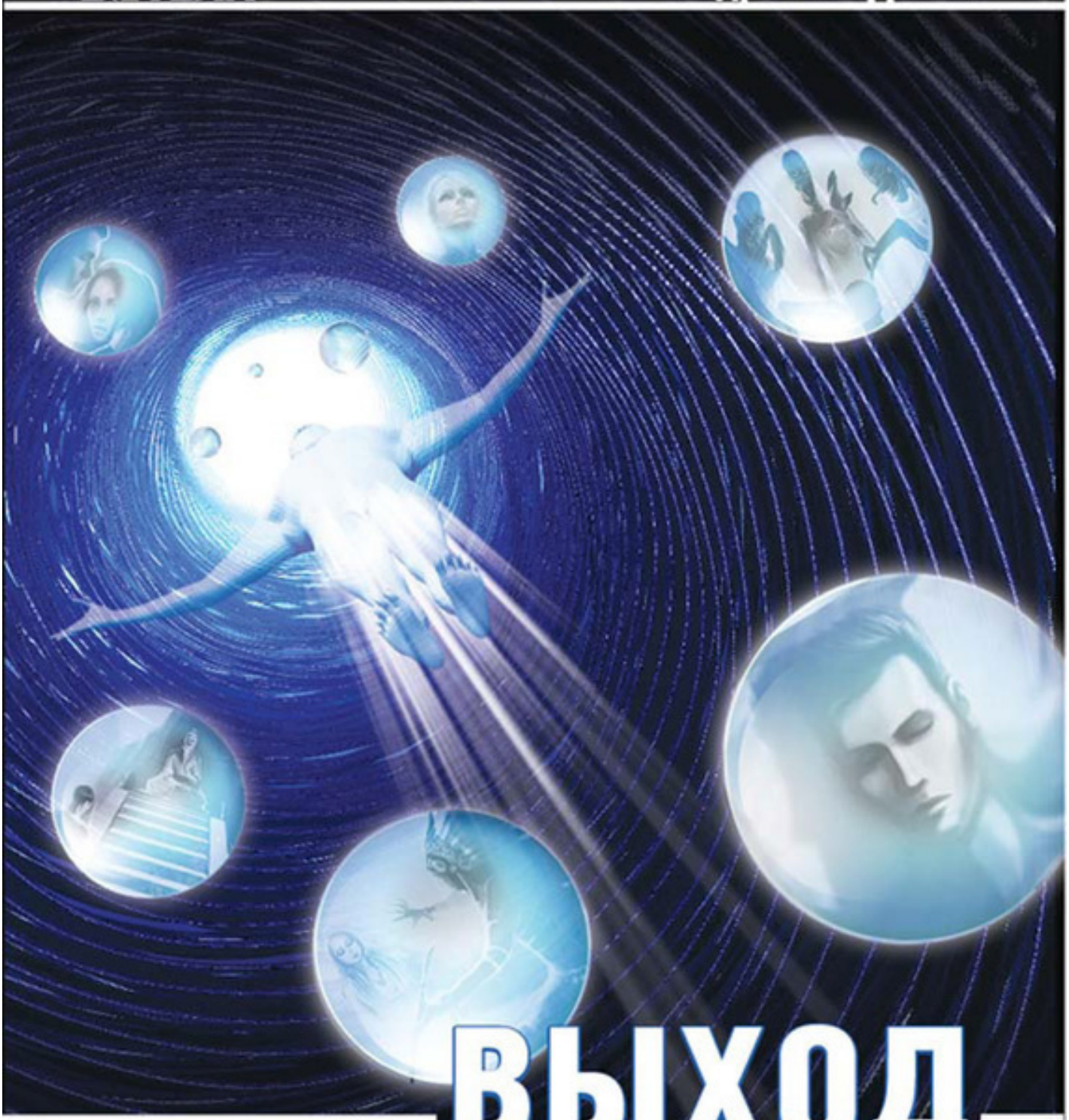
ВНЕ ТЕЛА

Михаил РАДУГА
Андрей БУДЬКО



ВЫХОД ИЗ ТЕЛА
ДЛЯ ЛЕНИВЫХ

ВЕСЬ

Вне тела

Михаил Радуга

Выход из тела для ленивых

ИГ "Весь"

2014

Радуга М.

Выход из тела для ленивых / М. Радуга — ИГ "Весь", 2014 — (Вне тела)

Известные исследователи и популяризаторы феномена внетелесных переживаний Михаил Радуга и Андрей Будько представляют вашему вниманию более 500 случаев выхода из тела. Перед вами истории из первых рук – рассказанные практиками-новичками. Также вы найдете в книге описание самой простой из существующих техник достижения фазового состояния (состояния вне тела).Рассказы начинающих внетелесных путешественников – среди которых есть смешные, пугающие и пикантные – помогут не только интересно провести время. По мнению Михаила Радуги и Андрея Будько, достаточно просто читать эту книгу перед сном, чтобы без каких-либо дополнительных действий испытать внетелесный опыт и открыть ворота ко всему спектру ваших скрытых возможностей.

© Радуга М., 2014
© ИГ "Весь", 2014

Содержание

Введение 6
От Михаила Радуги 6
От Андрея Будько 8
Часть первая. Непрямой метод 9
Гиперреалистичность 10
Не отличить от реальности 17
Полет 24
Путешествия и перемещения 32
Контакты с живыми объектами 40
Эксперименты с пространством 48
Конец ознакомительного фрагмента. 53

Михаил Радуга, Андрей Будько
Выход из тела для ленивых

Все права защищены. Никакая часть электронной версии этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети Интернет и в корпоративных сетях, для частного и публичного использования без письменного разрешения владельца авторских прав.

Введение

От Михаила Радуги

Мы говорим об осознанных сновидениях и внетелесных путешествиях в одной книге, потому что считаем их одним явлением, которое называем фазой. Если вы не согласны с таким подходом, после прочтения данной книги у вас появится повод для раздумий, так как в реальной практике эти понятия неразличимы, в чем вы убедитесь на конкретных примерах.

Что же касается самой фазы, то под нее подходят все феномены, при которых в фазе быстрого сна (REM-sleep) у человека включаются центры осознанности, в основном, в лобной доле головного мозга. Этот феномен научно доказан в середине 70-х годов XX века. Подобное явление широко известно под такими разными названиями, как выход из тела, осознание во сне, астральная проекция, сонный паралич, ложное пробуждение, инкуб и многое другое. Огромная часть паранормальных явлений объяснима фазой, в том числе похищения инопланетянами, некоторые библейские чудеса и даже предсмертные переживания.

Фаза предоставляет бесконечное количество возможностей ее прикладного использования, включая путешествия, встречи с любыми людьми, получение информации, самолечение, развитие творчества, реабилитацию инвалидов и т. д. Но сначала нужно попасть в это состояние хотя бы однажды. Именно для этого создана данная книга.

Множество раз я замечал, что людям достаточно попасть в фазу (выйти из тела или осознаться во сне), просто почитав или поговорив о ней. Что далеко ходить: даже мои первые опыты возникали только из-за интереса к подобным вещам – по-другому и быть не могло, так как я не знал никаких техник. Уже обладая авторитетом в данной области, в какой-то момент я начал советовать людям просто читать, как это делают другие, если иначе ничего не получается или нет желания изучать детали техник. Это мотивирует, показывает примеры, создает

намерение и программирует на необходимые неосознанные действия в нужный момент. Порой достаточно почитать все это перед сном, и оно само собой происходит. Естественно, появилась идея создать отдельную книгу, содержащую описания разнопланового опыта, чтобы все было под рукой, и не приходилось их искать в разных источниках. Наконец, эта идея осуществлена.

Перед вами структурированы только самые первые опыты попадания в фазу, умышленные или спонтанные. Ситуация уникальна тем, что мы выбрали около 500 наиболее ярких историй из более чем 1200, которые были описаны в соответствующем разделе нашего форума на сайте www.aing.ru его пользователями (новые истории появляются ежедневно до сих пор). То есть содержание этой книги сформировано всего одной темой обсуждения на сайте! Не будьте строги как к самим опытам, они ведь самые первые и люди еще мало что могут, так и к качеству описания, ведь никто не предполагал, что их сообщения где-то на странице в Интернете станут частью книги…

Эта книга подойдет не только новичкам, но и тем, у кого уже есть соответствующий опыт, так как она позволяет лучше понять природу явления и механизмы его возникновения. Во время подготовки данной книги даже мои знания относительно некоторых аспектов существенно пополнились. Кроме того, у нее есть еще одна функция: массовое свидетельство очевидцев. Несмотря на то, что с феноменом в разных формах его проявления сталкивается практически каждый человек, причем множество раз за жизнь, он до сих пор кажется чем-то невозможным широким массам. Но нет, это не обман, это не удел избранных, это не итог десятилетий секретных тренировок в Гималаях, это нормальное явление для каждого из нас, позволяющее жить в двух мирах: в реальности и в фазе.

Мы умышленно решили в этой книге не уделять внимание описанию техник и методов входа в фазу. Об этом достаточно написано в других наших книгах. Здесь же вам предлагается самим думать, анализировать, догадываться. Это совершенно иной уровень усвоения информации и приобретения новых навыков. Цель: заставить ваши мозги работать самостоятельно, во многом даже на уровне подсознания.

Даже простое чтение этой книги позволит без каких-либо других дополнительных действий открыть ворота ко всему спектру ваших возможностей, о которых вы и сами не подозреваете. Однако, если вы хотите более активно и контролируемо входить в фазу, советую вам найти книгу-учебник «Фаза», где все подробно и детально описано.

От Андрея Будько

В силу обстоятельств нашу жизнь не редко поглощают рутина и обыденность. Чудеса и волшебство, в которые мы так верили в детстве, остаются где-то недосягаемо далеко, за пределами наших будней. Иногда мы все-таки отправляемся на поиски чудес и пытаемся разыскать ответы на извечные вопросы. Вероятно, самая большая загадка – это мы сами.

Астрал, фаза, осознанные сновидения и внетелесные путешествия – широко известные состояния, многократно описанные в литературе и освещенные СМИ. О них слышал практически каждый, и многие именно с них начинают свои поиски, так же случилось и со мной. Потратив более 5 лет на освоение данного состояния, я уже совсем опустил руки, но неожиданно познакомился с методикой Михаила Радуги. Не веря в результат, я получил свой первый фазовый опыт уже на второй день практики! Это было невероятно! И самое удивительное, что для того, чтобы пережить данное состояние, вам не придется как-либо менять свою жизнь, «раскручивать» чакры, совершать аскезы, медитировать или становиться вегетарианцем. Прочтение всего нескольких страниц данной книги перед сном уже даст вам возможность пережить фазовое состояние, вероятнее всего, во время сна или пробуждения.

При составлении данной книги я был поражен яркостью первых опытов некоторых авторов. Одни летали и проходили сквозь стены, другие прогнозировали будущее и влияли на физиологию, а некоторые даже встречались с умершими. Пространство фазы действительно может подарить нам все эти ощущения, во всем спектре красок и реалистичности. Все возможности фазы непостижимы и, несомненно, требуют глубинного изучения.

Для того чтобы ваши результаты были стабильны, настоятельно рекомендую вам определиться с долгосрочной мотивацией – для поддержания постоянного, сильного желания практиковать. Это может быть потребность в лечении или жажда путешествий по самым удивительным местам Вселенной, познание себя или покорение мира, поиск ответов в интересующей вас сфере или же встречи с кем-то, к кому у вас нет доступа обычным путем. Какова бы ни была основная цель – главное, чтобы она была важна, желанна и неисчерпаема. Такая цель придаст вам сил для постоянной практики, а стремление к результату облегчит попадание в фазу и сделает опыты ярче.

Также считаю необходимым кратко коснуться темы страхов и предрассудков. О фазовом состоянии бытует много слухов, таких, как встреча с реальными демонами, возможность невозвращения обратно, захват тела в момент «вашего отсутствия» и многое, многое другое. Данные слухи, к сожалению, исходят от людей, не обладающих собственным опытом фазовых состояний. Опыт Михаила Радуги и тысяч других практиков не подтвердил реальность данных слухов. Некоторые практикующие действительно встречают в фазе демонов, чертей и прочие ужасы. Но все это лишь проекции наших страхов и ожиданий худшего. Поэтому ждите от фазы только хорошего, и она будет удивлять вас все новыми гранями прекрасного.

В заключение хотелось бы сказать, что в фазе перед нами открывается новый мир, в котором границы между прошлым и будущим, расстояния и препятствия стираются. Давайте вместе мечтать о великом и не ограничивать себя стенами своего, пусть и родного и привычного, дома. Ждем ваших первых опытов на форуме сайта **www.aing.ru**!

Часть первая. Непрямой метод

Это самый простой метод входа в фазу, осуществляемый при пробуждении. Чтобы у вас это тоже получилось, просто читайте в свое удовольствие по несколько страниц перед засыпанием, обращая внимание на начало каждого рассказа, чтобы характерные детали осели у вас в подсознании. Эффективнее всего читать эти заметки перед дневным сном, перед утренним сном (когда вы прервали ночной сон за 2 часа до полного пробуждения, а затем снова легли) или даже перед обычным засыпанием вечером.

Гиперреалистичность

Determinate

Я очень хотел попасть в осознанный сон. Проснувшись утром от будильника, я встал и пошел умываться. Подойдя к зеркалу, заметил, что плитка старая. До ремонта она была другого цвета. Я понял, что нахожусь в фазе. Цвета сразу стали очень резкими и яркими. Все казалось живее и реальнее, чем в повседневном мире. Я видел каждую царапинку на плитке. Так я стоял и смотрел, пока не случился фол.

Riper1

Я спал, как вдруг зазвонил будильник, я глянул на часы и с ужасом увидел, что уже 8:00, и я опаздываю в институт. Вскочив, начал одеваться. Тут мой взгляд остановился на открытой двери балкона, откуда дул теплый воздух. Но был декабрь месяц! Я понял, что нахожусь в ОС! Выбежав на балкон, огляделся и хотел полетать, но испугался, когда посмотрел вниз.

Я смог ощутить эффект супер-зрения, рассматривая раскачивающийся на ветру лист дуба, по которому стекала капелька росы. Дуб находился возле противоположного здания на расстоянии приблизительно 30 метров. У меня возникло какое-то волшебное чувство, словно я вылез из тесной и душной комнаты в огромный лес! Потом меня вернуло в тело из-за волнения.

CEP}|{ant

В ту ночь уснуть мне мешали комары, и, ворочаясь из стороны в сторону, я смог заснуть только около 5 утра. В 5:30 прозвенел будильник, который я завел специально, чтобы в очередной раз попробовать техники непрямого входа в фазу. Применив технику визуализации, я мгновенно почувствовал вибрации. Затем меня закрутило, и я оказался стоящим на полу возле кровати. Все произошло за секунду-полторы. Зрение было мутным. Я применил технику первичного углубления, всматриваясь в руки и потирая их. Далее пошел по комнатам, причем

меня просто переносило из одной комнаты в другую, я не ходил по коридору. Все было мутно и наполовину реалистично. Но когда я вышел на улицу, я увидел ярко светящее солнце, зеленую листву берез, посадки возле дома, ощутил дуновение ветра. Было тепло и свежо. Реалистичность меня очень порадовала. Прогулялся по огороду, потом меня выкинуло.

Yevgeniy

Первый раз получилось точно по учебнику. Проснулся по будильнику в 6 утра, а затем снова лег спать, с твердым намерением войти в фазу. На пробуждении понял, что уже в фазе, когда по моей голове пробежала кошка. Самое интересное, что я ничуть не испугался. Затем я просто разделился с телом. Стою и вижу в комнате новогоднюю елку, хотя на дворе март месяц.

Затем меня раз 5 возвращало в тело, но я каждый раз делал технику удержания, путем сжимания рук в замок, и снова выкатывался. При этом каждый раз проверял, в реальности я или в фазе, так как все было слишком реалистично. В итоге, в фазе мне удавалось походить по улице, где я бегал в одних трусах!

Celian

Я дважды просыпался по будильнику – в 6:00 и в 7:00. После первого будильника я лег, пытался вызвать вибрации, но уснул. А после второго будильника в 7:00 я лег и сразу стал наблюдать какие-то картинки. Я пытался вызывать вибрации напряжением своего тела. Получалось слабо, и картинки стали исчезать, но тут я вспомнил совет, что, если наблюдаются визуальные образы, то нужно использовать именно их для выхода! Так я и сделал. Я стал наблюдать образы, и они становились красочнее.

Я понимал, что мыслительный процесс, сопровождающий визуализацию, только мешает разделению, и попытался расслабиться, остановить внутренний диалог. Возникло ощущение, будто смотришь через открытое окно во двор, где резвятся дети и кипит жизнь. Дальше я увидел со стороны, как отошел от окна, и в следующий миг обратил внимание, что стою в метре от раскрытого окна. Затем я снова подошел к окну, выглянул, и меня высосало сквозь окно на улицу, и я полетел.

Все было очень красочно: цвета ярко-мультяшные с их многогранным спектром, запахи пряные и многосоставные, звуки прозрачные и отчетливые до ощущения шероховатости, тепло ощущалось сразу со всех сторон тела. Я летел вдоль дороги, в метрах трех от земли, смотрел на людей, занимающихся своими делами. Мне было радостно, и я осознавал, что у меня получилось. А потом заволновался, вспомнив, что надо что-либо делать для удержания фазы. И буквально стал себя чувствовать как подбитый самолет: стал снижать высоту, болтаться влево-вправо, крениться и падать. Почувствовал, как больше половины меня проявляет себя нестабильно. Как только достиг земли, я проснулся. По ощущению, все это действие продолжалось секунд 30, может быть и больше.

Алтайский шаман

Проснулся ночью от странных ощущений, что куда-то лечу сквозь огонь. Причем, как мне казалось, летел я задом, и голова повернута на 180 градусов. Вокруг взрывалось непонятно что, как будто взрывалось пространство вокруг меня. Наблюдал эту картину недолго. Потом куда-то прилетел и резко приземлился на спину. Понял, что нахожусь на диване. Затем провал сознания, буквально на несколько секунд, и меня снова закрутило. По ощущениям, будто какая-то сила меня тянет вверх и при этом крутит по спирали.

Оказался над своим домом на высоте метров 10 от земли. Зрение было, но не стабильное, мутновато видел угол дома. Стало очень легко. Опустился до земли и опять поднялся. Поднялся над домом. Перелетел на другую сторону. При перелете зрение исчезло, но я сильно захотел его вернуть и напрягся изо всех сил. Получилось. Вижу крышу дома, уже намного ярче

и красочнее. Потом как будто все вокруг осветилось прожектором. Освещалось именно там, куда я поворачивал свой взгляд. Отчетливо видел свой двор, выложенный кирпичом. Потом зрительно приблизил эти кирпичи настолько, что было отчетливо видно всю текстуру и песчинки. Для меня было тогда большой загадкой, как это вообще возможно?

Я находился на высоте 10 метров от земли, и вижу такие мельчайшие подробности, что словами не передать. Все было очень красочно. В тот момент мне сильно захотелось переместиться и найти знакомого человека, который находился в другом городе. Зрение пропало, но я чувствовал перемещение, которое длилось примерно секунд 20. Меня несло с очень большой скоростью, ничего не было видно, но я четко понимал, что лечу в правильную сторону! В голове были интересные звуки, как будто настраивалось радио. Настроилось. Я нашел, кого искал, и даже больше. Я говорил с ним, жаль, недолго, всего несколько слов. Простые фразы: как дела, давно не виделись.

Потом постепенно начало мутнеть сознание, видно, кончились силы. Но я успел попрощаться. Моментально очутился на своем диване в полном, ясном сознании, как будто и не спал вовсе. Прокрутил в голове свое путешествие и остался в незабываемом восторге.

Eol

Проснулся, посмотрел на часы: 7:00. До работы 2 часа еще. Решил, что нужно попробовать. Уткнулся в подушку и моментально расслабился. Начал представлять образы, и через 20–30 секунд они уже начали добавляться произвольно, а еще через 30 секунд стали полностью самостоятельными. В следующий миг я стою в центре зала в своей квартире. Зрение мутное, нечеткое. Чувствую, еще секунды промедления, и выкинет в реальный мир. Начинаю процедуры углубления. И…

Я попал в другой мир! Стою все там же. Но уже абсолютно как в реальности! Хотя четко понимаю, что это фаза с большим уровнем углубления. От перспектив безграничных возможностей чуть голова не закружилась. Начал лихорадочно делать все, что хотел и про что читал в учебнике. Периодически осознанность хотела ускользнуть. Но я настойчиво брал ситуацию под контроль. Было это раз 20. Чего я только ни делал. Эмоции через край! Не поверите, проскользнула мысль заняться сексом с красивой женщиной, но я эту мысль отбросил, просто как банальную! У меня и в жизни нет с этим проблем. Я очень жестко был перегружен эмоционально. И когда в очередной раз подступило чувство выброса, я уже не сопротивлялся и мягко вышел в реальный мир. Открыл глаза с дурацкой улыбкой на лице. Время на часах 7:53. Событий было столько, что я до сих пор не могу выстроить их в одну линейку и вспомнить. Дома в дневнике исписал несколько страниц и забросил. По ощущениям, я прожил 2 дня, причем без сна! Да каких дня! Эти воспоминания останутся со мной навсегда!

RuDi

Понял, что разделяюсь, выкатываюсь из тела куда-то в стену. В следующий миг я стою рядом с кроватью. Было четкое ощущение, что мое физическое тело лежит там, на кровати, но я побоялся на него взглянуть, подумал, что испугаюсь, и меня вернет обратно. Походив по комнате, я все-таки набрался смелости и решился посмотреть на тело. Но ничего экстраординарного не увидел и даже не испугался, просто убедился, что это все-таки фаза, и я реально себя здесь ощущаю. Обстановка была гиперреалистичной.

F0kusnik

Проснулся наутро не у себя, а у сестры в комнате, но не обратил внимания. Ясность сознания была такая, как и обычно. Вспомнил про технику мобильника. Почувствовал его в руке и долго пытался усилить ощущения. А ведь то, что я проснулся не у себя, а у сестры, уже

значило, что я в фазе! Но все было реально, как обычно, и у меня даже мысли о том, что я в фазе, не возникло. Продолжая ощупывать телефон, ждал каких-то вибраций.

Потом вдруг резко вывалился из тела на пол. В полном ясном сознании. Очень обрадовался, что получилось выйти. Решил проверить свое тело на кровати. Тело видел каким-то не живым, рахитичным. Оно то появлялось, то исчезало. Вышел из комнаты, и только тогда до меня дошло, что я проснулся изначально не у себя. Посмеялся над тем, как я в фазе выходил в фазу. Для углубления стал ощупывать дверь, обратил внимание, что на ней были пятнышки от какой-то грязи, хотя в реальности их не было. Зашел в комнату к папе. Все совпадало с реальностью, только другая заставка стояла на компьютере.

Решил попробовать полететь, но вместо этого получился просто длинный прыжок из комнаты в коридор. Летать в мире, который по реалистичности ничем не отличается от повседневного, оказалось сложно. Прошел на кухню. Там было самое светлое место в доме, и именно тут оценил всю полноту реалистичности этого мира. Разницы не было ни в чем! Видение мира такое же, как и обычно. Никакой мутности, как в обычных снах. От предметов падают тени, и все как настоящее. Для углубления опять решил ощупать стены, холодильник.

Открыл окно, чтобы полетать, и вот тут испугался: а вдруг я все-таки в реальности?! Выпрыгну и разобьюсь… Из-за реалистичности происходящего было страшновато. Решил потренироваться на кухне и чуть-чуть поднялся над полом. Убедился, что все-таки в фазе, но прыгнуть в окно не был готов. Решил найти одного друга, приоткрыл дверь и просунул в нее руку. Позвал друга, чтобы он взял меня за руку. Но тут меня окружила темнота, и через несколько секунд я лежу у себя в комнате, уже в реальности.

Solga

Попробовала разделиться и вылетела, как пробка из бутылки. Летела сквозь темноту на свет. Как оказалось, на освещенный солнцем склон горы, покрытый изумрудной зеленью, где каждая травинка была словно под микроскопом. Рядом со мной прогуливался пушистый кот. Задание было посмотреть в зеркало, будучи в комнате. Но я была в таком шоке, что даже боялась оглянуться и узнать, где же я нахожусь. Я знала, что реальное тело осталось на турбазе, и рядом спит моя подруга. Животный ужас все победил. Я стала лихорадочно бормотать пароль: «Тело, тело, тело». Хотелось поскорее убедиться, что смогу вернуться. Через несколько секунд я с радостью очнулась в кровати.

Lomt1k

Я проснулся без движений, и в первую же секунду пришла мысль выйти из тела. Я лежал лицом к стенке, комната была позади меня. Я выкатился из тела и встал в центре комнаты. Открыл глаза и увидел необычность происходящего. Меня удивил сам перекат с кровати. Он был очень необычным и каким-то «мягким». Но больше всего меня удивило то, что я увидел глазами: это была та же комната, но воспринималась более качественно. Как-то гладко и четко. Я посмотрел на лампочку телевизора, которая светится в знак того, что он подключен к розетке. Эта лампочка светила гораздо сильнее, практически въедаясь в глаза. Я перевел взгляд на вентилятор. Он также был более гладким и четким, и я получал большое наслаждение, просто созерцая его.

Прошло 3–5 секунд, и я заметил, что рядом с вентилятором нет газонокосилки, привезенной с дачи в сентябре. Я испытал сильный страх. Окончательно понял, что я в фазе, и сильно испугался, что не контролирую ее. Я пару секунд смотрел на свой локоть и на одеяло, поражался качеством и четкостью изображения, но затем страх окончательно взял верх. Я лег в исходное положение и начал думать о возвращении в реальность.

MrGrey86

Проснувшись, я положил ногу на ногу и подумал: «Эх, опять пошевелился!» Но все было как-то иначе, я проснулся менее активно, чем обычно, можно сказать, был в полубессознательном состоянии. Решил сразу пробовать техники разделения. Покатился фантомным телом на край кровати, при этом, четко осознавал, что это фантомное тело. Было очень легко. Затем неожиданно стал падать головой вниз. Вокруг была белесая мгла, но через несколько мгновений я выпал в своей комнате. У меня близорукость, и, пожалуй, впервые за долгое время я видел все вокруг очень четко и ясно. Было утро. Вспомнив про техники удержания, я начал концентрироваться на руках, затем осмотрел комнату, время от времени поглядывая на руки.

На моей кровати сидел китаец в очках. Особо не придав этому значения, я начал думать, что бы такого сделать. Ничего не придумав, я подошел к китайцу и хотел с ним заговорить, но не мог произнести ни звука, я, словно рыба, лишь открывал рот. Потом подумал: «Как же так, ведь это моя фаза!» Отвлекся на руки, затем повторил попытки и сразу начал говорить. Правда, ничего более умного, как произносить слово «коничуа» не придумал, поэтому раз 5 повторил его. Вдруг я решил попробовать превратить этого китайца в девушку. Взял его за руку. Не успел и глазом моргнуть, как передо мной уже стояла очаровательная золотоволосая красавица в белом топе. Я был в шоке, почувствовал, что вот уже будет возвращение в тело. Посмотрел на руки, чтобы удержаться, но после того, как девушка сказала: «Я хочу тебя!», а затем сняла топ, со мной сразу же случилось возвращение. Я проснулся.

Elina

Задремав перед телевизором, в какой-то момент проснулась и взглянула на иконку в правом углу экрана. С удивлением обнаружила, что раньше не замечала у нас такого канала. Оглядделась по сторонам: темная комната выглядела совершенно обыденно и реалистично, однако все-таки что-то заставило меня насторожиться. Тогда я принялась пощипывать себя за руки и лицо. Создалось необычное ощущение, словно щипаешь онемевшую кожу. В следующее мгновение меня осенило: все вокруг отнюдь не реальный мир. Не успела довести мысль до конца, как начало стремительно засасывать в кровать. Тогда я оттолкнулась руками и взмыла под потолок. Ошалевшая от радости, я не могла решить, с чего начинать свое исследование. Тогда я пожелала, чтобы ночь сменилась днем, и в следующее мгновение комнату озарило яркими солнечными лучами. Затем я перешла к экспериментам: полетала, отталкиваясь от стен, походила на своих двоих, побегала, попрыгала.

Далее перешла к доскональному изучению собственной квартиры: вышла в коридор, взглянула на себя в зеркало, прошлась по комнатам, не забывая, время от времени, завороженно проверять на ощупь некоторые предметы и привыкать к необычным ощущениям. Также предпринималась попытка пройти сквозь стену, которая так и не увенчалась успехом. Обследовав квартиру, я вышла на балкон, спрыгнула с него и полетала немного во дворе. Ощущения были фантастическими: каждое дерево, каждый куст – все вокруг было необъяснимо прекрасным, словно сияло изнутри, а еще невероятно реалистичным. Я постоянно чувствовала на своем теле приятное тепло, исходящее от солнечных лучей. Даже с сожалением отметила про себя, что к утру в памяти, наверняка, не сохранится всей красочности.

В конце концов, я решила, что впечатлений на первый раз, пожалуй, достаточно, и следует хорошенько переосмыслить все произошедшее уже непосредственно в реальности. Я вернулась в свою комнату, спокойно легла на кровать и закрыла глаза. В теле снова появилось какое-то дрожание, а затем я просто-напросто забылась самым обыкновенным сном.

Irika

Утренний сон. Укуталась в одеяло с головой и тут понимаю, что это не сон. В ушах появился гул, он нарастал и усиливался. Я понимала, что мне осталось только встать. Попыталась разделиться. Получилось! Восторг необыкновенный! Сразу начала руки смотреть, а они

мутные. Я кидаюсь к ближайшей стене, всматриваюсь и балдею. Все моментально проясняется, все такое четкое, явное, и ручки мои вот они, прозрачные такие.

Я оказалась в каком-то огромном доме деревенского типа. Пошла смотреть, что тут да как, регулярно всматриваясь в свои руки. Поднялась на 2-й этаж и решила углубить фазу прыжком с высоты головой вниз. Подпрыгнула высоко-высоко и со всей силой вниз! Думала, пролечу пол и окажусь на 1-м этаже снова, но пол подо мной только слегка подмялся, что меня рассмешило. Захотелось чего-то попробовать на вкус. Пошла искать холодильник, решила, что банан хочу. Холодильник нашла, но бананов там не было. Все кругом стало мутнеть, я поняла, что засыпаю. Уснула и проснулась довольная.

Freeair

Появились вибрации. Одновременно появился шум в голове, похожий на шипение телевизора. Шум за пару секунд развился до оглушающего рева. В следующее мгновение рев оборвался, последовал провал с невесомостью, и я осознал себя выпрыгивающим из пространства, из воздуха, с высоты полуметра на асфальт тротуара. Приземлился на обе ноги с нормальным ощущением легкого удара по стопам и пружинящим напряжением в коленках. Огляделся. Тихо завопил про себя, чтобы не спугнуть: «Получилось!» Помню, похлопал себя по бедрам, ущипнул за щеку – все ощущения на месте, разве что выглядит все вокруг контрастней.

Тепло, набережная, вдалеке гуляют люди, порт, море, суда, краны, звуки работы, железнодорожные пути, тепловоз тянет вагоны. Набережная вдоль гребня высокого обрыва огорожена цементным забором, как в советские 20-е годы, с выбеленными пузатыми ножками. Все чем-то напоминало Приморский бульвар в Одессе и вид с него. Очнулся у себя в постели, с улыбкой на устах.

Юленька Стрельцова

Открыв глаза, я подумала, что проснулась. Тело словно обдувало прохладным ветерком. Но странная скованность и неподвижность одолели мое тело. Я не могла пошевелить даже кончиком пальца. Конечно же, я сначала испугалась, а через секунду до меня дошло: «Это же оно! Я в сонном параличе!» Я попыталась встать. Хоть это было и не просто, но особых усилий не отняло. Оторвав свою голову и руки от физического тела, стала ощущать какую-то трещащую боль, словно скотч отдирают от поверхности.

И вот я стою на кровати! Подумав, что могу передвигаться с помощью силы мысли, тут же оказалась стоящей на полу, рядом с диваном. Невероятное ощущение гиперреалистичности всего окружающего, такая чистота и сила в ощущениях, словно в один миг все знания сложились в один пазл! Да, все то, о чем я читала и что изучала, в чем сомневалась, все это правда!

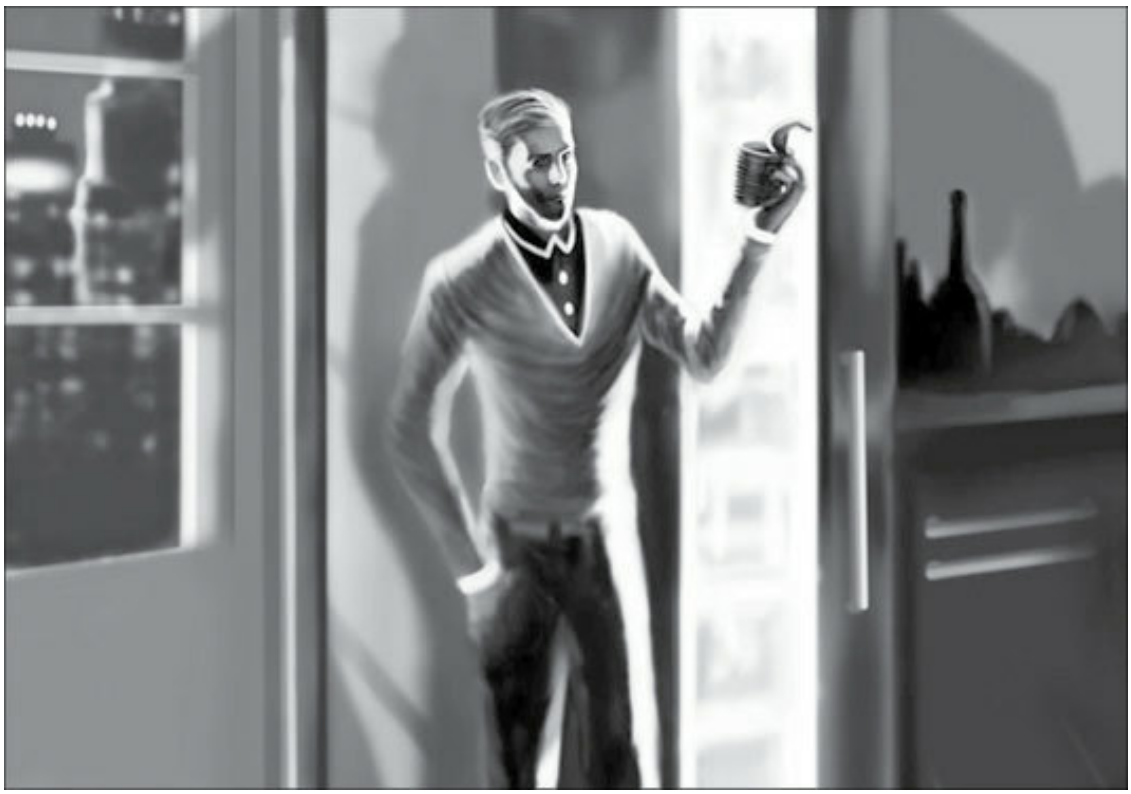
Ну и, конечно же, кто не захочет увидеть свое тело? Немного с опаской повернулась к дивану и увидела себя, лежащую на боку в том же положении, что и уходила в вылет. Почему-то я дышала быстро, вернее, мое тело. Беспокойство, что с ним может быть что-то не так, взяло верх, и я подняла себя за шею и переложила на спину. Тут лицо мое стало хмуриться и жалобно говорить: «Что ж так плохо-то?» Где-то понимая, что это может привести к возвращению, подумала, что телу плохо, решила помочь. Я стала слегка бить свое лицо по щекам. После второго удара я очнулась в теле. Лежа на боку, словно и не двигалась. На щеке чувствовалось чье-то прикосновение…

Александр Сажин

Просыпаясь, начал применять технику растирания ладоней перед лицом. В какой-то момент я их почувствовал и сразу перевернулся, и упал на пол. Начал углубляться и увидел свои ладони, и текстуру обоев. Когда подошел к балкону и выпрыгнул из окна, картина резко изменилась – все стало четче, чем в реальном мире. Было солнечное, свежее теплое утро,

словно после дождя. Легкий ветерок колыхал деревья, и я медленно летел у себя во дворе. Внизу на лавках сидели люди, я от радости крикнул им: «Здравствуйте!» – и они мне ответили. Облетев вокруг дома, я оказался в центре двора и завис в воздухе. Сложил руки вдоль туловища и начал набирать высоту. Уже видел весь город, как на ладони, но в этот момент я проснулся оттого, что кот лизал мне ногу.

Не отличить от реальности



Edgaras

Мой первый выход в фазу произошел еще в школе. Я помню, как прозвучал будильник, но вставать было жутко лень. Подумав пару секунд о том, что все-таки пора собираться в школу, я в следующий момент встаю с кровати бодрым и направляюсь в ванную. Как вдруг просыпаюсь оттого, что в комнату входит мама и будит меня, требуя, чтобы я встал и пошел в школу.

Artick

Как всегда нужно было вставать на пробежку. Будильник зазвонил в 4:30. Я быстро встаю и выключаю его. Очень темно, и пространство вокруг осветила подсветка телефона. Зашел в органайзер и выключил его полностью, иначе он звонил бы каждые 5 минут. Лег спать дальше. Но тут будильник звонит снова. Я просыпаюсь и встаю. Подумал, что в прошлый раз не выключил. Вся комната освещена солнечным светом. Очень удивился. Захожу в органайзер будильника, активна функция «нет сигнала». Посмотрел на кровать брата. Его не было. Не было даже простыней, подушки и всего прочего. Но ночью брат спал рядом. Я огляделся по сторонам. Сознание помутнело, и я проснулся в реальном мире.

Belphegor

Однажды, когда я думал, что проснулся, я направил свой взгляд на стул. Это было первое, что попалось на пути. И тут я заметил некоторую расплывчатость формы стула. Были очертания, размытые цвета, но я не мог увидеть деталей. Пытался вглядеться, но ничего не получалось. Я не придал этому большого значения.

Почувствовав, что хочу в туалет, попытался встать и направиться к нему. Обстановка в квартире была реалистичной, можно было рассмотреть даже детали, правда, я не вглядывался.

Дойдя до коридора, я заметил некий белый туман в комнате, некую прозрачность. И тут я понял, что в реальности такого быть просто не может. После все стало немного расплываться перед глазами. Я решил себя ущипнуть, но ничего не почувствовал. Начал ощупывать руку целиком, но боли не было. Только слабое прикосновение. Рука была холодной и как будто из резины. Тут меня охватило чувство паники, так как я не понимал, что происходит. Всеми усилиями я стал сопротивляться и попытался выйти из этого состояния, но это оказалось сложнее, чем выйти из сна. В реальности я боролся секунд 10–15, но там это казалось вечностью. В какой-то момент все закончилось. Я проснулся.

Leha

Я очень сильно болел. Ночью проснулся от температуры, встал с кровати и отправился на кухню. Не знаю почему, но очень хотел есть. Я поел и включил телевизор. И тут я вновь оказался лежащим в кровати. Я был настолько напуган, что не мог заснуть до самого утра.

JuliyaDrakones

Я проснулась посреди ночи и обнаружила, что в комнате горит свет. Встала, причем очень четко видела одеяло, свою комнату, даже в террариумы заглянула: не выползли ли из домиков мои гекконы. Подошла к выключателю, выключила свет и снова легла, думая, что это кто-то из родителей заходил в мою комнату и не выключил свет. Уже с утра спросила у родителей, но никто из них не заходил в мою комнату.

Skrooge

Начал крутиться и выпал из кровати. Потом на четвереньках стал ползать по квартире и все детально рассматривать. Заполз в соседнюю комнату, где спала моя мать. Пополз в свою комнату, услышал какой-то шум у соседей этажом ниже. Хотел нырнуть сквозь пол и посмотреть, что там у них, но погрузился в какую-то темноту. Решил, что я не в фазе, а в реальности. Глянул на свою постель, там меня не было. Сомнения усилились. Закрыл пальцами нос, а дышать не смог. Тут я уже был точно уверен, что просто ползаю по квартире ночью на четвереньках. Хорошо, что мать спала, а то на утро было бы много вопросов. Я огорчился, остановился и задумался. А через секунду проснулся в своей кровати. Вспомнил, что, когда я ползал по полу, то испытывал сильный страх. Его с трудом удавалось сдерживать. Очень глубоко и часто дышал.

Марсель

Проснулся, заснул, снова проснулся, сразу выкатываюсь из тела и грохаюсь на пол. Решил, что выкатился физически и даже расстроился. Потом опять на кровать залез и снова выкатываюсь. Опять грохнулся. Смотрю, на полу лежит газета, и все надписи четкие. В реальном мире у меня дома не бывает газет. Прочел там новости. Посмотрел на кровать, лежит ли там тело. Тела не оказалось, и я очень расстроился. Зачем-то лег спать. Процент реалистичности 130.

UDAV

Лето, жара, прилег днем поспать. Сон был поверхностным, и я решил, что хватит спать, пора просыпаться и пойти заниматься делами. Вот тут-то как раз все и началось. Встаю и снова сажусь на диван, чего-то трудно было подняться с него. Смотрю, а я на диване лежу, страх появился неописуемый. Как-то вернулся в тело и по-новой встаю. Ну, думаю, история приключилась. Смотрю на диван, а я там снова лежу. Так продолжалось 3 раза. Реалистичность 100 % с каким-то своеобразным привкусом.

Ніколай

Почувствовал вибрацию и звон в ушах, но не получилось выйти в фазу. Я бросил попытки и попытался уснуть, и в этот момент меня как будто выбросило из тела. Сначала не понял, что случилось, думал, что просто встал, но когда начал оглядываться по сторонам, заметил, что появились предметы, которых не было прежде. Обернулся и посмотрел на кровать, моего тела на ней не было. Только жена спала одна. Моя первая мысль была о том, что, если я в фазе, значит, я могу летать! Я подпрыгнул на месте и плавно приземлился на пол. Это было нечто! Потом я забылся или отвлекся, а когда открыл глаза, то просто лежал на кровати.

Nikole

Проснувшись утром, я поднялась с кровати и подошла к окну спальни. Дневной свет, реалистичность окружающей обстановки – ничто не наводило на мысль, что что-то не так. Из окна я увидела родственника. Взглядом проследила, как он заходит в подъезд, и вдруг обнаружила, что вижу его сквозь стену дома. Он поднялся на 2 этаж, позвонил в дверь, и в этот момент, услышав звонок, я вернулась в тело. Пошла открыла дверь, и там действительно стоит родственник.

Владимир Кулинич

После первого же пробуждения я почувствовал вибрации и услышал шум в ушах. Попробовал вращение. Сначала было трудно, но потом стало получаться. Я почувствовал, что и вправду вращаюсь вокруг своей оси. Стал выкатываться вбок и свалился с дивана. Было больно. Я подумал, что упал в реальности. Зрение было сразу, но мутное. Я стал щупать пол и ковер, не мог поверить, что у меня получилось. Но в глазах потемнело, и я очнулся на диване.

Sashok4ek

Как-то ночью мое внимание привлек громкий звук на улице, а после этого звенящая тишина. Быстро встав, подошел к окну и выглянул наружу. Очень поразила реалистичность и четкость, высокое качество картинки. Присутствовало чувство тревожного беспокойства, переросшего в легкий страх, когда я повторно услышал громкий крик в дальнем конце улицы. Там площадка под деревьями была неосвещенная. Я подумал: «Откуда свет?» – и взглянул наверх. В следующий момент увидел огромную полную луну, и стало страшно до жути. Что-то заставило меня обернуться. На кровати я увидел собственное тело. Трудно описать чувство ужаса, когда лунный свет буквально ударил меня в спину, и я полетел прямо в тело. Причем в полете успел еще и рассмотреть себя: я был бледный, как мертвец. Самое интересное, что, открыв глаза, снова испугался, так как через открытое окно прямо в глаза светила большая полная луна уже наяву.

Tutmos

Во время очередной медитации я уснул. Очнулся, лежа у себя на диване. Почувствовал необычную легкость в теле. Встав и пройдясь по квартире, я заметил, что некоторые вещи не на своем месте. Я знал, что такого быть не может, и вдруг осознал нереальность окружающего мира. Было немного страшновато, но я быстро собрался с мыслями и через некоторое время страх сменился радостью от ощущения свободы. Я вышел на улицу и, разбежавшись, взлетел. Набрав большую высоту, я оказался в облаках. Мне стало страшновато, и я пошел на «посадку». Причем в момент приземления я почувствовал боль в ногах. Решил посетить свою девушку, но не получилось, так как проснулся.

Benjamin

Я спал, рядом спала жена. При пробуждении, несмотря на движения, начал пробовать технику визуализации рук. Техника сразу себя проявила, хотя руки я и не увидел, но чувствовал их абсолютно реально. Попытался разделиться. Я покатился вбок и встал. Ощущения были абсолютно реальными, и я решил, что встал физически, к тому же лететь не могу, пройти сквозь стену не могу, значит, точно встал физически. Но потом смотрю – жена тоже встала. Я ей говорю, что это все фаза, а она отвечает, что не может этого быть, но потом добавляет, что это как-то странно, что я стою тут, а еще один я лежит в кровати. Это и подтвердило, что я в фазе! Все-таки с этой мыслью мне удалось протиснуться сквозь стену и оказаться в гостинице. Все выглядело уж очень реально, без углублений и удержаний. В гостинице познакомился с красоткой. Мы вышли на улицу, я ей говорю: «Это сон и можно делать все, что заблагорассудится!» Взял ее на руки и… Вернулся в тело на самом интересном месте.

Egor830

В походе посреди ночи просыпаюсь от звонка своего мобильного телефона, который я положил рядом. Подумал: «Какой чудак звонит посреди ночи. Пусть даже и не мечтает, что я буду разговаривать с ним, и даже смотреть не буду, кто это. Сейчас выключу телефон, а завтра посмотрю, кто звонил». Расстегиваю спальный мешок, это дается мне почему-то очень тяжело. Все как-то очень неудобно, рука двигается тяжело и с трудом. Напрягаюсь, прикладываю существенное усилие, заканчиваю расстегивать спальник, медленно и тяжело тянусь рукой к телефону, нажимаю-таки кнопку выключения. Телефон гаснет и замолкает. Я снова застегиваю спальник, переворачиваюсь на другой бок и засыпаю. Утром просыпаюсь с первой мыслью, что надо посмотреть, кто там мне звонил посреди ночи, и включить телефон. Смотрю, а телефон включен, и никаких звонков на нем нет.

Jigsaw

Я прилег на кровать и мгновенно провалился. Не знаю, сколько прошло времени, но я проснулся. Мне хотелось в туалет. Я встал с кровати, но было что-то не то. Какая-то необыкновенная легкость и ощущение, будто ноги вот-вот провалятся в пол.

Я медленно дошел до двери и потянул ручку вниз, но моя рука прошла сквозь нее. Меня это удивило, и я решил посмотреть назад. На кровати спало мое собственное тело. Испугаться я толком не успел: сразу же вернулся обратно в тело. Спать мне уже не хотелось.

JGODA

Одной ночью проснулся от жажды и обрадовался собственной предусмотрительности, что с вечера стакан с водой поставил на прикроватный столик. Сел на кровать. Было уже светло. Пару секунд посидел и потянулся за стаканом. Рука прошла сквозь стакан. Спросонья не разобравшись, решил, что промахнулся мимо стакана, но где-то в глубине рождался ужас. Вторая попытка взять стакан окончательно повергла меня в панику. Мысли были ясными, все было реальным и привычным, как всегда, я готов был закричать. Но при этом не издал ни звука. Тела нет, легких тоже, звуки не издать. Зря я обернулся и увидел себя мирно спящим на подушке. Столь яркого и первобытного ужаса не дай Бог испытать кому-то. «Разбудить себя!» – ясно мелькнуло в сознании. Я в прыжке хотел толкнуть себя спящего в бок, но пролетел сквозь и себя, и кровати, и пола, оказавшись в совсем ином месте. Спокойствие еще не успело вернуться, как я открыл глаза уже в теле.

Igorkopitov

Я проснулся, глаза не открывал, не шевелился. Мне в голову резко пришла мысль, что надо разделиться. Я выкатился у себя в комнате и оказался на полу. В другой комнате был включен свет, и там стояли мой папа и брат. Они посмотрели на меня и сказали: «Что ты

делаешь?» Я, промолчав, лег спать. Подумал, что это было физически. Затем я проснулся и понял, что это была фаза.

Kastomayzer

Я проснулся часов в 7 утра от сильного желания попить воды. Встал с кровати, подошел к столу, на котором стоял кувшин с водой, и начал пить. В ту же секунду я слышу разбивающуюся о пол струю воды, после чего у меня в голове проскочила мысль, что все вокруг необычно, и я попытался посмотреть на себя, но не увидел тела. Видел только стакан, паривший в воздухе, и воду, текущую из него. После этого я стал слушать странный звук, как будто с большой скоростью приближается реактивный самолет. Этот звук усиливался, и на пике громкости меня выбрасывает сквозь стену дома во двор.

Я зависаю в центре двора и вижу знакомую машину, подъезжающую к дому. Это была машина моего начальника. Я вижу в машине начальника и мастера, причем я сам нахожусь зависшим в центре двора, примерно на 8-метровой высоте, а зрение, как через бинокль, то уменьшается, то увеличивается. Я слышу, что слова начальника обращены к мастеру, и в этот момент я начал понимать, что они идут ко мне домой, и я должен быть готов встретить их. Я моментально просыпаюсь, быстро одеваюсь, подхожу к двери и слышу звонок. Открываю дверь и вижу мастера с начальником. Я был в шоке минуты 2, я не мог ничего сказать. После чего отпросился не ехать на работу, ссылаясь на плохое самочувствие, и целый день был в раздумьях.

UnFeliz

Утром проснулась, расстроилась, что опять зашевелилась после сна, решила еще раз поспать. Пока лежала, почувствовала, что тело немного онемело. Поняла, что тело спит, и сразу после этой мысли стала ощущать как будто я – это уже не я. Чувствую свое дыхание, но как-то со стороны. Стала вставать, но опять туго выходило. Я не сдалась и приложила максимум усилий. У меня получилось выкатиться вместе с одеялом. Встала посреди комнаты и начала оглядываться, не могла понять, фаза ли это. Но на всякий случай стала делать техники углубления. Я все еще не понимала, сплю ли я. Попыталась взлететь, но безуспешно. Открыла глаза и почему-то испугалась, что зря это сделала. Снова их закрыла и поднесла руки к глазам, они были как у инопланетянина: длинные, тонкие и с зеленоватым оттенком. Увидев свои руки, до конца осознала, где я нахожусь. Хотела уже обрадоваться, но смогла подавить эмоции, подумав, что порадуюсь после.

План, над которым я так усердно думала, конечно же, забыла, и решила действовать спонтанно. Боясь, что меня засосет назад, я постоянно потирала и разглядывала руки, которые были все такие же «не мои». Хотела полетать. Взглянула в окно, но было страшно, вроде и фаза, ну, а вдруг все-таки нет? Решила не рисковать. Захотела увидеть друга и телепортировалась к нему домой, но его там не было. Потом, в мгновение, снова оказалась у себя в комнате, мысленно позвала друга, но он не появился. Вспомнила, что те, кого зовешь, появляются за спиной, а я стояла спиной к шкафу. Отошла от него и снова позвала, обернулась. Друг уже стоял в комнате. Я с интересом стала его ощупывать. Меня поразил тот факт, что все ощущалось, как настоящее и живое.

В комнату постучали, и дверь открылась. Было забавно наблюдать, как мое тело на кровати встало, и с интересом посмотрела, кто открыл дверь. Дальше все переросло в сон и я уже не управляла действиями, потому что в комнату потом зашла соседка, и я вела с ней диалог, и вообще подчинялась сюжету сна. Побеседовав с соседкой, я проснулась.

Primavera

Однажды приснился сон, что мы с мужем едем в машине над пропастью с морем. И тут супруг резко сворачивает, и мы летим в обрыв! Я так испугалась, что проснулась и вскочила с кровати. Я стояла посреди комнаты, свет был включен. Я подумала, что муж, который работает ночью, не выключил его. Но странная особенность бросилась мне в глаза: я была в халате… Ко мне начало приходить осознание, что я в фазе! Стала потирать ладони, чтобы углубиться. Ощущения невероятные!

Поскольку никакого плана у меня не было, и я боялась двигаться дальше, я решила взглянуть на свое тело и обернулась к кровати. Но вдруг света не стало, наступила темнота, и я не смогла разглядеть: лежу я там или нет. Тут я уже поняла, что деваться некуда: потерла ладони и пошла в соседнюю комнату к работающему за компьютером мужу. По дороге провела пальцами по обоям, ощутила ребристую поверхность. Прошла сквозь двери и подошла к супругу. Стала гладить его по голове, а он как будто испугался! Одернул голову и повернулся в мою сторону. И у него расширились глаза от удивления. Я развернулась и бегом в спальню, чтобы проснуться и спросить его: что он чувствовал! Я прыгнула в свое тело и проснулась.

Люк

Посмотрел на часы. Не обратив внимания на время, запомнил лишь красные цифры, закрыл глаза. Открыв вновь, увидел, что циферблат вообще выключен. Тут я понял, что вышел из тела и начал действовать осознанно. Страха совсем не испытывал, только восторг и любопытство. Немного начало все расплываться. Я тут же стал усиленно растирать руки, и изображение стабилизировалось. Видел все четко, как в реальности. Я решил встать и походить по комнате. Поднявшись, обратил внимание на свои руки, лежавшие на одеяле. Они были, как плотный белый туман, границы четко не видны.

Дальше я вышел из комнаты в коридор. Подошел к входной двери. Глазок светился ярко-оранжевым светом. Я не решился выйти. Возникла мысль посмотреть на свое физическое тело. Опять вернулся в комнату, взглянул на икону. Икона как икона: ничего необычного. Смотрю, на месте окна входная дверь и точно такой же свет из глазка. Подхожу к кровати, а она пустая. Ни одеяла, ни тела нет. Начал сомневаться, что я вышел из тела. Решил сделать проверку на сон. Глянул на часы, закрыл глаза, потом случайно открыл физические. И тут случился фол.

Yunga

Решил лечь спать, однако, на этом все не закончилось. Я открыл глаза и почувствовал, что с моей рукой что-то не так. Я ее поднял и, по ощущениям, она была передо мной, но вот увидеть ее я не мог, она была где-то внизу. Через какое-то время начались вибрации. Я не знал, что делать, и поэтому был несколько растерян. Вскоре я услышал, что родственники собрались пить чай, и решил пойти к ним. Встал, откинул одеяло, посмотрел на стену, и понял, что что-то не так, ощущение было такое, как будто я еще лежу. Да и зрение было не обычным, а словно я смотрел стерео-картинки. Страха абсолютно не было, просто не ощущал границ тела, я был как будто размыт. Решив, что на первый раз хватит, сказал вслух: «Надо возвращаться». Но ничего не произошло. Тогда я мысленно подумал об этом и тут же вышел. Эмоций от происшедшего было просто море.

YurikOn

Проснувшись утром, до того, как сработал будильник, начал практиковать ощущение мобильного телефона в руке. Не знаю, сколько прошло времени, но я настолько реально почувствовал его в руке, что не вытерпел и открыл глаза. И, увидев его в руке, я решил, что просто взял его с прикроватной тумбочки. «Из-за этого я его так реально чувствую, – подумал я, – ведь он у меня в руке». Решив, что это реальность, не стал вставать с кровати, а просто дальше уснул. Утром, проснувшись от звонка будильника, я понял, как ошибся.

Dizz

Перед сном тренировал непрямые техники входа в фазу. Как уснул, не помню, был провал. Потом я проснулся без движения, и сразу пришла мысль, что надо попробовать технику «выпучивание глаз». Я тут же оказался на полу и начал все ощупывать, чтобы углубиться. Зрение было четкое, и я не удивлялся, что вижу в темноте. Потом появилась мысль, что это может быть реальность, и я подошел к дивану удостовериться, что я сплю на нем, а это фаза. Я начал всматриваться. Сначала показалось, что я сплю, укрывшись теплым одеялом, но потом я присмотрелся и увидел, что там никого нет. Затем я уснул. Это была фаза, ведь в реальности я не укрывался теплым одеялом, а оно было постелено на диване.

Ai2013

С вечера пробовал настроиться на выход, заснул. Проснулся и сразу попытался встать. Получилось. Зрения нет, все мутное, темно. Глаза не открывал. Начал ощупывать себя, и тут слышу голос жены: «Ты что, лунатик что ли?» «Опозорился», – подумал я и… проснулся. Лежу, смотрю в окно. Обдумываю. И тут понимаю, что за окном ясный солнечный день, все зеленое и летнее. А должна быть ночь и ноябрь! И расположение кровати не такое. И тут я снова просыпаюсь. Вокруг все как обычно.

Полет

S@M

Приехал домой из больницы и лег спать. Снился обычный сон, который я хорошо запомнил. Затем проснулся. Спать больше не хотелось, но я прикрыл глаза. И почти сразу почувствовал некий провал, словно меня куда-то затягивало. В ушах слышался свист, а сквозь закрытые веки я видел яркий зеленый свет. В этот момент я подумал, что могу упасть с дивана, но вдруг появилось зрение, и я увидел, что уже лежу на полу. Я встал на ноги. В глазах двоилось, как у пьяного, но зрение довольно быстро восстановилось.

В этот момент я понял, что это она! Та самая фаза! От радости я забыл про все техники и пошел разглядывать комнату. Все было как в реальности, но некоторые вещи лежали не на своих местах. Я попробовал взлететь, но меня тут же выкинуло на улицу. Уже смеркалось, и солнце уходило за горизонт. Вся земля была покрыта снегом. Я взлетел над домами и наблюдал закат. Но что-то стало тянуть меня вниз к земле. Медленно опустившись до своего окна с другой стороны дома, я захотел подняться на крышу, но случился фол. Долю секунды было ощущение провала сознания. Но потом открылись реальные глаза.

M.E.D.V.E.D.

Проснулся среди ночи от шума, что кто-то из родственников смыл воду в туалете, и решил попробовать выйти в фазу. Закрыл глаза и представил, как поднимаюсь на ноги, а потом резко падаю на спину. Не получилось. Попробовал второй раз. Медленно поднимаюсь на ноги, чувствуя, как фантомное тело отделяется от реального. Встаю и вновь падаю. Чувствую, как лечу с бешеной скоростью в кромешной тьме вниз.

Постепенно, как из тумана, передо мной стала прорисовываться собственная кровать. И вдруг я осознал, что падаю на нее. В какой-то момент я даже испугался и заорал, но уже через секунду скорость замедлилась, и я благополучно приземлился лицом на мягкий матрас.

Попытался встать, но взлетел. Гравитации как будто не было. С минуту меня носило по всей комнате. Лишь потом, более-менее освоившись, мне удалось встать на ноги и осмотреться. Дико обрадовался, что все вокруг реально и у меня получилось!

За окном, как и в реальности, стояла ночь, шел снег. Комната выглядела как настоящая, кроме одной детали – на кровати не было одеяла. Гравитация все еще была слабой. Я подошел к двери, тихонько открыл ее и вышел в коридор.

Что было дальше, описывать нет смысла. Похоже, что я банально уснул, и перестал осознавать происходящее.

Ashgen

Проснулась среди ночи, но пошевелить телом была не в состоянии. В голове слышался сильный шум. Вспомнив прочитанные статьи о астрале, попыталась взлететь. Это у меня получилось сразу, причем я сделала это через лоб. Ощущение полета было очень реалистичным, что очень сильно меня удивило. На некоторое время зависла над телом в темноте. Подумала о зрении, и оно начало проявляться. Полетела в сторону окна. Обернувшись назад, увидела тело, лежащее на кровати. Решила вернуться обратно, подлететь к нему и потрогать. Когда дотронулась до своего тела, меня втянуло в него с довольно странным ощущением. Проснулась.

Сергей

Разделился с телом и оказался на улице. Была ночь. Я походил около дома, надеясь встретить за углом нужного мне человека. Он не явился. Я попытался представить этого человека. Меня тут же подхватило, я полетел. Все поплыло, я пробовал углубляться ощупыванием, и проснулся.

Happyhope

Просыпаюсь в 2 часа ночи. Лежу и понимаю, что у меня начинается выход. Был гул в голове и ощущение падения. Тут я вспомнила про технику каната и проделала все так, как было написано в книге. И вышла!

Думаю, что дальше-то делать? Практически ничего не видела, как будто через закрытые веки. Но этого было вполне достаточно, чтобы долететь до окна и вылететь через него.

Интересно то, что, пролетая, я почувствовала, как будто задела рукой раму на окне. И еще удары ветвей дерева, которое растет перед окном.

Обратно в тело я вернулась через ОС, потому что после того, как я открыла глаза, обстановка вокруг изменилась. Я увидела двор перед своим домом, но там стояла осень и был день! А выходила я ночью и на улице была зима.

Йилкисса

После 2-часового сна начала просыпаться и вдруг вспомнила способы входа в фазу и решила их применить.

Стала шевелить фантомной кистью. Буквально через несколько секунд почувствовала вибрации, и меня вышвырнуло куда-то. Я стала все трогать, активно двигаться и увидела, что тело лежало на кровати.

Тут я непроизвольно взлетела и направилась к окну, чтобы вылететь. Но вспомнила, что могу управлять, затормозила и вернулась в комнату. Пробовала для начала ходить, углубляться активно. Хорошо создать зрение не получалось. Спала я с повязкой на глазах, и такое ощущение, что в фазе повязка тоже осталась. Поэтому все было на ощупь или едва видно. Заметила, что за окном не то время года. И дома напротив не было. Потом решила вернуться в тело. Легла обратно, но все никак не получалось вернуться. Несколько раз я еще ощущалась в фазе, даже было тревожно, что не вернусь. Но в итоге проснулась в теле.

Lasalana

Перед сном подумала, что хорошо было бы проснуться ночью и попробовать выйти в фазу. Повторила в мыслях все правила выхода, углубления, удержания. В фазе хотелось увидеть маму, которая в данный момент уехала в Уфу к брату.

Теперь о самом выходе. Во время сна я несколько раз просыпалась, переворачиваясь с бока на бок. Когда в следующий раз проснулась, решила попробовать разделиться. Стала вращать глазами сверху вниз и слева направо. Тут же попробовала поднимать фантомную руку и вращать тело с боку на бок. Никаких вибраций, шума в ушах или голове не было. Я встала на ноги. И тут же стукнулась лбом об угол шкафа. Было непонятно, откуда тут взялся шкаф, да еще рядом с кроватью. И еще мне не было больно. Я понимала, что нахожусь в фазе. И такая радость прилила, что я подпрыгнула на месте до потолка и, сложив руки, как крылья, ринулась вниз.

Одновременно почувствовала себя и птицей и реактивным самолетом. Пробила пол, потом еще этаж, и еще. Насчитала 7 этажей, хотя живу на втором. Зрение становилось ярким и красочным. Мимолетом видела людей, сквозь чьи квартиры пролетала вниз. Потом надоело лететь вниз и захотелось подняться вверх. И тут же, как самолет, взлетела наверх, прямо к птичкам. Видела их удивленные глаза. Засмеялась и закричала во весь голос. Ощущение радости непередаваемое. Потом почувствовала, что все стало мутнеть и блекнуть. Тут же посмотрела на свои руки, стала пальцы сжимать-разжимать. Потом, пролетая мимо дерева, сломала ветку и сосчитала листья на ней, потрогала каждый листик. И все стало снова красочным. Так с веткой и летала по небу. И нигде не вставала на ноги.

Потом подумала о маме и сразу увидела свой дом, где жила в детстве. Десять лет назад мы переехали. Но квартиру увидела, какой она была раньше. Вижу молодую маму и еще двух женщин. Они жарят мясо в большом казане, в котором мы готовим по праздникам. Потом взлетела выше деревьев и увидела машину моего свекра. И вижу, что они подъезжают к моему дому, выходят с подарками. И тут я понимаю, что вижу день, когда меня приехали сватать родители моего мужа. Это был день сватовства, ровно 20 лет назад. Захотелось увидеть себя в молодости, но не получилось. Не нашла ни себя, ни будущего мужа.

Я вновь улетела. Потом увидела какую-то женщину, и захотелось над ней подшутить. Я подлетала к ней сверху и щекотала веткой по спине. Она оборачивалась, но никого не видела. Я опять щекочу, а она в ужасе оглядывается и чуть не плачет. Вижу, что совсем напугала женщину, мне стало ее жаль, и я улетела. При возвращении обратно фаза окончилась сном.

Fenix2625

Просыпаюсь, как обычно, утром. Встаю, иду умываться. Проходя возле двери, перепрыгиваю через порог и начинаю взлетать, схватился за дверь и начал прижиматься к полу. Гравитация сделала свое дело, и я встал на ноги. Понял, что нахожусь в фазе, удивился, насколько же ощущения реальные. Осмотрелся по сторонам и направился на веранду. Открыл двери веранды – тот же двор, только залитый светом. Вышел на крыльцо, начал спрыгивать и взлетел. По ощущениям полет продолжался достаточно долго. Летал по двору, наслаждался легкостью и свободой. Меня увидел друг, он тоже подпрыгнул, но рухнул на землю.

Открываю глаза, лежу в постели, не могу пошевелиться, видимо, сонный паралич. В ушах стоял дикий гул, как от турбины самолета. Но страха не было, осталось ощущение легкости и свободы от пережитого полета.

Кози

Просыпаюсь под утро, понимаю, что двигаться не нужно. Начинаю с выхода, просто поворачиваясь со спины на левый бок. С огромным удивлением замечаю, что у меня наконец-то

получилось! Замешкалась из-за глупых сомнений. Но нет, видимо, по ощущениям я и правда на боку и могу двигаться дальше, что уж вообще поразительно. Опираюсь на левую руку и привстаю с некой странной легкостью, как будто что-то случилось с гравитацией. Зрения пока нет. Слезаю с дивана на пол, и оно сразу появляется. Больше всего шокировало, насколько легко это получилось. Никакого негатива, сверхусилий, супервибраций. Только легкие мурашки по телу, покалывание, пока вставала. Взлетела очень просто, при одной только мысли.

Зависнув под потолком и плывя к верхнему краю шкафа, я почувствовала, как меня накрывает волнение. Уняла его, пообещав себе все эмоции проявить потом. Чтобы не выкинуло, ощупывала себя активно, но не долго, потому что было любопытно все осмотреть. Себя на диване не обнаружила. Поплыла в соседнюю комнату, где должен был спать муж. По пути отодвинула сушилку для белья, которая в реальности там не стоит. Вплываю в комнату и вижу, что там спит мама, которая живет в другом городе. Видимо разговор с ней накануне так на меня подействовал, и я соскучилась по ней. На этом у меня начала таять картинка. И я открыла глаза, уже лежа на диване.

Vilosov

Спал. Что-то хлопнуло с улицы. Проснулся. Вспомнил, что при пробуждении надо скатиться с кровати. Это и произошло в следующее же мгновение. Осознав, что стою возле кровати, испытал шок. Зрение появилось сразу же. В фантомном теле было очень тяжелое дыхание и учащенное сердцебиение. Если бы не знал о фазе, решил бы, что умер. Прошел сквозь двери, вернее, проплыл. В голове была постоянная мысль, что нужно контролировать помещение. Был животный страх увидеть какую-нибудь сущность. Проплыв на кухню, где сестра жарила котлеты, на миг потерял зрение. Забавно, что она их действительно жарила в этот момент.

Фаза глубокая. Дыхание все такое же тяжелое. Решаю вернуться назад. Проплываю тем же порядком назад к своей комнате. Прохожу сквозь двери и оказываюсь подвешенным к потолку. Принимаю горизонтальное положение и плавно опускаюсь в тело. Пытаюсь пошевелить пальцами. Не получается. Но тут звонит будильник.

Лесной дух

Проснулся посреди ночи и мне показалось, что мозг опускается в некую пустоту, куда-то вниз, и отключается. После чего возникли сильные вибрации, и я вышел из тела. Я наступил на пол, там спал мой друг. Меня тут же подбросило в воздух. Вися под потолком, я посмотрел на свои руки, чтобы убедиться, что я в астрале. Довольный, я полетел на кухню. Подлетев, увидел родителей. Вспомнил о теле и тут же вернулся назад.

Maori

Легла спать с мыслями о фазе и желанием туда попасть. Под утро мне снилась моя семья и квартира. Дальше, как мне кажется, я поймала момент просыпания, когда уже нет сна, но глаза все еще закрыты. Сразу же начала всматриваться в темноту и увидела пеструю прямоугольную картинку. Она светилась и была похожа на ярко-горящий экран с крупными пикселями. Картинка начала приближаться, и я поняла, что надо разделяться. Очень легко, без усилий я приняла вертикальное положение. Во время отделения от тела я ощущала шипение или легкий треск, как будто рвется паутина. Так как раньше такого опыта не было, первое, что меня поразило, это то, что я ДЕЙСТВИТЕЛЬНО встаю! Зрения не было. Я начала ощупывать свое тело и удивилась, насколько оно плотное и реалистичное. После этого я двинулась вперед и наткнулась на шкаф, даже слегка ударилась коленкой. После ощупывания шкафа проявилось зрение.

Я увидела комнату, в которой спала. Некоторая мебель стояла не на тех местах, где обычно. Сильные эмоции переполняли меня: «Получилось! Получилось! Я в фазе!» От радости я даже пританцовывала. Потом я подошла к окну и некоторое время наблюдала горящий

фиолетово-розовыми красками закат, одновременно радостно подпрыгивая. Тело было легким и я, опираясь о подоконник, подлетала, как воздушный шарик. Потом я вспомнила, что у меня был план встретиться с одним человеком и задать вопросы. Я не вспомнила, как надо перемещаться, и громко сказала вслух, что хочу встретиться с этим человеком. Здесь случилась заминка, так как дальше ничего не произошло. И меня с шипением втянуло обратно в тело. Проснулась в удобной позе, лежа на спине, подогнув колени. По внутренним ощущениям фаза длилась 2–3 минуты.

Alex_Tsiplakov

Разделился с физическим телом в той самой комнате, где засыпал. При этом было какое-то странное чувство опасения, что что-то не так. Мне захотелось пить. Я взял бутылку с напитком. Открывал ее аккуратно, с опасением, что из-за взбалтывания жидкость может политься через верх. Крутанул крышечку и почувствовал, как бутылка сжимается – так часто бывает, когда из бутылки выходят настоявшиеся газы. Но обычно это бывает быстро, а в этот раз бутылка продолжала сжиматься: я услышал хрустящий звук целлофановой этикетки и ладонью ощутил смятую поверхность. Интересно то, что именно эти четкие тактильные ощущения углубили состояние. Вспыхнуло сознание и возникло как бы другое зрение.

Зрение оказалось «телескопическим» – видел все словно сквозь трубу: яркая точка реальности в центре, размывающаяся по краям, как будто смотришь сквозь какую-то большую линзу. Ощущал себя в своем родном городе, в своей комнате и на своей кровати, где обычно сплю. Я лежал, рассматривал узоры ковра на стене, и это меня удивило, потому что в реальности этого ковра на стене уже давно не было. Как только углубился в рассматривание этих узоров, услышал треск в ушах и воспарил в воздух.

Я возликовал! Сразу возникло желание полетать где-нибудь. Тут же оказался над городом. Скорость полета меня поразила. С бешеной скоростью я летел возле крыш домов. Из фазы вышел как-то плавно, окончательно стал отождествлять себя именно с «лежащим на диване», а не «летающим в воздухе».

Soul_hunter

Проснулся, в квартире тишина. У меня стоял шум в ушах. Я сосредоточился на нем. Сделал силовое засыпание, почувствовал провал в сознании, после чего рука начала подниматься вверх, в воздух. Затем я выкатился из тела. В первую секунду подумал, что просто упал на пол. Сердце бешено стучало, зрение изменилось до неузнаваемости, все стало четким, и появился какой-то видеошум в виде точек. Меня начало переполнять чувство небывалой радости. Я начал рассматривать обои в своей квартире, читать надписи на музыкальном центре. Мне удалось пройти сквозь окно на улицу, и я прыгнул вниз с 5-го этажа. Солнце слепило мне глаза своей яркостью. Увидел проходящего человека, подбежал к нему, затем прыгнул высоко вверх и был просто поражен красотой увиденного обзора! Затем меня резко вернуло в тело.

Spartan

Ночью, проснувшись, решил попробовать выкатиться из тела и, на удивление, получилось. Затем я почувствовал предельную легкость, и ощущение, будто я вращаюсь во всех плоскостях. После этого я оказался на улице. Было темно, вдалеке виднелись очертания фонарных столбов. Я решил, что нужно идти вперед. Вдруг по лицу меня задела ветка дерева. Было действительно реальное ощущение, что у меня поцарапано лицо. Попробовал взлететь и взмыл над городом. В полете решил рассмотреть свои руки, вглядывался в них, потом увидел даже что-то похожее на ноги. Затем полет плавно перешел в сон.

Yalanda

Я услышала дождь за окном, а потом почувствовала, как мне закладывает уши и звук стал похож на звук самолета. В ушах стоял гул, и я ощутила, что мой дух вроде бы отделен от тела. Казалось, что я все еще нахожусь в собственном теле, но связь была совсем невесомой. Я попыталась встать, меня слегка раскачивало. Я решила проверить, правда ли, что я в астрале, и посмотрела на кровать: там лежало мое тело.

Я начала тереть руки, чтоб не уйти из этого состояния. Потом я решила немного полетать по комнате, но удавались только какие-то легкие прыжки. Я выпорхнула в коридор, и мне удалось с легкостью проникнуть через железную дверь в подъезд, а там и на улицу. На улице я сразу очутилась в другом городе, и там была зима. Здесь мне удалось немного полетать, но не слишком далеко – я тут же оказалась в своем теле. Я почувствовала, что вернулась обратно, и мне захотелось опять вылететь. Опять услышала гул, и мне удалось выкатиться, но лишь на 2 секунды. Я упала на пол, а потом опять резко очутилась в теле.

Alite

Перед сном включил будильник. Когда почувствовал, как телефон вибрирует, вспомнил, что надо пошевелить рукой. Попробовал и почувствовал, как мурашки побежали по телу. И вдруг я понял, что вишу в воздухе. Мне захотелось полетать, и я вылетел сквозь окно. Внизу ночной город, но не мой. Тут вспомнил, что надо удерживаться в состоянии. Приземлился на какой-то дом. По нему шел тротуар, и даже кто-то ходил. По краю были поручни, на вид деревянные. Я стал их трогать и, действительно, на ощупь теплые, как из дерева. Удивился и стал думать, что же мне такое сделать. Мимо шла какая-то женщина и удивленно так на меня смотрела. Пока думал, что делать, вдруг все выключилось. И через какое-то время я понял, что проснулся.

Olyavrach

Проснувшись утром, часов в 5, решила попробовать метод визуализации образов. Закрыв глаза, увидела пред собой плавающие красные цифры. Я долго смотрела на них. В итоге они резко приклеились к потолку, и меня просто вытолкнуло к ним. Со всего размаху я влетела прямо лицом в потолок. Рассмеявшись от нелепости ситуации, полностью осознала, что вышла. Я вылетела на улицу и летала по своему городу. Весь последующий день радовалась этому как ребенок.

Лида Ямбуренко

После пробуждения стала делать цикл из вращения и силового засыпания. И на втором круге сразу оказалась летящей над Невой. Ощущение полета незабываемое, ни на что не похожее наслаждение. Все ярко, сознание полное, чувствую запах воды. Подлетев к дворцу, увидела людей возле входа со стороны набережной. Пролетела на уровне верхнего этажа через какие-то перекрещивающиеся объемные структуры. Оказалась в зале на балюстраде. Там тоже были люди. Захотелось узнать, что будет дальше, стала смотреть вдаль за прохожих. Решив сделать шаг, не смогла идти. Посмотрела на ноги, а на них одеяло, очнулась в кровати.

Марьянка

Я легла вздремнуть на диван. Вдруг осознала, что оказывается, уже не лежу на диване, а парю под потолком. Все было совершенно реалистично. Я не испугалась, полетала над собой. Потом взлетела на шкаф и стала рассматривать монетки, привезенные родственниками из Индии. Затем вылетела из форточки во двор, слетела к большим валунам, лежавшим во дворе. Я полностью осознавала себя. Остались яркие впечатления оттого, что камни во дворе были горячими, монетки прохладными, все воспринималось очень ярко.

Landazar

Я проснулся, не шевелясь, и начал выкатываться. Почувствовал движение, но что-то не давало продвинуться. Стал рассматривать появившиеся перед глазами образы. Меня втянуло в изображение, и я начал делать то, что хотел. Решил полетать. Летел тридцать сантиметров над землей по главной улице нашего города. Все было так необычно и незабываемо, что абсолютно не хотелось прекращать это занятие. На перекрестке загорелся красный свет, и я остановился. Позже все превратилось в сон, и я проснулся.

Corpsic

Просыпаясь, я попробовал сразу отделиться. Отделившись, сел, и вот в такой позе вылетел на улицу через окно, и начал летать. Улицы отличались от тех, которые были в реальности. Я был несказанно рад ощущению полета, но, вспомнив про тело, просто проснулся.

Azimut

Я проснулся, выкатился из тела. Резко встал, только подумав об этом. Захотел полететь, и меня быстро понесло спиной вперед сквозь стены, которые становились невидимыми. Я оказался летящим на улице. Затем, подумав о физическом теле, меня вернуло к окну своей квартиры. Потом полетел дальше, но, потеряв осознанность, вернулся в тело. Выкатившись из него вновь, полетел к дому друга. Перед ним был еще один дом, который я хотел перепрыгнуть, но допрыгивал только до середины, и постепенно фаза перешла в сон с потерей осознанности.

Alex_traveller

Около шести часов утра я увидел перед глазами быстро мелькающие картинки и понял, что нахожусь на границе сна и бодрствования. Я лежал и не двигался. Затем ощутил покалывания на ноге и вибрации. Далее картинки перед глазами пропали, и я осознал, что вижу перед собой свое окно в спальне, но вижу все под потолком, сверху. На подоконнике стояли цветы. Я просто не мог поверить в происходящее. Попытался посмотреть в окно и увидел, что уже светало. Попытался повернуться, чтобы посмотреть на себя сверху, но почему-то было такое ощущение, что нет сил. Все движения были очень медленными. Не сумев удержать это состояние, я проснулся и от этих впечатлений не мог больше уснуть.

EndoRfin

Проснувшись утром от звонка будильника, я лег опять и попытался заснуть. Пошли образы, начал пытаться покрутиться. Голова ушла вниз. Ощущение было, будто вынырнул из бассейна. Оказался в центре комнаты. Повернулся назад и увидел свое тело, но почему-то без одеяла. От радости происходящего, я забыл, что надо углубляться. Затем вышел на улицу и полетел по городу. Видел каких-то людей. Пытался очень быстро передвигаться, но не получалось, как будто не хватало сил. Затем захотел домой, посмотреть, что делают соседи. Только собрался, как тут же наступило пробуждение.

Алек

Проснулся оттого, что почувствовал на своей макушке некое «шебуршение». Затем моя голова самопроизвольно приподнялась над подушкой и снова упала на подушку. Но в то же время я знал, что голова оставалась неподвижной! Очень странное, двойственное ощущение! Пока я удивлялся, как же такое могло быть, подобные явления стали происходить с моими руками и ногами, а затем и все тело стало как-то корежить, изгибать и ломать. Тут до меня дошло, что это мое тонкое тело начинает отделяться от физического. Меня охватило волнение, но я постарался успокоиться и расслабиться.

Предпринимать активные действия я не решался, боялся пробуждения, и только с нетерпением ждал окончания процесса.

И вот в голове послышалось шипение. Мое тонкое тело приподнялось над кроватью, приняло вертикальное положение и опустилось на пол. В комнате был полумрак. Я оглянулся на кровать – там никого не было. Ладно, тогда я подошел к окну, влез на подоконник, с некоторым усилием просочился сквозь стекло и вывалился наружу. Во дворе я увидел зеленую траву и здания, ярко освещенные солнцем. Немного полетав, в свое удовольствие, над местностью, я проснулся.

Путешествия и перемещения

Дима

Повторяя техники разделения, я заметил мелькающий образ и «ухватился» за него взглядом. Он сразу же расширился и увеличился, появилась четкость и яркость. Казалось, я разглядывал поверхность LCD-монитора с расстояния 1–5 см. Я решил применить техники перемещения и провалился на несколько метров вниз, приземлившись на траву в парке. Я чувствовал ее запах и видел капли росы на поверхности. Яркость, четкость и реалистичность изображения не оставляла сомнения, что у меня получилось! Ослабив внимание, я вернулся в тело. Радости было на целый день.

Dyx

Это было еще в институте, в дневное время на лекции.

Дремал, ощутил дрожь и вдруг увидел всю аудиторию сверху. Ни страха, ни ощущения полета не было. Затем появилось чувство, что меня тянут, и я пытаюсь удержаться за батарею. Меня с силой выбрасывает в пространство, и я удаляюсь на огромной скорости в далекий космос. Помню свист, звон, все мелькает. Вылетаю из какого-то огромного шара в пространство, где светло как днем и рядом несколько подобных шаров. Они огромные и серебристые, создают искусственный дневной свет. Рядом появляется лицо, в котором я узнаю себя, будучи ветхим стариком. Выплывают лица моих умерших родственников. Через мгновение я прихожу в себя в аудитории.

Aurora

Проснулась утром. Лежу, расслабилась, вдруг появилась дрожь, потом звон в ушах и скрип… А потом я села! При этом одновременно чувствую себя лежащую и себя сидящую. Стало интересно, захотелось открыть глаза, посмотреть, что происходит. Открыла глаза. Все

помутнело, сознание размылось. Я попыталась рассмотреть свои руки. Картинка прояснилась. Я встала с постели, без всяких шумов, вибраций и скрипов, подошла к окну, прошла сквозь балконную дверь. Пережила очень интересные ощущения, когда ходишь сквозь стены. Спрыгнула с балкона 12-го этажа и пошла искать приключений.

Побывала в своей старой квартире, взлетела на крышу дома, прогулялась по сугробам босиком, навестила друга, и даже переместилась в другой город. Через несколько минут я просто уснула в фазе.

Wamdvdv

Проснулся и поймал вибрации. Усилил их и начал представлять, что совершаю плавательные движения. Воду не чувствовал, но руками шевелил вовсю. Видеть тоже ничего не мог. Тут же начал себя ощупывать и очутился на берегу моря уже со зрением. Потом еще секунд 20, и я дома. Произошло ложное просыпание, после которого все окончательно прекратилось.

Master7950

06:00 – пробуждение, применение техники прислушивания, ощущение вибраций и последующее их усиление напряжением мозга. После этого возникло ощущение двойственности состояния, и я начал пробовать двигаться фантомным телом, концентрируя на нем внимание. Через несколько секунд применил технику вылезания. Отделяться от тела было очень трудно, разделение сопровождалось чувством засасывания и вязкости.

После разделения зрения поначалу не было. Я стал на колени возле кровати и начал применять ощупывание. Прошелся по своему фантомному телу, потрогал голову и лицо, затем начал тереть друг о друга руки, после чего зрение плавно начало появляться и становиться все четче. Не углубившись до нужного состояния и плохо сделав присматривание, применил падение вниз головой. Закрыл глаза, прыгнул вниз, представляя, что пола на самом деле нет, и действительно почувствовал полет. Но высокой скорости и ярких ощущений достичь не удалось. Меня выбросило в помещение, реалистичность пространства которого была около 85 %. Я сбился с выполнения плана и сорвался на развлечения. Три раза подряд возвращался в фазу после фола, затем оказался в теле и плавно пришел в себя.

S_T_A_S

Проснулся в 05:00 по будильнику достаточно выспавшимся и бодрым, поэтому необходимости в том, чтобы вставать с кровати, не было. Я начал циклировать техники наблюдения образов, вращения, визуализации рук, фантомного раскачивания и силового засыпания. Добился вибраций и ощущения легкости в теле, однако разделиться не удавалось. Я упорно продолжал циклировать техники, а в голове крутилась фраза: «Во что бы то ни стало!» Намучившись с циклированием техник, я решил ждать следующих пробуждений.

Перевернулся на правый бок, попытался заснуть. Через какое-то время почувствовал очень сильные вибрации, затем возник образ перед глазами. Секунд– ный провал, и я был затянут в этот образ. Это было помещение, похожее на кинотеатр, только не было кресел. Вокруг было очень много народа: военные, арабы с верблюдом и прочие. Когда я увидел верблюда, как же сильно я захотел его потрогать. Я сразу принялся тереть ладони, чтобы углубиться. Реалистичность очень хорошая, визуальные образы на 90–100 %, все четко, однако с тактильными ощущениями плоховато. В фазе ощущал вибрации в руках.

После того, как я побродил по этому помещению, я оказался в другом месте, похожем на больницу. Я зашел в один из кабинетов, реалистичность пространства начала ухудшаться. Снова потер руки, и все стало как раньше. Потом я оказался на улице, заполненной людьми. В толпе я встретил старую знакомую, мы даже о чем-то поговорили и отправились в небольшое здание, напоминавшее кафе. Вдоль стены были расставлены стулья, мы присели. Затем пришел

мой друг и тоже сел рядом. Я говорю им: «Мы во сне, все это сон». Они не верят. Тогда я вышел на улицу и кричу им: «Смотрите, сейчас я полечу!» И пытаюсь взлететь, но ничего не выходит. Я пошел на задний двор этого здания, там никого не было. Снова попытался взлететь, опять не получается. Я представил, как меня подхватывает ветер и несет вверх. В этот момент я почувствовал, как мои ноги отрываются от земли. Я завис над землей, после этого опустился на землю и вернулся к друзьям. Мы вышли из кафе, и пошли по улице, которую я первый раз вижу. О чем-то беседовали, смеялись. Мне было очень хорошо и комфортно с ними, затем провал, и я понимаю, что уже в кровати, делаю проверку на реальность. Я дома.

Evrey

23:00. Лег спать как всегда. Повернулся на правый бок, уснул сразу. Сколько времени прошло, не знаю. Вдруг, сквозь сон, появилось ощущение, что тело плавно оторвалось от кровати. Меня понесло ногами вперед. Медленно я пролетел через спальню к выходу и тут очутился на ногах у входа в зал. Прошел по залу, подошел к окну и выпрыгнул через него на улицу. Плавно опустился с 3-го этажа, на улицу под балкон. Двинулся по улице. Мое внимание привлекли голоса, судя по тембру, мужские, но слов было не разобрать, просто бормотание. Мне стало слегка страшно, и какая-то сила потянула назад.

Я попробовал успокоиться и посмотрел на руки. Руки нашел сразу же, они не отличались от реальных, даже кольцо на пальце видно было. Перевел взгляд вправо на соседний дом и направился к подъезду. Прошел внутрь сквозь металлическую дверь. Когда поднимался по лестнице, меня напугала черная тень, проскользнувшая мимо. Дойдя до двери квартиры, прошел сквозь нее и начал терять внимание. В результате проснулся в собственной спальне.

Гордей

Я проснулся в 8 часов и попытался просто уснуть. Техники не делал, но появились образы, и я начал смотреть картинки. Когда я понял, что тело спит, а я вижу картинки, все и началось. Я почувствовал сильные вибрации, услышал шумы и вдруг увидел, как стою на земле. Вибрации продолжались. Я подпрыгнул и взлетел. Мысли были четкими, сознание ясным. Я полетел над морем и приземлился на корабль, который тонул. Но я не взлетел, а начал плыть. Там был еще один человек, он плыл со мной. Почему-то на его голове были наушники. В следующий момент я вернулся в тело.

Вова_Тигрик

Сделав все по правилам непрямых техник, попал в фазу. Думаю, что достаточно было сильного желания и стремления. Вывалился из тела в какую-то темноту и начал искать выход на свет. Вышел во дворе дома, где прошло мое детство. Тут же начал активно двигаться и ощупывать все, что попадалось под руку. Ощущение себя совсем другое, нежели в реальном мире. Атмосфера более плотная, яркость и реальность, как в повседневной жизни. Я подумал, что мне здесь очень нравится, и я не захочу возвращаться обратно. В итоге, я увлекся созерцанием процесса и перестал действовать, что привело к просыпанию.

С.Небо

Проснулся где-то в 4 ночи, стал засыпать, и тут начали возникать сильные вибрации по всему телу. Таких вибраций я никогда еще не испытывал. Затем появился гул в ушах. Я дико испугался, так как не знал, что за этим дальше последует. Я находился в полусонном состоянии и решил все-таки окончательно проснуться. Было непонятное ощущение по всему телу. Я был в сознании, но пошевелить какой-либо частью тела не мог. Гул становился все сильнее и сильнее, в голове стали возникать образы. Я стал в них вглядываться, но тут почувствовал щелчок в области солнечного сплетения, и меня просто выкинуло из тела.

Очнулся в своей комнате, лежа на полу. Все вокруг ходило ходуном, я не могу сосредоточиться ни на чем. Осознал, что вышел из тела. Стал фокусировать взгляд на объектах, и все стало на свои места. Было непонятное ощущение: тишина и одиночество. Я парил в воздухе, подлетел к кровати и увидел себя спящего в той позе, в которой находился до выхода. Летал по комнате, рассматривал все, что находится вокруг меня. Ощущения непередаваемые. Тут возникла мысль переместиться из комнаты. Прыгнул сквозь стену, но ничего не вышло, я снова оказался в своей комнате. Закрыл глаза, представил то место, в котором хочу оказаться, и открыл глаза. Да, я оказался именно в том месте, о котором думал, за исключением того, что в данный момент зима, а по какой-то причине я оказался там летом. Осматривал все вокруг, подлетел к зданию, увидел, что в окне горит свет. В голове начали возникать разные мысли, и я, непринужденно, оказался снова в теле. Все еще ощущал свое астральное тело, но постепенно все стало исчезать, и я окончательно проснулся. Открыл глаза, чувствовал себя бодрым, словно проспал полдня, эмоции просто зашкаливали.

HON!X

Первый раз я вышел непрямой техникой. Проснулся, глянул на часы: было половина шестого утра. Вспомнив о фазе, опять заснул, проснулся, и, не двигаясь, начал вращаться. Через одну или две секунды был уже у школы. Около нее стояла черная иномарка. Зная, что я во сне, спокойно сел в автомобиль и покатался по дворику школы. Далее вошел в школу, долго там не задержался и вышел на улицу. Перешел дорогу, сел на велосипед и погнал вдоль. Так быстро крутил педали, что немного испугался, что я уже шевелюсь в реальности на своей кровати. Сделал углубление, потерев ладони. Посмотрел на капельки на руле и заметил, как они стали четче.

Передо мной появился магазин, его нет в реальности, в отличие от школы и дороги. Ловко заехал на бордюр и въехал в стену магазина. «Не больно», – подумал я и, как терминатор, ногой открыл дверь. В магазине были покупатели, и я стал вести себя сдержанней. Начал перебирать товары, дабы найти текст и произвести проверку. На одном шарике была надпись, и первым знаком была буква. Отвернулся, снова посмотрел, и на том месте стоял уже восклицательный знак. Обратил внимание на шероховатость и нечеткость знака. Потом еще перебирал упаковки, и уже окончательно проснулся. На часах было без двадцати шесть, хотя по ощущениям сон длился не менее получаса.

CycolCa Mif

Проснулась и решила попробовать разделиться. Не получилось. Попробовала фантомное раскачивание рукой и сразу почувствовала что-то не то. Получилось, я выкатилась. Очутилась в своей комнате, тела не было, муж спал. Решила полетать по чужим квартирам. Быстро наскучило, вернулась. Потом решила очутиться на море и поплавать. Прошла спиной стену, и вот оно, море! Вода, правда, была ледяная. Немного покупалась и вызвала мысленно одного человека, там закрутилось-завертелось, и я заснула.

ZerocooL

Проснулся с вибрациями. Попытался усилить их напряжением мозга. Пытаюсь выкатываться, и тут чувствую, тело приподнялось над кроватью и потихоньку крутится в воздухе, приближаясь к краю кровати. В следующий миг оказался стоящим на полу. Самые необычные ощущения, которые я переживал когда-либо. Зрение мутное, картины совершенно не четкие, двигаться очень тяжело. Ноги почти не ходят, будто парализованы. Тут до меня дошло, что необходимо срочно делать углубление. Сделал, стал превосходно чувствовать тело. Ощупал пол, кровать.

Думаю, пора идти чем-нибудь заниматься. Пошел на улицу. Обстановка в доме истинная, за исключением обеденного стола, который стоял в дверном проеме моей комнаты. Пришлось отодвинуть и выйти. Дома никого. Иду, слышу, мама с папой разговаривают. Выхожу в гостиную – они сидят и телевизор смотрят. Прохожу мимо и иду на улицу. На улице лето, трава, деревья зеленые. Четко осознаю, что я сейчас в фазе. Потом думаю, дай закрою дверь, открою, и там будут пирамиды. Действительно, закрыл – открыл дверь, и – пирамиды. Но тут, видимо, прозевал момент с углублением, и фаза постепенно перешла в сон. По пескам возле пирамид стали ходить коровы, какие-то люди сомнительной внешности, и все.

ALEKSEEV

Сидя в кресле, я дремал, у меня сильно болела голова. И вдруг, сквозь сон, я начал замечать, что комната расплывается, меня это ввело в недоумение и, не успев толком ничего осмыслить, меня просто с силой вытолкнуло вертикально вверх, да так сильно, что я насквозь пробил потолок. Головная боль так и не утихала. Я все-таки осознал свое необычное состояние. Прекрасно смог рассмотреть окрестности. Вернувшись в дом, я не обнаружил своего тела. Я хотел вернуться в тело, так как чувствовал себя не очень, однако фола или какого-либо другого выхода из фазы не произошло. Мне кажется, что вся причина в неутихающей боли.

Меня охватило кратковременное чувство страха. Однако решил воспользоваться моментом и закрыл глаза, представив желаемое место. При этом начал дуть легкий ветер в лицо, и я стал различать отдельные запахи. Открыв глаза, я увидел Венецию! Я находился на небольшом мостике. Яркость окружающего пространства меня потрясла. Я различал отдельные звуки, видел лица, маски. Сердце билось с огромной силой, даже не знаю от чего больше, от шока или от счастья. В первой же фазе мне удалось прочитать текст, а вернее не текст, а музыкальные ноты, скрипичную сонату в соль миноре. Фол наступил тогда, когда головная боль стала едва заметной.

AGR

Я проснулся в 6 часов утра, так как меня разбудил сожитель, который собирался на работу. Когда он ушел, я заснул. Через несколько минут я проснулся снова, не открывая глаз. И вдруг почувствовал, что мое тело начинает скатываться со 2-го этажа кровати, на которой я спал. Я очень удивился, когда оказался на полу, но глаза не открывал. Далее тело начало двигаться в сторону затылка. И меня, как поезд, начало уносить куда-то вдаль. Я ждал, когда же это закончится, но глаза все же не открывал. Мне было даже интересно, как это будет, когда зрение появится. И тут раздался звук горна, и я оказался стоящим с открытыми глазами в каком-то замке. Слова не могут описать того качества картинки, которую я видел. Я подходил и рассматривал стены, а они искрились у меня в глазах. Я прошел дальше и свернул за поворот. Зашел в какую-то каморку и попытался взлететь. Мне это легко удалось. После этого все пропало на некоторое время, и я оказался в красивом саду, где было множество деревьев с огромными листьями. Я осознавал себя, но видимо не полностью, так как когда кто-то за мной погнался, я начал убегать. После этого я оказался в своей кровати полностью пробужденный.

Sergey…almaty

Получилось выйти в астрал. Захотел посмотреть на себя. Подошел к постели и увидел себя спящим в таком же положении, как засыпал. Прикоснуться к себе побоялся, подумал, вдруг это спровоцирует пробуждение, и все пропадет. Походил по комнате. Вернее, парил, так как шагов не было слышно. Попробовал посмотреть на руку. Я ее увидел, но увидел такой, как мы ее обычно видим отраженной или в стекле или в глади воды – полупрозрачной. Ног не наблюдал, вместо них туманная субстанция, которая меня носила. Подошел к окну. Странно, но плотно закрытую штору я отодвинул, а вот когда попробовал просунуть руку через стекло,

она очень даже просто прошла, как будто там не было никакого препятствия. То есть, я мог тактильно ощущать предметы и также мог проходить сквозь них.

Захотелось побывать в квартире снизу. Одним усилием я вылетел в окно и залетел на этаж ниже. Увидел своих соседей, мужа и жену, которые спали в постели. Погулял у них в квартире. Я старался запомнить расположение мебели и деталей, чтобы потом проверить, сходится ли реальность с моим астральным наблюдением. Мне стало скучно, и тут какая-то сила потянула меня в неизвестном направлении. Я летел по коридору и оказался в огромном зале. Он был весь освещенный, белый, чистый.

Я сидел в углу на приличном диване, а передо мной сбоку сидела очень симпатичная девушка. Она притягивала своей красотой и располагала к себе. Длинные черные волосы, симметричное приятное лицо, вроде азиатка. Она держала в руке открытую папку и ручку. Девушка указала рукой в сторону и сказала, что я должен идти в том направлении. К сожалению, туда я не дошел, потому что очнулся у себя в постели. Открыл глаза и был в восторге! Но не тут-то было… Я был еще в астрале. Это я понял, потому что посмотрел на свою руку. Она была прозрачная.

Тут я увидел, как в комнату, по направлению ко мне, приближается чья-то фигура, она была огромная, метра 2 в высоту. По силуэту это был мужчина. Лица его не было видно. Он был одет во что-то, напоминающее устаревший смокинг. Почему-то я очень испугался и проснулся.

Мориарти

Ложась спать, я случайно положил на стол шарики, которые крутят в ладони, и они звенят. Ночью один шар со звоном покатился по столу и упал. Я проснулся и в голове четко услышал слова: «Пора, начинай…» Я встал, положил шар на место и лег. Засыпаю и чувствую запах грибов. Не понимаю, откуда у меня в квартире грибы, решаю посмотреть. Приподнимаюсь на руках, открываю глаза, но вместо квартиры вижу хвойный лес, чувствую запах сосны и грибов, ветер шумит. Все четко, реально, полное осознание. Сразу вернулся в тело.

Starshina-CH

Как-то раз я просто лег спать, но очень быстро проснулся, не двигался, не открывал глаза и понял, что происходит что-то не так. Я чувствовал веки закрытыми, но видел угол потолка своей комнаты. Сразу вспомнил про панорамное зрение и фантомное раскачивание. Когда раскачивал рукой, по мере увеличения амплитуды начали появляться звуки, похожие на звон или писк. Не теряя времени, попробовал разделиться. Подобных ощущений я в жизни не испытывал.

После техник углубления, я отправился из квартиры на улицу. Из всего окружения мне была знакома только планировка квартиры. Так как конкретной цели не было, то я попробовал просто пробыть в этом состоянии как можно дольше. Ходил по незнакомым улочкам, заходил в подъезды домов. Как только я начинал расслабляться, и внимание мое рассеивалось, сразу начинал смотреть на руки вблизи, и тут же пространство начинало стабилизироваться. Но в какой-то момент я просто потерял бдительность и проснулся.

Igor.L

Проснувшись, понял, что нахожусь в фазе. Встал. При попытке пройти в комнату, завис в воздухе и не мог идти ногами. Просочившись через стену, я поднялся на 3 метра и полетел в лес. Меня окружали огромные деревья, я слышал пение птиц. Присмотревшись к папоротнику, увидел, как пульсирует сок в листьях. Вот тут я вернулся в реальность. Целый день после я ощущал энергетический подъем.

Pashah

Когда я проснулся, меня как будто закрутило вокруг оси и выдернуло из тела. Тут меня словно кто-то стал быстро тащить вниз головой между каких-то ног, которые мелькали слева и справа. Чувство страха я при этом не испытывал. Потом я оказался в каком-то закрытом многоуровневом зале с прозрачными стенами, где было много радостных детей.

Это было точно не на Земле. Дети сидели за столами на высоких сиденьях и что-то обсуждали. За окнами на расстоянии виднелась темная скала, над которой светили звезды. Внизу было озеро розовой жидкости, которая стекала со скалы. В центре него, на пьедестале возвышался большой шар. Я встал туда рядом с высокой приятной девушкой. Создалось впечатление, что тянула меня именно она. Девушка сказала: «Привет! И что мне с тобой теперь делать, я же тоже временно здесь?» Я поинтересовался: «Вы тоже сюда, так же как и я?» – и услышал положительный ответ.

Из стены торчали металлические палочки с шарами на конце. Я взял одну – она легко вынулась. Но тут я вернулся в реальность. Дыхание было в норме, страх отсутствовал. Происходящее было реальным.

Sanyok2006

Проснувшись, решил попробовать фантомное раскачивание рук. Далее перед глазами возник очень размытый образ дерева. Через какое-то мгновение меня выбросило вперед, в картинку. Моментально дерево приобрело четкость, как в реальности. Одновременно с этой четкостью расширились границы, и я увидел весь остальной пейзаж. Испытывал я нечто среднее между эйфорией и ужасом, оттого, что случилось нечто, не вписывающееся в повседневную жизнь. Несколько секунд смотрел просто на дерево. Попытался протянуть руку и дотронуться до него, но из-за нахлынувших эмоций я проснулся.

Zavarnoy

Лег спать, видел сны и на одном из пробуждений, когда сознание вернулось, я вспомнил про свое намерение попасть в фазу и начал делать какую-то технику. Почувствовал вибрации, усилил их мысленно и понял, что не чувствую реального тела, которое на диване. Полная свобода и полная темнота, но я попал в это состояние при осознанности, что являлось самым главным для меня. Я начал все ощупывать, и вскоре увидел свою комнату очень ярко, как в реальности. Кроме зрения, у меня были кинестетические ощущения: я чувствовал шероховатость одеяла, гладкость стола. Далее я выпрыгнул через закрытое окно и оказался на улице. Огляделся, все вокруг было очень красивым. Далее потрогал кирпичную стену дома, чтобы убедиться еще раз в том, что чувство осязания есть.

Мой план действий состоял всего лишь из одного пункта, но я его четко помнил: мне нужно было найти одного человека, которого сейчас уже нет в живых, и задать ему вопрос! Я планировал зайти в дверь и выйти из маленькой хижины, которая должна была находиться на огромном зеленом поле под открытым небом, а в нескольких метрах от хижины спиной ко мне должен был стоять человек, к которому я планировал обратиться за советом. Первой дверью, которая оказалась ближе всего ко мне после того, как выпрыгнул из окна, оказалась дверь в подъезд моего дома. Я ее открыл, но за ней не было зеленого поля и человека, которого искал. Вместо этого я попал на какой-то склад. На складе были коридоры и много всяких коробок. Там было темновато и сыро. Я зашел в какую-то комнату, похожую на лабораторию, но там не было ничего интересного, и я через окно вышел на улицу.

После того как вышел из этой лаборатории, оказался около соседнего дома и пошел дальше изучать пространство фазы. В переулке встретил нескольких человек, которые не показались мне дружелюбными, и по тому, как они двигались ко мне, было ясно, что нужно делать ноги. В этот момент попробовал взлететь и поднялся на уровень 2-го этажа, влетел в окно, в чью-то комнату. Там был сундук с деньгами, и я их начал рассматривать, ощупывать.

В этот момент еще раз поймал себя на мысли, что все очень реалистично, как в настоящей жизни! Но я прекрасно знал, что нельзя долго смотреть в одну точку, и нужно проявлять очень много активности, чтобы получить много ощущений, которые и обеспечивают стабильность мира фазы. Поэтому вышел через дверь, спустился по лестнице на 1-й этаж и вышел из подъезда на улицу.

Самым интересным было то, что, когда залетел в квартиру, чтобы спрятаться от недоброжелателей, на улице был день, а когда вышел из дома, была уже ночь! Причем было очень много звезд на небе и большая луна. Решил полететь к луне. Начал лететь, и появилось такое ощущение, что луна сама приближается. Она была такая огромная и так близко ко мне, что, казалось, я смогу прикоснуться к ней рукой. Все это было так правдоподобно, что мне стало страшно, ведь я лечу в воздухе, а ко мне еще и луна приближается. Я плавно приземлился на асфальт и начал забываться, все стало расплываться, и я оказался дома на диване.

Контакты с живыми объектами

Артур

Я провел ночь в офисе и, проснувшись, смотрел на потолок, планировал наступивший день, как вдруг мне послышались шаги в коридоре. Я испугался, ведь был уверен на 200 %, что НИКТО не может зайти. Бронированная дверь закрыта изнутри, ключ повернут вбок, а железный засов и стальные решетки на окнах добавляли уверенности. Меня парализовало от страха, я лежал и ждал, что же произойдет дальше.

Медленно открылась дверь, и в комнату вошло существо. Ростом оно было около 2 метров, с кожей болотного цвета, и тонкой огромной головой. Глаза маленькие, глубоко посажены внутрь головы, ушей нет, а тонкий нос тянулся через все лицо до маленького рта. ОНО подошло ко мне, перешагнув через меня одной ногой, село на корточки, наклонилось над моим лицом и стало издавать звуки, похожие на щелканье языком. Щелчки были громкими и частыми. Я испытал дикий ужас, не сравнимый ни с чем в моей жизни. После чего собрался с силами и выкинул руку ему в лицо, пытаясь пальцем попасть в глаз. Но палец прошел сквозь его голову. В долю секунды все исчезло, освещение в комнате слегка поменялось. И я проснулся на самом деле.

Olezhka

В утренней дремоте начал вызывать фантомные раскачивания. Через несколько секунд меня выкинуло в фазу. Были вибрации, сильный гул в ушах. Я не мог и подумать, что такое возможно.

Стало темно, я не мог ничего разглядеть. Ощущение, что я вне тела, просто незабываемо. Я чувствовал прикосновения, как в реальности. Поднес к лицу руки и стал их рассматривать, начало появляться изображение. Я был в своей квартире и, выйдя на кухню, подошел к балкону. В голове возникла мысль спрыгнуть с него, но не стал рисковать. На кухне стоял

холодильник, хотя он должен находиться в прихожей. Когда-то он был на кухне, но это я понял позже. Тогда я обратил внимание на то, что на холодильнике стоят какие-то фигурки, а в реальности их нет. Поэтому я решил, что точно нахожусь в фазе. Взлететь не получилось, получалось лишь чуть застыть в воздухе на короткий период времени. Переместиться тоже не удалось. Я стал смотреть на свой палец, в надежде, что он увеличится. Он покраснел и увеличился.

Я пошел в зал, на диване лежала моя двоюродная сестра Таня. Мы о чем-то поговорили. Потом я увидел, как с балкона идет незнакомая мне симпатичная девушка. Я подошел к ней, что-то сказал и проснулся. После я долго не мог прийти в себя, настолько это меня взволновало.

Xaam

Я проснулся от сильнейшей вибрации в голове. Попытался распространить вибрации на все тело, все увеличивая и увеличивая амплитуду. По телу стала пробегать волна вибраций, одна за другой. После этого я решил попробовать вытащить фантомные руки. Спустя некоторое время, руки отделились от физического тела и взмыли вверх, я очень явно почувствовал это. Затем, расслабившись еще больше, я взлетел вверх целиком. Зрение присутствовало, но было одно неудобство – я не мог пошевелить головой. В таком положении я решил полететь к подруге и пролетел сквозь окно на улицу.

Тут вспомнил, что не углубился, и решил посмотреть на руки. Они показались мне расплывчатыми, и как я ни всматривался, не мог подробно их разглядеть. Пролетев по улице, я встретил какое-то огромное чудище. Вокруг него кружили существа, похожие на рыб. Меня притягивало к нему, и я очень сильно испугался, хотя понимал, что бояться нечего. Но все же я не смог побороть свой страх, и меня отбросило в тело, я проснулся.

MirMas

Была в депрессии. Жизнь была не интересна. И вот однажды под утро, когда еле засверкал рассвет, слышу два голоса мужских, говорят, что мне пора. Говорили много, но я не помню, что именно. Помню смысл только: пора уходить из жизни. А я как бы еще не готова, вроде бы еще не собиралась, и говорю им об этом. Они настаивают. Тут вижу, на диване мое тело лежит, а я рядом вишу в виде шарика, и ощущения шарика. И эти двое видятся мне не четко, а в виде дымки, имеющей очертания колеблющегося тела. Не убедив их в том, что мне рано, я соглашаюсь, и у меня наступает внутри такое блаженство, покой, освобождение…

Я медленно поплыла за ними в открытую балконную дверь. Медленно плывем над улицей. Эти двое все переговариваются между собой. И вдруг они решают меня оставить. Я опускаюсь на землю в ночной рубашке, босиком иду домой, в восторге от случившегося. Думаю быстрее рассказать подруге. Так дошла до подъезда, а потом сразу в теле оказалась.

Лена2507

Отделилась без трудностей. Встала, но запуталась в одеяле. Зрение отличное, ощущения реалистичные. Ощупала себя, предметы. Тела на кровати не было. Мама спала на диване. Подошла к ней, потрогала. Она не отреагировала.

Вспомнила о задании найти человека. Стала звать, но не помогло, пробовала найти его за дверью, но безрезультатно, закрытие и открытие глаз тоже не помогло. Пошла на кухню. Вылетела через открытое окно на улицу. Опустилась на землю и снова позвала человека. На этот раз он вышел. Его лицо было искажено ужасной гримасой. Он не хотел разговаривать. После этого случился фол.

Pavelgant

Уснул днем на веранде, осознавая, что сплю и не могу пошевелиться. Пытаясь двигаться, раскачался и выкатился на пол. Стал ползать по полу, ощущая руками палас с его ворсом.

Все было настолько реалистично, что не было ни тени сомнений в том, что я в фазе. Из дома вышла моя мама, с двумя младенцами на руках, и отдала их мне со словами: «На, возись». Тут я резко вернулся в предыдущее состояние сродни каталепсии, но детишки при этом остались. Они оба ползали по мне, говорили на ухо разные слова. Я испугался. Напрягся, дернул ногой и проснулся в холодном поту и с бешеным сердцебиением. Забавно, что через год родились мои племянники от старшего брата – два близнеца Дмитрий и Данила.

Alia

Проснулась утром у себя в комнате. В почти полностью реалистичной обстановке. Оставленные вечером в определенном месте вещи, звуки с улицы через открытое окно и всевозможные мелкие детали. Ничего необычного не происходило: ни вибраций, ни звуков, ничего. Заметила телевизор со снежащим экраном и одновременно осознала, что это сон, так как у меня в комнате телевизора нет.

Скорее всего, как сейчас понимаю, были остаточные явления сонного паралича, потому что состояние было слегка заторможенным, не могла быстро встать и, наверное, из-за этого присутствовал страх. Возникло ощущение чего-то приближающегося и, вместе с ним, чувство нарастающего беспокойства. В комнату вошло существо с неправильными пропорциями, белого цвета и покрытое чем-то на вид вроде инея. Помню, отчаянно пыталась подогнать в уме это существо под какое-то определение, но не получалось. Потом существо подошло ко мне и коснулось плеча. Его прикосновение оказалось не холодным, а мягким и синтетическим на ощупь. Оно рывком посадило меня на диване так, что я ударилась затылком о стену, и сказало: «А теперь слушай». От неконтролируемого ужаса в голове было только желание проснуться и не слышать, что он скажет.

Получилось. Проснулась, прилипнув в холодном поту к простыням. С ощущением пережитого страха и полной памятью о событиях сна. Не было ни тени сомнения, что все произошедшее было реальным. Посмотрела на часы, было очень рано, но решила больше не спать, а на радостях, что все закончилось, выпить чаю. Однако путь к двери преградил снежащий телевизор, с чем снова пришло осознание, что я все еще сплю. На сей раз, чувствовалось, что в соседней комнате кто-то есть, и этот кто-то ждет.

Страха уже не было, скорее какая-то усталость и желание со всем этим разобраться, и интересно уже стало, конечно. В соседней комнате, тоже в реальной до мелочей обстановке, облокотившись на одну из подушек, сидело на диване такое же существо, только уже угольно-серого цвета и без «инея». Но поговорить с ним, как хотелось, не удалось, так как оно сразу взяло лежащий рядом пистолет и застрелило меня. Вот тут я и проснулась по-настоящему. Пнула ногой стену, чуть не свалилась с дивана и обрадовалась привычным болевым ощущениям. Это был единственный раз, когда потом неоднократно в течение утра проверяла «реальность на реальность».

Васильев Роман

Проснувшись, почувствовал, что в комнате есть еще кто-то. Мне стало страшно. Буквально через несколько секунд я услышал голос, повелевающий: «Вставай и иди! Ты свободен!» Этот голос был не похож ни на мужской, ни на женский. Я встал с кровати все в том же страхе. Комната была пуста. Все тело гудело. Я спросил: «Кто ты?» И все тот же голос ответил мне: «Не бойся, меня зовут Посланник. Я не причиню тебе вреда. Подойди поближе, потрогай стены. Чувствуешь их?» После его слов страх немного отступил, но тело продолжало гудеть. Я потрогал руками ближайшую стену. Она была холодной. В этот момент стены и потолок стали излучать мягкий, голубоватый свет. В углу я увидел дверь, а перед ней размытое пятно. Это и было то самое существо, которое со мной разговаривало. Я спросил у него, где я нахожусь. На что голос отвечал, что я в другом мире. Голос убеждал, что я не умер. Я, в страхе, подошел к

двери и потянул к ней руки. Вдруг дверь засветилась ярким светом. Я почувствовал, как меня тянет в этот свет. Потом проснулся.

Tchetser

Утром попробовал делать техники на фоне пробуждения, но ничего не получалось, и я решил просто спать дальше. Через некоторое время почувствовал, что поднимаюсь над кроватью. Все произошло само собой, я не прилагал никаких усилий. Ощущения были невероятные. В сознании вертелась мысль: «Неужели это происходит?» Через пару секунд я уже стоял в своей комнате и смотрел на свою пустую кровать. Здесь мне почему-то показалось, что я просто встал физически. Вероятно потому, что я не каждый день взлетаю с кровати. После этого меня утянуло в сон, в котором от обстановки осталась лишь моя кровать, которая теперь стояла посреди двора. Сон я полностью пересказывать не буду, но в конце ко мне пришло осознание. Я лез на высокую башню, цепляясь за уступы, и вдруг меня одолел страх. Я стал бояться, что упаду и разобьюсь, хотя и понимал, что нахожусь во сне, но видимо уровень осознанности все-таки был очень низкий.

В итоге я спрыгнул с башни и, хоть и висел довольно высоко, приземлился очень мягко. Но сюжет сна меня не отпустил, я все равно хотел залезть на эту башню. И я полетел. На вершине башни сидела моя мама, которая начала говорить мне всякую ерунду. Мне захотелось сказать ей, что я сплю и все вокруг – сон. Эта мысль меня и выбросила. Я очнулся в своей кровати и не мог поверить в то, что это случилось.

Torri8300

Это произошло после потери близкого друга, до сих пор не могу с этим смириться. Как-то ночью я открыла глаза и увидела его, сидящим напротив. Ничуть не испугавшись, я подозвала его к себе. Мы поговорили, потом закашляла моя дочь, и я вернулась в тело.

В тот же вечер у меня получилось попасть в фазу благодаря технике прислушивания. В голове так сильно гудело, что я сразу все поняла, и в ту же секунду меня выкинуло на пол. Я стояла на четвереньках и не могла поверить, что все получилось. Потом захотела проверить, точно ли я в фазе, и решила сделать то, что в обычной жизни невозможно – полететь. В ту же секунду меня перевернуло, и я полетела вверх животом на кухню. Тогда я точно убедилась, что все получилось, решила не терять ни минуты и начала звать друга по имени. Открылась входная дверь, и он зашел в дом. Снова шок! Я бросилась ему на шею, начала рыдать и все пропало. Я оказалась в кровати.

Psybobah

Ночью мне приснилось, как я двигаю предметы. Затем я переместился в тело, после чего разделился. Ощущение длилось около 10 секунд, я видел все в цвете, но смутно. Я стоял в знакомом мне месте на улице. Что-то меня обвивало за левую руку. Это была повязка. В реальности у меня действительно была бинтовая повязка в этом же месте. Попробовал размотать ее на руке, но она не распутывалась. Бросив это занятие, решил пойти вперед. Прошел по улице до перекрестка. Приблизившись к проезжей части, на меня кто-то наскочил сбоку, схватил и начал валить на землю. Тут меня выкинуло.

Cavalera

Использовал технику «выкатывания», начал крутиться вокруг своей оси. Скатившись, почувствовал пол, начал все ощупывать, но вдруг понял, что абсолютно ничего не вижу, как будто с закрытыми глазами до сих пор. Встал и начал тереть руки друг о друга и в тот же момент моргать, начал видеть. Оказался у себя в комнате, она была полупустой, много вещей отсутствовало. На рабочем столе не было компьютера, и я, наконец, убедился, что я в фазе. Дальше

попытался представить человека за дверью, но, открыв ее, никого не обнаружил. Вышел из комнаты, пошел к соседке. Постучал в дверь, отрыла моя мама. Она выглядела лет на 15 моложе. Вхожу в комнату и вижу соседку, пытался поговорить с ней, но она была не разговорчива. Потом в руке оказался телефон, хотя больше похоже на пейджер. На дисплее было написано «время вышло», в итоге фаза закончилась.

Serjik

Я представил, как вращаюсь, и в какой-то момент понял, что выкатился, но так как это произошло со мной в первый раз, мне показалась это как-то неубедительно. Я мгновенно вернулся в тело и выкатился еще раз, затем повторил эту процедуру раз 5. Затем встал. Все в комнате было как в тумане. Передо мной возник силуэт мальчика. Он был агрессивно настроен в отношении меня. Я почему-то протянул ему руку и мысленно предложил не ссориться, на что он охотно согласился, пожав ее. Я обошел его и пошел к окну, решив слетать до ближайшего дома. Подойдя к окну, я не увидел в нем ничего, кроме звездного неба, причем оно было и вверху, и внизу. В этот момент я почувствовал, что гасну, и очнулся в кровати.

Евгений72

Я почувствовал, что уже нахожусь в фазе, поэтому могу разделиться и выходить. Дернулся вбок, и бóльшая часть тела оказалась на полу, а ноги словно в чем-то увязли. Притянул их и начал приглядываться к ковру, поймал узоры и встал. Потом пошел в ванную смотреть в зеркало. Был на огромном эмоциональном подъеме. В ванной все было по-другому, но я там не задержался, а пошел на балкон. Там схватил бутылку растительного масла, начал читать на ней надписи. Они были четкими, но не запомнились. Поставил бутылку и отправился в комнату, и там увидел собаку. Потрогал ее. На ощупь она была как в реальности. Заметил сестру, лежащую на диване. Она начала мне говорить какую-то чушь, что я должен оторвать на цветке ростки, чтобы он рос вширь. Видимо, на диалоге с ней я и начал терять контроль, поскольку начал ростки обрывать. Затем я очнулся в кровати.

Туня

Проснулась без движения, начала фантомно раскачивать правую руку. Затем поднялась сквозь сильную усталость, села на кровати. В комнате был полумрак, а на левый глаз как будто упала прядь волос, но я поняла, что просто со зрением неполадки. Обернулась, посмотрела на себя спящую – лежу, сплю спиной сама к себе, в одеяло завернутая. Тут вспомнила про углубление. Пришлось встать на колени, так как под руками ощупывать было нечего, а про собственное тело я как-то не подумала. Из комнаты по коридору ползла на коленях в соседнюю комнату, в которой меня встретил муж. В реальности он спал, но в фазе сидел на кровати и начал мне что-то говорить.

Я ползу мимо, все вокруг ощупываю, осматриваю и думаю: «А что дальше-то делать?» Решила с покойной свекровью поговорить. Вышла на лестничную площадку, подошла к лифту, нажала на кнопку, в полной уверенности, что дверь откроется и там моя свекровь окажется. Но в первый раз ее там не оказалось. Я поняла, что произошла осечка, может быть, малая доля моего сомнения помешала ей там оказаться. Дверь лифта сразу закрылась, я начала бить по кнопке и пытаться крикнуть: «Мама! Мама!»

Второй раз двери открылись, а там – она, свекровь. Очень хорошо она выглядела. Я обняла ее, вошла к ней в лифт. Лифт тут же открылся, мы оказались в кафе. Вышли, начали искать столик, а я все ощупываю, разглядываю и говорю ей: «Мам, Вы на меня внимания не обращайте, это я чтобы с вами подольше побыть. Вы мне скажите, Вам хорошо?» Она ответила, что хорошо. Потом я еще что-то спрашивала, она мне отвечала, но мне стало казаться, что

это ответы «под мою диктовку», что я сама их выдумываю, а она просто как марионетка. Мне стало неинтересно, и я заснула, но тут же проснулась и некоторое время просто лежала без сна.

Miki

Разделилась. Почувствовала одеяло, тут же вцепилась в него, начала тереть. В голове билось: «Углубление! Углубление!» Увидела свою комнату, очень ярко освещенную электрическим светом. Я села на кровать. Тут входит пожилая актриса советского кино, не помню ее имени, и говорит торжественно: «Добро пожаловать в фазу!» – и начинает вещать дальше на эту тему. Я наивно прислушалась, вдруг скажет что-то полезное, и начала стремительно терять фокус. Все поплыло, начала смотреть на руки, тереть их. Резко пропало зрение. Дальше впала в панику и проснулась. Проснулась ложно, но поняла это только потом.

Froboz

Поставил будильник на 5:30, проснулся до него и начал практиковать. Понял, что ничего не получается, встал, попил воды, сделал нужды, лег спать опять. Помню сон, особенно последний фрагмент, в нем я понимаю, что уже проснулся и начал двигаться по горизонтали на кровати. Это ощущение очень быстро перешло в реальное, я даже не понимал, каким я телом двигаю, пока не началось ощущение плавности. Я начал разрывать амплитуду и в итоге оказался около своего дома на улице. От полного шока и радости, я начал действовать совершенно не по плану. Я стал осматривать интерьер, который меня окружал и задался вопросом, реально ли все это?

Увидев пожилую женщину, я подошел к ней. Эта женщина очень торопилась, и я решил ее не донимать. Увидел еще одну женщину, возраста лет 50. Я сразу же к ней обратился и спросил, который час, но получил ответ, который не смог разобрать. Я пошел с ней, пытаясь что-то спросить. В итоге понял, что следую уже сюжету, и, что если еще один шаг за ней сделаю, то просто уйду в сон. Вспоминаю про свой план действий, закрываю глаза и пытаюсь телепортироваться к зеркалу, которое у меня в подъезде весит. Но телепортация вернула меня в тело, я проснулся.

Yuriy-boris1961

Один раз, во время вибраций, попробовал выкатиться бревном, но, видимо, дернулся слишком сильно – перед глазами все вертелось и как бы смещалось. Верх, низ, право, лево – все смешалось. Потом я понял, что уже вышел и вращаюсь веретеном. Захотел глянуть на жену, и вращение сразу же прекратилось. Я увидел жену, лежащей в кровати, но почему-то на моем месте. Себя я не увидел. Жена лежала на кровати одна и смотрела на меня, зависшего у потолка. Я спросил: «Ты видишь меня?» Она, хоть и явно глядя на меня, ответила: «Нет, не вижу».

Palapowa

В одном из пробуждений пробовал разделиться. Получилось почти сразу. Были сомнения, и я решил посмотреть на часы в телефоне. Было 9:62. Меня не смутило количество минут, но я точно понял, что это фаза. Решил выйти из комнаты и слетать на пирамиды. Закрыл глаза, представил, что за дверью уже нужное место. Но по открытию была обычная комната моей квартиры. Не огорчился, пошел бродить по дому. Заглянул в одну комнату, там спал отец. Ничего необычного. Пошел далее, а в другой комнате сидели отец и мать. Ну, два отца сразу быть не может, значит точно фаза. Думаю, выйду на балкон и попробую взлететь через окно. Вышел, закрыл глаза и представил, что уже лечу, но безрезультатно. Надо сказать, что с этого момента реалистичность начала падать. Потом я пошел в комнату и говорил с родителями. Через некоторое время проснулся.

Takeneo

В первый раз меня похищали инопланетяне. Проснулся ночью от чувства, что меня кто-то держит руками за талию. Открыл глаза – стоят два существа, их тела светятся белым светом, и лишь глаза темные. Возникло любопытство, спросил: «Вы кто?» – и, похоже, сразу отключился.

Igor.73

Лег спать, с намерением утром выйти из тела. Утром много раз просыпался, засыпал, но ничего не получалось. В одно из просыпаний я почувствовал некоторое онемение в правой ноге, и попробовал ее раскачать. Только начал шевелить ногой, понял, что это фантомная нога. Я сразу же попробовал встать. Было немного трудно, но у меня получилось сесть, а затем встать на пол. Я понял, что нахожусь в фазе. Присел и начал ощупывать пол вокруг себя. Постепенно проявилось зрение. Вначале все было мутным, а тут стала четкая картинка. Посмотрев на кровать, не увидел себя. На кровати сидела жена. Я подошел к ней и начал гладить ее по голове, по лицу. Ощущения происходящего были очень реалистичны, и в то же время, я понимал, что я в фазе.

Подумав о том, что бы еще сделать, подошел к стене и начал руками разгребать дыру к соседям. Выгреб дыру глубиной по локти, но так и не добрался. Потом просто уперся руками и вывалил кусок стены: там был двор. Пошел в другую комнату и вылетел через окно. Стекло просто осыпалось, и я оказался на улице. Посмотрев на окно, увидел выглядывающую дочь. Подлетев, взял ее к себе на спину, чтобы покатать. Мы куда-то полетели. Внизу были деревья, луга, люди смотрели на нас. Потом дочь сказала, что хочет домой, и я повернул, чтобы лететь обратно. Тут все начало расплываться, и я оказался в кровати.

Ona_Samaja

У меня получилось выйти в фазу с помощью визуализации картинки. Увидев картинку, я сразу очутилась стоящей в центре комнаты. Шторы были закрыты, хотя в реальности нет. В углу стоял телевизор «Электрон», которые были в 90-е годы. Я увидела отражение своего лица в его кинескопе. Оно выглядело немного не так, как в реальности. Затем решила пойти рассмотреть своего мужа, но вместо него на кровати сидел мужчина лет 35 и на руках держал младенца. Он очень удивленно на меня посмотрел. Моего тела на постели не было. На этом мой первый выход закончился.

Vetalfrost

Проснувшись, разделился без каких-либо проблем. Оглядевшись, увидел свое тело с открытым ртом. Я пошел в соседнюю комнату. Свет из окна показался мне каким-то насыщенным. Окно было немного приоткрыто, и на меня с улицы глазели два существа.

Существа были маленькие, сантиметров 15–20, с большими головами. Одно из них пропихнуло голову в щель окна и, округлив глаза, издало звук. Я быстро стал приближаться к окну, при этом, крича на них, чтобы они убирались. Существа исчезли. Я смотрел на улицу. Все было, как обычно, кроме отсутствия людей. Затем все стало расплываться, и я, видимо, уснул.

Cimon

Утром проснулся, не открывая глаз. Но в этот раз я чувствовал, как будто бы мое тело стало легче. Я, не мешкая, начал разделяться, но меня постигла неудача. Ни секунды не дожидаясь, я начал перебирать техники. Поняв, что я готов выйти, я начал разделяться. При разделении, у меня начался сильный гул в ушах, появился страх. Вспомнив, что в таких ситуациях нужно расслабиться и с рывком попытаться выйти, я дернулся и разделился. Очнулся в зале

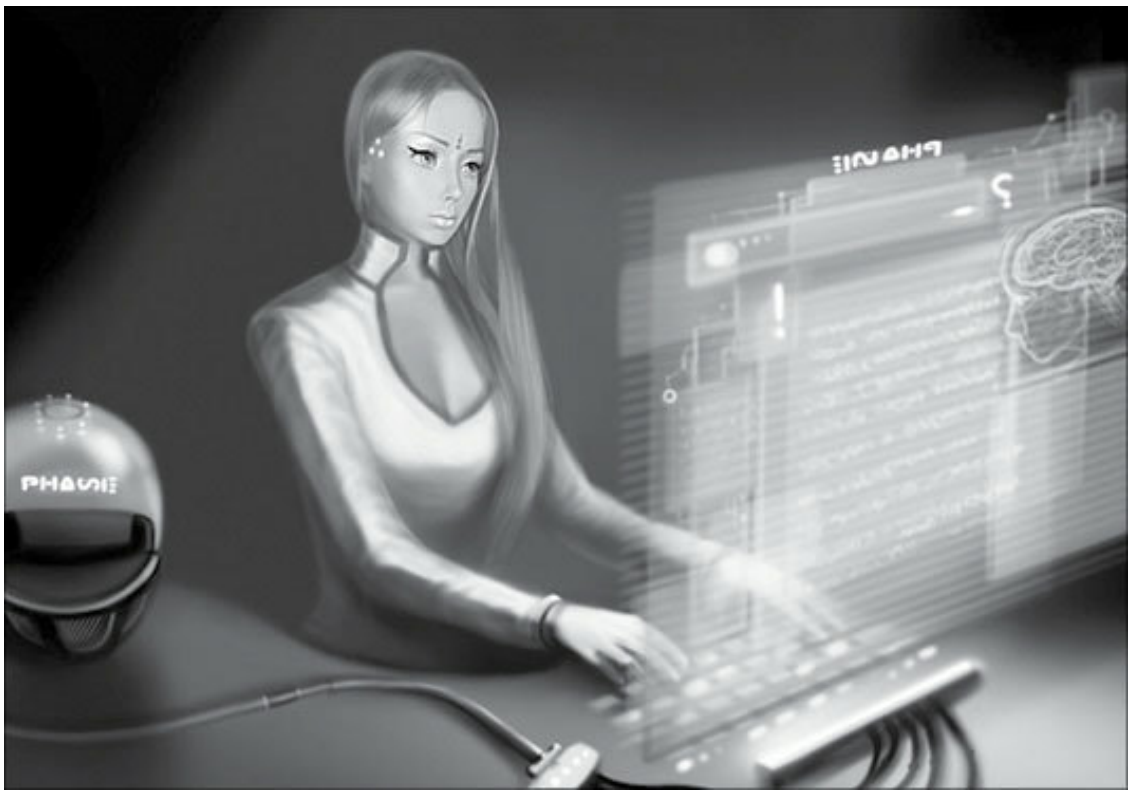
на диване. Захотел включить лампочку силой мысли. Не вышло. Встал. Посмотрел в окно: у всех домов напротив были разбиты стекла.

Выйдя на улицу, я был шокирован. На земле не было ни одной травинки. Светило солнце, небо было чистым. Выйдя на дорогу, я увидел, как ветер несет трех черных собак над землей. К этому пейзажу добавлялся комментатор. Он назвал занятие собак «dogball». Я не обращал на него никакого внимания. Мне хотелось летать. К моему сожалению, ничего не получилось, и я бросил все это. Продолжил идти по улице, навстречу мне бежали собаки. В момент, как они бросились на меня, я закричал и проснулся.

Page_of_cups

Проснулся от вибраций. Вылетел из тела и встал рядом. Пожелал перенестись в детские воспоминания и осуществил перенос напряжением мозга. Окружающее пространство комнаты, где я спал, расплылось и сформировалось новое. К сожалению, я не конкретизировал, что именно хочу получить, поэтому не имею ни малейшего понятия, что за воспоминания подкинуло мне подсознание. Я провел там некоторое время, осматривая здания снаружи и внутри, рассматривая людей. Они жили какой-то своей жизнью, что-то происходило – какой-то семейный сбор. Я даже понимал, что они говорят, но не запомнил. В какой-то момент я увлекся рассматриванием закоулка дома и не удержался в сознании. Все стало скатываться в сон. Последней вспышкой сознания было то, что люди-то говорят не по-русски.

Эксперименты с пространством



Андрей Будько

Ранним воскресным утром я проснулся отдохнувшим после долгого сна. Лежа в кровати, я вспомнил о внетелесных путешествиях, мысли о которых не покидали меня всю прошлую неделю. Момент был подходящий, свободного времени было много, и я решил, что стоит снова попробовать выйти из тела.

Находясь у края кровати, я пытался выкатиться из тела. Проведя ряд безуспешных попыток, почувствовал, что уже полностью проснулся, и в голову стали закрадываться мысли о целесообразности перенести эту практику на другое, более удачное время. Но вдруг после очередной попытки выкатывания я на миг провалился в бессознательное состояние, а уже в следующую секунду стоял посреди своей спальни…

Это был самый удивительный момент! Я находился в крайне изумленном состоянии, и в голове стоял лишь один вопрос: «Как это все произошло?» Осмотревшись по сторонам, я увидел свою спальню, залитую ярким утренним светом. Меня поразила необычайная яркость красок, наполнявших комнату. Каждый цвет обладал невиданной ранее глубиной, и, казалось, светился изнутри. «Вот, значит, он какой, мир тонких», – подумал я.

Для начала решил рассмотреть свое тело, отрешенно лежащее на кровати. Со смешанными чувствами разглядывал свое лицо, которое казалось совершенно не моим и производило странное впечатление. Сознание было абсолютно ясным, а четкость видения находящихся вокруг предметов поражала своей безупречностью. При желании можно было разглядеть даже самые тонкие царапинки на поверхности стола, стоящего в паре метров.

Исходя из того, что никаких конкретных задач на действия при выходе мною поставлено не было, я решил выйти из дома и полетать по городу. Переполненный эмоциями, я отправился в другую комнату и, пройдя по залу, остановился перед дверью, ведущей на балкон.

Медленно и осторожно проводя свое лицо сквозь стеклянную дверь, почувствовал мягкое сопротивление, похожее на погружение в плотную однородную субстанцию. Ранее мне никогда не приходилось испытывать ничего подобного. Пройдя сквозь дверь всем телом, я вышел на балкон, где передо мною стояла еще одна преграда в виде металлической решетки. Уже имея опыт прохождения через материю, я двинулся вперед своим торсом, сравнивая ощущения прохождения через металл с ощущением прохождения через стекло, как вдруг почувствовал легкое втягивающее ощущение, полностью захватывающее меня, и вновь провалился в уже знакомое секундное забвение. Мгновение спустя я снова лежал на кровати в своем родном и привычном теле.

Neo

Утром, при пробуждении, я услышал странный гул в ушах, и мое тело стало трясти от сильных вибраций. После разделения, я подлетел к зеркалу, в надежде увидеть себя. Но в отражении расплывались и таяли неизвестные полупрозрачные символы. Я развернулся и мгновенно оказался у закрытой двери гостиной. Просунув голову сквозь дверь, увидел пришедшего к нам гостя, я испугался. Испугался осознанию возможности проходить сквозь плотные предметы. Возможно, этот страх и вернул меня в тело. Моментально очнувшись, я все еще чувствовал гул в ушах. Он постепенно уменьшался.

Ama

Я воткнул в уши силиконовые беруши и заснул. Среди ночи я просыпаюсь от шума. Соседи за стеной разбили что-то. Ощущаю вибрации. Они прокатываются, словно электрические импульсы, пытаюсь их усилить. Втягиваю их в голову по методу Монро. Кажется, сейчас снова просто проснусь… Вгоняю в себя чувство ярости! Рвусь вперед! Такое впечатление, будто прорываюсь сквозь множество слоев папиросной бумаги. Хм… Я в полном сознании. Я парю возле шкафа. Ликую! Вот оно! Все вокруг пепельно-серого цвета. Полутьма… Кажется, что мое зрение слегка вибрирует, сразу чувствуется разница… Это не ОС… Это что-то более качественное, в плане осознания…

Мне захотелось узнать, сколько времени я могу быть в этом состоянии. Я взглянул влево и увидел двое часов. Одни электронные, на которых светились цифры 89:69. И циферблатные: на них оказалось 2 часовые и 2 минутные стрелки. Меня это позабавило. Но к реалу это не имеет никакого отношения.

Пошел на кухню. На радостях сделал сальто-мортале. Приземлился на колени. Все-таки я достаточно плотный. Захотелось пройти сквозь стену, ради эксперимента. Но заметил, что на столе лежит карандаш. Я взял его и начал медленно давить острием в ладонь. Прошел насквозь… Положил его на стол, немного заскучал и пошел обратно. Дверь в комнату матери была открыта, она смотрела телевизор. Когда я вошел в комнату, она заметила меня. Я попытался сказать ей, что я в астрале, но, кажется, у меня пропал голос. Он был каким-то сиплым. Я старался сказать, но вдруг почувствовал, что меня тянет назад.

IRBIS

Проснулся в 4 часа утра. Почувствовал, как тело бьет странная дрожь. Начал двигать плечами, будто выползал из своего тела. Раздался сухой треск и вибрации прекратились. Я понял, что разделился с телом. Первым делом положил руку на спинку дивана, она была очень холодной. Это настолько удивило меня, что, вернувшись, я первым делом проверил, такова ли она в реальности? Она была такой же холодной. Но сейчас о выходе.

Зрения не было, и я решил открыть глаза. Кажется, я лишь подумал о них, как тут же прозрел! Я поднял голову и посмотрел на стол. В реале на нем стоит обычный пузатый монитор, но я хотел увидеть там ЖК. Забавно, но на столе ничего не было, только бумажки наподобие

справок. Я взял одну и положил обратно. Поднялся и пошел по комнате, трогая и осматривая предметы вокруг. Было похоже, что я не шел, а парил над полом.

Осмотрев комнату, я вспомнил, что можно проходить сквозь стены. Подумав об этом, я провалился вниз в темноту. Поспешно поднял голову и увидел белые пятна вверху. Вслед за направлением взгляда, я медленно поднялся в комнату из темноты. Следующим шагом решил проверить возможности телепортации и посмотрел в противоположный угол комнаты. Через мгновение я стоял уже там! Это было потрясающе и несравнимо ни с чем! Жаль, это было моим последним приключением. Почти сразу меня вернуло в тело.

Gromnord

Первый раз, используя непрямую технику, вошел в фазовое состояние. Мне было тогда очень весело. Я все протыкал указательным пальцем. Затем, надев книгу на руку, по локоть, начал с ней бегать по фазе. Книга так и застряла на моей руке. Я побежал на кухню, пожевал яблоко, стал фотографироваться, стоя на голове. Когда стало засасывать в тело, схватил табуретку и вместе с ней вошел в трафарет. Я чувствовал ее в руках, вернувшись в тело в первые секунды.

Ldvroot

Проснулся до того, как прозвенел будильник, от шуршания собаки. Попробовал разделиться. Выйдя в фазу, сразу побежал в соседнюю комнату и начал экспериментировать. Я пытался просунуть руки сквозь стены, и это у меня получалось. Тут меня куда-то быстро понесло, и я пропал. Проснулся уже утром.

Searcher

Лежал в неясных поверхностных снах, в которые то проваливался, то выныривал всю ночь. Хотелось уснуть глубоким сном. Стал вглядываться во тьму перед глазами. Появился эффект «проваливания» и углубления. Далее появились вибрации и гул в ушах. Стараясь сохранять спокойствие, продолжал концентрироваться на темноте перед глазами. Вибрации усиливались. Я уже знал, к чему все это. Потом началось. Начал выплывать вверх. Я ничего не представлял и не пытался подняться. Тело стало вылетать само, я просто отрешенно наблюдал. Вначале поднялись ноги. Я немного испугался, думал, не смогу подняться головой. И все же успешно вылетел!

Увидел себя сверху, брата сбоку. Все вполне соответствовало реальности, хотя я не увлекался деталями, и не разглядывал комнату. Захотел рассмотреть себя. Начал опускаться усилием воли. Немного коряво, но получалось. Когда опустился, мое тело пропало. Ну, пропало, и ладно. Осмотрелся. Решил пойти включить компьютеры. Включил один. Он начал заводиться и гудеть, развернулся и включил второй. Тот тоже запустился. Я даже увидел, как монитор загорелся, и началась загрузка. Все было довольно реально. Потом решил вылететь и посмотреть, что находится за домом.

Зашел на лоджию и прыгнул, но не в окно, а в раму между окон. Вначале я уперся в раму. Но, то ли глаза закрыл, то ли просто стал мысленно убеждать себя, что могу проходить сквозь предметы, и прошел. Полетел по двору. Здорово было! Прислушался к ощущениям «тонкого тела» – было просто комфортно, не холодно и не жарко. В противоположном доме горели многие окна. Решил залететь в одно из них. В полете стал терять концентрацию, частично сознание стало возвращаться в тело. Понял, что если продолжать, могу перейти в сон. Поэтому проснулся и сразу записал.

Quantum

Первый раз вышел из тела спонтанно, когда про фазу и не слыхивал. Я просто после сна очнулся в своей комнате под потолком, а подо мною лежало мое тело на кровати. Сообразив, что я вышел в астрал, начал летать по комнате, ускоряя темп.

Вдоволь налетавшись, потыкал рукой сквозь стену. Я был, как будто сделан из тумана, и рука легко проходила через нее. Натешившись таким состоянием, я решил, что, пожалуй, хватит, и пора вернуться в тело, где моментально и оказался. Сейчас бы мне этот момент вернуть – сидел бы в фазе до «посинения»!

Xxxlio

Прежде чем выйти впервые, я ничего про это толком не знал. Только слышал краем уха что-то. Когда я оказался там, ситуация была стандартная. Я почему-то понял, что это, и вспомнил некоторые моменты. Походил по своему дому, встречал много разных людей, но все они меня не замечали. Дальше обстановка вокруг начала блекнуть, и я вернулся в тело. Я задал себе вопрос: «Как это все получилось?», и тут же я узнал много о техниках. Как будто кто-то управлял мной, и выходил моим телом, и рассказывал о техниках.

Когда я проснулся, я начал искать информацию. Я был шокирован тем, что она была в точности такая, что я видел в фазе. Не знаю, может я уже имел подсознательные знания, может что-то другое, но это факт.

Lanochka

После прохождения всяческих эзотерических курсов, однажды ночью я открыла глаза и увидела висящее в воздухе зеркало, а возле него, спиной ко мне, сидела женщина и расчесывалась. Потом женщина повернулась ко мне и, подмигнув, кивнула на стену, мол, «давай, прыгни». И я радостно вскочила с кровати и прыгнула прямо на противоположную стену. Мелькнула мысль, что стена твердая, и я отпружинила от стены обратно в кровать. Потом стала просовывать руку сквозь открытую дверь платяного шкафа. Был неописуемый кайф. И, видимо из-за него, я и очнулась в теле. Хотела снова просунуть руку сквозь дверь шкафа, но, увы. Этот опыт был просто фантастический, столько радостных эмоций, адреналина.

Perochyn

Первый раз вхождение в фазу получилось через непрямую технику, через плавающее состояние сознания. Без применения каких-либо техник разделения, меня сразу выбросило в комнату, в которой спал. В вертикальное положение, спиной к кровати. Вибраций и шумов не было. Сразу появилось зрение. Знаю, что просто повезло. По-видимому, сыграло роль сильное намерение и желание попасть в фазу. Сознание было четким и ясным. Моментально вспомнил, что надо углубляться и потер руки. Эффект оказался слабым. Закрыл глаза и «нырнул» в пол.

Вместо ощущения полета появился какой-то калейдоскоп из розовых лепестков перед глазами, и в то же мгновение меня выбросило во двор дома, где я провел детство. Я очень удивился, насколько с тех пор сильно все изменилось. Анализируя, сейчас понимаю, что не было конкретного плана действий. Я совершенно забыл про техники стабилизации фазы, поэтому острота восприятия колебалась. Очень много успел: ходил по воде, летал (правда, было больше похоже на очень высокие прыжки), ел яблоко, пробивал кулаком бетонную стену (даже чувствовал запах пыли). В тело вернуло спонтанно, неожиданно, когда я слишком увлекся сюжетом.

Privereda

Уснула с мощным намерением. Просыпаюсь и чувствую, что сразу же могу разделиться! Встаю с кровати, как и обычно, не понимая, то ли я в теле встаю, то ли без него. Зажала нос пальцами – дышу. Ура! Вышла из комнаты в коридор, огляделась, вроде все как обычно. За

окном сумерки, все на месте, муж спит там, где и был, ничего особенного. Реалистичность процентов на 80. Углубиться ощупыванием почему-то не получилось. Точка восприятия переместилась снова в физическое тело. Опять встала. Опять неясно, реально встаю или нет? В общем, за все 4 раза, что вставала из тела этой ночью, приходилось каждый раз проверять, зажав нос. До такой степени все было неотличимо от реального мира. А еще все время наблюдала свои полупрозрачные фантомные руки, даже мужа погладила ими. Было интересно, почувствует он или нет? Потом сказал, что ничего не чувствовал, хотя не спал.

При втором разделении, в квартире оказался зажженным свет в ванной, и по коридору гулял наш кот, который на самом деле в деревне живет, а мы в городе. Я его позвала, он сначала боялся, но потом подошел. Опять чувствую себя в теле. Снова встаю.

В третий раз я не упустила возможности полетать! Подошла к окну, начала просовывать руку сквозь стекло, а сама думаю, что если пройдет, то я вне тела, и тогда точно можно с окна прыгать. Ощущение приятное, рука прошла как будто в воду, а там и я вслед за ней. Стою на подоконнике, дух захватывает. Прыгнула и лечу. Потом стала падать. Но ничего, полет, ближе к земле, стал плавно замедляться. Опустившись, я даже асфальт потрогала. Ничем не отличался от реального, только камушки крупные. Взлетела, и сознание стало угасать. Опять в тело закинуло. В этот раз вышла и решила, что встречусь со своим страхом лицом к лицу! Стала звать монстров и демонов астрала, но никто не являлся. Задумалась, и на этом мое восприятие переместилось снова в тело. Я пыталась еще и в пятый раз выйти, но чувствую, что устала, и сил нет разделиться. На этом сдалась и решила поспать.

Sanekmihailow

Проснулся, встал, и в положении полусидя на кровати, попробовал проверить, в фазе ли я. Использовал самый простой способ, зажал нос и попробовал вдохнуть и выдохнуть. Я даже не поверил, что получилось, и пробовал еще раза 3, наверное, зажимая нос сильнее и сильнее. Невероятно, но когда я дышал с закрытым носом, было ощущение, что у меня возникла третья ноздря, прямо, где горбик носа. Попытался представить человека, которого хотел увидеть, открыв дверь. Но в данный момент у меня был выбор между двумя людьми, возможно, я запутался, и из-за этого не получилось никого.

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.