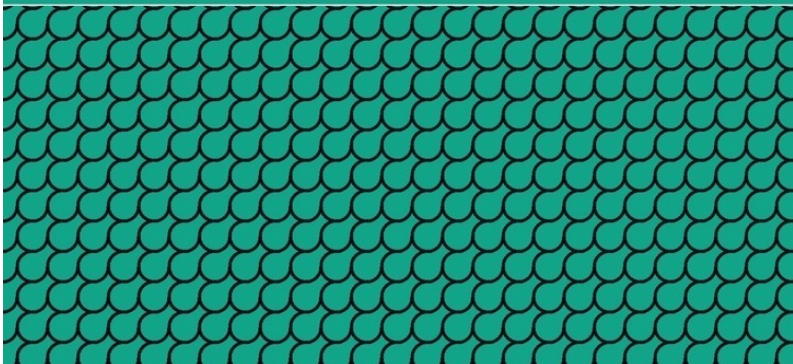


Гоша Юджиф

# *Делание осознанных сновидений*

Книга 3



# Гоша Юджиф

## Делание осознанных сновидений. Книга 3

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=28951221](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=28951221)  
ISBN 9785448332203*

### Аннотация

В книге представлены материалы, техники и методики достижения разнообразных состояний тела, ума и осознания, которые были разработаны с использованием метода делания. Все, о чем я здесь рассказываю, было пережито лично мной. Все результаты достигались при должном приложении усилий, негибком стремлении к их достижению и стратегическом подходе к разрешению сложных ситуаций. Достижение понимания является одним из аспектов делания.

# Содержание

Часть 1	5
Часть 2 Сновидение – инструмент развития сознания	14
Конец ознакомительного фрагмента.	22

# Делание осознанных сновидений Книга 3

Гоша Юджиф

*Стенограмма видеозаписи с практикума  
«Развитие Осознания. Осознанные Сновидения»  
Краснодар 7—9.02.2014*

© Гоша Юджиф, 2018

ISBN 978-5-4483-3220-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Часть 1

## Неорганические существа и Осознанное Сновидение

Я недавно посмотрел фильм. В принципе, я давно его смотрел, но вот на днях я совершенно случайно наткнулся на него снова. Называется «[Огонь в небе](#)» (Fire in the Sky, 1993, США, режиссер Роберт Либерман) – посмотрите обязательно. Фильм о том, как инопланетяне украли человека. Фильм снят на основе реальных событий. События происходят в 1975 году. Самое громкое дело о похищении. Похитили человека из бригады лесорубов. Все думали, что пропавшего убили товарищи по бригаде и придумали эту невероятную историю. Позже этот человек нашелся. В фильме он нашелся дней через пять, а в настоящей истории, по-моему, через три года.

Самое главное, что был показан момент похищения. И показан сюжет минут на двенадцать, что собственно происходило внутри летающей тарелки. У людей складывается впечатление, если слышат «летающая тарелка», то по аналогии с развитием нашей технической цивилизацией, это должно быть какое-то техническое устройство, предназначенное для перемещения, где нет лишних деталей, где все оптимизиро-

вано, где все выстроено в четкой математической последовательности, выраженной в форме. А в фильме этого нет.

Внутри корабля пещеры: где-то камень, где-то ржавый материал, где-то куски летают непонятные, внезапные туннели в стенах. Существа, которые там ходят, они в рост человека. Главный герой пробирается по нерациональным туннелям. Далее, интересен момент, как этот человек был в невесомости. Начинается сюжет, что он лежит в лежбище, облепленный слизью, и он открывает глаза – камеры в этот момент его показывают – и по ориентации изображения можно понять, где верх, а где низ. Потом герой начинает шевелиться, оказывается он в каком-то достаточно мягком пузыре, и он этот пузырь прорывает – меняется перспектива камеры – оказывается, что понятие «верх-низ» было иллюзорным. С новой перспективы верх-низ не соответствует тому, что было с начального кадра. И он, оказывается, не лежит на спине, а он расположен в пространстве полубоком, в положении, в котором лежать не естественно. Он, вроде бы поднимается с лежащего положения, а фактически он совершает невероятное движение и после того, как он поднимается, он выпадает из этой ячейки – начинает парить в этом пространстве – двигаться, как будто в невесомости. Он перемещается по якобы кораблю по лабиринтам. Существа, которые его заметили, схватили и потащили, он от них не убежал. Интересно, что существа были ориентированы в простран-

стве вертикально, они не парили в невесомости. У них был четко – верх, четко – низ. Они его взяли за ноги и поволокли по коридору. У существ понятие гравитации присутствует. А человек, они его за ноги тянут, и, казалось бы, гравитация должна влиять на него тоже, а он болтается в невесомости. И он смотрит, а там... Вот представьте себе корабль. Простой, морской, военный. И сразу возникает представление – везде чистота на полу, матросы все начищают. А в фильме вроде бы космический корабль. А в этих коридорах жуткие слои пыли, куча мусора разного. Там валяются кеды, очки, еще что-то, все захламлено.

Они (существа) тащат его по коридору. Он весь в невесомости. Вещи, которых он касается, начинают двигаться по непонятной траектории, которые не описываются законами физики. Они кладут его на стол, парализуют, не ясно, что с ним делают. И потом он оказывается без памяти об этих событиях в мире повседневной реальности. Сначала его нашли, а потом все, что я рассказал (эпизод) – он вспоминал.

Интересно по этому эпизоду мнение специалистов, именно сновидцев, потому что я, когда этот фильм увидел, был шокирован точностью передачи. Я так подозреваю, что в фильме консультантом был конкретно тот человек, который это пережил. Описал, и с его слов очень точно сняли. Все это напоминает сновиденный мир неорганических су-

ществ. Фактически, корабль – это был не корабль. Корабль – это был некий переход. Честно говоря, не понимаю, что существа могли там (в лесу) делать. То ли они его случайно поймали, то ли намеренно. У него, когда он попадает в этот переход, конкретно изменилось мировосприятие, и он начал воспринимать совершенно другие энергетические структуры. Они забрали его в свой мир целиком...

Да, еще, в какой-то момент он наткнулся на человека, который не вырвался из капсулы, лежал на половину, простите, разложившийся, но еще живой, в осознании. Вся его (главного героя) невесомость не из-за того, что он находился в невесомости, а они (существа) в каких-то специальных ботинках-скафандрах, а из-за того, что в этом режиме восприятие не стабильное, плавающее. И он не умеет фиксироваться на объектах тех наборов энергетических полей, которые там присутствовали.

Мир собирается, упрощенно говоря, из энергетических полей, и если человек не привык на чем-то концентрироваться, то для него этот объект будет расплываться. Вот, как во сне происходит. Вы засыпаете, и у вас начинается: то одно приснилось, то другое приснилось, объект из одного в другое перетекает, все меняется, у вас тут же мысли меняются, то вы одно думали, то следом что-то другое. То есть вот вам практически состояние невесомости.



Если кто захочет – посмотрите, как потрясающе передана именно сновиденная атмосфера.

И мой ролик заблокировали на ресурсе из-за того, что я использовал фрагмент этого фильма минут на пятнадцать, а это нарушает авторские права. В ролике я комментировал сцены с участием летающей тарелки, и так вышло, что вставить пришлось большой по времени кусок, и это оказалось не приемлемо. Видимо, если небольшие фрагменты по несколько секунд, то допускается, а если больше установленного лимита, то выходит уведомление, что авторские права принадлежат тем-то и тем-то, и его использование запрещено.

Ну, вообще, смотреть гораздо интересней, чем просто слушать пересказ, так что посмотрите обязательно. Интересный фильм – интересная развязка. Показаны практически все механизмы работы восприятия. В каком состоянии он вернулся. Он вернулся в жутком состоянии. С одной стороны он боялся всех, с другой стороны он помнил телефон, позвонил другу, чтобы тот приехал его и забрал.

Каким образом возвращается память? Она возвращается очень интересно. Если кто-то пытался вспоминать сновидения, то даже во сне понимаешь «о, как классно» – и, даже во сне думаешь: «надо вот встать и записать это» – встаешь, только глаза открываешь – ты помнишь, что хотел что-то за-

писать, но что — выпадает полностью совершенно. И потом ты тужишься — пыжишься, пытаешься с помощью трюков вспомнить, и в результате плюешь на все, уходишь куда-нибудь, работаешь, и в какой-то незначительный момент у тебя внезапно начинается разворачиваться целая картина того, что происходило.

Это объяснимая ситуация. Это объясняется тем, что наша память хранится в некотором пространстве или в некоторых эманациях, если говорить терминами Карлоса Кастанеды, в которых накапливается опыт в данный момент. То есть, грубо говоря, точка сборки присутствует в каком-то моменте, она собирает определенные эманации, какие-то полевые структуры — весь опыт оказывается в этих полевых структурах и дальше происходит сдвиг этой точки сборки. Каким-то образом она перемещается и собирает совершенно другой набор полей. И в этих полях мы уже не имеем опыта, который мы накопили в ином положении, в иной ситуации. Мы все сталкивались с таким явлением. Вспоминание происходит тогда, когда происходит интеграция полей, в которых опыт накоплен с теми полями, которые в данный момент находятся в области нашего восприятия.

Мы накапливаем опыт и во сне, и в повседневной реальности. Мы этот опыт не используем, потому что мы его попросту не помним. Потому что у нас в повседневности еже-

моментно меняется положение точки сборки, либо перцептивная сборка. Человек по своей природе нечто необъяснимое, текущее, постоянно изменяющееся. Нам только кажется, что мы зафиксированы. К примеру, человек стареет. Это что? А это постоянные изменения.

Поделюсь немного сновиденным опытом о сновиденных существах. Сновиденные существа, с которыми я сталкивался, они стареют, но у них старение происходит не так. Представьте себе самого старого человека, именно человека. И сразу всплывает образ: темная кожа, глубокие морщины, и возможно весь трясется. Ты смотришь на него и понимаешь, что этот человек совсем ослаб и вот с минуту на минуту он находится на грани смерти. А если сравнить со сновиденными существами у них гораздо интереснее. Они с возрастом становятся похожими на крокодилов: чем старше, тем более толстокожие, суровые, в них не чувствуется мандража, не чувствуется слабости. А чувствуется и суровость и мудрость. Старого встречаешь, а там, не старое слабое существо, а там существо невероятного сознания, которое себе вообразить трудно. Кстати, они очень снисходительны, смотрят на нас, как на младенцев и не реагируют совершенно никак, то есть полное игнорирование. Древние, могучие мастодонты, не желают тебе что-то рассказать, чем-то поделиться, как бы говоря: «Зачем ты мне нужен? Уйди отсюда. У меня свои дела».

Про интеграцию опыта. Получается, мы накапливаем опыт и никаким образом не используем вообще. И в сновидении, в том числе, мы про него забываем. Что касается сновидений, любой сон, любое сновидение при определенных условиях имеет свою ценность. В любом сновидении: и в неосознанном, и в не контролируемом, накапливается опыт. Потому что задействована наша психика, разворачивается какой-то сюжет, и в том пространстве, где происходит сновидение, генерируется, затрачивается, остается энергия. Одна из задач – это интеграция. Интеграция происходит посредством вспоминания. Другого способа интегрировать нет. В тот момент, когда мы вспоминаем, мы максимально приближаемся к ситуации, в которой происходило накопление опыта. К тому набору полей, в которых этот опыт накапливался. Понимаете о чем речь?

– То есть интеграция – это извлечение обратно своей энергии, возможно даже мудрости?

– Мы опыт накапливаем. Взаимодействуем с определенными полями. Потом они безвозвратно уходят. Все забыто и все потеряно. И мы, находясь в точке, условно говоря, в точке сегодняшнего дня, не имеем опыта – потеряли энергию. Каким образом можно вернуть энергию? Пойти и забрать чистую энергию не возможно, потому что энергия это нечто иное, что мы можем представить. Вернуть энергию значит интегрировать свой опыт в себя. И сделать его до-

ступным в любой момент времени. Таким образом, очевидно, что помнить нужно постоянно. И когда ты помнишь постоянно, у тебя сознание начинает переходить на новый уровень. Вот люди говорят о расширении сознания, а что конкретно это значит – никто не знает. Часто говорят «я медитую, я хорошо себя чувствую, я расширяюсь на всю вселенную». Я не считаю, что это является расширением сознания. Гораздо более очевидно, что интеграция полученного опыта в свое нынешнее состояние и есть расширение сознания. Ты можешь его использовать, можешь его не использовать, но он есть у тебя, как опыт, как инструмент. И ты о нем знаешь и принимаешь решения – основывать свои действия на этом опыте или не основывать.

## **Часть 2 Сновидение – инструмент развития сознания**

Этот практикум позиционируется, как сновиденный, но он не совсем сновиденный; я бы сказал, что это практикум по развитию сознания или осознания, а сновидение используется, как один из инструментов развития осознания.

Почему сновидение стало инструментом развития осознания. Некоторые племена австралийских аборигенов считают, что человек пришел из сновидения, и они из поколения в поколение передают в поэтической форме легенды о тех временах, когда твердого мира не было, а мир был только сновидением. Как мне кажется, у человека сновиденное, не жесткое, текучее, не фиксированное восприятие было изначально. В процессе эволюции человек уходил от не фиксированного восприятия в область восприятия жесткой фиксации. И в результате мы имеем жесткий мир, который мы называем физическим миром, в котором действуют физические законы, и мы начинаем уже делить: этот мир физический, и в нем одни правила, а потом мир астральный с другими правилами; мир ментальный с третьими правилами; отсюда у человека разные тела... И, в конце концов, приходим к миру сновидений, и там правила совершенно другие. А если обратится

к древнему представлению, оказывается, нет этого деления на мир повседневной реальности и мир сновидения. Все это единое пространство, в котором мы (человечество) решили занять определенное положение. Вот, как в комнате мы сейчас расселись и закрыли бы глаза, нельзя же утверждать, что вся единственная реальность только то, чего я касаюсь руками, остального не существует.

Предпосылок для возникновения техники по работе со сновидениями – их изначально не существовало. Это потом уже человек начал рассказывать о явлении, от которого он отвык, которое он забыл. А изначально это заложено в природу человека. Человеку не нужны техники, ему достаточно внутреннего усилия, чтобы мир стал не просто обыденным и знакомым, а расширился до невероятных безграничных просторов. Однако это мнение австралийских аборигенов.

У американских индейцев ситуация иная. Если вспомнить работы Карлоса Кастанеды дон Хуан рассказывал, что есть предположение, что люди также пришли из сновидения. То есть они путешествовали по сновиденным пространствам и по какой-то причине остановились в этом пространстве и придумали правило, сделав его жестко фиксированным. И потом начали думать, что все это – тоже настоящее.

Если посмотреть на аборигенов Австралии они рассказывают о сновидениях, но у них нет методов работы со сновидениями, нет методов работы с осознанием в сновидении. Вся европейская культура вообще ничего не знает. В христианстве, если ты не святой, то сны от лукавого, то есть все, что тебе снится – это жуткая бесовщина. В любой современной религии считается, что сон это не хорошо, это не от бога. Кроме тех случаев, когда ты святой. Святым снятся божественные откровения. В истории, и в библии описано, что средневековым и более современным святым снились сны. Снились так называемые вещие сны, в которых они входили в контакт с божественными сущностями.

Хочется сказать о буддизме. На сегодняшний день, и многим это известно, что у буддистов существует йога сна и сновидений. Об этом написана книга, смысл которой заключается в том, что человек практикуя осознанное засыпание, читает мантры и визуализирует цвет, концентрируясь на верхних чакрах. У тибетцев считается достижением не тогда, когда во сне появляется осознание, а когда во сне приходят божественные существа и делятся с тобой знаниями либо силой. В даосской йоге сна немного проще, так как она нацелена на выращивании золотого зерна и один из аспектов выращивания этого зерна, согласно даосской алхимии – это здоровое тело. И у них вся йога сна построена на том, как подготовить тело ко сну и каким образом спать, чтобы энерге-



тические потоки в теле текли определенным образом и, соответственно, тело здоровело и набиралось энергии во сне. То есть не совсем глубокие знания о сновидениях, как о каком-то пространстве, где может происходить серьезное взаимодействие.

Что касается тибетской йоги сна и сновидений – это даже не буддийская тема, а скорее шаманская, потому что на территории Тибета до прихода буддизма присутствовала традиция бон. Была битва с демонами и буддизм одержал верх над этими демонами. Бывшие шаманы стали принимать буддизм. И в традицию буддизма стали проникать элементы традиции Бон. Таким образом, в традицию буддизма попали маневры, приемы, описанные в бонской йоге сна и сновидений.

Если вспомнить шаманов Сибири, то малоизвестно, чтобы шаманы работали со сновидениями как таковыми. Но мы знаем, что шаманы часто прибегали к общению с духами. Общение с духами у них происходило в состоянии измененного состояния сознания посредством видений. В видениях могли прийти либо духи местности, либо предки, и носили чисто практический характер.

Как говорил один знакомый шаман: «я шаман, мне шаманские знания необходимы, потому что я живу в тайге и для меня это вопрос выживания. Для меня это не вопрос красиво помахать руками, или не вопрос исполнения моего жела-

ния». Без шаманских знаний он один в тайге, в дикой природе во времена лютого мороза, когда повсюду бродят медведи, россомахи, волки, лисы и все хотят чего-нибудь поесть, а самое простое – это съесть человека. Он использовал эти состояния для того, чтобы найти правильное место для охоты, выбора верного направления; где найти лучшее место для зимовки и так далее. То есть эти шаманские знания и шаманские навыки помогали ему интегрироваться в то пространство, в котором он собственно и присутствовал. И по его утверждению в городе этого совершенно не нужно. Ты вышел на улицу, сел в транспорт, приехал на работу, отработал 8 часов, встал, уехал, то есть не происходит – ничего. Нам нет необходимости в серьезных знаниях, которые дают глубокий и правильный эффект в повседневной реальности из-за которых стоит вопрос выживания, в этом случае шаманские знания начинают профанироваться. Вроде бы фундаментальные знания, но из-за того, что они не нужны в иной среде, они перестают быть существенными.

Древнегреческий философ Диоген. Все знают, что он жил в бочке, но мало кто знает, что у него было имущество. И в имуществе у него была набедренная повязка, фонарь, кружка, и так как он был гражданином Республики, по закону он владел собственным рабом – не очень бедный человек. Стало любопытно, если Диоген жил в бочке, будучи хозяином – рабовладельцем, то где же жил его раб и почему о нем

молчат? Почему я заговорил о Диогене, потому что одно из выражений Диогена, которое особенно актуально в современном мире. Диоген говорил, что восхищается людьми, которые владеют какой-то профессией, например медициной, которые лечат людей. Например, профессией, которая учит людей. Или теми, кто возделывают землю, или теми правителями, управленцами, то есть всеми, кто активно участвует в социальной деятельности. И он не очень хорошо относился к людям, которые занимаются предсказаниями, гаданиями, колдовством. Еще хуже он относился к тем, кто слушает этих гадалек, предсказателей, колдунов.

Так вот моя задача состоит в том, чтобы научить людей не колдовать, гадать, а использовать свое сознание, как инструмент, и использовать его не для исполнения желаний. А даже, если и ради исполнений желаний, то чтобы человек понимал, какими средствами все это выполняется. Что ни магия, ни сновидение не отменяет деятельности в повседневной реальности. То есть все, что происходит, оно происходит вот в этом пространстве.

Возвращаясь к сновиденному практикуму, если задуматься, действительно, если ты не специалист, как ты можешь свое положение оценить. В дневной сессии будет вопрос об экспертности, о том, как человек может сделать заключение о каком-то явлении. Потому что после предыдущих ро-

ликов меня обвиняли: «он идет по костям». Я думал-думал: как не идти по костям, если приходится смотреть фактам в лицо?! Ну, надо идти по костям. Так что зря они кости свои разбросали. Так что днем мы будем идти по костям, а сейчас поговорим о сновидении.

Получается, что сновидение или виденье, или видение – это нечто практичное, что люди используют с какими-то целями. Если взять американских индейцев, благодаря которым сновидение стало не только общение с духом, но и еще осознанным сновидением. Именно размышляя о них, я думал о предпосылках возникновения. Это не возникло, это сохранилось в той среде, в тех условиях. Американские индейцы, являясь шаманами, широко использовали общение с духами предков, с духами местности, обсуждали это на совете старейшин в племени. Каждый мальчик, достигая совершеннолетия, должен был уйти в аскезу и в ней дух показывал жизненный путь этого мальчика-мужчины. То есть для них видение не было чем-то отдельным. Это теперь мы смотрим сновидения время от времени. Они жили фактически в таком мире, где видение и сновидение были ценностью. Если какое-то состояние ценно, то для человека оно начинает усиливаться.

Допустим, если человек падкий на расстройство по пустякам, а то и вовсе без какой-то причины, и кажется, что осно-

ваний нет. Узнаваемо, да? Но у всего есть основание. Основание – это желание, идущее изнутри, находится в определенном состоянии. Все, что происходит с современным человеком – это плод его желания. Причем это плод его непреодолимого стремления к тому состоянию, в котором он находится. И каждым своим следующим шагом он закрепляет предыдущий шаг.

# 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.