостаточно для осуждающего. Он всеми силами стремится сделать соучастниками своего преступления и других людей, спешит рассказать им свою недобрую повесть, надеясь, что они в нее поверят, и если это происходит, присоединившиеся к нему тоже начинают изливать на жертву свои злые мысли. Это продолжается изо дня в день, и нередко в этом участвует не одним человек, а тысячи. Избегайте этого, как чумы. А начните с того, о чем уже было сказано выше: старайтесь всегда быть в состоянии бодрствования и сразу осознавать мелькающие в вашем сознании деструктивные мысли. Часто бывает так, что вы занимаетесь каким-либо делом, и со стороны может показаться, что вы полностью на нем сконцентрированы, но на самом деле какая-то часть вашего ума погружена в отрицательные мысли и чувства, в злопамятство и другие негативные эманации, и так может продолжаться часами, а вы этого даже

не замечаете. Надо сознавать, что негативные подсознательные ассоциации не прекратятся до тех пор, пока вы сами не выбросите их из своих мыслей.

Экология сознания

Свобода – это ответственность. Вот почему все ее так боятся.

Б. Шоу

Люди все больше и больше жалуются на загрязнение окружающей среды. Ученые встревожены и все сильнее убеждаются, что вокруг нас загрязнено все: земля, вода и воздух. И что растения, рыбы, птицы, звери и люди уже находятся в состоянии вымирания. Ученые не знают, как это исправить. Впрочем, даже если бы они нашли такое средство, оно послужило бы только для внешнего улучшения ситуации, чего совершенно недостаточно, потому что в духовном мире в наше время тоже распространяются миазмы, которые убивают человечество, и если бы люди были тонко и сильно чувствующими, они заметили бы, что психическая атмосфера мира еще более удушлива, чем физическая. Мы жалуемся на выхлопные газы автомобилей, однако еще хуже то, что люди только и делают, что отравляют духовную атмосферу другими «токсичными газами» – плохими мыслями и чувствами ненависти, ревности, злобы и сексуальности. Все, что плесневеет и гниет в человеке в виде нечистых мыслей и чувств, производит заразные, удушающие выделения. Люди обвиняют автомобили в загрязнении воздуха, но что такое автомобили в сравнении с пятью миллиардами невежественных созданий, которые никогда не учились управлять своей внутренней жизнью?

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.