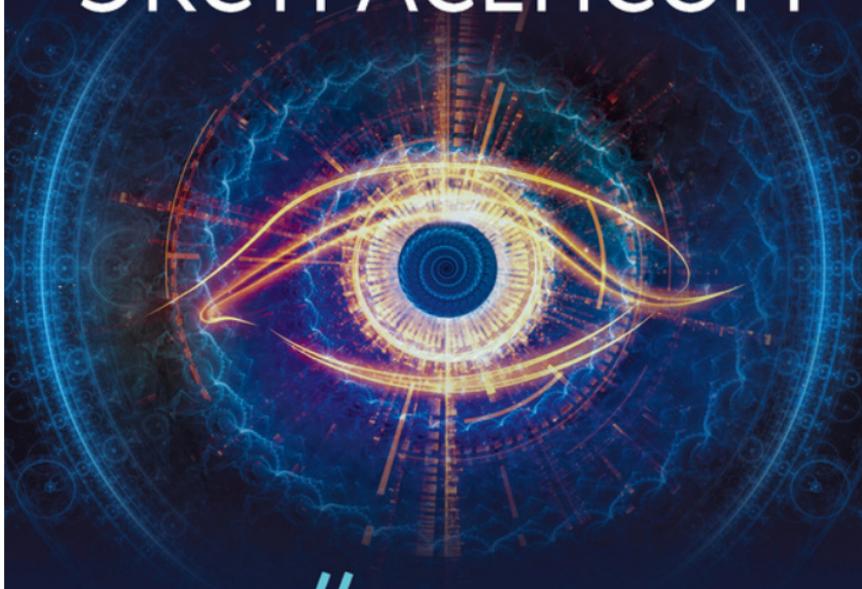




НЕКТАР ДЛЯ ДУШИ

Александр
Панфилов

НАУЧИСЬ БЫТЬ ЭКСТРАСЕНСОМ



#магия
ЧИСТОГО СОЗНАНИЯ

Александр Владимирович Панфилов

Научись быть экстрасенсом.

#Магия чистого сознания

Серия «Нектар для души»

indd предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=24126124

Александр Панфилов Научись быть экстрасенсом. #Магия чистого сознания:

ISBN 978-5-17-097376-7

Аннотация

«Все лето дед заставлял меня копать ямы и засыпать их обратно, не объясняя сути происходящего. Дед обещал мне показать колдовство и магию. О чем я только думал, когда поверил, что он колдун!»

Александр Панфилов – маг, целитель, экстрасенс, таролог, парапсихолог, которого научил магии его дед. Он передал внуку искусство «видеть», умение проникать в самую суть вещей, чувствовать настоящее и будущее, знать то, что скрыто от глаз большинства людей.

Обучение было долгим и трудным. Полученные знания легли в основу системы «Магия чистого сознания». В этой книге вы прикоснетесь к истинной магии, благодаря которой сможете:

- с легкостью решать финансовые проблемы;

- влиять на события и людей;
- достигать самых желанных целей.

Научитесь настоящей магии!

Содержание

Предисловие	7
Магия – это наука!	9
Внимание восприятия	11
Важное о магии	13
Начало работы – очищение	15
Сказ Первый. «Неузнаваемый»	18
Вводная часть в мир энергетики и экстрасенсорики	23
Образное мышление	24
СС (Состояние сознания)	25
ОТ (Ощущение тела)	26
Упражнение «Император/Императрица»	28
Упражнение по наработке экстрасенсорики «Скипетр – Держава»	33
Самостоятельная работа	39
Немного информации про Инь и Ян	40
Сказ Второй. «Ум за разум»	44
Работа с образами силы	49
Упражнение «Лук»	52
Упражнение «Стальной шар»	55
Упражнение «Рубка дров»	56
Чакры или Чары	58
7 основных энергоцентров человека	59

Упражнение «Дерево»
Конец ознакомительного фрагмента.

62

64

Александр Панфилов
Научись быть экстрасенсом
#Магия чистого сознания

Серия «Нектар для души»

© Панфилов А., 2017

© ООО «Издательство АСТ», 2017

* * *

Предисловие

Приветствую тебя, мой дорогой читатель. Меня зовут Александр Панфилов. Я отец, муж и основатель центра развития личности «Альтень», где более 5 лет преподаю свои авторские системы саморазвития и познания сверхспособностей человека.

Моя цель – рассказать тебе все то, что я открыл для себя и в себе, все то, что кардинальным образом изменило мою жизнь и меняет жизни моих учеников по сей день. Я хочу рассказать о знаниях, которые дадут тебе не только умения и способности трансформировать свою жизнь, чувствовать и предвидеть, самовосстанавливаться и управлять пространством, но и позволят развить себя как личность, как человека.

Я хочу посвятить эту книгу уникальной природе человека, которой восхищаюсь и неустанно изучаю каждый день во имя процветания нашего мира.

Те, кто создали эту неповторимую систему сознания и физического тела – вместилище нашего сознания, проделали гигантскую и поистине фееричную работу для того, чтобы родился на свет человек со всей своей безупречностью и пороками, со всеми позитивными и негативными нюансами своей природы.

Наша же с вами задача – разгадать и понять все те тонко-

сти и особенности работы сознания и тел – тонких и физических.

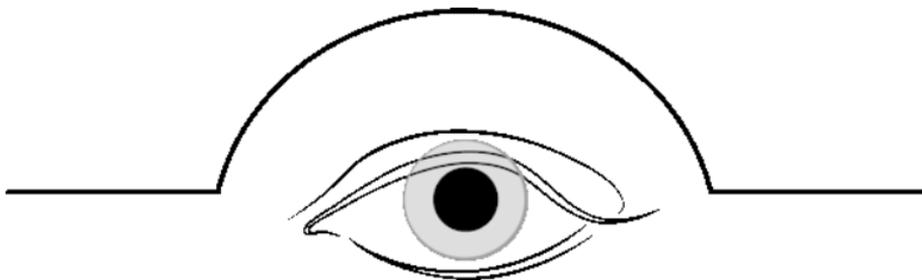
Призываю: в мире магии и экстрасенсорики ни в коем случае **не нужно верить**, по причине того, что вера на данном этапе будет даже губительна, и, напротив, строгий и прагматичный подход даст плоды, доселе невиданные.

И в принципе брать на веру что бы то ни было – это дурной тон для нашего прагматичного мира, а в магии нужен лишь эмпирический подход.

Есть или нет магия – это не так важно, намного важнее эксперимент, изучение нашего разума и научный подход к магии, к магии как к науке.

Сразу же скажу, я не многословен: книга построена подобно учебнику с минимумом теории, вводными данными, экспериментом, выводами и, конечно же, с творческой составляющей нашей души!

Магия – это наука!



Для того чтобы получилась экспериментальная и чистая работа, нам необходимо сразу же убрать из понятия МАГИЯ всю ту мистику, что ей приписывают. Вокруг этого слова слишком много мёрзкого, пробраться через который не так-то просто.

Существует несколько десятков разновидностей магии: *ритуальная*, ассоциирующаяся у нас с деревенской магией, с заговорами и приворотами, с присушками и порчами; *магия Вуду*, пришедшая по разным данным к нам из Африки, *магия черная* и *белая*, *магия церковная* и *магия стихий*, *магия шаманская* и современная *неомагия* и т. п.

Мы же с вами будем изучать самую простую и самую эффективную, по моему мнению, *магию ментальную*, или *образную*.

Что подразумевает понятие «образная»? Представьте висящий перед вами арбуз. Попробуйте почувствовать его вес,

понять, насколько он спелый, большой или маленький? Оценив все эти параметры, задумайтесь: ведь вы как-то видите арбуз, какими-то органами чувств его в наших органах зрения тонкого плана, подобно тому, что мы глазами видим отражение света! Так же как мы видим сны, но с закрытыми глазами, и видим порой ничуть не хуже, чем видим мы физический план.

Образ – это сгусток энергии, видимый нашим вторым вниманием.

Энергия – это волна света. Когда вспоминаем то или иное событие, мы его «видим». Можем там присутствовать вновь и вновь, именно видя все: цвета и краски, людей и их слова, музыку и шум.

Мы видим физический план потому, что свет отражается от предметов и объектов и световая волна попадает на сетчатку глаз. Если мы видим образы в воображении, то это означает, что там также есть свет, и мы также видим его отражение, но только уже Третьим глазом или шишковидной железой, что были воспеты во времена Египетской империи до нашей эры.

В отличие от принципов и законов физического плана, законы тонкого плана имеют дополнительные коэффициенты, влияющие на исход намерения. На данном этапе это нужно просто иметь в виду, позже мы рассмотрим этот принцип в действии.

Внимание восприятия

У нашего сознания существуют два основных внимания восприятия.

Первое внимание – это наше зрение, глаза и восприятие физического плана. Этот уровень позволяет управлять вниманием. Сюда входят пространственное внимание, боковое зрение, умение удерживать во внимании большое количество точек одновременно.

Второе внимание – это восприятие своим сознанием образов и энергий тонкого плана.

Ясное видение, или прямое видение – это умение или способность выводить образы и информацию со второго образного внимания на первое внимание.

Проделаем несколько упражнений на тренировку внимания!

Упражнения на обострение внимания

Внимание. Внимать. Внемли. Воспринимать.
Эти все слова говорят о вкушении вашим вниманием некоего пространства, энергии или образа, что являет собой определенную световую природу, которая присутствует как на физическом, так и на тонком

плане.

Упражнения для развития первого и второго внимания необходимо выполнять как разминку каждый день в процессе прочтения данной книги. Они увеличат емкость, остроту и массу вашего внимания, что поможет в будущем намного легче восстанавливать структуру своей энергетики и трансформировать жизнь к лучшему.

Упражнение первое

Посмотрите на любой объект или предмет, находящийся перед вами, и, не отводя глаз от данного объекта, начните со вниманием рассматривать все, что находится на максимальном удалении от него. По сути, мы задействуем боковое зрение, но более точная характеристика: то, что мы смотрим, не всегда видим, и тому, что мы видим, не всегда ВНИМАЕМ.

Вспомните, как часто вы, прочитав часть текста, не помните, что именно прочли, и вам приходится перечитывать заново, ибо ваше внимание находилось совершенно в ином месте и пространстве. Оно было включено в другой объект.

Упражнение второе

Уводим зрение и внимание на одно из слов текста. Постарайтесь, не отводя взгляда, прочесть своим вниманием все слова вокруг того слова, на котором зрение сосредоточено.

Важное о магии

Магия – это наука о жизни и мире. О природе Бытия и Быта. О взаимодействиях тонкого плана с явным миром. Иными словами, Магия, подобно физике и химии, является точной наукой, только с добавлением тонкого ментального плана чувств и эмоций, воли и намерения, разума и интуиции.

Уточнение

Как часто мы используем термины чувства и эмоции, душа и дух, воля и духовность, но не задумываемся, в какой части тела их искать.

Гагарин в космос летал, а Бога там не увидел. Хирурги видели мозг, но разума там не находили. Сердце человека – мощнейшая мышца организма, но доблесть и честь невозможно потрогать, равно как и любовь или ненависть можно узреть только в деяниях человека. Все это подтверждает, что существует тот самый тонкий план, изучением которого мы с вами и занимаемся, тот самый план, что и определяет наше самосознание и наше Я.

Чистое Сознание – это обозначение такого простого состояния, как ясность, здравомыслие и отсутствие ментального мусора в нашем сознании.

Ясновидение – ясное видение, **яснознание** – ясное знание. Чтобы стать ясными, нам необходимо прежде всего вычиститься и уже далее творить свою судьбу.

Наша ментальность очень магична и чувственна, душевна и жива. Магия как наука о жизни и о природе давным-давно заложена в нас предками. Наши прабабушки и прадедушки с давних времен умели заговаривать, очищать и целить душу и тело.

Начало работы – очищение

Человеку с болью в душе, с ранами на сердце, с поселившимся внутри «недолюбленным ребенком», человеку озлобившемуся или впавшему в уныние нелегко себя контролировать. Он срывается на окружающих и родных людях, плывет по жизни, не имея силы воли трансформировать свой путь. И посему первые несколько блоков нашей книги мы посвятим именно очищению сознания от мусора и боли, от негодных установок и балластной энергии.

Уточнение

В русских сказках издревле именно простачок, «дурак», становился Царем (ДУ-РА-К – идущий к двойному свету, а женищина ДУ-РА, и она уже является двойным светом, что показывает более совершенную женскую природу по отношению к мужской).

Вспомните выражение «с царем в голове», где царь – обозначение ясности и отсутствия ограничений. Это выражение дает четкое понимание, о чем повествуют русские сказы.

Чтобы быстрее справиться с очищением, я советую вам вспомнить миф том, как Геракл помог царю Авгию вычистить конюшни. Ни Царь с его богатствами, ни свита не смогли очистить конюшни. И только Гераклу, которого многие

считали наивным простачком, задача оказалась по плечу. Поскольку сам он был проявлением чистой воли и силы!

Правила нашей работы просты и непреложны. Запомним их.

– Не верим, но проверяем, используя игровые приемы (ИГ-РА, Иго-Ра, что обозначает главенство света).

– Никакой мистики!

– Наблюдаем и изучаем!

– Работаем в первом и во втором вниманиях.

Интересный факт

Я буду еще не раз обращаться к мудрости русского языка и этимологии слов.

*Задумайтесь над тем фактом, что слово **РА**, обозначающее **Бога Солнца** в Древнем Египте, имеет корневое значение в наших повседневных словах.*

Ра (др. – греч. Ра; лат. Ra) – древнеегипетский бог солнца, верховное божество древних египтян. Его имя означает «Солнце»).

И именно РА в русском языке имеет корневое значение образа Солнца.

Примеры:

РА-ССВЕТ (Солнца свет)

РА-ДОСТЬ (РА в достатке)

ВЕ-РА (ведание РА, знание света, а не слепое повиновение, что требуется многими конфессиями от прихожан)

У-РА-Л (у солнечной горы)

ПО-РА (по солнцу)

РА-НО (Е) (Отсутствие солнца, посему и рано)

КО-РА (Коло – это круг солнца или округ солнца)

Этот список можно продолжать и продолжать.

Случайность или нет, но город Москва омывается такими реками, как ПахРА, УгРА, НаРА, ИстРА, ПРА.

А одно из самых знаменитых мантр-заклинаний у русских воинов во все времена – это клич УРА! о происхождении которого и о его возрасте почти никто не задумывается! «УРА» буквально означает «У Солнца».

Наши предки ведали, что мы – дети Солнца, и понимали мощь солнца как некоего живого Бога, который каждый день нам дает свет и тепло, плоды и жизнь. Едва ли спасет нас та или иная молитва любой из конфессий, если солнце погаснет в одночасье!

Основа нашей практики – это работа с образами, чем мы, на самом деле, давно владеем! Когда мы разговариваем по телефону, волей-неволей воспринимаем некий образ человека в своем воображении.

Когда мечтаем, мы пользуемся образом, когда планируем будущее, пользуемся образом и т. п. Образ и изучение его воздействия на нас и на внешнюю среду жизни – наш главный инструмент.

Образ – это та запрограммированная масса света и энергии, что творит нашу жизнь и наш путь, а также воздействует на нас и окружающих людей. Но это лирика, хоть и очень важная, но лирика.

Сказ Первый. «Неузнаваемый»

(о том, что есть то, чего нет)

Интересный факт

Слово ВНУКИ имеет очень простой и очень важный древний этимологический смысл. У родителей дети учатся не столь охотно, сколь охотно воспринимают знания от дедушек и бабушек.

Наши предки были на столько мудры, что слово ВНУКИ обозначало В НАУКЕ.

Институт семьи не может существовать в полной мере без института бабушек и дедушек.

Суровый мне попался дед. Все лето он заставлял меня копать ямы и засыпать их обратно, не объясняя сути происходящего.

Дед обещал мне показать колдовство и магию. О чем я только думал, когда поверил, что он колдун!

Дед только молчал и сурово смотрел на меня, хотя что-то магическое в его взгляде было. Лишь однажды, впервые за многие недели, дед подозвал меня к себе и, указывая на дверь, спросил: «Видишь?» Передо мной была просто дверь. Я и ответил, что вижу дверь.

Дед молча указал рукой на ямы. Я продолжил копать.

Я тратил драгоценные летние месяцы не на друзей и прогулки, а на копание ям. Зачем копать эти бессмысленные

ямы, тем более засыпая их землей от предыдущих ям?

Дед показал, как надо рыть ямы, как только я приехал на каникулы по окончании 8-го класса. Загадочный старик делал это медленно, священнодействовал, проникая лопатой в живую материю, и пересыпал землю так бережно, как будто на краю черенка лопаты стоял стакан с водой.

Первый десяток ям я рыл так же бережно и аккуратно, пытаюсь копировать деда. Но чем сильнее во мне зрел вопрос, ЗАЧЕМ я их рою, тем безобразней я работал. И чем хуже я рыл, тем больше мне самому они не нравились, и тем заметнее я лодырничал уже на зло деду! За это и натыкался на его редкие хмурые взгляды.

Сам же старик то в лес на целый день уходил, то в сарае проводил долгие часы, то смотрел на небо и солнце.

Меня он почти не кормил, ел я то, что удавалось приготовить самому, или то, что растет у него на грядках и в огороде. Конечно, моему юному и растущему организму не хватало питания!

От бесконечного вскапывания я стал крепче физически, что не могло не радовать, но руки были все в мозолях, что не могло не огорчать! И, главное, лето – оно пролетало так стремительно! Я сокрушался обо всем том, что не случилось со мной. Сожалел о гуляниях днями напролет с друзьями, подругами и моей соседкой с третьего этажа в доме, где жил с мамой и папой.

Я думал: «Как мой отец общается с дедом? Старик ведь

не обронит и словечка!» А ведь отец сам уговаривал маму на лето увезти меня к деду, и уговорил!

В один из дней, когда я копал ямы, купаясь в своих мыслях, дед позвал меня к себе, чем сильно удивил – обычно он не обращал на меня внимания.

Дед указал рукой на ямы и спросил:

– Что видишь?

– Ямы, – ответил я.

Он задал вопрос еще раз:

– Что ВИДИШЬ, кроме ям?

– Ямы, землю, землю, перекопанное поле...

Дед не унимался:

– Что зришь за ямами и землей?

И тут я, взглядываясь в перекопанную землю, увидел друзей, подруг, школу, маму и папу, о которых думал часто! А в том углу поля, где я заканчивал зарывать последнюю яму и начинал все заново, видел злого себя, злого на всех и на вся! Себя – копающего, себя – вечером, себя – днем, себя – голодного и уставшего! И это не память! Это образы ям, образы, созданные мной во время копания, перемешанные с землей мои мысли и думы.

И тогда я ответил:

– Вижу себя, вижу мысли, вижу образы того, о чем думал во время копания. Вижу не ямы, но себя, копающего ямы.

И тут на его лице впервые появилась улыбка, искренняя и непосредственная. И он обрадовался, будто все это время

копал вместе со мной и теперь работа завершена:

– Молодец. Долго, но молодец! Идем за мной!

Мы подошли к уже знакомой двери. И дед снова спросил, что я вижу.

Мне удалось подавить легкий ступор и панику от того, что нужно ответить что-то адекватное и не размазать эффект от верного ответа про ямы. Я отпустил напряжение и сказал, что вижу дверь, путь, дороги, людей, вижу деда, который все время входит и выходит их этих дверей.

Старик указал, на солнце:

– А там?

– Вижу солнце, свет, лучи, тепло, жизнь, радость, вижу младенчество, когда радовался солнцу, вижу, будто оно улыбается в ответ, будто живое! Вижу, что оно живое!

И в этот момент меня охватило состояние осознания, практически осязания всего, что находится в поле моего зрения, – это все живое, имеющее память и историю, имеющее образы и состояния.

Я начал смотреть вокруг широко раскрытыми глазами и видеть не предметы, но их образы, пространство – их мир, их жизнь, то, чем они являются на самом деле, а не какими мы видим их обычным зрением.

Мой взгляд упал на ямы: насколько же я их сработал безобразно, поэтому получились не ямы, а груды земли, смешанной с моими мыслями и эмоциями.

В последнюю очередь я обратил внимание на первую яму,

сделанную дедом, и понял ее! И почувствовал, что от нее исходило столько любви и тепла, столько бережности и нежности, что она светилась неким легким золотым отблеском! Это было мое первое видение эфирного следа, живого вещества, которое есть у всего, что сделано с любовью в сердце (у людей тоже есть эфир: кого любят больше, у тех он больше, кого меньше, у тех меньше, но об этом позже).

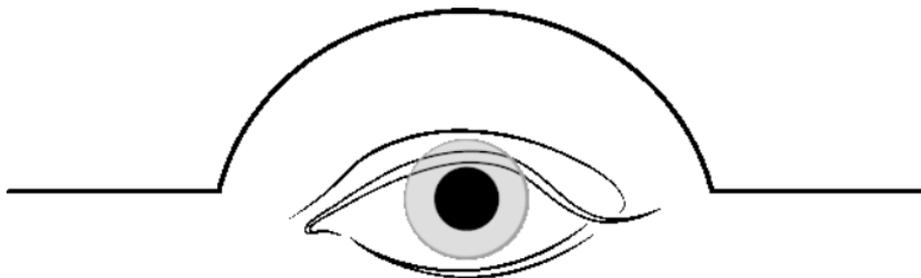
Дед сказал мне: «Молодец!» И я получил второе одобрение за этот день, что меня насторожило. Дедова теперь уже хитрая улыбка вызвала у меня легкий озноб и мурашки, прокатившиеся по спине... Старик готовил мне следующее задание, но это уже другой рассказ.

А в тот день впервые в жизни я ощутил, что мир, который мы видим, иной!

Что он такой большой и маленький одновременно!

Что все совсем не то, каким кажется на первый взгляд!

Вводная часть в мир энергетики и экстрасенсорики



Образное мышление

Смысл наших упражнений – не долгая медитация, а обучение образному мышлению и думанию в процессе работы и даже по окончании ее.

Все упражнения предельно просты. Самое главное при выполнении практик – научиться изучать себя и свои реакции, изучать свое *Состояние Сознания (СС)* и *Ощущение Тела (ОТ)*. Это два главных параметра, которые отражают воздействие практики на наше сознание.

Наша задача – все время находить резонанс (усиление), искать способы возбуждения в нашем поле той или иной энергии, к которой мы можем впоследствии обращаться. В процессе работы мы должны наблюдать, как будет меняться наша жизнь, характер и восприятие мира. И как изменяется восприятие миром – нас!

Если во время упражнений организм даст о себе знать – что-то заболит или заколет, где-то потянет мышцу или начнет «простреливать» – мы обязаны понаблюдать эту боль. Будем рассматривать боль как некий камень или сгусток и, образно говоря, станем выдавливать его из своего тела или сливать в землю. Земля с радостью примет нашу боль и переплавит автоматически в свободную и чистую энергию, по причине того, что земля для нас – это мать, которая всегда открыта для помощи.

СС (Состояние сознания)

Как определить, изменилось ли твое СС?

Под термином **Состояние сознания (СС)** мы будем понимать **свое настроение и образ мышления в определенный момент.**

Слово «настроение» не требует объяснений. Если мы в настроении, то все нипочем: и лужи под ногами прекрасные, и дождь замечательный. Если мы не в настроении, то и солнце не радуется, и люди кажутся неприветливыми.

Поэтому отслеживаем перед началом любого упражнения свое базовое настроение и СС, затем наблюдаем, что происходит с СС во время упражнений и по окончании практики.

Многих людей не отпускает постоянный фон «думания» в голове, рой утомительных и даже неприятных мыслей. Уверю вас, после начала практики в вашей голове воцарится тишина и спокойствие. И внутренний диалог с собой и с миром будет не просто доступен и подвластен, но вы познаете, что такое чистое сознание!

ОТ (Ощущение тела) Как определить, изменилось ли твое ОТ?

Во время практики мы должны отслеживать не только свои мысли, но и ощущения физического тела: стало ли оно легче или тяжелее, где задавило, где закололо и т. д.

Важное правило!

Мы будем воспринимать наше тело в объеме, как пространство, заключенное под оболочкой. Именно пространственное восприятие тела нам и позволит с ним работать. Мы представим, что тело, подобно сосуду, имеет внутренний объем и вмещает в себя НЕЧТО.

Хочу подчеркнуть: для эффективности нашей личной магии необходимо все, что мы будем делать на занятиях, не только изучить и усвоить, но и наблюдать в развитии. Я создал систему быстрой и действенной «практики вспоминания» искусства магии, которую и передам вам.

Вы можете спросить, зачем мне передавать вам свои знания? Отвечу: если человек в данном своем земном воплощении пришел к магии как к науке, то можно предположить, что это уже не первое воплощение, связанное с определенным знанием. И знание нельзя расплескать!

С чего мы начнем? Вначале будем работать над вычищением из нашего сознания всего морока и всех тяжелых энергий, которые мешают ясности и преобладанию здравомыслия над отсутствием опыта и даже косностью. Косность проявляется болью, поэтому готовимся к работе с собственной болью. Стараемся не жалеть себя, а выгребать изнутри все то, что лежит глубоко, выводить этот мусор наружу, чтобы наши тонкие тела преобразовались.

Вы можете подумать: зачем беречь прежние боли, они уже давно забыты! Я вам напомню байку про двух музыков, сидящих в бочке с навозом по шею. Смотрят они в небеса: так хорошо, солнце, лето, свежий ветерок! Только глаза немного слезятся, и нос свербит от едкого запаха. Откуда бы запах? – думают музыки, И тут один из них опустил наконец взгляд вниз и увидел, что они оба по шею в навозе. И тут же начал говорить, что надо из этой бочки выбираться, предпринимать какие-то попытки, действовать. На что второй музи ему благостно отвечает: «Не гони волну»...

На самом деле, мы не замечаем, в какой спертой атмосфере живем многие годы. Люди не хотят ковыряться в себе, не хотят вспоминать боль, понимать истинное положение вещей. Напротив, сразу же готовятся наработать состояние любви и счастья, качать энергии позитива и радости, не учитывая тот факт, что фундамент для позитива отсутствует. Или же фундамент есть, но заложен под совершенно иные

задачи. В результате мы строим конструкцию «счастья» на болоте. А это зыбкая почва!

На данном этапе практики выгрузка боли и морока из нас – это полигон для оздоровления души и тела, а впоследствии – это способ изучения реакций нашего мышления.

Упражнение «Император/Императрица»

Первое упражнение для вхождения в рабочее состояние и наработки образного мышления и силы нашего сознания – это **упражнение Император/Императрица**. Естественно, что для женщин образом будет служить Императрица, а для мужчин – Император.

Это простейшее упражнение позволит расширить и изменить состояние нашего сознания не только на данный момент, но и в будущем преодолевать многие ограничения сознания, давать больший потенциал для нашей силы и энергии.

Любое состояние, отличное от базового состояния, все, что мы хотим взять от практики, будет наткаться на противодействие. Почему мы еще не те или иные, почему мы еще не дошли до желаемых целей? Потому что в нас есть некие психофизические ограничения, которые и нужно преодолеть за счет образов и состояний силы.

Самое важное – отследить, какое у тебя СС и ОТ на данный момент, до упражнения, и как СС будет меняться в про-

цессе выполнения упражнения и после него.

*В эзотерике используют такой термин, как **измененное состояние сознания.***

Говоря просто и коротко, измененное состояние сознания – это состояние, отличное от базового состояния сознания человека.

То есть состояние Императора и Императрицы будет для нас именно измененным состоянием сознания. Его нам и следует изучить!

Все упражнения делаем последовательно, не спеша. Не торопясь читать текст дальше, чтобы не моделировать свои ощущения лишней информацией. Я буду стараться максимально широко описывать возможные ощущения и их последствия, но только после упражнения! Мне можно не верить, но надо изучать. Если мои комментарии с вашими ощущениями совпадают лишь частично, то верьте себе! И старайся абстрагироваться от всего того, что знали раньше.

На семинарах данные упражнения делать проще, поскольку руководит учитель. Но сегодня вы предоставлены самообразованию, что дает, с одной стороны, больше воли, с другой стороны, требует большего самообладания и отдачи.

Итак, первый этап упражнения.

Глаза открыты. Начинаем воображать, что вы – Император (для мужчин) / Императрица (для женщин).

Наша задача – не думать о том, как это сделать, а про-

сто вообразить от своего имени данный образ: я – Император/Императрица.

От макушки до пят стараемся узреть себя в данном образе. И наблюдаем, меняется ли что-либо в голове, в состоянии?

Воочию надо пронаблюдать, что делается вокруг персоны Императора? Каково окружение? Каков двор? Состояние казны? Как я отношусь к подданным, как они относятся ко мне? (Этот анализ покажет нам образно нашу сущность, особенно если образ не совпадает с логическим представлением о себе.)

Наблюдаем, как уже меняется СС и ОТ, как изменилось настроение?

Стараемся быть максимально долго в данном состоянии, ибо чем дольше мы в нем находимся, тем больший эффект оно дает нашей энергетике.

Не забываем, что состояние и образ охватывают нас с головы до ног. Этот момент сейчас и впредь принципиален! Состояние должно действовать на все наше тело, **на пространство тела.**

Старайтесь усиливать данное состояние и ощущение: «Я всем нутром являюсь Императором или Императрицей». Если данное состояние ощутимо где-то локально в теле, к примеру, в груди или в голове, то надо «растянуть» его на все пространство тела и усилить многократно до ощущения легкой эйфории.

Идет ли вертикализация тела, осанки? Выпрямилась спина? Возникает прилив силы и уверенности, раскрытие тела «наружу»? Исчезает ли усталость? Легче ли по ощущениям стало само тело?

Есть ли такой эффект, что внутреннее «думание» стало тише или вовсе остановилось?

Проверяем те точки тела, что болели до упражнения, – продолжают ли болеть в данный момент. Или, напротив, могло то или иное место заболеть во время практики. Это является сигналом к тому, что именно в этом месте кроется причина блока, «камня», который нужно вытолкнуть из себя.

Может возникнуть ряд иных индивидуальных эффектов и ощущений. Если в процессе любого упражнения вам становится плохо, ничего страшного! Это нередкое явление. Когда энергия вступает в блоки или ограничения, этот эффект подобен процессу короткого замыкания в цепи.

Заболевшие или тянущие места в теле наблюдаем как образы камней или сгустков, скоб, веревок – выдавливаем их из себя. Если не вмоготу терпеть ощущения, то просто останавливаемся в выполнении упражнения и, отдохнув, принимаемся за него снова.

Если вам плохо – это замечательный сигнал, свидетельствующий, что вы наткнулись на некий блок, который мог портить жизнь уже не раз. И сознание уже производит работу посредством ментальных упражнений!

Теперь выходим из образа Императора/ Императрицы и стараемся пронаблюдать, что происходит с нашим СС и ОТ после практики. Происходит ли возвращение сознания к базовому состоянию? Вернулось ли прежнее ощущение тела и изначальное настроение?

Нередко бывает, что когда мы входим в то или иное СС, особенно связанное с чувством силы или уверенности, то наше тело четко указывает, где в нем сидят запреты на силу, где сидит немощность или неуверенность в себе. Обычно в тех местах начинает болеть или ломить, или просто не ощущается вхождение силы. Случается, что сознание человека может «вырубаться», подобно перезагрузке компьютера, из-за большого количества поступающей энергии.

Второй этап упражнения

На данном этапе необходимо изучить образ по параметрам.

Вновь входим в образ Император/Императрица, сосредотачиваясь на качественных характеристиках: какой Я Император/Императрица?

По сути, необходимо изучить, насколько уникален ваш образ. Работаем от собственного имени – Я. Изучаем образы. Для большей эффективности проработки энергетики задание следующее.

1. Учимся жить в данном состоянии максимально долго.

На первых порах по 30–40 минут подряд. Отслеживаем состояние в процессе жизни, как оно будет менять вашу реальность. Если данное состояние пропадает, то вновь возобновляем его усилием воли и образным мышлением.

Не воспринимайте задачу формально: не нужно выпячивать грудь вперед, проявлять высокомерие и агрессию. Важнее научиться делать именно ментальное усилие. Суть в том, чтобы удерживать ментальное СС и ОТ Императорского образа максимально долго. В результате будет увеличиваться активность вашей энергетики и возрастать энергопотенциал.

Пронаблюдайте, будут ли люди обращать на вас внимание с большей заинтересованностью, чем до начала практики. Отслеживайте и сравнивайте свою жизнь до и после приобщения к нашей работе – это важно для оценки продвижения.

2. Увеличиваем пребывание в состоянии Императора и Императрицы до двух часов и более.

Если вам необходимо выглядеть максимально уверенно и презентабельно, к примеру, на собеседовании или переговорах, то заблаговременно входите в данное состояние сознания, чтобы легче справиться с ответственными заданиями.

Упражнение по наработке экстрасенсорики «Скипетр – Держава»

В продолжение Императорской темы проделаем упраж-

нение Скипетр – Держава, которое обнаружит очень важные параметры нашей энергетики и укажет нам путь дальнейшего развития. Впрочем, я прокомментирую возможные результаты после выполнения упражнения!

Упражнение надо делать стоя, с открытыми глазами.

Первый этап упражнения

Представьте, что вы держите в левой руке Державу, а в правой – Скипетр.

Взяв эти атрибуты власти, просто наблюдайте, что происходит с состоянием сознания и ощущением тела. Не думайте специально ничего, не оценивайте обстоятельства. Просто наблюдайте, как изменяется ваше состояние сознания и ощущение тела. Пробудьте в этом состоянии около 30 секунд, можно чуть больше или меньше. А далее мы начнем поступательную замену атрибутов и будем наблюдать трансформацию СС.

Постарайтесь запомнить ощущения на каждой из фаз упражнения!

1. Уберите Скипетр, оставьте только Державу. Просто наблюдайте, что происходит с состоянием сознания и ощущением тела, как они меняются. Не думайте, не оценивайте. Просто наблюдайте в течение 30 секунд или около того.

2. Верните Скипетр и пронаблюдайте, что и как изменится в состоянии и ощущении. Просто наблюдайте, не ду-

мая, не оценивая, в течение 30 секунд или около того.

3. Уберите Державу и оставьте только Скипетр в правой руке. Наблюдайте, что происходит с состоянием сознания и ощущением тела. Просто наблюдайте, не думая, не оценивая, в течение 30 секунд или около того. И после изучения верните Державу.

Хочу, чтобы вы ответили сами себе на вопрос: разнятся ли ощущения тела и сознания со Скипетром и с Державой в руках?

В процессе написания книги я тоже выполняю все упражнения, что даю вам. И делюсь своими ощущениями и состояниями максимально широко, ясно и беспристрастно. «Договор мировосприятия» у каждого свой, поэтому я буду описывать реакции «со своей колокольни». Замечу, что не бывает правильных или неправильных ответов или знаний. Есть просто разные углы восприятия этих знаний. И что интересно, в 99 процентах случаев ощущения от данных упражнений у нас с вами будут совпадать. А это означает, что данные знания имеют объективную природу, являются достоянием всех и каждого и могут быть применены для созидания как своего поля и пространства жизни, так и для помощи другому человеку. Мы можем многое, если только нас не ограничивать предубеждениями и догматами, дать волю поэкспериментировать и осознать природу нашего воображения и силы сознания.

В самом начале, когда вы только взяли в руки Державу и Скипетр, вероятнее всего, чувствовали состояние наполнения и вертикализации одновременно, чем-то напоминающее состояние Императора и Императрицы, но несколько иного свойства. Оно мобилизует и активизирует энергетику. Также данное положение гармонизирует энергетику по двум аспектам мужского и женского начал.

Когда вы держали исключительно Державу, очевидно, ощущали определенное состояние расширения и «расплывания», возникало чувство наполнения снизу, и структура энергетики приобретала форму колокола или земной «энергоюбки», особенно у женщин, что соответствует энергии Инь (или энергии Земли и Воды). Состояние сознания могло перейти в ощущение безмыслия или расслабления.

Когда у вас в руке был только Скипетр, то, с большой долей вероятности, ощущали довольно сильную вертикализацию, сужение тела (а не расширение, как с Державой). Также могло возникать желание что-то сделать, проявить активность. Эти ощущения соответствуют состоянию Ян, энергии Огня и Воздуха, которая нивелирует объем, присущий Державе, подавляет ощущение расширения.

Интересный факт

Держава в энергетическом плане – это Земля и Вода, символ женской энергии, она как пчелиная матка, управляющая ульем.

Скипетр – это Огонь и Воздух, символ мужской

энергии, прообраз фаллического символа.

Заметьте, что, не думая об энергетической составляющей, мы явно прочувствовали, как эти два древних символа воздействовали на наше сознание и на нашу энергетику. Они имеют в нашем сознании информационную базу, определяющую конкретное воздействие. Удивительно, насколько эти два символа совокупают в себе мужское и женское начала и совместно дают эффект силы и власти. Они прописаны в нашем сознании как само собой разумеющееся. И уже одно это открытие готовит «культурную революцию» в нашей голове.

Задумайтесь, что 5000 лет тому назад государства и народы, описанные в исторических книгах как непросвещенные, не только постигли смысл мужских и женских энергий, но использовали мощнейшие артефакты, генерирующие данные энергии в виде символов Скипетра и Державы. И эти символы работали и давали правящим элитам контроль над человеческим сознанием. Потому что они являются не плодом воображения геральдических мастеров, а стимуляторами энергетики и возбудителями сознания. И помогают монархам пребывать в состояниях высшего разума и силы сознания в постоянном режиме.

Повторите упражнение Скипетр и Держава мысленно, опираясь не на движение рук, а на образы символов власти. С открытыми глазами представляйте, что вы держите в руках атрибуты власти. Закрепите упражнение. И можете

использовать его в любое время и в любом месте для разгонки вашего сознания и включения разума в оптимальный режим.

Советую каждое утро, чтобы проснуться и активизироваться, еще лежа в постели, воображать, что держите Скипетр и Державу. Это быстро переведет организм на нужный метаболический уровень и, вместе с тем, прогонит лень или хандру.

Возьмите Скипетр и Державу «образными» руками и не опускайте в течение всего дня. Проверяйте время от времени, в порядке ли руки, держат ли они атрибуты власти. И лишь вечером, практически перед сном, положите атрибуты «на место».

Второй этап упражнения

Усложняем и закрепляем упражнение! Прямо сейчас берем Скипетр и Державу первой парой образных рук. Добавляем Скипетр и Державу в еще одну пару образных рук.

Продолжаем брать атрибуты власти третьей, четвертой, пятой и т. д. парами рук, пока вы себя не заключите в круг этих атрибутов. Подумайте, усилилось ли состояние сознания от такого количества Скипетров и Держав?

Отслеживаем по мере постижения наших практик уровень своей общей усталости и работоспособности. Работоспособность должна увеличиться, а усталость вскоре нивелируется посредством выполняемых упражнений.

Если вы пребываете в состоянии хандры, неуверенности, значит, у вас в дефиците *энергия Ян* – берем всеми образными руками Скипетры и держим до той поры, пока не активизируется энергия, пока не почувствуете: нужно срочно что-то делать!

Для наработки исключительно *энергии Инь* (ее дефицит выражается бесчувствием, апатией, неуверенностью в себе, низкой самооценкой и социальной адаптацией) берем всеми руками Державы и держим до полной уверенности, что у нас все хорошо, что мы поступаем правильно, сомнения неуместны!

Самостоятельная работа

Выполняем время от времени упражнение Скипетр и Держава для раскочки энергетики. Когда вы держите в руках символы власти, синхронизируете в своем сознании соответствующие им энергии. Если необходимо быстро сконцентрироваться на решительные действия – используйте два Скипетра в левой и в правой руках.

Если хочется ощутить состояние уюта, тепла, расслабления и вдохновения, то возьмите в руки две или более Державы, но помните, что лучшее состояние – это баланс обеих стихий и синхронизация разнополярных энергий.

Внимательно наблюдайте, как меняется отношение к вам окружающих после начала практики и ваше восприятие

окружающего мира. Мы рассчитываем на поступательные, «эволюционные» изменения личности!

Немного информации про Инь и Ян

Аспект *Инь связан с нашей интуицией*, работой правого полушария, женской природой, природой чувственного восприятия мира, с творчеством и пространственно-объемным видением. С энергии Инь начинается экстрасенсорика, ясновидение и все, что связано со считкой информации. Инь-энергию можно сравнить с планетой Земля, которая поглощает лучи энергии солнца (Ян), беременеет и дает плоды.

Важнейшую роль в достижении целей играют удача и творческий порыв, вдохновение и озарение. Это область Инь-энергии, энергии включенной интуиции. Держава, уже известный нам образ, может дать подобные состояния. Используйте настройку на энергию Державы для выхода из сложных ситуаций.

Аспект *Янь – это наша логика*, мужская природа, это воля, самоконтроль, целеустремленность, работа левого полушария мозга. Отсюда начинается целительство, лидерство, харизма. Ян-энергия по своей природе сравнима с Солнцем, наполняющим, напитывающим, осеменяющим Инь, чтобы она дала плоды.

Когда требуется решительно преодолеть тяжелые ситуации, используйте Скипетр, символ Ян-энергии. Скипетр мо-

жет пробить любую стену, позволит форсировать события. Но помните, что всякая проблема имеет множество решений, и из любой ситуации всегда есть не менее дюжины выходов. Поэтому совокупность двух энергий может оказаться очень действенной!

Интересный факт

Мало кто задумывался, что в слове «славянин» (СЛАВЬ-ЯН-ИН) есть мужское и женское начала.

СЛАВЬ-ЯН-ИНЬ БОГ БОГИНЯ ГЕРОЙ ГЕРОИНЯ

Инь и Ян существуют в русском языке в корневых значениях слов. Внимательное отношение к словам часто служит ключом для развития и гармонизации личности и оздоровления тела.

Для примера назовем слово, раскрывающее смысл целительства. Само по себе слово «целительство» означает вернуть целостность.

Но целостность чего и посредством чего? Сравните слова ЗДОРОВЫЙ (человек) и ЗДРАВЫЙ. Тот человек здоров, кто здоров, а здоровым быть можно только разумом, то есть структурой психоэнергетики.

В прошлом веке психически больных называли «душевнобольные». Это имеет глубокий смысл. Все расстройства и проблемы в жизни человека исходят от него самого, от его незрелости, от его блоковых структур в сознании, обид и ущербности и т. п.

Благо, что современное общество наконец-то доросло до понимания психосоматической природы заболеваний. Многие люди жалуется на симптомы того или иного заболевания, но при обследовании в медицинском учреждении нередко никакой патологии не обнаруживается. При этом проблема долгие годы никуда не исчезает!

В обществе не так много внимания отводится настоящей духовности, правильному образованию личности. Слово «**образование**» тоже имеет важное глубинное значение.

Образование – это **образ** **ваяния** или **ваяние** образа своей личности. Создание правильного образного восприятия самого себя и окружающего нас мира. Образование призвано не только научить нас умножать и вычитать, считать проценты от кредита или соответствовать стандартам экономической формации. Такое образование формирует человека – как винтика системы.

Истинное образование должно создать образ Человека с большой буквы, живущего в согласии с природой, созидающего мир добра и справедливости, мир любви.

Отсутствие духовности приводит людей в ступор и в уныние, в непонимание, куда идти и зачем идти, вследствие чего хандра довольно быстро овладевает душой и разумом человека. И личность засыпает.

В последние годы наблюдается взрыв интереса к

эзотерическим и магическим учениям, к учениям о смысле жизни. Кто-то идет в эзотерику от боли, кто-то отдает дань моде. Хотелось бы предостеречь: задача у нас одна – стать Человеком.

Куда сложнее и достойнее быть настоящим человеком, чем магом или экстрасенсом. Освободиться от зависти, пороков, созидать свою жизнь и, по мере сил, помогать окружающим!

Сейчас мы должны углубиться в себя и осознать, каковы ощущения в СС, состоянии сознания? Если внутри почувствуете сгусток напряжения или комок, то постарайся просто выдавить его уже привычным нам движением.

Проверьте, какие изменения происходят у вас после практики. Меняется ли что-то от моих слов, резонируют ли они в вашем сознании. Чувствуете ли процесс раскрытия дальних уголков вашего сознания.

Сказ Второй. «Ум за разум»

(о том, как мой ум поднял белый флаг)

В одно прекрасное утро дед меня позвал пойти с ним в лес собирать целебные травы и растения. Я был счастлив от того, что не придется работать руками: копать, таскать, чистить и т. д. Истинно, дед использовал меня, как используют раба на галерах. Хотя при этом я становился умнее и мудрее, догадывался, что все, что он мне приказывает делать, имеет глубокий смысл. «Любимые» ямы в свое время потрясли меня глубиной открытия! Но в поисках смысла я потерял два месяца – неужели нельзя было просветить быстро? И в этом весь дед!

Итак, спустя пару часов после пробуждения мы медленно продвигались с дедом в глубь леса, за это время старик не проронил ни слова. Он вообще не склонен разговаривать! Мы шли, странно петляя, вокруг деревьев. Иногда одно дерево обходили по два-три раза. Дед искал особый отлив какой-то травы, которую он называл «трава БоЯра». Неожиданно дед задал вопрос:

– Почему кора дерева называется КОРА?

– Нууу... умные люди так однажды придумали, взяли и назвали – кора!

– То есть ты думаешь, что наши предки называли вещи первым попавшимся набором звуков и запоминали это?

– Тогда я не знаю, кто и зачем, дед... Расскажи?!

– А почему колокол называется КОЛОКОЛ?

– Дед, я не знаю?!

– ДУМАЙ, умник!

Я ненавижу такие загадки! Кора и колокол – откуда мне знать, почему они возникли:

– Дед, я действительно не знаю!

– Ладно, расскажу! Что такое РА?

– Египетский Бог Солнца, по истории проходили!

– А что он делает в нашем языке?

– В смысле? Что делает? РА, наверно, пришел из египетского наречия в Россию, хотя об этом нам в школе ничего не рассказывали!

– Не в Россию, а на Русь! И не пришел, а ушел!

– То есть как ушел? Куда?

– Как по-английски РАДУГА?

– Rainbow!

– Молодец! А как слово делится на части, на простейшие английские слова?

– Rain – Дождь и Bow – боевой лук. Ого! Слово радуга на английском языке обозначает «**Дождевой лук**».

– Молодцом! А на русском слово Радуга?

– РА – бог Солнца и ДУГА. Ой, интересно! Никогда об этом не задумывался! РА-ДУГА – Солнечная Дуга!

– Молодец! Или Световая Дуга!

– Дед, а что в слове КОРА обозначает КО?

– КО – это КОЛО, или круг!

– КО РА – КРУГ СВЕТА! Ничего себе!

– Молодец, Сашка, тройка тебе за эмоциональность!

– Вот спасибо, дед. А ведь и как точно слово КОРА передает смысл коры, ведь дерево корой впитывает солнечный свет.

– Правильно! РА – это главная энергия, что дает ток жизни на матушке-земле!

– А КОЛОКОЛ – это КОЛО-КОЛ... Коло – это круг, а Кол – это язык! Гениально: круг и кол!

– Молодец, ладно, четверка тебе! РАССВЕТ?!

– Дед! А как это? Как это так? РАССВЕТ – это Солнца Свет! Это ведь все те же образы, что есть, но их и нет!

– Теперь понял, зачем ты копал ямы?

– Да, теперь начал понимать! Я думал, что понял еще раньше, но только сейчас начал осознавать!

– Теперь вопрос со звездочкой! Что означает слово ЗРИТЬ?

– Смотреть!

– Верно. А на что похоже еще это слово?

– На слово зрЕть, да?

– Верно. А теперь скажи мне, пожалуйста, Сашка, почему эти слова означают совершенно разное, но пишутся практически одинаково?

– ЗРИТЬ – ЗРЕТЬ. Если эти слова одни и те же, то логично предположить, что когда мы ЗРИМ, то мы и ЗРЕЕМ!

Точно! Зреем! Умнеем!

Я за эти два месяца так созрел, что почувствовал себя мудрее своих родителей и учителей в школе: теперь-то я всем нос утру!

– Цыц! Мал еще да зелен – утирать нос, растопчут как муху.

– Да, дед, извини, ты прав...

– Ладно, ты мне скажи, почему тебе никто об этом не рассказывал ни в вашей школе, ни родители твои?

– Дед, а у меня не укладывается в голове, как египетский бог РА оказался в русском языке и все об этом молчат?

– Причем оказался-то в образной основе: ВЕ-РА, КО-РА, РАС – СВЕТ, РА-ДУГА, РА-ДОСТЬ, РА-СА, РА-ЗУМ, ГО-РА, У-РА-Л...

– Дед, стой-стой-стой, у меня от обилия образов все в кучу слилось!

– А не должно такого быть, Сашка! Отныне тебе задание – отслеживать всяк обРАЗ, о котором говоришь сам или слышишь от других. Каждое слово зришь, аки образ, и отслеживаешь свою реакцию на эти слова! Уяснил?

– Уяснил, дед.

– А теперь последний вопрос... Что означает слово ВНУ-КИ?

– Дети детей родителей...

– Образ какой?!

– Малье детки с бабушками и дедушками!

– И чем они занимаются?!

– Бабушки и дедушки? Сидят, общаются, забирают внуков из детского сада или школы...

– Еще!

– Воспитывают, учат, наставляют, передают опыт!

– В НаУКИ, Сашка! Я что с тобой делаю? Учю я тебя!

– ОГО!!! ДЕД!!! ТОЧНО!!!! В-науке – как же я сразу не догадался! Внуки – это в науке пребывающие дети!

– Теперь будешь знать, молодец!

– Дед, мне кажется, что я схожу с ума... Мой прежний мир рушится!

– Давно пора! Идем дальше.

Вот так постепенно дед изменял мое мировоззрение. Я и правда был близок к безумию, но дед заверил, что за безумием начинается Разум, и все мое существо возжелало стать Разумным человеком! У-РА!

Работа с образами силы

Цель данного раздела – наработать навык быстрого вхождения в рабочие состояния и научиться обращаться к образам силы. Наши новые упражнения и практики позволят развить силу образного мышления. Повысить емкость *Третьего глаза*, который является центром внимания. А также улучшить некоторые параметры вашего характера. Ряд упражнений на развитие Третьего глаза я приведу ниже. А пока небольшое теоретическое объяснение понятия *Сила сознания*.

Насколько это возможно, опишу закон работы нашего сознания знаменитым вторым законом Ньютона.

$$F = m \times a$$

Сила сознания человека равна произведению массы сознания человека на ускорение сознания человека,

где *масса* – это потенциал нашей энергетики, масса нашего сознания, масса заряда, масса нашего внимания, которая зависит от энергетических потоков и т. п.;

а ускорение – это энергия посылы, это схема, по которой работает наше сознание, поток, намерение и т. п.

Проследите прямую зависимость: если какой-либо эле-

мент стремится к нулю, то и сила стремится к нулю. И сила эта – векторная, она всегда направлена куда-то, приложена к конкретному объекту воздействия, который находится в окружающем пространстве, это *вектор нашего внимания* и т. п.

Если мы в плохом настроении, то масса нашей энергетики стремится к нулю. Каким бы ни было мощным ускорение, масса приведет к нулю. И наоборот: какой бы огромной ни была масса энергии, но она бесполезна без продуманной схемы воздействия, без толчка, без намерения. Мы изучим рабочее состояние сознания, чтобы повысить КПД силы!

Массу из второго закона Ньютона можно сравнить с волей человека, а ускорение – с намерением человека.

Применим формулу к метанию ядра. Масса сравнима с весом ядра и возможностью спортсмена сделать бросок, а ускорение – это метод, схема, по которой спортсмен толкает ядро. Нередко в мире эзотерики встречаются люди с отличной массой энергетики, но совершенно невыраженным намерением – ленивые: хотят, но не делают! Этим недугом страдает и большинство людей в социуме: могут, но не делают; хотят, но некий ступор внутри не дает заниматься делом, даже любимым (об этом недуге мы обязательно поговорим немного позже!).

А бывает, люди много делают, но ничего не могут достичь, у них большие намерения, но мало воли удержать или довести до конца начатое (и об этом недуге мы поговорим). И

только совокупность массы и ускорения может дать хороший результат!

Исаак Ньютон открыл природу не только физических явлений, но и природу работы нашего сознания в совершенно конкретном схематическом режиме.

Уточнение

Для наработки силы нашего сознания по второму закону Ньютона я советую посмотреть любое видео схода лавины или наката цунами, чтобы ощутить массу движущегося потока снега или воды.

Постарайтесь осознать мощь и неотвратимость, настройтесь на огромную массу, на силу намерения, не имеющую преград и ограничений и в то же время уверенно делающую свое дело.

Ощутите эти стихии и сознанием, и телом. Постарайтесь запомнить и время от времени воспроизводить в ощущениях и образах накат стихии. Это нам очень пригодится в работе по восстановлению нашей энергетики!

Упражнение «Лук»

Следующее упражнение позволит нам научиться разминать свое сознание и переводить его из статичного положения в динамичное. А это, в свою очередь, увеличит возможности сознания.

Все упражнения призваны разминать наше сознание перед началом работы и нарабатывать параметры сознания, подобно мышцам в спортзале. Делайте их время от времени, доведите выполнение до легкости и автоматизма!

В статике наше сознание обладает наименьшим КПД по причине малой текучести энергии. В динамичном состоянии КПД увеличивается многократно. Динамичное сознание более живое, а значит, и обладает более выраженными экстра-сенсорными и потоковыми способностями.

Первый этап упражнения

Глаза открыты, представьте, что вы стоите в поле (упражнение выполняется от своего имени: **Я стою в поле**).

У вас в образных руках – боевой лук (физическими руками мы пока ничего не делаем!). Вообразите, что натягиваете тетиву со стрелой. Натягивайте сильно, так чтобы ощущалось сопротивление тетивы, удерживайте себя в этом состоянии максимально долго.

Изучайте свое СС и ОТ. Что поменялось, как поменялось

восприятие окружающего пространства? Что с внутренним диалогом, что с вашим телом?

Сделайте выстрел вдаль поля и пронаблюдайте полет стрелы от начала и до конца.

Теперь постарайтесь сделать еще более сильное натяжение тетивы, усиливайте его еще и еще!

Отследите, где в теле, кроме рук и мышечной памяти грудного отдела, происходит нагнетание энергетики или напряженность. Наверняка, помимо грудного отдела, вы ощущаете напряжение в районе живота и головы. Если не достигли данного ощущения, значит, не доработали. Натягивайте сильнее, удерживайте. Изучите это состояние и сравните его с обыденным своим состоянием.

В данном процессе нам как раз нужен именно натяг сознания или психической силы, поскольку посредством натяжения сознания в нас будет просыпаться та сила, что нам и нужна в экстрасенсорике и целительстве... Можете выпустить стрелу!

Впредь, помимо удержания в руках Скипетра и Державы, утром мы можем одной или тремя образными руками натягивать стрелы и не отпускать их до вечера. Постепенно вы почувствуете, что усталость исчезла, она даже не приближается к лучнику! Это один из моих личных секретов поддержания себя в хорошей форме сутки напролет!

Любое упражнение или домашнее задание старайтесь де-

лать с ощущением натяжения сознания. А также с ощущением массы, наката, плотности и объема.

Второй этап упражнения

Мы стоим в поле, глаза открыты. Держим лук без рук физических и без рук образных. Мы не используем ничего, но лук натянут *нами*. Не забывайте в процессе наблюдать, как и что происходит с СС и ОТ.

Теперь представьте, что вы образными руками натягиваете тетиву со стрелой, качественно, с ощущением сопротивления тетивы. Наблюдайте себя. Как изменилось восприятие окружающего пространства? Что с внутренним диалогом, что с вашим телом? Делайте выстрел вдаль поля и наблюдайте полет стрелы.

Попробуйте понять, что лук мы держим за счет внимания. Чтобы выстрел был эффективнее и проще, надо *обнять* своим вниманием лук, тетиву и стрелу. Когда нельзя использовать руки, мы должны *обнять вниманием всю образную систему*, чтобы наша психическая сила контролировала весь потенциал лука. Пробуйте!

Упражнение «Стальной шар»

Следующее упражнение аналогично первому и направлено на увеличение силы сознания.

Вы стоите в поле, глаза, как всегда, открыты. У вас в руках 10-килограммовый стальной шар. Кидайте его так далеко, как только можно. Не спешите. Прочувствуй сперва массу шара. Затем выполните бросок в две-три попытки.

Как далеко удалось забросить? Если забросить удалось далеко и легко, значит, массу шара мы не представили, и сила воздействия устремилась к нулю. То есть образ, возможно, нашли, но реальной массой не наполнили.

Если честно совершить бросок такого тяжелого шара, то расстояние не превысит нескольких метров. Нам важна не дальность броска, а качество. Увеличение КПД, а значит и приближение к вашим сверхспособностям.

Упражнение «Рубка дров»

Чем отличается фантазия от воображения? Фантазия дает иллюзорную или нереальную картину, подключает восприятие без физических параметров. Когда же мы воображаем, мы приближаем образ к реальности и ко всем реальным параметрам нашего физического плана, что и дает силу образу воздействия.

Следующее упражнение является разминочным для работы с образами, для увеличения силы и емкости внимания.

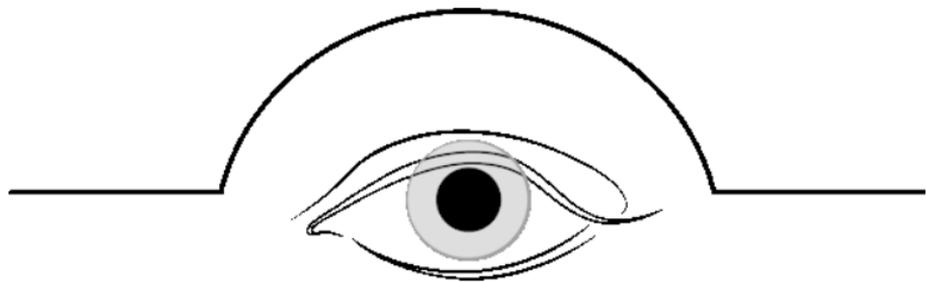
Представьте колоду для рубки дров, поставьте на нее полено. Берем топор и рубим полено. Нужно разрубить около пяти поленьев. Чувствуем массу топора и массу полена. И производим качественную рубку дров.

Вторая фаза данного упражнения – это рубка дров без рук. Только топор и только полено. Изучайте, что происходит с СС, что видится? Если топор, к примеру, не идет по должной траектории, то старайтесь объять весь топор своим вниманием и вновь рубить полено.

Представим вокруг множество дров. Наша задача очень простая: в своем сознании одновременно наколоть все топоры на поленья и поднять все поленья на два метра над землей. Чувствуйте их массу, удерживайте на весу не менее минуты.

Опустили дрова, отслеживаем, где возникло напряжение. Не забывайте в случае болевых или неприятных ощущений в той или иной части тела смело удалять болезненный ком в землю!

Чакры или Чары



7 основных энергоцентров человека

Наша энергетика поделена на две основные чакральные линии.

Первая, красного цвета, проходит через:

- исток-копчик, вход энергии земли в тело;
- живот, жизненная энергия, воля и намерение;
- устье или горловая чакра, разум, холодный стратегический расчет;
- макушку, чакра-поток космической энергии.



Линия красного цвета – это линия силовая, проходящая через чакры Янской энергии с преобладанием воли и намерения, безэмоциональная и бесчувственная линия.

Вторая, синего цвета, проходит через:

- зарод, чакру эмоций и удовольствий;
- сердце, чакру чувств и душевности;
- третий глаз, внимание и психическая сила.



Линия синего цвета – это линия как раз с чувственно-эмоциональным подтекстом.

Она проходит через вторую чакру (эмоционального порядка), через четвертую чакру (чувственного порядка) и входит в *Третий глаз*, зависимый от вашего чувственно-эмо-

ционального состояния. Если мы в хорошем эмоциональном настрое, Третий глаз работает безотказно. Если мы расстроены или огорчены, Третий глаз «выключается».

Третий глаз позволяет фиксировать тонкие энергии: если на сердце у вас запреты на чувствование, а вторая чakra ставит запрет на получение удовольствия, значит, внимание и психическая сила будут заблокированы. Поэтому все данные ограничения и блоки нам необходимо вычистить из своего поля.

Упражнение «Дерево»

Сейчас мы выполним **упражнение «Дерево»**. Оно предназначено для развития внимания первого и второго уровня. Наблюдаем за собой!

Стоим на месте, глаза открыты. Представьте себя в лесу. Обратите внимание на большое и мощное дерево с разветвленной корневой системой. Оно стоит в двух метрах перед вами. Почувствуйте его массу, высоту, сочность зелени. Зафиксируйте для себя время суток.

Теперь начинаем вглядываться в кору дерева, до мелочей – какая кора, каков ее рельеф, ползет ли по ней что живое, каков цвет, запах? Старайтесь хорошенько изучить кору. Разглядывайте кору не менее 30 секунд, до 1 минуты.

Теперь ответьте себе на вопрос: был ли во время практики момент, когда дерево и кора расширились, заслоняя физический мир вокруг вас, так что реальное пространство было замещено деревом? Воспринимало ли ваше внимание данный образ сильнее, чем физический план? Если это произошло, значит, мы достигли результата! Если нет, нужно потренироваться еще.

Эффект замещения иллюстрирует взаимодействие первого и второго вниманий. На основании этого взаимодействия

происходят акты ясного видения или экстрасенсорных озарений. Однако здесь таится и опасность: нередко уставший водитель может видеть перед собой картины тонкого мира более реально, чем предметы физического мира. Это несвоевременное замещение приводит к плачевным последствиям!

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.