



Супер Разум



ПОДСОЗНАНИЕ МОЖЕТ ВСЁ, или управляем энергией желаний

Ксения Меньшикова

Особенности психоэнергетики

Супер-разум

Ксения Меньшикова

**Подсознание может всё, или
Управляем энергией желаний.
Особенности психоэнергетики**

«Центрполиграф»

2017

УДК 133.4
ББК 86.41

Меньшикова К. Е.

Подсознание может всё, или Управляем энергией желаний.
Особенности психоэнергетики / К. Е. Меньшикова —
«Центрполиграф», 2017 — (Супер-разум)

ISBN 978-5-227-07174-3

Автор приглашает вас в увлекательное путешествие по бесконечному космосу внутреннего мира человека, знакомя читателей с особенностями нашей психоэнергетики. Эта книга посвящена свойствам астрального тела, пространству психики, в котором реализуется то, что мы привыкли называть эмоциями и желаниями. Благодаря теоретической информации, простым практическим советам и упражнениям, данным в этой книге, вы легко наладите осознанную связь с таинственным миром эмоций и желаний, чтобы правильно воспользоваться ресурсами этого пространства и ощутить его поддержку. Это гарантированно сделает вас баловнем судьбы, успешным, удачливым и даже счастливым человеком, у которого осознанные стремления совпадают с подсознательными желаниями. Издание 2-е, доработанное

УДК 133.4
ББК 86.41

ISBN 978-5-227-07174-3

© Меньшикова К. Е., 2017
© Центрполиграф, 2017

Содержание

От автора	6
Введение	7
Часть первая. Энергетическая структура сознания	11
Глава 1. Энергия. Что это?	11
Глава 2. Эфирное тело. Сенсорный пласт психики	15
Глава 3. Астральное тело. Эмоции и желания	21
Глава 4. Ментальное тело. Мышление и оценка	24
Глава 5. Каузальное тело. Формирование событий	26
Глава 6. Будхиальное тело. Мировоззрение и этика	28
Конец ознакомительного фрагмента.	30

Ксения Меньшикова
Подсознание может всё, или
Управляем энергией желаний.
Особенности психоэнергетики

© Меньшикова К., Резник А., текст, 2017

© «Центрполиграф», 2017

От автора

Дорогие читатели!

Новая наша встреча радостна тем, что тема работы со своим сознанием интересна и важна для вас. Уже накопилось у вас немало вопросов и созрело желание двигаться дальше: вперед по бескрайнему миру энергоинформационной реальности.

Время прошло не зря. Предыдущая книга «В каком измерении ты живешь» помогла расширить границы своих возможностей и позволила увидеть этот мир как многомерную живую реальность.

Много писем и откликов пришло в ответ на эту книгу. Вы пишете, что научились ощущать собственное тело и управлять энергетическими процессами. Что сделались доступными ранее скрытые элементы окружающего мира. И что восприятие жизни вследствие проделанной работы расширилось многократно.

Что же изменилось? Улучшились физическое здоровье и память, ощущается прилив сил... А из зеркала смотрит уже совершенно другой человек. Более интересный. Более целостный. Более мудрый.

И это действительно так.

Ведь самый интересный и удивительный предмет для исследования и изучения – это вы сами и мир, в котором живете.

Человек как личность. Мир как личность.

Человек как энергия. Мир как энергия.

Человек как информация. Мир как информация.

Человек как общество. Мир как общество.

Человек как мир. Мир как человек.

Личность и дух человека во всех проявлениях требуют досконального изучения. Чтобы сделать свою жизнь осознанной и интересной, чтобы каждая ее минута возбуждала еще больший интерес, необходимо знать все составляющие этого мира и законы, по которым он живет.

Я искренне рада новой встрече с вами на страницах этой книги.

С почтением Меньшикова

Введение

Астральное тело – пространство сознания, в котором реализуется то, что привычно называть эмоциями и желаниями.

Вспомним, как часто, анализируя жизненные ситуации, мы говорим, что оказались во власти эмоций. И тем самым мы как бы утверждаем, что сила и власть эмоций – некая неуправляемая величина, способная вполне бесцеремонно перекроить нашу жизнь. Действительно, ситуации иногда имеют свойство выходить из-под контроля, и чаще всего причиной этому бывают «сорвавшиеся с привязи» эмоции.

Мы желаем и мечтаем, страдая оттого, что многим стремлениям не суждено реализоваться. Но даже когда мечты воплощаются, далеко не всегда это приносит ожидаемую радость. Не раз, наверное, вы замечали, что мечтать о чем-то значительно «вкуснее», чем переживать свершившееся. Такая противоречивость эмоциональной жизни и натолкнула людей на предположение о том, что эмоции сами по себе тлетворно влияют на человеческое бытие. Подумайте сами: есть любовь как счастье единения – но рядом с ней мы видим страдания; есть богатство – и рядом с ним опасения его потерять... Даже в самом счастливом моменте всегда можно найти обратную сторону.

Напрашивается вывод: а может, стоит вообще отказаться от проявления эмоций, избавиться от желаний? Сделать из себя «железного» человека? Мудрецы прошлого так и советовали, предполагая, что отказ от желаний и эмоциональных привязанностей может избавить от разочарований и страданий. Предупреждая своих современников короткой и многозначительной фразой «бойтесь желать...», они давали понять, что даже исполненные желания зачастую могут повлечь совершенно неожиданные последствия и принести абсолютно обратные переживания.

Но сколько ни советовали мудрецы прошлого и специалисты сегодняшнего дня избавиться от эмоций, ничего из этого не вышло. Потому что это невозможно. Эмоции и желания – неотъемлемая часть психической жизни человека. Это причина его движения к цели и палитра, окрашивающая жизнь в разнообразные тона. И пусть наряду с положительными эмоциями мы переживаем страдания, испытываем душевную боль, но именно этот процесс и наполняет смыслом существование, обеспечивает безопасность, является мощным стимулом к дальнейшему движению.

Эмоции рождают желания, желания подталкивают к действиям, действия творят реальность. Другими словами, мы живем в мире, который был создан воплощенными желаниями.

– Но как это возможно? – спросят некоторые из вас.

– Разве я желаю быть одиноким, бедным, больным, уставшим? Ничего подобного быть не может! – возмутятся другие.

Но все так и есть. Жизнь человека – это воплощенные в реальность желания. Действительно, не все происходит так, как хотелось бы, нередко мы сталкиваемся с событиями и обстоятельствами, которые нас расстраивают, вызывают раздражение или злость. Беда в том, что **далеко не все желания мы можем осознать**. Некоторые из них находятся в глубине нашего внутреннего мира – да так глубоко, что порой мы не в состоянии не только разглядеть эти *потаянные* желания, а даже в принципе предположить их существование.

И самое удивительное, что не кто иной, как мы сами не позволяем им вынырнуть на поверхность своего сознания. Но это, как уже было сказано, вовсе не означает, что их нет вовсе. И если задаться целью, то, вполне вероятно, мы сможем найти скрытые внутренние мотивы, которые и привели нас в ту или иную неприятную ситуацию. Причин сокрытия

желаний немало: одни – слишком давние, другие – не одобренные нами или окружающими, а третьи возникают как средство для решения сложных и противоречивых задач.

Пример из практики

Молодой человек, 32 года, жалуется на периодически возникающие повышения температуры с признаками простуды, которые длятся от одного до трех дней. Особенности его состояния: отсутствие связи с пиками сезонных заболеваний (осень – зима), переохлаждением или прочими физическими воздействиями – то есть с внешними «объективными» причинами. Результаты лабораторных и прочих клинических исследований в период между болезнями говорят о хорошем состоянии здоровья и иммунитета. Но медикаментозное лечение не влияет на клинические симптомы, температура практически не сбивается, симптомы простуды не проходят. Болезнь заканчивается так же внезапно и «беспричинно», как и началась.

Проведенный анализ энергоинформационной и психоэмоциональной структуры выявил следующие особенности: при достаточно высоком профессиональном уровне подготовки присутствует крайняя неуверенность в собственном профессионализме и деловых качествах. Дальнейший опрос выявил определенную закономерность: болезненные состояния возникали за сутки-двое до планируемого собеседования или важной деловой встречи. Несмотря на это, благодаря достаточно высокой социальной адаптации ему удавалось в последний момент «собраться» и присутствовать на встрече. Однако степень внутренней ответственности за результат проведенных переговоров снижалась. Болезненное состояние оправдывало любой, в том числе и негативный, результат.

Вывод: у человека проявляется подсознательное желание избежать ответственности, которое порождено внутренним противоречием между амбициями и самооценкой. Противоречие разрешалось наиболее простым способом – формированием симптомокомплекса (болезни) простуды.

Те желания, что находятся в глубине психики, мы называем подсознательными. Именно они создают для многих из нас реальность. Заметьте, что все люди во все времена стремятся к одному и тому же: иметь здоровье, хорошую семью, быть обеспеченными и успешными, просто жить счастливо. И пусть счастье выглядит по-разному для каждого из нас – кому-то для этого нужен «бентли», а другому – «просто жить без проблем», но никто никогда не скажет, что он хочет быть несчастным. И тем не менее все мы имеем то, что имеем. А получает человек ровно то, что сотворил сам своим активным действием или пассивным присутствием в собственной жизни.

Чаще всего в реальной жизни складывается именно та ситуация, которая позволяет реализовать скрытые подсознательные желания. Именно поэтому, стремясь к состоянию счастья все как один, мы получаем то, что получаем.

Сила подсознательных желаний – в их постоянстве. Если такое желание возникает, то оно постоянно остается активным. Спите вы или бодрствуете, занимаетесь делами или отдыхаете с друзьями – совершенно независимо от того, чем занята активная часть сознания, внутреннее желание всегда наготове. Оно использует любую возможность для реализации, найдет незаметные и неуловимые возможности. И пусть мы тысячу раз принимали осознанное решение, что «больше никогда...», это не поможет. Подсознательные желания не понимают слов, они знают только тонкий язык энергоинформационных процессов.

При этом среди людей все-таки нередко встречаются успешные, удачливые и даже счастливые личности. Это те баловни судьбы, у которых осознанные стремления совпадают с подсознательными желаниями. Именно в этом случае все возможности психики будут направлены на достижение результата, а подсознание приложит все усилия, чтобы результат был получен наименее затратным способом. Именно эти люди всегда знают, в каком направлении идти, чтобы получить результат, а где стоит подождать, чтобы он – результат – сам пришел в руки. Если подсознательные и осознанные желания работают в унисон, возникает мощный драйв – сила, толкающая человека к действию, тот внутренний импульс, который не позволяет сойти с намеченного курса – активизирует интуицию, направляя разум по наиболее благоприятному пути.

Пример из практики

Женщина, 33 года, врач-терапевт, работает в одной из районных больниц города. Не замужем, приехала из небольшого сибирского городка, родительская семья многодетная, среднеобеспеченная.

Проблема: отсутствие собственного жилья и невозможность снять отдельную квартиру, поэтому снимает комнаты (как правило, у пожилых женщин), которые очень против гостей, поздних возвращений и пр. Состояние – отчаяние. Основание – «трезвое» мышление, которое заключается в понимании, что «взятки не беру, родители помочь не могут, а замуж за квартиру не хочу». С этой точки зрения безвыходность полная. При энергоинформационном анализе ситуации имеем результат: осознанное желание иметь жилье сталкивается с подсознательным нежеланием его получить. Подсознательный отказ основан на негативных эмоциях, связанных с воспоминаниями юности, когда родителям пришлось делить доставшийся в наследство дом, и сопровождавшими этот дележ скандалами. На уровне эмоционального реагирования в астральном теле записано простое «уравнение»: свое жилье = сильные негативные эмоции (скандалы). Подсознательный «оберег» сделал все, чтобы избавить девушку от нового негатива.

После проведенной работы и разрешения неконструктивного «уравнения» девушка получила отдельную комнату в двухкомнатной квартире недавно построенного дома совершенно бесплатно от городских властей.

Вывод: *если осознанные стремления и подсознательные желания совпадают, человек найдет выход из самой сложной и неразрешимой, с точки зрения «разумного» сознания, ситуации. Чудеса случаются, господа!*

Дальнейшая теоретическая информация, практические советы и упражнения, которые вы найдете в этой книге, помогут разрешить многие сложные вопросы, справиться с кризисами и окрасить жизнь в яркие и сочные тона.

На этом этапе нашего пути мы обретаем возможность управлять силой эмоций и энергией желаний, приблизившись еще на один шаг к реализации самой главной задачи каждого человека – к сотворению собственной реальности, своего мира, построенного соответственно личным представлениям о полноте жизни, гармонии, счастье.

Чтобы понять, какую реальность вы хотите создать, в каких условиях жить и куда направить свои силы, придется научиться слышать тонкий звук, голос внутреннего мира – голос души. В начале пути звук этот едва различим, он словно шепот, словно дуновение ветерка. Но с каждым шагом он становится все слышнее, все понятнее, его уже невозможно

ни перепутать, ни отказаться от контакта с ним. Услышав его, мы всегда безошибочно определяем то, что нужно лично нам. Как индивидуальности. Как человеку. Как личности.

Впитывая знания и накапливая навыки, человек находит свой путь. Осознанное движение становится фундаментом для создания собственного мира, который каждый может наполнить собственной сутью, проявив ее в объективной реальности. Но чтобы достичь такой целостности и гармонии, нужно пройти определенную трансформацию, суть которой – осознание. Это будет первый, но самый важный шаг к раскрытию способностей творения собственной жизни – создание реальности при помощи сознания.

Система знаний и навыков Школы Меньшиковой появилась, чтобы каждый мог достичь этого результата. Каждый человек имеет право выбрать собственный путь. Этот выбор – проявление свободной воли, проявляющей уникальность и индивидуальность. Было бы чрезвычайно самонадеянным указывать человеку, каким путем он должен идти. Никто не имеет на это права. Именно поэтому система Школы разработана с таким расчетом, чтобы на каждом этапе самопознания человек всегда имел возможность проявить свободную волю и сделать выбор. Программа поэтапного обучения предлагает воспользоваться простыми приемами, которые могут сделать процесс трансформации сознания более эффективным и быстрым.

Как проверяется истинность теории или знания? Только практикой. Любые действия, как проявленные, так и непроявленные, совершенные во внутреннем мире или энергоинформационном пространстве, должны иметь результат в реальной, физической действительности. Если процесс саморазвития не приводит к осязаемым земным результатам, не изменяет положения вещей в объективной реальности, в таком развитии нет никакого смысла. Ибо что внутри – то и снаружи. Что вверх (в голове, в сознании), то и вниз (в теле, в материальном мире). Если внутренние преобразования не изменили жизненную ситуацию, то это прямой показатель того, что внутренний мир на самом деле никак не изменился. Поэтому все, о чем вы читаете, должно стать основой новых взаимоотношений с собой и миром, тех взаимоотношений, которые помогут вам стать более удачливыми, успешными, счастливыми.

Важнейшим инструментом управления сознанием должна стать энергия астрального тела – сила эмоций и желаний. Чтобы осознать их роль, вспомним уже знакомый из первой книги этой серии процесс взаимодействия человека с миром и обратим особое внимание на роль эмоций и желаний в реализации жизненных планов и создании собственной реальности.

Давайте для начала вспомним, что такое энергия, чем и как она представлена в сложной структуре человеческого тела и сознания.

Часть первая. Энергетическая структура сознания

Глава 1. Энергия. Что это?

Найдем самое общее определение понятия энергии. Заглянув в энциклопедию, читаем:

Энергия – физическая величина, являющаяся единой мерой различных форм движения материи и мерой перехода движения материи из одних форм в другие.

Следовательно, биологическая энергия – это мера изменений (движения) живого организма. Между прочим, в определении жизни как таковой одним из главенствующих признаков находим способность к развитию, размножению и росту, то есть к **движению**, изменению.

Вряд ли кто-нибудь станет спорить с тем, что выживание любого человека зависит от постоянного притока энергии. Источником служит пища, вещества которой посредством сложных химических реакций разлагаются с выделением энергии. Далее энергия и элементарные молекулярные структуры, полученные из пищи, опять же при помощи химических превращений, используются для построения клеток тела и поддержания их функций. В этом процессе молекулы пищи служат источником энергии и основой для синтеза биологических молекул собственного организма.

Вы прочли много сложных слов и фраз, но за ними вряд ли удастся рассмотреть восхитительную магию жизни! А ведь это и есть реальная, самая настоящая алхимия, волшебство природы, где не в ретортах, но в живом теле каждое мгновение происходит рождение жизни. Давайте рассмотрим описанный процесс под другим углом, переложив высоконучные фразы на более привычный язык. Попробуем применить сложный слог науки к повседневным делам, чтобы увидеть в обыденном проявление великих процессов мироздания, истинную магию, из которой можно беспрепятственно черпать силу.

Первичным источником энергии для всех земных существ является Солнце. А для того чтобы световая энергия могла быть превращена растениями в химическую (органические молекулы), никак не обойтись без почвы (необходимы определенные минералы) и воды. Живой организм затрачивает часть полученной энергии на рост – наращивание биомассы. Другая часть обеспечивает поддержание жизни. Третья – выделяется в виде тепла и продуктов жизнедеятельности. В общем, все эти превращения энергии называются дыханием и метаболизмом.

Переведем все это на человеческий язык.

Сквозь тело каждого, сквозь разум и сознание течет поток энергии, источником которой являются Солнце и Земля. В той или иной форме, так или иначе трансформированная, требующая большей или меньшей переработки, но энергия поступает в тело, питая его. Часть энергии выделяется. Для систем, устроенных просто, это продукты метаболизма (отходы) и тепло. Но для человека, помимо всего вышеперечисленного, есть еще один продукт жизнедеятельности – творчество, созидание, воплощение, реализация.

И человек, и животные принимают энергию земли и солнца одинаково, но используют ее исключительно в соответствии со своей природой.

Человек, многие тысячелетия назад выйдя из-под свода природных правил, заявил о своем свободном движении на бескрайних просторах мироздания и взял на себя обязанность проявлять свободную волю.

Поэтому, рассматривая человека как целостную систему, мы не можем не касаться другого вида энергии. Ведь кроме биологической энергии, которая течет в теле каждого человека, можно наблюдать и психическую – эффект работы психики.

Психическая энергия – это мера подвижности психики, ее способности к реагированию, отражению, изменению и развитию.

Читаем в БСЭ:

Психика (от греч. psychik – душевный) – свойство высокоорганизованной материи, являющееся особой формой отражения субъектом объективной реальности.

Другими словами, это способность живого организма, получая внешние стимулы, воспринимать их, обрабатывать и создавать для себя некую картину того, что происходит вокруг. Эта картина – точка отсчета, матрица, на основании которой принимаются решения и совершаются действия.

Там же:

Возникая на определенной ступени биологической эволюции, психика представляет собой необходимое условие дальнейшего развития жизни. Изменяясь и усложняясь, психическое отражение приобретает у человека качественно новую форму – форму сознания, порождаемого его жизнью в обществе, теми общественными отношениями, которые опосредствуют его связи с миром.

Вот так об этом говорит солидная энциклопедия.

Сознание, психика человека – сложный многоуровневый подвижный процесс. Обратите внимание: совсем не просто прекратить думать и избавиться от мыслей. Остановка внутреннего диалога – одна из задач, которую мы смогли эффективно решить благодаря технике базового состояния, описанного в первой книге. Давайте вспомним это упражнение и прикоснемся к неисчерпаемой энергии двух сил, взаимодействие которых создает все многообразие природы и мира людей, – энергетического потока земли и информационного потока творчества.

Практика достижения базового состояния «Я Есмь тот, кто Я Есмь»

Этап 1

Центр тяжести физического тела.

Встаньте на ноги. Разомнитесь. Ноги на ширине плеч. Переносите вес тела попеременно на правую и левую ноги. Покачайтесь вперед-назад. Сядьте на стул и поднимитесь. Отслеживайте ощущения в физическом теле. Обратите внимание на то, каким образом удерживается равновесие. Задача – определить центр тяжести физического тела. Как правило, у людей нормального телосложения он расположен в области 2-й чакры, в глубине физического тела.

Ощутив эту точку, проведите мысленно через эту точку вертикальную линию – ось физического тела. Снова двигайтесь, отслеживая отклонение корпуса относительно оси физического тела.

Характерная особенность гомо сапиенса – прямохождение. Вертикальная ось физического тела приобретает серьезное значение в истории нашей эволюции не только тела, но и сознания. Прямохождение позволило смотреть сверху вниз на своих четвероногих собратьев. «Царь природы» – привыкли мы слышать. Ось – своеобразная область начала отсчета

всего многообразия доступных нам движений. Она отражается в эфирном теле как своеобразная нулевая координата, где сходятся воедино физический и энергетический мир.

Этап 2

Упражнение выполняется стоя. Предварительно потянуться и размяться обязательно.

Концентрируемся на дыхании, ощущаем его ритм.

Концентрируемся на сердцебиении, ощущаем его ритм.

Концентрируемся на движении в позвоночнике от крестца до головы, ощущаем этот самый медленный ритм.

Сливаем три ритма в единую витальную вибрацию, наполняем тело, ощущая его в объеме, усиливаем витальную вибрацию во всем теле.

Обращаем внимание на стопы, ощущаем вес тела, соприкосновение с поверхностью. Осознаем, что стоим на поверхности планеты. Ощущаем силу тяжести, которая прижимает стопы к поверхности. Внимание стекает вниз, проходя сквозь поверхность земли, и достигает яркого, мощно вибрирующего сгустка энергии Земли. Вверх поднимается волна ощущений, заполняет ноги, объем тела, усиливает витальную вибрацию, наполняет шею и голову, вырывается с макушки за пределы физического тела. Тянется к небу, стремясь достичь открытого, ничем не ограниченного пространства. Вы тянетесь вместе с вниманием вверх, проходя более или менее плотное пространство до тех пор, пока сознание не коснется открытого, ничем не ограниченного пространства. Здесь, как глоток свежего морозного воздуха наполняет легкие, сознание наполняется ярким ощущением Творческого потока, бесконечного потока Космоса.

Как только прикоснулись к Творческому потоку, начинайте смещать внимание к физическому телу, ощутите, как свежесть наполняет голову, шею, как делается легче тело. Следите за потоком, проведите его по телу к ногам, позвольте выйти из стоп и направьте в глубину Земли, туда, где мы начинали свой путь. Проведите небесный поток к источнику витальной энергии, коснитесь его. В ответ мощная волна земной энергии, как благодарность, поднимется, наполнит тело и вырвется к небу. Коснувшись творческого пространства, энергия Земли усилит творческий поток. Одновременно ощутите небо и землю и себя, связующее звено, единственное и уникальное создание Вселенной, соединяющее энергию и информацию в соответствии со своей Сутью. Наполнитесь энергией природы, энергией земли и мудростью космического потока.

Удерживаем контакт с Небом и Землей, ощущаем ось физического тела, осознаем ее как начало отсчета. Прослеживаем вниманием продолжение оси вниз, в глубину земли, и вверх, к Творческому пространству. Четко артикулируя, произносим фразу, прислушиваясь к ней и сливаясь с ее вибрацией: «Я Есмь тот, кто Я Есмь». Вместе с вибрацией, со звучанием этой фразы в сознании проявляется, словно кристаллизуясь, ось, центр симметрии, начало отсчета личности. Повторите фразу несколько раз. Прислушайтесь: с каждым мгновением ощущение становится все ярче, словно туман рассеивается, и из него являются опора, база, сила, самость и суть.

Проследите продолжение оси вниз, к ядру земли – источнику витальной энергии, коснитесь вниманием, зачерпните витальной силы. Следите за тем, как витальная энергия начинает наполнять ось, поднимаясь вверх, как столбик термометра. Ось заполняется изнутри, переливаясь и вибрируя подобно струне. В унисон звучит «Я Есмь тот, кто Я Есмь». Внимание стремится вверх, влекомое мощным потоком витальной энергии, и, покидая пределы физического тела, взлетает к небу, к ничем не ограниченному, открытому пространству Творчества.

Коснувшись Творческого пространства, сознание начинает пить энергию и информацию, как измученный жаждой путник. Ось, база наполняется животворящей энергией и устремляется вниз, к земле, проходя сквозь тело и сознание, наполняет гармоничным звучанием самости «Я Есмь тот, кто Я Есмь». Достигнув источника витальной энергии, Творческий поток снова побуждает всплеск, и мощная волна поднимается вверх, заполняя ось, стремясь к небу и свету. Коснувшись творческого пространства, навстречу витальной энергии начинает течь Творческий поток. Внимание, как натянутая струна, сливается с осью, соединяя самостью «Я Есмь тот, кто Я Есмь» землю и небо. Побудьте в этом состоянии некоторое время, наполняясь энергией земли и мудростью неба.

Действительно, трудно остановить поток мыслей, не обладая навыком базового состояния. Почему так происходит? Как мы помним из материала первой книги, мысли на пустом месте не возникают, их появлению предшествуют другие сложные психические процессы. Именно об этих процессах, их активности, значении в жизни человека и пойдет речь дальше. Каждый из уровней нашей психики соответствует определенному виду энергии. Энергия и информация каждого уровня формируют тонкие тела человека: эфирное, астральное, ментальное, каузальное, будхиальное и атмическое. Все тонкие тела «привязаны» к физическому телу. Именно оно, потребляя львиную долю энергии из продуктов питания, при помощи дыхания и метаболических процессов (обмен веществ) обеспечивают силовым потенциалом работу сознания. Но хлебом единым сыт не будешь. Кроме энергии, добытой из плотной пищи, наше тело и сознание поддерживаются витальной силой земли и творческим потоком неба. Работая с техниками, описанными в предыдущей книге, вы убедились, что применение энергетических практик снижает потребность в пище, повышает эффективность деятельности. Причем не будет откровением, что, разрешая кризисные ситуации методами энергетической работы, как «побочный» эффект можно получить нормализацию веса. Но вернемся к строению тонких тел.

Глава 2. Эфирное тело. Сенсорный пласт психики

Эта часть сознания связывает между собой привычный материальный мир и тонкий мир психических процессов.

Давайте вспомним упражнение, с которым познакомились в предыдущей книге. Мы уверены, что навык отточен до совершенства, но повторить и по-новому посмотреть на уже знакомое никогда не лишне. Кроме того, это упражнение наглядно или, вернее сказать, в ощущениях физического тела демонстрирует скрытый энергетический процесс – жизнь эфирного тела.

Практика осознания тонких ощущений

Сядьте удобно – так, чтобы ваше тело не испытывало напряжения. Прикройте глаза и постарайтесь остановить поток мыслей. Для этого сконцентрируйтесь на процессе дыхания, ощущая, как на вдохе грудная клетка увеличивается, а на выдохе – уменьшается и вместе с выдыхаемым воздухом вовне уходят посторонние мысли, обрывки воспоминаний и осколки размышлений. Концентрируясь на дыхании, добейтесь внутренней тишины и спокойствия, растворите напряжение и расслабьте мышцы.

Теперь сосредоточьтесь на кончиках пальцев рук, стараясь не отвлекаться, посидите так минуту-полторы до тех пор, пока в кончиках пальцев не появится ощущение тепла, покалывания, пульсации, распирания, холода или вибрации. Любое изменение ощущений – то, что нам нужно.

Далее, начинаем наполнять вниманием пальцы рук и ладони, распространяя ощущение на всю кисть. Внимание, словно густое, вязкое вещество, начинает заливать кисть изнутри, наполняя ее. Как только ощущение стало достаточно отчетливым, попробуйте пошевелить пальцами. Сделайте несколько аккуратных, незначительных движений. Движения стали словно ленивые, возникает ощущение, что они цепляются за воздух. Пространство вокруг рук стало вязким.

Теперь располагаем кисти ладонями друг к другу. Начинаем медленно сводить руки, потом, так же медленно, разводить их. Заметьте, что при этом возникает некоторая упругость. Между ладонями образовалось пространство, обладающее определенными особенностями. Слепите, сформируйте это пространство в шарик. Исследуйте его, запомните ощущения, если у вас есть партнер по занятиям, отдайте ему свой сгусток и возьмите его, исследуйте и обменяйтесь впечатлениями.

Часть пространства между ладонями наполняет тонкое тело. Сформированный нами сгусток, сфера, несет всю информацию о вашем теле и сознании. Содержимое сферы – энергия и информация тонкого тела – наша визитная карточка. Любая визитка на чем-то напечатана. Существуют разнообразные основы для производства визитных карт. Это могут быть бумага или пластик; бумага, в свою очередь, может быть глянцевая или с тиснением, цветная или белая – и т. д. Выбирая тот или иной вариант основы для визитки, человек стремится продемонстрировать потенциальным партнерам свои личные особенности, например статус или, напротив, пренебрежение к нему.

Содержимое энергетической сферы тоже имеет основу – энергию ощущений, энергию эфирного тела. Эта энергия сможет рассказать о своем хозяине, то есть о нас с вами, значительно больше, чем самая лучшая печатная визитка. В энергетической визитке основа – ощущения. Вспомните упражнение: формирование энергетической сферы начиналось с появления специфических ощущений в руках. Целенаправленное внимание усиливало энер-

гетические процессы в кистях, повышая плотность ощущений. Форма сферы, фактура пространства – все это дано в ощущениях. Другая составляющая сферы – информационная, содержит отпечатки более сложных уровней сознания и соответствующих им тонких тел. Информация накладывалась на энергетическую матрицу, словно вода, наполняющая сосуд. Сосуд – энергетический сгусток, а вода – информационная составляющая. Таким образом, мы можем не только создать свою визитку, но успешно отправить послание другому человеку или нескольким людям. Выполните простое упражнение.

Практика энергетического письма

По знакомому алгоритму создайте сферу, сосредоточьтесь на ней свое внимание (интенсивный луч, описание упражнения на концентрацию внимания см. в книге «Управление энергией сознания») и сгенерируйте положительную эмоцию. Вспомните что-то приятное. Доброе. Радостное. Испытайте положительные эмоции и светлые чувства. Удерживайте в этот момент контакт со сгустком. После передайте сферу своему партнеру. Согласно описанному алгоритму, создайте «злой» шарик. Передайте партнеру. Поменяйтесь ролями и исследуйте «добрый» и «злой» шарики своего партнера. Обменяйтесь впечатлениями.

Несомненно, вы заметили разницу в ощущениях. Один сгусток был более комфортен, другой менее, вплоть до неприятного (все зависит от того, насколько «старался» ваш партнер). После контакта со сферами вы вполне могли заметить, что стрелочка на внутреннем барометре настроения сдвинулась. В одном случае в сторону положительных эмоций, в другом – в сторону отрицательных. Энергетическая сфера может служить своеобразным письмом. Это письмо вполне возможно отправить адресату. Для того чтобы послание было прочитано, надо уметь разборчиво писать и знать адрес. Писать разборчиво – это значит уметь создавать четкие и интенсивные ощущения. А для того чтобы энергетическое письмо нашло своего адресата, необходимо установить связь, что делается при помощи луча интенсивного внимания. Все это мы выполнили в предыдущем упражнении и получили практические результаты. Дальнейшие успехи, как вы уже знаете, – это дело времени и регулярных тренировок.

Упражнение с энергетическим письмом в очередной раз демонстрирует известный принцип:

Куда направлено внимание, туда направляется и энергия.

В создании энергетической сферы первым шагом стало изменение ощущений в кистях. Часть энергетического тела, связанную с ощущениями, мы называем эфирным. Эфирное тело – источник энергии для работы всех информационных тел.

Развитие сознания и путешествие в бескрайнем мире многомерной реальности мы начали с развития тонкой чувствительности и осознания ощущений эфирного тела. Далее мы нарабатывали навыки управления энергией при помощи внимания, что наглядно продемонстрировали, выполнив вышеописанное упражнение. Все это необходимо, чтобы двинуться дальше по пути развития сознания. Для начала мы научились ориентироваться в многообразном и ярком мире энергоинформационной реальности. Такую возможность обеспечил навык управления энергией ощущений.

После выполнения упражнений, описанных ранее, мы развили способность расшифровывать и посылать информационные сообщения при помощи эфирных энергий. Тонкие ощущения эфирного тела, как мы убедились на практике, совсем не сложно сделать привычным инструментом, создав платформу для дальнейшего развития чувствительности. Про-

двигаясь дальше, мы научимся осознавать и применять не только энергетические, но и информационные потоки. Все усилия будут направлены на развитие способностей, которые позволят напрямую взаимодействовать и управлять информационными процессами.

Информация управляет всем, предопределяет форму и направление энергии.

Этот закон проявляется не только в мире людей, он пронизывает всю Вселенную, связывая все воедино и наполняя смыслом.

Двигаясь в заданном направлении, переходим на следующий уровень – к осознанию и управлению энергией астрального тела, энергией желаний и эмоций. Но напомним себе еще раз, что такое эфирное тело и эфирная энергия.

Эфирное тело создается

- энергией психических процессов, которые связаны с переживанием ощущений. Как мы убедились на практике, эта энергия может быть не только отделена от ярких ощущений физического тела, но и успешно перенаправлена и изменена;
- энергией, выделяемой физическим телом.

Эфирное тело несет информационную матрицу строения и функций физического тела. Теперь немного подробнее.

Начнем с ощущений. **Ощущения – важная составляющая эфирного тела.** Ощущение – краеугольный камень психических процессов. Причина эмоциональных реакций и многих желаний, повод для возникновения мыслей и совершения действий.

***Немного психологии:** ощущение – отражение свойств предметов объективного мира, возникающее в результате воздействия их на органы чувств и возбуждения нервных центров коры головного мозга. Ощущение – исходный пункт познания, неразложимый его элемент.*

Источник: Большая советская энциклопедия

***Ощущение** – это трансформированная физическим телом энергия материального мира, превращенная в биологический энергетический процесс и воспринятая центральной нервной системой. А это уже энергоинформационное определение.*

Можно проиллюстрировать это на примере работы компьютера. Набирая текст, вы прикладываете свою физическую энергию, нажимая на кнопки клавиатуры. Мы прекрасно понимаем, что по проводам в системный блок следует отнюдь не механическая энергия нажатия, а нечто иное, некий электрический импульс, который имеет свои специфические характеристики в зависимости от того, на какую клавишу мы нажали. Как только этот импульс воспринимается соответствующими «органами» системного блока – команда расшифровывается.

Мы воспринимаем сигналы внешнего мира подобным образом. Внешний сигнал (механическая волна – звук, электромагнитное колебание – свет, химическая молекула – вкус и запах) достигает специальных сенсорных органов физического тела и превращается в био-электрический импульс, который направляется в мозг, где расшифровывается, создавая для нас то, что мы привыкли называть ощущением. В какой-то момент физическое тело получило энергетический посыл – сигнал. И в этот же момент сигнал стал достоянием сенсорного пласта психики, а эфирное тело изменило свое энергетическое состояние.

Кроме осознаваемых ощущений, которые мы можем назвать, каждую секунду мы переживаем тысячи ощущений, которые настолько слабы или незначимы, что мы не в состоянии их заметить и назвать. Неосознанность не значит отсутствие. Весь комплекс ощущений, как осознаваемых, так и бессознательно воспринятых, возникших вследствие внешних или внутренних причин, является достоянием сенсорного пласта психики и источником энергии для существования эфирного тела.

Ежесекундно около двухсот тысяч сигналов оказывают воздействие на человека. Если бы мозг осознавал каждый из них, то возник бы неприятнейший парадокс сороконожки, которая задумалась о том, с какой ноги начать идти. Ног много, а толку мало. Чтобы не оказаться в положении несчастного насекомого, природа нашла выход. Он достаточно прост.

Не все сигналы становятся достоянием сознания – лишь только те, которые расцениваются как значимые в данный момент.

Определением ценности и важности занимается специальная структура мозга – ретикулярная формация. Именно она ответственна за то, что мы осознаем в данный момент.

Прелесть устройства мозга, однако, в следующем: все сигналы, которые воздействовали на нас, никуда не исчезают, даже если не осознаются. Они составляют основу природной мудрости, того, что при спонтанном осознании называют интуицией. Интуитивное прозрение, как правило, дает точный результат, решения принимаются мгновенно, а действия всегда эффективны. Так происходит потому, что подсознание сохранило знания, записало все эффективные приемы реагирования, которые были в арсенале наших предков.

Другая составная часть эфирного тела – трансляция тела физического. Под трансляцией мы понимаем поток сигналов и энергии, которые выделяет тело, как следствие его жизнедеятельности. Помните, мы выше говорили о том, что часть энергии, полученной живым организмом, уходит на собственные нужды, а часть выделяется в окружающее пространство. Это не только тепло, но и другие формы энергии. Например, вибрационные процессы, возникающие вследствие движения мышц и внутренних органов. Электромагнитные процессы в мышцах, сердце, нервной системе, биохимические молекулы, создающие то, что мы называем запахом, – все это невидимая, но не отсутствующая часть влияний, оказываемых физическим телом на окружающее пространство. Их совокупность создает один из компонентов того, что мы называем эфирным телом.

Энергетическая трансляция физического тела – прекрасный источник информации о состоянии здоровья. Например, в случае возникновения воспаления (причины могут быть любые: травма, инфекция, укус насекомого и пр.) все биологические процессы в этой части тела усиливаются – организм пытается справиться с причиной повреждения. Возникает боль или дискомфорт, и внимание автоматически сосредотачивается в проблемной зоне. Все это приводит к увеличению энергетической трансляции. Люди с высокой чувствительностью или прошедшие подготовку вполне способны уловить эти изменения.

Если в руках есть инструменты управления энергией эфирного тела, то вполне возможно восстановление нормального энергетического фона, что ускорит выздоровление. Связано это с тем, что в составе эфирного тела кроме энергии присутствует информационный элемент – матрица физического тела.

По отношению к энергетической составляющей информационная насыщенность эфирного тела минимальна, она составляет примерно 2:5. Информационная составляющая формируется за счет индивидуального восприятия сигналов. Например, несколько человек рассматривают картину. Один из них – одаренный художник, другой – обычный человек средних способностей, а третий – цветоаномал (наиболее известная форма цветоаномалии – дальтонизм). Художник, обладая природной способностью, будет видеть десятки полутонов и оттенков одного и того же цвета. Это не сможет увидеть человек со стандартным цвето-восприятием, а тот, кто страдает дальтонизмом, не увидит красный цвет. В итоге одна и та

же картина в ощущениях трех различных людей будет выглядеть совершенно по-разному. Внешние стимулы воспринимаются каждым из нас сугубо индивидуально, вызывая разные ощущения. Эта особенность имеет прямое отношение к информационной составляющей эфирного тела.

Матрица физического тела – это отражение в сознании формы и функций физического тела. Матрица в прямом смысле помогает человеку вписываться в окружающую обстановку. Мы не задумываясь пригибаемся, проходя сквозь низкий дверной проем, ощущаем пространство и понимаем, нужно ли тянуться за чем-то на полке или можно просто протянуть руку и взять предмет.

Матрица несет всю информацию о работе физического тела и помогает ему восстанавливаться. Искажение матрицы приводит к тяжелым недугам и является основной причиной старения.

Клетки тела строятся в соответствии с программой, которую несет матрица. Как любое программное обеспечение, матрица подвергается влиянию и может быть повреждена вирусами, многократным использованием, другими программами. Поэтому для восстановления и поддержания здоровья в первую очередь надо заботиться о том, чтобы сохранить первозданность матрицы, и для этого у нас есть все инструменты, в частности – упражнение с энергетической сферой здоровья.

Практика работы с энергетической сферой здоровья

Сядьте удобно – так, чтобы ваше тело не испытывало напряжения. Прикройте глаза и постарайтесь остановить поток мыслей. Для этого сконцентрируйтесь на процессе дыхания, ощущая, как на вдохе грудная клетка увеличивается, на выдохе – уменьшается, вместе с выдыхаемым воздухом вовне уходят посторонние мысли, обрывки воспоминаний и осколки размышлений. Концентрируясь на дыхании, добейтесь внутренней тишины и спокойствия, растворите напряжение и расслабьте мышцы.

Усиьте витальную вибрацию. Наполните весь объем тела ощущением витальной вибрации. Ощутите тело целиком. Войдите в базовое состояние «Я Есмь тот, кто Я Есмь».

Находясь в базовом состоянии, сформируйте энергетический сгусток. Сконцентрируйте внимание на сгустке, наполните ощущением базового состояния и мыслеобразом здоровья, молодости, тонуса. Мыслеобраз здоровья формируем следующим образом: находясь в базовом состоянии, находим визуальную ассоциацию (картинку) с ощущением здоровья, бодрости и молодости, далее наполняем картинку ощущением здоровья, звуком и запахом (если возникает).

В случае работы с конкретным недугом – фиксируем свое внимание на желаемом состоянии. Например, работая с ожирением, формируем ощущение стройного гибкого тела; плохое зрение – надев очки, смотрим на предмет, потом снимаем очки, еще раз рассматриваем предмет, чтобы сделать более четким видение, транслируем в энергетический сгусток яркое ощущение четкого видения – и т. п.

Далее насыщаем сгусток энергией витального и творческого потока и погружаем энергетический сгусток во 2-ю чакру, формируем следующий сгусток, погружаем в 3, 4, 5, 6-ю чакры¹.

Выполнение этого упражнения, а также использование техники усиления витальной вибрации поможет вам предотвратить переутомление, восстановить здоровье, сохранить

¹ Подробнее о чакральной структуре читайте в первой книге этой серии «Управление энергией сознания».

бодрость и устранить возникновение энергетических блоков, препятствующих свободному движению энергии в эфирном теле.

Высокая энергетическая насыщенность эфирного тела, его гармоничное функционирование благоприятно влияют не только на физическое здоровье, но обеспечивают эффективность психических процессов на более сложных уровнях сознания. Энергия ощущений – это своеобразное топливо для вышележащих энергетических тел.

Глава 3. Астральное тело. Эмоции и желания

Ощущения, сформированные в эфирном теле, есть источник питания для всех высших сфер нашего сознания. И следующий этап оценки, трансформации и преобразования этой утонченной энергии – эмоциональная реакция. Отношение к тому или иному ощущению формируется мгновенно и автоматически. Это простые реакции, которые обусловлены двумя механизмами: витальным и творческим.

С точки зрения витальной целесообразности ощущение оценивается по шкале «опасно – безопасно», что во внутреннем мире соответствует «страшно – приятно». Если ощущение оценено как опасное, следует автоматическое, обусловленное природой действие. Например, дотронувшись до горячего предмета, рука отдергивается быстрее, чем возникает понимание, что он горячий. Это предотвращает слишком сильное воздействие, которое может повлечь необратимые последствия. Если интенсивность воздействия ниже, ощущения слабее, значит, по шкале безопасности ситуация оценивается как не критическая. В этом случае появляется возможность осознать и оценить происходящее.

Продолжая контакт с источником ощущения (горячим, но не травматичным), можно оценить его по второй шкале. Это шкала творческой целесообразности. Она оценивает сигнал на предмет «скучно – интересно». Если взаимодействие безопасно, то можно посмотреть, что в чашке: чай или кофе. Понять это и принять решение, стоит ли совершать действие (пить или отказаться).

Вот мы и перешли к основной части – к механизмам эмоционального реагирования и возникновения желаний. Астральные реакции – самые древние и фундаментальные формы реагирования, которые присутствуют даже у самых простых организмов. Даже одноклеточное существо четко реагирует на агрессивную среду, стремясь, в меру своих возможностей, прекратить контакт с опасным соседством. А если рядом появится то, что можно съесть, не сомневайтесь, все усилия пойдут на то, чтобы подобраться поближе к пище. Биологическое реагирование отшлифовывалось миллионы лет. Эволюционируя, живые организмы сохраняли лучшее и наиболее эффективное. Сегодня совершенные механизмы биологического реагирования стали уникальной охранной системой. Она помогает выживать животным, а людям позволяет избегать опасности и выбирать наименее затратный способ реализации желаний.

Биологически астральное реагирование является источником драйва – движения, создавая в психике и физическом теле предпосылки для реализации действия. В физическом теле происходит массивный выброс гормонов и прочих биологически активных веществ, которые готовят тело к расходу энергии. На следующем этапе биохимические реакции приводят к распаду молекул и выделению энергии, которая пойдет на совершение действия. Со стороны психических процессов астральная реакция сигнализирует о качестве произошедшего контакта, предопределяя дальнейшие особенности взаимодействия.

Но только ли внешний мир может быть источником ощущений для человека? Конечно, нет. Причиной ярких ощущений и эмоций могут быть внутренний мир и физическое тело человека. Мысли, воспоминания, этические проблемы – все это может стать причиной эмоций и ярких переживаний. Для поддержания жизнеспособности физического тела необходимо удовлетворять его потребности. Узнать об изменениях физического состояния можно благодаря изменению ощущений. Например, когда уровень глюкозы в крови падает, мы испытываем ощущение голода. Сначала его интенсивность невысока и есть возможность продолжать начатое дело. Через некоторое время ощущение усилится, внимание будет отвлечено от выполняемого действия, однако еще некоторое время мы сможем волевым усилием концентрироваться на происходящем.

Однако, когда потребность в энергии станет критической, возникнет непреодолимое желание есть. Это желание станет стимулом к поиску пищи. И чем острее ощущение голода, тем больше усилий будет приложено к удовлетворению этого чувства. Сравните желание полакомиться суши с желанием утолить голод нескольких дней. Суши могут подождать до удобного момента, но, если голод преследует уже длительное время, бездействия быть не может.

Каждый, кто пытался голодать осознанно, знает, что в зависимости от внутренней мотивации чувство голода воспринимается по-разному. Например, отказ от пищи во время поста или лечебного голодания воспринимается значительно легче, чем вынужденное голодание, обусловленное отсутствием пищи. Такое разное реагирование связано с тем, что помимо биологических мотиваций в человеческом сознании важнейшую роль играют социальные и духовные мотивы.

Желание – это стимул к действию, драйв, понуждающий к движению.

Качество жизни и результаты деятельности весьма отличаются в зависимости от уровня мотивации. Если причина движения – биологическая мотивация, то ее условно можно назвать движением «ОТ». В нашем примере с пищей – это движение от голода к сытости. Если причина активности лежит в области духовной сферы или в социальном сознании, то ее можно назвать движением «К». Осознанный отказ от пищи или ограничение ее приема по религиозным причинам ведет к духовному очищению. Медицинское голодание – это движение к здоровью тела.

Биологические мотивации конечны. Наполнив желудок пищей, согрев свое тело и обеспечив безопасность, человек удовлетворяет потребность, и качественного изменения не происходит. Будет лишь повторение одних и тех же действий. Больше одного цыпленка не съешь. Одновременно в двух домах спать не сможешь. Движение «ОТ» заведомо имеет какой-то жесткий потолок, и потому не приносит развития и не позволяет достигнуть высот, особенно в социальном пространстве.

Творческая мотивация, напротив, обеспечивает не только количественные, но и качественные достижения личности. Не будем далеко ходить. Возьмем тот же пример с пищей. Можно съесть просто кусок мяса. А можно насладиться вкусом блюда в дружеской компании под приятную беседу и бокал хорошего вина. Что вызывает больший интерес? Конечно, второе (с условием, что вы не голодаете по причине отсутствия средств на еду). Обед в дружеской компании перестает быть инструментом удовлетворения витальной потребности, он становится возможностью получить эстетическое удовольствие от блюда и ощутить эмоциональную близость людей. Для каждого из нас обе мотивации идут рука об руку, и правильное их взаимодействие всегда приводит к прекрасным результатам.

К чему стремится человек? К счастью, благополучию, реализации. И это все ценно в том случае, если ты не один. Неплохо иллюстрирует последовательность удовлетворения потребностей старая поговорка: «Дайте воды напиться, а то так есть хочется, что переночевать негде». Не проговаривается только, что после того, как удовлетворяются насущные потребности тела, возникает сакраментальное продолжение «а поговорить?». В этом – человеческая природа. Понимая ее, мы сможем разобраться в своих и чужих желаниях, что позволит не только добиться значительных успехов в обществе, но понять близких и сохранить теплые отношения с ними на долгие годы.

Как мы видим, не одними желаниями и эмоциями жив человек. Для того чтобы понять внутренний мир и стать уверенным «пользователем» своего программного обеспечения, мы и знакомимся с базой – семеричной структурой тонких тел человека. О первом теле – эфирном – мы знаем уже довольно много, мы даже научились эффективно пользоваться его воз-

возможностями. Тела астрального, как главного инструмента реагирования и источника драйва, коснулись тоже, хотя в подробностях о его строении и функциях мы будем говорить в отдельной главе. И не только говорить, но «пробовать» его на цвет, запах, вкус и **осознание**. Следующее тело и очередной пласт сознания – ментал.

Глава 4. Ментальное тело. Мышление и оценка

Очень человеческая часть сознания. Наш раб и царь. Раб, потому что мы нещадно эксплуатируем его в повседневной жизни, используя везде, где только можно: в общении с людьми и самим собой, в размышлениях и мечтах. Царь – по причине абсолютной зависимости от его наполнения, от его структуры, а еще потому, что с самого раннего детства до глубокой старости приносим ему дары в виде выученных слов, усвоенных правил поведения, изученных предметов и прочитанных книг.

Ментал содержит представления о мире, знания его законов и модель его устройства. Социальные схемы и модели поведения, привычные формы мышления и восприятия реальности – все это записано в ментальном теле. Система понятий и слов, особенности языка, который мы впитали вместе с молоком матери, сказки и школьные истины – все это помогает встроиться в общество и создать карту реальности.

Ментальное тело – та карта, которая помогает нам ориентироваться на территории жизни.

Роберт Уилсон, известный популяризатор науки, однажды сказал: «Карта не территория. Меню не еда». Что имеется в виду? Только то, что наше представление о мире имеет такие же ограничения, как топографическая карта о территории или меню о еде. Карта позволит найти дорогу. Даже сообщит о том, лес или пустыня ждут нас впереди. Но никакая карта не даст ощущения дороги, свежего воздуха и неба над головой. Никакая карта не даст нам *абсолютно* точной и достоверной информации об описываемой территории. Впрочем, как и самое лучшее меню никогда не передаст вкуса блюд, не опишет нюансы их приготовления и тайные желания шеф-повара. Наши представления о реальности имеют такие же ограничения, как карта и меню. Мир несоизмеримо разнообразней, больше и неожиданней того, что мы о нем можем вообразить.

Представьте себе, что всего каких-то пять-шесть сотен лет назад можно было сгореть на костре за предположение о том, что Земля круглая. Она **была** плоская! В буквальном смысле этого слова – и никаких аллегорий. Для большинства людей мир ограничивался родным поселением и ближайшей зимой. Как можно было думать о большем? Биологические драйвы, сводившие существование к принципу «ОТ» (холода, голода, войны, эпидемии и пр.), не позволяли большинству поднять голову и посмотреть дальше.

А как же прогресс? Он явно налицо. Сегодня мало кто станет спорить с тем, что Земля круглая. Развитие общества и науки возможно благодаря тому, что не все индивиды двигаются по жизни исключительно по принципу «ОТ». Некоторые имеют ярко выраженное творческое начало, которое пренебрегает астральными «советами» (это опасно!), пренебрегает общепринятой точкой зрения (побьют как минимум) и, рискуя жизнью, как Прометей, дарят людям огонь (за что и поплатился, так же, впрочем, как бедняга Бруно). Но не было бы их, этих великих сумасшедших, мы бы до сих пор бегали полудикими существами, наполненными страхами.

Но даже сегодня, заглянув в глубины Вселенной и расшифровав человеческий геном, мы можем еще более весомо утверждать, что наше представление о мире отнюдь не полное. Карту придется уточнять, а некоторые элементы даже переделывать совсем. С каждым новым витком эволюции человеческого сознания, с каждым новым поколением, с каждым новым открытием мы становимся все ближе к истине, но получаем еще больше вопросов. И этот процесс бесконечен, потому что Истина настолько глобальна, что пока представляется возможным говорить лишь о некоторых степенях приближения. С чем же связана такая ограниченность представления о мире? Одна из причин – ограничения физического тела. Органы

чувств воспринимают сигналы в определенном диапазоне. Все, что за пределами, остается недоступным и не наносится на карту реальности². Большинство приборов для исследования мира просто расширяют диапазон восприятия, но совсем немногие могут похвастаться восприятием, качественно отличным от наших органов чувств.

Кроме того, мы не приборы. Мы люди, и люди живые, а живость предполагает наличие эмоций, выраженных сильнее или слабее, но тем не менее присутствующих всегда. Любая астральная реакция серьезно влияет на восприятие сигналов внешнего мира. Мера влияния определяется энергетическим состоянием эмоционального (астрального) тела. Чем ярче эмоция, тем больше астральный всплеск, тем сильнее искажение сигнала. Например, вы напуганы и напряжены в ожидании опасности. В этом состоянии объект, не представляющий никакой угрозы, может быть воспринят как потенциально опасный. Если на приеме у стоматолога возникает страх, то многие совершенно безболезненные манипуляции могут вызвать боль. Находясь в состоянии астрального всплеска, можно неверно оценить расстояние, ошибиться в определении цвета и пр. Эти искажения наглядно демонстрируют влияние астральных всплесков на состояние эфирного тела. Если есть эмоциональное напряжение, то, значит, и изменения в астральном теле долго не реализуются. В связи с этим энергетическая метка (энергетический блок), возникшая в астральном теле, провоцирует возникновение блока в эфирном теле, а со временем страдает и физическое. Это один из механизмов возникновения заболеваний, которые в медицине принято называть **психосоматическими**, то есть возникающими по причине разлада внутреннего мира.

Еще одна причина, которая делает карту (представление о) реальности не совсем точной, – схемы и шаблоны самого ментального тела. Если мы точно знаем, что этого быть не может, то просто не обратим внимания, «не заметим» того, что не вписывается в наши представления. «Нет у человека ауры, и точка! Шарлатаны ее выдумали». Так и будет. Несмотря на то что глаза способны видеть изменения пространства вокруг физического тела человека, внутренний цензор вычеркнет все, что не совпадает с шаблоном. Устранит ауру как помеху, соответственно картина реальности будет нарисована «без прикрас».

По этой же причине одно из племен Южной Америки «не заметило» корабля конкистадоров, стоявшего в бухте неподалеку. Не знали они, что такое парусники. Не было такой формы реальности в их ментале. И только шаман, находясь в состоянии измененного сознания, смог увидеть и описать корабли, после чего соплеменники узрели их тоже. Но к сожалению, вероятнее всего, это было последнее открытие в их жизни... Чтобы не попадать в столь неприятные ситуации, надо быть готовым ощущать мир, развивать способность непредвзятого к нему отношения.

Ментальное тело – первое пространство сознания с преобладанием информации над энергией, и именно поэтому мы видим, слышим и ощущаем то, что готов воспринять менталитет. Помните, что ментальные конструкции помогают ориентироваться в жизни, но не описывают ее полностью.

² Попробуйте вообразить, какой бы предстала перед вами окружающая реальность, если бы ваш взгляд пронизывал предметы, как рентгеновские лучи. Или хотя бы работал как эхолокатор у летучей мыши.

Глава 5. Каузальное тело. Формирование событий

Этот более высокий пласт сознания отражает ощущение времени и содержит причинно-следственные связи. Это пространство опыта и кармы. В нем представлена череда событий и ситуаций и их последствия. Это пространство памяти, где в сжатом виде содержится информация о состоянии тела и сознания в каждый момент жизни, а также отношение (астральная реакция) к тому, что с нами происходило. На этом уровне сознания появляется определенное разграничение между астральными всплесками (реагирование в текущий момент) и более сложными реакциями, связанными с последствиями пережитых событий.

Каузальная реакция учитывает последствия пережитых событий и соотносит их с системой ценностей и осознанными мотивами действий. Например, вы идете к стоматологу (опять...). Астрал «вздыбился», ему страшно. После посещения стоматолога, рассматривая новые зубы, вы понимаете, что это «хорошо». И обратная ситуация: вечеринка, шампанское, вам весело, «приятно». Наутро, поднимая тяжелую голову с подушки, вы приходите к выводу, что теперь вы точно знаете, «что такое плохо».

И что, после этого кто-то отказался от принятия веселящих напитков? Вопрос риторический, ответа не требуется. Несмотря на оценку «плохо» будхиального тела, мы далеко не всегда способны изменить привычную манеру поведения, вызванную астральной реакцией. Довольно часто можно заметить, что добрые намерения, обещания, что «больше никогда в жизни!», стремление, «чтобы все на этот раз получилось хорошо», дают единственный результат: «как всегда». Это глубинные стереотипы поведения, возникшие на базе врожденных особенностей личности, поэтому они требуют более тщательной и серьезной проработки. Если этот процесс пустить на самотек, не приложить сознательных усилий для исправления ситуации, то можно вечно ходить по кругу «хочу, чтобы случилось все хорошо, а получается как всегда».

В этой ситуации, как и в любой другой каузальной реакции, сталкиваются между собой эмоциональные и этические (будхиальные) реакции, создавая многообразие индивидуальной психики и предопределяя будущие события.

Будущее – это продукт нашей сегодняшней деятельности. Деятельность напрямую связана с содержанием психики, а психические процессы рожают энергетические эффекты, которые мы называем тонкими телами. Поэтому способность управлять энергией и информацией позволяет не только сделать настоящее таким, как хочется, но с большей или меньшей вероятностью выстраивать будущее. Если вам, конечно, это необходимо.

В повседневной жизни нередко встречаются люди, страдающие синдромом отличника. Синдром возникает как следствие неосознанной программы поведения: положительный результат может быть получен только в том случае, если выполнять ВСЕ правила на «отлично». Понятно, что ВСЕ правила во взрослой жизни выполнить невозможно, их слишком много, они сильно разнятся в социальных пространствах. Пытаясь выполнить такую программу, человек становится социально парализованным. Реализация любой цели связана с невероятными усилиями, которые идут на то, чтобы компенсировать стремление к идеалу и одобрению со стороны окружающих.

Таких синдромов описано много: именно они мешают продуктивно действовать. Они влияют на все сферы жизни: на карьеру и способность заработать, на эффективность бизнеса и личную жизнь. С метками каузального плана мы начинаем работать уже на первых этапах обучения. Помним также о том, что существование искажений в информационных пластах поддерживается энергетическим шельфом тонких тел (эфирным, астральным) и социальным сознанием (ментальным телом). Начиная корректировать метки нижележащих тел,

мы готовим почву для безболезненных изменений информационной составляющей на более тонких уровнях.

Каузальное тело часто называют кармическим. На самом деле последнее – самая архаичная часть каузального тела, доставшаяся человеку как опыт предыдущего воплощения.

Глава 6. Будхиальное тело. Мировоззрение и этика

Следующий этаж психики соответствует пятому энергетическому телу – будхиальному.

Этика, убеждения и ценности – те вещи, о которых мы редко задумываемся в повседневной суете. Принимаем решения, работаем, женимся, рожаем детей. Отстаиваем справедливость, отдыхаем и дружим так, как умеем и считаем правильным. И только в кризисных ситуациях приходится размышлять о том, как, собственно, «дошли до жизни такой». И здесь на свет осознания из глубин внутреннего мира появляются персонажи будхиального тела. Несмотря на то что актеры выведены со сцены за кулисы, именно они правят бал нашей жизни. Проблема в том, что зачастую подсознательные ценности, как серый кардинал, ведут нас совсем не в том направлении, которое наметила осознанная часть личности.

Хотите пример? Их сколько угодно. Желание построить карьеру или бизнес, заработать денег для достойного существования далеко не всегда реализуется гладко и быстро. Кто-то словно по горам по долам – то вверх, то вниз, кто-то бьется как рыба об лед, а некто, даже заработав, спускает денежный поток как песок сквозь пальцы. Причем заметьте, это образованные люди, имеющие обширный жизненный опыт и профессиональные качества. А рядом с ними юнец, не знавший запаха пороха и вкуса пота, – раз! И на вершине пирамиды. Что происходит?

У взрослого человека новые ценности, сформированные всего-то десяток-другой лет назад, сталкиваются с этическим рядом и убеждениями, которые пустили корни глубоко в подсознание. Мы уже позабыли фильмы и сказки советской действительности, но они живут где-то там, в наших ощущениях и эмоциях, в чувственном опыте детства и юности, определяя, как скрытый за пультом дирижер, ритм и звучание всего оркестра сознания.

Пример из практики

Никита, 49 лет, семья, двое детей, создал в начале 90-х годов производственное предприятие. Не от хорошей жизни, а по необходимости. Научно-исследовательский институт, где он трудился, прекратил свое существование «за ненадобностью», а жить как-то надо. Начало деятельности было похоже на взлет ракеты – все складывалось прекрасно, но, как только доходы семьи возросли настолько, что это можно было назвать высокообеспеченностью, последовал крах. Семья пережила страшный период бандитских наездов, выбивания долгов и жизни впроголодь.

Собравшись с силами, на обломках старого предприятия Никита основал новое, которое так же стремительно набирало обороты, вплоть до выхода на уровень высокообеспеченности. Далее все произошло по знакомому сценарию. Обстоятельства и сценография проблем менялись, но суть оставалась та же. Снова крах, страх, голодное существование... И так повторялось, представьте себе, еще два раза.

Изучение глубинного ценностного ряда, мировоззрения, убеждений, скрытых в глубинах подсознания, позволило вытащить на свет конструкцию, которая была бы смешна, если бы не приносила столько страданий. Суть схемы была незамысловата: «...придет Мальчиш-Кибальчиш и порубает буржуинов саблей», или «богатые поплатятся за эксплуатацию неимущих». Образ героя детского рассказа вспомнился не случайно, именно это произведение советской идеологии оставило неизгладимые впечатления в детской психике, наложившись на общую

атмосферу родительской семьи нашего героя, в которой и отец, и дед занимали руководящие посты на предприятиях и были верными ленинцами.

*Забыть о сказках и семейных разговорах – это не значит вычеркнуть их из психики. Если программа, записанная в детстве, обладает достаточной энергетикой (то есть при ее формировании были пережиты яркие эмоции или она подтверждалась на протяжении многих лет), то ее влияние на принятие решений в настоящем весьма существенно. Чувство вины, которое начинало грызть Никиту, как только он достигал материального успеха, заставляло его наказывать себя, совершая одну за другой подсознательные ошибки, которые приводили к **обоснованному наказанию** – краху всех начинаний.*

Проведенная работа позволила снять энергонасыщенность детской программы и размонтировать ее, позволив хорошему человеку создать актуальный сегодня для его личности ценностный ряд. Ситуация выровнялась, и уже много лет мы поддерживаем добрые отношения, с улыбкой вспоминая историю с «буржуинами».

Главный вопрос, на который каждый из нас отвечает перед принятием решения, – «Ради чего?». И пусть этот и вопрос, и ответ будут достоянием осознанной части личности. Тогда все предпринятые действия не вступят в конфликт с моральными и этическими ценностями. И совесть ваша будет молчать, ибо вы находитесь в согласии с ней.

Самым важным элементом буддхимального тела и психики является информационная структура, которую принято называть мировоззрением. Ценности и убеждения, жизненная позиция и совесть – все это производные от картины мира. Она определяет роль человека в обществе и мире, описывает способ мироустройства и человеческих отношений, определяет смысл собственного существования. Мировоззрение не возникает сразу и вдруг, оно формируется под влиянием семьи, общества, отшлифовывается личным опытом и критическим восприятием событий. Индивидуальное мировоззрение – достояние зрелой личности и показатель осознанности.

Человеческое сознание устроено таким ловким образом, что само готово себе все объяснить и все доказать. Как писал в своей книге «Психология эволюции» Роберт Антон Уилсон, сознание человека можно смело разделить на Думающего и Доказывающего. Думающий может думать все, что угодно, фантазировать без удержу, а Доказывающий обязан все это доказать. Зная то, как устроено сознание человека, мы можем понять, что доказательства в природе своей лежат как раз на уровне буддхимального тела – сферы наших **убеждений**. Если есть убеждение, что земля плоская, – мы докажем это себе и окружающим обязательно; если же убеждения наши находятся на той точке зрения, где Земля круглая, – мы и этому найдем все подтверждения.

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.