

Владимир Антонов

ЭКОПСИХОЛОГИЯ:

Гармония общения с природой.

Психическая саморегуляция.

Духовное сердце.

Духовное совершенствование.

Человек и Бог. Судьба.

Смысл жизни.

Воспитание детей.

Искусство. Чакры. Кундалини.

Экопсихологи познают и изучают Бога

**Одесса
2007**

www.ecopsychology.org/ru
www.ru.spiritual-art.info

СОДЕРЖАНИЕ

ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА В МНОГОМЕРНОМ ПРОСТРАНСТВЕ	8
Экология и экопсихология	8
Что такое человек	10
Многомерность пространства	11
Бог	16
Бог — и мы	22
Смысл жизни человека	23
Судьба и её коррекция	25
Любовь, Мудрость и Сила	34
Что такое любовь	41
Любовь к людям	42
Любовь к природе	44
Бог есть Любовь	52
«Каждый выход из состояния любви...»	54
Эгоцентризм — и Богоцентризм	57
Любовь к Богу	60
Сексуальный аспект любви	63
Воспитание детей	71
Советы по питанию	72
Одежда	87
Ночной сон	88
Медицина, здоровье и судьба	90
Труд в материальном мире	103
Духовное служение	105
Привязанности ложные и истинные	108
Учение Бога — и сектантство	112
Извечный Закон — Санатана Дхарма	114
Комментарии к схеме Патанджали	117
<i>Йама и нийама</i>	117
<i>Асана</i>	122
<i>Пранайама</i>	123
<i>Пратьяхара</i>	124
<i>Дхарана</i>	126
<i>Дхьяна</i>	128
<i>Самадхи</i>	130

ЧАКРЫ И МЕРИДИАНЫ	132
МЕДИТАТИВНЫЕ ТРЕНИРОВКИ	137
МЕСТА СИЛЫ	139
ФОРМУЛА БАБАДЖИ	141
Истина	143
Простота	146
Любовь.....	147
Карма-йога (служение).....	157
Уничтожение своего низшего "я" ради слияния с "Я" Бога..	159
ЗАВЕРШЕНИЕ ПУТИ	164
ПРАКТИКА ПРЯМОГО ПУТИ.....	165
ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ МЕТОДЫ.....	166
НАЧАЛЬНЫЕ МЕТОДЫ	170
Этическая самокоррекция.....	170
Впечатления — как «пища» для души.....	171
Начальный контроль своих эмоций	172
О сострадании	172
Собранность, энергичность	173
Хатха-йога.....	174
Работа с образными представлениями («визуализация»)	176
ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ	179
«Крест Будды».....	182
Разминка	183
Релаксационные асаны	185
Пранайамы.....	186
Психофизические упражнения.....	187
«Шавасана»	189
«Латихан». Крещение В Святом Духе.....	191
Очищение чакр. Раскрытие духовного сердца	192
Выходы из тела	196
Развитие чакр. Дань-тяны.....	197
Работа с меридианами. Сушумна, читрини, жень-мо, «микрокосмическая орбита», срединный меридиан	200
«Кокон»	205
«Пузыри восприятия».....	206
Развитие силы в тонкости (правильная «кристаллизация» сознания).....	209
«Моржевание»	210

<i>Медитативный бег</i>	214
ВЫСШИЕ МЕТОДЫ	232
<i>Пранава. "Рождение" и "взросление" в Святом Духе</i>	233
<i>Ещё о самоисцелении</i>	235
<i>"Тотальная реципрокальность" (Ниродхи)</i>	236
<i>Огненное крещение</i>	236
<i>«Корень»</i>	237
<i>"Поднятие" кундалини</i>	239
<i>Вхождение в Обитель Творца</i>	241
НАШ СМЫСЛ ЖИЗНИ (ЛЕКЦИЯ)	243
О «ДРЕВЕ ПОЗНАНИЯ ДОБРА И ЗЛА» (ЛЕКЦИЯ)	254
СТУПЕНИ ДУХОВНОГО ПУТИ (ЛЕКЦИЯ)	257
КАК ПОЛЮБИТЬ БОГА? (ЛЕКЦИЯ)	263
ПРАКТИКА СОВРЕМЕННОГО ИСИХАЗМА (ЛЕКЦИЯ)	269
«СОЛНЦЕ БОГА» ИЛИ КАК СТАТЬ ОКЕАНОМ ЧИСТОЙ ЛЮБВИ (ЛЕКЦИЯ)	298
КАК ПОНИМАТЬ СЛОВО БОГ (ЛЕКЦИЯ)	302
РЕЛИГИЯ — И РЕЛИГИОЗНЫЕ ДВИЖЕНИЯ И ШКОЛЫ (ЛЕКЦИЯ)	308
«УЗКИЙ ПУТЬ» К ВЫСШЕЙ ЦЕЛИ (ЛЕКЦИЯ)	314
АТМАН И КУНДАЛИНИ (ЛЕКЦИЯ)	319
СЛУЖЕНИЕ БОГУ (ЛЕКЦИЯ)	327
ИСКУССТВО И ДУХОВНОЕ РАЗВИТИЕ (ЛЕКЦИЯ)	335
ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ПСИХИЧЕС- КОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ДЕТЯМ И ПОДРОСТКАМ (ЛЕКЦИЯ)	347

ИСКУССТВО БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМИ (ЛЕСНАЯ ЛЕКЦИЯ К ФИЛЬМУ)	350
САТТВА ТУМАНОВ (ЛЕСНАЯ ЛЕКЦИЯ К ФИЛЬМУ)	360
САТТВА ВЕСНЫ (ПРЕДИСЛОВИЕ К ФИЛЬМУ)	373
КЛЮЧИ К ТАЙНАМ ЖИЗНИ. ОБРЕТЕНИЕ БЕССМЕРТИЯ (ЛЕСНАЯ ЛЕКЦИЯ К ФИЛЬМУ)	375
ОБЩЕЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ	385
1. ОБ ИСТОРИИ РЕЛИГИИ	385
2. ЧТО НАДО ПОНИМАТЬ ПОД СЛОВОМ БОГ	388
3. ЧТО ТАКОЕ ЧЕЛОВЕК	393
4. ОСНОВЫ МЕТОДОЛОГИИ ДУХОВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ	396
5. СТРУКТУРА ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ОРГАНИЗМА И СТРОЕНИЕ АБСОЛЮТА	404
6. КАКОЙ ДОЛЖНА БЫТЬ ПРАКТИКА РЕЛИГИОЗНЫХ ОБЪЕДИНЕНИЙ	405
ЛИТЕРАТУРА	409

Издание осуществлено за счёт средств автора.

В написанной простым, доступным для всех языком книге учёного-биолога Владимира Антонова говорится о самом главном: о том, что такое Бог, о месте человека в Эволюции Вселенского Сознания, о принципах построения и коррекции судьбы, о том, как обрести здоровье и благополучие, об эффективнейших методах психической саморегуляции, о духовном совершенствовании и познании Бога.

В текст книги включены, помимо прочего, материалы нескольких лекций, прочитанных автором, поэтому некоторые наиболее важные темы иногда будут повторяться, будучи выражены разными словами. Надеемся, что данный факт не огорчит читателя, но, напротив, позволит воспринять материал более глубоко.

Книга рассчитана на самый широкий круг читателей.

© Антонов В.В., 2007.

Экология человека в многомерном пространстве

Экология и эконсихология

Экология — это наука о взаимоотношении организма с окружающей средой.

Конкретные направления этой науки могут называться, например, так: «Экология речного бобра», «Экология осетровых рыб» и т.п. При этом объект исследования может быть рассмотрен с позиций среды его обитания, питания, мест и условий размножения, взаимодействия с другими особями своего биологического вида, а также с конкурентами, врагами (хищниками, паразитами) или просто с соседями.

Объектом экологических исследований является, в том числе, человек. При этом человека обычно изучают, прежде всего, в его производственных условиях (море, угольные шахты, космические полёты и т.д.).

Особое направление экологии человека — это охрана среды его обитания. Во многих странах существуют специальные экологические службы, а также общественные Движения «зелёных». «Зелёные» направляют свои усилия, прежде всего, на борьбу с загрязнением водоёмов, воздушной среды, почвы, за сохранение лесов и животного мира. «Зелёные» борются против ядерных испытаний, за уничтоже-

ние ядерного, химического и биологического оружия, за запрет противопехотных мин, калечащих и мирных жителей, и животных, за запрет капканного промысла пушных зверей, при котором животные подвергаются чрезвычайным страданиям...

Также и «прикладные» экологические исследования жизнедеятельности человека в различных производственных условиях — тоже важны. Но на страницах этой книги мы постараемся разобраться в том, что это — далеко не всё, что должна изучать экология человека.

Ведь человек — не только тело, но — прежде всего, — сознание, душа. И обитает человек во взаимодействии не только с воздухом, водой, землей, другими людьми, животными, растениями, микробами, вирусами... Но ещё — и с невоплощёнными индивидуальными сознаниями (духами людей и животных). И также — что самое важное из всего — с Богом.

Вот это-то и составляет предмет изучения экопсихологии — как важнейшего раздела экологии.

Мы реально живём в многомерной среде обитания. При этом материальный мир, который мы воспринимаем через наши органы чувств, — это только небольшая часть окружающей нас среды. Другие же слои многомерного пространства обычно нами не воспринимаются вовсе. Хотя они наполнены жизнью, видящей нас и действующей на нас.

Для полноты экологического восприятия, что позволило бы именно оптимально прожить свою жизнь на Земле, каждому из нас необходимо включить в своё мировоззрение Того, Кто является Самым Значимым во вселенной, — Бога.

Но для этого надо, прежде всего, иметь знания о Боге, об Эволюции Вселенского Сознания, о своём месте и своей роли в этом процессе.

Причём надо будет убедиться, что ЭТИКА является тем разделом философского знания, который позволяет человеку находиться в ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ ГАРМОНИИ с Богом и со всей окружающей средой.

Что такое человек

Основой знаний о человеке является то, что человек — не тело, человек — сознание, то есть, способная к осознанию себя, обладающая памятью и умом живая энергия. Тело же — всего лишь временное жилище человека-сознания. Причём таких тел каждый человек — на протяжении своей личной эволюции — сменяет много.

В это не верят материалисты и представители примитивных религиозных сект. С другой стороны, об этом нам всё время твердит Бог — через Тота-Атланта (Гермеса Трисмегиста), Лао-Цзы, Кришну, Пифагора, Гаутаму Будду, Иисуса Христа, Бабаджи из Хайдакхана, Сатья Саи, других Божественных Учителей и многих пророков [1-4,10,12,14,18-19,24,27,34-35,42-51,60].

В это можно верить или не верить. Маленькое и слабое сознание, «слипшееся» с грязным и больным телом, не может перейти от веры или безверия — к знанию. Но можно познать всё это через собственный опыт, если пойти по духовному Пути, то есть начать развивать себя как сознание.

Смысл жизни человека, да и не только человека, но и всех воплощённых живых существ, состоит как раз в этом — в качественном и количественном развитии себя как сознания.

Ради чего? — Ради Слияния с Богом и обогащения — через это — Его собою.

Всё материальное, существующее во вселенной, включая нашу планету и всё, что есть на ней, предназначено как раз для этой цели: обеспечить развитие на материальных носителях индивидуальных сознаний.

Эволюция каждой души начинается так. На растущих минералах — на их кристаллических решётках — происходят начальные процессы формирования сгусточков энергий, которые до этого находились в диффузном, рассеянном состоянии (протопуруша). Образовавшиеся таким образом сгусточки затем воплощаются в растительные, затем в животные и потом в человеческие тела. При этом происходит постепенный рост каждой воплощаемой души.

Элементы эмоциональных реакций и простейшие двигательные рефлексy отмечаются уже у растений. У высокоразвитых в эволюционном отношении животных мы видим богатство эмоциональных переживаний и иногда даже весьма развитый ум. А на человеческой стадии эволюции от нас требуется, помимо прочего, понимание рассматриваемых принципов развития сознания и именно активное участие в этом процессе. К сожалению, большинство людей этого не делает — по причине царящего на Земле массового философско-религиозного невежества.

Многомерность пространства

Пространство вселенной реально многомерно. Подобно тому, как солнечный свет сосуществует с чистой водой в одном и том же пространстве, свободно проходя сквозь воду и при этом мало взаимодействуя с ней, подобно тому, как радиоволны разных частот свободно существуют в глубине пространства вне и внутри наших тел, — подобно этому вез-

де в многомерной глубине внутри и вне любых твёрдых, жидких или газообразных объектов находятся другие миры — обитатели духов и Бога.

Шкала многомерности — это особая шкала состояний энергий, различающихся как принципиальные диапазоны. Вектор внимания при изучении этой шкалы должен быть направлен не вверх, вниз или в какую-то ещё сторону, а *вглубь*. Слои многомерного пространства (по-гречески они называются зонами, на санскрите — локами) отличаются один от другого по степени их *тонкости-грубости*.

Слой самых утончённых энергий — это Бог в аспекте Творца. Он выглядит — как бесконечный по протяжённости чистейший Свет, подобный свету утреннего солнышка — нежного и тёплого. В Нём нет никаких форм. Попав в Него, все формы сразу растворяются.

На разных земных языках люди называют Его по-разному: Бог-Отец, Иегова, Аллах, Ишвара, Изначальное Сознание, Дао и т.д. Он есть Бог и еврейских пророков, и Иисуса Христа, и Мухаммада, и правоверных Китая, Индии и других стран, где существуют правильные представления о Нём.

И лишь людское невежество и интеллектуальный примитивизм приводят к мнению о том, что, раз «имена» разные, то разные и Боги...

Именно из Обитателя Творца, из этого первого, изначального зона, осуществляется создание каждого нового «острова» многомерного Творения. Строительным материалом для образования твёрдого вещества служит, прежде всего, протоматерия (протопраkritи, бхутакаша).

Этот слой видится изнутри — при проникновении в него — как бесконечное пространство, наполненное *Нежным Покоем* и лишённое яркой светимо-

сти. Оно — как состояние тёплой и тихой нежной южной ночи со множеством звёзд.

Крайне важным является то, что Творец и эоны акаши находятся относительно всего Творения как бы по ту сторону «зеркала», в «Зазеркалье». Да, как у обычного нашего зеркала есть светлая и тёмная стороны — так и там, в многомерной глубине вселенского Океана.

Именно об этом явлении догадываются физики, пытаясь заглянуть в своих теоретических расчётах в «Зазеркалье» из мира материи; они называют энергию эонов акаши... «антиэнергией», «антивеществом»...

... Для того, чтобы создать в бескрайнем Океане вселенной очередной материальный «островок», Творец вначале образует в нём локальную зону повышенного тяготения (притяжения). Это явление в астрономии известно под названием «чёрных дыр». Туда стягивается из окружающего вселенского пространства разный материальный космический «мусор» — мёртвые планеты, метеориты, космическая пыль, а также элементарные частицы из слоя протопакрити. Возникающие в этом сгустке сверхдавление и сверхнагрев провоцируют реакции ядерного синтеза; так образуются все элементы таблицы Менделеева, формируются молекулы, в том числе, органические. В последние начинают воплощаться сгусточки протопуруши. Так начинается параллельная эволюция органических тел — и воплощающихся в них душ. Биологами достаточно хорошо изучена эволюция органических тел, надо лишь учитывать руководящую роль в этом процессе Бога.

Наша — человеческая — задача здесь состоит в том, чтобы, развив себя — как душу, сознание — в достаточной мере, пройти путь от Творения к Творцу,

утончая себя как сознание — с тем, чтобы влиться в Него, обогатив Его собою.

Такова была «задумка» Бога, когда Он сотворял нашу Землю. Таков смысл наших жизней.

Нам важно понять, что мы — не самосуициды, мы не имеем права и каких-либо оснований претендовать на собственный эгоцентризм, на ощущение собственной особой «значимости». Ибо самосущ — только Творец. И всё это Творение вместе с нами Он затеял вовсе не ради нас, а ради Себя, ради Своей собственной Эволюции.

Отсюда — и качество наших судеб: если мы развиваемся правильно — в наших жизнях всё идёт хорошо, если неправильно — Он указывает нам на это через наши боль и неудачи.

... По прошествии огромного, по нашим земным меркам, времени, на нашей планете появились миллиарды человеческих тел и ещё больше разноразрядных и разнокачественных душ. Из них — достигающие Совершенства вливаются в Творца и больше не воплощаются (кроме как в качестве Мессий, Аватаров). Остальные воплощаются вновь и вновь — пока не закончится время существования данного материального «островка». При его разрушении материя и те души, которые не сблизились с Творцом, разрушаются до состояния акаши, образуя строительный материал для будущих «островков» и жизни на них.

... На противоположном от Творца конце шкалы *тонкости* — *грубости* находится дьявольский зон — мир грубых чёрных энергий, жуткий по эмоциональному состоянию и «липкий», как нефть. Как туда попасть — об этом поговорим особо.

Но есть и обитель для праведников — рай.

Каждый человек, развоплотившись, попадает в тот эон, который заслужил при жизни в теле на Земле. Но мы должны стремиться к зонам высшим.

Нам, воспитанным в среде атеизма и доминирующего религиозного невежества, трудно, но необходимо усвоить, что Бог-Отец живёт не высоко на небе, не на других планетах, не на какой-то горе и т.п. Он — везде во всей вселенной: в *глубине* под нашими телами и всем миром материи, под всем Творением.

И «лестница» к Нему ведёт не вверх, а *вглубь*. Ступенями же её являются ступени утончения себя как сознания. И начинается та лестница... в наших духовных сердцах.

... Всё сказанное реально исследовано автором данной книги, а вовсе не списано им откуда-то или не пересказывается с чьих-то слов. И пройти этот Путь должен постараться каждый. При этом важно знать, что двигаться по нему следует «со ступеньки на ступеньку», а не перескакивая через «лестничные марши».

... Итак, Обитель Творца существует *везде, под* каждой молекулой материи. Расстояние до неё, как говорил Иисус, не толще листа тонкой бумаги [35]...

Бог-Отец — не на небе, Он — *везде*: внутри и вокруг наших тел, *под* каждой их частицей. Обитель Его чрезвычайно близка! Но... — попробуй, переступи в неё!

Переступить в неё можно лишь по Его благословию. А благословение на это может получить лишь тот, кто развил себя в должной мере по параметрам Любви, Мудрости и Силы.



Путь к Обители Творца — это Путь поэтапного утончения себя как сознания. Сначала надо, словами апостола Павла, «отвернуться от зла и прилепиться к добру» [10,18], то есть выйти из пьяных компаний, из среды грубых и жестоких людей, найти красоту в природе, в истинном искусстве, друзьями пусть станут спутники по духовному Пути.

Следующим этапом укрепления в тонкости будет начальная реализация потенциала духовного сердца. Затем — очистка чакр и важнейших меридианов, включая читрины (Брахманади). Теперь, выходя из тела сквозь читрины, мы будем попадать сразу в Святого Духа, а медитация *Пранава* даст первые слияния с Ним... Так, следуя со ступеньки на ступеньку многомерного Мироздания, иногда делая остановки, чтобы отдохнуть и освоиться, мы добиремся до Обители Творца, которая теперь становится и нашим Домом.

Вот — истинный Путь к Богу. А не злобные митинги с призывами к расправам с «неверными», не анафемы (проклятья) в адрес отдельных «инакомыслящих» или соседних сект или даже целых народов! То — путь дьяволизации, путь в ад.

Бог

Итак, мы рассмотрели вопрос о том, где искать Бога: Его надо искать вовсе не на небе, не вверху, а в *глубине* многомерного пространства. И начинать поиск Его следует не в космических далях, а в собственной груди — в духовном сердце, начинающем свой рост в чакре анахате, среднем дань-тяне.

Ещё мы говорили, что под словом Бог (с большой буквы) понимается, прежде всего, Изначальное Вселенское Сознание, сущее в самом глубоком, изначальном, тончайшем слое многомерного пространства. Это Изначальное Сознание едино для всей вселенной и, соответственно, для всех её живых творений, включая всех людей нашей планеты. И из того, что слово Бог звучит по-разному на разных земных языках, не следует, что и Боги у населения разных стран разные. Ведь и слова «Солнце», «Земля» — тоже различаются в произношении у разных народов, но отсюда не следует, что у людей каждой страны своё Солнце и что каждая страна находится на отдельной планете.

И всё же мы пока рассмотрели не все аспекты определения слова «Бог». Например, читатель вполне может спросить: «А что имеется в виду в учении веданты под формулой “Бог есть *Всё*”?», «Что такое христианская Троица?», «Что такое Брахман?», «Существуют ли планетарные Боги-Дemiурги?», «Как понимать утверждение о том, что каждый — Иисус, Бабаджи, Сатья Саи — тоже Бог?», «Как совместить тезис веданты о том, что именно Брахман является Абсолютом, то есть *Всем*, с утверждением Кришны о том, что над Брахманом существует ещё более высокий уровень Божественного Сознания — Ишвара, Бог-Отец?»... Внесём ясность во всё это.

Первое, что надо сразу принять, это исключение из своего мировоззрения сказочных языческих «богов», о которых фантазировали люди по всей Земле до того, как к ним пришли знания о Едином Боге. Таких сказок было достаточно и в древней Греции, и в древнем Риме, и в Индии, и у арабов, и на Руси. Оставим те персонажи для исследования фольклористам. И продолжим серьёзный разговор, опираясь на

сведения, сообщаемые нам непосредственно Богом, а также на опыт практического изучения Истины.

Итак, что такое Абсолют? Это слово означает *абсолютно Всё, существующее во вселенной*. А что существует в многомерной вселенной? Прежде всего — Сам Творец. Материальная составляющая Творения и сознания всех уровней развития, помимо Творца, составляют лишь малую Часть Абсолюта. Более того, Творец «пропитывает» Собою Своё Творение. Оно, состоящее из разных энергетических проявлений в слоях-зонах, подобно многомерному слоёному пирогу, в котором первый, основной слой несравненно доминирует над остальными. И этот «пирог» есть именно *Единое Целое*.

«Есть только *Всё*, Единое Цельное Многомерное *Всё*» — это не только одна из важнейших высших медитаций, но и несомненная истина, обрисовывающая Абсолют.

Но мы, люди, — являемся ли мы неотъемлемыми частями Абсолюта?

Ответ таков: и да, и нет.

Мы, с одной стороны, в каком-то отношении подобны клеткам крови во вселенском Теле Абсолюта — ничтожно малые в сравнении с Ним, не способные существовать отдельно от Него, полностью от Него зависимые, хотя и имеющие возможность ограниченного самостоятельного передвижения в пределах Тела.

Но, если перейти на другой уровень рассмотрения: с позиций не Макроорганизма, а «клеток» Его Тела, — то мы, как души, несомненно, изначально отделены. Более того, мы обладаем значительной степенью свободы воли, дарованной нам Им.

В том-то и дело, что мы, возникшие, как души, в состоянии отдельности, — должны в итоге своего

развития придти к неотдельности, «не-дуальности» с Ним в Его «базовом» слое-зоне.

И утверждения некоторых мыслителей о нашей якобы изначальной тождественности Творцу и даже об отсутствии у нас свободы воли — это всего лишь хорошие медитативные установки, призывающие нас к Слиянию с Ним.

Но в реальности, свобода воли является как раз тем механизмом, который обеспечивает естественную «сортировку» нас по этическому критерию: соблюдаем или нет мы данные Им для нас правила жизни, стремимся или нет мы к Слиянию с Ним в Любви? В зависимости от таких наших решений и строятся наши судьбы.

Наша философско-религиозная осведомлённость и интенсивность наших усилий по преобразованию себя в соответствии с Волей Бога определяют, в частности, наши перемещения из зона в зону. Это зависит не от тех или иных поступков, а от нашего эмоционального статуса: в грубых или в тонких эмоциональных состояниях мы привыкли жить.

Так, приучив себя к «тяжёлым», грубым состояниям злобы, ненависти, мы обеспечиваем себе «обитель» в дьявольской зоне среди подобных себе.

Если же мы жили в тонких и нежных состояниях любви — то естественным образом попадаем в гармонию и чистоту райской обители.

Или, если мы прожили «серую» жизнь — и без особо «тяжёлых» состояний, и без выраженной утончённости сознания — то и оказываемся после смерти тела в «серых» слоях Мироздания.

Но целью нашей должен быть вовсе даже не рай, а Обитель Бога-Отца. Об этом Он Сам постоянно говорит нам [10,18].

Но чтобы поселиться в ней, одной лишь утончённости сознания не достаточно: требуется ещё и

Мудрость. А она обретается через и повышение общей эрудиции, и интеллектуальный труд, и активное служение людям во всём добром, и через настойчивую устремлённость в познании Бога.

... Святой Дух — это совокупность исходящих из Обители Творца Божественных Индивидуальностей. Его функция состоит в том, чтобы курировать развитие всех душ более низкого пока уровня развития. Именно Святой Дух является Организатором наших судеб. Он это делает Сам непосредственно, или же с помощью многочисленных духов, обладающих теми или иными свойствами — в том числе, как «райскими», так и «адскими».

Когда мы ощущаем приходящие «откуда-то» волны блаженства в ответ на наши правильные мысли или поступки — это проявляет Себя Святой Дух. В таких случаях говорят, что Он дарит нам Свою благодать. Специальные медитативные приёмы позволяют быстро достичь лёгкого и частого блаженного контакта со Святым Духом.

Для того, чтобы внести ясность в термин «Брахман», надо сказать несколько слов о древней индийской философской системе, называемой «веданта». Это важно для нас ввиду того, что Аватар нашего времени Сатья Саи, обращаясь к воспитанным в философской традиции веданты индусам, говорит зачастую именно в терминах данной философской школы.

Философия веданты сформировалась в Индии ещё до Кришны, на базе языческого учения четырех Вед. В те времена индусы ещё не знали о существовании Ишвары — Бога-Отца. Именно поэтому в философии веданты Брахман рассматривался как Высшее Божество и даже как Абсолют.

Рассказал жителям Индии о Боге-Отце именно Кришна. Позднее то же самое для народа Израиля и всего современного христианского и мусульманско-

го миров Бог объявил через еврейских «ветхозаветных» пророков, Иисуса Христа и Мухаммада. Но, как в Индии, так и в христианском мире массы людей не смогли сохранить превышающие их способность к восприятию знания о Боге-Отце, и Он оказался ими почти забыт, будучи вытесненным древними сказочными персонажами в Индии или обожествлёнными человеческим воображением персонажами в наиболее массовых христианских сектах (подробнее — см. в [6]).

... Из перечисленных в начале этой главы вопросов мы не рассмотрели только один: что такое «Троица»?

Есть Бог-Отец — Высшее Изначальное Вселенское Сознание, сущее в тончайшем зоне многомерного пространства, находящемся в «Зазеркалье» относительно всего многомерного конгломерата Творения. Он является Высшей Целью для всех людей.

Его главным Проявлением, Представителем, активно действующим Организатором и Куратором жизни на любой населённой планете является Святой Дух.

Ещё Бог-Отец иногда проявляет Себя, став воплощённым в человеческие тела. Этими воплощающимися Частицами Творца становятся прежде достигшие Слияния с Ним люди. Их называют на разных языках Мессиями, Христами, Аватарами.

То есть, «Троица» — это Творец, Святой Дух и Христос, а в терминах Бхагавадгиты — Ишвара, Брахман, и Аватар.

Но термин «Сын», как разъясняет Сам Иисус [35], — применительно к данному контексту, вовсе не удачен. Ибо любой человек должен научиться ощущать Бога своим Отцом-Матерью, а себя — сыном или дочерью.

Бог — и мы

Бог — это вовсе не летающий невидимый человек, как Его представляют в примитивных религиозных сектах. Бог — это Вселенский Океан Сознания. Каковы Его размеры? Мы можем представить себе «световой год»? Это — астрономическая единица измерения космического пространства: расстояние, которое проходит луч света за один земной год. Астрономы обнаружили объекты во вселенной, удалённые от Земли на миллиарды световых лет. Но Бог — ещё больше. Ибо вселенная бесконечна. Он — БЕСКОНЕЧНО ВЕЛИК!

И как ни кажется нам велика наша планета, когда мы идём или едем по её поверхности или же летим вокруг неё, — но эта планета на самом деле ничтожно мала в сравнении с величиной Океана Сознания Творца.

Земля — это лишь один из множества миллиардов островков материи, сотворённых Им в толще Себя-Океана. На Земле, как и на многих других планетах вселенной, сформировались условия, пригодные для жизни и эволюции органических тел. В телах растений, животных и людей — и происходит развитие Вселенского Сознания. Мы — каждый из нас, людей, есть частица, сгусточек энергии сознания, который прошёл в своем индивидуальном прошлом — развитие в растительных, животных и затем человеческих телах, а сейчас обязан на нынешней, человеческой, стадии совершать активные усилия по самосовершенствованию.

Мы должны постараться сделать себя такими, чтобы а) стать достойными и б) смочь — нырнуть в Обитель Творца и слиться с Ним. Тогда мы обретём

конечный Покой в Наивысшем Блаженстве Вечного Слияния с Ним, Бытия Им.

Эту цель постоянно вновь и вновь напоминает нам Он, воплощая Частицы Себя в человеческие тела. Но люди в большинстве своём оказываются неспособными осмыслить и удержать в памяти эту Истину, они всё время норовят забыть, исказить, извратить Учение Бога, ниспосылаемое для нас. Так формируются различные религиозные секты. [6]

... Существование каждого материального «островок»-планеты в бесконечном Океане Бога имеет свою определённую длительность. Затем для него наступает «конец света». Те сознания (души), которые не успевают достичь Слияния с Ним, — уничтожаются, разрушаются. Достигшие же Слияния обогащают Его собою, полностью исполнив свой смысл жизни, реализовав свою любовь к Нему в Слиянии с Ним.

Смысл жизни человека

Вопрос о смысле своей жизни обязательно встаёт перед человеком, если он переходит, взрослея, от инстинктивно-рефлекторной стадии своего развития — к собственно человеческой, где в определении образа жизни и поведения начинает доминировать интеллект.

Над этим вопросом мучились многие философы. Но далеко не для всех из них оказалась доступной истинная философия Бога; созданные же сектами извращённые концепции не могли их удовлетворить. В результате дошло до того, что вопрос о смысле жизни многими был «признан» вообще «псевдовопросом» — вопросом, заведомо не имеющим ответа. По этой атеистической концепции выходило,

что человек принципиально не отличается от животных, и объективный смысл его существования на Земле... — всего лишь в оставлении потомства, в продолжении «рода человеческого», в создании материальных ценностей для потомков. А раз так — то никакие духовные усилия не нужны, не нужна и этика взаимоотношений с другими живыми существами... «Что наша жизнь? — игра... Добро и зло — одни мечты... Труд, честность — сказки для бабья...»¹. И самоубийство, «когда пришло время» — единственный верный шаг для человека, достойного уважения...

Но истина состоит в том, что смысл жизни существует.

Он — в развитии сознания: развитии качественном и количественном.

Качественное развитие включает интеллектуальное и этическое совершенствование, а также утончение сознания. Количественное — прямой рост количества энергии утончённого сознания.

Последнее отражает, в частности, так называемую «личную силу» человека — психоэнергетическую мощь конкретного индивидуального сознания, зависящую от количества накопленной энергии сознания или, иначе говоря, от размеров души.

Бог в соответствии с этим подразделяет людские души на «мелкие» и «большие» [9]. И те, и другие могут быть носителями комплексов как отрицательных, так и положительных качеств. Так, «мелкие» души, развившие в себе негативные свойства,

¹ Слова из оперы П.И.Чайковского по произведению А.С.Пушкина «Пиковая Дама».

Он именует бесовскими; если же они ещё и накопили «личную силу», то это — дьявольские души, дьяволы. Мы можем встречать их воплощёнными или невоплощёнными. Их удел при невоплощённом состоянии — ад, а в дальнейшем — «адские» воплощения, во время которых они будут в страданиях изживать свою дурную карму (созданную ими самими для себя судьбу). Таким образом Бог будет предлагать им познать на собственном опыте, что такое боль, которую они причиняли другим. Так Он делает для того, чтобы помочь им стать лучше, чтобы им стало легче задуматься об адекватности своего жизненного пути, о смысле жизни человека, о Боге и Пути к Нему...

А люди, развивающие себя в верном направлении, — те со всё нарастающей скоростью устремляются в Объятия возлюбленного ими Творца, их жизни всё больше наполняются истинным Божественным счастьем, ликованием познания Божественной Любви.

Какими же Бог желает видеть нас конкретно?

Судьба и её коррекция

Мы, живя в своих физических телах, очень часто думаем, что можем остаться «совсем одни», что можем иметь тайны, о которых «никогда и никто не узнает». На самом деле это — наши наивные иллюзии. Просто мы из своих тел видим только тела таких же воплощённых людей, от которых, действительно, что-то можно спрятать, утаить.

Но, в реальности, мы живём, будучи полностью обнажёнными перед Богом и множеством духов. Они не только постоянно наблюдают за нашим поведением, слышат наши речи, ощущают наши эмо-

ции. Но для них абсолютно открыты даже все наши мысли.

И не бывает таких ситуаций, чтобы нам остаться совсем невидимыми никем. Когда мы, «уединившись», занимаемся сексом в том или ином варианте — на нас тоже смотрят. Будь мы в пустыне, в лесу, на маленьком необитаемом островке в океане, днём и ночью, в жару и в стужу — мы абсолютно открыты для Бога и многих невоплощённых существ. Даже если мы сидим, запершись, в туалете, мы — абсолютно на виду у них со всех сторон, и снизу и даже изнутри. Ни одежда, ни какие-либо иные преграды или оболочки для них — не преграда.

В связи с этим будет весьма полезна такая медитация: «Я — на Ладони у Бога». Если мы будем постоянно ощущать себя под Его Взором — это поможет нам быстрее очиститься от многого лишнего в себе.

... А они (Бог и духи), будучи невидимыми для нас, могут оказывать на нас то или иное влияние.

В том числе, они запросто воздействуют на наши эмоции, особенно, если мы не умеем ими управлять сами.

Например, нас легко заставить вдруг влюбиться в кого-то, кого-то неожиданно разлюбить.

Или, гуляя, нам «захотелось» остановиться, пойти налево, или направо, или пойти быстрее, а там...

Или нам могут «подбросить» ту или иную мысль. И мы её принимаем за свою собственную.

Или, воздействуя на мозговые центры, нас заставляют поскользнуться, упасть, расшибиться. Или, стреляя, промахнуться.

И преступник напал на меня и сделал мне то-то и то-то — не только потому, что он — жестокий и злобный примитив, устремившийся к аду, — но и потому, что его в этой ситуации свёл со мной Бог.

При этом, чем примитивнее у человека интеллект — тем им легче управлять: он не имеет своих прочных этических убеждений, не сопротивляется такому управлению.

Животными управлять ещё легче. Поэтому, если кого-то укусила собака, — на то была не только её воля.

Бог и духи управляют людьми и животными. Но они воздействуют и на неживые предметы. Так, и пуля может быть, если надо, отклонена, и бомба, снаряд, граната могут не взорваться, и огонь может погаснуть. И наоборот, огонь, вода и что угодно ещё могут вдруг появиться в самом неожиданном месте и в самое неожиданное время. Свидетельства тому — и явления полтергейста, и те чудеса, которые творят Мессии, причём не только вблизи Своих тел, но и на любом расстоянии от них. Сейчас это демонстрируют нам, в частности, Сатья Саи [10,14,42,58,64] и Дэвид Копперфильд [9].

Поняв, что Бог есть везде и что Он всемогущ, нам надо принять, что никакие внешние силы не могут причинить нам вред, если на то нет Воли Бога. (Все духи тоже управляются Им). А если же что-то неприятное с нами произошло — то причину надо искать в себе: в своей судьбе, в своих ошибках в близком или далёком прошлом.

... Мы уже говорили о том, что Бог создал всё Своё Творение вовсе не ради нас, людей. А ради Самого Себя! Мы, люди, — вовсе не самосуши. И не отделены объективно от Бога. Наоборот, мы — в Нём, а наша отдельность от Него — то лишь наша глупая иллюзия, как раз и приводящая нас к нашим бедам.

Мы полностью подвластны Ему. Он пасёт нас как Своё стадо, посылает нас раз за разом расти и взрослеть на «пастбища» Земли. Здесь, во взаимо-

действию с подобными себе и с предметами материального мира, мы обретаем и укрепляем те или иные наши качества — благие или дурные.

Мы должны научиться видеть, слышать и слушаться нашего Пастыря и любить Его. И кто-то учится этому с радостью, а кто-то норовит прятаться от Него, делает вид, что Его вовсе нет, зато есть я! — во, какой здоровый, сильный и прекрасный!

Смиранных, добрых, любящих, умных — Он воспитывает лаской и быстро приближает к Себе, впускает в Себя.

Остальные же продолжают воплощаться и воплощаться в новые тела. А между воплощениями они подолгу живут среди подобных себе душ — в тех состояниях сознания, к которым привыкли при жизни на Земле.

Бог продолжает заботиться о нас — до самого «конца света» — напоминая постоянно о Себе через Своих Мессий и пророков, через святыя книги. Он также показывает нам, каково быть злыми, лживыми, подлыми, любителями чужого добра, — показывает, напуская на нас людей-преступников, свирепых животных... Он хочет через это объяснить нам, что значит быть испытывающими боль, страх, чужой гнев, что значит быть обкраденными... — чтоб научить не делать это другим.

Люди называют это «законом кармы» — законом причинно-следственных отношений в наших судьбах. По этому принципу Он будет нас «бить» до тех пор, пока мы не очистимся от пороков, пока не станем такими, какими нас хочет видеть Он: нежными, заботливыми, альтруистичными, абсолютно честными, без важности и высокомерия, не способными на гнев, на насилие. На насилие — кроме как ради защиты других людей добра от чьего-то злого насилия.

Он есть Любовь. Чтобы влиться в Него или хотя бы приближаться к Нему, мы должны также становиться Любовью.

Что же такое — любовь? Ведь как мало людей понимает, что значит это слово!

Любовь — это, прежде всего, эмоциональные состояния. Самое главное и драгоценное из них — тонкая нежность на фоне ПОКОЯ. Также — заботливость, доброжелательность, почтение, уважение, признательность и т.д.

Эмоции — это не мысли, не мимика, не поведенческие реакции, не электрические процессы в головном мозге. Эмоции вообще возникают вовсе не в голове, как полагают физиологи-материалисты. Они зарождаются в груди, шее, животе — в специализированных эмоциогенных органах — чакрах и меридианах.

Перечисленные выше разновидности любви продуцируются в чакре анахате, расположенной в грудной клетке. Их на самом деле знают только те люди, у которых данная чакра развита и исправно функционирует. Для остальных людей такие слова, как нежность, доброжелательность и т.д., — всего лишь слова, за которыми для них не стоит никакого конкретного содержание. И если человек живёт без «сердечной» любви — значит он живёт «вдалеке» от Бога и шансов на духовный успех, на познание Бога и Его Любви, даже на рай — у него пока нет.

ЛЮБОВЬ и ПОКОЙ — это есть два состояния, живя в которых, мы имеем шансы на быстрое духовное совершенствование, на сближение с Богом.

Гнев же во многих его разновидностях (ненависть, ярость, раздражение, осуждение, ревность, неудовлетворенность и др.) и страх — это те состояния, которые ведут нас в противоположную от Бога сторону, ведут нас к аду.

Эти две пары состояний — противоположны и взаимоисключающи.

Научиться гневу и страху — просто. Это умеют почти все люди. Но хотим ли мы сами туда? Как нам противостоять злу, влекущему нас в ад? Ненавистью к тем, кто «всё это устроили»? Это — самое простое и глупое решение! Именно оно-то нам и обеспечит и дурную карму на эту и следующую земные жизни, и ад между ними.

Те условия, в которые мы сейчас попали, — это ведь тоже карма каждого из нас, заслуженная прошлыми бездуховными жизнями. Хотим ли мы на будущее ещё хуже?...

К хорошей судьбе, к раю, к Богу — нас могут вести лишь ЛЮБОВЬ и ПОКОЙ, соединённые воедино вне зависимости от внешней обстановки.

Как же нам научиться ЛЮБВИ и ПОКОЮ?

Первым способом, который исстари предложил людям Бог, является гармоничная сексуальная любовь — именно, любовь, лишённая страстности, похоти (эгоистичного хотения), ревности, — любовь, основанная на взаимном уважении, на дарении себя другому, на действиях ради другого, ради общей гармонии, а не ради себя.

Второй способ — гармоничное, счастливое воспитание детей.

Третий — гармония общения с природой.

Четвертый — духовное искусство. А именно — то, которое способствует развитию в нас, прежде всего, ЛЮБВИ и ПОКОЯ.

Пятый — посещение духовных собраний, где организованы, в том числе, гармоничные и развивающие Любовь коллективные медитации.

Кроме того, существуют эзотерические приёмы работы над собой, где на первом месте должно стоять развитие главного органа эмоциональной люб-

ви — духовного сердца. Затем следуют приёмы утончения сознания, познания Святого Духа, а потом и Бога-Отца.

Мы — как сознания, души — выработали в себе на протяжении всей своей личной эволюции некоторые индивидуальные свойства, которые называют «чертами характера». Это могут быть как благие, так и порочные черты.

Пороки, например, могут быть такими: гневливость, агрессивность, насильственность, язвительность, высокомерие, жадность, эгоизм, занудство, лживость, грубость, бестактность. Могут присутствовать в человеке и такие более мелкие, но неприятные для окружающих порочные черты, как привычки грызть ногти, «дрожать коленками», сидя за столом, также «шмыгать носом», употреблять грубые слова, да и просто слишком много или громко говорить.

В качестве пороков можно рассмотреть и отсутствие положительных качеств, например, отсутствие внутреннего покоя, способности к искренней и нежной любви, верности и надёжности в отношениях с другими людьми, отсутствие веры в бытие Бога и устремлённости к духовному Совершенству, искренней готовности помогать людям в добре.

Как бороться с пороками? В разных ситуациях рекомендации могут быть разными. Так, иногда достаточно лишь узнать о том, что такие-то мои действия являются порочными — и привычка к ним сразу же исчезает. Например, автор этой книги немедленно прекратил курить, употреблять алкоголь и питаться телами убитых животных — сразу, как только узнал, что есть Бог, есть смысл жизни, что питание трупами животных — для нас не необходимость, а жестокая прихоть нашего чревоугодия.

То есть, бывают пороки от невежества — и они уходят легко, сразу по приходе света знания.

Но бывают и такие порочные черты характера — как привычки лгать, пребывать в раздражённо-гневливом состоянии, занудство, высокомерие, жадность, эгоизм, трусость и т.п. — которые сразу, мгновенно устранены быть не могут. Для того, чтобы их победить, требуется интеллектуальная работа по их осмыслению, по выработке новых, правильных стереотипов мышления, эмоционального реагирования и поведения. Значительную помощь здесь могут оказать чтение серьёзной духовной литературы, некоторые психозенергетические приёмы работы, например, наладка системы своих чакр, серьёзная покаянная работа.

Рассмотрим теперь, что такое покаяние: в чём его смысл и каков механизм.

В выродившихся религиозных направлениях покаяние тоже может присутствовать, но оно там потеряло эффективность. Причина этого состоит в утрате верного представления о взаимоотношениях человека и Бога. Бог там выглядит как некий страшный судья, который — зачем-то — сортирует людей по признаку наличия или отсутствия «непокаянных» грехов и затем направляет их на этом основании на вечное жительство в ад или рай. спасающее от ада «покаяние», как там утверждают, состоит в том, чтобы исправно докладывать «пастырю» своей секты о совершаемых грехах; тогда тот «отпустит грехи» и спасёт таким образом от ада. Грешить, то есть, можно. Ибо все грешат. Если не будешь грешить — можешь возгордиться от своей праведности, а это-то и будет самым страшным грехом. Поэтому — грешить можно, нельзя лишь не ходить на спасительную исповедь.

Умному человеку понятно, что данная «формула покаяния» является ни чем иным, как средством запугивания «паствы» и принуждения ходить в храмы, платя «добровольные пожертвования» на содержание тех самых «пастырей».

В контексте данной книги нас должен заинтересовать вопрос: что позволило теоретически оформить такую нелепую схему покаяния? Дело в том, что в концепциях подобных «христианских» сект утрачено знание, что Бог-Отец ЖДЁТ НАС В СЕБЕ — совершенных, Богоподобных — какими мы должны стать.

Итак, смысл покаяния — вовсе не в том, чтобы, «доложившись» перед кем-либо, избежать таким образом ада. А в том, чтобы напроочь избавиться от пороков как свойств души, чтобы стать, как Бог, чистой Любовью. И затем, обретя Мудрость и Силу, слиться навсегда с Ним, став Частью Его.

Иными словами, мы должны готовить себя — как достойный подарок Ему, как дар нашей любви Ему, как Святое Подношение. А это Подношение должно быть Божественно чистым!

Теперь должно стать ясным, что, сколько бы мы ни «докладывались» и ни извинялись о своих грехах, продолжая жить в эмоциональной грубости и вредя другим существам, это — не спасёт от ада, не приблизит ни к раю, ни к Творцу!

... Главным механизмом покаяния является раскаяние в совершённых проступках. Любое наше корыстное, или по небрежности, или вследствие нашего дурного характера причинение вреда любому живому существу — вот главная группа наших грехов. При этом вред нами мог быть причинён как делами и словами, так и даже просто дурными эмоциями. Более того, каждый раз, когда мы выходим из состояния любви, мы не только отдаляем себя

от Бога, но и засоряем энергиями своих дурных эмоций окружающее пространство внутри Абсолюта. И Бог указывает нам, что и такие наши состояния являются грехами и ведут к накоплению отрицательной кармы.

Свои грехи мы можем представить бусинками, нанизанными на нити тех или иных наших дурных качеств — пороков. Пытаясь избавиться от пороков, надо постараться вспомнить все те ситуации в линии каждого порока, прочувствовать на себе боль, причинённую нами другому существу и, раскаявшись, пережить в воображении каждую ту ситуацию теперь уже верно. Именно таким способом мы можем разрушить свои неверные стереотипы и заготовить образцы верных решений.

... «Истина (верное понимание того, что такое Бог, человек, Эволюция) — Простота — Любовь — Карма-йога (служение Богу, проявляющееся в служении людям во всем добром) — Уничтожение своего низшего «я» ради слияния с Высшим «Я» Бога» — такую схему духовной работы предложил нам Аватар Бабаджи. Изменяя себя так, как этого от нас хочет Бог, мы меняем свои судьбы, наполняя их всё более благоприятными возможностями для духовного роста, делая свои жизни всё более счастливыми, приближая себя к Конечной Цели своей личной эволюции — Блаженству Слияния с Богом-Отцом.

Любовь, Мудрость и Сила

Когда-то Бог разъяснил мне, что главными Его качествами являются Любовь, Мудрость и Сила. Поэтому, стремясь к Слиянию с Ним, люди должны развивать себя по этим трём основным параметрам

[9]. Многие годы спустя те же слова пришли к нам от Бога через «Книгу Иисуса» [35].

Овладение каждым из указанных свойств Бога осуществляется как в одухотворённой правильной устремлённостью «обычной» жизни, так и посредством специальных психоэнергетических приёмов.

Всеми этому же учил и учит нас Иисус [10,18].

Подробную конкретизацию тех же принципов для современного человека даёт нам наш Современник — Мессия Сатья Саи [10,14,18,42-51,58,61 и др.].

Ценнейшие советы по приведению себя к эталону этического совершенства мы можем найти также в поучениях других постигших Бога духовных Учителей — таких, как Хуан Матус, Раджниш и другие [10,14,18].

... Итак, этический аспект развития должен начинаться нами с изучения того, какими в этом отношении нас хочет видеть Бог, с отслеживания в себе пороков, устранения их через, в том числе, покаяние, с активного взращивания в себе положительных качеств.

И для тех людей, кто уверенно идут по этому Пути, будучи одухотворёнными устремлённостью к практическому познанию Бога и с искренней Любовью к Нему, — для тех решающим этапом в этической самокоррекции (прежде всего, в управлении своими эмоциями) будут тренировки в психической саморегуляции, начинающиеся с освоения перемещения концентрации сознания по чакрам. Ведь именно чакры являются органами, в которых продуцируются те или иные эмоции и иные психические состояния человека.

Так, чакра анахата является органом, продуцирующим эмоцию «сердечной» любви. Поэтому, если мы прочистили и развили в себе эту энергоструктуру специальными упражнениями, то простой вход

сознанием в неё уже переводит нас из состояний утомления, раздражения, тревоги — в светлое и чистое состояние любви и покоя.

Те, кто практикуют такие приёмы, отмечают, что и отношение к ним окружающих людей меняется: мы ведь теперь создаём собою для окружающих благоприятное энергополе, они в нём чувствуют себя лучше, общаться с нами им становится приятно — отсюда и изменение отношения.

Если же нам нужно настроиться на деловую энергичность — здесь пригодится исправная чakra манипура или же весь комплекс трёх нижних чакр (хара).

А умственная деятельность не может успешно совершаться при загрязнённости и неразвитости головных чакр...

Состояние чакр напрямую влияет на функционирование органов тела, расположенных в тех же его сегментах. И многие хронические заболевания легко излечиваются лишь от энергетической очистки соответствующей чакры.

... Аспект Мудрости у человека проходит в своём развитии две фазы.

Первая — накопление знаний и совершенствование самого аппарата мышления. Умение отслеживать ложные концепции и творческая способность интеллекта (то есть нахождение новых решений, изобретательность в малых и больших делах) свидетельствуют о его развитости. Учёба в учебных заведениях, чтение книг, развивающие интеллект игры, интеллектуальный труд в науке, производстве, педагогике и т.п. — всё это благоприятствует позитивной эволюции человеческих душ.

Без развитого интеллекта заниматься серьёзной религиозной практикой крайне опасно. Такие люди легко становятся жертвами ложных и губитель-

ных концепций типа того, что ради духовного прогресса надо пить как можно больше мочи или что «Освобождение» достигается через полное отбрасывание всех этических норм и «спонтанность» поведенческих реакций... Эти люди не способны отличить любовь — от похоти, нежность — от слащавости, тонкость — от грубости, Бога — от дьявола. Думая, например, что слышат глас Божий, они подчиняют себя водительству бесов и дьяволов, находят упоение якобы своей «личной силой», соединившись с дьявольской грубостью.

Психознергетическая работа — не для слабых умом! Задача тех людей пока — совершенствование себя через служение, укрепление веры, накопление знаний, этическую самокоррекцию.

Вторая фаза в развитии аспекта Мудрости сопряжена с реальным освоением собою как сознанием многомерного пространства и с познанием населяющего его невоплощённого сознания, включая Сознание Творца.

Этот процесс ведёт к постепенной замене изначального человеческого эгоцентризма — Богоцентризмом.

А вершина Мудрости воплощённого человека достигается им через способность смотреть на явления материального мира Богоцентрическим взглядом, взглядом *из Бога*, а не из своего маленького «я», привязанного к телу, как у почти всех людей.

«Направь свой ум на Меня», — так учит нас Бог через Бхагавадгиту [10,18], то есть, постарайся сначала умом разобраться в том, что такое Бог и каково моё личное место в Творении в связи с Его Бытием. И если это удаётся сделать, то тогда — посредством специальных духовных практик — может прийти способность погружать в Него себя как созна-

ние, приближаясь к полному и окончательному Слиянию с Ним.

Способность управлять направленностью своего ума, а затем и сознания, вместо того, чтобы реагировать чисто рефлекторно на раздражители извне и внутри тела, — не может быть освоена без, опять же, специальных психоэнергетических тренировок. Речь идёт о работе со своими индриями.

«Индрии» — санскритский термин. Им обозначают «щупальца» сознания.

«Обычный» воплощённый мирской человек живёт в своем теле, отнюдь не являясь его хозяином. Скорее, он — его раб. Он приделан к нему подобно тому, как если бы накрепко и надолго приковать шофёра к сидению и механизмам управления автомобилем. Эти «автомобили» у всех разные: у кого-то новенькие и пока ещё исправные, у кого-то — старые и дряхлые. Человек обычно «сидит» сознанием в той или иной своей чакре, часто в грязной, неисправной, а если и перемещается внутри тела — то не по своей воле, а потому, что те или иные потребности тела командуют им: где-то заболело, где-то «засосало», где-то приятно... И из этого своего «автомобиля» он выглядывает наружу лишь через органы чувств: зрение, слух, обоняние и др. При этом он как бы протягивает через органы чувств «щупальца» сознания.

Проследим, например, за собой. Вот, я слушаю радио. Мои индрии от ушей протянулись к приёмнику. Но вдруг — рядом зазвонил телефон. Мгновенно я перебрасываю индрии на него, сняв их с радиоприёмника. Теперь они — на телефонном аппарате; радио я больше не воспринимаю.

Через ум мы также посылаем свои индрии на предметы или на людей, когда мы думаем о них. Чувствительные люди ощущают и даже видят ясно-

видением чужие индрии, направленные на них или на кого-то ещё. В зависимости от эмоционального состояния того, кто посылает индрии, — их воздействие может быть благотворным, нейтральным, неприятным или даже болезнетворным. Последнее явление в народе прозвали «сглаз»: прикоснулся своими индриями недобрый энергетически сильный человек, при этом он «влил» в другого энергию своих дурных эмоций, тому — плохо, он может от этого заболеть.

Сделаем отсюда каждый для себя следующий вывод: моё эмоциональное состояние, особенно если у меня уже есть «личная сила», — не только моё личное дело. Нет: мы можем приносить ощутимый вред своими дурными эмоциями другим людям, даже не желая того. И напротив, мы можем помогать другим, в том числе, исцеляя их, если посылаем на них свою любовь.

... По мере того, как человек развивает себя как сознание в нужном направлении, — он постепенно избавляется от оков, привязывавших его к телу. Вначале он научается свободно и произвольно перемещаться внутри него по чакрам и основным меридианам, приобретает способность очищать тело от энергетических загрязнений, это резко улучшает его здоровье. А затем становятся доступными выходы за пределы тела, активное наращивание величины сознания, развитие «личной силы», которая обеспечивает возможность, в том числе, переходить из зоны в зону, активно исследовать многомерную природу вселенной.

Развитое сознание, вышедшее за пределы тела из чакры анахаты, можно сравнить с амёбой, которая теперь уже непосредственно, свободно, а не через органы чувств тела, протягивает свои индрии к тем или иным объектам и притягивается к ним. По

мере утончения себя как сознания мы обретаем способность проникать таким способом во всё более тонкие зоны — вплоть до Обителя Изначального Сознания, Бога-Отца.

... «Личная сила» человека — то не сила тела, а сила сознания. Она может стать как дьявольской, так и Божественной — в зависимости от того, в какую сторону человек сам идёт в своем развитии. А это определяется, прежде всего, тем, к каким эмоциональным состояниям он себя приучил.

Правильное развитие «личной силы» также не может быть достигнуто без того, чтобы поддерживать в здоровом и активном состоянии своё тело. Поэтому физический труд, спортивные нагрузки, закаливание и правильное питание здесь очень важны, в том числе, с детства. Тело должно стать сильным и здоровым, чтобы действительно обрести высокие духовные достижения.

Энергетической структурой, необходимой для интенсивного роста индивидуального сознания, является комплекс трёх нижних чакр — хара (нижний дань-тян). Но будет грубой ошибкой начинать духовную работу с развития именно его: обретение «личной силы» без развитой функции любви и глубокого этического соответствия может провоцировать на культивирование в себе этических пороков. В таком случае психоэнергетические тренировки принесут не пользу, а огромный вред.

Поэтому в психоэнергетической работе следует всегда, особенно в начале Пути, отдавать приоритет развитию духовного сердца. Умение смотреть на мир из анахаты и способность сохранять это состояние даже в экстремальных состояниях является критерием, дающим основания начать преподавать такому ученику приёмы наращивания силы сознания.

Что такое любовь

Любовь — многоаспектна. Она проявляется и как заботливость, и как нежность, и как преданность, и как самопожертвование, и как активное служение Богу, реализуемое в служении людям и именуемое карма-йогой (работой не ради себя, а ради Бога), и т.д.

«Фундаментом» для поддержания в себе состояния любви является постоянное пребывание концентрацией сознания в анахате, превращение — через это — себя (как сознания) в постоянную эмоцию любви, излучаемую на всех людей, на всё живое.

Одним из главных проявлений любви является нежность, в том числе, сексуально окрашенная. При этом нельзя не отметить, что этически правильная сексуальная жизнь прямо способствует развитию в людях любви.

Бог есть Любовь. Стремясь к Слиянию с Ним, мы тоже должны превратиться в Любовь — в сознания, пребывающие в состоянии постоянной Богоподобной Любви. Именно тогда мы становимся теми учениками Бога, которых Он, обучив дальнейшим премудростям, принимает в Себя. Это и есть главное условие движения по Прямому Пути к Нему.

А те люди, которые враждуют против любви, те — враги Бога.

Развив духовное сердце сначала внутри своего тела, адепт Прямой Пути затем обучается расширять его за пределы тела — сначала на несколько метров, потом заполняя им всю Землю, потом — ещё шире. Именно это и будет оптимальным вариантом растождествления себя с телом, правильного роста индивидуального сознания, обретения навы-

ков существования и действия вне тела ещё при его жизни.

Человек, развивший себя до такой степени, теряет привязанность к своему телу, перестаёт страшиться его смерти: ведь он убеждается, что обладание телом для него теперь значения не имеет, а смерть тела лишь избавит от лишних земных хлопот.

Такой подвижник оказывается в непосредственной близости от того момента, когда Творец откроет ему Себя и впустит в Свою Обитель.

Любовь к людям

Любовь может и должна проявляться как в эмоциях, так и в делах.

Об эмоциональной любви мы уже говорили и будем говорить ниже. Сейчас лишь повторим, специально подчёркивая это, что развитие в себе эмоциональной любви является самым главным методом духовного совершенствования. Именно через него мы превращаем себя (как сознание) сначала в Богоподобную Любовь, а потом и в Божественную, объединяясь, сливаясь с Богом.

Эту любовь не следует путать с похотью — сексуальной эгоистичной страстью.

Истинная любовь также вовсе не похожа на слащавость — пародию на любовь, возникающую при попытках именно внешней демонстрации любви при пустом от этой эмоции духовном сердце.

Признаком истинной любви является отсутствие в ней даже элементов насильственности, принуждения. Иначе она становится уже не любовью, а насилием.

Любовь — тонка, нежна, не содержит примесей эгоизма, эгоцентризма, она зиждется на заботе о другом, о других, а не о себе.

Она должна созреть при поддержке истинного знания о Боге и о смысле жизни человека.

Обрастая знаниями и опытом, такая любовь становится мудрой.

В помощи другим, включающей и сражения ради их блага, а также через специальные медитативные приёмы — она становится сильной.

Любовь, Мудрость и Сила — вот три качества Бога. Тот, кто довёл их в себе до Божественного уровня, — легко вливается в Изначальное Сознание, завершая свою личную человеческую эволюцию. Далее начинается бытие уже в качестве активной Чasti Бога-Отца.

Но этот Путь до Божественности нельзя пройти, лишь размышляя о нём. Это — долгая и трудная работа по переделке себя. Она в какой-то мере подобна работе атлетов, которые годами упорных и тяжёлых тренировок ведут к совершенству свои тела. Но работа с сознанием — ещё намного сложнее. Причём здесь, как и в спорте, человек, как правило, не может достичь больших результатов без помощи учителя. На духовном Пути таким учителем может стать или воплощённый человек-Гуру — тот, кто уже прошёл весь или почти весь Путь и уже лично знает Цель Пути. Или же Гуру может стать Сам Бог, как это было в моей жизни [9,15].

Универсальным методом развития себя на Пути к Совершенству, который нам постоянно предлагает Бог, является карма-йога — совершенствование себя через служение Богу, которое осуществляется в помощи людям в их эволюции. Конкретно это может быть и несение духовных знаний, и обучение элементарной грамоте, и работа в науке, в педагогике,

медицине, искусстве, в строительстве жилья, производстве одежды, пищи, в торговле, промышленности, в охране покоя людей от посягательств преступной человеческой мерзости — отбросов Эволюции. Важно, чтобы любой такой вид деятельности совершался не ради себя, то есть корыстно, — а ради помощи людям в их продвижении к Совершенству, в том числе, ради обеспечения их жизни на Земле, в этой Школе Бога.

Принцип карма-йоги вовсе не подразумевает обязательно бесплатный труд — это было бы абсурдом. Но те, кому оказана в виде дара помощь, обязаны думать об ответных дарах. Людей, которые не отвечают на полученные дары — дарами, Бог именует ворами (см. Бхагавадгиту в [10,18]).

Ещё важно отметить, что вредящие людям виды деятельности не являются карма-йогой и никоим образом не могут быть праведными. Это — например, производство и распространение спиртных напитков, табака, других психоделиков (называемых не совсем адекватно «наркотиками»), участие в агрессивных войнах, любая проповедь ненависти, агрессивности, любое провоцирование людей на страх, убийство животных ради питания их телами или использования содранной с их тел кожи, напрасное уничтожение растений и т.д.

То есть, карма-йога, как служение Богу, подразумевает помощь только в добром, в добре.

Любовь к природе

Общение с живой естественной природой необходимо. Именно уединение в лесу или других природных ландшафтах является одним из важных способов «подставления» себя Богу для того, чтобы Он

мог успешнее нас учить. «В лесу ищите Моих указаний!...» [34: Листы Сада Мории. Зов]. Ибо именно там мы можем «растечься» сознанием по гармонии окружающей среды, вместо того, чтобы, будучи в городе, «сидеть» в своих головных чакрах, «питаться» информацией лишь о земных людских страстях и пачкаться от энергий людских отрицательных эмоций.

Хотя и большие культурные центры городов тоже нужны: там есть библиотеки, есть богатые возможности для интеллектуального развития, там легче найти себе единомышленников и попутчиков на духовном Пути.

Полезно также подставлять своё тело солнечному свету, особенно по утрам, когда он особенно нежен. Этот свет существует не только на материальном плане, но он пронизывает и другие — тончайшие — мерности внутри наших многомерных организмов, оживляя, наполняя их своей чистой силой.

Жителям северных широт, где долгая зима, хорошо иметь «искусственные солнышки» — «кварцевые» лампы, и зимой периодически загорать дома. Это также — прекрасное средство от разных недугов. Например, простудные заболевания очень легко снимаются ультрафиолетовым облучением, если его провести при появлении самых первых симптомов болезни. А кашель легко убрать, если сделать с помощью «кварцевой» лампы лёгкие ожоги на груди и спине — там, куда ставят горчичники.

Лето и осень — это пора сбора и заготовки грибов и ягод, которые столь важны в чистом питании.

А в любое время года можно проводить медитативную работу на особых *местах силы* — энергетически значимых для человека зонах. Они — очень разные и могут применяться и для исцеления себя, и для развития той или иной энергоструктуры организма, и для разговорного контакта с Богом, и для

утончения сознания, и для наращивания психоэнергетической силы, и для растворения своего «я» в Боге и Слияния с Ним.

... Больше всего гармонии и блаженства дарит нам природа в раннее весеннее утро, когда ещё до рассвета начинают петь, токовать птицы, всё пространство насыщается энергией их любви. Сонастройка с их состоянием приближает нас к Богу, является реальной ступенью утончения сознания.

Кто же любит спать долго, «утвердив» себе это «право» термином «сова», — у того намного меньше шансов к духовному продвижению.

... Вечерние весенние зорьки — также несут богатство тончайших впечатлений. В это время пение птиц как бы накладывается на общий фон великой насыщенной ТИШИНЫ, ГАРМОНИИ. Энергия сознания в такие часы сама «вытекает» из тела и разливается по насыщенному блаженством лесу, заполняет его, сливается с ним. Так сознание становится всё более подвижным, текучим, упрочняясь в гармонии и чистоте.

... Но и в любое другое время года утро и вечер, проведённые в лесу или на воде, дают напоминание о весенних зорях. Они значимы для тех, кто научились во всей полноте ощущать весну!

... Природа — это, в том числе, множество живых существ: животных, растений, которые, как правило, гораздо более утончены своими душами и несут в себе несравненно более глубокий покой — в сравнении с большинством людей. И среднему современному человеку надо пройти большой путь доведения себя до их уровня ПОКОЯ и ЛЮБВИ, чтобы лишь затем иметь право претендовать на хоть какую-то собственную духовность.

Кроме того, именно и только условия открытых природных ландшафтов, а не «коробок» городских

комнат и «коридоров» улиц, позволяют расширять, распахивать утончённое сознание, выращивая его по величине в самом прямом смысле.

... Напомню, что эмоции — это состояния сознания. Сознания же — это и есть мы. Именно пребывая в тех или иных эмоциях, мы находимся дальше от Творца — или ближе к Нему.

Бог в аспекте Творца — это предел утончённости энергии сознания. Знаем ли мы теперь, куда нам двигаться в развитии своей эмоциональной сферы?

... Мало, кто из нас бывал на весеннем тетеревином току, когда предрассветный туман наполняется громкой восторженной песней и «чуфыканием» этих больших, красивых, страстных птиц. А большинство тех, кто бывали на тетеревиных токах, обрывали эти прекрасные песни любви ружейными выстрелами, болью, кровью, смертью... И сами наслаждались сладострастием садистов-убийц.

Воспитанные в традициях «права» на убийство животных, не имея абсолютного внутреннего «табу» на любое причинение по собственной прихоти страданий другим живым существам, атеисты, как и члены массовых сект в нашей стране, запросто переходят и к массовым убийствам людей...

... А по весенним вечерам, обычно уже после заката солнца, когда лес накрывают сумерки, — над просеками и опушками и по краям заросших кустарником водоёмов мягко летят самцы вальдшнепов. Их песня, состоящая из красивых, волнующих душу симпатичных нежных «похрюкиваний» и «цвырканий», несёт нам волны эмоций любви этих милых птиц. В кустах, над которыми летают самцы, сидят самочки — и выбирают того, кто поёт лучше всех... Вот — этот! Она взлетает, показывая ему себя... Он — в своей птичьей любовной страсти — за ней... И затем они проводят ночь в кустах вместе. А потом

разлетаются, «успев надоесть» за ночь друг другу, — и на следующей зорьке уже ищут себе новые приключения, новых друзей...

Таинственная красота песни большого кроншнепа с болота, «небесное бление» бекаса, токующего в выси вибрирующими перьями хвоста, песни зарянок и дроздов, урчание всю ночь в лужах лягушек, плещущиеся в тростнике нерестящиеся рыбы, запах костра, купание в лесном озере с первыми лучами солнца — и потом — клубы пара от мокрых и блаженных голых тел, ликование душ, «разрывающиеся» от переполненности ликованием любви к Богу и всему живому — вот та эмоциональная основа, которую хочет видеть в нас Бог для того, чтобы мы могли успешней и быстрее развивать себя в направлении к Нему!

* * *

Растения — это тоже живые существа. Внутри их тел, как и внутри наших, тоже живут души. Обычно — это души на типично «растительной», то есть «зачаточной» стадии развития. Хотя я знаю несколько деревьев-людей. Причём это — достаточно развитые, большие и сильные человеческие души. Но те люди при прошлых своих жизнях в человеческих телах не обрели требуемого Покоя — и Бог, чтобы помочь им стать лучше, воплотил их в деревья: чтоб успокоились, уgomонились за несколько сотен лет «растительной» жизни...

С такими людьми-деревьями можно легко общаться эмоциями и даже мыслями. Они сильно «привязываются» к людям, способным их понимать, тоскуют, если их не навещать. А когда приходишь к ним — встречают радостью, иногда смешанной с болью...

... Что же такое покой? Ничего-не-делание? Ленивый стиль жизни? Сонливая вялость? Нет! Покой — это отсутствие эмоционального возбуждения и суёты мыслей. На его фоне можно долго и быстро работать физически, умственно, медитативно. Он — партнёр энергичности. Он позволяет, в том числе, не растрачивать напрасно энергию. Также на его фоне любая работа совершается более эффективно. А самое главное — он позволяет сохранять связь с Богом, ориентироваться на Него, избегать — благодаря этому — многих ошибок. На его фоне возможно постепенное «врастание» сознанием в Бога. То есть, он благоприятствует позитивной эволюции человека. Тогда как суета ведёт к утверждению обособленности от Бога, к возвращению своего низшего «я». Она — тормоз прогресса.

Все обычные растения тоже способны воспринимать эмоции людей. Это было, например, доказано учёными многих стран по изменению электрических характеристик растений — в ответ на человеческие эмоции (подробнее — см.[9]).

Когда-то, уже многие годы спустя после перехода на «беззубойное» питание, мне довелось работать в лесничестве на санитарных рубках леса. Вначале я относился к этому, как к, в общем-то, полезному делу и даже с удовольствием вырубал «лишние» растения — чтобы дать больше простора для жизни остальных. Но с какого-то времени, когда я обрёл большую чувствительность, для меня стала невыносимой боль этих существ, разрушаемых моим топором, — и я срочно уволился с той работы.

Да, мы не можем жить, не питаясь растениями. Их тела неизбежно используются нами при строительстве и на дрова. И при этом нет смысла ждать, когда дерево состарится, упадёт и начнёт гнить, поэтому спиливают именно «зрелые» деревья.

Но нельзя убивать растения напрасно, нельзя ради забавы вонзать в дерево топор или нож, нельзя без крайней нужды срезать живые ветки, нельзя «машинально» срывать и бросать листья, травинки, цветки. Нельзя также пренебрежительно относиться к еде: ведь она приготовлена из погибших ради нас живых существ. Выбрасывание еды — даже при питании растениями — это тоже грех именно напрасного убийства.

И уже совсем несуразными выглядят с этических позиций «ритуальные» убийства миллионов ёлочек и сосенок к Рождеству Христову и на Новый год, срывание или срезание цветков, чтобы поставить их в вазу, а потом любоваться на то, как они умирают...

Важно, чтобы Вы, читатель, сейчас не начали пытаться запомнить: это — можно, это — нельзя... Здесь важно не «зазубрить» некие «правила», а понять этический принцип сострадания к чужой боли и уважения к чужой жизни.

И кто этого не поймёт или не примет — пусть потом не обижается за собственную боль: через нашу боль Бог учит нас понимать, что такое — само явление боли: сколь неприятно это ощущение! Через это Он учит нас жалеть других и не делать им больно напрасно.

И ещё более, чем к растениям, принцип сострадания должен относиться к животным: ведь они воспринимают боль несравненно острее, нежели растительные организмы.

Необходимости полного соблюдения принципа сострадания, в частности в питании, учил и учит нас Бог [10,14,18]. Бог есть Любовь. Если мы хотим приблизиться к Богу — мы должны принять во всей полноте принцип ЛЮБВИ. Но что это может быть за ЛЮБОВЬ — без СОСТРАДАНИЯ? Лишь пародия на неё?

Поймём, друзья, что, сколько бы нас ни учили противоположному «пастыри» разных религиозных сект, но никаких принципиальных сдвигов в нашем духовном развитии мы не сможем сделать без полного принятия принципа СОСТРАДАНИЯ и окончательного перехода на «безубойное» питание (то есть, исключаящее тела животных: млекопитающих, птиц, рыб и пр.) — по этическим, а не эгоистическим (то есть, ради, например, собственного здоровья) мотивам!

... Уроки этики применительно к растениям существуют не только в сфере питания. Так, колья для палатки можно ведь сделать не из живых растений, а из ещё крепких сухих палок. И костёр можно развести на старом кострище, на лесной дорожке и т.д. — а не прямо на живых растениях.

А ещё костры нельзя разводить на сухом торфе: могут выгореть километры леса, погибнут в огне тысячи растений и множество животных. В сухую погоду нельзя их делать и под высокой елью: загорает многолетний слой опавшей хвои — выгорят корни ели и другие окружающие растения. Крайне осторожными надо быть весной, когда легко загорается прошлогодняя трава: в огне тогда погибает масса живых растений, насекомые, гнёзда птиц с яйцами или птенцами, семена растений, сгорает напрасно органическое вещество той старой травы, которое должно было обогатить собой почву, послужив в качестве удобрения. И уж совсем дикой безнравственностью выглядят умышленные, ради забавы, пускания «весенних палов», от которых выгорают, в том числе, и стога сена, и жилые дома, и прочие постройки...

... В некоторых храмах люди поют, пытаясь внушить Богу, что Он — «долготерпелив и многомилостив»... Но не лучше ли самим начать жить в соот-

ветствии с Божьим Принципом Любви, который немислим без Сострадания ко всем людям и каждой живой твари, включая муравьёв, червяков, растения?..

Бог есть Любовь

Эту высочайшую формулу, ключ к познанию Бога, подарил нам Иисус Христос.

Но в чём причина того, что так мало людей, считающих себя христианами, смогло использовать эту истину для своего духовного продвижения? Почему эта формула не вдохновила к изучению Учения Иисуса и массы материалистов?

Причину надо видеть, прежде всего, в том, что Учение начало искажаться людьми уже с момента оформления Нового Завета, то есть спустя всего несколько столетий после завершения Воплощения на Земле его Автора [6].

Так, из Учения Иисуса была изъята та часть, где Он рассказывал о человеке как эволюционирующей единице сознания, целью развития которой является достижение Богоподобия и Слияния с Богом-Отцом. Исчезло из Его проповедей и описание Бога-Отца. Зато были включены раздражённые требования Павла о том, как следует и не следует одеваться, какие носить причёски. Появился лишённый любви и здравого смысла Апокалипсис, переполненный угрозами морей крови и чаш гноя. (Это — не только личная точка зрения автора данной книги; таково же отношение и Иисуса [35]).

Эти искажения Учения Иисуса Христа привели к тому, что массовое движение, именуемое «христианством», уже почти с самого своего начала перестало быть религией любви — любви, ради утвер-

ждения которой Бог посылал на проповедь Иисуса Христа. Вспомним инквизицию, войны между православными и католиками, «крестовые походы», а на Руси — также массовые уничтожения «старообрядцев», «еврейские погромы»...

Выдающиеся умы России — Александр Пушкин, Лев Толстой, Федор Достоевский, Владимир Высоцкий и множество других — хоть и признавали бытие Бога, но христианство в таком виде не принимали.

И у людей «попроще» тоже вставляли вопросы, на которые церкви не могли дать им вразумительные ответы: ну как же можно говорить, что Бог есть Любовь, если Он такое наобещал в Апокалипсисе, если и сейчас мы видим кругом — войны, насилие, жестокость, болезни, страдания? Нет, если Он всемогущ, но происходит такое, если кругом — только зло, если я не вижу нигде никакой любви, как ни проси её от Него, — то в этой вере что-то не так, и такой Бог мне не нужен!

Нам важно понять, что та бездонная пропасть, возникшая между массами «христиан» — и Богом, отделившая людей от Него и противопоставившая Его людям, вынудившая верующих кланяться у Него для себя милостей — вместо того, чтобы изменять себя в соответствии с Его Волей и сливаться с Ним в Любви, — эта пропасть была создана не Им, а людьми, извратившими Его Учение.

... На самом же деле Бог находится не в неведомой дали на небе, а, как говорит Иисус, расстояние от каждого из нас до Обителя Творца — не больше толщины листа тонкой бумаги [35]...

Но чтобы пройти это столь малое расстояние до Его Объятий Любви, нам надо стать, как и Он, чистой Любовью. А не гневом или страхом, не корыстным хотением.

Эмоции — это состояния сознания. Понять это — принципиально важно.

Мы — это сознания, энергия сознаний. А не тела, не умы.

И Бог есть тоже Сознание, только бесконечно большее, чем сознания наши.

И мы, чтобы исполнить главное, что Он от нас хочет, должны всего лишь научиться всегда быть в состоянии эмоции тонкой и чистой любви и никогда не выходить из этого состояния.

Бог есть Любовь. Он страдает нам. Он стремится нам помочь, направляя нас всё время на Путь к Себе, в Свою Обитель, к нашему конечному счастью...

Но мы-то ведь — не идём к Нему! Вместо этого мы «грызёмся» за блага «мира сего», изнуряем себя ненавистью к другим людям за то, что они одеваются, стригутся и так далее — не так, как я, за то, что они делают не такие, как я, «молитвенные» телодвижения, за то, что у них другой цвет кожи или другая национальность...

... А Бог хочет от нас, чтобы мы утвердили себя в состоянии эмоции любви. И тогда — входи!

«Каждый выход из состояния любви...»

«Каждый выход из состояния любви ведёт к накоплению отрицательной кармы», — так сказал мне однажды Бог много лет назад. Эту фразу можно поставить вторым пунктом вслед за «Бог есть Любовь».

О чём здесь речь? Что это — опять угроза? Он меня накажет? Пошлет на меня тяжёлую болезнь?

Или обречёт страдать при следующем воплощении? Нет, такая постановка вопроса не верна.

Бог никогда никого не наказывает. Но Он учит. А судьбы свои мы делаем сами. Например, мы сами откладываем счастье встречи с Ним. И будем продолжать страдать из-за своей отделённости от Него, если в нас нет любви. И разные беды мы тоже сами притягиваем к себе. А вовсе не Бог нас наказывает.

Приведу яркие примеры из собственной жизни.

Увидел как-то очередное незаконное издание моей книги о Дэвиде Копперфильде: не только без моего разрешения и финансовых расчётов, но на этот раз даже с искажением содержания — с какой-то несуразной схемой в середине текста, причём от моего имени...²

И это во мне «переполнило чашу терпения»: я вышел из состояния любви, настроился на «выяснение отношений» с преступным издателем...

И в тот же вечер у меня началось воспаление пищевода: спазмы, даже слюну не проглотить...

А наутро разглядел: большой чёрный дух схватил меня рукой за горло, прилепился, не отпускает, пытается душить. Я — в Обитель Творца, возвращаюсь в состояние любви — и сразу вспоминаю: «Каждый выход из состояния любви...»... И дух исчез, воспаление прошло почти сразу.

² Всего я знал о нескольких таких изданиях: в том числе, с чудовищно обезображенным портретом Дэвида на обложке, другое — с отсутствием основных глав книги, посвящённых как раз Дэвиду (были сохранены только предисловие и послесловие, получалось, что я как бы афишировал себя, используя Его имя...).

Механизм здесь таков. Когда мы в тонких состояниях — мы недостижимы для грубых духов: они не способны проникать в тонкие зоны. Если же мы огрубляемся эмоционально — то сразу приближаемся к их состоянию и становимся удобными мишенями для их агрессивных атак.

А лет тридцать тому назад со мной случилось ещё намного «круче». Тогда мои сотрудники в Москве вдруг начали хулиганить за моей спиной [9]. Это для меня выглядело как предательство ими дела Бога. Бог Сам тогда распорядился о немедленном закрытии созданного в Москве духовного центра.

И этим нужно было бы ситуацию и завершить. Я же — впал в затяжное состояние гнева на них. И тут же привлёк на себя дьявольские силы: подвергся без какого-либо внешнего повода нападению банды, после чего очень долго умирал в жестокой боли, дважды побывал в клинической смерти и остался фактическим инвалидом на несколько лет.

Лишь «прожигание» разрушенных костей позвоночника энергией кундалини, когда я этому научился, дало почти полное исцеление...

... Так и каждый из нас привлекает на себя счастье или страдания сам: мы входим в состояние Божественной Любви — и сближаемся с Богом, мы входим в грубые состояния — и на наши тела «нападают» бесы и дьяволы, мы тогда болеем, страдаем.

Так мы именно сами наказываем себя за неисполнение Воли Бога.

А эту Волю предельно чётко выразил Иисус: любите Бога, любите друг друга, невзирая ни на что! [10,18].

Совершенно ложно мнение о том, что Бог будто бы обязан обеспечивать нас разными земными благами. Нет, Он никогда не обещал делать это для

всех людей... Он — вовсе не слуга нам! Он — Господь, Господин!

Он любит нас и старается нам помочь. Но — вовсе не в обретении земных благ, не в реализации наших эгоистичных хотений.

Его Любовь проявляется в том, что Он направляет нас к нашему конечному счастью Единения с Ним.

Он — Хозяин, Абсолютный Владыка. Надо изучить, принять и исполнять Его Волю, Его Закон. Тогда мы будем жить в гармонии с Ним. Этот Закон таков: Путь к Слиянию с Богом — это бескомпромиссная Любовь, а кто выходит из неё — тот выходит из под покрова Бога и оказывается добычей обитателей ада.

Послушаемся же: ведь это в наших интересах — идти к Богу, приняв Его Закон!

Ведь вовсе не ради нас, а ради Самого Себя Он создал и всё Творение, и каждого из нас. В этом — Его Эволюция, Его Жизнь. И Он намерен жёстко вершить Свою Волю: хочешь идти ко Мне — живи в любви и будь счастлив, не хочешь — страдай в своей отдельности от Меня!

Эгоцентризм — и Богоцентризм

Понятно, что Богоцентрическое мировоззрение не может сформироваться в каждом из нас сразу — например, немедленно после прочтения данной книги. Ведь для этого надо не просто продумать концепцию, но реально ощутить Бога. Только тогда можно будет учиться смотреть на земные ситуации и собственное положение в них — как бы Его Глазами, с Его позиции. Но поставить для себя задачу освоения Богоцентризма надо прямо сейчас. И надо начать

готовить себя к этому, борясь со своим эгоцентризмом.

Отказ от собственных благ, удовольствий — ради блага других людей, параллельно с устранением своего высокомерия, — это и есть начало борьбы со своим эгоцентризмом.

Альтернатива эгоцентризму есть истинная — то есть, разумная и лишённая насильственности, грубости — **ЗАБОТЛИВОСТЬ** о других.

При этом интересы других ставятся выше своих личных.

Принятие на себя ответственности за благополучие других людей — в семье или любом другом коллективе — вот возможность для развития в себе нужных качеств. При этом ощущение «я» в лидере должно исчезнуть и замениться ощущением «мы», где моего личного интереса не остаётся вовсе.

Очень ярко эгоцентризм или его отсутствие могут проявляться в сфере сексуальных отношений.

Исхожу ли я при сексуальном взаимодействии из своих личных интересов, или же из интересов партнёра? — вот принципиальный вопрос каждого к себе для самоанализа и самоконтроля.

Любая насильственность, любое принуждение в сексе — вот проявление отвратительных душевных качеств!

Ещё одно из проявлений эгоцентризма — когда мужчина не заботится о предотвращении нежелательной беременности своей подруги.

Ещё пример — когда мужчина после дефлорации продолжает половой акт ради собственного удовлетворения, игнорируя боль «любимой».

Таких примеров можно подобрать ещё много.

И отвратительность сходного поведения многих женщин не уступает таковой у многих мужчин.

Или возьмем сферу питания. Ведь подавляющее большинство людей даже не задумывается, питаясь изделиями из трупов животных, что те испытывали боль, страдали, умирая, — ради всего лишь удовлетворения наших жестоких вкусовых привычек, ради нашего удовольствия!

Питание «убойной» (то есть мясной и рыбной) пищей не является необходимостью: все нужные человеку элементы пищи мы получаем из растений, молочных продуктов и яиц. «Убойное» же питание только засоряет наши организмы солями мочевой кислоты (вызывая многообразные проявления подагры) и грубыми энергиями, оставшимися в трупах от страха и боли смерти.

Питание трупами животных несовместимо с духовными успехами, в том числе, потому, что не соответствует этической зрелости питающихся так людей. Об этом Бог говорил людям постоянно [10,14, 18]. Но мы видим, как множество религиозных лжепастырей именно требует от адептов питания телами животных — иначе, мол, чего доброго, возгордитесь! Они должны остановиться, поняв, что действуют против Бога, против Эволюции, калеча души доверившихся им людей!

Бог же хочет от нас любви.

* * *

Важнейшую роль в уничтожении в нас наших эгоцентрических низших «я» могут сыграть специальные медитативные приёмы. Речь идёт о поэтапном освоении медитации «тотальная реципрокальность». Её суть заключается в том, что сознание активно переходит в состояние «не-я», распределив-

шись за пределами тела, вне его, при этом векторы внимания направлены в сторону тела.

Так происходит очередная ломка собственного эгоцентризма и совершается принципиальный шаг к Слиянию с Богом и видению земных ситуаций с Его позиции, Его глазами.

Именно этот медитативный приём позволяет в конце Пути достичь полного Слияния с Ним в Его Обители.

Любовь к Богу

Духовный Путь для идущих сильно и верно — это Путь нарастающего блаженства, радости, счастья!

Но почему так мало людей идёт по нему? И почему такое великое их множество вполне удовлетворяется псевдорелигиозными действиями типа того, что красят яйца, напиваются по праздникам «зело крепко» и ритуально убивают животных и растения?

Только ли недостаток ума толкает их на эти суррогаты, которые зачастую являются фактически преступлениями пред лицом Бога? Или дело ещё и в отсутствии любви к Богу?

Любовь к Богу ведь подразумевает не участие в обрядах «на всякий случай»: вдруг Он на самом деле есть — и накажет! Любовь к Богу — это любовное влечение к Нему: к познанию Его и Слиянию с Ним! Это подобно сексуальной страсти: влюблённые в Него тоскуют от разлуки с Ним — и насыщаются блаженством в моменты свиданий: успешно выполняемых медитаций.

Да, чтобы так полюбить Бога, надо действительно уже уметь любить и влюбляться. Для человека, не умеющего любить, Бог недостижим. Об этом го-

ворил Иисус: научитесь сначала любить друг друга — лишь тогда сможете направить свою уже развитую любовь на Бога-Отца.

Но не обязательно тратить воплощение на то, чтобы долго и трудно учиться искусству земной любви. Можно значительно ускорить свою учёбу, применяя специальные приёмы развития органа любви — духовного сердца. И также необходимо понимать, что же такое есть Бог: ведь не могут же серьёзных людей вдохновить на любовь сказочные персонажи, преподносимые «пастырями» выродившихся религиозных направлений!

... Бог-Отец познаваем человеком только в монашестве. Но монашество — это не ношение униформы того или иного цвета — чёрной, белой, оранжевой... И не горделивое величание себя новым — чаще иностранным — именем. То всё — детские игры «в религию» взрослых людей.

Истинное монашество — это и не жизнь обязательно в монастыре. И не отказ от заботы о семье, от социального служения. И не категорический целибат. И не «умерщвление плоти» отвержением элементарной гигиены, веригами и болезнями.

Истинное монашество — это состояние связанности индриями не с объектами мира материи, а с Богом. Это — результат влюблённости в Бога души, развитой медитативными тренировками.

Монах — как это слово понимает Бог — есть человек, живущий в состоянии постоянной собранности (алертности), ощущающий себя в состоянии «тотальной войны» со своими пороками и недостатками. Этот духовный воин воюет также за благополучие своих спутников на духовном Пути.

Важными атрибутами монаха-воина являются обладание келией: комнатой или домом, где он спит и проводит наедине с Богом значительную часть сво-

его времени, а также возможность уединяться для медитативной работы на лоне природы.

Ещё крайне важно иметь возможность мыть всё тело с мылом ежедневно. Чистота тела способствует здоровью, свежести ощущений и тонкости эмоций.

Также хорошо иметь «кварцевую» лампу, особенно если живёшь в северных широтах, — чтобы загорать весь год. Лучи солнца — не только «живые», но даже искусственно созданные, смоделированные человеком — несут нам здоровье, способствуют благополучию наших тел и душ.

Ещё в жизни монаха обязательно должны быть основные духовные книги, также друзья-спутники на Пути и, что самое главное, — Бог как постоянно ощущаемый Учитель, Советчик, ласковый, заботливый, но суровый к нашим отклонениям от Пути к Нему Вселенский Отец-Мать.

Критерием успеха духовного монаха-воина является исчезновение эгоцентризма (проявлявшегося в обидчивости, в стремлении получить что-то «себе») и в постепенном нарастании ощущения Богоцентризма.

Последнее предполагает не интеллектуальное знание того, что есть, мол, Бог, а реальное чувствование, что Он есть везде, во всем, есть *Всё*. Ощущение «себя» при этом исчезает: личное низшее «я» — за счёт *срастания* индриями с Богом — постепенно растворяется в Нём. Это принципиально меняет экологический статус человека, не правда ли?

Подвижникам, страстно влюблённым в Творца и не мыслящим иного смысла своих жизней, кроме как Слияние в Любви с Ним и помощь в этом другим, — Он позволяет перенестись в Свою Обитель, в Себя. Разместив себя в качестве духовного сердца там, можно впервые реально обнять руками сознания — своего Главного Возлюбленного.

Последующее укрепление Слияния с Ним позволяет начать действовать уже из Его Обители, ощущая себя Его Частью.

Это и есть полная духовная самореализация, полное Освобождение, высшая Нирвана, завершение своей личной эволюции в качестве человека, полное познание Бога, Слияние с Ним в *Одно*.

Сексуальный аспект любви

Каждый из нас и все воплощённые люди появились здесь, в мире материи, благодаря сексу. Не абсурдно ли его отрицать?

Но секс — это не только средство размножения, но и — при правильном к нему отношении — способ развития в нужном направлении эмоциональной сферы, метод обретения утончённости, нежности, заботливости — важнейших качеств на Пути к Творцу.³

А запреты на секс, осквернение его некоторыми религиозными сектами — характеризует извращённость этих сект, поглощённость их гуной тамас⁴.

³ В связи с тем, что секс служит не только для рождения детей, встает проблема контрацепции (предотвращения нежелательных беременностей). Заботиться об этом должны именно оба партнёра.

Один из удобных способов контрацепции — прерывание полового соединения мужчиной непосредственно перед эякуляцией; эякуляция в таком случае происходит вне половых органов женщины.

⁴ Гуны — свойства душ. Их подразделяют на три группы: саттва (чистота, гармоничность), тамас (грубость, не-

Но, с другой стороны, чрезмерная увлечённость сексом, при которой поиск всё новых сексуальных приключений становится главным смыслом жизни, — не поощряется Богом. Таким людям Бог указывает на их неправоту, например, посылая им соответствующие болезни.

В онтогенезе (развитии в данном воплощении) любого здорового человека секс играет — от начала полового созревания — социализирующую роль (это было продемонстрировано и в экспериментах на животных; см. [9]). Вырабатываемые половые гормоны влекут людей друг к другу, заставляют начать изучать особенности других людей, способы общения с ними.

В поведении, связанном с сексом, ярко видны подчас полярные качества людей. Так, одни ДАРЯТ себя, свою любовь другому, заботясь о нём. Люди же противоположного полюса требуют удовлетворения СЕБЕ, проявляют эгоизм, сопряжённый с насильственностью, с презрением, даже с ненавистью к своим сексуальным партнёрам.

Так люди проявляют и развивают в себе качества той или иной гуны и устремляются в направлении или к Богу — или же в ад.

Всеми нами в значительной мере управляет Бог. В том числе, Он сводит нас с другими людьми в сфере сексуальных отношений. Он это делает, предлагая людям учебные ситуации, в которых они сами должны принимать правильные или неправильные

вежество, грязность души) и раджас (промежуточная ступень, характеризующаяся, в том числе, страстностью, энергичностью).

решения. Так, в том числе, люди улучшают или калечат свои судьбы.

И если кто-то терпит ущерб на сексуальном поприще — он должен искать здесь свои ошибки с учётом направляющей Воли Бога. Надо найти эти ошибки и сделать выводы на будущее.

Или иногда мы оказываемся в трудном положении из-за своих ошибок в прошлых воплощениях. Это значит, что когда-то я сделал или сделала кому-то то, что сейчас пришлось испытать на себе. Просто проявился «закон кармы» — Бог показал мне то, каково было жертвам моих прошлых преступлений. Сделаем правильные выводы!

Как же вести себя в сексуальных отношениях, чтобы через них двигаться к Богу, а не в противоположную сторону?

Главное правило здесь — не должно быть никакого принуждения — ни большого, ни малого, даже в мыслях. Каждый должен абсолютно свободно нести навстречу другому свою любовь, желание наполнить, насытить ею.

При этом нельзя не учитывать психологические различия между полами. А они велики. Например, мужчина испытывает желание к сексуальному контакту с конкретной женщиной в ответ преимущественно на зрительное восприятие. Тогда как женщина — на тактильное: на нежные прикосновения, на ласку.

Все мы должны всегда стараться быть нежными и ласковыми друг с другом! Нежные слова, искренняя улыбка любви, прикосновения руками и губами являются формами выражения ласки. (Целовать, кстати, надо расслабленными и не мокрыми губами, не раскрывая их. «Слюнявые» же поцелуи вызывают лишь неприязнь к целующему.)

Половой акт — это, в том числе, интенсивный энергообмен между партнёрами. Особенно мощный выброс энергий происходит при оргазме; оргазм — это и есть блаженство, сопровождающее этот выброс энергии.

Данные энергии существенны для правильного функционирования организма, в том числе, для духовной работы. Поэтому каждый должен стремиться подарить свою энергию любимому; это — весьма ценный подарок, если, конечно, энергия чиста и тонка.

... Проблема экономии энергии организма ради медитативной работы — действительно актуальна. Да, мы должны стараться исключить из своей жизни всё не необходимое, всё, мешающее духовному росту. (Дела духовного служения по принципам карма-йоги являются необходимыми). Типичный вариант напрасной растраты энергии — это секс с неадекватными партнёрами. На такие сексуальные заботы — да, действительно, — энергия может растрачиваться напрасно.

Но кто такие — неадекватные партнёры? И кто есть адекватные? Адекватные — это, прежде всего, примерно равные по энергетической чистоте и по уровню духовной продвинутости, в том числе, по утончённости сознания. А те, которые пока стоят на принципиально более низкой ступени своего эволюционного продвижения, которые ещё весьма загрязнены энергетически, ведут не духовный образ жизни, обладают грубыми этическими пороками, — те неадекватны.

Сексуальные отношения с адекватными партнёрами ведут не к растрате, а к обмену энергетической чистотой, к активизации у обоих партнёров психической энергии, к общему её росту. Они также соз-

дают бóльшую энергетическую устойчивость обоих супругов.

Секс нам, людям, дан не только для рождения детей. Но он призван ещё способствовать духовному росту тех, кто к такому росту способны. Через секс мы учимся любить эмоционально другого человека и развиваем структуры эмоциональной сферы, учимся заботиться о другом, познаём, наконец, состояния покоя, блаженства, развиваем эти состояния в себе, готовя таким образом себя к Великому Покою и Великому Блаженству в Обители Творца.

Секс может стать способом совместных медитативных тренировок. Например: оба партнёра при сексуальном контакте смотрят друг на друга из своих анахат, сливаются духовными сердцами друг с другом — и с Богом.

Отмечу ещё, что в низкосортной литературе по якобы «духовному сексу» можно встретить рекомендации вообще избегать собственных оргазмов. Это, мол, даст вам накопление энергии в своём теле, даст гигантский духовный рост... Но на самом деле, попытки повышения своего благополучия за счёт других, в ущерб другим — ничего общего с духовностью не имеют. Это — пропаганда формы энергетического вампиризма, отвратительная форма эгоизма. И это никак не может быть признано Богом за любовь и не имеет отношения к Пути к Богу.

И последнее: кто может становиться супругом или супругой духовного подвижника? И что такое для таких людей супружество? И что такое прелюбодеяние?

Общие правила здесь таковы:

Супружество есть достаточно устойчивый союз людей, идущих вместе по духовному Пути, причём одним из компонентов их общения являются сексуальные отношения.

И напротив, «всякое (сексуальное) соединение несхожих друг с другом людей есть прелюбодеяние» [10,18] — так учил Иисус Христос Своих ближайших учеников, и это записал в Своем Евангелии Апостол Филипп.

«Несхожие друг с другом» — это значительно различающиеся между собой по уровню духовной продвинутости люди. Они различаются, в том числе, по психоэнергетическим показателям: чем более очищена и утончена энергетика — тем ближе человек к своей Цели, к Творцу.

А при сексуальном общении происходит интенсивный энергообмен партнёров. Следовательно, сексуальное общение с неадекватным по духовным показателям партнёром тормозит продвижение идущего впереди, и такое супружество не угодно Богу.

Прелюбодеянием Бог также считает чрезмерную увлечённость сексом, выражающуюся в стремлении к поиску всё новых сексуальных развлечений. Такие тенденции отвлекают от Бога, уводят в сторону от Пути.

Мы видим, что оба эти варианта прелюбодеяния могут иметь место только у религиозных людей. К мирским же людям, живущим лишь своими плотскими заботами, это отношения не имеет, для них — и правила другие.

Бог Сам сводит и разводит в супружеских отношениях идущих к Нему людей; никаким земным «пастырям» Он эту Свою функцию не передавал. Государственная же регистрация браков имеет значение только ради разрешения имущественных вопросов и проблем, связанных с воспитанием детей.

Необходимо также подчеркнуть неадекватность требования в настоящее время разными религиозными сектами (а иногда и светской моралью) всту-

пать в супружество «вслепую», не познав друг друга с сексологической стороны.

Когда речь заходит о сексуальных расстройствах, неполноценности, несостоятельности — обычно сразу приходят на ум именно мужские проблемы: импотенции, быстрое наступление эякуляции и т.д. Женская же несостоятельность — менее явна, о ней меньше говорят, женщины реже обращаются за помощью к врачам соответствующей специализации.

Но есть женщины, не достигающие оргазма ни при каких условиях и тяжело страдающие из-за этого после каждого полового акта болями в крестце, головной болью и общим состоянием «разбитости»; секс для них становится кошмаром.

Есть женщины, половые органы которых обладают вместо эрогенности — лишь интенсивной болевой чувствительностью, даже без наличия каких-либо воспалительных процессов.

Или у других сексуальное соединение вызывает только невыносимое ощущение щекотки...

Или у некоторых женщин сексуальная биоэнергия (удана) настолько груба, что никакой партнёр не может совершать с ними половой акт дольше лишь нескольких секунд.

Или есть женщины, у которых эрогенностью обладают не клитор, не область входа во влагалище, не его передняя стенка, а лишь самая его глубокая часть, до которой может достать не каждый мужчина.

Во всех таких случаях отношения между супругами не могут быть наполнены глубокой гармонией, и такие браки не будут устойчивыми, какими бы пышными обрядами они ни «освящались».

Полноценным и плодотворным в духовном отношении может стать только то супружество, которое зиждется и на сексуальной, и на духовной гармонии.

Итак, брачные отношения — это важные уроки в Школе у Бога. Будем же чутки к Его Воле и покорны ей!

* * *

Обратим внимание, что Кришна не только имел жён и детей, но и подчёркивал Божественную природу «сексуальной силы» во всех существах [10,18].

Благословляет супружеские отношения Сатья Саи.

Тому же учил и учит Бабаджи.

Красоту нежности в эротике Своего «магического» танца преподносит нам Дэвид Копперфильд.

Иисус при последней жизни на Земле Своим примером указывал ученикам важность сексуально окрашенной нежности в правильном развитии сознания [10,18]. И теперь Он тоже предлагает рассматривать обмен сексуальными энергиями между духовно устремлёнными людьми — как истинное святое причащение [35].

Но специально подчеркну, что в этих словах ни в коем случае нельзя усматривать призыв к беспорядочным сексуальным связям и «тотальной сексуализации». Неправильным будет также вывод, что секс сам по себе обеспечит нам духовный рост. Нет. Только безупречные в этическом ракурсе сексуальные отношения между духовно устремлёнными людьми окажут им бесценную помощь.

Только те сексуальные взаимодействия, которые совершаются на фоне эмоциональной тонкости, насыщены нежностью и благодарностью к партнёру, — только они могут вести нас к Богу. Они диаметрально отличаются от эгоистичного удовлетворения похоти, осуждаемой Богом.

Добавлю ещё один признак духовности в сексуальных отношениях: каждый партнёр действует, исходя из интересов другого, сонастраивается с ним, живёт, в том числе, его ощущениями, стремится усилить его наслаждение. Именно в результате этого достигается полная гармония. При этом каждый учится проникновению собою (как сознанием) в тело любимого человека, тела от этого очищаются и исцеляются, а сознания сливаются в одно.

Так мы можем учиться слиянию сознаний в объятиях тончайшей любви. И это готовит нас к тому, чтобы потом так же сливаться с Главным Возлюбленным — Богом.

В заключение главы процитирую фразу из Евангелия от Филиппа: «Познайте же чистое супружество — ибо оно обладает великой силой!» [10,18].

Воспитание детей

Бог воплощает человека на Землю для того, чтобы человек здесь — в этой Школе под названием «Земля» — научился у Бога-Учителя Божественности. Такая учёба идёт по трём основным направлениям: Любовь, Мудрость, Сила. Именно этому мы учимся здесь под Его — вначале невидимым, а потом и зримым — руководством.

В этой Школе есть теоретические и практические занятия. Теоретические — это изучение Воли Бога по книгам и другими способами. А одним из практических предметов является воспитание детей.

Ребёнка надо вначале научить элементарному: говорить, радоваться, ходить и т.д. Когда же он подрастает — следует постараться дать ему как можно больше жизненных навыков, как можно больше расширить кругозор. Его надо научить и ездить на ве-

лосипеде, и бегать, и плавать, и ставить палатку, и разводить костёр, и петь, и рисовать, и играть в разные спортивные игры. Пусть он смотрит телевизор, знакомясь через него с людьми других частей планеты, пусть начинает потихоньку познавать разнообразие религиозных исканий людей... Всё это очень пригодится ему в дальнейшем, позволит легче осваивать проблемы взрослой жизни.

Служить Эволюции Вселенского Сознания через воспитание детей, одновременно развивая через это и себя, можно не только с детьми от своей плоти, но со многими другими детьми. Мы все — дети Единого Бога! Мы все — одна семья! К детям не от своей плоти надо относиться тоже как к своим детям!

Живя так, мы будем учиться расширять свою любовь, будем учиться относиться к людям так, как относится Бог, будем учиться Божественной Любви.

Советы по питанию

Когда-то Бог объяснил людям через пророка принципы питания: «... Вот, Я дал вам всякую траву, сеющую семя, какая есть на всей земле, и всякое дерево, у которого плод древесный, сеющий семя, — вам сие будет в пищу». Эта заповедь была записана в еврейской Библии (Бытие, 1:29). Потом Он добавил через другого пророка: ешьте всё, «только плоти с душою её, с кровью, не ешьте» (Бытие, 9:1-4). О чём говорилось в этой фразе? Как раз о «безубойном» питании: ешьте все съедобные растения, используйте молоко, яйца, но не убивайте на еду тех животных, в телах которых вы видите кровь.

Что же придумали тогда хитрые и чревоугодные иудеи, получившие эту заповедь? Они стали выпускать в землю кровь убиваемых ими животных

и есть их мясо... — да, без крови. Они сделали вид, что поняли, будто бы душа животного — это и есть его кровь... Этот же способ обхитрить Бога впоследствии стали применять и чревоугодные «христиане». А возражения против этого Иисуса Христа [10, 18]... — они попросту не включили в Новый Завет...

Но ведь истинное христианство — это Учение о Любви. Неужели же причинение страданий другим существам ради удовлетворения своих чувственных страстей может быть совместимо со званием христианина?

Истинные христиане — это не те, кто формально принимают крещение, вовсе не собираясь следовать Учению Христа. И тем более не те, кого зачехотили ещё в младенчестве. И не те — христиане, кто носят на шеях кресты. Кресты носят крестоносцы, не правда ли?

Истинные христиане — это те, кто следуют Учению Бога, передаваемому нам через Иисуса Христа и других Мессий. Его суть можно кратко выразить в трёх фразах:

1. Бог есть Любовь.
2. Мы должны влиться в Него ради того, чтобы обогатить Его собой.
3. Для этого нам надо стать тоже, как и Он, Любовью.

Кто не следует этому Учению, называть себя христианами не имеют права. Они — лишь извращенцы, «христиане» в кавычках.

... Я родился и рос в этой жизни в семье коммунистов-атеистов. О грехе и сострадании здесь не думали вовсе, как и почти в каждой «советской» семье. Я тоже питался с детства мясом и рыбой: так было принято. Я даже стал рыбаком и охотником — и безо всяких угрызений совести убивал и мучил жи-

вотных, даже не задумываясь, что кто-то ещё, кроме меня, может испытывать боль.

Лишь уже будучи старшим научным сотрудником НИИ, я стал впервые задумываться о своем праве убивать животных. Но тут же придумал себе оправдание: мы не можем жить, не питаясь мясом и рыбой, поэтому я объективно имею право добывать себе эту «еду» самостоятельно, не чужими руками — раз умею и могу это делать.

Потом однажды произошёл такой случай. Я без ружья подошёл к берегу озера и вспугнул семью уток: маму и около десятка утят, которые ещё не умели летать. Они все отплыли от берега и очень тесной дружной группкой, почти вплотную друг к другу, поплыли к островку метрах в 50 от берега. А на островке сидел, спрятавшись, незнакомый мне охотник. И когда семья уток подплыла к островку, он двумя выстрелами расстрелял их всех...

Я тогда впервые воспринял смерть жертв этой жестокой забавы — охоты — как драму. Моё смятение усугублялось тем, что я стал причиной их смерти, нечаянно их вспугнув. И тут же я увидел противоречие: ведь если бы убил их я — то ведь не переживал бы! Ведь — радовался бы удаче, богатым охотничьим трофеям!..

А потом как-то довелось ехать по Карелии в автобусе с рабочими лесхоза. Они после работы выпили водки и собрались на ночную рыбалку — бить рыбу острогой в луче фары. Но, пока ехали, один из них вдруг «расчувствовался» и стал вслух соображать: «Как же это так: бить острогой живую рыбу?! Ведь живую же! Острогой!...». Он много раз прочувственно повторял эти фразы, обращаясь с этим вопросом и к себе, и к товарищам. Видно было, что он стоял на грани озарения, прозрения...

Но товарищи лишь молча слегка улыбались: ну чего не бывает, если немного «перебрал»...

Тогда он, не видя их поддержки, вдруг устыдился своей «слабости» и воскликнул: «Да! Едем бить живую рыбу острой!». И вопрос был снят с повестки дня...

Как-то раз я охотился на озере на уток. Подранил одну. Стремясь добить, я стрелял снова и снова, но утка, видя выстрелы, каждый раз успевала нырнуть до того, как до неё долетала дробь. Тогда я применил хитрость и, направляя лодку, выгнал её на мель, где нырнуть ей не удавалось. И она это поняла. И сдалась. Я стрелял в неё раз за разом, её каждый раз накрывало дробью, и каждый раз свинец пронзал её маленькое тельце. Она, израненная, с перебитыми крыльями, только кричала от ужаса и боли, уже будучи не в состоянии пытаться спастись. Её вопли, наверное, как и вопли всех безвинно и жестоко убиваемых, звучали так: «За что?! Ведь я не сделала ни тебе, ни кому другому ничего плохого! Пожалей! За что ты несёшь мне такую страшную боль?!». А я подплывал на лодке всё ближе, целился и стрелял..., но она никак не умирала! И лишь подплыв ещё ближе, я оторвал ей очередным выстрелом голову.

Мы потом ели её изрешечённое дробью тело, но я тогда как-то не испытал от этого вкусового удовольствия...

А последняя моя охота была на лося. Загонщики тогда выгнали на линию стрелков лося. Те стали стрелять и ранили её. Она бросилась в сторону линии загонщиков, те тоже открыли огонь. Две мои пули перебили ей позвоночник. Потом другие охотники стреляли ещё. Егерь, помню, от звуков многих выстрелов вошёл в экстаз и в восторге кричал: «Вот это — музыка!!!». Наконец она упала.

Когда я подошёл, она уже не дышала. Но охотники рассказывали, как она, упав, ещё ползла метров пятьдесят, оставив в снегу дорогу, залитую кровью. Рассказывали они это, смеясь, радуясь удаче. Сострадания не было ни в одной душе...

Да ведь и я сам стрелял, думая о мясе, а не о боли этого прекрасного животного...

С тех пор я «завязал» и даже продал ружьё.

... Потом, когда я встретил авторитетного для меня человека, от которого впервые по-серьёзному услышал о том, что есть Бог и что Ему не угодно наше питание телами животных, — тогда для меня полный отказ от этого страшного порока был уже вполне подготовлен...

В дальнейшем я изучил научную литературу по физиологии питания и убедился в том, что в телах животных нет ни одного нужного человеку компонента пищи, которого бы не было также и в растительных продуктах плюс в молоке и изделиях из него, а также яйцах. В том числе, в молоке и яйцах есть все необходимые человеку так называемые «незаменимые» аминокислоты — важнейшие составные компоненты белков. Питание мясом и рыбой оказалось вовсе не необходимостью, а ярчайшим проявлением порока чревоугодия, стремлением насытить свою вкусовую прихоть — за счёт боли и смерти других!

И пусть никто не ищет себе оправдания в том, что, мол, убиваю ведь не я, убивают «они», я только покупаю и ем. Нет: «они» убивают для нас! Мы — соучастники этих убийств невинных существ, воплощённых вовсе не для того, чтобы мы их убивали, а ради прохождения своих собственных очередных эволюционных этапов в данных им Богом телах. В тех телах — такие же души, как мы сами, только более молодые — как дети...

... Я очень много убивал животных.

Ещё с детства я был приучен насаживать на рыболовные крючки живых червяков. Мне и в голову не приходило тогда прочувствовать себя на месте каждого из них... Потом на этих же крючках мучились рыбы.

Рыбы не «засыпают», как утешают жестокие родители своих детей, жалеющих умирающих рыбок. Каждая рыба, умирая, испытывает ужас, боль от ран и муки удушья...

Потом я стал стрелять по живым мишеням: птицам и зверям.

Потом стал экологом-зоологом — и от моих рук погибли тысячи животных — уже не на еду, а «для научных исследований»...

Позднее, работая в медицине, я тоже резал и убивал крыс, кроликов — этих ласковых, нежных зверюшек...

Когда, наконец, наступило прозрение, я вдруг осознал всю их боль... Каялся, просил их меня простить... Да видно, не все те ужасы достаточно выстрадал в своем покаянии...

И когда, многие годы спустя, на меня, лишённого возможности сопротивляться, вдруг без какого-либо внешнего повода напал из засады примитив двухметрового роста и смертельно искалечил моё тело, — тогда, умирая в жестокой боли, я тоже мог бы недоумевать: за что? — ведь я никому ничего плохого не сделал...

И когда-нибудь, возможно, уже в будущих земных жизнях, он и все члены той банды, киллером которой он тогда выступал, тоже будут умирать в муках и стонать: за что?!..

... Зачастую, люди, которые никогда раньше не задумывались о том, что едят, выслушав проповедь о сострадании и согласившись с ней, вдруг спохва-

тываются: а что же есть-то, если не рыбу да мясо?! Поэтому очень кратко поговорим об общих принципах питания.

Первое: как правило, в нашем рационе желательно иметь все пять групп питательных элементов: белки, жиры, углеводы, витамины, микроэлементы. Умышленно обеднённые диеты, включая «монодиеты» (питание лишь каким-то одним продуктом, например, только рисом, только пророщенной пшеницей, только овсом, только яблоками и т.п.) успешно применяются с лечебными целями, но они не должны быть излишне длительными. Так, посоветовавшись со специалистом, можно «сесть» на такую диету на 1, 3, 7 дней, на месяц-полтора — в зависимости от тяжести заболевания и выбранной тактики лечения.

Помогает в лечебных и очистительных целях и полное голодание (обязательно с сохранением приёма воды!) длительностью в пределах трёх суток. Если же есть желание поголодать дольше — то это можно делать только под контролем специалиста по лечебному голоданию. Выход из голодания должен быть плавным. Первые приёмы пищи лучше делать из соков и фруктов. На несколько дней следует полностью исключить поваренную соль — иначе возможен отёк тканей тела.

Белки, жиры и углеводы содержатся одновременно практически в каждом естественном продукте: молоке, любом зерне, любом овоще и т.д. — но в разных соотношениях. В соответствии с этим продукты питания принято делить на «белковые», «углеводистые» и «жиры».

К «белковым» продуктам относятся молоко и молочно-кислые изделия, творог, сыр, яйца, орехи, грибы, соя, горох, фасоль, бобы. Белки бывают разными, что зависит от того или иного набора состав-

ляющих их аминокислот. Аминокислоты же делятся на «заменяемые» (то есть те, которые нужны человеческому организму, но вырабатываются также и внутри него) и «незаменимые» (которые тоже нужны, но в организме человека обычно не вырабатываются и поэтому должны поставляться в него с пищей).

Наибольшую ценность в обеспечении организма белком, таким образом, представляют те продукты, которые содержат полные наборы именно «незаменимых» аминокислот. А это — молоко и яйца. Использование молока или яиц гарантирует качество питания с точки зрения его белковой полноценности. Если же нет ни молочных продуктов, ни яиц — надо стараться разнообразить другие виды пищи, особенно те, которые входят в группу «белковых».

Но при этом имеет смысл учесть, что бобовые в больших количествах вызывают обильное газообразование в кишечнике. То же бывает от ячменя и ржи, а у взрослых людей — от молока (но не от творога и сыра). Молоко в таких случаях лучше пить вечером, понемногу и без сочетания с чем-либо ещё. Простокваша, кстати, в таких случаях переносится лучше.

Газообразование возникает также от сочетания в один приём большого количества белковой или жирной пищи — со сладким.

Яйца и жирную пищу не следует есть на ночь: эти продукты надолго остаются в желудке, а пищеварение именно в желудке (в отличие от пищеварения в кишечнике) во время ночного сна идёт плохо. Пища тогда может задержаться в желудке непереваренной на всю ночь, в ней размножаются микробы, возникают воспаления стенок желудка, а потом и кишок.

Особо оговорим два вопроса относительно питания яйцами.

Первое — постулат о том, что яйца есть нельзя по этическим соображениям: ведь из них могли бы вылупиться цыплята! Но из яиц, производимых на птицефабриках, цыплята получиться никак не могут. Дело в том, что домашняя курица — это такой уникальный биологический вид (выведенный человеком путём селекции), самки которого несутся неоплодотворёнными яйцами, то есть без помощи петухов. Из этих яиц цыплята вылупиться не могут. (Петухов на птицефабриках сводят с курами только ради тех яиц, которые затем отправляют в инкубаторы для производства цыплят).

Нет смысла отказываться от употребления в пищу и оплодотворенных яиц: ведь в ненасиженном яйце ещё нет зародыша, нет и воплотившейся души, такие яйца не испытывают ни страха, ни боли, если их варить или жарить.

Яйца, которые мы едим, — это всего лишь яйцеклетки. И уж если жалеть яйцеклетки — то надо гораздо больше скорбеть о гибнущих яйцеклетках человека, а не кур! А каждая менструация у женщины — это знак погибшей яйцеклетки, погибшей возможности родиться человеку! Не следует ли из этой последовательности рассуждений, что всем женщинам следует быть «хронически» беременными, чтобы не допускать напрасной гибели яйцеклеток? (Шутка!).

Второе возражение по поводу потребления яиц идёт от физиологов: от яиц, мол, обязательно возникает атеросклероз, ибо в них много холестерина.

Мне самому когда-то довелось участвовать (в качестве ещё лаборанта) в опытах на крысах в лаборатории акад.Н.Н.Аничкова — в тех самых опытах, которые позволили ему «предать анафеме» яйца. Я сам тогда, своими лаборантскими руками, делал крысам атеросклероз. Но кормили их вовсе не

яйцами. А чистым порошковым холестерином, перемешанным с маслом. И дозы этого химически чистого холестерина были очень даже внушительными: они измерялись граммами на приём, не помню сколько раз в день. И это — на маленькую крыску! Да, у крыс возникал атеросклероз. Но ведь дозы холестерина были превышены в миллионы раз — в сравнении с несколькими яйцами в день на человека!

А на самом деле холестерин является весьма важным для человека веществом, ибо из него образуются все — как мужские, так и женские — половые гормоны.

Холестерин, кстати, вырабатывается и в наших телах. А высокие его концентрации имеются не только в яйцах, но и в телах животных, особенно в печени, мозге и сале.

Ну, а чтобы распознать причину атеросклероза, желательно, прежде всего, выяснить, болеют ли им люди, питающиеся «безубойно»?

... Жиры бывают растительного и животного происхождения. Среди последних — как сливочное масло, так и жиры, добытые из трупов животных. Последнее важно учитывать при чтении переводной литературы. Дело в том, что в русском языке мы относим сливочное масло к животным жирам. Но на английском языке оно выделяется в самостоятельную группу. Там есть три слова, обозначающих жиры: *oil* — жиры растительные, *butter* — сливочное масло и *fat* — жиры, находящиеся в телах или добываемые из них. Поэтому при переводах иногда возникают искажения смысла. Например, учёные пишут на английском языке выводы исследований, что потребление животных жиров, по статистике, значительно увеличивает риск заболевания раком. Но мы должны понимать, что к сливочному маслу это отношения не имеет.

Полезны как растительные масла, так и сливочное масло. В том числе, первые содержат витамин Е и растворяют отложения холестерина, если те уже появились. А сливочное масло богато витаминами А и Д.

Но подогревать и жарить пищу лучше на сливочном масле. Ибо при нагревании в присутствии кислорода — масла окисляются с образованием вредных веществ, причём, чем более жидким является масло, тем оно окисляется быстрее.

Ещё существуют в продаже маргарины — смеси разных жиров. Если возникает желание их употребить, прочитайте на упаковке перечень ингредиентов.

К углеводистой пище относят все овощи, фрукты, ягоды, крупы, зелень, варенье, мёд... При этом, растительные тела и зёрна богаты клетчаткой, важной для нормальной работы кишечника, и витаминами, особенно С и группы В, а сахара дают, в том числе, быстро утилизируемую организмом энергию.

Общеизвестной сейчас является информация о том, что очень нужны организму витамины группы В содержатся в хлебе. Но важно знать, что в хлебе из муки высших сортов их почти не остаётся, как и белков. Намного полезнее сорта хлеба «грубого помола» или с добавлением отрубей.

То же — и о рисе. Гораздо полезнее рис не шлифованный, ибо именно он содержит большое количество витаминов группы В, а также белок.

Относительно витаминов мы уже говорили достаточно много. Добавлю лишь, что, если мы едим молоко, яйца, сливочное и растительные масла, хлеб (с отрубями), крупы, морковь, зелень и свежие фрукты и ягоды, — то мы полностью обеспечиваем себя всеми витаминами. Если же есть в этом сомнения или существуют специальные показания — можно

купить в аптеке поливитамины или какие-то конкретные сочетания витаминов по рекомендации специалиста-врача.

Особого внимания из всех витаминов заслуживает витамин С. Он важен для поддержания сопротивляемости организма, в частности помогает при простудных заболеваниях. Но он не термостоек. Поэтому заваривать травы, хвою или шиповник надо, не кипятя их. Очень много витамина С содержится также в чесноке и крапиве.

Микроэлементами мы обеспечиваем себя при разнообразном питании, включающем и молоко, и грибы, и многое другое. Но самым богатым ими продуктом, содержащим гарантированно весь их полный набор, является морская капуста. Она поставляется в наши края или в виде консервов, или в сушеном виде (последнюю можно купить в аптеках). Но можно и просто добавлять в пищу морскую воду или морскую соль.

... Жизнь любителя и знатока природы оказывается не только богаче красотой, здоровей, полезней с точки зрения духовного роста, но и намного дешевле! Знаток природы обязательно заготовит на зиму и варенье и даже самодельный мёд из цветов, и засушит вкусных трав для заварки вместо чая. Но особенно, конечно, пригодятся грибы.

Грибы, если их употреблять в жареном или варёном виде, очень вкусны, но усваиваются плохо, так как оболочки их клеток трудно поддаются разрушению нашими пищеварительными ферментами. Но от длительного воздействия уксусной или молочной кислот — при мариновании или квашении (засолке) — оболочки клеток разрушаются, и грибы тогда усваиваются великолепно.

Хранить солёные грибы можно и прямо в городской квартире, надо только систематически (пример-

но раз в неделю) снимать плесень с поверхности жидкости над гнётом. Только не пытайтесь заквашивать отдельно опята: они при брожении не образуют молочную кислоту — и в итоге получается плохо. Опята можно или добавлять в сосуд с другими засолёнными грибами, или же консервировать с уксусом и солью.

* * *

Главное в проблеме правильного питания — соблюдение основного этического принципа — *непричинения вреда*. Лишь люди, которые обладают развитым состраданием к чужой боли, смогут сделать успехи на духовном Пути. Ибо только воплотивших в себя принцип ЛЮБВИ — Бог подпускает к Своей Обители.

Такому образу жизни учил ещё в древнем Китае Божественный Учитель Хуан-Ди. Этому же учили Пифагор, Гаутама Будда, а затем Иисус Христос [10,14,18]. (Иисус несколько раз делал исключения только при общении с рыбаками и толпами простолюдинов, кормя их телами рыб). Тому же в настоящее время учил и учит Бог через Бабаджи и Сатъя Саи [10,14,18,19,42-51,58,60,64].

Данному мнению Бога вроде бы противоречат Его же слова в Коране. Но поймем, что в годы становления ислама среди почти непрерывных военных сражений ситуация была вовсе не та, чтобы насаждать в среде скотоводов, жителей пустынь, новый для них образ питания. Тогда у Бога, руководившего действиями пророка Мухаммада, была иная задача — установить в том регионе Земли монотеистическую веру. И лишь затем, когда ислам утвер-

дился и устоялся, у мусульман появилась возможность думать и об этической стороне питания.

Если игнорировать этику питания, то на этот случай Богом предусмотрены механизмы развития болезней.

Так, в сосудах, коже, хрящевой ткани постепенно откладываются соли мочевой кислоты, которые в наибольшем количестве поставляют именно мясные и рыбные блюда. Эта болезнь называется подагрой. Её проявления — снижение памяти, головные боли, нарушения сна и половой функции, боли в мышцах и суставах. А потребность снять дискомфортное состояние головного мозга провоцирует к курению и алкоголизму.

Надо учитывать ещё и энергетический аспект такого питания: ведь трупными энергиями засоряются чакры и меридианы, и это ведёт к нарушению биоэнергообеспечения многих органов, способствует возникновению рака. Этими же энергиями поражаются пищеварительные органы, возникают острые и хронические воспаления, язвы. Те же энергии ведут к развитию агрессивных психических тенденций. Энергия сознания таких людей огрубляется, они оказываются не способными к утончению сознания.

Известные утверждения о том, что, мол, только в мясе и рыбе содержатся полноценные белки, как мы уже обсуждали, абсолютно несостоятельны и являются признаком медицинского невежества тех, кто так говорят. Ведь полные наборы необходимых человеку аминокислот (составных частей белков) содержатся в яйцах и молоке.

Наилучшим подтверждением правильности именно «безубойного» питания является резкое улучшение самочувствия, исчезновение болезней у тех, кто переходят на него. При этом работоспособность (во всех её проявлениях) возрастает.

Отмечу ещё, что люди, которые, удовлетворяя своё чревоугодие, питаются телами убитых животных, должны быть готовы к тому, чтобы потом не обижаться за собственную боль. Да, так нас Бог учит Любви. Это является проявлением «закона кармы»: кто не считался с чужой болью, должен будет учиться состраданию через боль собственную, через познание боли на себе.

В отношении же к «чистым» продуктам питания — растениям, молоку и изделиям из него, яйцам — этически верный подход состоит в том, чтобы к ним относиться бережно, с уважением, они не должны гибнуть напрасно.

Следует также отказаться от избытка поваренной соли, от употребления алкоголя, который ни в коей мере не способствует приближению к Совершенству, от чрезмерного использования напитков, содержащих кофеин (кофе, какао, чай), от жарения пищи на растительных маслах. И уж конечно, ни в коем случае не пейте мочу, которая стала столь модным продуктом питания в России в последнее время. Её систематическое потребление отравляет головной мозг, приводя к психическим расстройствам.

Чем же питаться? Как лучше составить рацион для себя и семьи? Разумеется, у каждого есть свои вкусы, свои привычки в питании. Лично же для меня основой на протяжении всего моего духовного становления являлся набор из четырёх продуктов: рис, грибы, яйца, томаты (свежие или в виде соусов, паст, кетчупов). Плюс к этому я добавлял картофель, майонез, зелень, морковь, пшеничный хлеб, варенье, ягоды, сливочное и растительное масла, сыр и прочее. Такая диета сытна, даёт достаточно энергии для любой работы, включая медитативную. Лишь на высших ступенях духовного восхождения потребовалось отказаться от яиц: энергия, извле-

каемая из них, не способствовала освоению Обители Творца.

И последний совет: не думайте слишком много о еде! Избавившись от порочного питания, установите новый «алгоритм» — и думайте о Боге, своём Пути к Нему, включая своё служение Ему. Остерегитесь ошибки, в которую многие впадают, концентрируя почти всё своё внимание только на «правилах чистого питания», забывая при этом о несравненно более важном.

Одежда

Обязательно надо много ходить, общаясь с Богом среди живой природы. Поэтому скажу несколько слов об одежде.

Первое важное правило для идущего по духовному Пути здесь таково: стараться не носить синтетическую одежду, особенно ту, которая непосредственно прилегает к коже. Синтетическая ткань создаёт на себе электрический потенциал, который вредно влияет на энергосистемы организма, а также препятствует нормальному энергообмену с окружающей средой.

Особенно неблагоприятна синтетика при психоэнергетической работе — как в зале, так и на природе.

Однако нет оснований избегать, например, полиэтиленовых плащей на случай дождя, резиновой обуви в мокрую погоду.

Зимой резиновые сапоги должны быть на 2-3 размера больше обычного размера обуви, в каждый сапог можно класть по две стельки, на ногу надевать по 2-3 шерстяных носка, а поверх них — чтобы не так протирались — простой носок.

Чтобы ноги не мёрзли, надо шерстяные носки надевать именно на голую ногу: влажная шерстяная ткань не холодит тело.

То же самое и с верхней одеждой: если вдруг пришлось сильно промокнуть, то, отжав одежду, шерстяной свитер наденем первым, всё остальное — поверх него.

Нужно уделять внимание гладкости верхней стороны подошв обуви. Так, если есть неровности под пяткой, то при длительной ходьбе возникает воспаление надкостницы пяточных костей.

Или же в некоторых видах обуви подошва начинает коробиться в передней части: это сбивается вложенный в неё зачем-то слой картона. В результате может нарушиться работа суставов больших пальцев, что приводит иногда к тяжёлым воспалениям суставов с отёком всей ступни. Чтобы привести такую обувь в пригодное состояние, надо отделить подошву, выдрать из неё слой картона, затем приклеить заново.

Ночной сон

Не следует работать по ночам. Лучше всего ложиться спать около 10 часов вечера, а вставать пораньше — с 4 до 6 часов утра. Это даёт наиболее полноценный ночной отдых, обеспечивает бодрость и подвижность сознания. Каждый день следует начинать с духовных упражнений.

Надо хорошо выспаться: ночной сон предназначен, прежде всего, для биохимического очищения головного мозга. Если не выспаться в должной мере, то головной мозг воспаляется, это видно ясновидением как его почернение.

В связи с этим надо отметить, что ошибкой является спать ночью вдвоем в одной не очень широкой постели: шевеления тела одного из лежащих каждый раз вызывают нарушение процесса сна у партнёра. В результате — не высыпаются оба и дневная активность обоих затем проходит на совсем не том уровне.

Надо спать в биоэнергетически благоприятном месте. Даже в пределах одной квартиры или комнаты можно выявить благоприятные или неблагоприятные для этого места. Происхождение неблагоприятных — это, прежде всего, грубые или болезненные состояния людей, запечатлённые биоэнергетически в материальных предметах. Выправить такие дефекты можно медитативными воздействиями.

Если же игнорировать данный фактор и устраиваться спать где попало, то очень легко перенять те неблагоприятные энергетические состояния, следы которых оставлены кем-то, кто здесь находился прежде. Так можно получить бессонницу, или проводить ночи в кошмарных сновидениях, или огрубить прежде утончённое сознание, или даже получить симптомы той болезни, которой страдал прежний жилец.

Для того, чтобы — при необходимости — обследовать в этом отношении своё жилище, не ищите «экстрасенсов», пользующихся биолокационными рамками и прочими подобными приборами: всё равно почти никто из них не сможет грамотно интерпретировать полученные таким способом показатели. Правильное обследование может провести только тот человек, который достиг успехов на пути утончения сознания. И он не будет пользоваться никакими «приборами»: он прекрасно ощущает всё собою — как чистым сознанием. Становитесь и вы скорее такими же!

Относительно сновидений: иногда бывают сны, в которых мы грешим. Это указывает на ещё не полное избавление от пороков. Следует ещё раз внимательно проработать — через механизм покаяния — свои «слабые места».

Медицина, здоровье и судьба

В отношении к медицине со стороны разных людей иногда наблюдаются два противоположных крайних подхода.

Одни полностью полагаются на неё, живут «на таблетках», при каждом недомогании вызывают врача и требуют «больничный». Они сами не желают совершать ни малейших усилий, чтобы вести здоровый образ жизни, чтобы исцелить себя. Хотя большинство болезней легко уходит — стоит лишь изменить образ питания, перестать курить и пьянствовать, начать отлаживание своей эмоциональной сферы.

Другая крайность, присущая обычно неопитам (новичкам в вере), — попытка полного отказа от услуг медицины и, обычно, надежда на разные «панацеи» типа голоданий, хождения босиком, увлечений той или иной монодиетой. Такие «новации» — не плохи для начала, хотя, разумеется, и не достаточны для достижения каких-либо духовных результатов.

Но другие «неофитские» увлечения могут оказаться катастрофическими. Пример — обильное питье мочи, приводящее к отравлению головного мозга, умственной деградации и психическим заболеваниям [9].

Или было увлечение ежедневными обильными клизмами, нарушающими нормальную трофику организма: ведь именно в толстом кишечнике происхо-

дит всасывание некоторых витаминов и других полезных элементов пищи.

В эту же группу «детских болезней левизны» можно отнести объявление «врагами человека номер один» то соли, то сахара, то хлеба, то даже кислорода...

... Наши болезни можно разделить на три группы.

Первые — возникающие естественно вследствие физического износа тела (пример — постепенное разрушение с возрастом зубов), также из-за естественной неопытности при овладении чем-то новым, от переутомления и т.д.

Вторая группа болезней — вызываемые нашими пороками, например, пристрастием к ядам (алкоголь, табак и др.), тревоугодное «убойное» питание, жизнь в гневе осуждения, раздражения, ненависти — вместо любви и покоя.

Третья группа — болезни вследствие элементарного гигиенического или религиозного невежества. Пример — отсутствие правильной религиозной устремлённости, когда в центре внимания «верующих» оказываются бесы, колдуны и «вампиры» — а вовсе не Бог. Люди думают о них — и через это привлекают их к себе, сонастраиваются с ними — а не с Богом. И это ведёт к массовым заболеваниям шизофренией среди членов таких сект.

Болезнями второй и третьей групп Бог показывает нам, что мы — не правы, стремится подтолкнуть нас к поиску верных решений.

Так, одной из наших трагических ошибок может стать отсутствие памятования о грядущей смерти этого моего тела. Смерть может придти ведь и весьма скоро, никто не знает точно — когда. И она кладёт конец всем мечтам о том, что вот, когда-нибудь потом..., когда выйду на пенсию...

После расставания с телом ведь достичь принципиальных изменений себя и своего положения в многомерном пространстве — уже нельзя, придётся ждать следующего воплощения с уготованной этой земной жизнью судьбой. Бог таким людям — тем, которые должны делать духовные усилия, но их не делают, — даёт, например, рак, актуализирующий для человека его смерть.

Конкретными механизмами, вызывающими болезни, могут быть и генетические факторы, и повреждения плода, и травмы, отравления, «убойное» и несбалансированное питание, воздействия микробов, вирусов, паразитических грибов, информационные перегрузки и переутомления, неправильные жизненные установки, энергетические загрязнения чакр и меридианов, а также подселения в тела духов разного уровня развития — как глубоко порочных людей, так и животных и даже растений. Всё это приводит к очень разным болезням: и психическим, и онкологическим, или просто воспалениям и болям «неясного происхождения».

Все эти болезни возникают в наших телах или душах — в результате сочетания двух воль: воли самого человека и воли Бога. Все они — реализация наших судеб.

Судьба каждого из нас состоит как бы из двух переплетающихся линий: «врождённой» и приобретаемой в этой земной жизни.

Например, если ребёнок рождается с теми или иными дефектами тела или получает их в раннем возрасте, — это его «врождённая» судьба, то есть, отягощения жизни вследствие очень серьёзных ошибок в прошлом воплощении.

По мере подрастания ребёнка у него появляется способность принимать этически значимые решения. На их основе формируется новая линия судь-

бы уже в данной земной жизни. И она начинает постепенно превалировать, а затем и доминировать над «врождённой» линией.

Неблагоприятная судьба, значит, может быть полностью изменена, если мы становимся на верный путь своего развития.

И наоборот, хорошая судьба может быть «запознана в грязь» нашими собственными этическими ошибками.

Ведь судьба — это не какой-то механический закон, определяемый, например, «звездами» и «планетами», как утверждают астрологи. Судьба — это непосредственное ведение нас по жизни Богом — Высшим Сознанием, обладающим Вездесущностью, Всеведением, абсолютными Любовью, Мудростью и Силой. Он ведёт каждого из нас к Себе, в Себя. Если мы идём правильно — Он поощряет нас блаженством, если сворачиваем с Прямого Пути к Нему — Он указывает нам на это, делая больно тем или иным способом. Всё — очень просто.

И не надо сетовать на «плохие условия жизни». Ведь Путь к Нему — это вовсе не ходьба пешком или поездки в транспорте. Но преобразование себя как сознания. Это — именно внутренняя работа над собой.

Путь к Себе Бог обрисовал через Аватара Бабджи в виде формулы: «Истина — Простота — Любовь — Карма-йога — Уничтожение низшего «я» ради слияния с «Я» Высшим. Здесь кратко изложено всё Учение Бога. Все остальные знания и наставления — лишь разъяснения к этой формуле.

Бог хочет от нас, в том числе, Мудрости: без неё трудно идти по этому Пути. Одним из уроков здесь является изучение строения и функционирования собственного тела, забота о нём. Обучившись

этому, мы затем можем заботиться и о других людях, обогащая их своим опытом.

... Приходилось слышать мнения, что, например, сифилис надо лечить такими-то комплексами асан хатха-йоги, или, что вообще любую болезнь надо исцелять только молитвой, или, что и вообще лечиться не следует, само пройдёт, пусть организм укрепляет свою сопротивляемость, а от любых лекарств, мол, — только вред.

Но сифилис от асан не проходит, лишь переходит, пока заболевший делает асаны, в следующую стадию своего развития. И занозу никому не придёт на ум удалять молитвой: её удаляют ногтями, иглой, пинцетом. И жизнь в теле нам дана вовсе не для того, чтобы болеть, тратя на это энергию и драгоценное время. Она дана — чтобы активно развивать в себе Божественные качества — Любовь, Мудрость и Силу.

Мой подход состоит в том, что от любой болезни надо лечиться срочно, не давая ей развиться, и комплексно, всеми имеющимися методами.

Даже если в руку воткнулась заноза, да, будет уместно задуматься: то ли дело я делал, какое на самом деле нужно, или не потеряно ли было мною в тот момент состояние любви и покоя? Но слишком долго думать об этом с занозой в руке смысла не имеет. Занозу надо быстрее удалить и даже, возможно, смазать ранку йодом.

Так же — и при гриппе, ангине, насморке. Они могут быть указаниями на какие-то ошибки. Например, та же потеря покоя или общение не с теми людьми. Но, сделав правильные выводы, вполне уместно начать обрабатывать поражённую слизистую оболочку марганцовкой, мазью или настойкой календулы, противовирусной оксолиновой мазью, сделать облучение «кварцевой» лампой, пить завар-

ки шиповника, крапивы, хвои. Поможет и прочистка соответствующих чакр и меридианов, очищение «кокона».

Так же — и в случае более сложных заболеваний, требующих вмешательства специалистов-врачей. Даже при раке — нет смысла отказываться от предложенной врачами операции. Надо лишь главный акцент, несомненно, сделать на выяснении его кармической причины и на исправлении своих ошибок.

Кстати, современный Мессия Сатья Саи, обладающий неограниченной способностью к чудотворению, лично исцеливший множество больных — очно и заочно — самыми невероятными, с точки зрения материалистов, способами, — всё же заботится о создании обычных больниц, даже на территории собственного ашрама.

Ведь и медицинские работники, и пациенты должны развивать себя, совершенствуясь на Пути к Богу, — через взаимодействие друг с другом. А чудесное исцеление надо заслужить собственными усилиями, иначе оно не пойдёт на пользу.

... Каждый хороший хозяин или хозяйка должны иметь в своем доме — не только для себя, но и для гостей — набор самых элементарных медикаментов: бинты, вата, йод, календула, прополис, фталазол, анальгин, оксолиновая мазь, меновазин, индовазин, шалфей и др.

А кое-что из этого надо брать с собой и при выездах на природу, особенно группой.

Например, фталазол поможет при воспалении в кишечнике, шалфей — при воспалении в пищеводе или желудке. Меновазином можно не только натирать заболевшие мышцы, но, разведя его примерно в 50 раз, — закапывать в нос при насморке или в глаза при конъюнктивите, а при разведении в 10 раз

— он хорошо поможет как полоскание при ангине. Смазывание индовазином и плотное бинтование опухающих суставов ног позволит идти после их ушибов или натёртостей. Прекрасными заживляющими свойствами обладает прополис.

Каждому хорошо бы стать специалистом в «бытовой» медицине: это и себе облегчит жизнь, и позволит помогать в трудностях другим. Это — тоже уроки Мудрости.

... Питание «убойной» пищей, что сейчас достаточно хорошо исследовано статистически, как и курение и алкоголизм, резко повышает риск заболевания раком. Питающиеся «безубойно» люди раком не заболевают.

Наоборот, даже одного лишь отказа от «убойного» питания обычно бывает достаточно, чтобы резко улучшить состояние здоровья: исчезают желудочно-кишечные заболевания, гипертония, различные проявления подагры и т.д.

В России до 1917 года накапливался успешный опыт лечения «безубойным» питанием от различных болезней и пристрастия к алкоголю и табаку. Ширилось также этическое движения за нравственность в питании [5,20,28,39-40,52,55,57,59], одним из инициаторов которого был русский писатель Лев Николаевич Толстой, проклятый за «вольнодумство» господствовавшей церковью...

* * *

Люди, вставшие на истинный религиозный Путь, быстро избавляются от множества болезней, даже от рака. У меня в разные годы занимались десятки раковых больных, были среди них даже уже «неоперабельные», то есть, те, от которых отказалась ме-

дицина как от безнадежных. Все они выздоровели, приняв правильную духовную ориентацию и начав совершать (каждый — в меру своих сил) реальные усилия по совершенствованию себя.

Отмечу, что, естественно, не всякая религиозность спасает от болезней. Иллюстрацией к тому является вовсе не меньшее число больных среди членов современных массовых сект.

А те секты, где культивируют мистический страх вместо любви, — становятся очагами и рассадниками психических заболеваний.

Существуют также секты, где массово применяют психоделики, алкоголь, а это несовместимо как с духовным Путём, так и с просто здоровьем.

Ещё одно из «модных» ныне увлечений — это пить мочу — помногу и долго — что приводит к отравлению головного мозга и... ещё большему снижению умственных способностей.

Надо очень хорошо понять, что все наши болезни — это результат наших этических ошибок или глупости. За всей нашей болью надо увидеть руководящую Руку Любви Бога, Который — через неё — желает нам на что-то указать, что мы должны изменить в себе.

Болезни могут быть, например, следствием курения, алкоголизма, питания трупами животных, но не предупреждал ли нас Бог об этом? И если на это благословляют лидеры вашей секты — то не пора ли отвернуться от них и обратиться к водительству Бога?

Болезни бывают и от лени человеческой: от лежаче-сидячего образа жизни, например. Также — от игнорирования необходимости закаливания организма. Или оттого, что мы забыли о приближающейся с каждым днём смерти тела и необходимости в связи с этим совершать духовные усилия — чтобы успеть.

Пример, который мы уже обсуждали, — рак, который даётся нам для того, чтобы предупредить о приближении смерти, чтобы сделать её приближение более ощутимым, более явным. И если человек намёк этот принимает и пробуждается — рак уходит.

Болезни бывают и у целителей, они их «снимают на себя» с пациентов: если спешат исцелить тело — вместо того, чтобы начать с исцеления души, то есть, с устранения этических причин, вызвавших болезнь. А все такие причины укладываются в три группы: а) отсутствие устремлённости к Богу (или неверная устремлённость), б) отсутствие любви и в) невежество.

Приведу лишь один из множества возможных примеров. Пригласили меня как-то к себе домой две дамы: мама со взрослой дочерью. Мы сели на кухне пить чай. А на плите рядом варился в кастрюле чей-то труп. Они долго рассказывали о своих болезнях... Я потом спросил их насчёт любви — любви, в частности, к животным. Обе они «заворковали» о том, как они их сильно любят... Я приподнял крышку кастрюли и спросил: «любите» — именно в виде супа? Или в жареном виде — тоже?...

Особенно страшен — как причина заболеваний — хронический гнев в виде, в том числе, эмоций осуждения кого-то, неприязни, ненависти. Всё это не только ведёт в ад, но и портит здоровье. Через эти болезни Бог нас предупреждает: чтобы опомнились, пока не поздно. Причём разные таблетки и валерьянка от ада ведь не помогут: Бог хочет от нас этических решений и реального изменения себя!

Также, давая нам некоторые болезни, Бог предлагает взяться за элементарное изучение анатомии и физиологии своего тела, за познание причин хотя бы самых обычных нарушений здоровья.

Например, сочетание большого количества белковой или жирной пищи со сладкими блюдами ведёт к «вспучиванию» живота: обильному газообразованию в кишечнике.

Или: подогревание и жарение пищи на жидких растительных маслах, в отличие от сливочного масла, — вредно, может дать заболевание печени. Ибо «ненасыщенные» жирные кислоты, из которых состоят жидкие масла, при нагревании в присутствии кислорода легко окисляются с образованием вредных веществ.

Или: не следует носить одежду из синтетических тканей, соприкасающуюся с кожей, — даже если она выглядит красиво и её «носят все». Ибо это нарушает, в том числе, биоэнергетические процессы в тканях тела.

Или: нужно не только чистить зубы щёткой, но и прочищать от остатков пищи щели между зубами — например, тонкой металлической пластинкой. И также надо хотя бы иногда, а при необходимости и систематически, массировать дёсны, легко продавливая все промежутки между корнями зубов: от челюсти к жующей части зуба. Ибо если туда забивается при жевании пища — возникает пародонтит, о котором мы узнаём обычно далеко не сразу: лишь когда заболит или кто-то укажет на неприятный запах изо рта. А ведь ношение в теле любого очага инфекции отравляет весь организм через ток крови. И пародонтоз может стать причиной заболеваний и в других местах (например, воспаление носовых пазух, горла, глаз и т.д.).

Подчеркну, что кариесы и воспаления дёсен (пародонтиты и пародонтозы) часто становятся причиной конъюнктивитов. И те конъюнктивиты, которые не вызваны попаданием в глаза песка, пыли или

другими явными причинами, могут служить сигналом к тому, чтобы обратиться к стоматологу.

«В народе» бытует масса глупых и вредных — в отношении здоровья — мнений.

Например: если вскочила «болячка» на губе, это — «простуда» и «ничего страшного». Но на самом деле это — или высокозаразный вирус герпеса, или иногда — поражение губ трихомонадой. В обоих случаях — целоваться нельзя, надо лечиться.

Или: при болях у женщин в области яичников говорят: застудила, надо греться. И ставят грелку или обматываются шалью. Но это могут быть или безобидные «овуляторные» боли, связанные с обычным и естественным разрывом фолликула, — тогда всё в порядке и «греться» не надо. Или же это может быть воспаление, вызванное микробами, тогда надо серьёзно лечиться антибиотиками (именно, современными цефалоспоридами).

Причинами хронических воспалений маточных придатков также могут стать биоэнергетические поражения от сексуальных контактов с энергетически грубыми партнёрами, а также ношение синтетического белья.

Или: геморрой объясняют малоподвижным образом жизни, тогда как причина его в том, что в прямой кишке задерживаются мелкие кусочки содержимого кишечника, они и натирают стенки кишки при ходьбе; в результате возникает воспаление слизистой оболочки с вовлечением стенок вен. Профилактика — следить за чистотой нижнего отдела кишечника, а при малейших признаках воспаления смазывать его бактерицидными мазями.

Или: нельзя забеременеть в иные дни, кроме нескольких в середине цикла. На самом же деле вероятность зачатия во все другие дни не исчезает, а лишь снижается.

Или: ослабление половой функции у мужчин надо лечить кофе и мясом. Но на самом деле надо в таких случаях исключить и то, и другое. А помочь может, прежде всего, коррекция своих эмоций, установление глубокого внутреннего покоя. Это приходит при правильном продвижении по духовному Пути.

Или: «неофитский» лозунг: «Не буду применять никакие лекарства!». Это — не признак мудрости. Скорее — наоборот.

У нас нет времени болеть! И также нет смысла отдавать своё тело «на съедение» микробам. От них оно страдает несравненно больше, чем от адекватного лечения лекарствами.

А однажды я был поражён утверждением женщины лет тридцати — старшего тренера, выпускницы института физкультуры — что наилучшим противозачаточным средством, которое ей «всегда безотказно помогает», является... мочеиспускание после полового акта...

Она не знала разницы между собственными маткой и мочевым пузырём!

Я тогда даже не нашёлся, как возразить, просто промолчал. Как можно обсуждать столь «сложную» тематику с такой...?!

Но годы спустя, знакомая медсестра, когда я ей рассказал про тот курьёз, вовсе не рассмеялась и даже не выразила удивления. «Но ведь так в нашей стране думают очень многие женщины, я с этим мнением очень много раз встречалась!» — серьёзно произнесла она...

Кстати, почему не возникали беременности у той весьма любившей новые сексуальные приключения женщины? Ведь, скорее всего, причиной было хроническое воспаление маточных придатков, поражённых одной из венерических инфекций...

... Бог хочет от нас мудрости. Она приобретается через знания обо всем, в том числе, об устройстве наших тел, о возможных угрозах им, способах избегания таких опасностей и лечения болезней.

Я рекомендую каждому приобрести «Справочник практического врача» и хотя бы раз его прочитывать целиком. Это, разумеется, не даст медицинской образованности и не заменит помощь специалистов-врачей. Но мы хотя бы будем иметь представление о многообразии возможных болезней: от венерических и грибковых — до психических. И мы сможем уже легче ориентироваться среди подстерегающих нас опасностей, будем легче их избегать.

К примеру, ко мне несколько раз заходили гости с грибковыми заболеваниями ног — и без всякого угрызения совести и стеснения надевали мои домашние тапочки...

Или: венерические болезни у неопитов обычно не вызывают у них особой тревоги: такие болезни, считают они, могут быть только «у них» — у «недуховных», а у меня это — «просто так», «сейчас пройдёт»...

Примите, если хотите, и такой совет: лучше — не болеть, но, если уж заболели, — то лечиться комплексно сразу всеми имеющимися средствами: и анализом причин болезни, и покаянием, и медитативными и биоэнергитическими приёмами, и неспецифическими средствами, повышающими сопротивляемость организма (витамины, горячие ванны, ультрафиолетовое облучение «кварцевой» лампой, «моржевание» и т.п.) плюс специфические лекарственные препараты и прочие воздействия, которые может порекомендовать специалист-врач.

Кстати, одной из мер профилактики многих болезней и обеспечения хорошего самочувствия явля-

ется ежедневное мытьё всего тела с мылом. А для успешной духовной работы — это просто необходимо.

Запомним: здоровье обретается на духовном Пути! И по духовному Пути лучше идти здоровыми!

Труд в материальном мире

Для любого человека, даже если он ещё не дорос до вмещения религиозных истин, существенны два принципа в отношении к своей работе. Это — порядочность плюс стремление как можно большему научиться. Второй принцип подразумевает не только стремление к учёбе, но и достаточно частую смену направлений приложения своего труда, смену рабочих мест. На каждое новое место мы в таком случае приходим, уже обогащённые опытом работы на всех предыдущих. Это значительно обогащает жизненный опыт, развивает интеллектуально, создаёт объективную предпосылку для уважительного отношения со стороны других людей.

Для религиозного же человека отношение к собственному труду предполагает ещё более серьёзный подход. А именно, он должен смотреть на свою социальную активность — как на служение Богу.

Это называется карма-йогой. Карма-йога — это путь совершенствования себя через помощь Богу в Его Эволюции. Конкретно это выражается в разнообразной помощи другим людям — помощи в том, что им действительно полезно, включая духовную помощь.

При этом надо стараться служить именно своими высшими способностями. А также стремиться к овладению всё более высокими навыками для своего служения [10,18].

Личная материальная заинтересованность при таком отношении к делу отходит на далёкое место. Ведь такое служение есть выражение, проявление своей любви к Богу и людям. Правильно ли продавать свою любовь за деньги?

Кришна об этом говорил так: «Взирайте на дело, а не на выгоду от него!... Несчастливы те, которые действуют — ради награды за свою деятельность!» [10,18] (Бхагавадгита, глава 2:47,49).

Карма-йога, однако, вовсе не есть принцип бесплатной работы. Но карма-йог питается «остатками от своих жертвоприношений», как это образно разъяснял Кришна [10,18] (Бхагавадгита, глава 3:13).

Впрочем, и те, кому оказывается помощь, не должны забывать, что их помощнику тоже надо на что-то покупать еду, чем-то платить за транспорт, жильё и прочее. Вспомним слова Иисуса Христа на этот счёт: «Трудящийся достоин пропитания» (Мф 10:10), «Трудящийся достоин награды за свои труды» (Лк 10:7). И — очень важные слова Кришны из Бхагавадгиты: «Вор — тот, кто на полученные дары не отвечает дарами» [10,18] (Бхагавадгита, глава 3:12).

Через постоянный интенсивный духовный поиск и не иначе, как со служением по принципам карма-йоги — человек развивает в себе и Любовь, и Мудрость, и Силу.

... Мы уже много говорили о Любви, поговорим сейчас о Мудрости — качестве, без которого невозможно стать совершенными, невозможно прийти к Слиянию с Богом.

Мудрость — это знание всего самого главного: каков Он — Бог, что такое человек, каков его смысл жизни, что такое Эволюция Вселенского Сознания. Это также — знание многообразия душ, умение различать людей по их качествам, способностям, психогенетическим возрастным возможностям. Это так-

же — знание Прямого Пути к Совершенству и многообразных вариантов отклонения от него. Это — знание того, как можно помочь в Эволюции каждому человеку, определив для него доступную ему форму духовной помощи.

Мудрость обретается через теоретическое исследование и практический опыт. Первое состоит в изучении инструкций, которые Бог неоднократно давал воплощённым людям, а также в познании опыта человеческих исканий и блужданий на Пути к Нему. Практические же знания человек получает через изучение себя и Бога на духовном Пути, а также в процессе духовного служения, в духовном творчестве.

Духовное служение

Путь до Бога невозможно пройти без духовной помощи другим людям. Это объективно необходимо для процесса Эволюции, ибо увеличивает число посвящённых в духовные знания. Это также развивает самого помогающего, даёт ему, в частности, уроки психологии. Ведь процесс духовного развития можно рассматривать как учёбу «на Бога». А Бог есть, в том числе, совершенный Психолог, Душевед.

На духовном Пути, как на войне, ярчайше проявляются и катастрофичная для множества людей тупость некоторых «начальников», и самоотверженный мудрый героизм других, спасающий многих.

В этих битвах активируются эмоции людей, высвечивается человеческая трусость, сводящая многих маловеров с ума, обостряются проявления как других порочных, так и высоких душевных свойств.

«Характер воина» истинного духовного подвижника закаляется в отражении атак завистников, агрессивных глупцов.

Непривязанности к людям учат предательства бывших «лучших друзей».

Спасая других, идущих с ним, за ним, — подвижник развивает себя, растя в себе — в сражениях пред лицом Бога — Любовь, Мудрость и Силу, постепенно обретая таким образом Божественность.

В чём должна состоять начальная духовная помощь другим людям? Первое — в формировании у них верного представления о Боге и о Пути к Нему. Второе — в обучении регулированию своей эмоциональной сферы.

А интеллектуально и этически достойных людей можно обучать и искусству медитации.

Но прежде, чем приступить к серьёзной медитативной работе, каждому ученику следует очистить тело от энергетических загрязнений. Из грязного и вследствие этого больного тела — выход в тонкие зоны, к Богу, невозможен.

Начинать эзотерические практики можно не иначе, как с адептами, отказавшимися от «убойного» питания и употребления алкоголя, табака и прочих подобных ядов, от тесного общения (включая сексуальное) с энергетически грубыми людьми.

Ученики также должны поставить себе первоочередной задачей утверждение себя в любви и покое.

И тех, кто в процессе работы сходят с этого пути или не делают успехов, — тех следует от занятий отстранять: ради их же собственного блага. Ибо одни и те же психотехники могут вести одних, утончающих себя и растящих себя как любовь, — к Богу, а тех, кто идут иначе, — в ад, производя из них дьяволов.

Последнее я наблюдал многократно в разных городах и странах, в том числе там, где внедрялись методы, разработанные с моим участием. Некоторые преподаватели — ради денег, славы или просто из-за преступной безответственности — начинали обучать психоэнергетическим приёмам всех желающих, без тщательного отбора. Это приводило и к личным катастрофам, и даже к созданию в одном случае преступной группировки [9].

Ещё я имел когда-то неосторожность показать многим, оказавшимся впоследствии недостойными, прекрасные *места силы*. Теперь... я встречаю на них тренирующихся откровенных чёрных магов, оставляющих следы своей энергетической грязи, оскверняющих святость тех мест...

Но на духовном Пути не может иметь место насилие одних людей над другими. Я не имею никакого права требовать от тех извращенцев, чтобы они туда не ходили, не растили из себя дьяволов... Ведь Бог дал им свободу воли. И они имеют полное право идти в ад. Побывав в аду, они, может быть, захотят из него вырваться. И тогда им, возможно, помогут и мои книги...

Одна из премудростей состоит в том, что в Обитель Творца невозможно кого-либо «затащить». Это не нужно Ему, да и невозможно: ведь духовный Путь — это, прежде всего, качественное преображение себя, а не, скажем, залезание на какую-нибудь гору. И идти по этому Пути может и должен именно сам человек, другие могут только показывать ему дорогу.

Каждый из людей должен абсолютно свободно сам строить свои взаимоотношения с Богом. Поэтому никакой «религиозной дисциплины» и взаимоподчинения людей и духовных групп быть не должно. Каждый должен развиваться в полном соответ-

вии со своей свободой воли, данной ему Богом. Нарушение этого принципа искажает гармонию Эволюции, мешает Богу вести нас к Себе.

Привязанности ложные и истинные

Философский термин «привязанность» означает состояние сильной и длительной «прикреплённости» человека своими индриями к каким-то объектам. Это могут быть родители, дети, супруги, объекты сексуального влечения, деньги, предметы роскоши, высокое положение в обществе, любимая трудовая деятельность, друзья, собственное тело, азартные игры, те или иные виды пищи, алкогольные напитки, табак, другие яды...

То есть, мы видим, что привязанности могут быть явно вредными, не явно вредными, но также и весьма положительными для определенных этапов развития человека. Ведь именно последние подчас заставляют нас «шевелиться» в наших жизнепроявлениях, причём на высоком эмоциональном уровне. Гораздо хуже, когда человек не движется, живёт лениво.

Посмотрим на аналогию: автомобиль, судно — ими можно управлять только в том случае, если они двигаются относительно окружающего субстрата; если же они не имеют собственного движения, то направить их куда-то, повернуть, развернуть — крайне трудно или невозможно.

Так и человек: если он живёт активно — пусть хоть ещё и не имеет верного понимания смысла своей жизни и своей Высшей Цели — но его движение позволяет Богу создавать для него многие учебные

ситуации. Только тогда он развивается, готовя себя к последующим духовным восхождениям.

... В религиозной литературе можно встретить образ как бы положительных героев, которые вдруг бросали заботу о своих семьях и уходили навсегда в отшельничество, надеясь на духовные достижения. Это преподносилось в той литературе как достойный подражания «обрыв привязанностей».

Но нет, это не верно! Так рвать «привязанности» — не только не оправдано с позиции этики, но и бессмысленно. Они должны не рваться «волевыми актами», а заменяться. Надо стремиться полюбить Бога! Это трудно сделать сразу. Но надо поставить перед собой такую цель, просить Его помочь. И любовь к Богу тогда сможет расти по мере того, как мы изучаем Его пытливым умом через книги, духовные беседы, через личные запросы к Нему с просьбой показать, проявить Себя, дать почувствовать Его Любовь, вразумить через Откровение... Это и будет верное — для начала — распределение своих индрий.

Потом, когда мы начинаем чувствовать реальную взаимность любви — прогресс взаимоотношений идёт ещё быстрее, любовь постепенно превращается в страсть, в новую привязанность... И эта новая — истинная — привязанность-страсть постепенно вытесняет все другие.

... Я прожил свою жизнь именно так. Будучи воспитанным в атеистической среде, я лишь с 27 лет впервые услышал о реальности бытия Бога. Но в те годы никто не мог разъяснить мне, что же кроется за этим словом. Православие дало первые мистические переживания, но внятного ответа о том, что такое Бог, в нём не нашлось: Бог-Отец там оказался просто утерян. Хотя Он был центральной фигурой в Учении Иисуса Христа. Книги дали некоторое расши-

рение кругозора, но в те годы не было ни одной, где всё было бы написано столь же подробно и просто, как в той, что вы читаете сейчас.

У меня никогда не было воплощённого Гуру — духовного Учителя, знающего всю дорогу до Бога. Их тогда вокруг, по-видимому, не было вовсе. И это — отчасти хорошо. Ибо наличие воплощённого Гуру, с одной стороны, да, позволяет быстрее и проще получать объяснения и практические техники для работы над собой. Но, с другой стороны, общение с Ним формирует привязанность к Нему как к телесной форме — а не к Божественному Сознанию; цель в таком случае оказывается не высшей, а промежуточной, и не все ученики в такой ситуации оказываются в состоянии переключиться на Высшую Цель, на Сознание Бога-Отца.

Бог сразу поставил тогда передо мной — учёным, имевшим уже солидный опыт научных исследований, — Высшую Цель: Самого Себя во всей Вселенской Полноте.

И я влюбился в Него.

А дальше уже всё было весьма просто: я, что называется, «попёр напролом». Я пошёл к Нему. За мной устремлялись другие люди — множество людей, сменяющих друг друга. Но они не выдерживали мою скорость, мою интенсивность. Кто-то отходил спокойно, кто-то бунтовал, требовал «особой» любви к себе, не получая — ненавидел. Кто-то предавал, делая подлости, кто-то клеветал, даже публично. Кто-то обкрадывал. Нашлись даже те, кто убивали моё тело.

Но я шёл вперёд, не оглядываясь, не влюбляясь в людей и не ввязываясь в ссоры, не мстя даже за подлое, жестокое убийство, хотя и узнал имена своих убийц. Я не позволял себе остановиться из-

за «привязанности» к своей «чести», к престижу, к своему телу, наконец.

У меня не было никогда платных учеников, которым я продавал бы свои высшие знания. У меня были друзья, которых я очень любил. И я дарил им себя, свой духовный опыт, жил для них и для Бога. Не мог же я... продавать им свою любовь за деньги! Наградой мне за помощь им — были их успехи.

Я их очень любил. Но если они отходили — я не был «привязан» к ним и тут же о них забывал.

Я ни разу не совершил — совершенно искренне! — ни малейшей попытки вернуть к себе кого-либо, кто отошёл от меня. Наоборот, я поощрял их к отходу — чтобы не перегрузить ношей знаний, для них пока непосильной.

Одни отходили, перестав понимать меня, — Бог подводил других, более готовых... Я любил их ещё сильнее, ибо они понимали меня лучше... Но я всё равно не «привязывался» к ним: у меня была главная любовь — любовь к Богу!

И сколько бы грязи ни лили на меня завистники, предатели, клеветники — из всех споров я вышел победителем: Бог принял меня в Себя, я научился сливаться с Ним в Объятиях Любви. Я — победил! Победил не кого-то другого. Нет! Победил, никому не причинив страданий, победил — самого себя, став другим: таким, каким нужен был Богу.

Я — победил, и зову вас к той же Победе!

А за помощь в достижении Победы я благодарен и Богу, и всем тем, кто шли со мной, кто любили и ненавидели меня: через вас Бог обогащал меня и корректировал мой путь по жизни. Мир вам всем!

Учение Бога — и сектантство

Бог, создавший нашу планету и населивший её нами, людьми, отнюдь не забыл нас. Наоборот, мы — Его главная забота, мы — Его дети, которых Он ждёт в Своем Доме. Ведь именно ради того, чтобы мы туда вошли, повзрослев здесь, — и было создано всё Творение.

И Бог учит нас двояко: Он даёт нам указания о том, как надо жить, а затем, предложив нам свободу воли, учит нас исполнять эти указания-инструкции в практике взаимоотношений с другими существами и с Ним.

Предоставление нам свободы выбора пути по жизни, свободы в принятии нами решений в конкретных ситуациях — это та Его мудрая задумка, которая позволяет Ему ясно различить тех, кто искренне двигаются к Нему, — и тех, кто идут в противоположную сторону.

Мы имеем право двигаться как в ту, так и в другую сторону, а также топтаться на месте; да — Он дал нам это право, и мы можем им пользоваться.

Но двигаясь к Нему, мы реально увеличиваем количество своего счастья, блаженства.

В противном же случае нас поджидают болезни, беды, страдания.

И даже на кошмар пребывания среди себе подобных в дьявольской зоне мы имеем право. Но надо ли это нам? Не лучше ли стать послушными, покорными Его Воле? Ведь Он хочет нам блага и даёт его — только бери!

Почему же на Земле столько страданий? Почему люди не идут к Нему? Почему преступления, мрак примитивизма, дикость невежества столь же характерны для «верующих», как и для атеистов?

Не потому ли, что люди, особенно властьюмущие, в силу своего собственного невежества или из корыстных побуждений скрывали и искажали простые истины о Пути к Богу, Пути к счастью?

Ведь это столь просто — обеспечить себе и власть, и деньги, объявив себя, например, посредником между людьми и Богом. Достаточно лишь облечься в «жреческие» одежды и торжественно-важно объявить: вот, я наделен властью просить Бога о вашем благополучии, я наделен правом отпускать вам грехи, приходите ко мне, платите, разумеется, деньги, иначе... — будете вечно гореть в огне ада!...

Это и есть типично сектантский вариант корыстной лжи.

Ещё можно усилить эту ложь такой схемой: наша церковь имеет свою историю ещё от Адама и Евы. Все остальные церкви — её незаконные дети. Так кого Бог больше любит: Своё законное дитя — или же незаконных?..

На самом-то деле Бог одинаково любит всех человеческих детей. А вот на такую гнусную ложь — могут ли пойти искренне верующие?

Или появились в последнее время секты, продающие за огромные деньги «право на общение с Богом»: надо, мол, нарисовать вот такой тайный знак (именно он и продаётся) — тогда Бог будет откликаться на ваши просьбы и посылать вам или через вас «Божественную Энергию»... Будто бы Бог — некая машина, в которую надо опустить жетон, чтобы заработала!.. И ведь масса людей верит этой и другой подобной лжи. И платит деньги!..

Но это, хоть и глупо, но не столь ужасно, как когда облачённые в величественные одежды «пастыри» посылают адептов своей организации — от имени Бога! — ненавидеть, избивать, убивать тех, кто им («пастырям») мешают в их лжи. И тогда раз-

гораются грубые низменные страсти, бушует «праведный гнев»... — и вся эта «паства» в итоге отправляется в ад...

Гнев и страх (особенно страх мистический — перед дьяволом, бесами, колдунами, вампирами — что является необходимым атрибутом запугивания и порабощения «паствы» самых жестоких и невежественных сект) — вот те эмоции, культивирование которых предопределяет людей к аду.

... Бог же есть Любовь. И принимает в Себя Он только тех, кто стали Ему подобными.

... Бог всё время учит нас только одному через всех Мессий, говоря это лишь разными словами и с разными акцентами для разных людей. Это Учение Бога есть Его Извечный Закон (на санскрите эти слова звучат как *Санатана Дхарма*). Он состоит в том, чтобы мы устремлялись к познанию Его, Слиянию в Любви с Ним и служили Ему, любя людей и помогая им, любя все твари, развивая, совершенствуя себя ради полной духовной самореализации.

Что же нам мешает принять этот Закон, отвернувшись от всех тех, кто эту Волю Бога искажают?

Извечный Закон — Санатана Дхарма

Итак, секты — это те религиозные объединения, которые отошли от истинного Учения Бога.

А Учение Бога до нас дошло, в том числе, через уста или письмена Тота-Атланта (Гермеса Трисмегиста — в следующем Его воплощении), Кришны, Лао-Цзы, Пифагора, Иисуса Христа, Мухаммада, Бабаджи, Сатья Саи и других Божественных Посланцев, пророков, великих учеников Бога и духовных

подвижников. (Главная суть их проповедей сведена в наших книгах [10,18]).

Также можно выбрать несколько ценных цитат из Ветхого Завета.

Но обратим внимание, что во всей Библии нет описания Бога-Отца — главного Объекта упования всех верующих. Как же можно устремляться в любви к Тому, о Котором... ничего не известно? Не потому ли Он оказался почти совсем забытым в массовых христианских церквях?

А в Бхагавадгите о Нём и о Пути к Нему сказано много. Беда лишь в том, что Бхагавадгиту переводили на русский язык раньше те люди, которые сами её не вполне понимали. Достоверный же перевод могли сделать только те, кто сами претворили в свою жизнь всё Учение Кришны.

Бог на протяжении всей истории человечества на Земле учит людей одному и тому же: как развивать себя, стремясь к Божественному Совершенству, к Слиянию с Ним. Но люди каждый раз со временем забывают самое главное в данном им конкретном Учении, кое-что в нём извращают, иногда до противоположности, и начинают враждовать с другими людьми, которые извратили Учение несколько иначе [6].

Поэтому Богу приходится снова и снова воплощать Частицы Себя в людские тела или же говорить всё через новых пророков — чтобы в очередной раз попытаться воскресить Санатану Дхарму. А людям свойственно принимать Его Посланцев как врагов своей «истинной веры», издеваться над Ними, убивать Их.

Сейчас на Земле так проповедует чистое Божественное Учение Аватар Сатья Саи. (Его Учение интегрировано в книге [10]).

Суть Учения Сатья Саи, как и Учений всех других Божественных Учителей, кратко сводится к следующему:

Главная цель любого человека — Слияние себя — как развитого сознания — с Сознанием Бога. Ради реализации этого надо изучить себя и Бога как многомерные явления, познать Обитель Творца и переселиться сознанием в неё.

Чтобы это осуществить, надо подготовить себя духовными практиками — такими, как пранайамы, приёмы пратяхары и медитативные тренировки.

Но никакие тренировки не окажутся полезными, если в человеке нет сильной веры и устремлённости к Творцу, а также развитой способности к Любви. Любовь — это функция духовного сердца, и её надо начинать развивать через взаимодействие с людьми и другими воплощёнными существами.

Основные принципы здесь таковы: сострадание ко всем и служение всем по принципам карма-йоги. Карма-йога — это и есть практическое осуществление любви к Богу и людям, это и есть наилучший способ развития себя. Одна лишь вера без активного служения — мертва.

Веру тоже надо растить в себе постоянным памятованием о Боге; подспорьем здесь могут быть чтение соответствующей литературы, религиозные беседы, богослужения с воспеванием Господа и т.д.

Все основные принципы отношений с другими людьми и прочими существами укладываются в одну лишь краткую заповедь Вьясы:

«Всем помогай (во всём добром), никого никогда не обижай!».

Сатья Саи даёт детальную расшифровку этой заповеди применительно ко множеству конкретных земных ситуаций.

В земной жизни каждого человека, учит Он, есть две главные вехи: Бог — как Цель, и смерть тела — как предел наших возможностей стать лучше.

Запомним же это! И, отбросив все мелочи, всё лишнее со своего Пути, посвятим себя только прямому исполнению смысла своих жизней!

Через это — наше освобождение от пут кармы, от болезней, от необходимости последующих новых окупаний в мир страданий; через это — Слияние навеки с самым главным Любимым!

Комментарии к схеме Патанджали

Основные этапы восхождения к духовным высотам, к Слиянию с Изначальным Сознанием, обозначил ещё в далёкой древности индийский риши Патанджали.

Он выделил 8 главных ступеней такого восхождения: йама — нийама — асана — пранайама — пратьяхара — дхарана — дхьяна — самадхи.

Но, поскольку две первые из названных ступеней схожи и в практике осваиваются одновременно, их рационально объединить в одну — и говорить о семиступенчатой «октаве».

Рассмотрим эти ступени.

Йама и нийама

Эти термины переводятся как «усилие и расслабление» или «напряжение и покой». Данная ступень включает освоение главных этических и психогигиенических правил жизни духовного искателя.

Первое правило называется ахимса — непричинение вреда. Речь идёт о стремлении, по возможности, не причинять любой вред всем живым существам — в делах, словах, мыслях и эмоциях.

Это включает, в том числе, и рассмотренные выше правила этически верного питания, и, что не менее важно, исключение грубых эмоций, сопряжённых с дурными мыслями и часто сопровождаемых грубыми словами и поступками.

Наши этические ошибки, включая преступления, могут быть вызваны или неведением, невежеством, непониманием устройства Мироздания и своих места и роли в Нём, или же попустительством таким эмоциям, как злоба, осуждение, ревность, обида, тревога, отчаяние, страх и т.д., являющимся проявлениями порочно «торчащего» индивидуального «я».

На духовном Пути одной из важных задач является уничтожение индивидуального низшего «я» через слияние его со всеобщим Высшим «Я» Творца. Работа в этом направлении начинается с борьбы со всеми порочными проявлениями своего «я», прежде всего — в эмоциональном реагировании.

Важным методом здесь является покаяние: искреннее раскаяние в совершённых этических ошибках — с ментальным анализом тех ситуаций и нахождением правильных их разрешений.

Многие не понимают того, что такое — принцип неосуждения. Осуждение — это именно эмоция, одна из форм гнева. Это — вовсе не интеллектуальный анализ, не выявление и обсуждение чьих-либо ошибок. Анализ — необходим: он позволяет научиться не повторять чужие ошибки. Но он должен совершаться без эмоций гнева в любом его варианте.

Эмоции — это состояния сознания. Они излучаются за пределы тела, создавая энергетическую среду для окружающих людей и других существ.

Живущие в грубых эмоциональных состояниях люди продуцируют разрушающую, болезнетворную среду обитания для окружающих, общение с ними может вызывать тяжёлые энергопоражения и болезни, особенно у детей.

Живущие же в состояниях утончённой любви — оздоравливают, одухотворяют, облагораживают всё вокруг своих тел, исцеляют только лишь своим присутствием. И чем сильнее их любовь и мощнее сознание — тем большее пространство вокруг они одухотворяют — вплоть до планетарных масштабов.

Полное освоение контроля над своей эмоциональной сферой духовный искатель достигает только через работу со своими чакрами и другими энергоструктурами и затем через объединение себя (как сознания) с Сознанием Божественным. Но начинать усилия следует уже с самого начала Пути.

Вторым правилом йамы является сатья — истинность, чистота, правдивость.

Бывают, однако, случаи, когда мы не можем сказать правду, ибо это причинит кому-то вред. Тогда — лучше промолчать или уклониться от ответа...

Солгав же, мы становимся грешниками пред Богом и заложниками своей лжи пред людьми, ибо нам потом придётся опасаться разоблачения, жить в тревоге, а не в состоянии устойчивого и чистого покоя.

Третье правило — астея — отказ от стремления к обладанию чужими вещами. Мы должны устремиться всецельно к познанию Бога! Стремление же обладать материальными вещами, к тому же чужими, — это есть полное извращение истинной направленности сознания, сопряженное к тому же с причинением вреда другим людям.

Четвёртое правило — апариграха — свобода от ненужных (не необходимых) вещей, которые лишь

отвлекают внимание от главного: от устремлённости к Слиянию с Творцом.

Пятое правило — Брахмачария, что значит «следование Путём Брахмана (Святого Духа)». Это подразумевает отказ от собственных «земных» желаний (кроме элементарного обеспечения нужд тела) и перенаправление своего внимания на Бога, на поиск Его умом, а затем и развитым сознанием.

Это правило подразумевает искренний отказ и от поисков земной славы и почестей, и от накопления бесполезных в мире Брахмана вещей, и от украшения своего тела.

Некоторые люди трактуют правило Брахмачарии лишь как целибат (половое воздержание). Но это — слишком узко, да и вовсе не нужно при именно духовном отношении к сексу. Напротив, целибат может приводить и к простатиту (аденоме простаты) у мужчин, и к энергетическому «увяданию» женщин, и к «очерствлению» сознания у обоих полов. Да и просто он вовсе не способствует прогрессу на духовном Пути. На самом деле важен не отказ от секса, а отказ от чрезмерной увлечённости им и от сексуальных отношений с неадекватными партнёрами.

Шестое правило — шауча — соблюдение чистоты тела. Главное здесь — по возможности ежедневное мытьё всего тела с мылом тёплой или горячей водой. Это очищает кожу от отложений потовых солей, которые нарушают нормальное функционирование всего организма. Вспомним те ощущения, которые возникают после хорошего мытья тела, если до этого долго не мыться! Такое вот состояние комфорта можно и нужно создавать себе на каждый день, если мыться по утрам.

К шауче также относят чистку зубов и т.п.

Есть и специальные лечебные приёмы шаучи: такие, как промывания носа и носоглотки втягивани-

ем через нос солёной воды. Делать это постоянно оснований нет. Но эти прекрасные средства помогут кому надо — избавиться от хронических насморков.

Седьмое правило — митахара — чистое питание. Об этом уже говорилось подробно выше. Здесь же отметим лишь то, что пища должна приниматься в благоприятной эмоциональной обстановке, ни в коем случае не на фоне конфликтных разговоров, ожесточённых споров, не в присутствии злобных, раздражённых людей.

Для гармонизации состояния можно перед трапезой совершать медитацию.

Например, прекрасна в этом отношении православная молитва-медитация «Царю Небесный».

Восьмое правило — сантоша — постоянное поддержание положительного эмоционального фона. Если мы чувствуем присутствие Господа и свою жизнь целиком посвящаем Ему, если у нас нет собственной корысти в наших делах, если мы знаем, что за нами непрерывно наблюдает Он, ведёт нас, учит, Сам создаёт нам учебные трудности и Сам же помогает находить решения проблем, — отчего же нам не жить в постоянной радости?

«Ты — делаешь своё дело, Я — управляю событиями», — так Он учил когда-то автора данной книги [9].

Девятое правило — свадхьяна — философские размышления, беседы, чтения, способствующие полному осознанию смысла своей жизни и Пути к Совершенству.

«Направь свой ум на Меня...» — так определил Кришна первые шаги человека на Пути к Богу [10, 18].

Десятое правило — тапас — любые самоограничения и принуждения себя ради борьбы со свои-

ми пороками. Тапас учит, в том числе, духовной дисциплине, следованию принципу «надо!» — вместо «хочу!».

Одиннадцатое правило — Ишварапранитхана — ощущение пронизанности всего сущего Божественным Сознанием (Ишварой), ощущение постоянного Его присутствия вне и внутри моего и других тел, а также предметов, ощущение Его как Учителя и Свидетеля всего, делаемого мною и происходящего со мной.

И ещё четыре очень важных правила:

— кшама — терпимость к тем, кто думают иначе, чем я,

— дайя — милосердие, доброта,

— арджава — простота, отсутствие высокомерия,

— хри — смиренномудрие, отсутствие а) самолюбования, гордости из-за своих реальных успехов и б) тщеславия — самовосхваления из-за своих мнимых достоинств.

Асана

Слово «асана» означает (в данном контексте) позу, устойчивое положение тела. Речь идёт о специальных приёмах работы с телом, подготавливающих адепта для последующих ступеней духовной работы. Системы из асан и других упражнений этого уровня работы объединяются под общим названием «хатха-йога». Они также дают первые навыки направленной концентрации и развивают — на самом начальном уровне — энергосистемы организма.

Асанами следует заниматься только после изучения и принятия принципов предыдущей ступени. Если же, например, практиковать хатха-йогу на фоне «убойного» питания, то происходит огрубление энер-

гетики, наращивание грубой силы, а это уводит в противоположную от истинного Пути сторону.

Асанами лучше всего заниматься рано утром — примерно с 4-5 часов утра.

Заканчивать каждое занятие надо обязательно шавасаной — глубокой релаксацией тела и ума, лёжа на спине, длительностью около 20 минут. Если этого не делать — могут наступать нарушения здоровья, такие как ухудшение зрения, тревожные состояния, потеря ночного сна и т.д.

В рамках хатха-йоги категорически не следует пытаться что-либо делать с энергией кундалини: это может приводить к тяжёлым нарушениям здоровья — как физического, так и психического. Работа с кундалини — задача ступени буддхи-йоги. «Поднятие» кундалини допустимо только после тщательной прочистки и развития всех чакр и основных меридианов.

Надо также понимать, что хатха-йога — это лишь подготовительный этап к собственно пути йоги, поэтому посвящать ей жизнь, рассчитывая на какой-то значительный успех, — это не серьёзно. Серьёзное же продвижение может обеспечить лишь работа с духовным сердцем в рамках раджа-йоги и затем буддхи-йоги.

Пранайама

Работа с энергиями в пределах тела и окружающего его энергетического «кокона» есть задача раджа-йоги. Одним из методов здесь является пранайама, что переводится как «работа с энергией».

Иногда этот термин совершенно неправильно понимают как «дыхательные упражнения». Это есть следствие атеистических заблуждений. На самом же деле, при пранайамах перемещается именно энер-

гия сознания, но это может совершаться — для удобства — в такт дыхательным движениям.

Перемещаемую при пранайамах часть сознания мы превращаем в белый льющийся свет. Этим светом смываются внутри тела все очаги биоэнергетических загрязнений и нарушений. В результате наступает общее оздоровление и устранение самых разных болезней. Также и само сознание превращается в подвижную, активную силу.

Пратяхара

Слово «пратяхара» означает «удаление индрий с объектов материального мира». Пратяхара — это ступень, где адепт учится управлять «щупальцами» сознания, называемыми на санскрите «индриями». Это открывает возможность к освоению *видения* в тонких и тончайших слоях многомерного пространства, учит выходить в них из своей материальной оболочки, «оживать» их, приучая себя к их тонкости, нежности и чистоте.

Понятие «индрии» существуют только в индийской духовной культуре. Европейцы с их упрощёнными, запутанными и деградировавшими религиозными представлениями обычно не вмещают такие знания. Даже в переводах с индийских языков они заменяют слово «индрии» на утратившее своё исходное значение слово «чувства», полностью отменяя таким образом всю огромную методологическую значимость понятия пратяхары и принципов работы на этой ступени.

Ведь что такое «контроль над чувствами» (так европейцы переводят термин «пратяхара»)? Для обывателя слово «чувства» происходит от «расчувствоваться», то есть, «расплакаться». В обиходном языке это слово также употребляется вместо слов

«ощущения» («чувство» холода, голода, великой значимости происходящего и т.д.) и «эмоции» («чувство» страха, чувство радости).

Для учёного же человека «чувства» — это функции органов чувств — зрения, обоняния и проч. Но и это — ещё не все индрии. Потому, что к индриям относится ещё и ум.

Также существенно, что образ «щупалец», заключённый в слове «индрии», уже сам по себе даёт глубокое понимание действия ума и сознания и управления ими.

Основополагающие знания о работе с индриями изложил Кришна в Бхагавадгите [10,18]. Он говорил об индриях зрения, слуха, обоняния, осязания, проприорецепции, а также ума. И в самом деле: концентрация внимания через любой орган чувств или ум — на каком-то объекте есть подобие вытягивания к нему из тела щупальца. Перемещая концентрацию на другой объект, мы отделяем и перемещаем свою индрию.

Можно пронаблюдать, как ум создаёт свои индрии, когда мы думаем о ком-то или о чём-то.

Прикосновения чужими индриями ощущаются людьми с развитой чувствительностью. В некоторых случаях чужие индрии можно даже видеть, а значит и воздействовать на них.

Человек, как говорил Кришна, должен научиться, в том числе, *втягивать* все свои индрии из мира материи — подобно тому, как черепаха втягивает в панцирь лапы и голову. А затем следует индрии протянуть в Божественные зоны, чтобы обнять ими Бога, притянуть себя к Нему и слиться с Ним.

Об индриях ныне постоянно говорит Сатья Саи — современный Мессия. Многие Его книги переводились на русский язык, но во всех них информа-

ция о работе с индриями была утрачена вследствие неадекватных переводов.

Управлению индриями невозможно научиться без предварительного освоения чёткого перемещения концентрации сознания по чакрам и главным меридианам — то есть, меридианам «микрокосмической орбиты» и срединному. Мы поговорим об этом специально в одной из следующих глав.

Дхарана

Дхарана — это *поддержание правильной концентрации*. А правильная концентрация — означает удержание индрий на Боге. Иными словами, это есть реальное проявление полной устремлённости человека к Богу, к Слиянию с Ним.

Но Бог в аспекте Творца или Святого Духа ещё недоступен на этой стадии ученичества для прямого восприятия.

Помощь в частичном утолении любви-страсти к Богу может придти через работу с Образом конкретного Божественного Учителя, каким могут стать, например, Иисус, или Бабаджи, или Сатья Саи — Тот, Чей реальный Образ по последнему Воплощению нам хорошо знаком.

Если долго удерживать этот Образ лицом в своей анахате на фоне эмоций наивысшей любви к Нему, то постепенно приходит состояние, когда это уже не я смотрю на мир из анахаты, а смотрит Он. Это означает «оживание» Йидама (так называется такой Образ), частичное Слияние с Ним. Теперь можно жить в Единении с Ним в анахате, или же, перейдя концентрацией в головные чакры, обращаться к Нему в собственной анахате — как к Советчику, Учителю.

И это — не иллюзия, а реальное вхождение Божественного Учителя в созданный практикующим

Его Образ. Он может стать и Наставником в медитации, Он поведёт преданного и любящего ученика через Своё Сознание — в Обитель Вселенского Сознания Творца.

«Если можете представить в сознании своём Лик Учителя до полной отчётливости — то можете (перенестись)... сознанием в Его Сознание и как бы действовать Его Силою. Но для этого нужно видеть Лик Учителя отчётливо до мельчайших подробностей, чтобы Изображение не дрожало, не искажалось, не меняло очертаний, что часто бывает. Но если после упражнений сосредоточения удаётся получить стойкое Изображение Учителя, то можно иметь через это достижение большую пользу и себе, и ближайшим, и делам.» [2]

«Вас могут спросить, как обозначается вступление на путь служения? Конечно, первый признак будет — отрешение от прошлого и полное устремление к будущему. Вторым признаком будет осознание в (своём) сердце Учителя, не потому, что «так нужно», но ибо иначе невозможно. Третьим будет отменение страха, ибо вооружённый Владыкою — неуязвим. Четвёртым будет неосуждение, ибо устремлённый в будущее не имеет времени заниматься отбросами вчерашнего дня. Пятым будет заполнение всего времени работою для будущего. Шестым будет радость служения и предоставление всего себя на пользу миру. В седьмых, будет духовное устремление к дальним мирам, как путь сужденный.» [2]

Если работа с Йидамом не получается сразу, существенную помощь окажут тренировки в создании образных представлений. Это могут быть и образы, помогающие развитию чакр, и погружение в блаженные картины общения с живой природой и т.п.

Правильному духовному развитию будут способствовать только образы, переполненные ликованием гармонии, радости, утончённости, блаженства.

Методическим подспорьем могут также послужить соответствующие произведения живописи, музыки, художественной фотографии и т.п.

Дхьяна

Дхьяна — это есть ступень медитативных тренировок, приводящих к Самадхи.

Медитация есть работа сознания, направленная на его развитие по пути к Совершенству, к Слиянию с Творцом. Медитация практикуется на трёх ступенях рассматриваемой схемы.

На ступени дхарана адепт, в том числе, учится разливать сознание в тончайшем и прекраснейшем из мира материи. Через такую сонастройку он укрепляется в гуне саттвы.

А через работу с Божественным Йидамом он может сразу же соприкоснуться с Проявлением Божественного Сознания, познав Самадхи.

На ступени дхьяны ведётся работа, направленная на рост, увеличение сознания, на обретение силы в тонкости.

А на следующей ступени усилия будут сосредоточены на взаимодействии индивидуального сознания с Сознанием Вселенского Бога и Слиянии с Ним в Его Беспредельности.

В рамках дхьяны наиболее эффективна медитативная работа на *местах силы* — энергетически значимых для человека участках поверхности Земли. Среди множества таких мест должны быть выбраны те, которые способствуют расширению сознания в тончайших зонах. Правильно подобранная последовательность таких мест обеспечивает лёгкость

и простоту решения сложнейших задач по правильной «кристаллизации» — количественному росту сознания.

С этой же целью можно использовать спортивные нагрузки на фоне специальных медитативных приёмов, «моржевание», «медитативный бег».

Структурой организма, ответственной за медитацию, является нижний «пузырь восприятия» (термин Хуана Матуса; см. [10]), главной сутью которого является чакра анахата, энергетически питаемая нижним дань-тяном (комплексом трёх нижних чакр).

С самого начала медитативных тренировок и до полной победы в Слиянии с Изначальным Сознанием надо постоянно помнить о том, что главное достоинство человека состоит в его развитом духовном сердце. Именно им человек первоначально сливается с Богом, именно его поэтому надо всячески сохранять в чистоте и развивать.

Всё сказанное выше позволяет принять эти слова не как красивую метафору, а как вполне конкретное знание, как практическое руководство к действию.

Рассматриваемые ступени лестницы духовного восхождения предназначаются именно для того, чтобы научиться вначале помещать сознание полностью в очищенную анахату, затем обеспечить рост анахаты внутри тела, а потом и за его пределами — в масштабах «кокона», потом Земли, а потом и за её пределами в высших зонах.

Так мы растим себя как Любовь.

Бог есть Любовь, поэтому слиться с Ним можно, только став тоже Великой Любовью, Великой Душой (Махатмой), состоящей из Любви!

И иного варианта развития себя до Божественности, кроме рассматриваемых нами сейчас принципиальных ступеней, — нет.

Самадхи

Эта ступень включает в себя высший уровень духовных достижений: от первых Самадхи — до Слияния с Изначальным Сознанием и Абсолютом.

Подготовленное работой на предыдущей ступени сознание адепта становится способным к *соприкосновению* с Сознанием Бога в высших зонах. Такие первые *соприкосновения* даруют яркую новизну *блаженства*, которое и обозначается термином Самадхи [10,18].

В отличие от Самадхи, Нирвана есть достаточно устойчивое именно *Слияние* с Божественным Сознанием — с потерей ощущения локализованного «я». Термин «Нирвана» означает «сгорание», то есть, уничтожение своей индивидуальности — через Слияние с Богом в аспектах Святого Духа или Творца. Это на самом деле и происходит.

В Бхагавадгите Кришна говорит и о Самадхи, и о двух принципиальных ступенях Нирваны: Нирване в Брахмане (Святом Духе) и Нирване в Ишваре (Творце).

Но в Индии термин «Нирвана» в своё время стали широко использовать буддисты, и затем он оказался «вытесненным» индуистами из Индии — вместе с буддизмом. Вместо него индуистские школы начали расширять значение термина «Самадхи», добавляя к нему разные слова-приставки. Эти комплексные слова стали применяться — причём в разных значениях — разными школами, термин от этого «расплылся», потерял определённость. Поэтому имеет смысл вернуться к вполне чёткой терминологии, введенной в духовную культуру Богом в лице Кришны.

Итак, чтобы перейти от Самадхи (Блаженства Прикосновения) к Нирване (Слиянию), надо иметь

достаточно большое и сильное индивидуальное сознание, развитое предшествующими тренировками. Плюс к тому, оно должно быть устойчивым в Божественной утонченности.

Если эти условия соблюдены, то остаётся лишь найти вход в нужный зон, войти в него — и раствориться в его Сознании методом «тотальной реципрокальности», которому надо тоже предварительно обучиться.

Но данная задача включает в себя не только медитативные навыки, но и этическую подготовку: всемерное уничтожение своего низшего «я», стремление к замене его «я» коллективным, а затем и всеобщим «Я», то есть, Параматманом.

Только так человек может стать причастным к безграничной Божественной Силе.

«У Нас... — резервуар неисчерпаемой психической энергии!» [2], — говорит Бог.

Но «если изложить условия и назначения йоги, то число желающих примкнуть будет вовсе не так велико. Ужасно будет для них явление отказа от самости...» [2].

... Высшие зоны Абсолюта осваиваются практикующим последовательно. Чтобы начать освоение очередного зона, приходится долго, иногда годами, накапливать силу сознания — чтобы оказаться способными проникнуть в него и удержаться в нём. Это не относится лишь к тем людям, которые подошли к этим рубежам ещё в прошлом воплощении и сохранили ещё с тех пор необходимую силу сознания и утонченность.

Чакры и меридианы

Чакры имеют форму более или менее правильных сфер; лишь верхняя чакра сахасрара уплощена по вертикали и подобна лежащему диску.

Чакры не имеют, как иногда пишут, внутренней структуры, сходной с цветком лотоса; это — фантазия. Хотя упражнение с созданием временных образов цветков в чакрах и даже ощущение там их тонкого аромата — очень хорошая тренировка.

Чакры также не имеют внутри себя постоянной окраски того или иного цвета и не должны её иметь. Это — тоже всего лишь модная фантазия. А попытки искусственного придания чакрам цвета в соответствии со шкалой цветов радуги — это прямое и серьёзное вредение себе или ученикам.

Полости чакр нужно стремиться максимально очистить от всех включений, которые более грубы по своей энергетической природе, чем нежный белый с чуть золотисто-янтарным оттенком цвет. Именно это — путь к познанию Атмана, Бога. Умышленная же фиксация в чакрах иных цветов является настройкой их на более грубые режимы работы, что калечит адептов, перекрывая им путь к Совершенству.

В очищенные чакры хорошо впускать утренний солнечный свет, запахи цветов.

В анахату также можно пригласить образ любимого Божественного Учителя, учиться смотреть на мир Его глазами, спрашивать у Него советов...

Чтобы очищать анахату, а затем и другие чакры — Бог когда-то подарил мне очень эффективный приём: упражнение с тетраэдром. Если его ещё дополнить воздействием на чакры особыми специфичными для каждой чакры звуковыми вибрациями (мантрами), то через пару месяцев тренировок чакры

превращаются в сверкающие нежностью и чистотой структуры.

Работа с тетраэдром, с йидамом, по развитию других чакр и т.д. — это уже тот уровень серьёзности упражнений, на который не следует допускать всех желающих.

Ни в коем случае не следует делать такие упражнения тем, кто не перешли полностью и навсегда — по этическим причинам — на «безубойное» питание или не делают успехов в утончении сознания.

Иначе эти же приёмы дадут эффект не утончения и очищения — но, наоборот, будут фиксировать и усиливать энергетическую грубость. Это — путь в противоположную от Бога сторону.

Рассматриваемая энергетическая работа также несовместима с употреблением алкоголя даже в виде кваса, кумыса, промышленного кефира. Причина в том, что выстраиваемые тонкие структуры организма в таких случаях разрушаются, и это приводит к тяжёлым заболеваниям. Приступающие к такой работе должны отказаться от алкоголя навсегда.

Эти тренировки также повышают чувствительность практикующих к энерговоздействиям от других людей, к информации, которую могут приносить духи низкого уровня развития. Поэтому существует опасность, что те, кто ещё не созрели интеллектуально и этически, не смогут адекватно реагировать на такие воздействия, особенно в реальных или мнимых угрожающих ситуациях.

По этой причине не следует заниматься такой работой тем, кто не достигли хотя бы 20-летнего возраста. Да и среди взрослых — она показана лишь немногим.

Психозэнергетические тренировки, приводящие к высоким степеням утончённости сознания и — как следствие — к ощущению его «обнажённости», ни в

кчем случае не могут носить массовый характер. На них должны допускаться только избранные. Остальные же люди имеют возможность повышать свой интеллектуальный и этический потенциал в условиях экзотерической духовной работы над собой: в приобретении новых знаний, в служении другим, в укреплении своей веры.

* * *

Всего чакр семь. Иногда в литературе называют иное их число, что вызвано недоразумениями. Например, к чакрам могут относить иные энергетические органы или же искусственно создаваемые в теле или даже за его пределами энергоструктуры.

Также существуют ошибочные мнения о локализации чакр. Например, в ряде некомпетентных изданий анахата оказывается в области желудка, а манипура «отъезжает» к пупку.

На самом деле чакры расположены так:

Сахасрара — подобная лежащему диску чакра, находящаяся под теменной костью. Её диаметр — около 12 см, высота — около 4 см. Это — область полушарий переднего мозга.

Аджня — находящаяся в середине головы крупная чакра. Ей пространственно соответствуют центральные отделы головного мозга.

Вишудха — чакра, расположенная в нижней половине шеи и на уровне ключиц.

Анахата — чакра грудного отдела туловища, находящаяся на уровне между ключицами и «солнечным сплетением».

Манипура — чакра верхней половины живота.

Свадхистана — чакра нижней половины живота.

Муладхара — чакра, расположенная в нижней части таза между копчиком и лобковой костью.

Степень развитости отдельных чакр совпадает с психологическими особенностями конкретного человека. Так, при хорошо развитых наблюдается:

сахасраре — выраженная способность к «стратегическому» мышлению, то есть, мысленному охвату всей ситуации в целом «единым взглядом», «сверху», что позволяет таким людям быть широкомыслящими руководителями;

аджне — способность к «тактическому» мышлению, позволяющая успешно справляться с решением «узких», «частных» вопросов в науке, производстве, быту;

вишудхе — способность к эстетическому восприятию: хорошие художники, музыканты и другие служители искусства — люди с хорошо развитой вишудхой;

анакате — способность к эмоциональной любви (любви не «от ума», а «от сердца»);

манипуре — способность к энергичным действиям; но также часто отмечается склонность к доминированию эмоций раздражения и других проявлений гнева;

свадхистане — хорошо выраженная репродуктивная функция;

муладхаре — психическая устойчивость в разнообразных жизненных ситуациях.

* * *

Следующий после прочистки и развития чакр (подробней об этом будем говорить в последующих главах) этап работы — приведение в порядок главных меридианов организма. Это — меридианы, вхо-

дящие в «микрокосмическую орбиту», и затем *срединный меридиан*.

По прочищенной «микрокосмической орбите» энергия двух нижних чакр может быть вначале поднята по позвоночничковым каналам, перекинута по меридианам головы на переднюю сторону тела и вновь опущена по *переднему меридиану*, пролегающему как бы уплощённым шлангом по туловищу спереди. Это называется вращением энергии по «микрокосмической орбите», что даёт сильный положительный эмоциональный эффект и также «пережигает» в *переднем меридиане* грубые энергии организма, способствуя его дальнейшему очищению и оздоровлению.

Срединный меридиан — это широкий канал (соответствующий по диаметру развитым на уровне раджа-йоги чакрам). Он соединяет весь «столб» чакр.

Его значимость исключительно велика, ибо он позволяет объединить все чакры в единый комплекс как бы просторным коридором. Работа с ним позволяет также провести «кристаллизацию» сознания до объёма всего тела в тонких планах, в которых существует этот меридиан.

Очищение *срединного меридиана* и его стенок позволяет провести дальнейшее оздоровление тела.

А на высших этапах работы эта структура будет необходима для работы с кундалини.

Работа со *срединным меридианом* может проводиться на специальных энергетически значимых участках поверхности Земли (*местах силы*) или же с помощью непосредственного участия компетентного инструктора.

Следующий принципиальный этап работы — вывод сознания в энергетический «кокон», окружающий тело, очищение «коккона» и «кристаллизация» сознания теперь уже в его объёме.

Затем должна быть познана разделённость «кокона» на два «пузыря восприятия»: верхний и нижний. Верхний включает три верхних чакры, нижний — четыре нижних. Термин «пузыри восприятия» возник по удачной ассоциации с плавательными пузырями некоторых видов рыб, у которых эти пузыри не прирастают к позвоночнику, а лежат в теле свободно.

Из своего верхнего «пузыря восприятия» мы воспринимаем преимущественно мир материальных предметов, из нижнего — нематериальные миры.

Медитативные тренировки

Медитация — это один из главных способов развития себя как сознания и единственная возможность познания Бога и Слияния с Ним.

Существуют четыре главных направления медитативных тренировок: а) утончение сознания, б) его увеличение, в) перенос концентрации сознания в пределах одной зоны, а также в другие зоны, г) освоение приёмов слияния индивидуального сознания с Сознанием Божественным.

Вообще, весь Путь до Слияния с Изначальным Сознанием можно выразить в виде удивительно простой схемы:

- освоение функций собственного духовного сердца внутри своего тела,

- его «выращивание» постепенно до размеров, соизмеримых с величиной нашей планеты,

- параллельное освоение всё более и более тонких зон многомерного Мироздания

- и Слияние собою (как духовным сердцем) с Творцом в Его Обители.

С позиций данного знания становится видно, что именно мы должны растить в себе, а что — от себя отсекаать.

Мы должны растить себя как мудрую, сильную, утончённую Любовь.

Мы должны очищать себя от всего того, что не есть Любовь: от грубости, гнева и эгоцентризма во всех их многочисленных проявлениях, включая эмоции осуждения, ревность, жадность, завистливость, насильственность, эгоистичное сексуальное хотение (похоть).

Принципиальным этапом развития духовного сердца может стать его расширение, «разлитие» в прозрачной утренней тишине на открытых природных ландшафтах (например, на морском берегу, в степи, в полях, на вершинах холмов или гор).

Такие медитации любви можно тренировать в течение всего года, обязательно в светлое время суток. Но особенно успешно можно совершенствовать себя в этом весной, когда весеннее ликование природы даёт нам верный эмоциональный настрой и дарит нам свою силу — силу эмоции ЛЮБВИ.

А дальше — тем, кто освоили сказанное, — предстоит трудная медитативная работа по заполнению собою — как духовным сердцем — всех тончайших эонов многомерного пространства. Последним из них будет Обитель Творца.

* * *

Сатья Саи [64] говорит:

«Задачей медитативной работы является устранение иллюзий, что Бог и суть каждого человека, как и суть целого материального мира, — различны.

Правильная медитация — это слияние всех мыслей и индрий с Богом.

Достойные плоды медитации — это когда все действия проистекают из Сознания Бога, а не из ума человека.

Слияние с Абсолютом означает удаление вуали неведения, то есть, иллюзии дуального существования — в противоположность Единому Абсолюту.

Абсолютное, проявленное в частном, можно наблюдать в жизни Аватара.»

Заверю вас в том, что всё это — реально!

Места силы

Значительное ускорение в медитативном развитии сознания можно получить на специальных *местах силы*.

Этот термин был введен мексиканским индейцем Хуаном Матусом (доном Хуаном), опыт работы которого описал Карлос Кастанеда (подробно см. в [10]). Так обозначаются особые места с энергетикой, значимо для человека отличающейся от фона.

По производимому на людей воздействию *места силы* делятся на положительные и отрицательные.

Отрицательные *места силы* могут настраивать на злобу, тоску, ужас, тревогу, ощущение непонятного дискомфорта, пьяного «отключения» и т.п. Пребывание на них может вызывать болезни, огрубление сознания, даже смерть, особенно если на них поселиться.

Мне хорошо запомнилось одно такое весьма большое место к западу от Магнитогорска, вблизи Уральского горного хребта. Мы ехали через него на автомобиле по достаточно ровному шоссе, по обе

стороны от которого виднелись многочисленные могильные кресты — так там, по традиции, отмечают места автомобильных аварий со смертельными исходами. Мои спутники, жители Магнитогорска, пояснили, что для всех было загадкой — почему именно здесь, на ровном, гладком шоссе, а вовсе не в горной местности, гибнет столько водителей и их пассажиров.

Это место вызывало то состояние, которое наступает, если «перебрать» спиртного, а вдобавок ещё и закурить. Кому это когда-либо пришлось испытать — легко представит, что происходит с уставшим водителем, особенно ночью в снег или дождь.

На этом *месте силы* находился и посёлок — весь серый, понурый, людей и животных не было видно. Ещё издавек я определил «эпицентр». Он оказался как раз посреди посёлка. Когда мы подъехали ближе к нему, то увидели там несколько развалившихся заброшенных домов: все люди в них, видимо, умирали, никто не смог жить...

Разумеется, хотелось помочь всем этим беднягам. Но как об этом сказать? Кто поверит?

Места силы — не обязательно такие большие. Они могут быть и в километры, и в сотни метров, и в один метр. Иногда, например, стоит этакий энергетический столб толщиной в метр сквозь все этажи многоэтажного дома...

Небольшие отрицательные *места силы* в жилых домах мне иногда удавалось навсегда разрушить. Иногда — нет.

Определение *мест силы* с помощью «приборов» — биолокационных рамок или маятников — не перспективно. Полную характеристику *мест силы* — как по количественным, так и по качественным признакам — можно получить, только ощущая их лично: собою как сознанием. Научиться же этому мож-

но, лишь идя по духовному Пути — через утончение себя и обретение лёгкой подвижности в перемещении по всей шкале *тонкости — грубости*.

Сказанное относится и к положительным *местам силы*. А они бывают столь прекрасны!

Они могут давать эталоны тонкости, задавать сознанию ту или иную форму, да к тому же и наполнять эту форму своей энергией.

Они могут лечить от разных болезней, промывая тела фонтанами исцеляющей энергии или просто вливая свой избыток целебной силы, адекватной для того или иного органа.

Они могут даже переводить в состояние «не-я» — в состояние, которое не объяснить на словах, его можно лишь показать, а оно, тем не менее, необходимо...

Они могут благоприятствовать проникновению в высшие зоны, способствовать познанию Атмана, быть излюбленными местами Божественных Учителей для Их свиданий с достойными учениками...

По этим Святым Местам могут ходить люди, не замечая их. Но эколог многомерного пространства, он же — духовный подвижник, духовный искатель — должен научиться их находить и применять.

Формула Бабаджи

Мы уже рассматривали весь духовный Путь человека в терминах схемы Патанджали. Чтобы не повторяться, поговорим о том же самом через анализ формулы духовного развития, предложенной Аватаром Бабаджи [9,10,18,19,60]. Эта формула такова:

Истина — Простота — Любовь — Карма-йога (Служение) — Уничтожение своего низшего «я» ради слияния с «Я» Бога.



Пришествие на Землю во плоти Посланца Бога-Отца Иисуса Христа неоднократно предсказывалось еврейскими пророками. Но пришёл Иисус — и лишь малая часть евреев признала Его за Христа; именно они стали первыми учениками и распространителями нового для того региона Земли Учения Бога. Но официальная синагога так и не признала Иисуса Посланцем Бога-Отца и... вот уже почти две тысячи лет с тех пор ждёт Христа другого...

Сходное явление имело место и совсем недавно: во всех массовых организациях, именующих себя христианскими, — тоже не заметили Бога, представшего пред людьми в человеческом теле!

Сам Иисус Христос предсказывал: «Когда вы увидите Того, Который не рождён женщиной, — падите ниц и почитайте Его: Он — ваш Отец» (Евангелие от Фомы, 16; см. [30]). Но пришёл на Землю в 1970 году именно так Аватар Бабаджи — и Его «христиане» не узнали.

А ныне действует на Земле ещё один Аватар — Сатья Саи, снова проповедует то же самое Единое и Вечное Учение Бога-Отца — и опять Его не признают иерархи ни одной из массовых церквей!

Бог стал «Конкурентом» для многих религиозных организаций: ведь Он может «переманить к Себе» их «паству». Кто же тогда будет содержать всех тех, кто кормятся от церквей? Поэтому, например, кое-кто пугает своих прихожан: «Всё, что с Востока, — то от дьявола!», «Будете не с нами — в ад попадёте!»...

Но Иисус Христос воплощался на «Ближнем Востоке» — в Иудее. И Кришна, и Бабаджи, и Сатья Саи — тоже с Востока. Итак, Бог — «с Востока»?



Бабаджи — это один из представителей Бога-Отца, Его Часть. Он периодически воплощается на Земле — ради помощи людям — в качестве Аватара. Одно из Его воплощений было в конце 19-го века, оно описано Йоганандой [65]. Другое состоялось с 1970 по 1984 годы снова в северной Индии, где Он явился людям, материализовав Себе сразу взрослое тело и прожив в нём 14 лет.

Бабаджи и сейчас, вместе с Иисусом Христом, Сатья Саи, Кришной и другими Божественными Учителями, являющимися личностными Проявлениями Бога-Отца, помогает достойным ученикам Бога — но теперь из невоплощённого состояния.

От своего последнего земного Воплощения Бабаджи оставил людям краткий и яркий вариант Учения Бога, «ядром» которого является именно приведённый выше лаконичный и исчерпывающий перечень всего, что мы, люди, должны сделать. Главное теперь для нас — правильно понять, что стоит за этими словами, а затем всё исполнить.

Истина

Этот пункт *формулы Бабаджи* подразумевает понимание того, что есть Бог, Эволюция Вселенского Сознания, каково моё место в ней и что конкретно мне надо делать. Этого понимания сейчас нет почти ни у кого.

Так, в Индии в настоящее время любимым «народным богом» является сказочный (иначе говоря, вымышленный) Ганеша: человек с головой слона, родившийся якобы на Небесах от совокупления других «богов».

В «христианском» мире твердят, что наш Бог — Иисус Христос, а у мусульман, мол, — другой, конечно же, ложный Бог — Аллах. Хотя Аллах — это дословный перевод на арабский язык слова *Бог-Отец*. И именно любовь и устремлённость к Нему проповедовал нам Иисус Христос.

В настоящее время большинство «христиан» потеряло и Бога-Отца, Который занимал главное место в проповедях Иисуса, и ЛЮБОВЬ, без которой люди не имеют шансов на сближение с их Творцом...

От разумного человека требуется самому научиться видеть разницу между истинным *христианством* как *Учением Иисуса Христа* — и, с другой стороны, теми вариантами его понимания людьми, которые существуют под таким же названием. А среди них можно распознать степени искажения вплоть до полного извращения, полного «наоборот».

Чем же должны заниматься те, кто считают себя христианами? Они должны изучать Учение Иисуса Христа и следовать ему!

А чтобы облегчить эту задачу, во-первых, Учение должно быть систематизировано по рассматриваемым темам [10,18] и, во-вторых, должна существовать методология его исполнения⁵.

⁵ Именно этому посвящена данная книга, а также другие книги и фильмы, созданные нашей научно-духовной Школой.



У кого-то может возникнуть мысль: автор всех критикует, наверное, сам себя хочет «выставить» «Спасителем»!

Нет, не себя «хочу выставить» — а Бога! Лично мне ведь не нужны известность и слава: я избрал себе скромную и тихую монашескую жизнь. Но я хочу помочь людям. И служу Богу.

... Да, Бог не ведёт к Себе Прямым Путем людей неверных. Это — слова из Корана.

А Прямой Путь к Нему — это Путь Любви: любви к людям, всем живым существам, к Творению и Творцу. Это — Путь к Нему как к правильно понятой Цели. Это — Путь очищения себя, как души, от всего того, что не есть Божественное: в том числе, от грубости, насильственности, любых форм эгоцентризма — с заменой эгоцентризма Богоцентризмом. И это всё — реально!

Если бы вы смогли хоть раз обняться с предстоящим в человеческом облике невоплощённым Иисусом и прочувствовать Его Божественную Любовь, Утончённость, Нежность — в сочетании с безграничной, обусловленной Слитостью со всем Вселенским Сознанием высшего эона Силой и Божественной Мудростью — тогда стало бы сразу понятно, что именно ценит в людях Бог, какими Он хочет нас видеть!

Но, чтобы удостоиться таких Объятий, мы должны поближе подойти к Нему — не телесно, но по качеству душ.



Один из вариантов ответа на вопрос «Что есть Истина?» таков:

«Идёт Эволюция в пределах Тела Абсолюта.

Наша Цель — Творец. Наша задача — стать из части Абсолюта — Частью Творца, обогатив Его собою.

Для этого мы должны стать сильной, мудрой и утончённой до уровня Изначального Сознания Любвью.».

Простота

Простота — это разумная естественность образа жизни, поведения, неприхотливость, отсутствие высокомерия, важности. Простота — это предпосылка Любви. Она же — необходимый атрибут духовных подвижников, какими нас хочет видеть Бог.

Наилучшим образом она формируется через близость к естественной природе, через умение соотноситься с её гармонией. И именно здесь, в единении лесов, полей, озер, без покрашенных ресниц и губ, без серёжек в ушах, без элегантной синтетической одежды или даже без одежды вообще — мы можем любить красоту Творения и Творца, оптимально принимать помощь Бога, разливаясь сознанием в красоте Творения и в Святом Духе.

Простота прекрасна и в проявлениях любви к другим людям: в улыбке, в дружелюбности, в нежности, в открытости с друзьями.

Только везде надо иметь чувство меры. Так например, ходить голыми среди непонимающих тебя людей, пропагандируя именно так своё понимание «простоты», — это будет называться бестактностью;

гармоничным, духовным поступком это не может быть признано.

Также и в сексуальных отношениях: «простота», ведущая к венерическим болезням и нежелательным беременностям, сопряжённая с насильственностью и эгоизмом, — это вовсе не то, к чему зовёт нас Бог.

«Спонтанность» проявления любых своих прихотей, потребностей и желаний, пропагандируемая в некоторых современных псевдодуховных сектах, тоже к истинной Простоте отношения не имеет.

Истинна Простота только разумных людей гуны саттвы и тех, кто поднялись ещё выше.

Люди же гуны тамас под простотой будут понимать или слащавость, или насилие, грубость и мордобой, или пьяное хрюканье, лёжа в грязи.

Истинная Простота — это элемент учёбы «на Бога». Она — не для тех, кто далеки от Него.

Любовь

Любовь — это главное свойство Бога. Чтобы слиться с Ним (или хотя бы, для начала, избежать ада), мы должны учиться эмоциям и делам любви и исключить в себе противоположные состояния и поступки, какими бы ни были обстоятельства.

Любовь — это главное, чего хочет от нас Бог. И у нас нет иной возможности познать Его и слиться с Ним, кроме как если мы сами превратимся в Любовь.

Любовь — это эмоциональные состояния; иначе говоря, — состояния энергии сознания. А сознания (души) — это и есть мы.

Каждый раз, когда мы выходим из состояния любви, мы отдаляемся от Бога. «Каждый выход из состояния любви ведёт к накоплению отрицательной кармы», — так однажды сказал мне Бог [9].

Люди винят в своих бедах, в болезнях, — кого угодно, только не себя. Хотя именно всегда виноваты в этом мы сами.

Принципиально важно понять, что уверенное и прочное состояние любви достигается не иначе, как через приёмы психической саморегуляции, включающие работу с чакрами, главной из которых является анахата. (Ниже мы рассмотрим эти приёмы).

В старину в христианстве был разработан приём «раскрытия» духовного сердца, получивший название «Иисусовой молитвы». Адептам предлагалось постоянно повторять молитвенный призыв к Иисусу, что у некоторых из них через годы практики приводило к «прорыву» молитвы в духовное сердце — и от этого происходило познание того, что же есть на самом деле любовь, — и вся жизнь такого человека преображалась [37].

... Когда-то Бог, видя мою искреннюю и интенсивную устремлённость к Нему и к помощи людям, помог создать изумительную по эффективности систему методов «раскрытия» и развития духовного сердца. Эти приёмы были частично описаны в ряде моих книг и в своё время широко преподавались в России и в некоторых других странах.

Однако, сразу же важно оговориться, что из тысяч учеников всего лишь несколько человек смогли достичь до реального и достаточно полного познания Бога-Отца. В чём была причина «отсева»? — В неспособности остальных полноценно вместить пункты «формулы Бабаджи».

Так, у подавляющего большинства адептов не хватало той устремлённости к познанию Бога, которая позволила бы в достаточной мере перевести своё внимание на Него — с предметов материального мира. Другие поддавались запугиванию сектантами.

Сами по себе психотехники не в состоянии довести человека до Бога, они могут играть роль лишь необходимого вспомогательного средства. Но предпосылкой к успеху является способность вместить развитым интеллектом всю полноту Истины и сформировать прочную, непреклонную устремлённость в любви к главной Цели, иными словами, — влюблённость в Творца.

Развитие человека на духовном Пути обязательно должно быть комплексным. Оно должно включать и интеллектуальную, и этическую, а затем и психоэнергетическую составляющие.

Также и полноценная любовь не может быть возвращена в человеке только лишь за счёт упражнений с анахатой на занятиях в зале. Развиваемая любовь должна заполнить всю жизнь, все аспекты жизнедеятельности.

Она должна проявляться:

— и в постоянном пребывании в *анахатном* состоянии,

— и в искреннем уважительном, почтительном и тактичном отношении к каждому знакомому и незнакомому человеку,

— и в способности легко прощать и забывать обиды, не мстить,

— и в поведении, исключающем возможность кого-то чем-то незаслуженно обидеть, огорчить.

Она должна содержать жертвенный компонент готовности помогать другим в ущерб себе, интересы других достойных этого людей должны ставиться выше собственных.

Она обязана распространяться не только на Бога и людей, но и на животных и растения; никто не имеет основания думать о развитости своей любви, если он в состоянии без необходимости убивать и калечить растения, если он — ради удовлетворе-

ния своего чревоугодия — допускает питание телами животных.

Любовь должна быть безупречной в отношениях с детьми; пусть она проявляется, в частности, в отсутствии способности раздражаться. Хотя требовательность в приучении к порядочности и дисциплине не должна исключаться — ради интересов самих детей!

Качества собственной любви должны быть проанализированы каждым и в сфере сексуальности, ибо именно здесь человеческие пороки проявляются очень ярко.

Любые формы насильственности, принуждения в сексе — даже в словах, даже в мыслях, — вот один из примеров противостояния любви.

Отсутствие заботы мужчины о предотвращении нежелательной беременности — вот другой пример того же.

Пассивность женщины при половом акте, когда она не стремится подарить любовь мужчине, а эгоистично ждёт лишь удовлетворения для себя, а потом способна обижаться за то, что он «делает это не так», — вот ещё характерный пример. (Ведь все люди различаются по особенностям их сексуальности. И новый партнёр никогда заранее не знает, как сделать тебе лучше!)

Истинная сексуальность — это именно искусство дарения себя, своей любви через сексуальное общение. И только взаимная встреча искренней любви-дарения со стороны обоих партнёров может привести к нахождению гармонии.

Уверен, что очень многим женщинам могла бы помочь прекрасная по провозглашённой общей тенденции практики дарения именно женщиной своей сексуальной любви — книга Барбары Кислинг [33]. Хотя не могу советовать полностью исполнять всё,

что в ней написано. Так, применение орально-генитальных контактов резко повышает вероятность распространения инфекций. Также на серьёзном духовном Пути совершенно недопустимо сексуальное общение со столь многими партнёрами: ведь при этом происходит интенсивный энергообмен с ними и перенесение на себя их возможных энергетических грубости, загрязнённости и болезней.

... Каждый сам делает свою судьбу, используя данную Богом свободу воли. Кто-то развивает себя в жертвенной любви, помогая другим. Кто-то растит в себе капризный эгоизм, ненависть, грубость, жестокость. Первые, терпя и прощая, не «встревая» во вражду и сохраняя через это себя в любви и устремлённости к Творцу, — достигают Его. Вторые же становятся «отбросами Эволюции». Первых можно с полным основанием назвать христианами. А вторых, хоть даже если они и ходят в храмы с крестами,... — как их назвать?

Наша сексуальность задумана Богом не только как средство размножения. Но и как способ духовного совершенствования. Ибо она может интенсивно способствовать росту в человеке любви в аспектах нежности, заботливости, дарения себя, слияния двух сознаний воедино. А это готовит к Слиянию с Сознанием Наивысшего Возлюбленного — нашего Творца. Сексуальная любовь может прямо способствовать развитию духовного сердца. Она же учит нас (если всё получается хорошо) *покою* — неотъемлемому качеству на Пути к Совершенству, одному из качеств Бога, которым нам надо овладеть.

Но всё это относится только к саттвичной, чистой сексуальности людей, делающих реальные успехи на духовном Пути. Она тогда существенно ускоряет их продвижение.

Сексуальность же грубых и эгоистичных людей, не имеющих развитых духовных сердец, может быть отвратительной, загоняющей их в ад.

Бедой для духовной эволюции многих людей стало распространение утерявшего любовь извращённого «христианства». Оно, в том числе, предало анафеме сексуальную любовь, объявило «христианским подвигом» отказ от неё, осквернило все зачатия, назвав их «порочными» — в отличие от якобы имевшего место «непорочного» (то есть, без участия мужчины) зачатия матери Иисуса Христа. Само тело человека, особенно женщины, было объявлено срамным, постыдным. Даже слово «ноги» «приличные» люди в былые времена стеснялись произносить. А слова, отражающие сексуальную тему, были объявлены «неприличными» и превращены в ругательства, в средства осквернения других людей. Так создавался и продолжает жить язык гуны тамас — мат.

И как могло в этой среде людей, одолеваемых ненавистным «пороком» сексуальности, ненавидящим её и в себе, и особенно в других, — сложиться к ней чистое отношение, без которого столь трудно ожидать утончения сознания, развития любви и приближения к Богу?

Люди стали бояться того, что как раз могло бы помочь им стать лучше!

В том числе, многие мужчины учились ненавидеть женщин как раз за то, чем женщины могли бы им помочь. Ведь женщина — в среднем — значительно более утончена, чем мужчина, к этому её предопределяет уже хотя бы её гормональный статус. И она — по этому качеству — ближе к Богу.

Тому же ведь учил и Иисус Христос [30], обращаясь к мужчинам:

«Почитайте её, защищайте её; поступая так, вы приобретёте её любовь... и будете приятны Богу...

Любите также ваших жен и уважайте их...

Покорствуйте женщине; её любовь облагораживает мужчину, смягчает его ожесточённое сердце, укрощает зверя и делает его ягнёнком.

Жена и мать — неоценимые сокровища, которые дал вам Бог; они — наилучшие украшения вселенной...

Вот почему Я говорю вам, что, после Бога, ваши лучшие мысли должны принадлежать женщинам; женщина для вас — божественный храм, в котором вы весьма легко получите полное блаженство. Черпайте в этом храме нравственные силы; там вы забудете свои печали и неудачи, возвратите погубленные силы, вам необходимые, чтобы помогать ближнему.

Не подвергайте её унижениям; этим вы унизите только самих себя пред Богом и потеряете то состояние любви, без которого ничто здесь на Земле не существует.

Покровительствуйте своей жене — и она защитит вас и всю вашу семью; всё, что вы сделаете своей матери, жене, вдове или другой женщине в скорби, — сделаете для Бога» (Жизнь Святого Иссы, 12: 13-21).

Но псевдохристианство (и не только оно)... объявило женщину... «источником греха» и предписало всячески упрятывать её тело. Долгие века в России женщинам вменялось даже купаться в специальных платьях до пят. И даже спать в одежде: «Ведь вот умрёшь ночью во сне — и предстанешь пред Господом голый! Позор-то какой будет!».

Другой пример сходной мерзости — объявление части родившихся детей — душ, воплощённых Богом для развития на Земле!, — «незаконнорождёнными» и предание позору материнство тех женщин, которым Бог доверил на воспитание те души!

... Надо понять, что ведь именно люди гуны тамас, живущие в пороке и не видящие ничего вокруг, кроме него, обладая, в том числе, примитивной агрессивностью, — захватывают «бразды правления» в изначально святых религиозных движениях и постепенно разворачивают их в обратную сторону, возвращают доктрину Бога до противоположности.

Так и в сексуальном аспекте жизнедеятельности, будучи сами от ада, будучи одержимы страстью к насилию, осквернению, удовлетворению лишь своей низменной эгоистичной похоти, — они не в состоянии представить, что для других людей, людей саттвы, сексуальность — это не похоть, а именно *дарение* своей любви, *дарение* себя. И что в этом — тоже их служение Богу!

* * *

Но чрезмерное увлечение сексом — это тоже плохо. Термин «прелюбодеяние» имеет значимость не только у людей, но и у Бога. Обозначает он:

— как избыточность сексуальных контактов (приставка *пре-* в слове *прелюбодеяние* имеет значение *пере-* ; аналог — слово *превозмогать*, что значит *пересиливать*),

— так и секс с неадекватными (не соответствующими по уровню духовной продвинутости) партнёрами.

Угроза передаваемых половым путём болезней — это как раз тот механизм, который Бог использует для «притормаживания» в людях тенденции к сексуальным развлечениям.

Истина же здесь в том, что нам следует стараться главное своё внимание направить на поиск Бо-

га, не увлекаясь чрезмерно ничем другим. (Причем секс — лишь одно из многих таких увлечений).

... Итак, в сексе, как и во всем другом, каждым должна быть найдена между двумя крайностями — «золотая середина»...

* * *

Утончение сознания и обретение саттвы — как необходимой ступени на Пути к познанию Святого Духа и Бога-Отца — невозможны без вмещения в себя концепции КРАСОТЫ.

«Красота: Космос утверждает на этой формуле Эволюцию!», — так учил нас Бог через Елену Рерих [25,34].

Духовная красота существует на двух ступенях шкалы гун: раджасе и саттве.

Раджас — это, в том числе, энергичность, собранность, красота подвига. Это — духовный воин с негибимой волей.

Тема раджаса может быть найдена и в состояниях природы, её же можно выразить и через танец, и музыку, и живопись. Примеры последнего — картины Николая Рериха.

Саттва — утончённая и насыщенная нежной любовью духовная чистота и красота — ближайшая ступень до познания Святого Духа и Творца.

В природе состояние саттвы можно увидеть в чистоте света восходящего солнца, в весеннем пении птиц, в завораживающей тишине тихого вечера.

Одними из лучших образцов высокосаттвичной музыки являются некоторые произведения Ананда Шанкара.

Саттвичная красота гармоничного человеческого тела — это тоже духовная красота, которая может

сонастраивать с так недостающими большинству людей нежностью, ласковостью, тишиной, покоем.

* * *

И ещё один штрих к теме любви.

Однажды я долго ехал в поезде, отрабатывая своё смиренномудрие и изучая ситуацию: моими соседями были очень толстая и грубая, с телом огромных размеров мать и примерно 15-летний сын, курсант суворовского училища, будущий офицер.

Всю дорогу, много часов, мать непрерывно орала на пол-вагона. О чём? Она... просто разговаривала со своим сыном, крича ему всё, что приходило на ум: все свои мысли. Например: «Сынок! Я сейчас пойду выкину в туалет огрызок яблока!... Почему ты не отвечаешь, когда к тебе обращается твоя мать???!» А измученный, с оступевшим лицом «сынок» уже мог лишь вяло кивать головой, отвернувшись к окну...

Как можно оценить поведение этой искренне любящей своё чадо «мамочки»?

Насильственность? — Да. Бестактность? — Да. Можно назвать и ещё другие её свойства... Но сейчас важно подчеркнуть другое: отсутствие в её любви *покоя*.

Способность к глубокому внутреннему *покою*, особенно когда нет необходимости совершать энергичные действия, является очень важным, ценным свойством. Это есть базовая предпосылка для настоящей любви.

А попытки любить без *покоя* приобретают подчас проиллюстрированные приведённым примером карикатурные свойства. Такая «любовь»... способна только калечить её жертв. В них она вызывает лишь интенсивную потребность сбежать. Если есть куда...

... Состояние Бога-Отца в Его Обители можно описать как Нежный Покой. Будем учиться этому у Него, готовясь к встрече с Ним.

Но *покой* не противостоит здоровой энергичности, а гармонично сочетается с ней. Продумаем это — и приложим его к себе!

Карма-йога (служение)

Термин *карма-йога* означает *Путь к Слиянию с Богом через действия служения*.

Что такое *служение Богу*?

Некомпетентный читатель сейчас может начать вспоминать: «Есть слово «Богослужение»... А что это такое? Молитвы... А что такое молитвы? «Подай, Господи! Подай, Господи!»...

Да, для большинства верующих, считающих себя христианами, молитва есть попрошайничество у Бога. И в этом они, как ни парадоксально, видят... свою обязанность, своё... «служение Богу»...

Но Богу не нужно наше попрошайничество! Он это не слушает! Иначе у Него «уши завянут» от всей этой выдуманной людьми чепухи, от обращений к Нему, как к слуге, который, якобы, обязан подавать то да сё.

Ему нужны наши усилия по самосовершенствованию и по помощи в этом другим людям. Ему нужно наше активное участие — каждого! — в Его Эволюции! А не пассивное нытье в ожидании «милости» с Небес...

Помощь другим людям на этом Пути — это и есть служение Богу! Об этом Он Сам прямо заявлял и через Иисуса Христа, и через Бабаджи, и через Сатъя Саи; этой же теме посвятил много прекрасных слов апостол Павел [10,18].

Но такую помощь не надо рассматривать узко: только как проповедование и ведение религиозных занятий, написание соответствующей литературы и т.п. Нет: ведь людям — чтобы плодотворно жить на Земле, эволюционируя, — требуются ещё и жилье, и еда, и одежда, и топливо, и транспорт, и медицинская помощь и безопасность, и обучение грамоте, наукам, и многое-многое другое. Поэтому карма-йога — это есть помощь людям во всем именно добром.

Важнейшим признаком карма-йоги также является верный мотив действия: то есть, действия должны совершаться не ради корысти или награды — хотя бы в виде зарплаты. Действия должны совершаться ради помощи другим, как акты дарения. Это, однако, не означает бесплатный труд. Но дело уже тех, кому помогаем, и Бога — позаботиться в таком случае о материальном благополучии дарящего.

Иными словами, «взаиморасчёты» достойных людей, помогающих друг другу, — это обмен дарами. Все же необходимые подробности «теории даров» (или «теории дарения») изложены Богом в главе 17 Бхагавадгиты [10,18].

Главное здесь то, что саттвичными, то есть, истинными, чистыми дарами Бог признаёт только те, которые дарятся достойному лицу в соответствующее время и в соответствующем месте.

Таким образом, полное краткое определение «карма-йоги» — «некорыстная помощь всем достойным во всем добром».

Очень важно подчеркнуть, что человек правильно развивается не через паразитизм и попрошайничество, не через бесконечное тверждение молитв и телодвижения в религиозных обрядах — а через созидательный труд, через действенную любовь к другим эволюционирующим существам, проявляющуюся, в том числе, в активных делах ради их блага.

Сатья Саи наглядным примером поясняет идею карма-йоги. Он говорит: ведь если вы — члены одной семьи, то ведь не просите у главы семьи плату за каждую выполненную по дому работу: работают за деньги посторонние, но не свои. Так и вы, если чувствуете Бога своим Отцом, — то не должны затевать с Ним торговых расчётов, должны, напротив, действовать в интересах Его Дела, ради Него, ради Эволюции, а не ради себя лично [10].

Именно на фоне такой деятельности Бог помогает нам развивать себя и интеллектуально, и в любви, и в силе.

Уничтожение своего низшего "я" ради слияния с "Я" Бога

Этот раздел Учения Бабаджи — заключительный. Он включает Слияние индивидуального сознания человека, проникшего в высший эон, с Изначальным Сознанием. При этом происходит растворение самоощущения в Беспредельном Океане Творца.

Некомпетентными и грубо вредящими являются попытки лидеров некоторых сект или полностью уничтожить самоощущение учеников без предоставления им нового субстрата для аутоидентификации⁶, или, напротив, внушить им, что они — и так уже... Бог. Ведь самоощущение человека должно быть не уничтожено, но именно перенесено. А познание Творца и Слияние с Ним осуществляются не через внушение или самовнушение, а через поэтапное проник-

⁶ Иногда это может делаться умышленно – с целью превращения адептов в своих рабов-зомби.

новение правильно развиваемым сознанием во всё более тонкие зоны, их исследование, закрепление в них, освоение Слияния сначала с Сознанием Святого Духа и потом и с Сознанием Творца. Все иные установки являются тупиковыми и ведут или к задержкам развития, или к культивированию грубых пороков и уходу в диаметрально противоположную от Бога сторону, что чревато дьяволизацией и сумасшествием.

Начинаться работа в рамках данного пункта формулы Бабаджи должна с элементарной коррекции своего поведения и самоощущения в общении с другими людьми.

Например, с точки зрения духовного роста, карикатурно смотрятся тенденции многих людей насаждать своё доминирование над другими, выглядеть «главными», «важными».

Насильственность, обидчивость, ревнивость, мстительность, гневливость, стремление *обладать* людьми и вещами (кроме самых необходимых), сексуальная страсть, как и любое интенсивное хотение чего-либо от других людей или Бога — всё это есть порочные проявления наших низших «я». Они должны быть устранены.

Много ценнейших лаконичных формул-заповедей на этот счёт оставили нам Иисус Христос и Его Апостолы: если хочешь вырасти духовно — не садись на первое место, стань слугой другим людям, не смей обижаться, мстить, каждый почитай другого высшим себя и т. д. [10,18].

Точно о том же — чётко и лаконично — говорили Лао-Цзы и Хуан Матус [10,18]⁷.

Для того, чтобы навсегда изжить проявления своего «торчащего я», требуются углубленный самоанализ и покаянная работа.

Но надо понять, что реально вообще не существует никакого «отпущения грехов»: у Бога нет такого понятия.

Цель покаяния — не в том, чтобы получить прощение за конкретные совершённые проступки — а в том, чтобы очистить себя от пороков.

«Грехи», то есть, наши ошибки, являются или следствием неопытности, незнания, или же конкретными проявлениями тех душевных качеств, которые именуются пороками.

Истинными же механизмами освобождения от пороков являются самоанализ, раскаяние и затем жёсткий самоконтроль.

Если обнаруженный порок не уходит сразу, то необходимо просмотреть, вспоминая, всю линию его проявлений — от самого детства (а иногда даже и в прошлых жизнях). И все ошибочно решённые ситуации надо мысленно пережить заново, правильно.

И более того — целесообразно «проиграть» заранее те возможности в будущем, где порок снова может проявиться.

Также важно попытаться «загладить свою вину» перед обиженными нами людьми, животными и даже растениями. Если их уже нет «в живых» на

⁷ Чтобы правильно понимать произведения Карлоса Кастанеды о Хуане Матусе, необходимо прочитать книгу жены Карлоса — Маргарет Кастанеды [32].

Земле — обратимся к ним как к невоплощённым душам. И будем помнить, что вот такие наши усилия по очищению себя от пороков действительно принимаются Богом.

«Обработке» покаянием надо подвергнуть все свои проявления не-любви к другим существам, к Богу, все эгоистичные поступки и эмоции.

* * *

Многие тупо-эгоистичные люди норовят вломиться в вагон метро или поезда сразу, как только открываются двери, не давая сначала выйти тем, кто на этой остановке выходят.

Или, ожидая автобус или троллейбус, они перегораживают своими телами тротуар — вместо того, чтобы, заботясь о других, встать с краю, никому не мешая.

Или, входя в вестибюль станции метро, одни придерживают дверь, помогая войти идущему позади, другие же, даже не оглянувшись, дверь отпускают, сокрушая ею «ближнего своего».

Эгоистичные примитивы, и попав в здоровую духовную школу, ведут себя столь же характерно. Пока идут занятия — им хорошо, они — в блаженстве, в счастье. Но стоит курсу занятий завершиться — и им становится плохо: ведь они уже привыкли, что им делают приятно, а теперь вот — перестали!... И — поскольку им теперь «плохо» — начинается нарастание отрицательных эмоций в адрес преподавателя и школы...

Эгоистичный человек знает только свой личный интерес и возмущается, если на его пути встречается помеха в виде любой нужды кого-то другого.

Любые интенсивные хотения чего-то от кого бы то ни было свидетельствуют о порочном проявлении низшего «я» хотящего. Такие хотения запускают механизм биоэнергетического «вампиризма», становятся причиной болезней тех, от кого хотят [9], и утяжеляют судьбы тех, кто хотят.

Человек же любви — всегда *предупредителен*: он заботится о том, чтобы никому ни в чём не помешать и чтобы, наоборот, помочь, по возможности, каждому; интересы других он ставит выше своих собственных.

Он, например, никогда не полезет в дверь первым, отталкивая других.

Он — всегда вежлив, доброжелателен, заботится о том, чтобы никого ничем и никогда не огорчать без нужды, даже своими собственными не лучшими состояниями: болезнью, усталостью.

В сексе он никогда не будет навязывать себя, но дождётся того момента, когда желание станет взаимным.

... Большую помощь в такого рода самоанализе смогут оказать подробные рекомендации на этот счёт Сатья Саи [10,18].

* * *

Достигнутые очищенность от грубости и способность к сонстройке с саттвичными явлениями окружающей нас жизни — дают возможность начать медитации «растворения» себя в гармонии окружающего пространства. Особенно хорошо это делать в тихие вечера, на зорьке, в лесу, в степи, на водоёмах. Схема медитации такова: есть только гармония пространства: леса, озера, степи, а меня — нет. При этом сознание, расширившись из анахаты, сонстра-

ивается и сливается с тонкостью и чистотой мира природы.

Следующим за этим принципиальным этапом будет слияние со Святым Духом в медитации *Пра-нава* (см. ниже), а затем и поэтапное освоение «тотальной реципрокальности» (Ниродхи) в зонах Святого Духа и Бога-Отца.

Именно так человек навсегда завершает свою индивидуальную эволюцию, становясь Частью Начального Сознания, Творца. И продолжает созидательную жизнь уже в качестве Его.

Завершение Пути

На приводимой в конце книги схеме изучения структуры Абсолюта (она впервые была опубликована в книге [7]) показана многомерность (многоэзонность, многолоковость) пространства, а также соотношение «акашных» (то есть, неструктурированных) и структурированных (материя, индивидуальные души, формы, принимаемые Святым Духом) Проявлений Абсолюта.

Вместе с тем, надо понять, что многомерно также и строение организма человека. Библейские слова о том, что Бог сотворил человека по образу Своему, утверждают именно это и не что другое.

Будучи воплощённым, любой человек вначале осознаёт себя только материальным телом. Но процесс духовной Самореализации подразумевает постепенное познание всех остальных составляющих своего организма, обретение способности свободно перемещаться концентрацией сознания в них — подобно тому, как можно научиться перемещать самоощущение в пределах собственного физического те-

ла. Так познаётся Атман. А потом Атман вливается в Параматман.

Это и есть та программа, которую каждый человек должен постараться освоить.

При этом, входя концентрацией сознания полностью в Обитель Творца и там сливаясь с Ним, он становится Его неотъемлемой Частью.⁸

Выходя же снова в мир Творения, Он превращается в Святого Духа.

А воплощаясь с жертвенной миссией помощи воплощённым людям, Он становится Мессией.

Практика Прямого Пути

Доктрина Прямого Пути не придумана людьми. Нет. Она есть предложение Бога. Она была изложена Кришной, повторена Иисусом Христом, затем Бабаджи и Сатья Саи. О том же, с использованием того же самого термина, мы читаем и в Коране, и в книгах буддистов [10,18].

Эту доктрину, суммируя, можно кратко сформулировать в виде всего трех пунктов:

1. Есть Бог — Единое Вселенское Изначальное Сознание, обитающее в высшем зоне многомерной вселенной.

⁸ Это можно исполнить через несколько медитативных приёмов. Одним из важнейших среди них оказывается тот, которому Иисус Христос обучал Своих учеников-апостолов 2000 лет тому назад. Это — описанная апостолом Филиппом медитация “Крест” [10,18].

2. Он есть Любовь.

3. Мы должны стать Им через превращение себя тоже в Любовь, во Вселенское Духовное Сердце, в *Сердце Абсолюта*. И всю свою земную жизнь имеет смысл потратить лишь на то, чтобы понять и сделать это.

Теперь рассмотрим более подробно конкретные методы продвижения по этому Пути.

Их можно разделить по сложности на несколько групп: предварительные, начальные, основные и высшие.

Предварительные методы

Предварительные методы предназначены для создания начальной веры. А вера нужна для того, чтобы появился стимул к совершению духовных усилий.

Но что такое вера? Ведь это — очень многоуровневое понятие.

Некоторые говорят про свою веру так: «Да, я знаю, что что-то такое там есть...: космический разум, НЛО...».

Другие будут очень уверенно утверждать: «Да, я верую в Бога!» И при этом будут даже осенять себя «крестным знамением». Но они не делают ни малейших духовных усилий — даже чтобы выяснить, чего же хочет от нас Бог, не говоря уж об изменении себя в соответствии с Его Волей! Напротив, они будут пьянствовать, воровать, ненавидеть, убивать, изредка лишь вспоминая о том, что «вдруг это Богу не понравится? — ну да ладно, это всё — потом!». Подобно тому, как мне, например, будет совершенно неинтересно слушать о методах изготовления золотых изделий или о гранении алмазов, — столь же неинтересно им слушать о Боге.

Как-то я разговорился с бывшим старостой одного церковного прихода. Он рассказывал, что теперь работает над диссертацией. Говорю ему: но ведь мы с тобой — в том возрасте, когда пора бы думать о том, чтобы успеть как можно больше в монашеском деле, а не в приобретении земных званий... Пригодится ли Богу твоя учёная степень? Отвечает: «Ну, Бог — Он ещё неизвестно: есть — или нет; а вот диссертация — уже почти в кармане!»...

Вера приобретает реальную ценность только тогда, когда в ней появляется качество любви к Богу. Потому что только любовь способна вынудить человека искренне начать менять себя, желая стать таким, как угодно Любимому. А в перспективе она может перерасти и в страсть, которая заставит отбросить всё, что мешает на Пути к распростёртым Объятиям Творца... Тогда-то и наступает настоящее монашество: бытие один-на-один с Богом...

Так вот, чтобы помочь людям усилить веру, — и существуют столь несуразные — с точки зрения тех, кто давно прошли эти стадии, — приёмы типа стандартных ритуальных телодвижений, молитв и песнопений, ритуальных танцев и поклонения изображению Бога и «святых» на иконах или в виде идолов.

Но при всей кажущейся несуразности игр в обряды, инициации, общие и индивидуальные мантры и т.п. — всё же Бог «подстраивается» под такие игры людей и помогает на этом фоне преодолевать трудные первые ступени большого Пути искренним искателям.

Например, хотя крещение в Святом Духе (описанное, в частности, Апостолом Филиппом [10,18]) на самом деле ни в коей мере даже не напоминает одноимённый обряд в любой из церквей, но Бог всё же принимает этот акт от искренних неофитов, если

он совершается как клятва пред Ним в твёрдом намерении искать и найти Его — свою Цель.

Но если крещение принимают отряды убийц перед тем, как идти на свои кровавые преступления, — то не выглядит ли это как отвратительное надругательство над Учением и жертвенной смертью ради нас Иисуса Христа?

То же и о крещении детей: неужели хотя бы даже обычный житейский опыт не указывает на бесполезность этого акта? Ведь крещённые, как и не крещённые — в одинаковой мере и болеют, и умирают, и спиваются, и становятся преступниками!

Крещение — это клятва верности Богу. А вовсе не акт «охранной магии». И эту клятву может давать только достаточно опытный и взрослый человек, причём сам, а не «крёстные» за него.

Известным фактом является то, что верёвочки от нательных крестиков становятся иногда смертельными удавками для маленьких детишек. Они запутываются в них и перетягивают себе шейки...

Нательными крестами в эпоху насильственного крещения россиян палачи метили тех, кто уже были окрещены: чтобы было удобнее отлавливать и предавать пыткам или смерти тех, кто избегали этого [6]. Для кого же люди носят кресты теперь? Неужели они думают, что это угодно Богу? Но для Бога достаточно знака крещения в душе у искреннего истинного христианина.

... Но, с другой стороны, ведь и молитва перед едой, и иконы в доме, и посещение храмов, и участие в обрядах, и повторение мантр, и ощущение креста на груди — всё это может укрепить веру, напоминая о Боге. И Бог даёт достойным искателям указания на верность начатых ими усилий, воздействуя на их эмоциональную сферу: давая приливы блаженства через создание потоков благодати.

... Но, всё же, действительно «спасительных» обрядов нет и не бывает. И, обретя веру, человек должен начать изучать Волю Бога, а не каноны той организации, в которой он начинал свой Путь. И также он должен совершать *реальные усилия* по преобразению себя — себя как души, как сознания.

Как мы видим, ничего плохого нет в том, что люди на определенной стадии своего развития вовлекаются в ритуальные формы религиозной практики. Это характерно для всех времен, стран и форм религии. И нет смысла выяснять, какие ритуальные формы лучше или хуже. Но, чем больше покоя, гармонии, чистой и спокойной радости, блаженства, любви, — тем лучше. Религиозные обряды должны помогать верующим растить в себе именно эти качества.

Проблема — не в форме обрядовых практик. А в той идеологии, которая проповедуется организациями, обеспечивающими эти практики.

* * *

Все люди различаются по их психогенетическому возрасту, то есть, по возрасту душ. Возраст тел (онтогенетический возраст) — это совсем другое.

Каждый человек при очередном своём воплощении достаточно быстро и легко может реализовать уже имеющиеся у него от прошлых земных жизней наработки. Это касается интеллектуального потенциала, развитости чакр, величины сознания, а также профессиональных склонностей и выраженности тех или иных душевных свойств.

И поэтому, если мы видим взрослых людей с очень разными способностями к пониманию религиозных проблем, то это — нормально.

В том числе, нормально и то, что огромное число верующих — вместе с их лидерами — остаётся до конца данного воплощения лишь на предварительной стадии своего духовного продвижения: в следующих воплощениях у них будут шансы продолжить Путь.

Но информировать о том, что эта стадия — всего лишь предварительная, надо. Это поможет быстрее пробудиться и идти дальше тем, кто могут идти.

Начальные методы

Этическая самокоррекция

Верующие, пребывающие на предварительной стадии освоения религиозности, полагаются на «спасительность» веры — в концепцию избранной ими организации — и обрядов. Эти люди ещё не способны понимать слова Бога, записанные в священных книгах. Мнения и приказы земных «пастырей» для них ближе и дороже.

Пример: хоть Бог и велел людям не убивать, но прощать и любить, — однако какими только жуткими зверствами ни «прославились» «христиане» за время существования земного христианства! Сколько воин и убийств, издевательств, пыток совершено ими!

Что же касается запрета на убийства животных — так и вообще навряд ли хоть 0,001% «христиан» исполнила Волю Бога в этом. Где же ты, христианская любовь?! Не видать тебя среди «христиан»! Ибо те «христиане» — не истинные!

Начальная же стадия духовного продвижения подразумевает приложение реальных собственных усилий в преображении себя. Не молитв и поклонов ведь ждёт от нас Бог: они Ему вовсе не нужны! Но Ему нужно, чтобы мы становились лучше!

И первое, что здесь должен сделать адепт, — это приять концепцию ЛЮБВИ. Принять — не как красивую фразу, признав её красоту, а как неукоснительный закон к действию. И никакие практические методы — будь то упражнения хатха-йоги, работа с чакрами, «моржевание» и т. п. — не приблизят нас к Богу, а подчас и уведут в другую сторону, если мы не будем реально следовать заповедям Бога о ЛЮБВИ.

Взять хотя бы питание. Если мы будем загрязняться грубыми энергиями трупов — это не позволит утончать сознание для приближения к Обителю Творца, наоборот, будет тянуть к аду и создавать дурную карму на следующее воплощение.

Но соображения о здоровье и карме — это не главное. Главное то, что Бог есть Любовь. И Он подпускает нас к Себе — только в качестве Любви.

Впечатления — как «пища» для души

Но не только пищей — в обычном смысле этого слова — мы питаемся. «Пищей» для нас, как душ, являются также впечатления (в таких терминах об этом говорил, в частности, российский религиозный психолог начала XX века Г.И.Гурджиев [54]).

И если мы хотим, языком Нового Завета, «оторваться от зла и прилепиться к добру» — то надо начать всячески искать для себя благоприятную «пищу» такого рода — на природе, в искусстве, в об-

щении с духовными людьми — активно сонастраиваясь с гармоничным и тонким. А от грубых впечатлений, создаваемых, прежде всего, людьми гуны тамас, надо отстраниться.

Начальный контроль своих эмоций

Уход от грубости внешней — это всего лишь метод. Но главная задача — уход от грубости внутренней, то есть, исходящей из нас. Это обеспечивается контролем эмоций, которые являются именно состояниями нас как сознаний.

Причём каждая эмоция излучается за пределы тела. И тем дальше, чем она сильнее. При этом она оказывает своё влияние на окружающих людей и другие существа.

Радикально задача контроля своих эмоций может быть решена только на следующих, более высоких этапах работы. Но, если не поставить перед собой уже сейчас такую цель, не начать приучать себя к самоконтролю, — то и в дальнейшем успех трудно ожидать.

Сейчас в борьбе со вспышками своих грубых эмоций и разных проявлений эгоизма — будет весьма уместна покаянная работа, что мы уже обсуждали подробно.

О сострадании

Обращу внимание на то, что поверхностное, не глубокое отношение к этическим проблемам может приводить иногда к противоположному — относительно ожидаемого — эффекту.

К примеру, мы обсуждали то, что принятие концепции СОСТРАДАНИЯ является одним из первых шагов к освоению ЛЮБВИ. Но все ли ясно понима-

ют, что сострадание — это не погружение в тягостные эмоциональные состояния «переживания за» кого-то... Люди, впадающие в такие состояния, становятся непереносимы для окружающих, и особенно для тех, за кого они «переживают». Биоэнергетические поля с такими характеристиками иногда способны «добить» тех раненых или больных, за которых именно так «переживают». У жертв при этом может возникать — на фоне аффекта отчаяния — стремление избавиться от «наехавшего» на них таким своим состоянием «сочувствующего» чудовища — любой ценой — на уровне самого глубинного инстинкта самосохранения, уже не контролируемого разумом...

Такое «сострадание» подобно биоэнерговампиризму [9]. Оно, как минимум, уничтожает любовь между людьми, разрушает семьи...

Нет, сострадание — это вовсе не «тяжёлые» эмоции, а общий чистый и светлый настрой бережного отношения ко всем, по возможности, формам проявления жизни, неприятие к любым актам напрасного причинения вреда кому-либо, готовность помогать всем во всём добром.

Собранность, энергичность

Начальная стадия духовной работы — это ещё далеко не саттва. Это — раджас. И важнейшими качествами, определяющими успех, здесь будут энергичность и собранность, воспитание в себе способности к усилиям и сверхусилиям на духовном Пути.

Эти качества прекрасно воспитывают разные динамичные виды спорта; особенно хороши те, которые связывают с живой природой (туризм, альпинизм и др.). Хороши и занятия по восточным боевым искусствам. Но важно подчеркнуть, что практическое изучение последних ни в коем случае не дол-

жно приводить к росту агрессивности, жестокости, грубости. Ещё важно понять, что сами по себе приёмы боевых искусств в принципе не могут вывести адептов на высокие уровни духовности: последнее достигается лишь за счёт работы с чакрами и овладения искусством медитации, что является составной частью тренировок в лучших школах такой направленности.

При любом варианте занятий на этой стадии — будь то каратэ, пеший туризм и т.п. — и преподаватели, и ученики должны главное внимание уделять росту высокой нравственности, основу которой составляет невреждение напрасно любым живым существам.

Каждому уместно также задуматься и принять верные решения относительно своего служения по принципам карма-йоги. И, если это необходимо, — то сменить вид трудовой деятельности или же начать учёбу с целью освоения новых профессий.

Хатха-йога

Тем, кто ещё обладают эмоциональной неуравновешенностью, у кого плохая способность к сосредоточению, концентрации, кого мучают неприятные мыслительные доминанты, — тем будет весьма полезно пройти курс занятий хатха-йоги. Разработанные ещё в древней Индии упражнения этой ступени позволяют обучиться концентрации сознания в тех или иных частях тела, релаксации тела и ума; они же приводят к устранению многих биоэнергетических дефектов в теле и могут дать исцеление от некоторых хронических заболеваний.

Механизм действия в этом случае следующий: при длительном сохранении практикуемых в хатха-йоге поз происходит накапливание и перемещение

энергий в энергетических структурах организма, что и приводит к развитию последних. Типична следующая динамика ощущений при освоении некоторых новых асан.

В первые дни тренировки — никаких особых ощущений, лишь физическая адаптация тела.

В последующие несколько дней появляются совершенно новые «таинственные» приятные ощущения «переливания» по телу энергий, которые, как струи жидкости, иногда даже с ощущением слышимого звука журчания, «перетекают» по меридианам. Практикующий наблюдает с интересом эти явления.

Но неожиданно для него и к его сожалению, они исчезают через неделю-две: на данном этапе асана выполнила свою роль.

А происходило следующее. Под воздействием асан начал функционировать какой-то меридиан. Пока он ещё обладал плохой проводимостью, были интересные ощущения типа приятного журчания. Когда меридиан полностью раскрылся, энергия в нём стала продвигаться уже свободно и «журчание» прекратилось.

На начальных этапах освоения упражнений хатха-йоги обязательным условием является исполнение шавасаны после комплекса асан или даже после отдельных асан, выполняемых изолированно (кроме релаксационных). Это необходимо для выравнивания возникших энергетических напряжений — при ещё плохой проводимости меридианов. Если не соблюдать это условие, могут появляться невротические симптомы (лабильность настроения, нарушение сна и мн. др.) и даже функциональные расстройства зрения и других систем организма.

Описание релаксационных асан приводится нами в последующих главах. С другими упражнениями можно познакомиться по специальной литературе.

Если заниматься хатха-йогой на фоне «убойного» питания — это всегда ведёт к огрублению сознания. Субъективно это может восприниматься, как обретение силы. И оказывается страшной ловушкой: с грубой силой сознания мы программируем себя в ад.

Ту же функцию, что и индийская хатха-йога, на данном этапе могут выполнить некоторые системы китайской динамической гимнастики, где, например, на фоне мягких, плавных «перекатов» с ноги на ногу совершается проработка меридианов тела световыми образами (маленьким «солнышком» и др.).

Работа с образными представлениями («визуализация»)

Занятия хатха-йогой (или другие тренировки) могут быть дополнены упражнениями по развитию способности к созданию образных представлений. Это подготовит к освоению высших форм медитации, создаст необходимые предпосылки к обретению ясности видения.

Начнём — с самого простого: представим помидор, яблоко, сочную грушу, ощутим, как мы рассматриваем их, нюхаем, откусываем, смакуем вкус, проглатываем с наслаждением...

Перенесёмся в утреннюю тишь озера: на лодке, в зарослях влажного от росы тростника... На каждом листике висят маленькие, нежные капельки... Плеск рыбёшек... Посвист утиных крыльев... Начинают свои песни птички-камышовки...

Или загораем в утреннем солнечном свете на пляже... Тёплый нежный свет Солнца пронизывает и пропитывает негой всё тело, душу...

Или собираем грибы: срезаем и — с любовью — очищаем от опавшей осенней листвы скользкие

чёрные грузди..., любимся большим крепким боровиком...

Можно придумать много таких игровых вариантов образных представлений. Они обязательно должны нести настройку на тонкость, красоту, блаженство. Они должны, в том числе, учить саттве.

Можно усложнить тренировку следующим образом: мы сами ощущаем себя каким-то саттвичным объектом — сочной сладкой грушей, ягодкой клубники, нежным пахучим цветком, ласковым солнышком. Эти образы, наполненные собственным сознанием, ощущением «я», можно научиться размещать, в том числе, в грудной клетке — в чакре анахате...

Когда такая способность будет хорошо развита, нам уже не составит труда пригласить в анахату Божественного Учителя, Образ Которого хорошо знаком нам по фотографиям... И там Он начнёт улыбаться, говорить...

Но это станет возможным, только если мы того заслужим: если будем вести беспорочный образ жизни, если укрепим себя в саттве, если будем действительно интенсивно изучать Учение Бога и преобразать себя в соответствии с ним.

Работа с образными представлениями имеет и другое название, пришедшее из тибетского буддизма: «визуализация». Но очень важно предостеречь от некритического отношения к конкретным рекомендациям по «визуализации», с которыми можно встретиться в литературе и в выступлениях некоторых невежественных проповедников буддизма.

Так например, в литературе существуют рекомендации окружать своё тело — в целях «охранной магии» — образами «гневных божеств», то есть, иначе говоря, дьяволов и бесов. И эти образы тоже с какого-то момента реально «оживают», наполняясь соответствующими существами ада...

Один в прошлом известный петербургский мистик-врач — «недалёкий» умом и наделённый грубейшими этическими пороками, хотя и хороший экстрасенс-диагностик, — стал осваивать эти приёмы чёрной магии вместе с группой своих учеников.

Эффект проявился, в частности, в том, что от простого лишь разговора с ним люди заболели.

А когда вся эта компания являлась поглазеть на занятия в чьих-то чужих группах — там ученики падали в обмороки.

Огрубление сознания у него стало чудовищным, он превратился в дьявола во плоти, но продолжал преподавать экстрасенсорное целительство и «исцелять». Хотя понятно, что такие люди исцелять не могут, они могут лишь вредить, «наводя порчу».

Кончилось это тем, что его кто-то зарезал в его собственной ванне, о чём я узнал из некролога в газете. Скорее всего, это сделала одна из жертв его «целительства» или же кто-то из её друзей.

Но нам — не надо в ад! Мы готовим себя к тому, чтобы стать не дьяволами, а Богом! Поэтому, осознав этот печальный пример духовной деградации как чужой трагический опыт, оттолкнёмся от него — и пойдём в обители Чистоты, Света, Нежности, Любви — сонастраиваться с ними, становиться ими.

* * *

Если Вы уже владеете какими-то навыками, которые могут оказаться полезными другим людям — соберите друзей и попробуйте научить их этому. Ваши знания, способности и усилия объединятся — и вы все вместе будете расти, готовя себя к следующим ступеням духовного роста.

Основные методы

Основные методы — это те, которые позволяют довести состояние организма до такой степени чистоты и исправности всех энергоструктур, чтобы почувствовать Бога и научиться входить в Самадхи (эмоциональные состояния интенсивного Блаженства, возникающие при соприкосновениях сознания со Святым Духом).

Эти приёмы готовят к тому, чтобы затем расти далее утончённым сознанием, развивать его силу и потом, на высших ступенях, придти к Полной Победе — к Слиянию с Творцом в Его Обители.

В традициях индуизма и буддизма эти методы известны как «раджа-йога». Их вариации разработаны и в китайском даосизме, и в мусульманском суфизме. Они существовали и на территории Руси до её «крещения», что видно по высоте духовного статуса тех, кто духовно росли здесь [14,18]. Но в христианской среде из духовных практик этого уровня широко известна лишь «Иисусова молитва»⁹.

⁹ Хотя, несомненно, что отдельные подвижники (включая некоторых греко-славянских исихастов) достигали и более значительного духовного продвижения. Но для этого им было необходимо вначале выйти за жёсткие рамки традиций своих организаций и стать не их последователями, а прямыми учениками Бога.

Известно, что православие долгое время даже к практикам «Иисусовой молитвы» относилось нетерпимо [6]. При этом враги исихазма тогда «постановили», что Бог — «непознаваем». Да, для них — Он, действительно, непознаваем...

Раджа-йога базируется на работе с чакрами, основными меридианами и «коконом». Цель работы с ними — «вычистить» их до прозрачности и развить — чтобы соединиться через них с Божественным уровнем тонкости.

Отсюда становится очевидным, что имеющие место в ряде школ методики «расцветившая» чакра являются фактическим вредительством и обусловлены грубой духовной некомпетентностью лидеров тех школ. Ведь самым утончённым является белый, чуть нежно-золотистый цвет. А любой другой — уже заведомо дальше от утончённости Творца.

Ещё одна характерная ошибка при работе с чакрами — делание акцента на развитие аджни, что, якобы, приводит к обретению ясновидения. Эта тенденция имеет очень давнюю историю, ибо имеет начало в неправильном понимании слов Кришны в Бхагавад-гите [10,18] (8:10), где Он рекомендует проводить энергию сквозь голову. Но из последующих строк Гиты (8:12) видно, что речь идёт именно об энергии Атмана. В тех же многочисленных школах, где лидеры ещё не дошли сами до познания Атмана, это пытаются делать обычными телесными биоэнергиями, что приводит к активации одной из исходно самых грубых чакр и, как следствие, огрублению всего сознания. У таких людей, в частности, взгляд становится «пронзительным», резким, неприятным. Такая тенденция надолго останавливает их в духовном развитии.

А то ясновидение, которое у некоторых адептов возникает от такой работы, никакой реальной ценности не представляет: оно даёт лишь видение эмоциональных аур вокруг голов других людей и годится разве что для «подглядывания» за их состояниями.

Истинное же, действительно значимое ясновидение осуществляется структурами нижнего «пу-

зыря восприятия» (см. ниже). Оно позволяет видеть энергии разных степеней тонкости-грубости в многомерном пространстве.

Его обретение даёт в итоге возможность прямого созерцания разных тончайших Проявлений невоплощённого Божественного Сознания.

Работа с чакрами и с развитием других тонких структур организма несовместима с употреблением алкоголя (даже в виде кваса и спиртосодержащих молочных продуктов), ибо алкоголь разрушает эти тонкие структуры. Нарушения данного правила вызывают тяжёлые заболевания.

* * *

Плодотворная работа с тонкими энергоструктурами и медитативные тренировки невозможны при освещении помещения для занятий люминесцентными лампами, ибо они создают грубое энерговоздействие.

Недопустимо также ношение одежды из синтетических тканей, поскольку она не пропускает значительную часть спектра биоэнергий и искажает энергетические процессы внутри тела. (Последнее указание не относится к плащам, которые мы надеваем в случае дождя).

Часы и другие металлические предметы во время занятий должны быть сняты с тела: часы от биоэнергетической работы намагничиваются и выходят из строя, а изделия из металла создают энергопомехи.

О несовместимости психоэнергетических тренировок, как и вообще всякой серьёзной духовной работы, с питанием «убойной» (мясной и рыбной) пищей мы уже говорили. Несоблюдение этого пра-

вила ведёт к выстраиванию энергоструктур организма из грубых энергий.

Занятия данного этапа работы лучше проводить в групповом варианте, причём удобнее в помещении, примерно соответствующем по размерам величине группы. Слишком большой зал неблагоприятен: в нём рассеивается общегрупповая энергия.

* * *

Первые серьезные сведения (из известных нам) о роли и функционировании чакр и методах работы с ними были представлены именно в публикациях нашей Школы. Более ранние фантазии на этот счёт известного в России автора Ауробиндо Гхоша совершенно несостоятельны и лишь ввели многих читателей в заблуждение на фоне имевшего место дефицита эзотерической литературной информации в «доперестроечной» России.

Обратимся теперь к конкретной информации о работе на данном этапе духовного продвижения. Отмечу, что предлагаемые упражнения апробированы десятилетиями практики преподавания очень многим людям и зарекомендовали себя оптимальной эффективностью.

«Крест Будды»

Каждое занятие хорошо начинать с эмоциональной настройки и очищения энергетики окружающего пространства. Для этого существует прекрасный приём, известный под названием «крест Будды». Он выполняется так:

Для этого лучше всего сесть в так называемую «позу ученика»: садимся с прямой спиной на пятки,

носки ног назад, ладони рук на бёдрах. Пошлём волны своей доброжелательности, любви из грудной клетки вперёд в пространство с формулой:

«Да будут все существа мирны! Да будут все существа спокойны! Да будут все существа блаженны!».

Каждое из этих трёх состояний сначала создаём в себе (в грудной клетке) и затем излучаем вовне вперёд. Потом всё повторяем направо, назад, налево, вверх и вниз.

Это — мощный приём гармонизации и себя, и энергетики окружающего пространства, и существ, пребывающих в нём.

Разминка

Особенно на первых занятиях, очень важным элементом будет физическая разминка, не только позволяющая «взбодрить» энергетику тела и сбросить лишние мыслительные доминанты, но и обучающая *концентрации сознания* в работающих частях тела. Последнее пригодится в будущем при работе с чакрами.

Встанем. За счёт движения ног и туловища раскачиваем расслабленную руку: вперёд — назад, затем вращаем её — без напряжения мышц, только за счёт движений ног и туловища. Потом то же — с другой рукой. Концентрация — в суставах. Видим в них разгорающийся свет.

Напрягаем мышцы рук. Сгибаем и разгибаем руки в локтевых суставах. Наблюдаем, как со всего тела к работающим мышцам стекается свет.

Руки выносим вперёд. Быстро двигаем расслабленными кистями. Напрягаем пальцы. Сгибаем и разгибаем их. Двигаем кистями рук при напряжен-

ных мышцах предплечий и кистей. Сбросим напряжение, расслабим всё тело.

Наклоняем в стороны и вперёд-назад голову при расслабленной шее. Покатаем её по кругу. Покрутим головой вокруг вертикальной оси. Видим шейный отдел позвоночника как ось с надетыми на неё шариками позвонков. По оси вверх устремляется поток белого света. Напрягаем шею. Те же упражнения повторяем при напряженной шее. По всему её диаметру идёт вверх поток белого света. Сбросили напряжение, расслабили все мышцы. Смещаем остающуюся вертикальную голову в стороны и по кругу относительно неподвижных плеч.

Поднимем руки над головой. Берём одну руку другой за запястье и тянем её через голову с наклоном в сторону: растягиваем боковые мышцы туловища.

Руки подняты вверх. Делаем наклоны в стороны за счёт грудного и затем поясничного сегментов позвоночника. Напрягаем мышцы туловища и при напряжённых мышцах совершаем наклоны и развороты тела. Туловище заполняется светом. Сбросили напряжение. При расслабленных мышцах делаем развороты тела вокруг вертикальной оси с максимальным поворотом головы. Концентрация — в позвоночнике.

Смещаем в стороны таз (без его наклонов) при расслабленных мышцах и без сгибания ног. Концентрация — в позвоночнике ниже пупка.

Поднимаем одну ногу так, чтобы бедро было параллельно полу. Вращаем стопу, как бы очерчивая на полу носком круг. Концентрация — в голеностопном суставе. Видим в нём разгорающийся белый свет, ощущаем тепло.

Вращаем голенью. Концентрация — в коленном суставе.

Сильно раскачиваем голень из стороны в сторону. Колено при этом остается на одном месте. Концентрация — в обоих тазобедренных суставах.

Рисуем круг прямой ногой, вытянутой вперед, затем в сторону, назад.

То же — с другой ногой.

Релаксационные асаны

После разминки отдохнём в одной из следующих трех поз (асан):

Первая — «половинная поза черепахи»:

Сядем на пятки (носки ног назад) и раздвинем колени. Положим на пол лоб и вытянутые вперед сложенными ладонями руки. Тело и ум полностью расслабим. Наблюдаем, как по мере углубления расслабления всё больше и больше провисает живот. Это — великолепное упражнение для снятия физической и умственной усталости. Выполнять его следует около 10 минут.

Вторая асана называется «поза крокодила». Её можно делать в двух вариантах:

Ложимся на живот. Ставим локти впереди, выдвинув их подальше, а голову положим подбородком на ладони.

Второй вариант — локти выдвинуты вперед, предплечья лежат одно на другом на полу, голова и верхняя часть туловища приподняты и удерживаются за счёт статического напряжения мышц спины.

В обоих случаях ощущаем себя счастливыми крокодильчиками, выползшими на песчаную отмель погреться на солнышке. Солнышко прогревает наши спинки — и мы таем в блаженстве пропитавшего наши тела его ласкового тепла.

Пранайамы

Биоэнергетическое очищение надо производить как сразу в целом организме, так и по частям, соответствующим чакрам. Приёмов очищения — много, и каждый из них позволяет избавиться от очередной порции энергетической грязи. А это — устранение болезней, улучшение общего самочувствия, приближение к Конечной Цели.

Разучим несколько общих очистительных упражнений из серии пранайам.

Встанем. Слегка наклонимся вправо так, чтобы правая рука расслабленно свисала, не касаясь тела. Хорошо ощутим её от плечевого сустава до кисти. Представим, что в грудной клетке раздувается и спадается при каждом дыхании камера насоса, к которой воздух-свет подаётся через руку-шланг. Особое внимание — выдоху. Добьёмся чёткости ощущений. «Шланг» должен быть диаметром во всю руку, и ничто не должно препятствовать движению по нему воздуха-света.

То же упражнение проделаем с другой рукой, затем с каждой ногой. К каждой ноге «шланг» от грудной клетки идёт по соответствующей стороне тела.

Под каждой ногой разместим по образу больших бочек. Одна из них пустая, другая — полна белого жидкого света. Касаемся ногой-шлангом этого света и перекачиваем его через тело-насос в другую бочку. С каждым вдохом внутренняя камера насоса внутри туловища и головы расширяется, втягивая свет из полного сосуда через ногу. С каждым выдохом камера спадается, свет изливается через другую ногу в пустую бочку. Так промываем всё тело внутри.

Когда бочка со светом опорожнится — наполним её светом снова, а другую бочку опрокинем в

огонь (образ огромного костра) — чтобы вся излившаяся грязь сгорела. Развернём тело над бочками — и повторим упражнение с другой половиной тела.

Затем делаем всё то же, ставя бочки под руки.

Добиваемся таким образом полной заполненности тела ярким белым светом.

После пранайам надо отдохнуть в одной из релаксационных поз.

Психофизические упражнения

Затем освоим четыре психофизических упражнения. Они называются так, поскольку их психический компонент накладывается на физическое движение, причём последнее помогает овладению первым. Идея разработки таких упражнений была заложена мистиком начала 20-го века Питером Доновым, продолжена Омрамом Айванховым — а затем нами.

Первое из них называется «Пробуждение». Человек просыпается после долгого сна самоизоляции от гармонии, красоты, любви внешнего мира. (Стоя поднимаем руки вверх и потягиваемся — как после сна). Впускаем в себя всё чистое, светлое, что есть вне нас. Ощущаем, как сверху проливается целый водопад удивительно прозрачных, светлых, тонких эмоций, утренней свежести. Наполняемся утренней свежестью! Наполняемся этими волнами, переполняем ими себя! (Руки опускаются к плечам, помогая этому заполнению, затем снова поднимаются и опускаются, и так несколько раз). Достигаем максимально тонкого эмоционального состояния.

Второе упражнение — «Отдавание». Руки широким жестом расходятся от груди вперёд и в стороны: то, что мы получили, мы должны отдать другим людям: мерой духовности человека является его способность отдавать. Да и чтобы наполнить сосуд

свежей чистой водой, его надо сначала опорожнить. Застоявшаяся вода протухает. Кто не опорожняет себя, отдавая, что имеет, — тот не обновляется, не растет духовно сам. Повторим упражнение ещё и ещё, разливая, отдавая щедро, даром, без желания получить вознаграждение, всё доброе, что накопили сами. Посылаем далеко вперед тончайшие и сильные волны струящейся свежей и чистой любви. Ощущаем, как грудь распирает от прибывающей сзади густой энергии любви. В грудной клетке раскрывается цветок, источающий нежное благоухание. Посылаем эти светлые вибрации вперед. Это — благоухание самой любви!

Третье упражнение — «Примирение». Поднимем правую руку над головой, сконцентрируемся в ладони и непосредственно окружающем её пространстве. Плавно опуская руку перед собой, рисуем её в пространстве синусоиду с полупериодом около 30 сантиметров. Ладонь направляем ребром вперед по ходу её движения. Ощущаем пространство, в котором движется рука, — как энергетическое поле, которому мы задаём новую характеристику: мир, гармонию, покой. «Продлеваем» руку вдаль. (Представим себе различные варианты движения танца: резкие, быстрые, угловатые, или же наоборот — мягкие, плавные, изящные. Каждый такой вид танца соответствующим образом настраивает и зрителя, и исполнителя). И этот простой и мощный жест, символизирующий гармонию, — по овладении упражнением (его надо хорошо прочувствовать) — будет эффективно помогать каждому в любой ситуации, даже если его выполнять, не сопровождая движениями тела.

Четвёртое упражнение — «Влезание». Поднимем руки вверх ладонями наружу и будем опускать их раз за разом через стороны, делая гребки. С каж-

дым таким движением мы как бы вылупляемся из очередной грубой оболочки, становясь все светлее, чище, поднимаемся всё ближе к источнику *света* — солнцу... Вот оно уже близко, вот ещё несколько гребков — и мы достигаем его... Вплываем в пространство чистейшего и тончайшего *света*, наслаждаемся пребыванием в нём... Спускаемся снова на землю, но теперь уже с солнцем в своей груди. Вот опустились... И светим на всех людей и на всё живое из груди солнечным *светом!*

«Шавасана»

Все занятия с чакрами и меридианами надо заканчивать релаксационным упражнением, называемым «шавасаной». Оно позволяет отдохнуть от биоэнергетической работы, которая может вызывать очень большое утомление, и устранить ещё неустранённые биоэнергетические дефекты.

«Шавасана» — это расслабление тела и ума в положении лежа на спине.

Ляжем на спину. Убедимся, что лежать удобно. Ничто не должно отвлекать. Расслабляем тело, начиная с пальцев ног. Представим перпендикулярную оси тела плоскость — как стеклянную стену — и проведём её сквозь тело от пальцев ног к голове; позади плоскости не остаётся никаких напряжений. Теряется всякое ощущение тех частей тела, которые остались позади. Отчуждаем их, произнося мысленно: «Это — не моё! Это — не моё!...». Если где-то на уже пройденном плоскостью участке ощущение возобновляется — пройдем по нему ещё раз. Когда плоскость пройдет сквозь голову, могут возникнуть следующие состояния:

Первое состояние: самоосознание исчезает. Мы как бы проваливаемся в глубокий сон, но это не сон.

Самоосознание возвращается обычно через 18—20 минут. Чувствуем себя полностью отдохнувшими, как после глубокого, долгого сна. Состояние — блаженное. Не будем резко вставать, насладимся им.

Второе состояние: самоосознание сохраняется, но наступает полный *покой*. Можно просмотреть свой организм «внутренним взором». Войдём им снизу в пространство внутри тела. Видим светлые и тёмные участки. Серый и чёрный цвета — нарушения на одном из энергетических планов, соответствующие активным или пока ещё скрытым стадиям заболевания. Постараемся как бы граблями собрать всё тёмное в кучи и выкинуть вниз за пределы тела.

При шавасане также могут возникать неожиданные полные выходы из материальной оболочки: вдруг ощущаем себя в привычном облике, но в неестественном положении, например, зависшими над полом, стоящими на голове и т.п. Волноваться не надо: достаточно захотеть вернуться в тело, ощутить его — и мы уже чувствуем себя в нём. Но и поощрять в себе такие выходы ни в коем случае нельзя: это — выходы пока ещё в грубую пространственную мерность — так называемый «астральный план». Следует же научиться выходить сразу в высшие пространственные мерности; а приёмы для этого — другие.

Обучать шавасане детей до 12 лет запрещено: ощутив себя вне тела, они не всегда желают возвращаться в него.

* * *

Все приведённые упражнения следует практиковать систематически: за одно занятие полного эффекта от них получить невозможно.

«Латихан». Крещение в Святом Духе

На одном из следующих занятий, когда предшествующий материал закрепится, можно ввести упражнение «латихан».

Термин «латихан» был введён в начале нашего века суфием Бапаком Мухаммадом Субухом [61], который обозначил так один из способов общения со Святым Духом.

Субух, в том числе, объездил ряд стран Европы, где обучал этому методу католических монахов и исцелял им множество разных больных, в том числе, раковых.

Данный приём состоит в том, чтобы, обратившись к Святому Духу за помощью, попросить Его сконцентрироваться у меня над головой (ощутим Его там), а затем — «пролиться» сквозь всё моё тело сверху вниз, как сквозь пустую оболочку, как сквозь прозрачный стеклянный цилиндр. Это и будет истинным крещением Святым Духом.

Так приходит исцеление тела.

Отдавшись проходящему сквозь тело Поток, тело начинает танцевать, выполнять какие-то иные плавные и гармоничные движения... Такое явление есть один из вариантов лайя-йоги — совокупности методов «растворения» себя в Божественных Потоках и статичных состояниях Божественного Сознания.

На самом деле это — очень просто, если мы действительно веруем, любим Его и готовы предать себя Ему. А Святой Дух ведь всегда пребывает морем *Света*, в том числе, над нашими телами, наблюдает, любит, учит и... ждёт, когда мы обратим, наконец, на Него с любовью своё внимание и попросим помочь...

Если мы хорошо подготовили себя всем предыдущим материалом, включая упражнение «Пробуждение», — то это получится сразу. Если нет — то попробуем ощутить себя медитативно... в раю, под райским водопадом, в свете нежного солнца, в аромате цветов, среди пения птиц... Водопад райской блаженной влаги проливается сквозь тела, отмывая души, делая нас достойными рая...

Для того, чтобы «пошёл» лайя-танец (танец «растворения»), ведомый Святым Духом, надо встать на носочки, а руки поднять вверх; одежда должна быть лёгкой и свободной — чтобы она не ощущалась...

После танца надо отдохнуть в релаксационной позе.

Очищение чакр.

Раскрытие духовного сердца

Вслед за освоением сказанного можно приступить к очистке и приведению в порядок чакр.

Состояние чакр тесно взаимосвязано с теми органами, которые находятся в соответствующих каждой чакре участках тела. Чакры участвуют в энергообеспечении этих органов, а заболевания органов пагубно отражаются на состоянии чакр.

Например, в «сфере ответственности»:

- анахаты оказываются сердце и лёгкие, также руки и молочные железы,

- манипуры — в том числе, желудок и ряд других структур пищеварительной системы,

- свадхистаны — в том числе, половые органы и мочевой пузырь, а также ноги,

- сахасары — полушария переднего мозга,

- аджни — весь остальной головной мозг, а также глаза, уши, нос и носоглотка,

— вишудхи — в том числе, вся шея, щитовидная железа, также обе челюсти с их зубным аппаратом. (Граница между «сферами влияния» аджни и вишудхи проходит по нёбу).

* * *

Начнём работу с чакрами. Существуют определённые сочетания звуков (разновидность мантр), пение которых способствует, благодаря возникновению резонансных вибраций, развитию чакр. Мантры также помогут нам добиться чёткого ощущения своих чакр. Эти мантры следующие:

для сахасрары — ам,
для аджни — вом,
для вишудхи — хам,
для анахаты — ям,
для манипуры — рам,
для свадхистаны — вам,
для муладхары — лам.

Будем хором, протяжно, нежно, на высоких звуковых частотах (ориентируясь по высоте на женские голоса), негромко петь мантры с одновременной концентрацией в соответствующих чакрах. При переходе из чакры в чакру заходим в них сзади, со спины или затылка, как бы проникая в ячейки или ниши.

Повторим весь цикл мантр несколько раз. Добьёмся чёткого ощущения вибрации во всех чакрах.

Обязательно будем практиковать это упражнение каждый день. При отсутствии возможности петь мантры вслух — пойте их про себя, но лишь после чёткого овладения пением вслух.

Работе с анахатой и сейчас, и в дальнейшем будем уделять максимальное внимание — и уже только от этого жизнь станет светлей и радостней.

Если не освоить очень тонкое и нежное пение мантр для чакр — дальше ничего не получится. Особенно часто такие трудности бывают у не знающих утонченности мужчин. Им может помочь следующий приём. Возьмём в рот глоток воды и положим им горло — так, чтобы был булькающий звук. Продолжая, опускаем глоток всё глубже в горло, звук при этом становится выше. Пусть он станет предельно высоким. Вот от этих-то нот и нужно петь мантры для чакр.

Освоим ещё один приём для прочистки и развития чакр. Создадим позади анахаты образ белой светящейся объёмной фигуры, образованной четырьмя треугольниками, соединёнными сторонами. Она называется тетраэдром. Вводим её сзади в каждую из чакр поочередно — одним углом вперёд (кроме сахасары и муладхары) — и быстро вращаем вокруг горизонтальной оси, проходящей сзади вперёд, в направлении против часовой стрелки, если смотреть сзади. Для двух крайних чакр вращение тетраэдра надо осуществлять вокруг вертикальной оси, причём для сахасары — одним углом вверх, а для муладхары — вниз. Направление вращения для последних случаев — против часовой стрелки, если смотреть из тела. Выполнение упражнения облегчается, если сочетать его с как бы «вдуванием» в чакру соответствующей ей мантры.

Все рассмотренные упражнения с чакрами (а затем и с меридианами) удобно проводить именно стоя.

Но есть одно достаточно простое упражнение с духовным сердцем, которое может попробовать каждый — без каких-либо условий. Ощутим свою го-

лову перемещённой в грудную клетку. Почувствуем нос, лоб, губы. Пошевелим губами. Чтобы голова не «всплывала» на своё прежнее место, ощутим на ней кепку. Затем — самое главное: надо открыть глаза, «похлопать» ресницами... И теперь будем учиться смотреть на внешний мир глазами из груди. Он будет ощущаться теперь совсем иначе: не жестким и враждебным, а тонким, нежным, отзывчивым для эмоций любви.

Вот это и есть раскрытие духовного сердца.

Как видим, это делается весьма просто. Было бы только желание!

В дальнейшем надо будет научиться смотреть из анахаты не только вперёд, но и назад.

Упражнения с чакрами и все последующие медитативные тренировки надо проводить с открытыми глазами. (Можете самостоятельно изучить — почему?)

* * *

Прочно закрепив всё уже пройденное, надо будет теперь освоить всё то же — для всех остальных чакр. («Окна» двух крайних чакр направлены соответственно вверх и вниз. Но сквозь них можно смотреть также вперёд и назад).

Назад надо научиться смотреть не только ради развития чакр, но и потому, что, глядя вперёд, мы приучили себя видеть мир материальных объектов, позади же — чистые и тонкие зоны с Сознанием, обитающим в них.

И более того, этим упражнением мы сейчас готовимся к тому времени, когда будем вполне осознанно выходить за пределы тела. И это тоже следу-

ет учиться делать вначале именно назад — назад из анахаты.

Выходы из тела

Очень многие мистики разных стран и культур «ловятся» на том, что учатся выходить из тела вперёд или вверх, причём вовсе не из анахаты. И они попадают в тот или иной подслон (в зависимости от своего статуса по шкале *тонкости — грубости*) «астрального плана» — ближайшего к материальному миру достаточно плотного энергетического слоя. Из «астрального плана» хорошо виден мир материи, видны люди, их мысли. Появляется возможность за ними «подглядывать», шутить над ними, воздействовать на них... Это оказывается интересным, захватывает...

Но когда умирает собственное тело, такой человек так и остаётся при материальных предметах. К Богу он не приблизился, воплощение прошло зря.

Если же мы совершили необходимые преобразования со своими основными меридианами, и особенно с читрины (Брахманади) — одной из тончайших структур организма — то мы сразу «выпадаем», проходя сквозь неё, в Святого Духа. И там мы видим Его как *Свет-Любовь*, ощущаем Его как Нежность. Там мы учимся сливаться с Ним, быть Им.

... Неужели же эта столь легко достижимая перспектива не побуждает отказаться от своих старых догм и от пороков? И ринуться «всем сердцем, всей душой, всем разумением своим и всюю силою своею» — навстречу Объятьям Бога?

Развитие чакр. Дань-тяны

А пока можем потренироваться в заполнении и «раздувании» чакр — образом чистого сияющего и сверкающего белого света, «вдуваемого», в каждую чакру из образа шланга, исходящего от мощного насоса.

Образы, создаваемые нами в тонких зонах, действительно становятся там, в них, реальностью. С их помощью можно не только прочищать свои энергоструктуры, но и исцелять других людей, удаляя тёмные пятна болезней, совершая даже «хирургические операции» образами хирургических инструментов.

С этого этапа работы мы вполне можем стать хорошими целителями.

Целительство — это один из вариантов дарения людям своей любви. Поэтому, когда мы исцеляем, — к нам на помощь с радостью приходит Святой Дух, особенно если мы просим Его об этом!

При обладании уже соответствующими навыками взаимодействия с Ним, Он проходит во время целительских сеансов сквозь чакры целителя, по его просьбе, способствуя, кстати, их дальнейшему развитию и утончению. (Подробнее о целительстве см. [9]).

* * *

Освоим новый вариант упражнения с тетраэдром:

1. Раскрываем образ тетраэдра позади чакры, как сверло бормашины.

2. Вводим его в чакру, как в дупло гнилого зуба. Летит грязь, мы можем смывать её под «душем».

3. Увеличиваем размеры тетраэдра, и за счёт этого расширяем чакру.

4. Проработав таким образом все чакры, «принимая душ» и затем делаем шавасану.

... Следующий приём работы с чакрами может быть такой: забираемся сзади в каждую из них по очереди, начиная с анахаты, ощущаем там себя целиком, как в пещере, заполненной *светом*, и, упёршись руками, отодвигаем каждую из стенок чакры в бесконечность...

Ещё одно прекрасное упражнение: ощутим себя зажжённой мощной электрической лампочкой величиной с тело; вольфрамовая нить находится в анахате. Освещаем собою из анахаты окружающее пространство.

В дальнейшем образ горячей нити лампочки будем переносить в каждую из остальных чакр, «прожигая» ею руки, ноги и все те места тела, где возникают недомогания. Так мы «выжигаем» из тела грубые энергии, очищаем, высветляем, исцеляем себя, приучаем себя быть *светом*. Ведь и «Бог есть *Свет*, и нет в Нём никакой тьмы» (1 Иоанн 1:5). Так мы — постепенно — начинаем приближать себя к состоянию Бога.

* * *

Развитые чакры объединяются в функциональные группы, называемые по-китайски дань-тянами.

Верхний дань-тян — это комплекс трёх верхних чакр, средний представлен анахатой, нижний — тремя нижними чакрами.

Из трёх дань-тянов главный — средний, ибо именно за его счёт мы можем превратить себя в Любовь и влиться в Творца. Остальные два — вспо-

могательные. Верхний помогает развитию среднего своей интеллектуальной функцией и функцией эстетической оценки. А нижний обеспечивает развитие среднего — своей энергией, являясь главным силовым центром организма.

Все дань-тяны (как и все чакры) должны быть развиты гармонично, хотя в тренировках всегда следует отдавать приоритет среднему дань-тяну.

Главная функция человеческого организма пред Богом — это любовь. Но она не может стать полноценной без интеллектуального, эстетического и силового обеспечений. Поэтому на духовном Пути развитию каждой из этих функций должно уделяться соответствующее внимание. При этом важно всегда помнить о необходимости твёрдо держаться линии всё большего утончения сознания: срывы в огрубление означают крах всех усилий и, в лучшем случае, остановку в развитии, а то и полный провал.

Правильное развитие нижнего дань-тяна (обозначаемого также термином «хара»), как и остальных дань-тянов, оптимально достигается на особых «местах силы» через специальные медитативные приёмы. Один из секретов здесь состоит в воскрешении функций «эмбриональных» меридианов, которые соединяли через пуповину энергосистемы плода и матери. Именно после «воскрешения» их к жизни хара начинает функционировать как единый комплекс, единый «силовой» центр.

***Работа с меридианами.
Сушумна, читрини, жень-мо,
«микрокосмическая орбита»,
срединный меридиан***

После освоения всех приведённых выше упражнений будет уместно привести в должное состояние основные меридианы тела.

Всё тело человека, как и тела животных и даже растений, пронизано множеством невидимых обычным зрением каналов, проводящих по организму энергии различной степени тонкости. Эти каналы, называемые меридианами (или *нади*), были открыты и использовались в древней китайской медицине (чжень-цзю-терапия).

Меридианы обнаруживаются, в том числе, по повышенной — по сравнению с окружающими тканями тела — электропроводности (но надо помнить, что электрический ток, даже самый слабый, для них неадекватен, и методы точечной электродиагностики и электропунктуры могут применяться только в исключительных случаях).

Меридианы могут быть видимы теми людьми, которые добились расширения диапазона своего восприятия через системы тренировок, сходных с нашей.

Вследствие воспалительных процессов в тканях тела, загрязняющего питания или внешних неблагоприятных энергетических воздействий меридианы могут утрачивать свою проводимость. Тогда могут начаться длительные заболевания тех органов, которые лишились адекватного энергообеспечения. Такие заболевания обычно не поддаются полному медикаментозному излечению. Вот в этих-то случаях и оказываются эффективными методы иглоте-

рапии и сходные лечебные приёмы: лазерное, вибрационное и другие воздействия через «биологически активные точки» покровов тела. При этом происходит восстановление проводимости меридианов за счёт посылаемых по ним энергопотоков.

Но гораздо эффективней — чистить меридианы самостоятельно: с помощью описываемых в этой книге методов.

Поговорим теперь о нескольких меридианах, которые могут быть с успехом использованы в практике психической саморегуляции.

Все чакры соединены несколькими крупными меридианами, проходящими по позвоночнику, а также вдоль передней стенки тела и по его середине.

По позвоночнику от муладхары до сахасары проходит широкий канал, называемый сушумной (по-китайски, ту-мо или ду-мо). Одна из его функций состоит в распределении по чакрам энергии, поступающей от пищи. В пределах сушумны, в её задней области, обособляется значительно более узкий канал (диаметром около 2 см) — ваджрини, по которому к другим чакрам проходит из свадхистаны её энергия — удана.

Третий из позвоночниковых каналов — читрини (Брахманади) — пролегает позади сушумны. Он начинается от задней части сахасары, проходит вниз под затылочной костью, опускается по задней стороне шеи и далее — по самой задней части позвоночника, совпадая с остистыми отростками позвонков, и коже.

Читрини — исключительно важная структура. Она будет служить нам эталоном тончайшего состояния. По нему мы будем проводить настройку своей эмоциональной сферы.

По «шкале водородов» Г.И.Гурджиева [54], состояние читрини оценивается как Н-3. Это есть уро-

вень тонкости Святого Духа. Научившись концентрироваться в читрини, можно через этот канал легко «нырять» сознанием в зоны Святого Духа, напрямую общаться, обниматься, а затем и сливаться с Ним там.

Вот так религиозные истины из абстракций становятся реальностью.

Система чакр также коммутируется передним каналом (жень-мо). Он начинается от верхнего конца сушумны, огибает сахасрару с боков двумя ветками, которые соединяются в области лба, затем, снова разделившись на несколько канальцев, опускается по лицу и объединяется в районе вишудхи. Ещё одна ветвь канала опускается сквозь середину головы, через нёбо выходит к подбородку и на шее присоединяется к другим ответвлениям. Затем канал широкой лентой опускается по передней стороне тела, проходит сквозь лобковую кость и направляется к копчику.

Особое внимание будем обращать на верхнюю часть канала, которая соединяет в функциональный блок четыре чакры так называемого «эмоционального центра» [54]: анахату, вишудху, манипуру и аджню.

В этом комплексе ведущую роль играют, разумеется, анахата и вишудха. От манипуры в определенной степени зависит интенсивность эмоций, а через аджню осуществляется, в том числе, взаимодействие с гипоталамо-гипофизарным комплексом, который играет важную роль в координации — через эндокринную систему — эмоциональных и поведенческих реакций целого организма.

Только те, кто имеют развитый передний канал, кто также умеют им пользоваться, — испытали поистине высокие положительные эмоции от общения с другими людьми, с природой. Но таких людей чрезвычайно мало: их — единицы из тысяч. Передний ка-

нал очень редко оказывается развитым без специальных усилий.

Система позвоночниковых и переднего меридианов называется, по китайской традиции, «микrokосмической орбитой»¹⁰. Циркуляцией по «микrokосмической орбите» осуществляется один из этапов преобразования энергий в организме. Его цель — создание и накопление в организме «золотого эликсира» — так в древней алхимии называли получаемую путём преобразований тончайшую энергию.

Выполнение упражнений с «микrokосмической орбитой» даёт сильный положительный эмоциональный эффект.

Система чакр коммутируется также ещё одним меридианом — срединным. Этот широкий меридиан соединяет развитые чакры, проходя вертикально по середине всего тела. Он формируется одновременно с развитием чакр: у людей с неразвитыми чакрами он не прослеживается. Ширина канала примерно соответствует диаметру чакр. Это — также очень важная энергоструктура организма.

* * *

Начнём с сушумны. Её проще всего прочистить большим образом «ерша» для мытья бутылок. Для этого отходим от тела из анахаты назад, становимся несколько больше его, затем двумя руками начинаем «драить» сушумну этим «ершом». Важная де-

¹⁰ В буддхи-йоге существуют упражнения и с "макрrokосмической орбитой".

таль здесь такова: надо прочистить также и проход из сушумны в муладхару, а он имеет продолжение не по прямой линии вниз от крестца, а вниз-вперёд.

А затем — срединный меридиан. Работу с ним удобно делать на специальных местах силы, благоприятствующих уходу сознанием ниже тела. Но понятно, что к этому моменту сознание практикующего должно быть уже развито предшествующими упражнениями до той степени, чтобы быть в состоянии отходить под тело, причём не теряя тонкого состояния.

Войдя снизу в срединный меридиан, надо «вымыть» его стенки, например, образом мокрой тряпки с мыльной пеной или любыми другими подходящими приёмами.

Затем достаточно важно очистить перегородку между сушумной и срединным меридианом. Для этого надо быть одновременно в обоих меридианах, зайдя в сушумну сверху, а в срединный меридиан — снизу. Тогда становятся видны перегородка между ними и возможные тёмные пятна на ней. Устранение этих пятен даёт очередной этап исцеления тела.

Когда прочищен меридиан сушумны, можно начать работу с «микрокосмической орбитой». Для этого мы заходим сзади в две нижние чакры, их энергию поднимаем по сушумне, «перекидываем» по меридианам через голову и опускаем по переднему меридиану обратно к нижним чакрам. Повторяем упражнение несколько раз. При этом грубые энергии, в том числе, те, которые вызывали болезни, трансформируются в тонкие в меридиане жень-мо.

После первых упражнений с «микрокосмической орбитой» надо обязательно проводить глубокую релаксацию в «шавасане».

В дальнейшем можно будет научиться делать умышленное искажение траектории движения энергии по «микрокосмической орбите» — так, чтобы её

поток захватывал больные места (если они ещё остались). Это приводит к их исцелению.

Мы начинали вращать энергию по «орбите» с вовлечением меридиана сушумны. Но в дальнейшем то же надо научиться делать и по читрини, и по энергетическому «кокону», окружающему тело. Все это даёт новые этапы оздоровления организма и утончения сознания. В нашей практике всё это легко делается на соответствующих *местах силы* — зонах, имеющих особую позитивную энергетическую значимость для человека. Поищите их и у себя — может быть, найдёте.

В заключение главы отмечу, что существуют несостоятельные методики китайского ци-гун, завезённые в Европу, в которых пытаются работать с «микrokосмической орбитой» без предварительной тщательной проработки чакр и меридианов. В таких случаях вся работа выполняется только на уровне образных представлений. Очищающий, исцеляющий и утончающий эффекты при этом не достигаются.

«Кокон»

Упомянутые выше энергетические «кокoны» окружают тела всех живых воплощённых существ. (Их называют ещё «эфирными телами». Но надо учитывать, что значение последнего термина «размыто»: им же некоторые авторы могут обозначать и другие структуры и состояния, когда просто не знают, как их назвать).

«Кокoны» образуются суммируемыми биополями всех клеток тела. Они бывают многослойными, то есть, могут иметь несколько слоев энергий разной плотности, по-разному отстоящими от тела.

«Кокoны» здоровых людей обладают примерно яйцевидной формой. Но напротив больных мест

их границы могут иметь выпуклости или западения, что соответствует повышению или понижению биоэнергетической активности клеток поражённых частей тела. Это имеет значение при экстрасенсорной диагностике и может определяться методом ощупывания границ «коконов» ладонью руки. Но желательно научиться и видеть «коконы».

Увидеть ясновидением собственный «кокон», а затем и «коконы» других людей — проще всего, используя следующий приём. Надо опустить концентрацию сознания («точку сборки», говоря языком Хуана Матуса) в зону примерно в 50 см позади своих плеч. Оттуда можно смотреть в пространство «кокона» изнутри и начать его очистку.

Очищение «кокона» — это тоже важный целительский приём, ибо болезнетворные энергии могут локализоваться не в теле, а именно в «коконе».

«Пузыри восприятия»

Завершающим данный этап работы знанием будет то, что «коконы» состоят из двух неравных частей, названных Хуаном Матусом [10] «пузырями восприятия». Такое название произошло от их сходства с плавательными пузырями некоторых рыб.

«Кокон» делится на два «пузыря восприятия» на уровне ключиц. Верхний «пузырь» охватывает голову и шею, нижний — остальную часть тела.

Иначе говоря, верхний «пузырь» включает в себя верхний дань-тян, а нижний — остальные дань-тяны и ноги.

Верхний «пузырь» имеет большую значимость при взаимоотношениях с материальным миром, а нижний — с нематериальным. Практик воспринимает из них отдельно: или мир материи — или иные зоны.

Количественный рост сознания и медитативная работа осуществляются, прежде всего, именно за счёт нижнего «пузыря восприятия».

Его главной частью является именно средний дань-тян, утончаясь в котором и расширяясь из которого мы и приближаемся к Совершенству. Я подчёркиваю это уже не в первый раз именно потому, что это — принципиальнейшая основа всей психо-энергетической работы, а уходы из этого главного русла ведут к долгим блужданиям и напрасной трате столь дорогого для нас времени бытия в телах на Земле.

Гармоничная развитость второго по важности компонента нижнего «пузыря восприятия» — нижнего дань-тяна (хара) — тоже совершенно необходима для медитативных достижений. Но упование именно на неё как на основу духовного роста, что характерно, в частности, для многих школ, осваивающих боевые искусства, является грубой ошибкой.

Энергетика тела также может быть рассмотрена как разделённая на 4 продольных сегмента. Но к этой теме имеет смысл обращаться только на гораздо более поздних этапах духовного продвижения.

* * *

Такие упражнения не только меняют самого человека в нужном направлении, но также изменяется отношение к нему других людей. Ведь с ним становится приятно общаться, просто быть рядом. Люди начинают идти к нему и за духовными советами. Таких преобразований вокруг меня произошла масса.

... Сейчас в памяти всплыли два смешных случая.

Как-то после проведённого занятия подходит ученица и жалуется: всё, мол, хорошо Вы говорите, но вот как мне быть с моим соседом по коммуналке: злой, мы с ним уже много лет не разговариваем и не здороваемся! Я ей отвечаю: так вот, сегодня же вечером начинайте лить на него свою любовь — прямо сквозь стену — по формуле «Креста Будды». На следующем занятии она рассказывает: сделала, как Вы сказали, а наутро встретились с соседом на кухне, а он-то улыбается мне и говорит: «И чего мы с тобой не здороваемся столько лет? Давай, будем здороваться!».

И другой случай. Молодая женщина приходит на очередное занятие в слезах. Спрашиваю: что случилось? Рассказывает: только что была на пляже, загорала и делала «Крест Будды», вдруг подходит ребёнок и говорит: «Тётя, ты вон туда не ходи, там — змея!». «Так чего же ты ревёшь?» — спрашиваю. «Так ведь ко мне за все мои тридцать ребёнок впервые сам, по своей воле подошёл!».

Реализация функций духовного сердца — это первый серьёзный шаг человека в сторону Бога. Оно может стать для него началом большого Прямого Пути к полной духовной Самореализации, к Совершенству, к Слиянию с Богом в аспекте Изначального Сознания, Творца.

* * *

Все упражнения с чакрами, как и последующие медитативные тренировки, наиболее удобно проводить именно стоя, а иногда и во время ходьбы.

Развитие силы в тонкости (правильная «кристаллизация» сознания)

Мало кто из практикующих может сразу после прохождения описанных курсов занятий начать освоение методов следующей — высшей — ступени духовного восхождения. Могут идти столь быстро только те, кто уже осваивали данные ступени в прошлых воплощениях и сейчас лишь повторяют ранее пройденное. Остальным же следует сделать остановку для закрепления наработанных состояний.

Но это не означает призыв к безделью. Нет: надо читать, размышлять, обсуждать, стремиться помогать другим, всё больше «прислушиваться» к оценке Богом того, что я делаю... Необходимо глубже войти в гармонию с природой, особенно ранним утром. Хорошо научиться распознавать и знать по именам лучших певунов среди птиц, уметь сонастраиваться с их тонкостью. Среди них — певчие и чёрные дрозды, скворцы, славки-черноголовки и садовые славки, зарянки, жаворонки, большие кроншнепы, вальдшнепы, тетерева, бекасы...

Могут практиковаться и специальные эстетические занятия с анализом произведений различных образительных жанров искусства и с творчеством в них занимающихся.

А наработка «силы в тонкости» (или, в терминологии Гурджиева [54], «кристаллизация» сознания — по аналогии с ростом кристалла) на данном этапе лучше всего достигается через медитации на специальных «местах силы», «моржевание» и «медитативный бег». Из других способов «кристаллизации» можно упомянуть также особые упражнения по «атлетической гимнастике» и варианты суфийского «кружения»: и то, и другое — именно на фоне специаль-

ных медитаций, но об этом на страницах книги писать нецелесообразно.

Очень важно подчеркнуть, что правильная «кристаллизация» осуществляется именно за счёт роста энергии сознания, размещаемого в духовном сердце. Но она может идти успешно лишь при исправности и должной развитости структур всех дань-тянов, в том числе, нижнего.

Правильна только та «кристаллизация», которая осуществляется сознанием, растущим в тончайших зонах: так мы растим в себе Божественность. Грубая же «кристаллизация» людей, питающихся телами животных, живущих в грубых эмоциях, не имеющих правильной духовной устремлённости — она может формировать из них дьяволов. Причём одни и те же психозенергетические упражнения дадут или первый, или второй эффекты — в зависимости от внутреннего состояния практикующего.

Вот почему, в частности, столь опасно давать секреты сокровенных эзотерических знаний тем, кто не готов к их правильному использованию.

«Моржевание»

Одним из прекрасных методов не только закаливания (в общепринятом смысле), но и повышения энергетической мощи организма является «моржевание», то есть, купание в ледяной воде.

Было подсчитано, что частота простудных заболеваний при «моржевании» снижается в 60 (!) раз, непростудных — в 30 раз. «Моржевание» как лечебный приём излечивает от многих заболеваний, включая радикулиты, гипертонию, гипотонию, туберкулёз лёгких, сахарный диабет, хронические желудочно-кишечные заболевания, воспалительные явления в по-

ловых органах, нарушения менструальных циклов, кожные заболевания и т.п. [23,29].

Начинать купаться в холодной воде не обязательно с осени, как иногда считают: этим можно заняться хоть в самые сильные морозы. Но перед началом желательно освоить рассмотренные приёмы психической саморегуляции. В таком случае «моржевание» будет способствовать закреплению навыков пребывания в тончайших психических состояниях.

При этом выход на мороз в раздетом виде и погружение в ледяную воду становится не только волевым актом, но и дозируемым, управляемым экспериментом над собой по сохранению тончайших состояний в условно неблагоприятной внешней среде. Полезно при этом максимально растождествиться с ощущениями тела и лишь наблюдать за ними из глубины тонких планов окружающего пространства.

При «холодовом ударе» организм отвечает энергетическим стрессом, который может сопровождаться положительной или отрицательной эмоциональной окраской — в зависимости от изначальной настройки и от способности к психической саморегуляции. Энергетическая система организма резко повышает свою активность. Запускается интенсивное теплообразование. Психический настрой и растождествление с ощущениями тела позволяют не ощущать холод в воздухе и воде даже при сильном морозе. После пребывания в ледяной воде холод некоторое время также не ощущается, а при несильном морозе даже наступает ощущение жара за счёт продолжающейся выработки организмом большого количества тепла. Но через 10 — 20 минут наступает истощение ресурсов организма и появляются озноб и дрожь. По мере тренировки интенсивность таких проявлений снижается. Согреваться в такие моменты можно через активное движение, в тёплом помещении, воз-

ле костра. Вот эти-то стрессы и опустошения энергетической системы организма и тренируют её, повышая мобильность и наращивая её энергоёмкость.

Купаться надо обязательно с головой. Войдя в воду, надо сразу окунуться целиком, затем выждать, пока успокоится дыхание, потом снова погрузить голову с задержкой дыхания. Именно в это время можно наблюдать, как из тела вылетают сгустки тёмных энергий, что ведёт к исцелению.

Одним из виднейших популяризаторов холодого закаливания был в нашей стране Порфирий Корнеевич Иванов, примером своей жизни показавший возможность гармоничного слияния с природой во всех её проявлениях. Даже в самые сильные морозы он ходил в одних трусах и босиком, по много раз в день купался зимой в естественных водоёмах или обливался водой из колодцев, ночевал без одежды в снегу.

Хотя, несомненно, что купание в ледяной воде является самой эффективной из всех закаливающих процедур, но очень не огорчайтесь, если рядом с вашим домом нет пригодного для этого водоёма. Вы можете, например, бегать по снегу босиком и, если есть возможность, то и полежать, раздевшись, в снегу. Наконец, можно полежать в ванне с холодной водой.

Но надо учитывать, что вода с температурой выше 8 градусов по Цельсию уже не вызывает достаточно чёткого запуска энергетических процессов, купание в ней менее эффективно, а у нетренированных оно может даже вызвать простуду.

Холодовые процедуры можно совершать во время специальных тренировок, также — чтобы снять усталость и во всех тех случаях, когда под влиянием разного рода причин мы потеряли внутреннюю гармонию или перестали видеть в себе свет.

Все холодовые процедуры должны иметь место только с обязательным подключением психической саморегуляции, а не через волевой акт. Специально пытаться усилить эффект за счёт резких температурных контрастов — нецелесообразно. Например, если мы хотим облиться холодной водой из таза или ведра, то сначала погрузим в неё кисти рук, ощутим, как струи блаженной свежести, радости поднимаются по ним. Затем умоем лицо и ощутим входящие через него свежесть и радость. Выльем несколько пригоршней воды себе на голову, представляя, что это — вода из весенней талой лужи на лугу, что это — сама весна. И тогда появится неподдельное желание соединиться с этой водой всем телом!

После купания или обливания понаблюдаем за энергетическими процессами в организме. А там можно увидеть возгорание яркого белого света-огня, который надо равномерно разжечь и распределить по всему пространству внутри тела. Этот огонь тоже исцеляет.

В заключение этой главы следует сказать следующее. Даже без предварительного обучения психической саморегуляции «моржевание» спасло многих людей от тяжёлых, считавшихся неизлечимыми болезней, включая рак. Известно много случаев быстрого исцеления через этот приём, в том числе, от респираторных заболеваний в острой стадии. У энтузиастов «моржевания» уже накоплен определённый опыт лечения детей, и этот вопрос заслуживает серьёзного всестороннего изучения.

Но панацеей (лекарством от всех болезней) оно не является. При хронических заболеваниях, например, протекающих с незначительно повышенной температурой тела, оно не всегда даёт положительный эффект. По-видимому, организм в этих случаях уже

не имеет энергоресурсов, которые могли бы быть активированы погружением в ледяную воду.

Таким больным, скорее, могут помочь, наоборот, гипертермические (высокотемпературные) ванны [31].

Недопустимо также принуждение к «моржеванию» даже в лечебных целях, поскольку именно психическая готовность в значительной мере предопределяет его эффективность.

Медитативный бег

Мощным методом повышения энергопотенциала организма и развития его энергетической системы является медитативный бег. Эта методика первоначально была создана духовными подвижниками Тибета (бег «лун-гом»). В нашей стране она завоевала популярность — именно в групповом варианте — благодаря усилиям Яна Ивановича Колтунова (Москва).

Суть метода состоит в выполнении во время именно продолжительного группового бега в необычном темпе пранайам и медитаций, которые а) отвлекают внимание от ощущений тела, позволяя не концентрироваться на усталости, б) создают устойчивое положительное эмоциональное состояние, в) тренируют способность к концентрации, образному представлению и медитации, г) развивают «личную силу» (силу сознания), д) позволяют давать равномерные гармоничные нагрузки на мышечную, сердечно-сосудистую, дыхательную и другие системы организма и т.д.

При медитативном беге группой в составе 5 — 50 и более человек руководит ведущий, который непрерывно (именно непрерывно!) задает упражнения.

При медитативном беге, в отличие от психической саморегуляции в статическом варианте, все упражнения проводятся на несравненно более высоком энергетическом уровне, что значительно усиливает их эффективность.

Условия психической сонастройки всех участников бега и монотонного фона работы мышечной системы способствуют более высокой концентрации.

Данный метод целесообразно использовать после освоения основ психической саморегуляции. Неподготовленных в этом отношении новичков подключать в группу нежелательно, т.к. каждый, кто оказывается неспособным участвовать в медитативной работе синхронно со всей группой, затруднит работу всем.

Ниже мы приводим свою модификацию данной методики в виде примерной программы, рассчитанной приблизительно на два часа (без учёта времени разминки). Как будет видно из дальнейшего изложения, данная программа служит переходным этапом к высшим методам духовной работы, описываемым ниже.

Первоначальные тренировки не должны превышать 30 минут, затем можно постепенно наращивать нагрузки.

В связи с возникающими перестройками в мышечной системе во время тренировок требуется увеличить в рационе питания количество белка (молочные продукты, яйца, орехи, грибы и др.). После тренировок хорошо пить молоко.

Отмечу также, что у женщин во время интенсивных занятий могут возникать задержки менструаций (это хорошо известно в спортивной медицине); опасаться этого не надо.

Если тренировки проводятся утром, можно ограничиться перед этим стаканом воды с ложкой мё-

да или варенья. При дневных или вечерних тренировках принимать пищу надо за несколько часов до бега. С полным желудком бегать невозможно.

Одежда при медитативном групповом беге должна быть лёгкой. Так, при температуре воздуха выше 0° по Цельсию достаточно обычного тренировочного костюма. При минус десяти и ниже — можно надеть двое тренировочных брюк, лёгкий свитер и шапочку. Но можно одеваться и легче. При этих упражнениях недопустим перегрев тела.

Летом в жару целесообразно трассу бега проложить мимо естественных водоёмов и делать остановки для купания. А ещё лучше бегать утром, а днём оставаться у воды. В это время можно проводить беседы и, к примеру, занятия по изучению пищевых ресурсов леса.

Зимой бег можно заканчивать около проруби (но обязательно должно быть рядом тёплое помещение или заранее разведённый большой костёр).

Если таких условий нет, можно пользоваться душем. Бег обязательно надо завершать омовением тела, иначе наступит плохое самочувствие.

Бегу обязательно должна предшествовать интенсивная разминка, охватывающая все суставы и мышцы тела (её методика приведена выше). Зимой разминку лучше проводить в помещении, чтобы выйти на мороз в разогретом за счёт движения состоянии.

Затем начинается бег. Ведущий бежит позади группы, чтобы все слышали его голос. Вначале он даёт установку на сохранение правильной осанки:

— Внимание на осанку. Туловище выпрямлено. Можно даже слегка отклонить его назад. Тело должно быть в таком положении, чтобы мышцы спины не на-

прягались. Расслабим мышцы спины. Откинем слегка назад голову. Расслабим задние мышцы шеи.

Внимание — на ступни. Ставим их прямо, не разводя носки в стороны. Ступни расслаблены. Они мягко, нежно касаются земли. Расслабим мышцы голеней, мышцы бёдер. Ощущение такое, что ноги всё время расслаблены, момент толчка не ощущается.

Внимание — на грудную клетку. Она приподнята. Впечатление такое, что ключицы наложены на неё сверху, как дощечки, ощутим их. Грудная клетка на протяжении всего бега остаётся расправленной.

Вдохнём грудью — и так её и оставим в расправленном состоянии. Живот расслабим, но он не отвисает, если грудная клетка расправлена.

Следим, чтобы тело не стало наклоняться вперёд — иначе оно быстро устанет. Зафиксируем его правильное положение. Внимание — на кисти рук: они расслаблены, болтаются свободно.

Представим, что мы за темя подвешены длинной проволокой к далёкому космическому объекту. Тело подвешено, оно почти не касается земли, расслаблено.

Опустились концентрацией сознания в муладхару. Направили из неё взор к центру Земли. Видим там море *Огненного Света*. Направим к нему из муладхары луч. Вот он достигает вместилища той Силы... Мощный ответный импульс энергии устремляется вверх по лучу, наполняя чакры, всё тело. Повторим упражнение. Концентрация в муладхаре. Посылаем свой сигнальный луч к центру Земли..., получаем ответный импульс Силы!... Ощущаем энергию в чакрах. Всё тело наполнилось мощью, светом, оно расправилось, плотность энергии в нём повышается... Повторим ещё и ещё раз...

Увидим под поверхностью Земли на глубине метров 30 гигантский пылесос, обращённый воздухо-

заборным раструбом вверх. Сейчас мы его включим, и он будет втягивать в себя и направлять на сжигание к центру Земли все тёмные энергии, находящиеся внутри и вокруг нас. Включили мотор, вот он загудел, нарастает тяга... Смотрим в пространство, окружающее группу, наблюдаем, как уносятся, втягиваясь в пылесос, летят вниз тёмные энергии. Прослеживаем их путь... Они устремляются с огромной скоростью к центру Земли — и там исчезают...

Просматриваем пространство, непосредственно окружающее тело каждого из нас на расстоянии метра. Щёлкнем тумблером — мощность мотора повысилась в 2 раза. Наблюдаем как отрываются и уносятся вниз тёмные клочья. Просматриваем тщательно пространство вокруг головы..., шеи..., грудной клетки..., живота..., таза..., бёдер..., голеней..., ступней...

А теперь направим внимание в пространство внутри своих тел. Переключаем ещё раз тумблер. Мощность возросла в 4 раза! Загудел ещё пуще, затрясся пылесос. Страшная тяга срывает всё тёмное, что ещё осталось в телах, ещё не оторвалось от них. Просматриваем голову, шею, грудь, живот, таз, ноги... Тело наполняется сверху чистейшим светом, приходящим на смену тому, что ушло...

Ладони рук повернём вверх. На них — по теннисному мячику из бело-золотистого света. Перекидываем мячики с руки на руку. Они становятся всё ярче, светлее. Совмещаем их в один шар на левой ладони. Будем раздувать этот шар энергией из своих анахат...

Муладхара снизу — «вдох», анахата — «выдох» вперёд в шар. Муладхара — «вдох», анахата — «выдох». (Повторяем раз 10). Вот шар уже величиной с большой арбуз... (Ещё несколько «выдохов» в шар). Вот он уже диаметром в метр... Вот все шары сли-

ваются в один общий шар... Смотрим изнутри шара на его оболочку. Она прочно отделяет нас от окружающего пространства. Внутри шара — тончайшая прозрачная среда, наполненная ясным светом. В нём удивительно легко дышится, ощущается удивительная лёгкость, невесомость... Кажется, что все тела сливаются в одно внутри шара, в единый организм... Продолжаем бег в шаре.

Проведём серию пранайам. «Вдыхаем» свет через ноги и «выдыхаем» его через муладхару вперёд, выталкивая всё, что препятствует его движению. Это — тот свет, который можно видеть в избытке под поверхностью Земли. Левая нога — «вдох», муладхара — «выдох» (3-4 раза). Правая нога — «вдох», муладхара — «выдох» (3-4 раза). Левая нога «вдох», свадхистана — «выдох». (И так далее по всем чакрам). Муладхара — «вдох», анахата — «выдох» (3-4 раза). По позвоночнику снизу — «вдох», аджня — «выдох» (3-4 раза). Левая нога «вдох», вся правая сторона тела — «выдох» (3-4 раза). Правая нога — «вдох», левая сторона тела — «выдох» (3-4 раза). Левая рука — «вдох» — через анахату — правая рука — «выдох». (И наоборот). Муладхара снизу — «вдох», сахасрара вверх — «выдох». (Несколько раз, затем создаётся постоянный поток света). Остатываем поток, наблюдаем образовавшееся над нами облако света, оно стремится влиться в наши тела, раскрываемся под ним, впускаем в себя, заполняем его нежностью и чистотой...

Между ладонями у каждого — маленькое солнышко. Созерцаем его золотистый свет, ощущаем ласку... Солнышко распадается в руках..., впитываем его тепло и свет через руки в анахату, ощущаем приятное распирание в чакре. А теперь будем излучать из анахаты свет и тепло солнышка на всё живое вокруг нас...

Войдём концентрацией в самую правую часть анахаты. Найдём там самый тонкий план *света* и выбросим все более грубые слои из чакры. (То же делаем из правой части вишудхи, затем аджни, сахасары, из левой части сахасары, аджни и так далее по кругу).

Увидим себя лисицей. Рыжая лисица с большим пушистым хвостом ровно бежит по лесу. Бег для лисицы — естественное состояние. Бежим по мягкому зелёному мху между стволами деревьев, среди кустов и камней. Бежим, не обращая внимание ни на что вокруг. Впереди у лисицы — цель. Лисица должна встретить восходящее солнце. Вот впереди голый, без леса, пологий остроконечный холм. Бежим вверх по его склону до вершины. Замираем на вершине. Стоим на вершине холма и созерцаем, как из-за леса начинает подниматься диск восходящего солнца. Трепетное ожидание, готовность... Солнце поднимается и касается холма своим *светом*. Вот — оно поднялось. Смотрим на его диск. Струящийся *свет* изливается из солнца и наполняет тело. Пусть тело наполняется *светом*, пусть *свет* сгущается, становится жидким. Наполняем им всё тело от хвоста до глаз... Плотность сжиженного *света* в теле возрастает...

... А теперь каждый из нас — сказочная лань. Прыжок — взмываем ввысь, наслаждаемся свободой, тело наполняется счастьем, ликованием полёта над лесами и полями в нежности ясного утра, в золоте солнечного *света*. Переполняемся счастьем, восторгом, негой. Вдыхаем полной грудью свежесть тёплого ветра, смешанного со *светом* солнца. Внизу под нами лесная река и покрытые травой и кустами холмы. Волна лёгкого ветерка пробежала по листве деревьев. Приближаемся к земле. Доносится аромат цветов. Коснулись земли, снова оттолкну-

лись, снова взмываем в пространство *света*, снова безмерная радость полёта!... Ощушаем тепло солнечных лучей своей мягкой, нежной шкуркой, улыбаемся солнцу, всему миру, всему живому вокруг: цветам, травам, птицам, деревьям, жукам, бабочкам, зверькам, людям! Хочется всех наполнить *светом* радости, растопить ожесточённые, грубые души!... Какое это счастье — жить в гармонии со всеми и всем, в любви!

Вернёмся в своё человеческое бегущее тело. Будем формировать вокруг него «оболочку» из *света*. «Бинтуем» тело, начиная снизу, на расстоянии сантиметров 50 от тела витками широкого бинта в направлении по часовой стрелке, если смотреть снизу. Формируем оболочку вокруг ступней..., вокруг голеней..., бедер..., таза..., живота..., груди..., шеи..., головы..., пощупаем руками сознания изнутри оболочки её стенки... Увидим над собой своё зеркальное отображение, как бы своего двойника, бегущего ногами вверх. Продолжаем формировать «оболочку» теперь вокруг его тела: вокруг головы..., шеи..., груди..., живота..., таза..., бёдер..., голеней..., ступней..., отрываемся от «оболочки», взлетаем метров на пять. Не смотрим вниз. Наслаждаемся прохладой ветерка, простором, свободой... Поднимаемся над парком (лесом, бульваром, стадионом). Вокруг нас летают птицы, поприветствуем их. Поднимаемся под слой облаков (если есть облака), созерцаем их снизу. Приготовимся, чтобы пробиться сквозь них туда, где сверкает Солнце (если бегаем в светлое время суток). На секунду превратимся в маленькую ракету и взовьёмся туда — в мир ликования и *света*! Свет Солнца отражается от белых, сверкающих облаков внизу. Блеск, сверкание радости в ярких лучах Солнца! Упиваемся *светом*, наполняемся его радостью!

А теперь направимся в космос, покинем солнечную систему... Мы плывём в просторе бескрайнего космоса... Вокруг — звёзды... Тишина... Во всей полноте прочувствуем вечность и бесконечность вселенной... Звёзды мерцают... Это — пульс космоса. Войдём в этот ритм. Мерное мерцание звёзд. Тишина. Покой. Вечность и Бесконечность...

Начнём возвращение. Приближаемся к Солнцу. Оно становится всё больше, больше, окунаемся в родной свет его нежных лучей, снова заполняемся ими, захлёбываемся восторгом! Зависаем над ослепительно белыми облаками, ныряем сквозь них, под нами — поверхность нашей родной планеты, леса, реки, поля, деревни и города... Будем снижаться. Летим над поверхностью Земли, светим на всё живое солнечным светом, накопленным в наших телах... Дарим свою ласку, нежность — елям, берёзам, птицам, зверькам, людям... Пожелаем всем людям жить в мире и гармонии со всеми и всем... Зальём свет любви во все опустевшие, очерстевшие сердца. Да избавятся они от грубости, ненависти, насилия, корысти, лжи, пьянства! Да заполнится весь мир блаженством мира и любви! Да заполнятся все сердца солнечным светом!

Опускаемся над нашим городом, над парком, ещё ниже, смотрим на группу бегущих внизу людей, это — наши тела, приближаемся к ним, соединяемся с ними.

Сразу опускаемся в муладхару, посылаем из муладхары луч к центру Земли, получаем ответный импульс Силы, заполняющий чакры, всё тело... (Последний элемент повторим 3-4 раза).

Работаем некоторое время с «микрокосмической орбитой». Затем ощутим себя в анахате..., в манипуре..., в свадхистане..., в муладхаре..., снова в свадхистане..., в манипуре..., в анахате..., в вишуд-

хе..., в аджне..., в сахасраре..., над головой... Купаемся в *свете*, летим на свободе, ощущаем радость, нежность, чистоту, тонкость *солнечного света!*

Начинаем уплотнять свою летающую форму, нагнетая в неё, как магнитом, *свет* тончайшего пространства... Летающая форма приобретает очертания человеческого тела, уплотняется, наполняется *светом*, начинает сама светиться как утреннее солнце, становится «солнечным двойником». Медленно совмещаем тела. Ощущаем в себе плотный солнечный *свет*, драгоценный груз *золотого эликсира*. Проследим за равномерностью его размещения по всему телу.

Между ладонями поместим шар из белого с золотистым *света*, величиной с мяч. Расположим его напротив манипуры. К манипуре сзади приставляем трубу, через которую в чакру и затем в шар устремляется поток *света*. Плотность *света* в шаре растёт (но он не раздувается). Заполнили шар до предела, отделили трубу, растворили её. Внимание — в шар. В нём начинаются внутренние процессы, приводящие к колоссальному росту давления! В шаре бушует бело-золотистый *огонь* тончайшей природы!... Руками вводим шар в манипуру. Чакру распирает от введённой в неё силы! Всё тело наполняется неимоверной мощью!... Трудно удерживать тело, оно хочет делать огромные прыжки, мчаться!... Из манипуры вперёд начинает выдвигаться красный треугольник... Он тянет тело за собой за середину живота... (Через 1 — 2 минуты прекращаем ускорение командой:) Растворить треугольник!... Передние, бег на месте! Собрались снова поплотней. Манипура — «вдох», вишудха — «выдох». (Несколько раз).

Представим перед анахатой бело-розовую душистую розу. Лучи восходящего солнца сверкают и переливаются в каплях росы на нежных лепест-

ках. Введём цветок в анахату. Чакра наполняется нежным ароматом. (Введём образы цветов во все чакры).

Погрузимся в голубизну ясного утреннего неба. Введём этот свет в тело, заполним им пространство внутри тела... Теперь заполним всё тело золотистым светом восходящего солнца...

(Если сейчас зима и есть чистый снег — можно разуться и побегать по снегу босиком).

Бежим дальше. Концентрация — в центре ладоней. В центре ладоней появляется пульсирующее тепло. Ощущаем в ладонях пульс! Пульс ощущаем! Пульс! Концентрация — в подушечках больших пальцев. В них появляется тепло и пульс! Пульс ощущаем! Пульс! (И так далее в промежутках между пальцами и в подушечках концевых фаланг всех пальцев).

Ощущаем кисти рук. В них — пульсирующее тепло, пульс! Пульс! Ощущаем целиком руки, руки с грудной клеткой, с головой, ощущаем во всей верхней части тела пульс! Всё тело превращается в пульсирующее сердце! Ощущаем себя — пульсирующим сердцем! Оно увеличивается в два раза, в десять раз... Огромное пульсирующее сердце, неутомимый мощный орган, наполненный горячей кровью, в нём — огромная, неиссякаемая сила!... Пульсируем!... Ощущаем себя пульсирующим сердцем!... Постепенно сжимаемся, уплотняемся, снова ощутили своё тело, прочувствуем в нём уплотнённую мощь этого гигантского сердца...

Обратим взор в пространство света над головой. Разольёмся сознанием в окружающем пространстве. Сконцентрируемся на окружающих нас растениях: траве, цветах, кустах, деревьях. (Если сейчас зима — делаем соответствующие исключения). Ощутим их состояние, направим на них свою нежность...

Сонастроимся с эмоциональным состоянием поющих птиц, направим на них свою любовь.

Сзади на нас надвигается стена ветра-света. Тончайший свет на тончайшем плане дует сквозь наши тела, смывая и унося все грубые слои. Оболочки — сдулись, ощущаем себя бестелесными, плывущими в пространстве света, подгоняемыми ветром-светом. Сливаемся все в один большой шар света — и плывём...

Снова приобретаем каждый индивидуальность, уплотняясь в виде белых лебедей. Взлетаем ввысь в лучах утреннего солнца. Над нами — голубизна неба, плывут яркие белые облачка. Наслаждаемся полётом, ощущаем тепло ласкового света Солнца. В потоках тёплого воздуха слегка вибрируют перья. Мягко шевелим крыльями. Посмотрели вниз. Внизу река, извивающаяся среди леса и несущая свою воду в большое озеро с островками. Спускаемся к воде. Приближаемся к её поверхности, к её зеркальной глади. Коснулись воды лапами, прочертили мягко по ней, остановились, огляделись... Все лебеди нежно говорят друг с другом на музыкальном лебедином языке. Подплываем друг к другу, расправляем перья, нежно кладем на спины друзьям из стаи свою голову. Вишудха переполняется блаженством этой минуты.

Мягко подплывём всей стаей к зелёному островку тростника, любимся его отражением в воде. Ну, пора снова в воздух! Мягко взлетаем и без усилий устремляемся к Солнцу. Поднимаемся всё выше, выше... Солнечный свет пусть затекает в тела, пусть он сгущается в телах, наполняя их от хвоста до глаз. Стремимся навстречу Солнцу и наполняемся густым, золотым светом... Все тело наливается плотным, тяжёлым, блаженным светом-силой, незыблемой силой любви...

Опускаемся вниз — и падаем в свои человеческие тела. По ним распределяется золотое топливо жизни. Создаём наибольшую плотность в нижних чакрах. В тела сверху заливаются новые порции такого же густого *света*, тела наполняются им до предела...

(Упражнение для преодоления крутых подъёмов на трассе бега:) Через муладхару снизу в наши тела дует из Земли сильная струя белого *света*. Она заполняет тело, как оболочку воздушного шара. Тело раздувается, становится невесомым... Вот его уже трудно удержать у поверхности Земли, оно стремится — оторваться, взлететь... С трудом касаемся дорожки ногами, едва дотягиваемся до неё... Огромных усилий требуется, чтобы дотянуться ногами до земли...

Вошли концентрацией в анахату, посмотрели из неё на окружающий мир..., вошли в манипуру, посмотрели из неё..., в свадхистану..., в муладхару..., снова в свадхистану..., в манипуру..., в анахату..., в вишудху..., аджню..., сахасрару..., оказались над сахасрарой в виде светлого облачка-диска... Притягиваем к себе *свет*, становимся всё ярче... Соединяемся все в один большой диск. Диск начинает притягивать к себе тончайший *свет* из окружающего пространства, наполняться им... *Свет* внутри диска разгорается... Чем выше плотность *света* в диске, тем интенсивнее он нагнетает в себя энергию пространства... Накапливаем в себе колоссальную мощь... Диск теперь способен мгновенно, со скоростью мысли переноситься в пространстве... Окажемся в заоблачной выси — в ярком блеске солнечного *света*... Окажемся позади бегущих тел... Окажемся далеко впереди... К бегущим телам протягиваем ленты из *света*. Каждая лента прикрепляется к середине живота бегущего тела. Берём тела на буксир. Диск мед-

ленно наращивает скорость, ленты натягиваются... Тянем тело на буксире за середину живота, плавно нарастает скорость... Ленты превращаются в пуповины. Энергия диска переливается по ним в тела. Тела наполняются той силой, которая была присуща диску, качествами, которые были присущи ему...

Снова каждый ощущает себя облачком над бегущим телом. Притягиваем к себе *свет* из окружающего пространства. Уплотняемся за его счёт в человеческую форму, становимся «солнечным двойником», бегущим как бы на втором этаже над головой бегущего по земле тела. Ощущаем себя полностью там, на втором этаже. Бежим в пространстве золотистого *света*, втягиваем, уплотняем этот *свет* в себя... *Свет* в теле «солнечного двойника» становится всё гуще, всё плотнее... (Можно исполнить медитацию «крест Будды», ряд пранайам и других упражнений, ощущая себя на «втором этаже»).

Опустимся на землю справа от бегущего тела. Возьмём его левой рукой за его правую руку. Бежим вместе, рядом, держась за руки. Перельёмся в бегущее тело, совместимся с ним. Ощутим распределяющуюся по телу блаженную силу *золотого эликсира*...

Внимание в муладхаре. Ощутим её как прочный фундамент. Дом, построенный на нём, не будет страдать ни от каких невзгод. Ощущаем силу *золотого эликсира* в муладхаре. Соединим лучом муладхару с Огненным *Светом* в центре Земли и пополним её ещё и той Силой. Муладхара заполнена до предела плотным *светом*, энергией, силой.

Переходим на шаг, удивляемся, как необычно идти. Не правда ли, бег стал естественным состоянием организма? Наблюдаем за своим дыханием, за пульсом. Они — как при обычной ходьбе.

После бега надо искупаться или обмыться под душем, хорошо провести релаксацию и другие упражнения.

Отмечу, что та впечатляющая лёгкость и наполненность положительными эмоциями, которая возникает при групповом медитативном беге, не достижима при беге индивидуальном.

Приведу ещё несколько примеров медитаций, которые могут быть включены в программу бега:

«Крест Будды» под диктовку ведущего.

На «втором этаже» отрываемся от прежней траектории и совершаем задаваемые ведущим действия далеко в стороне от неё.

При беге по лесной или парковой дорожке «увеличиваем» руки, исходящие от анахат, и нежно касаемся ими, гладим, ласкаем верхушки деревьев.

Убегаем от тела вперёд, затем бежим рядом, взяв его за руку, толкаем его в спину, подгоняя. (Эту медитацию легко превратить в весёлую игру, наполненную шутками; случайные свидетели этих моментов изумляются, видя хохочущую группу бегунов, вместо взмыленных, изнурённых спортсменов).

При беге на «втором этаже» подключаем к чакрам «космические шланги» и «заправляемся» «космическим топливом»: муладхару — «топливом вечной жизни», свадхистану — прозрачной тонкостью и чистотой, манипуру — энергией сильного и гармоничного движения, анахату — белым светом всеохватывающей любви, вишудху — утренней тонкостью голубизны неба и первых золотистых лучей солнца, утренней росой и утренним ароматом цветов, аджню — активным и подвижным «топливом интеллекта», сахасрару — всенаполняющим и всеохватывающим тончайшим космическим светом. Ощутим цельность и слаженность всей системы чакр,

всего организма, его нерушимость, способность противостоять всем трудностям на пути. Совершенство — прежде всего, в Любви. Прочувствуем в себе любовь ко всему живому. Совершенство — в Мудрости. Наполнимся качеством всепонимания всех и всего и соединим это качество с Любовью. Совершенство — в Силе. Прочувствуем в себе совершенную и несокрушимую силу, спаянную воедино с Любовью и Мудростью, готовность к самоотверженному великому служению. Ощутим в себе качества Тех, Кто уже достигли Совершенства. Ощутим единосущность с Ними. Ощутим Их в себе. Ощутим в себе простоту и ясность Их совершенной Любви..., глубокую, всеобъемлющую, могучую Мудрость, беспредельную отвагу и несокрушимость совершенной Силы!... Все эти качества впечатаем навечно в себя!

Ощутим себя бегущими позади своих тел. Руками очищаем их внутри и снаружи от всего не светлого. Промоем их из шланга и наполним светом.

На «втором этаже» ощутим все свои основные энергоструктуры... Проведём упражнение с «микрокосмической орбитой». Сконцентрируемся в читрини на уровне анахаты. Из этой точки устремимся вперёд через анахату в простор тончайшего света. Разольёмся по нему, ощутим свою единосущность с ним... Уплотнились снова до размеров человеческого тела... Ощущаем, как эта сила разлилась по телу, бегущему на «втором этаже», оно стало плотным, упругим. Напряжём мышцы ног..., поясничного отдела..., рук..., грудной клетки..., хорошо прочувствуем напряжение всех мышц спины... Упругим, сильным телом совершаем прыжки по полу «второго этажа», делаем сальто... Бежим по полу «второго этажа» с высоким подниманием колен..., бежим с касанием пятками ягодиц...

Концентрируемся в середине живота. Выдвигаем оттуда «щупальце» и прикрепляем его к отдалённому облачку. Всё внимание переводим в «щупальце». Сокращаем его, подтягивая вперёд тело. Никаких дополнительных усилий со стороны мышц! Сокращаем только «щупальце» (скорость бега при этом резко возрастает, но физическая нагрузка не ощущается).

Переходим на шаг. «Щупальцем» цепляемся за разные предметы и подтягиваемся к ним. Изучаем механизм действия «щупальца». Напрягаем и расслабляем его. При его сокращении энергия тела не расходуется, оно не устаёт.

Ощутим себя бегущими позади своих тел. Жезлом из света прочищаем срединный меридиан снизу до головных чакр.

Позволим себе поиграть и порезвиться. Ощущаем себя убежавшими вперёд от тел — и на бегу кувыркаемся через голову. При этом умышленно смешно дрыгаем ногами: можно не стесняться, ведь никто из посторонних не видит. Наблюдаем, как это делают товарищи. (Бежим под общий хохот).

Бежим на «втором этаже». Ощутим его как свой родной дом — знакомый, уютный... Перед тем, как спуститься на «первый этаж», закрепим на «втором этаже» концы резиновых нитей. Нити растянутся и не будут нам мешать, но с их помощью можно будет всегда быстро подтянуться обратно. ... Закрепили нити. Опустились на «первый этаж». Один конец нити исходит у каждого из середины живота. Потрогаем нити руками. Натягиваем их — и мгновенно оказываемся на «втором этаже».

(При подъёме в гору:) Представим себя в стремительном водном потоке. Он увлекает нас с огромной скоростью вперёд...

Погрузимся в пространство *света* внутри тела. Просмотрим и расчистим его. Обратимся к *Свету* внутри Земли. Посмотрим на Землю как на живую, любящую нас планету. Прочувствуем природу того *Света*, который её заполняет, — и у нас уже не будет сомнений в том, что Земля — живая и любит нас, своих детей! Направим ей эмоцию своей признательности...

Погрузимся в *Свет* Земли. Ощутим, какой он родной, нежный. Погрузимся в него полностью и разольёмся сознанием из анахат по всему пространству внутри Земли. Мы теперь стали единосущны нашей милой планете. Каждый теперь ощущает себя в наполненном нежным *Светом* пространстве матери-Земли. Пространство внутри Земли и плюс маленький холмик *света* на её поверхности — пространство внутри тела. Наблюдаем из пространства внутри Земли за перемещением холмика *света* на её поверхности.

Войдём снова концентрацией сознания в свои тела. Ощутим в них *Свет* Земли.

Увидим восходящее солнце. Умоемся его *светом*, впустим во всё тело через лицо щемяще-тонкий *свет* весны, весеннего раннего утра и наполним им тело!

Обратимся взором вверх через сахасрару, увидим облака *Света*, собравшиеся над нами, — искрящийся золотистый *Свет*! Поднимем руки и с их помощью опустим в себя волну этого *Света*!

Наблюдаем за соединением в своих телах *света* Земли и *света* Солнца...

Высшие методы

Высшие духовные практики обеспечивают дальнейшее развитие себя — как духовного сердца — далеко за пределами своего тела. Мы должны постараться превратить себя во вселенские духовные сердца!

Этот Путь — если всё делается верно — представляет собой, в том числе, реализацию заповеди Иисуса Христа:

«Бог есть Дух, и поклоняющиеся Ему должны поклоняться в Духе и Истине» (Ин 4:24).

То есть, мы должны выйти на встречу с Ним — Вселенским Изначальным Сознанием — как свободные от материальных оков, чистые, утончённые до Его уровня тонкости и развитые до «приличных» для такой встречи размеров сознания.

На этой стадии развития достойные адепты могут освоить огромный пласт методов, позволяющих:

- познать в собственном расширяемом духовном сердце Святого Духа в разных Его проявлениях и научиться быть Им;

- «поднять» кундалини и слить эту индивидуальную Атмическую энергию с Параматманом — Вселенским Сознанием Бога-Отца;

- познать все основные вселенские зоны;

- научиться проникать в Обитель Творца и сливаться там с Ним;

- успешно закрепив это состояние, можно получить от Бога-Отца право управления материей, в том числе, на дематериализацию и материализацию собственного тела.

Пранава. "Рождение" и "взросление" в Святом Духе

Говоря в терминах, которыми пользовался Иисус Христос, обучая Своих учеников-апостолов, крещение в Святом Духе — это описанная выше медитация «латихан».

Но следующий, более глубокий, этап познания Его — «рождение» и «взросление» в Нём — совершается в другой медитации, называемой *Пранава*. Именно об этом пытался говорить Иисус Никодиму (Ин 3:1-21). Об этом же подробно рассказывает в притчевой манере Апостол Филипп [10,18].

Для такой работы надо на энергетически благоприятном, открытом, без домов и древесной растительности месте (горы, отмели и пляжи, степь и т.п.) выйти из анахаты сквозь читрины, отойти от тела как можно дальше назад, «распахнуться» там сознанием, почувствовать Живой Свет Любви Святого Духа — и, влившись в Него, вместе с Ним двинуться Потокм вперёд мимо своего тела и сквозь него. Тепло оказывается как в большой реке. Пусть оно промывается насквозь, станет абсолютно прозрачным.

Эту медитацию можно повторять много раз: Святой Дух с радостью помогает достойным.

Медитация пойдёт лучше с прекрасной православной молитвой-медитацией «Царю Небесный» или с мантрой АУМ.

Данная медитация на церковно-славянском языке звучит так:

Царю Небесный, Утешителю, Душе Истинный!
Иже вездесый и вся исполняйй!
Сокровище благих и жизни Подателю!
Приди и вселися в ны!

И очисти ны от всякия скверны!
И спаси, Блаже, души наша!

Русский перевод её таков:

Царь Небесный, Утешитель, Дух Истинный!
Вездесущий и всё наполняющий!
Сокровище благих и жизни Податель!
Приди и вселись в нас!
И очисти нас от всякой скверны!
И спаси, Благой, души наши!

Эту медитацию мы поём во время движения в *Пранаве*.

Мантра АУМ (или ОМ), на самом деле, звучит как АОУМ. Она поётся тонко, долго и высоко (как и мантра для анахаты), тоже при движении в *Пранаве*. («Рычание» звука ОМ грубыми голосами, что практикуется в некоторых невежественных псевдорелигиозных компаниях, — это «пение для дьявола», а не для Святого Духа).

В дальнейшем надо научиться именно останавливаться из медитации *Пранава* в Слиянии со Святым Духом, ощущая себя частью Его.

Святой Дух в Его ещё более утончённом Проявлении может быть познан тоже через медитацию *Пранава*, но выполненную чуть иначе.

Нужно отойти из анахаты, но не по горизонтали, а назад-вниз, под углом примерно 40 градусов. То есть, мы оказываемся ниже уровня поверхности Земли — и там находим слой ещё более утончённого Живого Света. И затем так же, как и при первом варианте *Пранавы*, двигаемся Потокотом вперёд-вверх вокруг тела и сквозь него.

По мере освоения дальнейшего Слияния с этим Светом мы обнаруживаем, что Он доминирует внутри нашей планеты, кроме её ядра.

Он должен быть освоен через заполнение Его собой-анахатой — причём как впереди, так и позади относительно вертикальной плоскости, которая является как бы продолжением спины стоящего тела.

Следующие крещение, рождения и взросления осуществляются уже в Божественном Огне, о чём мы поговорим немного позже.

Ещё о самоисцелении

Если, остановившись в *Пранаве*, научиться концентрировать себя позади своего тела — то можно ввести в него кисть руки сознания и ею выровнять все энергетические дисгармонии.

Также, если мы слиты со Святым Духом и концентрируемся в отрыве от своего тела позади него на расстоянии метров двух, — то из этой позиции нам становятся видны и подвластны вселившиеся бесы (невоплощённые люди или животные со злыми чертами характера). Если смотреть таким образом сквозь собственное тело на тело больного, то с бесами можно разговаривать, причём они не могут не отвечать Святому Духу. Они расскажут, для чего Бог послал их в тело воплощённого человека: в чём он виновен, какие имеет кармические долги.

Если больной осознает свои проблемы, покается и исправится — нужно будет попросить (по-хорошему!) духов переселиться куда-нибудь в другое, приятное для них, место. Например, щуку, которую этот человек когда-то убил, можно попросить переселиться в озеро, птицу — в лес, свинье, собаке можно расписать в образах прелесть нового вопло-

щения в благоприятной именно для них обстановке и т.д.

Все духи подвластны Святому Духу и подчиняются Ему. Но для успеха в таком целительстве мы должны не выходить из состояния Святого Духа.

Такое целительство является противоположностью попыткам изгонять духов ненавистью и проклятиями (эти методы называются экзорцизмом или «отчитыванием»). Они не только не эффективны с точки зрения целительства, но приводят самих экзорцистов к наращиванию в себе грубости и предопределяет в ад. Такие «отчитывания» являются вариантом чёрной магии; они — антихристиански по своей сути: ведь Христос заповедовал любовь, а не ненависть.

"Тотальная реципрокальность" (Ниродхи)

Но полное слияние со Святым Духом достигается только через освоение медитации «тотальная реципрокальность» (Ниродхи, на языке буддизма). При этом сознание переходит в состояние «не-я», становясь *Всем*; личное низшее «я» при этом исчезает.

Пытаться объяснить это на уровне слов — бесполезно. Но это легко достигается на соответствующих *местах силы*.

Освоение сказанного будет означать достижение полной Нирваны в Брахмане, к чему нас призывал через Бхагавадгиту Кришна [10,18].

Огненное крещение

Следующим этапом познания вглубь многомерного Абсолюта будет знакомство с тончайшим Божественным *Огненным Проявлением*.

Так тоже Бог-Отец проявляет Себя, пред достойными учениками, достигшими должной утончённости, — в гигантской антропоморфной (подобной человеческому телу) *Пламенной*, но не обжигающей их форме.

В *Огненном Облике* Ишвара описывается также в Бхагавадгите [10,18] со слов видевшего Его Арджуны: «Подобный пламени, сверкающему, как слепящее взор Солнце, стремишь Ты потоки лучей трудноразимых!» (глава 11:17) и «Если бы сияние тысячи Солнц одновременно вспыхнуло на небе, такое сияние могло бы походить на славу этой Великой Души!» (глава 11:12).

Об этом *Огне* говорил нам Чайтания: «*Огонь* — это функциональное состояние Сознания, живущего в Обители Творца».

О том же рассказывал нам и Сатья Саи: «*Огонь* не есть самостоятельное состояние, а лишь видимое для постигших Меня Моё состояние, когда Я вхожу в Мир Творения».

Полное и устойчивое погружение сознания духовного подвижника в Божественный Огонь и Слияние с Ним приводит к «сжиганию» всех неблагоприятных остатков кармы. А «прожигание» Им своего тела — к его полному исцелению.

С этим состоянием Бога надо научиться сливаться, в том числе, заполняя всю Его форму собою — в качестве духовного сердца.

Но помощь в этом Бог дарует не всем, а только избранным Им достойным Его ученикам.

«Корень»

Но Божественный *Огонь* может быть познан и иначе: Он всегда присутствует в той части нашей планеты, где начиналось её сотворение — в её ядре.

Там тоже может быть принято *Огненное крещение*. А пройдя по *шкале многомерности* ещё глубже — под Огненную составляющую ядра планеты — можно выйти в высшую пространственную мерность и познать там Изначальное Сознание в Его Обители.

Проходом в Обитель Творца для каждого человека является его энергетический «корень», соединяющий его анахату с высшей пространственной мерностью. Именно пройдя по этому «корню», тот, кто обрёл должную силу в тонкости и научился проникать в высшие локи, может познать во всей полноте Бога-Отца.

О «корне» говорил в Бхагавадгите Кришна.

Даосы Китая работают с этой структурой, называя её «стеблем золотого цветка».

По «корню» поднимают в тело Божественный *Огонь* тибетские йоги, работающие по методике туммо [62-63].

Об этом же идёт речь в Агни-йоге (Листы Сада Мории. Зов [34]).

Медитативный образ для работы с «корнем» предложил Бог через апостола Павла (Рим 11:18).

Но большинство людей уверено, что в Земле находится... ад, а Бог — ... «наверху» (относительно нашей круглой планеты)...

... Я понимаю, что материалисту трудно представить проникновение к центру Земли: ведь для него Земля ассоциируется с «твердью»...

Но для успешного мистика, овладевшего умением входить в высшие — тончайшие — зоны, наша планета видится многослойным шаром Живого *Света-Любви*, в котором он может плавать из слоя в слой (из зона в зон), растворяться в каждом из них, собирать себя в сгусток индивидуального сознания снова, принимать им разные формы и размеры, выливаться за пределы «островка» планеты во Все-

ленский *Океан Беспредельности*, растворяться в Нём...

А чтобы это случилось, надо, как было описано выше, оторваться от гуны тамас, пройти сквозь раджас и саттву и затем выйти на прямое общение с Богом — в качестве свободного от тела бессмертного сознания, устремившегося к любовному Слиянию с Главным Любимым.

Этот религиозный Путь, именуемый Богом Прямым Путём (Ваджраяной), на самом деле несколько не похож на обрядовые формы религий, где люди боятся смерти тел и оплакивают покинувших тела, где они настолько влюблены в самих себя и порабощены чревоугодием, что считают своим незыблемым правом убивать животных и поедать их тела...

... То, где мы сперва познаём Бога в Его *Огненном* Обличии: через *Огненное* ядро нашей планеты, или же в *Огненном* «Махадубле», — это значения не имеет. Но познание и того, и другого — необходимо.

"Поднятие" кундалини

Но вхождению в Обитель Творца должен предшествовать ещё один значительный этап работы — «поднятие» кундалини.

Кундалини — это Атмическая (Божественная по уровню тонкости) энергия сознаний, которая была накоплена каждым во всех лучших эпизодах всех его воплощений. А именно, она образуется и накапливается тогда, когда мы пребываем в состояниях нежной, утончённой любви. Но эта энергия не воплощается каждый раз в новые тела вместе с воплощаемой частью души (дживой), а «складируется» в как бы «копилке», которая напоминает вытянутый почти до цилиндрической формы воздушный шар.

Эта структура, если она развита, имеет размеры, измеряемые километрами; она располагается в соответствующем ей тончайшем зоне внутри планеты на уровне её мантии. Величина кундалини коррелирует со степенью эволюционной зрелости души.

Кундалини и джива каждого человека образуют цельную систему, будучи связаны специальным энергетическим каналом, подсоединённым к передне-нижней части муладхары.

«Поднять» кундалини к телу и использовать её в духовной работе могут только те люди, которые накопили достаточное количество этой энергии, — то есть, эволюционно зрелые и достойные вхождения в Обитель Бога-Отца и Слияния с Ним.

Таким образом, читателю должно стать ясным, что кундалини находится не в чакре муладхаре, и тем более не имеет ничего общего с копчиком, о чём можно прочесть в некоторых литературных источниках. И «подъём» кундалини не может быть достигнут ни биением копчиком об пол, ни танцами-трясками. Упражнения для «поднятия» кундалини, которые давал своим поклонникам Раджниш, являлись не более, чем шутками: «чем бы дети ни тешились — лишь бы не плакали».

Истинный «подъём» кундалини осуществляется после прохождения подготовительных этапов, описанных в этой книге, на специальных *местах силы* (или без них) с помощью компетентного духовного Мастера или же непосредственно невоплощённым Божественным Учителем.

Смысл «поднятия» кундалини состоит в том, чтобы, во-первых, слить эту накопленную индивидуальную Атмическую энергию с Творцом (Параматманом), во-вторых, провести исцеляющее и преображающее «прожигание» клеток тела Атмической энерги-

ей, в-третьих, обучиться аутоидентификации с Атманом.

Последнее становится возможным, когда кундалини прошла сквозь тело (это делается лёжа на спине) и образовала новое энергетическое скопление за сахасрой.

Из сказанного следует, в частности, что прежде, чем браться за «подъём» кундалини, надо предварительно хорошо подумать.

Ведь, если энергия кундалини переведена в Параматман, то человек (как индивидуальность) её теряет. И у него остаётся единственный правильный выход из этой ситуации — влить в Творца также и дживу именно в данном воплощении. Если же это не происходит, например, адепт, ещё не развивший в себе достаточной устойчивости в тонкости, «срывается» под влиянием тех или иных причин в грубые эмоциональные состояния, что не всем всегда удаётся отслеживать в себе, — то в следующий раз он воплощается уже без этого ценнейшего энергопотенциала, и ему придётся накапливать его заново.

Вхождение в Обитель Творца

Вселенская Обитель Творца насыщена состоянием Его Великого Нежного *Покоя*. Светимость здесь напоминает обычно состояние тихого и тёплого нежного утреннего солнечного света.

Это состояние является противоположным относительно «чёрного мира» дьявольского зона, насыщенного «липкой» грубостью и злобой; «влипание» в него дарит ложное ощущение грубого, насильственного могущества... Это может соблазнить кого-то... Но нам этого не надо!

Обитель Творца — это и не «Пустота», о чём можно услышать в среде некомпетентных последо-

вателей буддизма. «Пустота» («Вакуум») — лишь неверный перевод на русский и другие языки того буддийского термина, который действительно когда-то отображал реальность. Этот неверный перевод ввёл в соблазн очень многих людей — и не-буддистов, и тех, кто себя считают буддистами.

Ведь это действительно выглядит абсурдом для нормального религиозного человека: стремиться не к Богу, а в Пустоту... Поэтому очень многие приверженцы традиции буддизма, запутавшись в «буддийских» терминологических дебрях, понимая Истину неверно, лишаются стимула к устремлённости в Любви к Изначальному Сознанию.

В результате «здание» буддизма со временем расшаталось и развалилось на много сект, большинство из которых не располагает высшими знаниями.

Но термин «Пустота» должен быть переведён иначе — тогда всё становится легко понятным для подвижника, стоящего на Пороге Обители Адибудды.

... Обитель Творца находится по ту сторону удивительной преграды, которую можно сравнить с зеркалом. Его Обитель — действительно в «Зазеркалье»¹¹. Для того, чтобы провести туда достойного ученика, Божественный Учитель, например, предоставляет ему Свой «Махадубль» в качестве Йидама. И там, откуда Махадубль исходит, может состояться встреча и Слияние в Любви со Вселенским Отцом-Матерью, постепенное познание Его/Её Вселенского Тотального Величия...

¹¹ Отмечу, что иногда в литературе встречается и другое использование этого термина: им обозначают просто все нематериальные зоны.

... Это состояние вполне обратимо. Тело человека, успешно утвердившегося в Обители Творца, отличается лишь тем, что из него струится *Свет Любви* и оно носит вокруг себя поле *Покоя*.

Сначала Подвижник ещё ощущает себя в Обители Изначального — гостем. Но потом начинается новая фаза Его служения воплощённым людям — Служение в качестве Святого Духа, Представителя Творца.

Наш смысл жизни (лекция)

Космическое пространство — реально многомерно. Пространственные мерности — это не только математические символы, а действительно существующие слои, напоминающие этажи городского дома. Только вот какие особенности существуют:

1. Входить в наиболее ценные части этого «здания» можно лишь в виде развитого духовного сердца.

2. Каждый из основных «холлов-этажей» — бесконечен по размерам.

3. «Холлы-этажи» различаются между собой не по высоте, а по *глубине* расположения: тончайшие (по состоянию находящейся в них энергии) находятся в *глубине*, а грубейшие — на периферии всей данной структуры. Самый *глубокий* «холл-этаж» — это и есть Обитель Творца.

Чаще всего, когда мы мыслим, произносим или слышим слово *Бог*, мы должны подразумевать Изначальное Вселенское Сознание, то есть, Творца.

Наша эволюционная задача — постараться познать Творца в Его Обители и слиться развитым сознанием (душой) с Ним.

Главной частью каждого из нас, способной это обеспечить, является духовное сердце. Оно должно гореть любовью к Творцу, быть утончено до Божественного уровня утонченности и выращено до Божественных размеров.

А разум такого подвижника должен быть развит настолько, чтобы не вступать на ложные тропы и не впадать в глупые иллюзии мнимых достижений на этом Пути.

Тот, Кто, достигнув Обители Творца и поселившись в ней, затем исходит из неё частью Себя для помощи воплощённым существам, именуется Святым Духом (Брахманом).

А Тот, Кто, достигнув Слияния с Творцом, живёт, тем не менее, одновременно ещё и в человеческом теле, — Тот именуется Христом, Мессией или Аватаром (эти слова — синонимы).

Из сказанного видно, что Бог-Отец, Христос и Святой Дух — действительно единосущны; отсюда и возникла концепция Троицы, которая, однако, была впоследствии низведена до уровня народных сказок.

Повторю, что главное значение слова *Бог* — это Творец, сущий в Его Обители. И из изложенного должно было стать ясным, что Христос — это тоже Бог. И Святой Дух — тоже.

Но это же слово — *Бог* — иногда употребляется и для обозначения всего, существующего во вселенной, включая Творца, все аспекты Его Творений и «строительный материал» для этого. В таких случаях этот Единый Вселенский Организм обозначают словом *Абсолют* (то есть, Бог в аспекте Абсолюта).

В этом Вселенском Многомерном Суперорганизме — Абсолюте — всё взаимосвязано, контролируется и ничего «случайного» не происходит.

Он — на самом деле ЕДИН и в этом подобен человеческому организму — тоже многомерному. Отсюда-то только становится понятна библейская мысль о том, что Творец творил человеческий организм по образу Своему.

То есть, человеческий организм по своей многомерной структуре подобен Богу в аспекте Абсолюта. Но вовсе не Бог-Отец похож на старичка на облачке!

Внутри Вселенского Организма Абсолюта, подобно тому, как и в человеческом организме, идут процессы жизнедеятельности, преобразований внутренних составляющих. Это и есть Вселенская Эволюция.

Сотворение всё новых материальных «островков» в Океане Абсолюта (с последующим их распадом, дематериализацией) предназначено как раз для того, чтобы на них поселить воплощаемые в материальные тела единицы жизни, которые, развившись, должны влиться в своего Творца, таким образом обогатив Его собою.

Пищей для таких растущих душ является материя нашей обычной пищи.

Итак, одни души, достигнув за воплощение Совершенства, вливаются в Творца. Другие, не успев, «застревают» на той или иной стадии своей личной эволюции и затем воплощаются вновь. А третьи составляют «отходы жизнедеятельности» Организма Абсолюта и извергаются «во тьму внешнюю», в ад.

Пользуясь своей свободой воли, то есть, правом выбора направления своего движения, мы можем сами строить свою судьбу.

Задумаемся каждый: куда я хочу?

... Каких только глупостей не делают люди ради, как они считают, духовного совершенствования или «ради Бога»!

Кто-то мучает и убивает других людей или животных, тупо и злобно навязывает всем «свои» *правила поведения*, кто-то в современной России пьёт мочу, кто-то учится затыкать нижние отверстия тела, чтобы через них не выпасть в ад (этому учат заезжие буддийские «учителя»).

Есть и такие глупцы, что собственные духовные усилия заменяют надеждами на то, что вот помолятся за них — и всё будет хорошо, рай будет обеспечен!

Только зная истинную потребность Бога, понимая Его замысел в отношении нас — можно понять абсурдность всего перечисленного и также то, что на самом деле стоит делать.

... Как же идти к Совершенству? Да и в чём оно — более конкретно?

Существуют три главных аспекта Совершенства Бога: Любовь, Мудрость и Сила.

Вот и посмотрим теперь вкратце: что нам можно делать, чтобы продвигаться или к Его Совершенству — или же, наоборот, к состоянию демонических существ.

Итак, чтобы попасть в ад, если мы этого хотим, надо:

1. Вместо любви — культивировать в себе раздражительность, агрессивность, стремиться осквернять всех и всё вокруг.

Пусть восторжествует мой эгоцентризм — и на любое его неудовлетворение другими людьми буду реагировать шквалом грубых эмоций, злобной мстителью, лишусь покоя и сна, буду жить в постоянном отрицательно-эмоциональном стрессе, буду из-за этого болеть — и это создаст основу для ещё большей

ненависти к другим: они вон — веселятся, а я — болею!

Надо научиться не только ненавидеть всех окружающих и постоянно сосредотачиваться на презрении и отвращении к ним, но также выбирать конкретные объекты для таких моих эмоций. Если окружающие люди и даже животные начнут в ответ вести себя враждебно по отношению ко мне — это создаст для меня лишь ещё более благоприятные условия для самосовершенствования во зле: ведь их враждебность лишь усилит мою агрессию!

Для того, чтобы ещё больше нарастить в себе такие свойства — надо съедать как можно больше трупного материала (мясных и рыбных блюд) — тогда обиженные мною души животных переселятся в моё тело и будут мне мстить за причинённые страдания, а у меня начнутся хронические заболевания пищеварительной системы, потом пойдут психические расстройства по типу шизофрении (навязчивые состояния, галлюцинации, бред воздействия, «голоса» — осуждающие, провоцирующие на нелепые поступки).

Можно также использовать сонастройку с самой грубой музыкой, а также с песнями, призывающими к насилию, оскверняющими всех и всё вокруг, желательно с матом. Кстати, если я использую язык мата как средство осквернения других, как способ усиления своих самых грязных эмоций, — то этот приём тоже будет очень способствовать моему развитию в выбранном направлении.

Из эзотерических техник мне поможет концентрация в чакрах манипуре и аджне.

Весь комплекс такой работы позволит приобрести статус дьявола — и при жизни в этом теле, и — гарантированно — после его смерти; ад мне будет обеспечен.

2. Работу интеллекта в этой ситуации надо направить на разработку специальных программ развития себя в данном направлении. Весьма поможет изучение опыта тех, кто уже преуспели в собственной дьяволизации. Например, можно применить сонатстройку и самоидентификацию с некоторыми особо выдающимися фашиствующими политическими деятелями и с чёрными магами-дьяволами, зарабатывающими себе на жизнь в качестве «целителей».

3. Стать ещё более мощными дьяволами можно с помощью специальных тренировок на отрицательных *местах силы*, где мы сможем приучить себя к различным вариациям адских состояний: ярким агрессивным эмоциям, парализующей злобе, также безысходным отчаянию, тоске.

Кстати, под Петербургом есть такие *места силы* — и на них какие-то чудовища в человеческих телах проводили свои «тренировки», даже устроили специальные скамейки и лежанки!

Освоив эти состояния, мы сможем жить дальше в полной уверенности, что даже смерть тела их не прервёт! Всё это будет *моим* теперь почти навсегда — пока не произойдёт полный распад души во «тьме внешней, где плач и скрежет зубов»!

А пока распад души не произошёл — мы ещё успеем насладиться сполна, используя самые изощрённые издевательства над бесами и всякими там слабачками из воплощённых!

... А теперь давайте чуть передохнём от сонатстройки с этой жутью — и потом посмотрим, как нам развивать себя в противоположном направлении.

Самый лучший способ начать двигаться в противоположную сторону, то есть, не во «тьму внешнюю», а к Творцу, — это отстраниться от такой человеческой грязи и начать сонатраиваться с чистым и действительно прекрасным! Также надо при-

ложить усилия к максимальному включению активности своего духовного сердца.

Духовное сердце начинает своё развитие из середины грудной клетки и заполняет вначале постепенно весь её объём, а потом — и окружающее пространство, постепенно всё шире и шире, глубже и глубже во всё более тонкие слои Абсолюта — пока не произойдёт Слияния с Творцом.

Но никакие сонастройки и психотехники не смогут помочь, если не делать дела любви, если не контролировать свои эмоции, не допуская выходов из состояния любви, если не держать своим вниманием именно Творца — в качестве главного и конечно-го Любимого.

Обратим внимание на то, что, разумеется, нельзя познать и полюбить Творца, если мы не знаем — каков Он и где Его искать.

И также невозможно обуздать свои эмоции, если не овладеть органами, их продуцирующими, — посредством приёмов психической саморегуляции, основанных на работе с чакрами и главными меридианами.

Или — если под «делами любви» понимать лишь секс.

... Позитивный сексуальный опыт, да, весьма важен для духовной самореализации. Сексуальная любовь позволяет обогатить эмоциональную сферу тончайшей сексуально окрашенной нежностью; освоив эту ступень, мы потом научаемся ещё более утончённой любви, ещё более тонким состояниям сознания, которыми мы сможем прикоснуться к Святому Духу и к Творцу.

Обратим, в частности, внимание: молочные железы у женщин имеют непосредственную топографическую и биоэнергетическую связь с чакрой анахатой. И их эрогенность благоприятствует прямой

её стимуляции и естественному развитию духовного сердца.

У мужчин такой естественной прямой возможности нет, их шанс для начала духовного Пути — это лишь сонастройка с тончайшими состояниями женщин или же специальные психотехники, развивающие и утончающие эмоциональную сферу.

Вот, в частности, почему успехов в духовной самореализации достигает намного больше именно женщин, а не мужчин.

Но, для того, чтобы назваться духовными, сексуальные отношения должны протекать именно в нежной любви-дарении себя другому, а не на фоне грубых и эгоистичных состояний. И они также не могут совершаться в виде развлечений типа *группового секса*.

Секс ни в коем случае не должен, превратившись в самоцель, вытеснить то, что является бесконечно более важным: строительство отношений любви с Богом!

Подчеркну, что, разумеется, способность к эмоциональной любви возвращается в обычных условиях не только через её сексуальный аспект. Развитие в себе заботливости, также уважения, почтения к достойным того, способность прощать ошибки других, помогать, даже жертвуя своими интересами, даже своей жизнью, — вот другие важнейшие и необходимые аспекты любви.

И также поймём, что распространяемые в последние годы некоторыми «психологами» рекомендации сосредоточить внимание именно *на любви к себе* — противоположны духовности: истинная любовь — это именно *само-забвение* ради блага других! А такое возможно только на фоне (разумно) внедряемой в свою жизнь непривязанности к «земным» благам и даже к жизни в этом теле.

Давайте попробуем начать учиться любви, помогая даже растениям. Увидели, что сухой сук повис на ветке живого дерева — скинем. Кто-то бросил на траву лист жести, кусок фанеры, доску — растения, лишившись света, обречены на смерть — спасём их. Заметили, что кто-то осквернил деревце, повесив на него грязную тряпку, бутылку, пустую консервную банку — поможем этому эволюционирующему живому существу очиститься и продолжить совершенствоваться в его естественной красоте.

С любовью, разумеется, несовместимы разведение (без разве что крайней необходимости) костров так, чтобы пострадали живые растения, также — срывания цветов для букетов, соучастие в убийстве «на Новый год» ёлочек, пихт, сосенок — ради сомнительного удовольствия любоваться их медленной смертью...

Надо понять, что в телах и растений, и животных, как и в наших телах, протекает тот же самый процесс эволюции единиц сознания, который мы не должны по своей воле прерывать, за исключением случаев крайней необходимости. Такими исключениями являются использование растений в пищу, также в качестве дров, для строительства и т.п.

Но животных мы имеем право убивать разве что в порядке самообороны или ради защиты других.

Вспомним: одна из заповедей, данных нам Богом через Моисея, гласила: «Не убивай!». Её не стал соблюдать даже сам Моисей, а за ним — и все иудеи. Этот же принцип повторил Иисус Христос¹² — но все именно массовые движения, называющие се-

¹² [10,18].

бя христианскими, так и не уделили этой заповеди Бога внимания.

А без того, чтобы в полной мере вместить в себя аспект ЛЮБВИ, именуемый СОСТРАДАНИЕМ, — приблизиться к Творцу невозможно! Причём сострадание должно охватывать именно все живые существа, и даже не только воплощённые...

«Бог есть Любовь» — так учил Иисус Христос. Если мы хотим стать Божественными, исполняя тем самым Волю нашего Творца, мы тоже должны превернуть себя в безупречную Любовь!

... Если мы всего лишь научимся жить в постоянной утончённой любви — рай нам уже гарантирован.

Если мы — с помощью специальных медитативных приёмов познаем Слияние со Святым Духом и именно приучим себя жить в Слиянии с Ним — мы остаёмся в Нём, став Им, и после смерти физического тела.

Ну, а Конечная Цель — это познание Творца в Его Обители и Слияние развитым сознанием с Ним.

... Запомним: к какому эмоциональному статусу мы себя приучили при жизни в теле на Земле — в том мы и остаёмся очень надолго после смерти тела.

Эмоциональный статус — это есть состояние сознания. Это — доминирующие эмоции, к которым мы привыкли при жизни на Земле.

И после смерти тела мы оказываемся в адекватном нам слое многомерного пространства — адекватном по уровню *тонкости* — *грубости*. Там — мы оказываемся среди подобных себе: среди обитателей ада, или рая, или в Святом Духе, или же в Обители Творца.

И потом уже — ни выпивки родственников и друзей на могилах, ни прочие обряды или молитвы

кого бы то ни было — не в состоянии изменить эту ситуацию.

Итак, куда мы хотим?

* * *

Бог — познаваем, хотя большинство последователей современных массовых «христианских» движений убеждено в обратном.

Основоположник христианства Иисус Христос учил о познаваемости Бога [10,18].

И Бог, на самом деле, познаваем весьма легко — в аспекте и Святого Духа, и ныне вполне зримо живущего невоплощённого Иисуса Христа. Намного сложнее, но тоже возможно познать Его и в аспекте Бога-Отца.

Но только для этого надо быть не псевдохристианами, твердящими о Христе, но живущими в полном противоречии с Его Учением, — а христианами истинными, Христовыми, то есть, живущими не ради себя, но ради Бога, живущими в любви, в стремлении послужить Ему, познать Его, слиться в любви с Ним!

А для тех «христиан», которые убеждены в непознаваемости Бога, — пьянствующих, убивающих, проклинающих, ненавидящих — Он действительно непознаваем. Ибо они — вовсе не христиане!

О “древе познания добра и зла” (лекция)

На схеме изучения строения Абсолюта¹³ представлены, в частности, как бы окна, двери, врата в «иные миры», причём главное из них ведёт в Обитель Творца. Его-то Иисус и назвал «Солнцем Бога»¹⁴ — благодаря Его интенсивному нежнейшему и тончайшему свечению, напоминающему свет огромного утреннего солнышка. Именно через него духовный подвижник, предварительно познавший и освоивший всё, что было необходимо для этого, проникает в Обитель Творца.

На той же схеме видно, что души зарождаются Творцом именно в раю, хотя речь здесь должна идти ещё не о человеческих душах, а о как бы их зачатках, воплощаемых первоначально в растительные и затем животные тела. (Вот — та истина, которая нашла своё отражение в библейском повествовании об Эдеме).

Воплощаясь и развиваясь в мире материи, некоторые души — благодаря данной им (именно ради лучшего протекания Эволюционного Процесса) свободе воли — сохраняют свою чистоту от грязи дурных эмоций.

¹³ См. в конце книги.

¹⁴ [35].

Другие же «привязываются» к материальным объектам, включая собственные тела, влюбляются в них — и отсюда, из собственнических тенденций, — рождаются эгоцентризм, вражда к другим воплощённым существам — как к конкурентам, например, по обладанию едой, предметами роскоши, объектами сексуальной похоти, или даже присваивается право на убийство животных ради удовлетворения своего чревоугодия.

Такой выбор между добром и злом рисуется схематично как разветвление, подобное существующему на ветке дерева. Выбор пути зла — это и есть обозначенное в Библии «грехопадение» людей.

И далее Бог постоянно продолжает предлагать каждой душе возможность выбора в этически значимых ситуациях: поступить ради себя в ущерб другим — или пожертвовать в чём-то собой или своим ради других, то есть, сотворить зло — или добро.

Так и рисуется график движения каждой души в её развитии — в виде многих разветвлений, где выбирается всегда одно направление из двух предложенных. Отсюда-то и рождается образ *дерева*.

В результате продвижения по этим траекториям, одни души направляются в Обитель Творца, а другие — в избранный ими ад.

... Правда, есть возможность и другого истолкования легенды о «древе познания добра и зла» — оно тоже верно и дополняет первое.

Именно, ошибка людей состояла в том, что они забыли, что всем, приходящим в наши судьбы как бы извне, управляет Бог; и в этом отношении приходящие к нам как добро, так и зло — равны. Ибо и то, и другое есть проявление по отношению к нам воспитательных мер нашего любящего и мудрого Родителя. И, таким образом, мы должны относиться

ко всему, приходящему к нам, — как ко благу, исходящему от Него.

Итак, мы должны стараться понять замысел Бога — если встречаемся с пришедшим к нам злом. И поняв, то есть, найдя причину именно в себе, — исправиться, стать лучше.

Неправильные же реакции могут состоять, например, в стремлении *отомстить* человеку-обидчику, забыв об Управителе наших судеб — Боге.

Или же в некоторых примитивных изначально или выродившихся до примитивизма религиозных направлениях — для объяснения причин зла — Богу «придаётся» почти равный Ему «соперник», именуемый Сатаной, Люцифером и прочими именами. Такие примитивные представления могут возникать, например, там, где именно бесконечного вселенского Бога низводят в своих представлениях до летающего старичка, катающегося на облачке...

... Правильное понимание в ситуациях встреч со злом — это чрезвычайно важно! Ведь есть такой механизм изменения себя — СОНАСТРОЙКА сознанием с состоянием некоего другого объекта.

Сонастраиваемся мы с красотой восходящего солнышка тихим нежным утром, с пением утренних птах — и мы сами насыщаемся утончённостью и гармонией природы!

Ищем мы Творца и пытаемся сонастроиться с Ним — и мы приближаемся к Нему. И Он помогает нам в этом!

Если же мы... вперяемся индриями сознания в ту или иную воплощённую или невоплощённую мерзость — тогда мы невольно сонастраиваемся с её состоянием, состоянием адским, — и тоже становимся такими же по своему эмоциональному статусу. И если покидаем тело, не успев исправиться,... — то идём в ад вслед за той мерзостью...

Вот зачем, в частности, Иисус Христос заповедал нам: не мстить, не проклинать обидчиков, но искренне прощать их, сострадая им, и у взявшего твоё — не требовать назад, и лучше грабителю отдать даже больше, чем он хочет взять, — только не выходи из состояния любви!

Меня обманывали и предавали — и по-крупному. Меня даже убивала такая же вот человеческая мерзость — и я потом много месяцев тяжело умирал. Но я оставался христианином — и не мстил, не сонастраивался с ними. Я продолжал искать Слияния с Творцом — и достиг Победы! И многим помог в этом. И ещё помогу!

Делайте так же — и тоже победите!

Ступени духовного Пути (лекция)

Человек, уверенно вставший на верный религиозный Путь, может пройти по нему следующие семь ступеней:

1. Обретение правильного понимания своей высшей Цели и способов Её достижения.

2. Приведение себя в соответствие с замыслом Бога в этическом отношении — через избавление от этических несовершенств и развитие необходимых качеств.

Главным из таких качеств является любовь.

3. Утончение себя — как сознания — с целью проникновения в высшие слои многомерного пространства (зоны, локи), наитончайшим из которых является Обитель Вселенского Изначального Сознания — Бога-Отца, Творца.

4. Количественное развитие утончённого сознания.
5. Освоение приёмов Слияния с Богом.
6. Закрепление себя в Слиянии с Творцом.
7. Обретение Божественных способностей — и помощь воплощённым существам уже в качестве Святого Духа.

Для большинства читателей, введённых в заблуждение атеистической и сектантской пропагандой, такая постановка проблемы может показаться неожиданной и неправдоподобной. Но ведь именно этому людей на протяжении всей истории человечества учит Бог — через пророков и Сам лично, являясь людям в человеческих телах Мессий, Аватаров, Христов (эти слова означают одно, хотя и на разных языках).

Смысл жизни каждого из нас состоит в развитии себя — как сознания — сначала внутри временных вместилищ-тел, а потом и за их пределами, в том числе, в бескрайней многомерной вселенной.

Это развитие происходит по двум основным направлениям: качественному и количественному.

Первое включает три компонента: интеллектуальный, этический, а также утончение.

А количественное направление подразумевает прямой рост величины «сгустка» энергии индивидуального сознания, который затем — через специальные медитативные приёмы — вливается в Океан Вселенского Изначального Сознания, называемого на разных языках по-разному: Творец, Бог-Отец, Иегова, Аллах, Дао, Ишвара, Сварог и т.д.

... Вселенная — многомерна. Это — не математические рассуждения, а познаваемая человеком непосредственно реальность. Пространственные мерности давным-давно известны религиозным практикам. По-гречески они назывались зонами, на сан-

скрите — локами, в Агни-йоге был использован термин «слои».

Высшая, изначальная пространственная мерность является Обителью Изначального Вселенского Сознания, Которое, как это было подробно описано в Бхагавадгите, периодически сотворяет «проявленный» мир посредством уплотнения до материального состояния рассеянной в виде элементарных частиц космической энергии — протопракрити. На образовавшиеся «островки» плотного вещества поселяются ничтожные частицы другого вида прежде рассеянной энергии — протопуруши, которым предстоит — путём множественных воплощений в органические тела — развить себя до Божественности и затем влиться в Изначальное Сознание, обогатив Его собою.

Этот процесс развития душ начинается с первичного формирования сгусточков энергии на кристаллах, затем следуют воплощения в растительные, животные, потом человеческие тела.

Задача человека — как заключительного этапа развития индивидуальной души — состоит в том, чтобы приложить силы к скорейшему *доведению* себя до Божественности и Слиянию с Творцом.

* * *

«Сотворение мира» — это не общевселенское явление. Ведь астрономы постоянно наблюдают рождение новых систем звёзд и планет.

Другие же, уже отжившие своё такие системы — гибнут в создаваемых Богом «чёрных дырах». Это и есть их «конец света».

При этом все души, не успевшие к этому моменту достичь Божественности, гибнут, распадаясь

снова до состояния протопуруши. А материальная составляющая распадающихся «островков» и материальных тел людей, животных и растений — превращается в протопракрити, становясь материалом для новых последующих творений.

Протопракрити и протопуруша вместе именуются термином *акаша*. (Кстати, перевод этого слова на русский язык как «эфир», встречающийся в некоторых изданиях, совершенно неадекватен).

О природе многомерного строения вселенной мы говорили прежде уже много. Сейчас же лишь поясню, что она подобна тому, как, например, разные частоты радиоволн, различающиеся по частоте вибраций, сосуществуют одновременно, не пересекаясь и почти не взаимодействуя, в одном и том же пространстве. И все они находятся в глубине многомерности под миром твёрдой материи, включая материю наших тел; при этом мы их в обычных условиях не замечаем.

Подобно этому и духи, населяющие более грубые зоны, не видят, не замечают того, что происходит в зонах более *глубоких*, более утончённых. Хотя и управляются оттуда.

... Переселиться в более утончённые зоны возможно только в воплощённом состоянии — за счёт духовных усилий. Ибо трансформация («трансмутация») энергии сознания происходит именно и только в специализированной «фабрике трансмутации», которой является тело, способное усваивать и направлять — в том числе, на нужды трансмутации и роста величины «сгустка» сознания — энергию, получаемую от переработки обычной пищи.

Отсюда становится понятным, что никакие молитвы и чьи-либо «ходатайства» никак не могут переселить души из зон ада в зоны рая. Легенда о том, что Иисус Христос освободил грешников из ада,

содержит искажённую информацию: Он спасал грешников не невоплощённых, а воплощённых, даря им Учение Бога об избавлении от земных и неземных страданий посредством утончения сознания — через любовь-нежность, прощение, сострадание, изгнание из себя гнева и всякой грубости, устранение эгоцентризма.

* * *

Обращу внимание, что в литературе иногда можно встретить неадекватное использование термина «четвёртое измерение». Это можно видеть даже в «Книге Иисуса»¹⁵, где Иисус тоже применял этот термин, говоря с собеседником «на его языке», то есть, оперируя теми словами, которые использует собеседник, и теми их значениями, которые он знает. В указанной книге этот термин применён даже в двух разных неадекватных значениях: как Обитель Бога-Отца и как просто совокупность нематериальных эонов.

Но на самом деле, исходя из логики создания самого термина «четвёртое измерение», — им является именно материальный мир, бытие в котором определяется не тремя, а четырьмя «измерениями»: длиной, шириной, высотой и временем.

¹⁵ [35].

Но продолжим разговор о вселенской Эволюции.

Заселение каждого нового «островка» Творения начинается с того, что там поселяются Духи, достигшие Божественности в Своей эволюции на других «островках». Именно Они становятся *Строителями* и *Кураторами* эволюции жизни на таких планетах.

Всё пространство внутри и вокруг нашей Земли тоже пронизано Их огромными Сознаниями, Которые именуются в совокупности Святым Духом или Брахманом.

То есть, как читателю уже стало ясно, Святой Дух — это вовсе не некое «излучение» Бога-Отца (или Бога-Отца и Бога-Сына). Нет! Святой Дух есть Живые Божественные Сознания — утончённые, любящие, воспитывающие нас, находящиеся постоянно внутри и вне наших тел. Они всегда очень рады, когда мы обращаем на Них своё внимание с любовью к Ним, с готовностью принять Их помощь ради того, чтобы сблизиться с Ними — с Их состоянием.

То же самое можно сказать и о Сознании Творца. Оно — в самой *глубине* многомерности. И Оно — бесконечно.

Оно, как и Сознание Святого Духа, есть внутри (в многомерной *глубине*) под каждой клеточкой наших тел. Расстояние до Него, как прекрасно сформулировал Иисус Христос¹⁶, не больше... толщины листа тонкой бумаги.

¹⁶ [35].

И нет нужды в поисках Бога куда-то летать или особо далеко ездить: Он есть прямо здесь и сейчас, прямо в нас. Только — в другой зоне. И нас отделяет от Него не что иное, как наша грубость, обусловленная религиозным невежеством и неразвитостью сознаний.

Бога мы должны найти *внутри*, в глубине собственных духовных сердец. Эта известная формула является не красивой метафорой, а вполне конкретным указанием направления приложения своих усилий.

... Кроме Обителя Творца, существуют и другие зоны, различающиеся по уровню *тонкости* — *грубости*. Тончайшие из них называются райскими. Грубейшие — адскими.

Итак, если мы хотим избежать ада после расставания со своим умершим телом — мы должны уже сейчас научиться прочно существовать только в светлых, чистых, тонких состояниях сознания.

Ибо, расставшись с телом, мы пребываем затем именно в том состоянии, которое стало наиболее привычным при жизни в теле.

И — в соответствии с этим — мы оказываемся в зоне, населенном подобными нам существами: злыми, свирепыми, раздражёнными, тревожными, лживыми — или же ласковыми, спокойными, нежно любящими, заботливыми...

Как полюбить Бога?

(лекция)

Наша любовь к Богу должна вести нас к постижению не рая, а гораздо больших духовных высот

— к Слиянию с Творцом в Его высшем зоне. Именно этого Он ждёт от нас. Ведь в этом — Его Эволюция, Его Жизнь! И, если мы Его любим, — то должны это сделать! Ради Него, не ради себя!

Нам хорошо бы реально влюбиться в Него — до той степени, чтобы тосковать по Нему, не находить без Него себе места на Земле!

Влюблённость в Него должна стать подобной страстной влюблённости в человека! Она подразумевает, в том числе, стремление к реальному Слиянию — Слиянию сознаний, подобно тому, как объединяются горящие любовью друг к другу души людей.

Но чтобы так влюбиться в Бога, надо узнать о Нём как можно больше.

И тогда Он реально может быть познан — и не только умом!

Но Он становится слышимым, видимым, осязаемым — лишь для того человека, который приблизился к Нему по состоянию души.

Он есть Любовь. И только тот, кто тоже стал большой, утончённой и сильной Любовью, может так ощущать Бога. И Слияние с Ним тогда становится не пустым словом, а практикой самой жизни.

... Достигшие Слияния с Творцом становятся — навсегда — неотъемлемыми Частями Его.

Но — при необходимости, например, ради исполнения Своих Миссий на Земле или других планетах — Они могут вновь обособливаться Частью Себя, сохраняя при этом слитость с Ним.

Иисус обрисовал эту ситуацию в образе виноградной лозы (Ин 15): из «Почвы» (то есть, Сознания Вселенского Бога-Отца) исходит «Ствол» — Сознание Божественного Учителя, Который Своими Руками-Ветвями поддерживает множество уповающих на Него воплощённых душ.

Именно так проявляют Себя для воплощённых людей Божественные Учителя. Они при этом могут иметь материальные тела (то есть, быть воплощёнными), или же их не иметь.

Но и Те, Которые сейчас имеют тела, обладают способностью работать в то же время Частями Себя-Сознания в любой части планеты. Ведь Они (как Сознания) имеют размер, несравненно больший, чем наша планета; в тела же Свои Они размещают лишь ничтожные части Себя.

* * *

Сформулирую это ещё раз для тех, кто пока не уяснили для себя окончательно различие между языческими «богами» — и личностными Проявлениями Бога-Отца. Неразбериха в понимании ответа на этот вопрос основана на отсутствии у почти всех религиозных людей верных представлений о многомерности пространства.

А критерий здесь таков: Частью Бога-Отца является только Тот, Кто пребывает в Слиянии с Ним в высшем, изначальном, едином для всей бесконечной вселенной зоне.

Языческие же «боги» являются или вымышленными персонажами народного фольклора, или реальными духами того или иного (но не высшего) уровня эволюционной продвинутости.

Бог в аспектах Творца, Высшего Учителя и Цели для всех нас — именно *Един*, хотя и состоит из множества взаиморастворённых Совершенных Сознаний. Их объединяет то, что все Они пребывают в Обители Наитончайшего Сознания и действуют в разных «островках» Творения, исходя из неё.

Теперь ясно?

Значит, остаётся лишь проникнуть *Туда* и закрепитесь *Там* в Слиянии с Творцом.

* * *

Принципиальной вехой в начале этого Пути для нас становится реализация функций духовного сердца (энергии чакры анахаты, среднего даньтяна). Эта энергоструктура организма является именно органом, продуцирующим эмоции любви.

Очень мало людей обладает развитым духовным сердцем врождённо (то есть, ещё от прошлого воплощения).

Некоторым женщинам удаётся весьма просто достичь развития функций этого органа через гармоничное супружество, ибо женский организм с характерными для него гормонами, с эрогенностью молочных желёз, напрямую связанных с анахатой, также с возможностью совершенствовать свою любовь в заботе о детях, — даёт душам, воплощённым в женские тела, несравненное преимущество перед «сильным» (в грубости и насильственности) полом.

Для остальных же людей единственной возможностью радикально преобразить себя — остаётся применение специальных психотехник, которые были разработаны духовными школами и христианства, и индуизма, и даосизма, и буддизма, и ислама, и других религиозных традиций.

... Бог есть Любовь. Он Сам утверждает это. То же самое может подтвердить любой, кто действительно познал Бога.

И нам, чтобы стать подобными Ему, тоже надо научиться быть в прямом смысле Любовью.

Это начинается с того, чтобы приучить себя устойчиво жить концентрацией сознания в своей чакре анахате.

При этом сознание входит в состояние любви.

Затем — через медитативные тренировки — мы постепенно расширяемся в этом состоянии так, чтобы стать сначала намного больше своих тел, затем охватываем духовным сердцем всю Землю, потом обнимаем собой-Любовью — Бога...

Так мы постепенно становимся *космическими духовными сердцами* и вливаемся в Океан Вселенского Творца.

Но, чтобы претворить в жизнь эту простую схему, надо сделать очень много. Вся проблема здесь в том, что Он не подпускает к Себе недостойных.

И вот теперь мы начнём говорить о реализации приведённой схемы — постепенно, с самого начала, так, чтобы недостойные тоже смогли стать достойными полной духовной Самореализации уже в этой земной жизни.

* * *

Духовная работа должна начинаться с изучения концепции Пути и её принятия. Затем — начальное этическое преобразование себя. После этого — вхождение на собственно духовный Путь и движение по нему.

Само слово *духовность* произошло от фразы, произнесённой Иисусом Христом: Бог есть Дух. То есть, духовность — это подобность Богу-Духу. А духовный Путь — это Путь постепенного преобразования себя — в Него. Превращение в Него осуществляется через качественное изменение и рост, прежде всего, духовного сердца. Или, иными словами,

духовный рост — это, преимущественно, рост себя как духовного сердца.

О том, как стать духовным сердцем и как дальше преобразовать себя, я уже рассказывал. Отмечу сейчас лишь то, что критерием первого успеха будет уверенная способность смотреть глазами души из своей грудной клетки на окружающий мир (подчеркну: не в переносном, а в самом прямом смысле этих слов!).

Ведь, когда мы начинаем ощущать себя не телами, а свободными сознаниями, мы начинаем видеть именно зрением души — тем самым, которым видят те, кто уже покинули свои материальные тела и стали, как мы говорим, духами.

Этим же зрением видит и Бог — то, что, в частности, происходит в Его Творении с каждым из нас.

Можно ещё сказать, что Творец является *Сердцем Бога* — Бога в аспекте Абсолюта.

Вот почему познать Его и влиться в Него возможно, только лишь тоже став совершенным духовным сердцем.

* * *

В Бхагавадгите — одном из величайших духовных литературных источников — оказалась вкраплённой недомолвка, послужившая причиной множества ошибок в усилиях тех людей, которые тщетно пытались идти к Совершенству без любви, не через любовь.

А именно, в беседе с Арджуной Кришна, показывая жестом на свою грудную клетку, говорил, что вот здесь, между этими «бровями» (это была шутка: Он показывал на волосы на Своей мужской груди), надо открыть выход Атмической Энергии...

Но Его жест не был передан в Бхагавадгите, поэтому шутка не была понята читателями — и множество людей впоследствии начало пытаться «открыть третий глаз» — глаз души — не из духовного сердца, а из одной из самых грубых чакр — аджни.

Результаты были всегда соответствующими: огрубление всего сознания, а иногда — стрессы и нарушения здоровья. (Хотя в некоторых случаях появлялась способность видеть цвета, соответствующие эмоциональным состояниям других людей; это не имело никакой пользы на духовном Пути, но «подкрепляло» данную порочную традицию).

То есть, «третий глаз» (трикутту) надо открывать вовсе не во лбу, а посреди своей грудной клетки.

Если вы не верите мне сейчас — можете переспросить у Кришны, как это делал я. Но только вы должны для этого сначала приблизиться к Его состоянию и, в частности, научиться видеть Его — как Божественное Сознание, превратившись в развитое духовное сердце. (Иначе вы услышите всё, что угодно, от какого-нибудь беса, который будет называть вам себя Кришной).

Практика современного исихазма (лекция)

Духовное направление, известное под названием ИСИХАЗМ, зародилось в среде именно христианских подвижников. Поэтому, прежде, чем рассказывать подробно о нём, надо кратко остановиться на том, что же такое есть христианство.

Это — прежде всего, Учение о Боге и Пути к Нему, оставленное для нас воплощавшимся в человеческое тело Посланником Творца — Иисусом Христом.

Рассмотрим основные постулаты Его Учения:

1. Будьте совершенны, как совершенен Отец ваш Небесный! (Мф 5:48)
2. Я и Отец — Одно! (Ин 10:30)
3. Я есть Лоза! (Ин 15:1-5)
4. Как Отец знает Меня, так и Я знаю Отца! (Ин 10:15)
5. Я люблю Отца! (Ин 14:31)
6. Отче праведный! Я познал Тебя! (Ин 17:25)
7. И научитесь от Меня! (Мф 11:29)
8. Бог есть Любовь! (1 Ин 4:16)
9. Возлюби Господа Бога твоего всем сердцем твоим, и всею душою твоею, и всем разумением твоим, и всею силою твоею! (Мк 12:29-30)
10. Возлюби ближнего твоего, как самого себя! (Мк 12:31)

Вот — основные принципы христианства. В них — призыв Иисуса к людям СТАТЬ ТАКИМИ, КАК ОН. В том числе, как Он, — познать Отца Небесного и стать с Ним Одно.

Новый Завет также изобилует Заповедями Иисуса, исполнение которых помогает наискорейшим образом исполнить это. В них — призывы:

— быть абсолютно честными в отношениях с другими людьми, не иметь долгов, не присваивать чужое,

— заботиться о благополучии других больше, чем о своём собственном благополучии,

— быть миротворцами,

— быть ласковыми и нежными друг с другом,

- помогать всем во всём добром,
- прощать, не мстить, не проклинать,
- не ненавидеть, не вовлекаться эмоционально в осуждение других,
- не стремиться к накоплению богатств «земных»: иначе упустишь возможность накопить богатства духовные,
- не робеть перед атаками агрессивных примитивов, которые могут повредить лишь телу, но не тому, чем мы предстанем пред Отцом Небесным после кончины тела, — то есть, не душе,
- не пьянствовать,
- не быть высокомерными, но быть скромными и уважительными к другим,
- стремиться делать всё, что только можем, ради духовной помощи другим людям,
- не увлекаться чрезмерно сексуальностью — чтобы она не вытеснила Бога из внимания; личный поиск Бога и служение Ему всегда должны оставаться в жизни на первом месте.

Приведу лишь несколько цитат:

Заповедь новую даю вам: Да любите друг друга! Как Я возлюбил вас, так и вы да любите друг друга! (Ин 13:34)

Более всего имейте усердную любовь друг к другу, потому что любовь покрывает множество грехов! (1 Пет 4:8)

Кто говорит: «Я люблю Бога», а брата своего ненавидит, тот лжец: ибо не любящий брата своего, которого видит, как может любить Бога, Которого не видит? (1 Ин 4:20)

Возлюбленные! Будем любить друг друга! Потому, что любовь — от Бога!

Кто не любит — тот не познал Бога, потому что Бог есть Любовь! (1 Ин 4:7-8)

Если мы любим друг друга, то Бог в нас пребывает!... (1 Ин 4:12)

Не оставайтесь должны никому ничем, кроме... любви! (Рим 13:8)

В любви нет страха, но совершенная любовь изгоняет страх. ...Боящийся несовершенен в любви! (1 Ин 4:18)

Если я говорю языками человеческими и ангельскими, а любви не имею, то я — медь звенящая...

Если имею дар пророчества и знаю все тайны и имею всякое познание и всю веру — так, что могу и горы переставлять, а не имею любви, — то я ничто.

И если я раздам всё имение моё и отдам тело моё на сожжение, а любви не имею — нет мне в том никакой пользы.

Любовь — долготерпит, милосердствует,

любовь — не завидует,

любовь — не превозносится,

не гордится,

не бесчинствует,

не ищет своего,

не раздражается,

не мыслит зла,

не радуется неправде, а сорадуется истине...

Любовь никогда не перестаёт, хотя и пророчества прекратятся, и языки умолкнут... (1 Кор 13:1-8)

Любите врагов ваших! Благословляйте проклинающих вас! Благодворите ненавидящим вас!... (Мф 5:44).

Блаженны миротворцы!... (Мф 5:9)

Не осуждайте!... (Лк 6:37)

Во всём, как хотите, чтобы с вами поступали люди, — так поступайте и вы с ними!... (Мф 7:12)

Просящему у тебя — давай, и от взявшего твоё — не требуй назад! (Лк 6:30)

Если вы будете прощать людям согрешения их — то простит и вам Отец ваш Небесный. А если не будете прощать людям согрешения их — то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших! (Мф 6:14-15)

Мудр ли и разумен кто из вас? Докажи это на самом деле добрым поведением и мудрою кротостью. Но если в ваших сердцах вы имеете горькую зависть и сварливость — то не хвалитесь и не лгите на истину: это не есть мудрость, нисходящая свыше, но... бесовская!... (Иак 3:13-15)

Такова Воля Божия: чтобы мы, делая добро, заграждали уста невежеству безумных людей! (1 Пет 2:15)

Кто говорит, что он во свете, а ненавидит брата своего, — тот ещё во тьме (1 Ин 2:9).

Любовь да будет непритворна!

Отвращайтесь от зла, прилепляйтесь к добру!

Будьте братолюбивы друг к другу с нежностью!

В почтительности друг друга предупреждайте! (Рим 12:9-10)

Благословляйте гонителей ваших! Благословляйте, а не проклинаяте! (Рим 12:14)

Никому не воздавайте злом за зло! (Рим 12:17)

Не мстите за себя! (Рим 12:19)

Если враг твой голоден — накорми его, если жаждет — напои его! (Рим 12:20)

Не будь побеждён злом, но побеждай зло добром! (Рим 12:21)

А ты что осуждаешь брата твоего? Или и ты — что унижаешь брата твоего?...

Каждый из нас за себя даст отчёт Богу!

Не станем судить более друг друга!

А лучше судите о том, как бы не подать брату случай к преткновению и соблазну. (Рим 14:10-13)

Если и впадёт человек в какое согрешение, то вы, духовные, исправляйте такого в духе кротости, наблюдая каждый за собой: чтобы не быть искушёнными! (Гал 6:1)

Никакое гнилое слово да не исходит из уст ваших! А только доброе — чтобы оно доставляло благодать слушающим! (Еф 4:29)

Когда же будешь зван кем... — не садись на первое место!... Ибо всякий, возвышающий сам себя, — унижен будет. А унижающий себя — возвысится. (Лк 14:8-11)

Не собирайте себе сокровищ на Земле, где моль и ржа истребляют и где воры подкапывают и крадут! Но собирайте сокровища Небесные!...

Ибо, где сокровища ваши — там и сердца ваши! (Мф 6:19-21)

Всё мне позволительно, но не всё полезно... (1 Кор 10:23)

Не можете служить Богу и Маммоне¹⁷! (Мф 6:24)

Какая польза человеку, если он приобретёт весь мир, а душе повредит? (Мф 16:26)

Вы слышали, что сказано древним¹⁸: «Не преступай клятвы, но исполняй пред Господом клятвы твои!»... А Я говорю вам: «Не клянитесь вовсе!... Но да будут слова ваши: если да — то да, если нет — то нет!» (Мф 5:33-37)

И не упивайтесь вином, от которого бывает распутство! Но исполняйтесь Духом!... (Еф 5:18)

¹⁷ Языческому богу богатства.

¹⁸ Моисеем.

Лучше не есть мяса, не пить вина и не делать ничего такого, от чего брат твой претывается или соблазняется или изнемогает! (Рим 14:21)

Будем вести себя благочинно, не предаваясь ни пированию и пьянству, ни сладострастию и распутству, ни ссорам и зависти!... (Рим 13:13)

Никто не ищи для себя, но каждый — для пользы другого! (1 Кор 10:24)

По смиренномудрию почитайте один другого — высшим себя! (Фил 2:3)

Кто не собирает со Мною — тот расточает! (Мф 12:30)

Не бойся убивающих тело, души же не могущих убить!... (Мф 10:28)

Отложите... гнев, ярость, злобу, злоречие, сквернословие уст ваших! (Кол 3:8)

Радость Моя в вас да пребудет — и радость ваша будет совершенна!

Сия есть Заповедь Моя: да любите друг друга, как Я возлюбил вас! (Ин 15:11-12)

Сие заповедую вам: да любите друг друга! (Ин 15:17)

* * *

Проверим себя каждый: так ли я понимал или понимала то, чему учил и продолжает учить Иисус?

Ведь христианство есть именно это! Ибо именно так учил и учит Иисус Христос! Всё же остальное — извращения, сектантство.

Ещё подчеркну, что Иисус при известной нам Его земной жизни обучал Своих непосредственных учеников также и медитативным приёмам, без которых познать Отца Небесного невозможно.¹⁹

В Новом Завете есть такая фраза Иисуса: «Бог есть Дух, и поклоняющиеся Ему должны поклоняться в духе и истине!» (Ин 4:24). Речь здесь идёт о том, что идти к Богу надо с правильным пониманием сути Бога и эволюционных задач человека. А «поклоняться» Ему (лучше перевести как почитать Его) — следует не телами, не «религиозными» телодвижениями, а душами, постепенно освобождающимися — благодаря медитативным методам самосовершенствования — от зависимости от своих материальных тел.

* * *

В сложившейся практике многих христианских церквей появились храмовые богослужения, обрядность. Хотя в Учение Иисуса Христа это вовсе не входило. Можно поставить вопрос: хорошо это, или плохо?

С одной стороны, разумному человеку понятно, что Бога в храмах не больше, чем вне их. И что Его искать надо в *глубинах* вселенной, а не в материальных культовых предметах или зданиях.

¹⁹ Богатый опыт медитативной работы, проделанной под руководством Иисуса, просматривается в посланиях Апостолов Иоанна, Филиппа и Фомы, а также Павла. Об этом можно прочитать в книгах [10,18].

Но, с другой стороны, ведь храмовость возникла как совершенно естественная потребность людей, объединённых общими духовными устремлениями, собираться вместе — ради просто эмоционального общения с единомышленниками, обмена мыслями и опытом, ради помощи друг другу, ради учёбы.

Также и обрядность сама по себе часто оказывается полезной: она благоприятствует тому, чтобы у собравшихся людей, настроившихся на восприятие Божественного, остановились потоки мыслей о «земном». И на этом фоне многие из них впервые получают доказательства реальности мистического — ощутимые прикосновения невидимых рук, энергетические потоки, исходящие от икон, мысли и даже голоса невидимых собеседников...

Для кого-то так проявляет Себя Бог, для других — бесы... Это зависит от уровня этической чистоты каждого конкретного человека.

А этическая чистота «паствы» в большой мере зависит от уровня духовной продвинутой «пастырей». Вот в этом-то — главная проблема... Ведь под видом христианства очень часто проповедуется нечто диаметрально противоположное...

Когда мы говорим о различиях между сложившимися религиозными направлениями, следует делать акцент вовсе не на обрядность! Не в обрядности проблема! Пусть обрядность у всех остаётся такой, как она есть! Проблема — совсем в другом: в отсутствии цельной картины в понимании сути Бытия Вселенского Сознания, и, в частности, его эволюционного аспекта!

Начнём с того, что вселенское пространство реально (а не только математически) многомерно и состоит из 7 основных слоёв многомерности.

Слои многомерного пространства различаются, прежде всего, по степени утончённости наполняющих их энергий.

Самый глубинный и утончённый слой во вселенском многомерном «Океане эманаций» — Абсолюте — это и есть лока Изначального Сознания, которое может называться — в разных контекстах и на разных языках — Богом-Отцом, Творцом, Отцом Небесным, Иеговой, Аллахом, Дао, Ишварой, Сварогом, Одним, и другими именами.

На другом конце шкалы многомерности находится ад — «помойка Эволюции», обитель наигрубейших — по их энергетическому статусу — существ. Это — те, кто приучили себя при жизни в воплощённом состоянии пребывать в грубых эмоциональных состояниях.

Теперь стало ли ясно, почему Бог советует нам жить в эмоциях нежной любви, а не гнева, осуждения, раздражения, злобы, ненависти?...

... Не всегда человеку удаётся легко и быстро изменить в лучшую сторону свой характер. Он просто не знает: как это сделать? И тут на помощь ему пусть придёт детально разработанная нами система психической саморегуляции, основанная на овладении управлением функциями собственных чакр, являющихся органами, ответственными, в том числе, за продуцирование наших эмоций.

Главная чакра у каждого из нас — это чакра анахата, расположенная в грудной клетке. Именно в ней зарождаются эмоции «сердечной» любви — того самого состояния, которое реально приближает нас к Богу и которое столь выраженно проповедовалось для нас Иисусом Христом и Его Апостолами.

Выше анахаты — в шее — расположена чакра вишудха, ответственная за эстетическое восприятие ситуаций окружающей среды.

Ещё выше — в голове — две «мыслительные» чакры.

А ниже анахаты — в животе и области таза — находится блок из трёх чакр, называемый нижним дань-тяном или хара. Это — *силовой блок* организма, питающий биоэнергией разные его функции.

Именно анахата с её драгоценным содержимым — духовным сердцем — является самой главной частью каждого из нас. Её-то, в первую очередь, мы и обязаны содержать в чистоте и всячески развивать, растить... — точнее, расти сами, став духовным сердцем, разместив себя — *как душу* — в нём, «поселившись» в нём.

* * *

Бог есть Любовь. И, чтобы приблизиться к Нему, мы должны тоже превращать себя в Любовь.

Единственная возможность реализовать это — обеспечивается осознанным волевым регулированием своих эмоций: исключением грубых эмоциональных состояний и всяческим культивированием утончённых.

Это не может быть достигнуто иначе, чем через указанные выше приёмы духовной работы.

Если мы интенсивно преображаем себя этически в соответствии с перечисленными выше принципами Божественной этики — то мы заслуживаем активную помощь в нашем духовном продвижении со стороны Божественных Учителей — Представителей Бога-Отца. Они-то и есть Те, Кого в совокупности именуют Святым Духом.

... Творец самым непосредственным образом заинтересован в нашем позитивном развитии. Ведь это Он послал нас развиваться в условиях земных

воплощений! Зачем? — Чтобы мы, разившись до нужного уровня, влились в Него, обогатив Его собою.

Понятно, что влиться сознанием в Него — это не каждому по силам сделать прямо сейчас. Но Он посылает нас в воплощения вовсе не один раз, а много. И возраст душ у нас всех — разный: кто-то ведь воплощается в человеческое тело впервые, а другой — уже воплощался сотни раз.

Более того, до человеческих земных жизней мы все — как души — эволюционировали в телах сначала растений, потом животных. И те, кто сейчас воплощены в таких телах, — это... будущие люди.

Не станет ли теперь для каждого из нас понимание этого — основой того, чтобы именно ко всем живым существам, воплощённым на Земле, относиться уважительно, сострадательно?

... Бог когда-то дал Моисею Заповедь: «Не убивай!». Моисей, однако, первым же её и нарушил... И с тех пор эта Заповедь не признавалась массово ни иудеями, ни теми, кто считали себя христианами, ни мусульманами.

А ведь Бог повелел через Моисея не «Не убивай человеков!». Он начертал на скрижали формулу с более расширенным смыслом: никого не убивай! И при этом пояснял:

«...Вот, Я дал вам всякую траву, сеющую семя, какая есть на всей Земле, и всякое дерево, у которого плод древесный, сеющий семя, — вам сие будет в пищу!» (Библия, Бытие, 1:29)

И потом Он ещё уточнил (Бытие, 9:1-4): запрещаю есть тех, в чьих телах течёт кровь! А сюда относятся все млекопитающие, пресмыкающиеся, земноводные, рыбы, моллюски... — почти все живые существа, кроме растений.

Но, даже если не признавать Библию, — не уместно ли глубоко задуматься: допустимо ли ради

удовлетворения своего чревоугодия убивать тех, кто страдают от боли? Совместимо ли это с любовью к ним, с самим принципом ЛЮБВИ?

Вот почему есть люди, которые — именно по этическим мотивам! — переходят на питание растениями, молочными продуктами и птичьими яйцами.

И заверяю: без этого Бог никогда не признает чью-то любовь совершенной!

* * *

Учась любить именно Творение, начиная с его частных проявлений, — мы постепенно развиваем в себе способность любить так, как любит Сам Творец.

Так мы сближаемся с Ним — по состоянию душ.

Так — мы развиваем себя в качестве Любви.

И приобретаем — в результате — способность полюбить и Творца.

Став совершенной Любовью — мы сливаемся с Творцом, становясь Его Неотъемлемыми Частями.

Вот в этом и состоит — кратко говоря — главная суть того Учения Бога, которое Он пытается донести до людей.

Достигшие этической безупречности духовные подвижники получают исчерпывающую помощь от Божественных Учителей в доведении себя — как душ, сознаний — до Совершенства. И тогда такие люди входят в Слияние с Творцом в Его Обители.

В Обители Творца все прежде индивидуальные Сознания Совершенных слиты в *Одно*.

Именно это позволяет с полной ответственностью говорить о том, что Бог — *Един*.

Но Они способны и снова обретать частичную индивидуальность, исходя из Обители Творца в качестве — теперь уже — Его Составных Частей. Их-

то и называют Божественными Учителями, Святыми Духами или — в совокупности — Святым Духом.

Среди Них — Те, Кто имеют мужской или женский облик: по последнему воплощению.

Каждый из Них абсолютно свободен в передвижении, может появляться в любой части пространства. А иногда можно наблюдать Их, собравшихся группой в одном месте.

Выглядят Они — чаще всего — как гигантские подобные человеческому облику формы (Махадубли), высотой и площадью основания — от десятков метров до километров. На вершине каждого — Божественный Лик. Они исходят из Обители Творца, оставаясь соединёнными с Ним, и свободно пронизывают Собою — как прозрачным Божественным Пламенем — земную твердь и любые материальные предметы.

Некоторые из Них имеют одну или больше «зон ответственности» на поверхности Земли, где каждый из Них пытается помогать воплощённым становиться лучше, создаёт им учебные ситуации — в рамках, прежде всего, усвоения этики. Здесь же Они обучают и тех, кто уже осознали себя учениками Бога и напрямую общаются со своими невоплощёнными Божественными Учителями.

Над Петербургом, например, всегда можно видеть Божественный Лик Апостола Андрея. Но есть также более локальные участки, где всегда можно пообщаться с Иисусом, Сатъя Саи, Апостолом Филиппом и Другими.

Их иногда неправильно воспринимают как «Покровителей» города или какой-то иной местности. Нет: Они — не Покровители, а наши постоянные Воспитатели, когда надо — нежные и ласковые, когда надо — суровые. В любом случае — Мудрые. Они —

Координаторы наших судеб: тех судеб, которые каждый заслужил.

Общаясь с конкретными Своими воплощёнными учениками, каждый из Них стремится подарить им, прежде всего, те знания и методы, которые составили в прошлом основу Его или Её личного Пути к Совершенству. Но бывает и так, что складывается личный опыт сразу нескольких из Них. Так было, например, в нашем случае. И это ускоряет рост учеников, а также позволяет постоянно совершенствовать методологию духовного совершенствования — применительно к конкретным экологическим и культурным условиям обучения.

* * *

Человеческая фантазия создала сказочный образ дьявола: обязательно с рогами, копытами, хвостом, мужского пола, к тому же... — сексуальный маньяк.

Но это — весьма вредная неправда. Вредная — потому, что идущие по пути собственной реальной дьяволизации люди не понимают своего отчаянного положения: ведь хвосты и рога у меня, мол, не растут — значит всё в порядке!

В условиях доминирующего религиозного невежества стать дьяволами — для многих! — весьма просто! Я наблюдал таких в равной мере и среди политических лидеров, и среди тех, кто занимали посты в «духовных» организациях, и среди алкоголиков.

Причём они могут быть обоих полов.

Кто они? Как их опознать?

Их признаком является хроническое пребывание в интенсивных грубых эмоциональных состоя-

ниях (злоба, раздражённость, ненависть). Лживость, подлость, агрессивность — это тоже их характерные качества.

Они останутся такими и после развоплощения. Их обителью будет ад, где они будут жить в гуще себе подобных и будут мучимы ими.

Но некоторые из них смогут ещё какое-то время продолжать вредить воплощённым людям — как и тогда, когда они были воплощены.

Воплощённые дьяволы могут причинять явный физический вред — убивая, калеча, насилуя, избивая, грабя, шантажируя и натравливая на свою жертву других себе подобных...

Но, как воплощённые, так и невоплощённые дьяволы способны создавать столь мощные грубейшие энергетические поля и энергетические «наводки», что часто доводят своих жертв до психотических состояний. Врачи ставят последним диагноз: шизофрения с симптомами бреда воздействия. Но это — не бред, а реальность. Я знал лично двоих, которые, попав под такое воздействие дьяволов, нашли выход из ситуации в том, что выбросились из окон с целью самоубийства — и разбились насмерть...

Для чего я рассказываю про эти кошмары? Не для того, чтобы напугать! Наоборот, чтобы помочь принять правильные решения тем, кто в такие ситуации попадут.

Прежде всего, как и во всех случаях иных бед, катастроф и невзгод, надо помнить о том, что всё происходящее всегда происходит — реально! — на глазах у Бога. И Им попускается.

И более того — Им эти ситуации и создаются!

Важно лишь понять: для чего? Что Ты, Господи, хочешь мне этим сказать, чему хочешь научить, в чём подправить меня?

Бог ведь не живёт на какой-то другой планете! И Он — не летающий невидимый для нас человек, которому не уследить за всем происходящим со всеми нами! Бог — это Вселенский Океан Сознания, сущий именно везде, в каждой точке пространства — но как бы под тончайшим *покрывалом*, отделяющим Творца — от Его Творения.

И не происходит ничего значимого ни с кем из нас без того, чтобы это ни приносило бы нам пользу!

Боль, например, может даваться для того, чтобы мы научились сострадать боли других существ — и больше не причиняли бы её им.

А любые разного рода дурные поступки других людей позволяют нам изучать на практике человеческую психологию.

Или они могут означать, что нам пора «сменить компанию»...

И т.д. Всё — на пользу!

В своей опубликованной автобиографии²⁰ я иллюстрировал то, как, используя разную человеческую мерзость, Бог радикально менял мои жизненные ситуации — мне на пользу!

И когда однажды, будучи смертельно покалеченным, я возопил к Нему с просьбой о разъяснении случившегося, Он начал со слов: «Ты Мне потом будешь за это благодарен!»...

Потом — так оно и случилось!

И ещё: во всех трудных ситуациях надо тесней прижиматься к Нему! Часто проблемы нам Он создаёт как раз для этого.

²⁰ [9,15].

... А те двое, что выбросились из окон,... — один из них развил в себе тщеславие до гротескной отвратительности, а второй... пострадал из-за того, что ввязался в ссору с дьяволизировавшимся бывшим компаньоном по бизнесу, который ему не возвращал деньги...

Иисус Христос учил: «У взявшего твоё — не требуй назад!» (Лк 6:30). А тот парень забыл про эту Заповедь, хотя и читал её... А ведь надо Учение Бога не только читать, но и исполнять!

Вторая его ошибка — переключил именно всё своё внимание на дьявола — вместо того, чтобы броситься душой в объятия Бога. И ведь действительно — он тогда *потерял Бога* в самом прямом смысле!...

В общем, он не выдержал экзамен по этике...

Я тоже попадал в аналогичные ситуации. Но использовал их как раз для укрепления своей Слитости с Творцом: в теле ведь было плохо, а в Обители Творца — хорошо, даже очень!

Мне те дьяволы очень помогли.

... Но самое ужасное — это вовсе не подвергнуться атакам какого-нибудь дьявола, а самому или самой стать дьяволом. Это обречёт на действительно страшную судьбу!

Однажды Бог провозгласил через пророка принцип: «Всё есть благо!»²¹. Попробуем его запомнить сейчас столь крепко, чтобы не забыть и тогда, когда придёт время «сдавать экзамен» Богу по предмету «практическая этика».

²¹ [10].

И ещё Он учит относиться к именно контролируемому Им злу — как к катализатору развития добра. Здесь тоже есть над чем подумать и что запомнить.

... Неоднократно я слышал такое возражение: «Нет! Бог, если Он есть, то Он — добрый! Он не может причинять нам столько страданий! Всё зло — от дьявола!»...

В этом утверждении — типичное для нашей социальной среды непонимание принципов взаимоотношений между Богом и людьми. Мыслящие так люди обладают столь «дремучим» эгоцентризмом, что рассматривают Бога в качестве своего «всемоущего слуги», в обязанности которого входит устраивать МНЕ жизнь по МОЕМУ хотению! А если не так — так я... я Тебя вообще признавать не буду! Или же Тебя и вовсе нет!...

Но Бог — есть. И Он, действительно, всемоущ. Но только характер взаимоотношений между Ним и воплощёнными существами — совсем другой.

Ведь на самом деле Он и мы — это вовсе не принципиально различные существа. Мы — Его частички (частички Его — Абсолюта), посланные Им на «земные пастбища» для вызревания!

И единственное предназначение нас — так это как раз именно вызревание на этих «пастбищах»!

Он — наш Добрый Пастырь — «пасёт» нас — если рассматривать объективно — ведь с той лишь единственной целью, чтобы мы, достигнув требуемой степени совершенства, влились душами в Него, став Им, обогатив Его собою!

В этом — ЕГО Жизнь, ЕГО Эволюция!

Другого смысла в нашем земном существовании — нет!

И те из нас, кто, используя свою свободу воли, вызревают успешно, — те получают наибольшее бла-

гоприятствование от Него. А дурные — отбраковываются и оказываются «на помойке Эволюции», в аду, во «тьме внешней».

Поэтому единственный правильный принцип взаимоотношений с Ним — с нашей стороны — это полная ПОКОРНОСТЬ пред Его Волей и чуткое восприятие всех Его предписаний и уроков!

Наш эгоцентризм должен быть заменён на Богоцентризм!

«Да будет Воля Твоя, как в Небесах, так и на Земле!» — это надо не только читать, произносить вслух и даже петь! Это надо на самом деле принять — каждым! — как формулу *моих с Ним* взаимоотношений!

Да будет Воля Твоя, Боже мой!

Признаю Тебя моим Всемогущим и Бесконечно Великим Вселенским Отцом!

Ты есть *Всё*!

А я — Твоё смиренное дитя — Тебя люблю и учусь у Тебя! И хочу познать Тебя всецело и слиться с Тобой в любви!

Паси меня на пастбищах Земли Твоей!

И веди меня в Твой Дом Дорогой Прямой!

* * *

Сколько раз мне не возвращали крупные суммы денег! Сколько чудовищной клеветы распространяли про меня! При этом мне приписывались клеветниками свойства, диаметрально противоположные тем, которыми я обладаю!

А недавно ещё выяснилось, что некий автор украл главу («Учение Хуана Матуса») из моей книги:

просто перепечатал её — и издал дословно от своего имени...

Всё это я рассматривал как тесты на мою преданность Богу. Не отвлекаться! И... просто шёл дальше, никого не ненавидя, никому не мстя, не требуя компенсаций «за причинённый физический и моральный ущерб»...

Ведь стоило бы вовлечься хотя бы в один из этих навязываемых мне конфликтов — и я и сам бы проиграл в том главном, ради чего мы посланы на Землю, и не смог бы помочь всем тем людям, которые приняли от меня помощь и ещё примут её — в исцелении душ и в духовном продвижении!

Причём, нарушив Заповеди Христа, я ведь перестал бы быть христианином...

... «Шавки лают — а слон идёт», — так сформулировал когда-то Своё отношение к таким ситуациям Сатья Саи.

Каждый — если чист душой пред Богом и людьми и идёт духовным Путём — может тоже принять для себя этот принцип.

И ещё: «Я управляю всеми. Не сердись ни на кого!» — учил меня когда-то Бог.²² Мне эти Его слова очень помогли. Пусть они помогут и вам!

* * *

Единственным способом для нас избежать земных бед — и сейчас, и на будущее — является активное духовное совершенствование. Оно, в ча-

²² [9].

стности, ведёт к правильному росту сознания в количественном отношении, обеспечивая так называемую «кристаллизацию» (по аналогии с ростом кристаллов в соответствующих такому росту условиях). А это даёт силу более эффективно противостоять злу.

И также будем помнить Заповедь: «Не будь побеждён злом, но побеждай зло добром!» (Рим 12:21).

* * *

Термин *исихазм* произошёл от греческого слова *исихия* — *внутренняя тишина*.

Без этой *внутренней тишины* невозможна *медитация*, являющаяся — после этапа изучения и вмещения в себя предложенных Богом этических принципов нашей жизни на Земле — основой для дальнейшего развития сознания на духовном Пути.

Именно стремление добиться исихии и продвигаться после этого к познанию Бога — и оформило это направление «христианской раджа-йоги», получившее известность как *исихазм*.

Причём важнейшая особенность и высокая ценность этого направления состояли именно в том, что *исихасты* с самого начала взяли совершенно верный ориентир на то, что исполнить указания Иисуса Христа о развитии в себе способности к любви — можно только через работу с духовным сердцем.

В частности, ими было обнаружено, что при переводе концентрации сознания из головы в духовное сердце — останавливается «внутренний разговор», исключавший до этого *медитацию*.

А при продолжении усилий и полном размещении сознания в духовном сердце человек — вдруг! — впервые на собственном опыте понимает то, что имел в виду Иисус, говоря о духовной любви!

Жизнь таких людей преображалась! Они действительно могли теперь любить друг друга и всё вокруг — истинно христианской любовью: «как самих себя» и даже больше, чем самих себя!

Дальнейшее развитие духовного сердца приводило к тому, что любовь теперь могла постепенно начинать вмещать в себя и Бога.

Бог всячески поддерживал их в этом, давая возможность им ощущать Себя в качестве Любви. И это заканчивалось — в итоге — Слиянием двоих любящих в Объятях Любви.

Исихасты изобрели методику развития духовного сердца, получившую название *Иисусовой молитвы*. Её формулы могли быть разными: от «Господи Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя грешного!» до наиболее простого и совершенного варианта: просто мольбы-призыва к Иисусу-Любимому войти в моё духовное сердце — со смиренным повторением Его имени: «Иисусе! Иисусе!...».

... Но в последующие века очень мало кто смог получить позитивные плоды от применения «Иисусовой молитвы». Стало даже доминировать мнение, что «её секреты утрачены»...

Но это — не совсем так: на самом деле масса «верующих» было утрачено истинное христианство вообще — с их отказом от этики, данной Христом. А последнее привело к тому, что в нём так и не сформировался — вплоть до последних лет — именно комплексный и научно корректный подход к духовному развитию человека. Иными словами, не было того научно-религиозного направления, которое теперь создано нами и названо *Методологией духовного совершенствования*.

... Считаю необходимым ещё раз подчеркнуть, что начинать своё духовное развитие каждый должен не с практики медитации, а с полного и подроб-

ного ознакомления с общетеоретическими знаниями по религиозной философии и, разумеется, принятия рассмотренного выше этического Учения Бога.

В противном случае состояние практикующего не сможет быть устойчивым, и он не сможет выдерживать те этические тесты, которые каждому обязательно будет предлагать Бог. А это чревато, в том числе, психическими нарушениями.

* * *

А теперь познакомимся с некоторыми важнейшими мыслями из книги ранних исихастов, которая называется *Добротолюбие*²³:

Из Подвижнических наставлений
блаженного Диадокха, епископа Фотики:

Предел, или верх совершенства веры, есть... погружение ума в Бога.

Предел нестяжательности — так желать не иметь, как иной желает иметь.

Предел смиренномудрия — решительное забвение своих добрых дел.

Предел любви — умножение дружеского расположения к тем, которые оскорбляют и поносят.

Из Подвижнических наставлений
Ефрема Сирианина:

²³ [25].

Не имей, монах, пожелания мяса и не пей вина до упоения; иначе огрубеет твой ум...

Не будь же пристрастен к мясу и к винопитию, чтоб не сделать тебе ум твой неспособным к принятию духовных дарований.

Бог сотворил человека *свободным* — потому и предназначаются ему почести и наказания.

Блуждающее око причиняет много скорбей тому, кто следует за ним. Если не воздержишься от скитания очей, то не проложишь прямых стезей целому дрию.

Умно отдаляйся от вредных встреч, чтобы добре покоился твой внутренний человек.

Если хочешь победить сребролюбие — возлюби нестяжательность и нерасточительность.

Если хочешь победить гнев — приобрети кротость и великодушие.

Только тогда печалься, когда согрешишь, но и в сем случае соблюдай меру, чтобы не впасть в отчаяние.

Если хочешь препобедить тщеславие — не люби ни похвал, ни почестей, ни хороших одежд, ни первоседания, ни предпочтения, а, напротив того, люби, чтобы порицали и бесчестили, взводя на тебя ложь...

Если хочешь победить гордость — что ни делаешь — не говори, что делается сие собственными твоими руками или собственными твоими силами, но говори, что при Божией помощи и при Божиим покровительстве делается сие, а не моею силою и не моим старанием.

**Из Подвижнических наставлений
Аввы Дорофея:**

Слышал я о некоем брате, что, когда он приходил к кому-либо из братии и видел келию его невыметенной и неубранной, то говорил себе: блажен сей брат, что отложил заботу о всём земном и так весь ум свой устремил горé, что не находит времени и келию свою привести в порядок.

Также, если приходил к другому и видел келию его убранной и выметенной и чистой, то опять говорил себе: как чиста душа сего брата — так и келия его чиста, и состояние келии согласно состоянию души его.

Не желай, чтобы всё делалось так, как ты хочешь, но желай, чтобы оно было так, как будет, — и таким образом будешь в мире со всеми.

Веруй, что бесчестия и укоризны суть лекарства, врачующие гордость души твоей, и молись об укоряющих тебя, как об истинных врачах души...

В ответ на ложные обвинения скажи: прости меня и помолись обо мне! Когда же спросят: так ли это было, — расскажи правду, затем поклонись со смирением и снова скажи: прости меня и помолись за меня!

Никогда не должно предпочитать свою волю воле брата своего.

Из Обозрения духовной брани
Иоанна Кассиана:

(Существует) состояние, которое заключается в созерцании единого Бога и в пламенной любви к Нему, где ум, объятый и проникнутый сей любовью, беседует с Богом ближайшим образом.

Из Аскетических наставлений
Нила Синайского:

Когда потерпишь бесчестие — радуйся; ибо, если это несправедливо, то велика тебе награда за это, а если справедливо, то, учеломудрившись через то, избавишься от бича наказания.

Есть высшая молитва совершенных — ... когда неизглаголаннкими воздыханиями духа приближаются они к Богу, Который видит расположение сердца отверстое.

Из *Подвижнических наставлений* Исаака Сириянина:

Смиренномудрый никогда не останавливается посмотреть на собрание, народное стечение, волнение, шум, разгул, не обращает внимания на слова, беседы, клики и рассеяние чувств: ему желательно не то, чтобы иметь у себя многое и быть в непрестанных делах, но чтобы во всякое время быть свободным, не иметь забот.

В смиренномудрии никогда не бывает поспешности, торопливости, смущения, горячих и лёгких мыслей, но во всякое время пребывает смиренномудрый в покое. Ничего нет, что могло бы его изумить, смутить, привести в ужас... Но всё его веселие и радование — в том, что угодно Владыке его.

Смиренномудрый, ... когда преклоняет он лицо своё на землю и внутреннее зрение сердца его вознесено к вратам во Святое Святых,... — осмеливается только так говорить и молиться: по воле Твоей, Господи, да будет со мною!

Пустыня усыпляет страсти. Но от человека требуется не это одно: усыпить страсти свои, — а и то, чтоб искоренить их, то есть, преодолеть... Страсти же усыпленные — пробуждаются, как скоро встречается причина придти им в действительность.

Желающий возлюбить Бога паче всего должен иметь попечение о чистоте души своей.

Чистота же души стяжается препобеждением и истреблением страстей.

(Кто не победит страсти, тот не войдёт) в непорочную и чистую область сердца.

Не питай ненависти к грешнику, потому что все мы подлежим ответственности.

Из *Подвижнических наставлений* Феодора Едесского:

Когда умертвим страсти, уничтожим похоти, а мудрования плоти подчиним Духу — тогда только берём на себя крест и последуем Христу.

«Удаление от мира» есть ни что иное, как это умерщвление страстей и проявление сокровенной во Христе жизни.

* * *

Ступени духовного Пути можно разбить на три основные группы:

1. Предварительные (ознакомление с теорией и её принятие, начало этической работы над собой, введение в свой быт основных гигиенических процедур, таких как ежедневное — по возможности — мытьё тела, загорание летом под лучами Солнца, зимой — с помощью кварцевых ламп и т.д.).

2. Базовые методы, включающие овладение релаксацией тела и ума, очищение биоэнергоструктур организма с помощью специальных приёмов, а также — что самое главное! — овладение способностью «жить» концентрацией сознания в своей чакре анахате и смотреть из неё в окружающий мир.

3. Дальнейшее развитие себя в качестве духовного сердца — вплоть до слияния с *Сердцем Абсолюта*: Изначальным Вселенским Сознанием, Богом-Отцом, Отцом Небесным.

* * *

Рост души, превращённой в духовное сердце, — практически безграничен.

Монашеский образ жизни, наполненный служением Богу через помощь людям в их духовном продвижении, плюс постоянные медитативные тренировки на специально подбираемых для этого *местах силы* — позволяют за несколько лет вырастить себя (в качестве духовного сердца) до размеров, сопоставимых с размерами нашей планеты — и затем ещё намного больше. Параллельно за это время духовный подвижник осваивает перемещение по всем основным зонам Абсолюта, научается растворяться сознанием в высших (тончайших) зонах.

А потом — и Слияние с Отцом Небесным, которое на протяжении последующих лет продолжающихся духовных усилий становится всё прочней и прочней.

Уже после обретения первых успехов на этом Пути практикующий избавляется от мучивших иногда годами болезней. А если он продолжает год за годом постигать всё новые и новые духовные высоты — то его тело очищается до воспринимаемой ясновидением *прозрачности*. И Божественный Свет начинает литься в материальный мир сквозь него! А развитое до Божественности Сознание уже сейчас — при существовании вполне здорового и активного физического тела — живёт в Слиянии с Творцом

и исходит из Его Обители в тех местах Творения, где это необходимо.

... Но и это — ещё далеко не всё. Есть перспективы и ещё более интересные...

«Солнце Бога»

или

Как стать Океаном Чистой

Любви

(лекция)

Термин «Солнце Бога» был впервые привнесён Иисусом Христом через Бена Куллена — пророка прошлого века, жившего в США. Книга с его Откровениями была издана в 1992 г. в США и затем переиздана на русском языке²⁴ (к сожалению, со множеством орфографических ошибок).

Главная мысль, которую хотел через эту книгу донести до людей Иисус, состоит в следующем.

²⁴ [35]. Язык и содержание этой книги соответствовали мировоззрению принимающего информацию: Бог всегда говорит с людьми на том языке и в тех терминах, которые доступны конкретным собеседникам. (Отсюда, в книге появились образы космического корабля, на котором, якобы, улётел с Земли Иисус, и т.п.). Но книга содержит и чрезвычайно ценную информацию.

Основные цитаты из этой книги приведены в [10].

Бог есть — всегда — Бог Живой! Сам Иисус был на Земле не 2000 лет тому назад, а вполне реально существует и сейчас среди воплощённых людей (хотя Сам и не воплощён).

Но множество верующих всецело поглощено совершенно неперспективным, бессмысленным занятием: исполнением бесконечных «молитвенных» телодвижений и тверждением зачастую не только бесполезных, но и вредоносных молитв. Они занимаются этим — вместо того, чтобы направить свои усилия на действительное духовное преображение себя через реализацию предлагаемых Богом усилий к познанию Его Самого и Слиянию сознанием с Ним на фоне эмоций Любви к Нему.

Иисус говорит, что Он ходит по храмам среди верующих, взывающих в молитвах к Нему,... — они же не видят, не ощущают, не слушают и не слышат Его!...

Вместо столь тупого занятия Иисус предлагает Своим последователям — дела служения Богу через посредство служения людям, а также личную устремлённость к познанию Творца.

При этом абсурдом являются поиски Бога «на небе»: духовные «Небеса» надо искать не вверху относительно поверхности нашей круглой планеты, а в *глубине* многомерного пространства. И Обитель Творца — находится ведь совсем рядом! Расстояние до неё — не больше, чем толщина тонкого листа бумаги! Путь же в эту Обитель начинается именно в собственном развитии духовном сердце.

Вход в Обитель Творца видится приблизившимся к ней успешным духовным подвижникам — как огромное и нежное, подобное ласковому утреннему солнышку, но только бесконечно его превосходящее по видимым размерам, — «Солнце Бога».

Познать всё это, войти в *Сердце Бога*, влиться там в Творца — таков конечный смысл жизни, личной эволюции каждого из нас.

И на этом Пути — в нашем собственном совершенствовании и в нашей помощи другим подвижникам — нам всегда готов помогать Святой Дух, Которого Иисус описывает как исходящую из Обителя Творца бесконечную по Своим возможностям Силу Любви, *только и ждущую ситуаций*, чтобы помогать достойным.

Но нам надо самим приблизиться по своему состоянию к состояниям Святого Духа — чтобы видеть, ощущать, слышать Его, а затем и сливаться с Ним в Объятьях Любви, чтобы уподобиться Ему, а затем познать — с Его помощью — и Бога-Отца.

* * *

Поговорим теперь о том, как же найти «Солнце Бога»?

Прежде всего, надо хорошо усвоить, что человек не есть тело. Человек — это сознание (душа), воплощаемое на некоторое время в материальные тела.

Смысл воплощений состоит в том, что рост индивидуального сознания возможен только при его воплощённом состоянии, ибо материальное тело является той «фабрикой», в которой происходит трансформация энергии от обычной пищи — в энергию сознания.

Ещё можно говорить о многомерности организма (но не тела!) воплощённого человека.

При этом отметим, что придуманная очень давно оккультистами схема «семи тел» человека методологически не верна. Грамотней говорить о потен-

циальном представительстве каждого человека во всех основных слоях многомерного Абсолюта; этот свой потенциал человек и должен реализовать.

Именно об этом, кстати, идёт речь в Библии, когда там говорится о подобии человека и Бога — Бога в аспекте многомерного Абсолюта.

Сказанное становится более понятным, если рассмотреть схему изучения строения Абсолюта.²⁵

Понять эту схему не столь уж просто из-за того, что на бумаге невозможно полностью адекватно графически изобразить многомерность пространства. Поэтому, чтобы разобраться, надо принять, что каждый слой многомерности, расположенный на схеме ниже, на самом деле находится именно *глубже* по шкале многомерности. И каждый более *глубокий* слой является более утончённым, в сравнении с предыдущим.

Обитель Творца, таким образом, находится в самом *глубоком*, то есть, самом утончённом энергетическом пласте многомерной структуры Абсолюта. И именно там, значит, нам и надо искать Его. Причём методологическим направлением работы здесь будет утончение сознания, начиная с овладения регулирующей собственной эмоциональной сферы.

Весь процесс такой нашей учёбы (в том числе, с изучением теории, практическими занятиями и экзаменами) идёт под руководством Святого Духа; Он никогда не оставляет никого без внимания и помощи. И ничто не происходит ни с кем — без Его ведома и контроля.

²⁵ См. в конце книги.

Итак, что же нам — в связи со сказанным — делать? — Наверное, надо немедленно начинать духовное преобразование себя: прямо с этого дня!

Как понимать слово Бог (лекция)

Под словом *Бог* мы должны понимать, прежде всего, Творца.

Но есть также слово *Абсолют*, то есть, многомерное *Абсолютно Всё*, кроме «помойки»-ада.

В христианстве также существует понятие Троицы — Бог-Отец, Христос (Бог-Сын) и Святой Дух.

Бог-Отец — это не старичок на облачке, как Его иногда наивно рисуют на иконах. И Он — не какой-то могущественный мужчина-правитель, восседающий на троне на какой-то планете. Он — и не женщина, и не двуполое существо. Он — вообще не личностей.

Он — это Совокупность всех Тех, Кто когда-либо прежде достигли в Своём развитии Обители Творца — наитончайшего слоя многомерного Абсолюта — и поселились навечно в нём.

Бог-Отец — это совокупность множества Совершенных Наитончайших Сознаний, взаимослитых, взаиморастворённых и пребывающих в состоянии вечного Наивысшего Блаженства.

Главным Их признаком является именно Наитончайшесть.

Но Те, Кто существуют в Обители Творца, могут Частью Себя исходить из неё с целью, прежде всего, помощи воплощённым. Эти-то «личностные»

Проявления Творца и именуются, в совокупности, Святым Духом (Брахманом).

Святой Дух, как и *Бог-Отец* — это есть слова, обозначающие именно совокупные (но не индивидуальные) состояния Бога.

Но при общении со Святым Духом в каждом конкретном случае — мы имеем дело именно с Божественными Личностями, с нашими невоплощёнными Божественными Учителями.

Божественные Учителя исходят в «тварный» мир, оставаясь вначале в том же уровне утончённости. Но, входя в рай, Они несколько уплотняют Себя, чтобы быть воспринимаемыми райскими существами. Для общения же именно с начинающими воплощёнными учениками Они уплотняют Часть Себя на ещё одну ступень — до уровня утончённости тех конкретных душ: чтобы быть легче воспринимаемыми ими.

Божественные Учителя видимы «глазами сердца» духовно продвинувшихся воплощённых людей — как огромные антропоморфные Проявления (Махадубли), состоящие из мягкого, нежного, тонкого бело-золотистого Божественного Света, иногда огнеподобного, но никогда не обжигающего истинных учеников Бога.

Ученики Божественных Учителей должны прилагать все силы к тому, чтобы постепенно — за счёт приёмов очищения себя от энергетической грубости и через медитативные тренировки, включающие настройку сознанием с Учителем, — приближаться к Обители Творца.

Те преуспевающие ученики, которые уже научились прочно пребывать в Слиянии с Сознанием Учителя (хотя ещё и не были допущены Им в Его Обитель) — но они уже имеют некоторый опыт бытия Святым Духом.

Иногда имеют место воплощения Божественных Учителей в человеческие тела. Они это делают как жертвенные приношения Себя воплощённым людям — ради духовной помощи, духовного спасения заблудших душ. (Но... часто эти заблудшие истязают и убивают Их).

Мессия, Христос, Аватар — так называют Их на разных языках.

Каждый из Них, воплотившись в человеческое тело, продолжает жить Своим Огромным Наитончайшим Сознанием в Обители Творца, будучи неотъемлемой Его Частью. Но это Сознание скреплено также и с физическим телом, через которое Бог пытается донести до воплощённых людей истину о том, в чём состоит смысл их пребывания на Земле и как этот смысл надо реализовывать.

... Для успешного ученика Бога вхождение в Обитель Творца — это не мгновенный и необратимый акт, а долгий и трудный, но наполненный высшим счастьем прямого взаимодействия с Богом процесс постепенного приучения себя к принципиально иным, чем жизнь в других зонах, состояниям. Это — постепенное переселение в «новое жилище», освоение его и обретения качеств Мессии.

Исполнить это возможно только в монашестве.

... Встречаются случаи, когда кто-то провозглашает себя (или кого-то провозглашают) «Новым Христом» или «Аватаром». Такие ситуации могут создаваться, в том числе, или явными жуликами, целью которых является преступная форма личного обогащения и наслаждения от издевательств над поклонниками, или же больными паранойей или шизофренией.

С другой стороны, зачастую примитивы стремятся всячески осквернить именно истинных Божественных Учителей.

Поэтому уместно определить критерии, по которым можно было бы отличать первых от вторых.

Основных критериев здесь три:

Первый — именно утонченность Сознания истинного Божественного Учителя, Которое существует в виде именно огромного Духовного Сердца, не способного к грубым эмоциям.

Второй — понимание Им всего того, о чём мы сейчас говорим, обладание всем набором методов, которые необходимы ученикам для достижения Богореализации.

Третий — отсутствие у Него личного эгоцентризма; вместо последнего — Богоцентризм, то есть, в том числе, жизнь и действие ради Божественной Эволюции, а не ради себя или какой-то узкой группы людей.

* * *

Суть всего, происходящего во вселенной, есть Эволюция Абсолюта.

Ею руководит Творец. По Его командам в разных участках бесконечного вселенского пространства начинают образовываться из протопракрити — сгустки первичной материи (пракрити). В них затем очень долго идут процессы, приводящие к образованию условий, пригодных для жизни органических тел. С какого-то этапа начинается воплощение ничтожных по размерам частиц протопуруши в столь же ничтожные частицы материи... Формируются одноклеточные организмы, затем многоклеточные...

Руководя процессом генных мутаций, Творец создаёт все более сложные организмы. Появляются растения, животные, люди...

Развивающиеся сгусточки пуруши воплощаются Богом во всё более и более сложно устроенные и самовоспроизводящиеся через размножение органические тела... Они — благодаря этому — растут количественно, увеличиваясь в размерах, усложняются их формы жизнедеятельности, включая поведение. У животных активно развиваются эмоциональная сфера, память, способность мыслить, в том числе творчески... Некоторые птицы, например, проявляют изумительные эстетические способности и изобретательность при строительстве гнёзд, чудеса заботливости и самопожертвенности при защите потомства — людям бы некоторым у них поучиться!... Интеллектуальный уровень представителей некоторых видов млекопитающих уже явно превышает таковой у многих людей..., включая тех, кто отрицают наличие разума и способности любить и страдать у животных...

Мы все, каждый из нас, людей, были в своём личном прошлом и растениями, и животными многих биологических видов...

А сейчас к растениям и животным мы обязаны относиться, как к будущим людям, не вредя никому, наоборот, помогая...

И растения мы не должны убивать и калечить напрасно, и животные живут вовсе не для того, чтобы мы ели их тела и использовали для своих нужд их содранную с тел кожу...

Они живут, как и мы, люди, — ради процесса развития воплощённых в физические тела душ, в едином с нами процессе Эволюции Абсолюта, являясь, как и мы, Его частицами...

... Высшей ступенью в эволюции органических тел на Земле является человеческое тело.

А следующей ступенью развития для человека (не как тела, а как души, сознания) является Бог в аспекте Творца.

... В человеческие тела мы воплощаемся много раз. Самое трудное для нас — это развить интеллектуальную функцию сознания до той степени, чтобы можно было исчерпывающе понять и претворить в действительность всё то, о чём мы говорим сейчас. Подавляющее большинство людей оказывается тотально неспособным даже вообще мыслить в эту сторону... А если и пытаются из них кое-кто — то тут же «влипают» в те секты, где «спасение» обещается в награду за всего лишь повторение тех или иных молитв, за участие в тех или иных обрядах...

... Что способствует развитию интеллекта? — Учёба в учебных заведениях, разнообразная производственная и научная работа, самообразование во всех тех областях знаний, которые наиболее значимы для духовного роста. Также — помощь другим в овладении всем этим.

Что препятствует развитию интеллекта? — Ленивый образ жизни, пьянство и применение других разрушающих души наркотиков, жизнь в грубых эмоциональных состояниях, что совершенно отчётливо ведёт к «прирастанию» к аду...

Дорастая в ряду многих предшествовавших воплощений до человеческого состояния, очень многие люди идут дальше не к Творцу, а в противоположную сторону. И они оказываются, в итоге, во «тьме внешней» — аду — и затем «падают» обратно в протопурушу, будучи уничтоженными как души... На основании информации об этом и сформировался образ «геенны огненной», где гибнут в мучениях души грешников.

Но другие люди — лучшие! — обретают себе Обителью — Обитель Творца. И продолжают Жизнь

Бесконечную в Наивысшем Блаженстве и в активнейшей созидательной Любви, направляемой к достойным ученикам Бога — везде, где они есть, во всей вселенной.

Религия — и религиозные движения и школы (лекция)

Слово *религия* переводится с латинского языка — как *сближение*, *Слияние* с Богом, или как *Путь к такому Слиянию*.

Все созданные Богом религиозные движения создавались Им среди людей именно с этой целью.

Но эти движения всегда со временем извращались людьми — вплоть до полной противоположности — ибо власть в возникших организациях оказывалась захваченной вовсе не истинными духовными подвижниками, а агрессивными и корыстными примитивами.²⁶ Замысленные и созданные Богом организации — люди переделывали в секты²⁷.

Но — то в одной, то в другой стране — вызревали в борьбе со злом религиозных извращений новые герои, познавшие Творца и служащие самоотверженно Ему.

²⁶ См. [6].

²⁷ Секты — это религиозные объединения, отошедшие в своём мировоззрении от истинного знания, предлагаемого людям Богом.

Очень часто над ними издевались и их убивали фанатики тех сект. Но многим, всё же, удавалось создать духовные Школы и приблизить к Творцу то или иное число других светлых душ.

И сейчас в разных странах существуют и вновь появляются религиозные лидеры, создающие свои религиозные организации.

Впрочем, эти организации — весьма различны. И нельзя сказать, что все они нацеливаются в правильном направлении, хотя очень часто их лидеры утверждают, что их ведёт Бог, что они слышат и исполняют Его указания... Но отчего же тогда такие различия? Как же разобраться в этом?

... Мы уже обсуждали, что в одном и том же обществе в одно и то же время — люди очень не схожи между собой. Среди них всегда:

- большинство составляют молодые психогенетически воплощённые души,

- есть также больший или меньший (в зависимости от культурных традиций в данной социальной среде) процент людей, погрязших в пороках; они готовят себя к аду; это — отбросы Эволюции; как мы уже обсуждали, в ад люди готовят себя, прежде всего, культивируя в себе грубые эмоциональные состояния: враждебные отношения к кому бы то ни было, ненависть, гнев, раздражённость; дегенерируют также наркоманы, включая алкоголиков,

- есть в каждой стране некоторое количество врождённо психически неполноценных людей; это могут быть, например, перевоплощения алкоголиков и прочих наркоманов, которые рождаются у родителей с тоже неблагоприятными (созданными ими же самими) судьбами,

- есть люди со средним и высоким уровнем развития интеллекта, более или менее успешно за-

нимающиеся разными видами социальной деятельности,

— и есть те, кто имеют уже те стадии развития сознания, которые позволяют им в этом воплощении реально приблизиться к Божественности и даже обрести Её.

В зависимости от этого находится и религиозность данных групп людей.

Мне, например, встретила секта, где адепты умышленно развивали в себе способность интенсивно ненавидеть — ради магического господства над другими людьми...

Другая подобная группа «магов» с той же целью «заряжалась» на отрицательных *местах силы* с адской энергетикой...

Существуют также секты и группы, созданные явными сексуальными маньяками, которые облачают свою деятельность в псевдорелигиозное облачение.

Или — некоторые школы «современной психологии» создают дьявольские личности, страстью которых является унижение других людей, издевательства над ними. Эти уроды мотивируют свою деятельность... необходимостью уничтожать «низшее я» у своих жертв...

... Если рассматривать более «приличный» уровень сектантства, то здесь можно выделить такие типичные методологические ошибки, как неправильное понимание локализации, структуры и функции чакр, преимущественное внимание на только нижние или только верхние чакры, вредоносное расцветивание чакр в цвета радуги, несуразные представления о способах работы с кундалини, находящейся, якобы, в копчике, почитание астрологических фантазий, ориентация на «учителей» из среды духов и «инопланетян» — вместо Святого Духа, и т.п.

... Для того, чтобы перейти от описания негативных явлений в псевдорелигиозной среде — к позитивным, давайте рассмотрим то, что же действительно полезно развивать в себе для приближения к конечной Высшей Цели:

— Мы уже обсуждали необходимость всяческого развития интеллекта. Очень важно также накапливать как можно больше естественнонаучных знаний — по медицине, биологии, фундаментальной психологии, этнографии, астрономии, также по истории развития религиозно-философской мысли. Необходимо хорошо разбираться и в политике. Ведь духовная учёба предназначена для того, чтобы вырасти, в итоге, до Божественности. И одними лишь медитативными упражнениями этого не достичь: надо стремиться к приближению к Божественной компетентности во всём самом главном! А для этого — необходима огромная широта кругозора!

— Крайне важно научиться гармоничному общению с живой природой. Для того, чтобы научиться любить Творца, — надо предварительно освоить любовь к Его Творению со всеми его тварями. А это невозможно сделать ни в комнатах, ни в музеях или лабораториях, ни в храмах. Зато в гармоничных природных ландшафтах с обилием различных проявлений жизни — при правильном (любящем, заботливом) к ним отношении — этого достичь просто и легко.

— Важно иметь отличное здоровье: чистота сознания и его количественный рост — невозможны без должного уровня здоровья тела. А поэтому надо изучать и соблюдать принципы здорового образа жизни — и в питании, и в закаливании, и в том, как и во что лучше одевать тело, и в том, как его лечить от наиболее обычных недугов.

— Навыки эстетики в разных её аспектах — в музыке, танце, живописи, фотографии и т.д. — будут важны при работе по утончению сознания.

— Сила тела, развиваемая через физический труд и спортивные тренировки, будет благоприятствовать накоплению силы утончённым сознанием. Также весьма полезно всем владеть навыками самообороны — чтобы не быть пугливыми и неуверенными в себе при контактах с представителями человеческой мерзости. Но чрезмерное увлечение боевыми искусствами не может быть расценено как полезное на духовном Пути: духовный Путь — это Путь Любви, но никак не агрессии!

— Навыки психической саморегуляции, включая способность к релаксации тела и ума, к произвольному переводу концентрации сознания внутри своего тела (в том числе, в чакрах и основных меридианах), а потом и вне тела, — это есть то, без чего добиться успехов в духовной работе невозможно.

— Всё, что было перечислено выше, — необходимо. Без этого — не обойтись. И всё же, самым главным является развитие себя в качестве духовного сердца — органа сердечной любви. Ведь «Бог есть Любовь»! И из этого следует то, что приближаться к Нему человек может не иначе, как тоже превращая себя в Любовь. Иными словами говоря, надо приучать себя жить, не выходя из состояния любви — даже по отношению к враждующим против тебя, истязаящим, убивающим твоё тело!

— А ещё важно — иметь правильные знания о Боге, о смысле наших жизней и способах его реализации. Без того, чтобы в каждом из нас сформировалось отношение к Богу как к Реальному, Живому Главному Учителю, как к Цели, Которая должна быть познана, как к Главному Объекту Любви, — без это-

го работа любого религиозного объединения не будет в должной мере эффективной.

* * *

... И последнее: как отличить истинные пророчества, приходящие от Бога, — от шуток и издевательств обитателей ада или прочих духов?

Для высоко продвинувшихся духовно учеников Бога этот вопрос не актуален: они *видят* глазами сердца своих Собеседников и легко беседуют с Ними. Божественных Учителей невозможно спутать с кем-либо ещё: ведь Они есть огромные и именно наитончайшие Сознания. Да и даже цвета Их, как Сознаний, — тоже противоположны представителям ада: с одной стороны — нежно-золотисто-белый, с другой — грубо-чёрный.

Но начинающие мистики, которые ещё не научились сонастраиваться с Божественной утончённостью, весьма часто здесь запутываются.

Так существуют ли критерии различения такого рода информации, пока ещё не видишь напрямую её источник? — Да.

Во-первых, Бог никогда не будет предлагать совершение поступков, причиняющих вред кому-либо.

Во-вторых, Бог говорит о том, как приближаться к Совершенству, как помогать в этом другим. Дьяволы же и бесы «льют воду» пустых красивых фраз и провоцируют на этически несостоятельные и глупые поступки. Бог также никогда не занимается *предсказаниями*, за исключением вполне конкретных ситуаций: например, туда-то поезжайте не ранее такого-то дня, до этого будет плохая погода...

Ещё Бог никогда не будет участвовать в поощрении порочных человеческих желаний, типа стремления разбогатеть.

Он способствует свершению только того, что надо Ему в Его Эволюции.

Земные же страсти неразумных людей поощряют лишь те невоплощённые существа, которые сами жили этим и в этом компетентны...

«Узкий Путь» к Высшей Цели (лекция)

Иисус предложил следовать к Творцу через «узкие врата», «узким Путём», «ибо широки врата и пространен путь, ведущие в погибель» (Мф 7:13-14).

Что же это такое — «узкий Путь»?

Это — путь монашества.

А монашество — это полное посвящение себя только одному делу: постижению Творца и помощи в этом другим.

Как отличить монаха от других людей?

Нет, не по одеждам! И не по новым иностранным или древним именам! И не по количеству поклонов и прочих подобных телодвижений!

... Но посмотрим: что называет *работой* обычный человек?

Ведь это, прежде всего, то, за что он получает деньги!

Но настоящий монах под *работой* понимает то, что должно быть сделано и делается *для Бога*.

Другими словами, первый работает, прежде всего, для себя. Тогда как у второго вектор направленности его усилий — противоположен: он действует

не ради себя (или какой-то небольшой группы людей), а *от себя*, для блага других — в общем Потоке позитивной Эволюции Вселенского Сознания.

«Будьте совершенны, как совершенен Отец ваш Небесный!» — вот цель, определённая именно так Иисусом Христом, которую постоянно видит перед собой монах!

Но, разумеется, для реализации поставленной перед собой задачи надо иметь как общую методологию духовного совершенствования, так и конкретные методы.

Как раз именно об этом мы и говорим в этих беседах.

... Мы уже обсуждали что духовная работа состоит из двух основных этапов: экзотерической и эзотерической.

Экзотерическая часть содержит две составляющие:

- изучение и полное принятие концепции Пути, предложенной Богом,
- начальное этическое преображение себя в соответствии с этим Учением.

Говорю сейчас об именно *начальном* этическом преображении, поскольку сразу всё в этом аспекте работы над собой — сделать невозможно: этическое совершенствование продолжается до самого окончания Пути к Обители Творца.

... В обычных условиях получается, что человек — чаще всего с детства — оказывается вовлечённым в ту религиозную (или атеистическую) среду, которая доминирует в данном регионе, или же в ту, которой придерживаются родители. И эта ситуация очень часто оказывается неудачной.

И лишь созрев интеллектуально (если такая зрелость вообще наступает), человек начинает сопоставлять разные религиозные и философские концеп-

ции, пытается разобраться в причинах их различий, а затем выходит своим поиском к пониманию Первоисточника.

Вот только тогда и становится возможным движение по истинному «узкому Пути».

... Но лишь очень немногим людям удаётся сразу попасть в здоровые духовные школы и избежать иногда весьма долгого и мучительного поиска истинного направления приложения своих духовных усилий...

А дальше обычно начинается борьба за своё право быть не такими, как окружающее заблудившееся и погрязшее в пороках большинство.

И здесь некоторые — сдаются, не выдержав конфликтов и гонений, предпочтя для себя спокойную жизнь, «как у всех»; к Творцу им, оказывается, не очень-то и хотелось.

Но другие проявляют достойный наивысшего восхищения героизм — и они обеспечивают себе прекрасные судьбы на будущее. Примеры такого героизма мы можем видеть и среди первых христиан, и затем среди жертв инквизиции, и среди первых мусульман, а затем — среди воспротивившихся извращениям ислама бахаев и сикхов.²⁸

Мне тоже пришлось выстаивать и против политических гонений, и угроз физической расправы со стороны религиозных фанатиков-примитивов. Была и реальная расправа, повлекшая за собой весьма ценный опыт двух клинических смертей.²⁹ Я стоял во всех этих испытаниях. И продолжал идти

²⁸ [6,38,41].

²⁹ [9,15].

дальше — по тому самому «узкому Пути». И помог многим достойным людям (и надеюсь помочь ещё многим).

... Если на экзотерических ступенях Пути путники испытывались Богом через преодоление ими материальных невзгод и вражду со стороны неспособных понять их людей, то на начальных эзотерических этапах им часто предлагаются испытания мистического порядка: например, энергетические атаки воплощённых и невоплощённых дьяволов. Это — испытания мистическим страхом. Отступить, поддавшись ему, означает, что человек ещё не имеет развитой в должной мере любви к Творцу: последняя ещё не стала абсолютно устойчивой и незыблемой жизненной доминантой.

В частности, ведь «в любви — нет страха, но совершенная любовь изгоняет страх. ...Боящийся — не совершенен в любви!» (1 Ин 4:18).

Преодолеть свой страх можно, ещё теснее прижимаясь к своему Божественному Учителю и понимая, что все такого рода трудности устраивает нам именно Он — нам во благо. И Сам же наблюдает потом — как мы справляемся с Его испытаниями.

В этом — проявление Его Божественной Любви: просто Он старается именно так сейчас помочь нам стать Совершенными.

А без того, чтобы научиться преодолевать трудности, — дальнейшее продвижение невозможно.

* * *

Далее устремлённым в любви к Творцу подвижникам предстоит развивать себя в качестве уже не вмещающихся в свои тела духовных сердец, постепенно утончаясь и увеличиваясь всё больше и

больше. А затем — учиться перемещаться в тончайшие зоны многомерного Абсолюта, постепенно осваивая их один за другим, вплоть до Обители Творца.

Творец есть *Сердце Абсолюта*. И процесс духовного продвижения можно обрисовать как постепенное *уподобление Ему*.

Продумаем ещё раз самостоятельно: в чём оно состоит?

... Структура Абсолюта, в идеале, должна быть познана — именно практически — вся полностью. Это может быть постигнуто не иначе, как уже развитым до космических масштабов духовным сердцем. Огромные Души, состоящие из светлой, прозрачной, подвижной, текучей энергии Любви, легко передвигаются в многомерном пространстве. Причём Их органом передвижения являются единосушные им Руки Сознания.

В практике это всё наиболее легко осваивается на соответствующих каждой медитации *местах силы*. Надо лишь знать — *как?*

Познавший и «обживший» все зоны Абсолюта духовный Подвижник теперь свободно владеет всем диапазоном шкалы многомерности. Он легко пронизывает все зоны: от границы с адом — до Глубин Обители Творца.

Критерием успеха в обживании Обители Творца является способность светить *из неё* «Солнцем Бога».

Только полное освоение сказанного позволяет говорить о завершении процесса духовной Самореализации или, что то же самое, — Богореализации, полного Просветления, достижения высшей Нирваны, сопровождаемой высшим Самадхи.

Об этих сложнейших этапах самосовершенствования, разумеется, невозможно более подробно рассказывать ни в лекции, ни на страницах книги. И их

также нельзя пройти самостоятельно, без помощи Божественного Учителя. Именно Он показывает ту самую «лестницу» «узкого Пути» и объясняет, куда «ставить ноги» на той «лестнице» и как себя вести в познаваемых впервые вселенских пространствах.

Вот так человек и становится Богом, влившись во вселенский Океан Наитончайшей Любви Творца. Энергия кундалини теперь у Него «разархивирована» и слита с Творцом, чакр в теле — в прежнем их виде — с этого времени больше нет, есть только безграничное Духовное Сердце в Обители Творца. Всё лучшее, наитончайшее — извлечено также и из крайних дань-тянов и тоже объединено с Изначальным Сознанием. Тело же, скреплённое с Ним, — продолжает существовать на Земле, что позволяет — наилегчайшим образом! — передавать людям знания о Пути.

... Кстати, меня просили рассказать о работе с кундалини. Мы посвятим этому нашу следующую беседу.

Атман и Кундалини (лекция)

Слово *Атман* (в санскритском устном произношении — *Атма*) расшифровывается как *Главная Суть* человека, как его Высшее «Я». «А» в этом слове — отрицательная частица. «Тма» — то же, что русское слово *тьма*. От этого же корня — слово *тамас* — невежество, духовная тьма. Значит, «А-тма» или *Атман* — *противоположный тьме, сияющий*. Отсюда же происхождение русского *атаман* — *сияющий, доблестный предводитель*.

А по сути, Атман — это лучшая, Божественная часть многомерного организма каждого из нас.

Атман — это и Брахманический Огонь, когда мы становимся Им, и Атмическая энергия кундалини — как бы драгоценное содержимое в «копилке», где хранится то лучшего в каждом из нас, что удалось накопить во всех предыдущих воплощениях.

... Оказывается, что при каждом новом воплощении человека воплощается в тело не вся душа, а, прежде всего, та часть, которая требует коррекции, исправления. А лучшее, то есть, то, что было выращено каждым на фоне эмоции истинной тончайшей любви, откладывается Богом для сохранения в этой «копилке». При этом кундалини всё же является частью многомерного организма человека и участвует в его жизнедеятельности.

Обычная материальная пища, которой мы все питаемся, идёт в организме на рост и обновление клеток тела, но также даёт: а) энергию, расходуемую на работу мышц, нервной системы, желёз и прочие нужды тела, б) энергию, запасаемую в теле в виде специальных биохимических связей на молекулярном уровне, в) энергию чакр и других биоэнергетических структур и г) энергию, обеспечивающую непосредственный рост сознания.

И количественный, и качественный рост индивидуальных сознаний, таким образом, обеспечивается, с одной стороны, качеством и количеством материальной пищи и, с другой стороны, интенсивностью и качеством жизни (то есть, бездуховная или духовная в истинном значении этих слов).

При наступлении «конца света» все кундалини вливаются в Сознание Творца. А души, не успевшие объединиться с Атманом, разрушаются до состояния протопури.

Ещё раз вернёмся к теме трансформации энергии. Именно, наши тела являются как бы фабриками по переработке «материальных» энергий в энергию сознания. А качество растущего сознания зависит, прежде всего, от того, в каких эмоциях мы живём: в тонких и тончайших — или же в «серых» или «чёрных», грубых.

Бог, как мы видим из изложенного, «питается» и «растёт», эволюционируя, — за счёт трансформации в наших телах пищи, созданной Им же из акаши. Энергия, образуемая в наших телах из этой пищи, в идеале, преобразуется в Атмическую энергию, которую Он потом «вливает» в Себя. Отсюда становятся окончательно понятными роль «сотворения миров» и место всех живых существ, включая нас, людей, в Его Эволюции.

Так что, если мы любим Бога, — то давайте активно участвовать в этом процессе! И, как мы видим, любовь к Богу разумно проявлять не в вымаливании чего-то перед иконами, а в увеличении своих Атмических потенциалов через активную жизнь в эмоциональной любви.

... Запасы энергии кундалини у людей — разные. Это зависит и от количества, и от качества прожитых жизней, а также от того, как мы живём в жизни этой.

Наши кундалини обычно пребывают в *акаше* внутри тела нашей планеты.

Отголоски знаний о кундалини породили сказки о наличии у каждого человека «сестры-души», с которой может состояться желанная встреча.

Кундалини соединена с телом каждого из нас специальным энергетическим каналом, присоединяющимся к телу в передней части чакры муладхары. Кундалини участвует в жизнедеятельности организма, в том числе, «подпитывая» воплощённую часть

сознания. Чем больше у человека кундалини, тем он богаче своим духовным потенциалом и духовными проявлениями.

Но кундалини — это хоть и Божественная энергия (то есть, тождественная по качеству энергии — Творцу), но она пока ещё индивидуализирована, она — как капля, ещё не слитая с Океаном Изначального Сознания.

Когда человек дорастает в ряду воплощений до той стадии, что данное его воплощение может оказаться завершающим и когда устранены все недостатки в воплощенной части сознания, — тогда наступает время поднятия кундалини к телу, проведения её сквозь тело и слияния с ней остальной части индивидуального сознания. Затем следует влиться вместе с ней в Параматман (то есть, в *Высший Атман* — Океан Вселенского Изначального Сознания, Творца в Его Обители).

* * *

Накопление кундалини идёт у людей только тогда, когда они пребывают в эмоциональном состоянии нежной любви. Именно это нужно от людей Богу. Именно к этим состояниям Он призывает нас. Например, Иисус учил: «Заповедь новую даю вам: да любите друг друга!» (Ин 13:34), «Более... всего имейте усердную любовь друг к другу!...» (1 Петра 4:8), «Возлюбленные! Будем любить друг друга!...» (1 Ин 4:7), «Будьте братолюбивы друг к другу с нежностью!» (Рим 12:10).

Где мы можем найти такие состояния? Прежде всего — при гармоничных сексуальных отношениях, наполненных нежностью, одухотворенных пониманием того, что тонкая и чистая гармония любви

— это как раз то, чего больше всего хочет от нас Бог, что это — важная составная часть Пути к Богу, что этим мы обогащаем не только себя, но и Его. Также мы учимся любви при радостном и нежном материнстве, при слиянии с нежной гармонией природы, при сонастройке с тонкими и насыщенными нежностью произведениями искусства.

Укрепившиеся в этих состояниях люди оказываются затем способными испытывать высокое блаженство и от прямого общения с Богом.

Именно этих состояний, обозначаемых общим термином *самтва*, хочет от нас Бог — ибо именно при них мы напрямую растим себя (как сознания), приготавливая себя к полному Слиянию с Ним, напрямую участвуем в Его Эволюции.

Все же наши противоположные состояния не способствуют этому, а потому не угодны Ему. И поэтому культивирование нами их в себе делает нас «отбросами Эволюции», предопределяет нас в её «помойку» — в ад — вне зависимости от нашей принадлежности к той или иной религиозной организации и нашего рвения в исполнении её обрядов и «таинств».

... Показательно, что именно для представителей гуны тамас характерны агрессивность и насильственность, у них существует неудержимое влечение сделать всех остальных людей такими, как они сами.

Отсюда рождаются и войны «за веру», и, насаждение пьянства, питания телами животных, осквернение красоты и ценности сексуальных отношений.

Или возьмём «религиозные» требования вступать в «законный» брак «вслепую», не изучив друг друга с точки зрения сексуальной совместимости.

А ведь люди столь различны по сексологическим характеристикам! И удачные в этом отношении пары — скорее редкость, чем правило! И большинст-

во супругов «религиозных» браков скорее мучаются сами и мучают друг друга в сексуальной дисгармонии...

А секты обычно всячески препятствуют разводу...

И теперь посмотрим — угодно ли это Богу?

... Гуна саттва (состояние саттвы) — это то состояние, к которому нас всех призывает Бог.

Гуна саттва — это блаженство!

И состояние Бога — тоже Блаженство!

Те, кто овладели в совершенстве блаженством на Земле, — легко вступают в Блаженство Творца.

Впрочем, процесс вхождения в Обитель Творца требует ряда дополнительных усилий. Саттва не должна стать для нас «ловушкой», упокоив «земным» блаженством и побудив отказаться от усилий по активному познанию Творца в Его Обители, вхождению в неё и Слиянию там с Ним.

Да, если мы растим себя (как сознания), пребывая в состояниях тончайшей любви и «закладывая» в «топки» своих тел адекватную духовному Пути пищу — «беззубую», без алкоголя, наркотиков и прочих ядов, содержащую достаточно витаминов, микроэлементов, полноценного белка, — в таком случае мы успешно выполняем пред Лицом Бога свои личные *программы-минимум*.

Но у Него для нас есть и *программа-максимум*. Она состоит в том, чтобы нам уже сейчас постараться довести до Совершенства ту часть себя (*дживу*), которая живёт при теле, вне кундалини. Тогда мы сможем войти в Него целиком, сохранив в Нём полную сознательность. Это позволит затем активно помогать воплощённым людям с Высшего Божественного уровня, как это делают часто упоминаемые мною наши Божественные Учителя.

... Но вернёмся к рассмотрению работы с кундалини.

Известный по йогической и оккультной литературе термин «подъём кундалини» означает технику подведения этой энергии к телу и затем проведения её сквозь тело.

Само слово *кундалини* значит *змея*. Происхождение этого термина будет ясно из дальнейшего изложения.

Мы уже обсуждали, что подведение кундалини к телу может быть осуществлено только Божественным Учителем. Но последующие этапы процесса совершаются при участии самого адепта.

При этом у Бога, о чём Он Сам говорит, существует трудность, состоящая в том, что знания о работе с кундалини — в силу господства на Земле людского невежества — людьми утрачено.

Поэтому работа с кундалини остаётся возможной только в рамках немногих духовных школ, достигших высших уровней компетентности.

Отмечу, что все попытки «пробудить кундалини» через, например, биение копчиком об пол, что рекомендуется разными псевдогуру, ничего общего с истиной не имеют. Ведь они считают, что кундалини находится именно там, в якобы расположенной в копчике чакре муладхаре. Но на самом деле и муладхара, и кундалини к копчику отношения не имеют. Такие попытки могут привести лишь к биоэнергетическим и психическим нарушениям.

... Итак, Бог вначале приближает кундалини к телу Своего достойного ученика. (При этом отмечу, что развитая кундалини имеет размеры во много километров).

Далее предстоит весьма тонкая работа по её проведению сквозь тело.

Но предварительным условием для этого является полная чистота и развитость всех необходимых энергоструктур организма: всех чакр, сушумны, читрины, переднего и срединного меридианов, а также обладание ясновидением.

Процесс «подъёма кундалини» обычно занимает много дней, порядка месяца и более. (Хотя при использовании соответствующих *мест силы* этот срок можно радикально сократить).

Работа совершается при лежащем положении тела, за много «заходов».

Прохождение кундалини сквозь тело каждый раз инициируется самим практикующим: он проводит руку сознания сквозь муладхару в подведённую к телу кундалини и как бы шевелит поднятую голову свернувшейся там змеи. Тогда энергия кундалини начинает течь сквозь тело — промывая, очищая его Атмической силой, исцеляя последние его повреждения. Адепт же должен впускать, как гостеприимный хозяин, текущую энергию по тому или иному меридиану, во все чакры, все сегменты тела.

Кундалини, пройдя сквозь тело, выливается наружу через чакру сахасрару, концентрируясь за головой. Надо научиться быть ею, слившись с ней в этом её скоплении. Так мы приучаем себя к пребыванию в Атмическом по уровню тонкости состоянию.

Проведённая таким образом сквозь тело Атмическая энергия кундалини затем вливается в Параматман (Высший Божественный Атман, *Сердце Абсолюта*). И практик тоже оказывается Там — весьма существенной частью себя.

Служение Богу

(лекция)

Каждый ребёнок, родившись, начинает неизбежно учиться... эгоизму: ведь он пока ещё ничего не умеет сам, за него всё делают другие, обслуживая его. Да и иначе ведь — нельзя...

Но вот, ребёнок подрастает... И здесь правильное воспитание будет включать постепенное отучение от эгоцентрических доминант. И приучение к заботе о других...

Забавные примеры можно наблюдать в поведении животных, например, подросших воронят.

Стая воронят, их тела уже величиной с родительские, — требуют и требуют от взрослых еду! Измождённые родители — в отчаянии:

— Ну, нет больше еды! Ну, что мы можем сделать?! Всю округу облетали! Ищите теперь сами: большие ведь уже!

Но вот, что-то удалось найти. Принесли, положили под ноги своим детям. А те что? — едят? Нет! Они орут ещё громче: требуют, чтобы им подняли с земли и в рот положили!

... Другая сцена. Люди приучили воронёнка есть из рук. Он теперь — тоже уже большой, величиной со взрослую ворону. Ему опасно дают в рот кусочки хлеба: клюв стал огромным, как бы палец не уцепил! Иногда кусочки выпадают изо рта. Воронёнок, вместо того, чтоб поднять их и съесть, — разражается рёвом негодования на своём вороньем языке:

— Плохо положили!!! Мне что — нагибаться, что ли?!

... Но пройдёт ещё время, нужда заставит самому разыскивать еду и нагибаться за ней... Потом появятся свои дети... Свои дети — это и будет как раз школой заботы о других, школой альтруизма...

... У людей всё это происходит по примерно той же схеме. Но правильное или неправильное воспитание играют здесь более заметную роль.

Сколь часто приходится видеть и во взрослых людях, и в стариках — тотальный эгоцентризм!... Даже у тех, которые... «верующие»...

Но истинная любовь, которую желает видеть в нас Бог, — это ведь противоположно *хотению* себе, это — вовсе не собственная страсть-хотение!

Истинная любовь, с которой только и можно приблизиться к Богу, — это делание блага именно другим во всём добром, делание блага другим, часто в ущерб себе, жертвуя собой!

Тотально эгоистичные люди настолько не понимают всего этого, что даже в ярких альтруистичных поступках других людей — они пытаются усмотреть корысть, ища хоть какой-то повод для раздражённого осуждения, ненависти... Таким — не понять Бога. И не приблизиться к Нему...

* * *

Как понимают люди, что такое — служение Богу?

Некоторые считают, что «служить Богу» — это относится только к «служителям» при храмах той или иной конфессии. Другие мыслят чуть глубже и стремятся сами служить своим участием в общих молитвах и медитациях. Третьи ещё даже пляшут и поют в честь Бога.

Бог же хочет от нас несравненно большего.

В частности, и Иисус Христос, и другие Божественные Учителя³⁰ наставляют, что служение Богу надо понимать, как помощь всем — во всём добром. Причём делать это надо не ради своей личной выгоды, а именно ради тех, кому помогаешь; и это могут быть люди, животные, растения. Но за всеми ними надо видеть также и заинтересованность в этом Бога.

Да, для того, чтобы отличить истинно добрые дела от только кажущихся такими, — надо постараться видеть ситуации с позиций общего стратегического Замысла Творца. А именно, нам надо осознать суть вселенского Эволюционного Процесса и найти своё место в нём.

И только тогда мы сможем не только пытаться исполнять конкретные заповеди Бога, но и видеть их значимость в русле общей Стратегии Творца. Это будет означать гораздо более глубокое понимание и собственных задач, и того, в чём и как лучше помогать другим. И мы сможем тогда стать именно активными участниками процесса Эволюции Вселенского Сознания, активными помощниками Творца.

Активное участие в эволюционном процессе надо рассматривать именно как состоящее из двух основных направлений: а) личного духовного совершенствования, и б) помощи другим.

При этом, как учил апостол Павел (1 Кор 12,14), надо стремиться служить другим теми высшими способностями, которыми мы обладаем, но также стараться овладевать умениями ещё более высокими.

³⁰ [10,14,18].

Ведь суть Замысла Творца при сотворении Им материальных миров (включая маленький «островок» материи во вселенной — нашу планету) — это превращение менее совершенных энергетических составляющих Абсолюта в более совершенные; причём достигшие полного Совершенства индивидуальные Сознания пополняют Собою Самого Творца.

Поэтому и то, и другое: как личное совершенствование, так и помощь другим эволюционирующим душам в их развитии, — является благом с точки зрения Бога.

В частности, если мы развиваем себя лично через медитативную работу — то и качество нашего служения тоже растёт: ведь мы приближаемся по качеству сознания к Творцу и начинаем всё лучше и лучше видеть мир, приближаясь к Его возможностям видения и понимания.

Но также мы совершенствуемся и благодаря нашей активности в помощи другим, обогащаясь знаниями о том, как помогать. Эти знания пригодятся и после развоплощения.

... Ощутим (или хотя бы пока представим себе), что есть лишь Единый Вселенский Макроорганизм — Абсолют, внутри Которого идёт Его развитие, называемое Вселенской Эволюцией. Ощутим целостность, взаимосвязанность всего — в Нём Едином. Ощутим неотделимость себя от Него: полную включённость себя в Его Организм, в Его Процесс Развития. Ощутим радость от этого осознания! И — теперь уже с полным пониманием — направим свои усилия на скорейшее превращение всех способных к этому индивидуальных сгустков энергии сознания — в Сознание, существующее в Обитатели Творца.

Мы все — *Одно* в Организме Абсолюта. Вот — в чём основа предложенного Иисусом Христом принципа: возлюбить ближних своих, как самих себя, да-

же больше, чем себя. Речь здесь идёт об аспекте ЛЮБВИ, именуемом ЗАБОТОЙ, высшим проявлением которой является самопожертвование ради блага других. Всё это проявил — ради, в том числе, и нас — Иисус, дав нам пример ЗАБОТЫ подвигом Своей земной жизни и смерти. И да уподобимся мы в этом Ему!

* * *

Но к познанию Абсолюта и поиску Творца устремляется лишь очень незначительная часть людей.

Остальные — воспитанные атеизмом, извращёнными религиозными течениями или извратившиеся по собственному выбору — вполне удовлетворены вкушением «запретных» (запрещённых Богом) плодов с «древа познания добра и зла».

Они рискуют оказаться в аду: ведь «земные» привязанности провоцируют такие грубые эмоции, как страх, гнев, тревогу, тоску, отчаяние, ревность, зависть, раздражённость, ненависть, злобу и т.п. И те люди, для которых такие состояния сознания становятся обычными, даже привычными, — те именно приучают себя к аду и неизбежно попадают в него после развоплощения.

Плоды же Царствия Небесного обретают лишь очень немногие — только те, кто нашли покой души в стороне от «земных» страстей и развили бескорыстную Любовь в той высокой мере, что оказались способными влюбиться в Творца — и притянуться

этой Любовью к Нему. И Он встречает таких — Своей Наивысшей Любовью!

... А первые (из упомянутых):

— «любят» — себя,

— называют «любовью» — свои вожеления³¹,

— требуют от других — всё большей любви к себе, смакуя свой эгоцентризм и ненавидя других за то, что те плохо МЕНЯ! ублажают и вообще делают не то, что Я! хочу.

* * *

Все существа, воплощённые и невоплощённые, различаются между собой возрастом душ.

Возраст души — один из главных признаков, в том числе, и каждого человека.

Другими важнейшими признаками являются такие качественные характеристики, как интеллектуальная развитость, этическая состоятельность, степень огрублённости или утончённости сознания. Количественная же оценка базируется на размерах души.

Развитие каждой души идёт постепенно в ряду многих земных воплощений. И невозможно ожидать от душ, проходящих сейчас одно из своих первых человеческих воплощений, чтобы они уже имели высокий духовный потенциал; это может придти к ним позднее — в случае их благоприятного эволюционирования.

И отсюда становится понятным, что не все из ныне воплощённых людей — даже из тех, кто сопри-

³¹ Страстные хотения "земного".

коснулись с высшими духовными знаниями, — смогут уже в этой земной жизни достичь Обитель Творца — как бы они ни старались.

Более того, вовлечение слишком молодых душ в излишне серьёзную для них эзотерическую работу может приводить или к тому, что они вдруг с какого-то момента, перестав понимать, начинают играть «в религию», как малые дети, играющие в свои детские игры. В том числе, может начаться неадекватное восприятие себя, подобно тому, как разыгравшиеся «в войну» мальчишки мнят себя «полковниками» и «генералами». А в худших случаях может развиваться и психопатология. Последнее особенно ярко проявляется в тех религиозных организациях, где на первое место выставляются вместо Бога и Любви — пугающие мистические факторы (дьяволы, бесы, колдуны, вампиры и т.п.).

Поэтому религиозные лидеры должны очень осторожно обращаться с эзотерическими знаниями и методиками, учитывая их возможный разрушительный эффект на тех людей, которые ещё не окрепли интеллектуально и этически.

Подобно этому и каждый, кто стремится к духовным достижениям, должен постараться сам трезво оценить свои возможности и не забираться на те ступени «лестницы» духовного развития, на которых ему пока ещё трудно будет удержаться.

Кстати, осознать себя молодой психогенетически душой — в этом нет ничего плохого. Наоборот, это значит, что Вы ещё не успели вырастить в себе те пороки, от которых потом пришлось бы долго и трудно избавляться.

Молодая душа — это та, у которой весь радостный, счастливый духовный Путь — впереди!

Но только не теряйте времени напрасно!



... Я сам прожил эту свою земную жизнь очень интенсивно. И когда я прокладывал для себя и друзей дорогу к Творцу, то в «поток», создаваемый мной, вовлекалось на разных этапах каждый раз много людей. И это вначале выглядело прекрасно. Но потом, с какого-то этапа работы, вдруг оказывалось, что многие теряли логическое понимание происходящего, их начинало тянуть назад, или к развлечением. Но, поскольку мне было не до игр, возникали недовольство мной, протест, а иногда даже и вражда.

Понимание того, что далеко не всем просящим следует дарить сокровеннейшие знания и методики, пришло ко мне далеко не сразу, да и не могло оно придти без огромного опыта духовной помощи людям, иногда драматичного (для меня). (Сейчас я делюсь с вами этим опытом — чтобы вам было легче избежать таких ошибок).

Но пусть эти предостережения никого не отпугнут от духовных усилий: просто каждый должен выбрать для себя то, что ему «по плечу».

И одной из вполне реально достижимых целей для именно каждого — будет гарантированное обеспечение себе рая после окончания данного воплощения и предопределение себе на более отдалённое будущее тоже прекрасной судьбы.

Достичь этого — воистину, очень просто! Надо только знать — как? Но ведь именно об этом мы уже много раз говорили.

В том числе, надо принять, что успех достигается именно собственными духовными усилиями, а во все не участием в обрядах, не «молитвами святых», и вообще не чьими-либо молитвами.

При этом не будем путать молитву с медитацией (эти понятия иногда взаимно накладываются друг

на друга). Основные значения этих слов таковы: молитва — это просьба к Богу, вырождающаяся зачастую в выпрашивание у Бога земных благ; медитация же — это именно направленная на познание Бога работа сознания, которая-то и даёт успех на этом Пути, если всё в порядке с этикой и интеллектом.

Искусство и духовное развитие (лекция)

Что такое *духовность*?

В «советское» время в нашей стране утверждалось, что это значит... ходить в кино, театр и на концерты «классической» симфонической музыки, созданной, кстати, в эпоху господства инквизиции...

Но, на самом деле, это слово произошло от фразы, произнесённой Иисусом Христом: «Бог есть Дух» (Ин 4:24). И относится оно к тем явлениям и процессам, которые *одухотворяют* людей, то есть, способствуют приближению их к Божественности — по качеству сознаний, душ. И духовными людьми, соответственно, можно считать только тех, которые достигли на этом пути значительных успехов.

Искусство может и должно играть значительную роль в процессе позитивной эволюции сознаний. Но всегда ли это происходит в действительности?

К примеру, те телевизионные фильмы, в которых «смакуются» насилие и убийства, где это утверждается как «естественный» образ жизни, и это запечатлевается молодыми душами в качестве *нормы поведения*... — действия создателей и *распространи-*

телей произведений такого антиискусства следует признать преступными — и пред человечеством, и пред Богом.

С приведённым примером — разумным людям — всё понятно. Но бывают случаи не столь очевидные. И встаёт вопрос: каковы здесь могут быть объективные критерии для оценки?

К примеру, ведь так часто сумасшедшие пытаются самовыражаться через средства искусства! И они могут делиться с другими людьми своими болезненными переживаниями весьма сильно! Таких случаев довольно много. Я приведу лишь один эпизод из своей жизни — не гротескный, но показательный в этом отношении.

Однажды знакомый художник стал показывать мне работы своего, как он говорил, учителя. Это были образцы рисунков обоев. Я посмотрел и спросил его: не болел ли твой учитель шизофренией и не покончил ли он жизнь самоубийством? Тот был поражён и сказал, что всё ведь было именно так!

А рисунки были, действительно ужасны! Их орнамент воздействовал на психику прямо-таки колдовским образом, вызывал грубую «спутанность» сознания. Надеюсь, эти эскизы так и остались навсегда эскизами. Но если бы они стали обоями на стенах комнатов, то наверняка пострадала бы психика многих несведущих в таких явлениях людей!

А как часто в произведениях искусства выражаются болезненно депрессивные или агрессивные состояния авторов! Куда они ведут зрителей или слушателей?

Есть примеры и не из психопатологии, а проще. Вспомним, какие были баталии в прошлом веке вокруг абстракционизма! Хорошо это — или плохо? Какие баталии были насчет массового танца, рок-н-

ролла, например, или ещё раньше — чарльстона! Хорошо это — или плохо?

Всегда есть люди, которые что-то новое поддерживают. Есть другие, которые всегда любое новое отрицают. И те, и другие выдвигают свои аргументы. А где истина? Как отличить субъективные факторы, влияющие на оценку того или иного новшества или конкретного произведения искусства, — от объективных? Как их различить?

Был один такой человек, который впервые заговорил о существовании объективных законов искусства. Это — Георгий Гурджиев, незаурядный человек, оставивший большой след в истории.

Он работал в России в начале 20-го века. Родился на Кавказе, в греко-армянской семье. Когда повзрослел — преподавал в Москве и Петербурге.

Гражданская война вытеснила его Школу из пределов России. Они разъехались: кто во Францию, кто в Англию, кто в США. И там создавали филиалы Школы. Литературные произведения Гурджиева и его учеников изданы на всех основных европейских языках.

Гурджиев, начиная с раннего детства, формировался как незаурядный человек. Он очень рано поставил перед собой цель: научиться всему, что умеют делать люди. И к этой цели он целенаправленно шёл многие годы. Он научился и нырять, и торговать, и воевать, и штопать ковры, и чинить всевозможные бытовые приборы, которые в то время существовали. Когда, например, он уже повзрослел, и ему были нужны большие деньги для создания экспедиций, он приходил в какой-то город, снимал две комнаты, вешал объявление: «Ремонт всех бытовых приборов» — и днём принимал посетителей, а ночью ремонтировал всё, начиная от патефонов, кончая велосипе-

дами, зонтиками..., и умудрялся ещё собирать запчасти к ним на городских свалках.

Таким образом он за неделю-две собирал необходимые для экспедиции средства, нанимал помощников — и шёл искать духовные знания.

Он посетил массу духовных школ, монастырей — суфийских, христианских. Собрав необходимые знания, что позволило создать цельное мировоззрение, — Гурджиев начал создавать свою Школу.

Идеализировать Гурджиева не надо. Многие он делал такое, что подражания не достойно. Также и многие положения его концепции представляют сейчас лишь исторический интерес, не больше. Ибо более совершенные знания пришли им на смену. Но, тем не менее, ряд ключевых пунктов его учения сохраняет актуальность и сегодня. И мы, с благодарностью к Гурджиеву, сейчас используем и будем использовать эти знания.

В частности, Гурджиев выдвинул постулат, что существуют объективные законы искусства. Правда, он их не сформулировал. Во всяком случае, мы не нашли перечня этих законов, прочитав много трудов этой Школы. Хотя некоторые намеки были. Но Гурджиев внёс большой вклад уже хотя бы тем, что заявил о существовании таких законов. Дальнейшее развитие этой мысли Гурджиева позволило нам эти её развить и оформить. Сейчас мы об этом поговорим подробнее.

Самый главный принцип (или, как говорил Гурджиев, закон) — *необходимость следования путём утончения сознания*. Именно использование этого принципа позволяет нам стать компетентными не только в пределах материального мира, но в пределах всей многомерной вселенной, позволяет добраться до Сознания её *изначальной зона* и слиться с Ним.

Для этого нам надо, в частности, уже в начале учёбы пройти утончение в пределах физического плана, уйти от той грубости, в которой живёт большинство людей.

Проще всего начать это делать — путём эмоциональной сонастройки с тем тончайшим, что мы можем найти в природе. Например, когда восходит утреннее солнышко и свои первые лучи в дымке тумана опускает на воду, на травку, на цветы, на листочки, когда первые утренние птички начинают подавать свои голоса, когда рыбёшки начинают плескаться в тростнике, а над этим тростником, освещённым нежным светом первых лучей солнца, ещё клубится и тихо плывёт утренний туман, — какие изумительно тонкие состояния дарит нам в эти минуты природа!

Впрочем, сразу оговорюсь, что именно прочно закрепить в себе такие состояния невозможно без, во-первых, изучения и приложения к себе тех этических принципов, которые нам предлагает Бог, а также без освоения искусства психической саморегуляции, составной частью которого обязательно является умение управлять своими чакрами.

В связи с этим, большую ценность для нас представляет выдвинутая Гурджиевым концепция «шкалы водородов». Это — одна из интереснейших концепций в истории духовного поиска!

Что такое эти «водороды»? Этот термин — из алхимии. В ту пору, когда работал Гурджиев, тоже существовали школы, знания которых предназначались не для всех. И adeпты этих школ шифровали свои сокровенные знания.

Сейчас математики имеют кодовый язык букв. А тогда существовал ещё и алхимический язык, где шифровка шла при помощи нынешних названий химических элементов.

Наверно, мы все в детстве посмеивались — под влиянием невежественной атеистической пропаганды — над алхимиками, которые стремились якобы из свинца получить золото и разбогатеть. Но, на самом-то деле, в алхимии под «свинцом» понимался вовсе не металл, а исходное состояние человека, который ещё не приступил к духовной практике. А под «золотом» понималось конечное, совершенное состояние человека, преуспевшего на духовном Пути. «Золотой эликсир», кстати, — это есть тот нежный бело-золотистый Свет Святого Духа, Который мы созерцаем в медитации *латихан* и Которым мы можем наполнять свои тела.

А все те необычные реакции, которые описывались алхимиками, были именно символами различных этапов духовных преобразований человека.

Ну, к примеру, — ещё ряд алхимических символов: «углероды» — активные компоненты реакции, «кислороды» — пассивные, «азотами» назывались третьи необходимые для протекания реакции факторы типа катализаторов. А «водороды» — это элементы или состояния, рассматриваемые вне алхимической реакции. Вот откуда и взялся термин «шкала водородов».

Итак, в чём состоит сама концепция «шкалы водородов»? Она состоит в том, что можно все вещества, явления, состояния во вселенной расположить в один ряд, распределяя их по уровню их *грубости* — *тонкости*. На этой шкале находят место и минералы, и планеты, и звёзды, и различные виды пищи — от трупов животных, которыми многие люди питаются, — до, например, лесных земляниченок. На этой шкале могут найти своё место состояния чакр, наши эмоциональные состояния и т.д. Практически — всё. Причём, «водороды» будут иметь свои цифровые значения, что позволяет, в частности, найти не-

которые эталонные состояния, по которым мы можем оценивать своё продвижение по шкале *грубости — тонкости*, то есть, по «шкале водородов».

К примеру, утреннее солнышко — его свет — это Н-6 — одно из тончайших явлений в природе.

Или те эмоции, которые возникают при гармоничном расцвете репродуктивной функции: это — и сексуально окрашенная нежность, и отношение к ребёнку, и те проявления, которые мы видим в играх молодых животных, и те энергетические состояния, которые свойственны раскрывающимся весной почкам, — это всё — Н-12.

А есть очень интересное состояние в пределах наших организмов — энергетический план меридиана *читрини* (другое название — *Брахманади*, меридиан Святого Духа) — это уже Н-3, одно из основных состояний Святого Духа.

А от Н-3 до Н-1 остаётся совсем немного. А Н-1 — уже план Изначального Сознания, Творца.

Совершенно невозможно из исходных грубых состояний, которые свойственны обычным людям, перекинуться сразу в состояние тончайшее, нырнуть в *глубины* многомерного мира, познать изначальный зон Мироздания, познать Творца! Совершенно невозможно!

Но можно лишь постепенно двигаться по «шкале водородов». Сначала надо пройти тот отрезок пути утончения, который существует в пределах материального мира, — и лишь потом «нырять» в другие пространственные мерности.

В некоторых оккультных школах ученики, не перешедшие на этически и энергетически чистое «безубойное» питание, сохраняющие свою исходную грубость (а иногда даже специально культивирующие её — ради подавления сознаний других людей, ради господства над ними; это уже относится к школам

чёрной магии) — пытаются оторваться от своего материального тела. Если это удастся — куда они попадают? Они попадают в грубый мир ада, встречаются там со свойственной аду злобой. Они запутываются, пугаются... Помимо того, у них устанавливаются и «дружеские связи» с представителями ада, иногда весьма назойливые. Многих это сводит с ума.

Поэтому важнейший принцип духовного роста, а соответственно и духовного искусства, которое помогает в духовном развитии, — это следование путём утончения сознания.

В искусстве человек может проявлять себя и как творец, и как созерцатель или слушатель. Оба эти варианта могут давать благоприятную возможность для развития.

Обращу внимание, что именно любое произведение искусства может быть оценено по шкале *тонкости* — *грубости*.

При этом, каждый высококачественный образец должен служить для утончающей сонастройки. Или же — хотя бы указывать путь от *тамаса* (исходной грубости, тупости, невежества) — через *раджас* (стадию активного поиска выхода к свету Истины, когда человек становится из тупо страдающего или безумствующего — борющимся), — к *саттве* (чистоте, гармонии, тонкости) — и выше.

В связи со сказанным, подчеркну, что на пути к Совершенству стадию саттвы миновать нельзя. Нельзя прямо из тамаса или раджаса стать Совершенными! Нельзя «перепрыгнуть» через ступень саттвы! Путь утончения, развития гармоничности, способности к любви — он обязателен для всех! И никто не должен считать, что «это не для меня, пусть *они* этим занимаются, а я приду к Совершенству другим путём». Нет! Закон эволюции человека, изложенный, в частности, Кришной в Бхагавадгите, *состоит имен-*

но в поэтапном следовании по перечисленным ступеням-гунам, чтобы лишь затем перейти к ещё более высоким этапам работы над собой.

При помощи искусства можно также воспитывать в человеке энергичность, которая соответствует становлению в стадии раджаса. Например, рок. Негрубые, но динамичные молодёжные танцы — кто против них восставал? — люди тамаса, которым до настоящей, чистой энергичности ещё очень далеко! Восставали злобные осквернители всего! Восставали люди-мямли, которым и самим-то не хватает энергичности! А вот если бы они в своё время, в молодости, научились танцевать рок-н-ролл или подобные ему танцы — тогда бы, возможно, они и сейчас двигались по жизни энергичней.

Негрубая энергичность очень нужна человеку на его духовном пути, потому что энергичность развивает *личную силу*, позволяет накапливать запас той энергии, которую можно направлять на разные нужды, например, на медитативную работу.

Таким образом, при помощи адекватных динамичной музыки и динамичного танца можно развить в себе эти недостающие качества.

Но при содействии других вариантов музыки и танца можно овладеть и более высокими состояниями: покоем, внутренней тишиной (*исихией*).

Помочь в этом могут также и живопись, поэзия, такие восточные направления искусства, как икэбана, «философские ландшафты» и прочее.

Да, надо овладеть покоем, наряду с энергичностью; это совершенно необходимо на духовном Пути! То есть, надо стать универсалами: уметь и расслабляться, и включать максимально активность, когда это нужно.

Через искусство также можно оказывать на зрителей или слушателей направленное неявное энергетическое воздействие.

Таких возможностей несколько. Одна из них — иконы. Наверное, многие знают по своему опыту, что через некоторые иконы мы можем воспринимать потоки тонких энергий. Причём разные иконы передают разные потоки — как по их интенсивности, так и по уровню *тонкости* — *грубости*. Кстати, нам попадались иконы некоторых псевдосвятых, которые излучали очень грубые, дьявольские энергопотоки...

Свойствами такого рода «излучателей» обладают иногда и изображения не иконного жанра. Но они должны быть обязательно созданы сильным художником. Пример — картины Николая Рериха. Все такие картины могут быть оценены по «шкале водородов», им можно подобрать соответствующие цифровые значения.

Кстати, картины Рериха — это раджас. На каком-то этапе развития они могут оказывать сильное положительное влияние, но потом уже так не воспринимаются.

Может быть и ещё более чётко направленное воздействие через искусство — воздействие уже не на энергетику человека в целом, а на его конкретные биоэнергоструктуры. Через музыку, вокал или танец можно вызывать резонансные состояния в той или иной чакре у слушателя или зрителя, или в том или ином меридиане. Так, в частности, можно развивать эти структуры, просто впуская в них приходящие от исполнителя вибрации.

Например, слушаем вокалиста, который концентрируется при исполнении в своей анахате, — и наши анахаты пассивно сонастраиваются с его анахатой, при этом возникает и соответствующее эмоциональное состояние.

Это явление называется *свара* — слово санскритское. Кстати, в нашей стране была издана книжка Менона «Звуки индийской музыки. Путь к раге» («Музыка», М., 1982). В ней *свара* описывается как таинственное мистическое явление, механизм которого не раскрыт. На самом же деле, механизм *свары* — это работа исполнителя со своими биоэнергоструктурами. Он просто перемещает концентрацию сознания в ту или иную чакру или другую структуру, и — если он делает это достаточно сильно — у слушателей возникают резонансные состояния.

Тот же механизм действует и при танце, когда мы наблюдаем танцора, владеющего *сварой*.

Интересно, что можно и через звуки, извлекаемые музыкальными инструментами, вызывать ответные резонансные состояния в чакрах и меридианах слушателей. Пример — танго Оскара Строка, «короля танго». Он эмпирически «нащупал» данную закономерность и свои музыкальные произведения строил таким образом, что почти все ноты, которые он использовал в своих танго, воздействовали активирующе на вишудху. И от этого вишудхи у слушателей «переполнялись», возникали острые, сильные эмоциональные состояния восторга, экстаза.

И сейчас есть ансамбли, которые, например, не используют ни одной ноты за целую композицию, которая вызывала бы резонанс в головных чакрах. А для слушателей это — отдых, свежесть, особенно для людей интеллектуального труда.

... Те адепты духовного Пути, которые укрепили себя в состоянии *саттвы*, навсегда избавившись даже от потенциальной возможности входа в грубые эмоциональные состояния, — те могут попробовать использовать метод *лайи*.

Есть такое направление йоги, называется лайя-йога. *Лайя* значит исчезновение, растворение себя в

Гармонии Абсолюта. Это подразумевает отключение своего ума, «гнездящегося» в головной чакре аджне, — чтобы организм стал действовать не в результате его команд, а под управлением Бога. Примером может служить «спонтанный танец» в состоянии медитации *латихан*, который является самым типичным образцом тренировки в лайя-йоге.

Но есть и другие приёмы. Можно, например, «отчуждить», «предать лайе» свою руку, в которой находится биолокационная рамка, и при помощи этой рамки раскрыть то, что не видимо глазом и не слышимо ухом: получать ответы о залежах полезных ископаемых, подземных коммуникациях, делать медицинскую диагностику и многое другое. Биолокация — это тоже лайя-йога, её частный случай.

Аналогично можно научиться рисовать, когда рука как бы «сама» водит карандашом или кистью. Так же можно научиться писать тексты... Во всех таких случаях рукой рисующего или пишущего управляет некий дух, причём, если человек достоин того, — то это может быть Дух Божий, Святой Дух.

Я уже упомянул о танце. Для того, чтобы научиться в танце отдавать тело *лайе*, есть некоторые вспомогательные приёмы. Так, если руки подняты, ноги на носочках, — то тело легче начинает двигаться, позвоночник легче начинает изгибаться. Тогда — это очень легко! А вот если руки опущены и стоим на полных подошвах, то трудно в таком состоянии начать танцевать.

Так и в любом направлении искусства, где мы хотим применить принцип лайя: надо знать некоторые приёмы, быть в определенной мере специалистами в этом направлении. Например, чтобы рисовать, надо уметь смешивать краски, наносить их на холст или бумагу. Разумеется, нужно знать принци-

пы пластики тела, чтобы танцевать. Конечно же, надо уметь держать авторучку, чтобы писать ею.

Говоря о лайе, нельзя не предостеречь от не-критического отношения к тому, что мы делаем в этом состоянии.

Потеря самокритичности может очень просто превратить нас в посмешище. Такое бывает, если нарушаются этические принципы. Ибо этика — основа Гармонии.

Но если с этикой всё в порядке — то Гармония со всем и всеми, включая Бога, может стать идеальной.

... При помощи искусства можно стимулировать и интеллектуальный процесс. Продумаем сами: как это можно сделать?

Основные принципы преподавания психической саморегуляции детям и подросткам (лекция)³²

Накопленный опыт различных форм преподавания психической саморегуляции детям и подросткам позволяет сформулировать следующие рекомендации:

³² Лекция перепечатана из книги [8].

1. Направленная этическая работа, обязательно проводимая преподавателем на фоне обучения психической саморегуляции, должна закладывать в учащихся основы нравственности.

2. Возможны варианты комплектования групп как только из детей или подростков, так и совместно с их родителями. В последнем случае программа строится в расчёте на младших, но родители охотно участвуют в таких занятиях. Одним из плюсов второго варианта работы является появление общих интересов в семье и преодоление её разобщённости.

3. Без особых медицинских показаний не следует проводить с детьми и подростками упражнения с чакрами и меридианами (за исключением простейших упражнений с анахатой). Причина в том, что эти упражнения несовместимы с принятием алкоголя во время и после курса занятий. Причём нельзя поручиться, что занимающиеся сейчас дети и подростки будут соблюдать это правило и в последующие годы.

4. Акцент в работе должен делаться не на получении высоких результатов, а именно на расширение кругозора, на широкое информирование учащихся — чтобы помочь им в выборе жизненного пути, когда они повзрослеют. Обогащайте занятия эстетикой и спортом. Можно дополнить их хореографией, музыкой, фотографией, живописью, туризмом, закаливанием, экологией, литературоведением, философией — в зависимости от компетентности преподавателя.

Или же можно — с другой стороны — обогатить элементами психической саморегуляции уроки различных специализированных кружков.

5. Не следует обучать шавасане детей до 12-летнего возраста.

Исключение из этого правила может допускаться только по медицинским показаниям; проводить такие сеансы должен специалист-врач.

Причина в том, что у некоторых детей отмечается затруднённый выход из глубоких релаксаций.

6. Возможно использование упражнений с чакрами и меридианами — специально подготовленными врачами — для лечения некоторых детских неврологических и психических заболеваний.

Особенно это эффективно при коррекции нарушений социализации.

7. Наиболее легко дети и подростки осваивают упражнения с образными представлениями. Труднее им обычно даётся овладение концентрацией внимания. Вместе с тем, именно последнее особенно важно для повышения успеваемости в школе.

Значительную помощь в этом отношении окажет исключение из их рациона «убойной» (приготовленной из тел убитых животных) пищи с одновременным повышением количества белков молочно-яичного происхождения.

Эта же рекомендация будет полезна во всех отношениях и всем без исключения людям.

8. Интересный положительный эффект даёт присутствие (но не участие на равных правах) детей при загородных занятиях групп, где учатся их родители.

При ненавязчивом к ним отношении, у детей включается важный механизм обучения — подражание. Они учатся бережному отношению к природе, в том числе, к любым проявлениям жизни, осваивают навыки жизни в палатке, разведения костра и приготовления на нём пищи, приучаются к дисциплине (ранние вставания по утрам, зарядка, утреннее купание и т.д.), учатся видеть красоту природы и сопоставлять с ней, легко осваивают закаливающие про-

цедуры. Например, они сами настаивают на участии в «моржевании» вместе со взрослыми.

Что касается «моржевания» для детей — отметим следующее. Эта закаливающая процедура позволяет расширить диапазон температурного комфорта для растущего организма на всю жизнь, закалить его. Но её использование должно проводиться обязательно при соблюдении следующих условий:

1. Полная добровольность со стороны ребёнка, исключающая даже уговоры: ребёнок сам лучше всех знает, когда его организм готов к этому.

2. Благоприятная эмоциональная настройка со стороны всех присутствующих взрослых.

3. Недопущение попыток лечения через «моржевание» (как и прочими холодowymi процедурами) ослабленных длительными болезнями детей.

«Моржевание» эффективно при лечении некоторых локальных болезненных процессов у тех детей, которые в настоящий момент в целом «пышут здоровьем». При этом лечебным механизмом является биоэнергетический стресс — в ответ на «холодовой удар». Но у ослабленного длительной болезнью организма не оказывается того энергopotенциала, который обеспечил бы включение указанного энергопроцесса.

В таких случаях бывают эффективными, наоборот, горячие ванны, баня, сауна [31].

Искусство быть счастливыми (лесная лекция к фильму)

Умение сонастраиваться эмоционально с КРАСОТОЙ, НЕЖНОСТЬЮ и ТОНКОСТЬЮ живой приро-

ды позволяет нам обрести внутреннюю гармонию, что является необходимым для обретения состояния и постоянного ощущения СЧАСТЬЯ ЖИЗНИ. Это также — важнейший компонент духовного совершенствования.

Эта КРАСОТА — элемент Творение Бога.

Это важно понимать! Ведь, лишь научившись любить Творение, можно полюбить и его Творца! А без этой искренней любви — разве можно быть счастливыми?

Причём любовь обязательно должна быть обоюдной! Не принесёт счастье только Его любовь ко мне! Не любимыми надо стремиться стать, а любящими! Но любящими не эгоистичной пародией на любовь (я имею в виду примитивные личные сексуальные хотения, которые бездуховные люди как раз и называют «любовью») — но стремлением ПОДАРИТЬ СЕБЯ ЕМУ!

Любовь к Богу начинается с желания познать Его — сначала лишь умом, потом и во всей полноте — так, чтобы эмоции моей любви сливались с эмоциями любви Его! И затем постепенно приходит и полнота Слияния с Ним — собою-сознанием, развитым в процессе поиска Его и служения Ему!

Ещё очень важно иметь на этом Пути друзей-единомышленников. Намного легче ощущать счастье своего созидательного бытия — в духовной группе, общине, хотя бы маленькой!

Нравственно здоровый человек обретает наслаждение оттого, что ДАРИТ свои знания, умения, самого себя — другим, стремясь именно их сделать счастливыми!

Именно от этого процесса дарения и видения его позитивных результатов он становится счастливым и сам!

Но что надо делать, чтобы найти себе достойных друзей? — надо всего лишь предложить себя: показать другим свою полезность! И — пусть каждый делится с другими тем, что сам может, умеет!

... Важно также для счастья — хорошее здоровье.

Но от чего оно зависит?

Можно услышать, что наши страдания и беды происходят оттого, что... когда-то согрешили Адам и Ева... Эту дурную фантазию даже именуют специальным термином — «первородный грех»... Предлагаю рассматривать такую точку зрения как явный признак слабоумия тех, кто в это веруют, не говоря уже о тех, кто её проповедуют...

Другие винят в своих болезнях плохих врачей, загрязненность окружающей среды, или — тех, кто вынуждают меня нервничать, волноваться, испытывать стрессы...

Но нет! В наших бедах мы виноваты лишь сами!

Трудно это доходит до людей, невежественных в религиозной философии! Но истина состоит в том, что именно любящий нас Бог — устраивая нам такого рода проблемы — указывает нам на нашу неадекватность: неадекватность тому, какими Он нас желает видеть!

Сильно упрощая, можно сказать, что, если мы совершаем какое-либо неоправданное зло какому-либо существу, — то мы тем самым программируем аналогичные ситуации и в свою жизнь, в свою судьбу — теперь в качестве уже жертвы. Это называют действием «закона кармы» — закона формирования судеб. Именно так Бог учит нас не совершать недобрых поступков, учит сострадать чужой боли — через испытывание нами боли собственной.

Причём «закон кармы» распространяет своё действие на временные рамки, превышающие одну

лишь земную жизнь... Вот почему, в частности, рождаются больные дети...

У кого-то может возникнуть вопрос: а зачем Ему всё это? Зачем Ему нужно, чтобы мы были «хорошими» — в Его понимании?

Подробно мы рассматривали эту тему — тему смысла жизни человека на Земле — в каждой из изданных нами книг. Но сейчас лишь очень кратко скажу, что ведь мы являемся частицами эволюционирующего вселенского Сознания, именуемого Абсолютом. Это в наших телах, в том числе, — вершится Эволюция Абсолюта! Вот почему Ему столь дорога каждая душа! Вот почему Он столь усердно наблюдает за каждым и всё время стремится подправить, помочь каждому — за исключением лишь тех, кто доказали свою полную безнадёжность; таких Он отправляет в ад — «помойку» Эволюции...

... Итак, чтобы «взять в свои руки» свою судьбу, надо, во-первых, выучить те правила, по которым нам предлагает жить наш Творец. Он дал нам их через Своих Мессий и пророков.

А чтобы исполнять эти правила, очень важно научиться управлять своими эмоциями.

Надо приучить себя жить — вне зависимости от обстоятельств — в светлых, чистых, тонких эмоциональных состояниях! Так мы будем желанны для друзей, так мы обеспечим себе телесное и душевное здравие, так нашей обителью станет, как минимум, рай!

А грубые эмоции типа гнева, раздражённости, зависти, ревности и других подобных состояний — не только неприятны и себе, и окружающим, не только разрушают здоровье себе и другим, но и предопределяют к жизни в аду после развоплощения!

Как же научиться управлять своими эмоциями? Об этом очень подробно рассказано в наших книгах

и показано в наших фильмах. Сейчас скажу лишь, что основой правильного выстраивания своей эмоциональной сферы является развитие духовного сердца.

Духовное сердце, изначально базирующееся в чакре анахате и из неё начинающее свой рост, является тем биоэнергетическим органом, который продуцирует тонкие положительные эмоции.

Развивать именно его советовали нам и Иисус Христос, и другие Божественные Учителя и пророки!

Именно благодаря его развитию в себе мы обретаем и здоровье, и настоящих друзей, а также приближаемся по состоянию души к тому состоянию, в котором живёт Бог — и в аспекте Святого Духа, и в аспекте Творца!

Именно через это — Бог становится для нас познанной Реальностью!

... В качестве примера — могу привести себя. Я — полностью здоров, несмотря на то, что уже не первый год живу за чертой 60-летия. Более того — моё тело с некоторых пор... молодеет! Посмотрите: сколько бы лет вы могли дать ему?... Сорок? Или, может быть, даже тридцать?

Когда ему было 59, я в последний раз слышал мнение прохожих на улице: «Такой молодой — и уже с бородой!»...

Я и ощущаю себя — молодым, бодрым — и зрелым! И живу всегда в ровном, чистом, спокойно-радостном состоянии!

Я разучился, я больше уже давно не умею — испытывать гнев, раздражение, зависть, тоску, тревогу, страх и так далее! Я жил и живу без гнева и желания отомстить — даже по отношению к тем, кто однажды вполне умышленно убивали меня, после чего я полгода тяжело умирал и дважды оказывался в клинической смерти. Я не испытываю гнева, страха и желания мстить также и тем, кто и в последующие

годы грозили мне «кремацией заживо» за мои книги — книги о Боге, о счастье познания Его.

Более того, я стал настолько близок к Богу, что свободно общаюсь с Ним. И могу наполнять своё тело — Им.

Хотим ли и мы все жить так же?

Тогда давайте следовать по этому исследованному, изученному и проторённому для всех желающих Пути!

* * *

На таких вот местах — прекрасно медитировать, сливаясь и с тонкостью утренней красоты природы, и с тонкостью Святых Духов — наших Божественных Учителей и Реализаторов наших судеб...

Это надо обязательно осваивать, если мы решили идти духовным Путём: Путём совершенствования себя, Путём любви к Творению и Творцу, Путём поиска Его — Того, Кого нам обязательно нужно найти и познать!

Для этого также надо читать книги о Нём и о Пути к Нему.

Ещё — многие люди для этого идут в храмы, участвуют там в обрядах. Это — тоже может помочь вначале, если только там не заразиться от людей зла идеологией ненависти, что, к сожалению, столь часто бывает... Ну а в целом, участие в богослужениях помогает начинающим оторвать своё внимание от объектов материального мира...

А дальше? — А дальше надо понять то, что Бога в храмах не больше, чем вне их. И что не в толпе людской, даже молящихся вместе людей, а именно в ситуации один-на-один с Богом, в уединении от толпы, на природе — можно наилучшим образом

почувствовать блаженные ПРИКОСНОВЕНИЯ Бога, начать СЛЫШАТЬ Его мысли, ко мне направленные, затем научиться и ВИДЕТЬ Божественных Учителей-Святых Духов, и ОБНИМАТЬСЯ с Ними, входить в Их нематериальные Тела, СЛИВАЯСЬ с Ними...

... Что делает большинство людей на природе? Они пьянствуют, колются героином, убивают и калечат живые существа, оставляют после себя кучи битых бутылок и прочего мусора, оскверняют ТИШИНУ природы рёвом радиоприёмников или магнитофонов, орут сами...

Так, разумеется, можно приблизиться не к счастью познания Бога, а к аду...

... Ну а для познания Бога, для собственного совершенствования — очень важна ВНУТРЕННЯЯ ТИШИНА, обладание которой позволит познать БЛАЖЕНСТВО ПОКОЯ И ТИШИНЫ, сущих в Обители Изначального...

Причём пение птиц, шелест влажного от росы тростника или листвы деревьев — этому вовсе не мешают, но лишь делают ТИШИНУ ЗОРИ более «сочной», более яркой эмоционально!

Но надо понимать, что, как полнота ощущения всего того прекрасного, что может нам подарить природа, так и возможность познания её Творца и Его Представителей — Святых Духов — достигается только в должной мере подготовленным духовным подвижником. Готовиться же к этому надо как в интеллектуально-этическом аспекте, так и через очищение и развитие биоэнергетических структур своего организма — чакр и меридианов.

... Ещё на природе можно собирать её съедобные дары. Это — и ягоды, и грибы, и разные травы. Это всё можно употреблять в пищу и прямо сейчас, и заготавливать впрок.

Например, вместо чая можно заваривать... просто обычное луговое злаковое разнотравье. И его можно засушить себе специально для заварок — на зимнюю половину года.

Можно засушить для заварок вместо чая — и мяту, и иван-чай, и осенние предлистопадные листья смородины — когда они уже будут не нужны растениям. Или, если попадётся сломанная ветром берёза, — можно засушить и её листьев. И хвоя и молодые шишки с упавших хвойных деревьев — тоже для этого годятся! (Только не следует пить излишне «крепкие» заварки из них: наши, человечьи, желудки непривычны для высоких концентраций смолы — в отличие от глухариных; это для глухарей хвоя является одним из основных видов пищи).

Или, вот — крапива. Её многие люди ненавидят за то, что она «кусает». Но она «кусает» как раз за то, что эти люди её не едят! Ведь она — и вкусна, когда молодая, и обладает ценнейшими лекарственными свойствами: она стимулирует иммунную систему организма, помогая, в том числе, избавляться от многих недугов!

Её можно и сушить на зиму — чтобы потом заваривать.

Но можно есть и так: моем, режем, опускаем в кипяток, варим примерно минуту, даём немного остыть — и на тарелки с майонезом! Вкуснотища!

Можно сходным образом заготавливать и приготавливать — и сныть, и папоротник дриоптерис. Можно заготовить себе «сена» на зиму даже из кислицы — и потом варить из него супы.

Их же можно добавлять в другие блюда в сыром виде — как и дудник, мать-и-мачеху, и даже только что появившиеся из земли побеги иван-чая (потом, когда подрастают, они становятся горькими).

Мы также консервируем впрок с сахаром лесные ягоды: бруснику, клюкву, малину, чернику, голубику — в виде слабо проваренного варенья.

Мы сами — вместо пчёл — делаем мёд из цветков черёмухи или таволги (можно также — из цветков одуванчика). Как? — рассказываю:

Надо набрать соцветий, заполнить ими кастрюли, залить не горячей водой (не горячей — это чтобы успели выбраться случайно попавшие насекомые), довести до кипения — и оставить настаиваться на ночь.

На следующий день отжимаем и выкидываем цветки, жидкости даём отстояться, можно её и процедить. Очищенную жидкость разливаем по кастрюлям, заполняя их на две трети, доводим до кипения, засыпаем сахар — так, чтобы уровень жидкости поднялся до верха кастрюль. Помешиваем, чтобы хорошо растворялся сахар, снова доводим до кипения — и разливаем в предварительно нагретые и затем ошпаренные кипятком внутри банки, закрываем их той или иной разновидностью герметичных крышек.

Получается ароматный, вкусный и очень полезный мёд собственного изготовления!

Что касается грибов, то мы питаемся ими в течение всего года. Дома — засоленные (точнее — заквашенные) грибы, в походных условиях, когда новые грибы не растут, — сушёные. Сушёные грибы — лёгкие по весу, их поэтому удобно носить в рюкзаках, а потом — варить или даже жарить в котелке на костре.

Как сушить грибы?

Для этого надо иметь грибосушилку. Если сушим на костре — она может быть сделана складной: чтобы можно было носить в рюкзаке: например, из двух полос обычной кровельной жести.

Грибосушилка должна быть с дном: иначе грибы пропитаются сажей. Ну а сами грибы насаживаем на шампура из стальной проволоки.

Съедобные грибы растут практически везде: и в тундре, и в лесах, и в горах, и в степях. Они — не только вкусны, но также являются ценным источником белка. Подтверждение этому — наше собственное здоровье; а ведь мы питаемся именно так уже не первый десяток лет! И это позволяет нам не только выживать в условиях постоянного крайнего финансового дефицита, но и БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМИ!

Грибы можно даже жарить прямо над костром — на просто зачищенном от коры на конце прутике. Гриб надо вначале нагреть до того состояния, чтобы из него выступил сок. Тогда мы его чуть подсолим: соль прилипнет к соку и не отвалится. А дальше — надо всего лишь хорошо проварить гриб в его собственном соку. Получается — удивительное лакомство!

... А в то время года, когда грибы в лесу не растут, мы жарим на костре бутерброды с сыром. Но это надо делать не на шампурах из прутиков, а на специальных вот таких деревянных вилках. Разумеется, мы для этого ни в коем случае не срезаем живые ветки, а находим достаточно прочные сухие.

Попробуйте! Получите массу наслаждения!

... Вот так мы и живём — в «хроническом» ИСТИННОМ счастье!

Почему я подчёркиваю слово ИСТИННОМ? — потому, что не только ведь в шашлыках из грибов и жаренных на костре бутербродах с сыром — СЧАСТЬЕ! Но всю свою жизнь надо привести в ГАРМОНИЮ С БОГОМ. А именно, жить:

- не причиняя, по возможности, никому вреда,
- постоянно совершенствуя себя духовно,
- живя под именно Его руководством,

— даря другим то добро, которым можем поделиться!

Успехов вам на этом Пути!

Саттва туманов (лесная лекция к фильму)

Мир вам, друзья!

Ну, как вам нравится эта красота?

Сумели ощутить её, *сонастроиться, слиться* с ней, стать её частью?

... Однажды мы повстречали на лесном озере некого фотографа-профессионала — и долго вместе с ним любовались вот таким же туманом, плавно и нежно танцующим в слиянии с лучами только что взошедшего солнышка...

Он тогда произнёс: «Увидел *это* — и теперь можно и умереть!»

Эмоция его (к сожалению, атеиста) была нам понятна! Но было ли бы правильно развоплотиться, познав вот эту *суперкрасоту* Творения, но ещё не её Творца?

... Давайте порассуждаем вместе: в чём смысл жизни человека, включая каждого из нас?

Это — вовсе не «псевдовопрос», то есть, вопрос, заведомо не имеющий ответа, — как когда-то сформулировали некоторые философы-материалисты!

Нет: на этот вопрос есть исчерпывающий ответ — с позиций современной биологической науки: науки о ЖИЗНИ. Я буду говорить с вами об этом — как учёный-биолог, посвятивший, вместе с моими коллегами, изучению этого свою жизнь.

Кратко, для начала, можно сформулировать ответ так: смысл жизни — в позитивном развитии себя как души, сознания.

А теперь поговорим об этом гораздо более подробно. В частности, надо ответить и на такие вопросы: а зачем это и вообще-то надо?, зачем позитивно развивать себя?, зачем становиться лучше?

Прежде всего, надо каждому поломать в себе ложные религиозные представления о том, что мы отделены от Бога непреодолимой «пропастью», что Бог есть страшный Судья, карающий нас, грешников. И что наивысшей и почти несбыточной мечтой человека может быть мечта попасть в рай... А чтобы это сбылось, надо, якобы, посвятить свою жизнь тому, чтобы очень усердно выпрашивать «помилования» у Бога (это называется «молиться»), также — участвовать в неких обрядах. А существует точка зрения, что для этого надо ещё и усердно истязать и убивать «иноверцев» и «еретиков»...

Но на самом деле всё это — не так.

Мы вовсе не отделены от Бога. Но, чтобы это стало более понятным, надо пояснить значение слова *Бог*: ведь между людьми не существует единого понимания даже в этом; под данным словом люди часто понимают разное.

Это слово может употребляться в смысле *Абсолют* — то есть, *Абсолютно Всё*: Творец, единосущный с Его многомерным Творением. И каждый из нас является Его составной частицей — как, например, клетка крови, обладающая некоторой самостоятельностью внутри тела, в котором она живёт и которому служит; но, вместе с тем, она является его частицей.

Другое значение слова *Бог* — это Творец, Изначальное Сознание, называемое также Богом-Отцом и другими именами. Он пребывает в самой *глу-*

бине многомерного Абсолюта. Он — бесконечен, Он заполняет бескрайние вселенские просторы. Он есть внутри тела каждого из нас. Но Он существует именно в *ином слое многомерности* — относительно тех слоёв, где обитает большинство из нас.

Он непознаваем для тех людей, которые ищут Его не там: на небе, на других планетах и т.д.

Но Он познаваем для тех, кто следуют Его указаниям о том, как нам следует жить на Земле, кто действительно искренне любят своего Творца, влюблены в Него, стремятся уподобиться Ему, растя себя как любовь...

Ведь «Бог есть Любовь!» — так учил Иисус!

И это означает, в частности, что, для того, чтобы приближаться по состоянию души к Нему, мы тоже должны растить себя как любовь.

А те, кто растят себя как грубость, ненависть, надменность, презрение по отношению к иным Проявлениям Жизни Абсолюта, — те отправляются в ад. Ад — это наигрубейшая пространственная мерность, место обитания душ, развивавших в себе качества, противоположные качествам Изначального Сознания.

Напротив, рай — это одна из тонких пространственных мерностей, место обитания душ, развивавших себя по пути утончения, нежности, заботы, ласки: то есть, по пути любви.

Но как развивать себя по пути утончения?

Дело в том, что наши *эмоциональные состояния* являются именно состояниями нас как сознаний, душ. И мы можем именно приучать себя к жизни в тех или иных эмоциональных состояниях: более грубых — или же более утончённых. Этим-то мы и предопределяем своё место в многомерном Абсолюте: ад, рай, Обитель Творца...

Именно этому учил Иисус Христос Своих Учеников. И эту часть Его Учения описал в Своём Евангелии личный ученик Иисуса — Апостол Филипп.

И вот, как пишет Апостол Филипп, те люди, которые развили себя в должной мере в правильном направлении, принимаются Творцом в Его Обитель, вливаются развитыми Сознаниями в Него, становятся неотъемлемыми Частями Его.³³

А потом эти *Достигшие* могут исходить Частью Себя к воплощённым людям — ради помощи им — из Обители Творца, проявляя Себя в качестве Святых Духов. (Эти *Проявление* Творца называют — в собирательном смысле — Святым Духом).

А иногда Они — с той же целью — даже вновь воплощаются в человеческие тела...

Такое Воплощение Бога в человеческом теле называют — на разных человеческих языках — Мессией, Христом, Аватаром.

* * *

Что же нужно делать конкретно, чтобы продвигаться в этом направлении?

Это тоже описано в Учении Иисуса Христа и в Учениях других Божественных Учителей.³⁴

Первое — это надо принять для себе принцип максимально возможного невреждения: непричинения вреда другим воплощённым существам.

³³ [10,18].

³⁴ [10,18].

А ведь мы причиняем такой вред, не только убивая или вызывая физическую боль. Мы причиняем вред — и клевета, и обманывая иными способами, и воруя, и относясь к другому без должного уважения, и злословя, и ревнуя, и необоснованно отказываясь помочь, и даже просто пребывая в грубых эмоциональных состояниях! Ведь своими эмоциями каждый из нас создаёт энергетические поля — благоприятные или неблагоприятные для других существ! Поэтому наше «внутреннее» состояние является вовсе не только нашим «личным делом»!

Вторым шагом должно стать овладение навыками произвольного управления собственными эмоциями. Это называется искусством *психической саморегуляции*. И это — вовсе не сложно, если знать, как?

Чёткое управление собственной эмоциональной сферой достигается не иначе, как через освоение функций собственных чакр, ибо именно чакры — как биоэнергетические органы — определяют наши психические состояния: и те или иные эмоции, и уровень энергичности, физической и умственной работоспособности и т.д.

От энергетической чистоты и степени развитости чакр зависит также в очень большой мере состояние здоровья.

Все чакры, а также основные меридианы организма, должны быть чисты и исправны. Но самой главной чакрой является чакра анахата. Ибо в ней может зреть *духовное сердце* — важнейшая на духовном Пути часть многомерного организма. Ибо именно и только *развитие духовного сердца* позволяет человеку превратить себя в Любовь, вырастить себя до того состояния, чтобы получить право приблизиться к Творцу и войти в Его Обитель.

Обо всём этом мы подробно рассказывали во многих книгах и фильмах, созданных нашей исследовательской группой.

И ни в коем случае нельзя пытаться использовать наркотики с «мистическими» целями — например, чтобы попасть в «иные миры»! Попадёте — в объятья существ ада, разрушите и тела, и души! И не в «иные миры» нужно стремиться попасть, а в Обитель Изначального! И методы здесь — совсем другие! Они подробно изучены и описаны и даже показаны в фильмах — нами.

* * *

Существует очень важный и истинный принцип ислама: «Нет Бога, кроме (единого) Бога!». Эта краткая формула отображает принцип *монотеизма*. В связи с этим уместно рассмотреть, не противоречит ли сказанное мною — этому принципу?

Рассмотрим эту тему в связи с двумя упомянутыми мною значениями слова *Бог*.

С первым значением (Бог как Абсолют) — всё понятно и так: Абсолют есть единый вселенский Живой Организм, и нет и не может быть другого — уже хотя бы по определению этого понятия.

Что же касается второго значения (Бог как Творец, Бог-Отец, Изначальное Сознание), то, опять же, нам надо отказаться от навязанных нам примитивных и ложных представлений о Боге-Отце — как о сидящем на облачке старичке! Ведь эта ложь о Боге преподносится множеству людей в качестве, якобы,... христианства! Но ведь это есть как раз один из признаков примитивнейшего язычества, то есть, глупых и ложных «народных» верований, противостоящих серьёзным истинным знаниям!

На самом же деле Творец — столь же бесконечен, как и Абсолют. Он — воистину, *акбар*, то есть, велик, огромен, бесконечен!

И эта формула ислама: «Аллах акбар!» — прямо стимулирует *разумных* адептов к изучению и исследованию БЕСКОНЕЧНОГО ВЕЛИЧИЯ ТВОРЦА, к — через это — *прямому количественному росту* душ, к тому, чтобы почитать своей сыновней или дочерней любовью то Его Величие и стремиться «утонуть» сознанием в Бескрайнем Океане *Божественного Сознания*!

Творец является самой *глубинной* (в смысле многомерности пространства) и *основной* Частью Абсолюта. Он Сам называет Себя — *Сердцем Абсолюта* (здесь под словом *Сердце* имеется в виду, разумеется, не пульсирующий анатомический орган, а Духовное Сердце, Наиважнейшая Часть).

Критерием принадлежности к этому *Сердцу Абсолюта* является постоянное пребывание в Нём. Причём Все, пребывающие *там*, живут во *взаимослитом, взаиморастворённом* состоянии. То есть, *Сердце Абсолюта* действительно является единой Структурой — в пределах всего Абсолюта.

Воссоздание же Индивидуальностей происходит только при Их исходе Частью Себя из этого Единого *Сердца Абсолюта*.

(И это всё — не чьи-то или мои собственные фантазии: это всё можно напрямую наблюдать бесконечное число раз — если стать достойными.

Мы — это наблюдаем!)

Иными словами говоря, Творец — *Един*, но состоит из *Множества*. Причём это *Множество* постоянно пополняется за счёт вновь Входящих в Него и обогащающих Его Собою.

В этом — *жизнь* Вселенского Организма, названного людьми *Абсолютом*, в этом — Его Эволюция.

И, если мы любим Бога — мы должны стремиться участвовать в этом процессе, развивая себя и помогая в этом другим.

Причём ведь любовь к Богу подобна любви между людьми: она включает стремление познавать любимого, стремление к слиянию с ним, а также — стремление дарить себя ему.

Противоположностью этому является псевдолюбовь, которую извращённые люди, однако, именуют «любовью». Она состоит из *хотения от* объекта своего вожделения (то есть, из примитивной эгоистичной страсти), желания *обладания* этим объектом...

* * *

Итак, вот, в чём состоит высший *смысл жизни* каждого из нас. И теперь нам остаётся лишь уточнить некоторые методологические детали.

Любовь к Богу обязательно прямо сопряжена с изучением, исследованием Его. Ведь без того, чтобы знать объект своей любви, невозможно его полноценно любить!

Начальные знания о Боге можно почерпнуть из книг, лекций или бесед с другими людьми. И правильно, что начинающие в религии стремятся к поиску единомышленников, к общению с ними — в том числе, во время богослужений, религиозных собраний, часто сопровождаемых обрядами.

Участие в обрядах, когда ум, бегающий в иных условиях от одной никчёмной мысли к другой, в данной ситуации отвлекается от такого метания и успокаивается, — это позволяет получить первые ощущения мистических *прикосновений*, которыми *невоплощённые существа* пытаются обратить на себя на-

ше внимание. А в ответ на вопросы, возникающие у нас в такие моменты, вдруг можно получить приходящие как бы «ниоткуда» ответы.

(Впрочем, это будут вовсе не обязательно ответы и прикосновения от Божественных Учителей — Святых Духов; но это могут быть и «знаки внимания» со стороны малоразвитых душ или представителей ада: это зависит от этического статуса объекта таких воздействий).

Но потом — по прошествии некоторого времени — будет хорошо, если у позитивно развивающегося искателя начнётся следующая, третья, стадия изучения и познания Бога — за пределами материальных храмов, на просторах Творения: в лесах, на лугах, в степях, или водных просторах — там, где можно «распахнуться» и разлиться духовным сердцем вширь, ввысь и вглубь — в благоприятной для этого окружающей среде! Используя такие возможности, можно достаточно быстро вырастить себя — как духовное сердце — до размеров в километры, потом — в сотни и тысячи километров...

Именно здесь мы не только учимся любить живую природу со всеми её лучшими конкретными проявлениями, но и — через это — и её Творца. Ведь невозможно полюбить Творца, не полюбив предварительно Его Творение!

Именно здесь, а также через взаимоотношения со спутниками-единомышленниками, мы учимся наилучшим образом — правильной этике, заботе-любви!

Здесь же, преодолевая трудности, мы обретаем должную силу и сознаний, и тел.

Здесь же мы получаем наилучшую возможность для правильного развития эмоциональной сферы — через сонастройку с прекрасным в живой природе.

И более того, изучая энергетику окружающего пространства, находя положительные и отрицатель-

ные *места силы*, тренируя себя через это в практическом изучении принципиальных качественных различий внутри многомерного пространства, — мы постепенно обретаем представление о структуре Абсолюта.

А на многих положительных *местах силы* мы открываем для себя возможность лёгкого прямого общения — и разговорного, и зрительного — со Святыми Духами, Которые становятся нашими Божественными Учителями — и ведут нас далее — в Свою Обитель: в Обитель Творца.

Это направление исследований является одним из разделов экологии — науки о взаимоотношении организма с окружающей его средой. Оно имеет своё название: *экологическая психология* (или, сокращённо, *экопсихология*).

* * *

Повторю об этом ещё раз:

Через чтение книг, посещение лекций и религиозных собраний — мы получаем возможность лишь обрести некоторую предварительную информацию (истинную или ложную) о Боге.

Кстати, что я имею в виду под ложной информацией о Боге? И то, что Он — не Бескрайний Океан Сознания, а летающий человечек, причём в некоторых сектантских верованиях — весьма кровожадный. И то, что Он — как бы наш слуга, в обязанности которого входит удовлетворение всех наших земных капризов... И потому мы должны лишь донимать Его своими бесконечно повторяемыми воплями: «Поддай, Господи! Поддай, Господи!...»

Но ведь это — отвратительная ложь! Истинная любовь к кому бы то ни было, включая Бога, — не

есть *хотение от* него! Любовь — это, прежде всего, искреннее стремление к дарению, к служению во благо Любимому!

И Бог готов приближать к Себе вовсе не тех, кто достигли «совершенства» в развитии в себе паразитических качеств! А тех, кто, отвергая собственные личные интересы, самоотверженно служат Ему!

* * *

Но рассмотрим возможности духовного развития человека далее.

Освоение искусства психической саморегуляции через занятия, проводимые в спортивных залах или в домашних условиях, позволяет сделать себя лучше и подготовить себя таким образом к уже действительно серьёзной духовной работе — то есть, к тому состоянию, когда человек становится обладателем не веры, а знания о Боге!

Но прямое познание Бога и живое постоянное общение с Ним-Учителем — это становится реальным и полноценно возможным — лишь в рамках экпсихологической работы.

Именно на природных очень разнообразных *местах силы* появляются исчерпывающие возможности и для окончательного совершенствования чакр и меридианов, и для исцеления от всех телесных недугов, и для полного расправления за пределами тела — духовного сердца, и для дальнейшей учёбы у вполне конкретных, хорошо видимых и слышимых Представителей Творца, живое общение с которыми становится подобным — по лёгкости — общению с воплощёнными людьми!

Этого совершенно невозможно достичь в стенах зданий!

Невозможно также — иначе, как на соответствующих *местах силы* — ещё при жизни своего материального тела полноценно познать рай (как место обитания) и освоить жизнь в нём! И тем более невозможно освоить многие варианты вхождения в Обитель Творца, научиться не только жить в ней, но и исходить из неё!

* * *

И последний совет, чтобы здесь не ошибиться: не будем забывать слова из Нового Завета: «Бог есть *Свет*, и нет в Нём никакой тьмы» (1 Ин 1:5). Да, Представители Творца являются нам в виде Образов из тончайшего и прозрачного белого *Света* — ведь Сознание Творца и Святых Духов есть *наутончайшее* из всех состояний во вселенной.

А созерцать Его, общаться напрямую с Ним — способны только те души, которые подошли по пути утончения близко к Нему. В частности — через сонастройку вот с такими туманами, пронизанными светом утреннего нежного солнышка!

(Напоминаю, что обо всём этом можно подробно прочитать, услышать и увидеть в наших книгах и фильмах).

Успехов вам на этом Пути!

Наш Творец — ведь совсем рядом — и вне, и внутри наших тел, и надо лишь сделать верные усилия, чтобы убедиться в этом, познать Его... и слиться с Ним!

Иисус, в частности, указывал (это записано в *Книге Иисуса Бена Куллена*), что расстояние от каждого из нас до Творца — не больше, чем толщина тонкого листа бумаги. И это — на самом деле так: это тоже становится полностью очевидным на соот-

ветствующих *местах силы* — в рамках работы по программе экопсихологии!

Ещё Иисус об этом говорил так: "Блаженны чистые сердцем, ибо они Бога узрят" (Мф 5:8).

И Кришна через Бхагавадгиту (11:54) указывал на то же самое: «Лишь любви дано созерцать Меня в Моей сокровенной Сути и слиться со Мной».

И — «Самое необходимое — это *любящее сердце*. Первая медитация — это медитация *любви*, в ней вы должны установить своё сердце на стремлении к благу всех существ» — это слова из проповеди Гаутамы Будды.

О том же говорили Божественные Учителя через *Живую этику* Агни-йоги:

«Нужно сначала привыкать к утончению своих эмоций — чтобы насытить дух необходимыми влечениями к миру красоты. Так условное понятие стандарта (красивости) заменится истинным пониманием *красоты*...

Утончение эмоций — должно быть введено в жизнь.

В лесу ищите Моих указаний.

В горах слушайте Мой зов.

В журчании ручья внимайте Моему шептанию.

Любите Меня — сила ваша растёт *любовью*!

Весь мир — Тело Господне. А *Сердце* Моё — вам *Дом*.».

И этому же учит наш Современник Аватар Сатья Саи:

«Нет в мире ничего, что не являлось бы Проявлением Бога. Не сомневайтесь в том, что весь космос проникнут Богом и всё (происходящее) заключено в Нём. Нет ни одного атома во вселенной, который не был бы пронизан Божественным!

Я говорю о Любви, Я веду тебя по Тропе Любви.

Из всего — *сердце* — вот что самое важное!

... Судьба человека — идти от человеческого к Божественности.

Цель жизни — это расти в любви, умножать эту любовь и слиться с Богом, Который и есть сама Любовь, и лучше всего это делать через служение. Для искоренения эгоизма нет ничего лучше, чем служение.

Мы должны... *любить* — пока сами не станем Любовью и не сольёмся с Богом, Который и есть Любовь. Всё — просто.

Бог — это Любовь, и самый быстрый и прямой путь к Нему лежит через любовь в действии, в бескорыстном служении людям.

Ищите Его — *сердцем*, а не глазами, устремлёнными на внешнее.»³⁵

Саттва весны (предисловие к фильму)

Сейчас мы будем стараться насытить вас тонкой красотой!

Зачем? Дело в том, что это — один из важнейших методов духовной работы.

Глядя с эволюционных позиций, все мы начинали свою личную историю — в раю. Это становится хорошо понятным, если изучить схему строения Абсолюта³⁶. Души формируются и начинают разви-

³⁵ [10,18].

³⁶ См. в конце книги.

ваться именно в раю. Хотя это — ещё не человеческие души. Это — зачатки человеческих душ, которые проходят начальные этапы своей эволюции в растительных и затем животных телах.

Но, достигнув после очень многих таких воплощений возможности стать, наконец, людьми, мы... «зачем-то» начинаем формировать в себе сильные привязанности к материальным объектам и взращиваем свой эгоцентризм, проявляющийся, в том числе, в высокомерном, презрительном отношении к другим существам.

Невозможность полностью удовлетворять порочные желания по обладанию объектами своих вожделений — порождает в нас стойкие отрицательные эмоции и приводит к формированию таких черт, как раздражительность, гневливость, агрессивность, ревнивость, обидчивость и т.п.

Так большинство людей теряет рай...

... В раю же — обитают те люди, которые приучили себя к чистым, утончённым, любящим, нежным состояниям сознания.

А ад — это удел грубых людей, приучивших себя при жизни в физических телах именно к грубым эмоциональным состояниям.

Райские состояния ещё называют саттвичными, адские — тамастичными, а промежуточные — раджастичными.

Чтобы нам вернуться в рай, мы должны, зная об этих закономерностях, учиться психической саморегуляции, направленной на искоренение в себе грубых состояний и культивирование утончённых. Подробно о наиболее совершенных методиках психической саморегуляции можно прочитать в наших книгах. Но сейчас — один из важных приёмов — *со-настройка с Прекрасным!*

И это Прекрасное мы можем найти — в том числе и прежде всего — в живой природе.

... Более того, познать Бога в аспекте Творца — возможно только из саттвы, из райского состояния души.

Ведь Творец — это наитончайшая Часть Вселенского Сознания!

А саттва — это ближайшее к Божественному состояние души!

Бог ведь — реально вполне познаваем для тех людей, которые следуют этому знанию!

И Он действительно непознаваем для людей тамаса и раджаса!

... И ещё один очень важный аспект: Бог есть Любовь! И приблизиться к Нему можно лишь через возвращение в себе эмоций Любви — сначала к саттвичным существам и явлениям, а потом и к Нему, к Богу.

Итак, начнём погружаться в саттву, сонастраиваясь, сливаясь с ней, становясь ею!...

Ключи к тайнам жизни. Обретение бессмертия (лесная лекция к фильму)

Зачем мы живём на Земле? В чём смысл наших жизней?

В истории философии мы знаем ряд неудачных попыток найти ответы на эти вопросы.

Например, основоположники экзистенциализма утверждали, что жизнь каждого из нас на Земле — это, всего лишь, нелепая случайность; более того,

никто из нас не давал никому своего разрешения, согласия — на то, чтобы жить. Они сокрушались по этому поводу и видели достойное разрешение этой «нелепой ситуации» — лишь в самоубийстве.

То — были атеисты.

А очень многие современные *верующие* в бытие Бога вообще не ставят перед собой данный вопрос. Они... лишь мечтают о земном благополучии и о том, чтобы избежать ада после смерти тела... А что для этого надо делать? — оказывается, участвовать в разных «религиозных» обрядах, каяться в грехах истинных и мнимых, а также «молиться», то есть, прежде всего, выпрашивать «спасения» от ада — у Бога или у придуманных представителями данных конфессий «богов» и «святых».

И этому абсурду всегда активно способствовали жрецы таких религиозных направлений. Они внушали своей «пастве» представление о Боге — как о злобном Страшилище, которое только и занимается тем, что карает, и поэтому Его надо бояться! А мы, мол, жрецы, — мы есть ваши заступники пред Ним: мы за вас «молимся» и вас учим правильно «молиться»...

Почему я называю такую форму псевдорелигиозности — абсурдом? А потому, что, на самом деле, мы, согласно Воле Бога, должны **СОВЕРШЕНСТВОВАТЬ СЕБЯ** (как души) в соответствии с Его Учением — а не вопить Ему о своей греховности! И не попрошайничать пред Ним о «земных» благах — а стремиться стать «совершенными, как совершенен Отец наш Небесный», говоря словами Иисуса Христа!

И ещё: разве страх способствует сближению кого-то и кем-то? Нет! — любовь! И ведь неспроста и Иисус, и все другие Божественные Учителя учат нас не бояться, не ненавидеть — а **ЛЮБИТЬ**!

Существует и ещё одна — тоже ложная, но, всё же, более высокого уровня — попытка объяснения смысла наших жизней. Я говорю о её более высоком уровне потому, что она имеет хоть какую-то позитивную значимость, хоть и ничтожно малую. Согласно ей, мы появились на Земле в результате того, что Богу в Его Обители... стало скучно одному... И именно поэтому Он раздробил часть Себя на мелкие кусочки — души. Зачем? — а чтобы стало веселей, чтобы хоть как-то посмотреть со стороны на Самого Себя, развлечься таким образом... И что каждому из нас надо в связи с этим делать? — а всего лишь осознать единосущность себя-кусочка — с Ним.

Как относиться к такой наивности?

Это — лишь чуть-чуть напоминает правду... Хотя — слишком уж бедно!

Почему бедно? Но уже хотя бы потому, что в этой сказке нет ОПИСАНИЯ БОГА. И, соответственно, нет даже указания на то, где Его искать, чтобы осознать ту самую единосущность с Ним...

Причина всех такого рода заблуждений и курьёзов — в том, что очень многие воплощённые люди, даже большинство, представленное именно молодыми психогенетически людьми, — оказывается неспособным вместить умом такие, например, явления, как многомерность пространства. А без принятия этого в своё мировоззрение — ведь невозможно понять ни суть Бога, ни путь познания Его.

Подробно мы обсуждали эту тему во многих наших книгах, читайте их! А сейчас я лишь кратко скажу, что пространственные мерности — это как бы этажи Мироздания (называемого также Абсолютом), различающиеся между собой по уровням шкалы *грубости* — *тонкости*.

Творец (или Бог-Отец, Изначальное Сознание, Ишвара, Дао, Аллах — и так далее, не важно, на ка-

ком из человеческих языков мы Его называем) — является наитончайшей Частью Мироздания, причём именно ОСНОВНОЙ Его Частью — БЕСКОНЕЧНОЙ по размерам и существующей ВСЕГДА.

На противоположном же конце упомянутой шкалы *тонкости* — *грубости* находится ад — обитель самых отвратительных душ: агрессивных, злобных, состоящих из чёрных энергий.

* * *

На самом деле, индивидуальные души являются — по своему происхождению — не частицами Изначального Сознания, а частицами другого компонента Мироздания. А именно — протопуруши.

Задача этих душ (то есть, в том числе, каждого из нас) — продвигаться в своём развитии к Изначальному Сознанию, к Творцу.

Всё это становится намного наглядней, если познакомиться со схемой изучения строения Абсолюта, на которой представлена, в том числе, динамика происходящих в Нём процессов.

В конечном итоге, достигшие Совершенства Души вливаются в Творца, обогащая Его Собою. Поселившись навечно в Обители Творца, живя теперь в Слиянии с Ним, став Его неотъемлемыми составными Частями, — Они продолжают работать, оказывая помощь остальным эволюционирующим душам. В мире воплощённых существ Они проявляют Себя теперь как Представители Творца, именуемые также Святыми Духами (или, в собирательном смысле, — Святым Духом).

Вот — в чём смысл существования всего Творения, а также и смысл нашего бытия и бытия здесь всех существ!

Ну, а удел тех, кто не идут этим Путём, кто, наоборот, развивают в себе грубость, злобность, жестокость — их уделом является ад.

То, что вы сейчас слышите, не является «изобретением» говорящего сейчас. Нет: это — то знание, которым располагает Бог, то, чему Божественные Учителя — то есть, Мессии и Святые Духи — учили воплощённых людей всегда и учат сейчас.

Этому учили, в том числе, и Тот-Атлант (Он же — Гермес-Трисмегист при следующем Его Божественном Воплощении), и Пифагор, и Кришна, и Гаутама Будда, и Иисус Христос, и Божественные Учителя более поздних эпох и нашей современности. (Наиболее полно эта информация представлена в нашей книге *Классика духовной философии и современность*).

* * *

Так что же надо делать, чтобы успешно продвигаться к своей истинной и конечной Цели?

Надо:

— изучать Волю Бога и стремиться к этической безупречности,

— всячески развивать себя интеллектуально,

— заботиться об энергетической чистоте и отличном здоровье своего многомерного организма и стремиться ко всё большей его очищенности,

— осваивать методы психической саморегуляции, позволяющие превратить себя в растущее духовное сердце и утончать себя (как сознание, душу); неуязвимость сознания, кстати, это есть его неспособность выходить из тонких и чистых состояний, вне зависимости от обстоятельств.

Далее надо:

— обрести способность жить в состоянии внутренней тишины (исихии), ибо успешная медитативная работа может совершаться лишь на этом фоне,

— затем надо растить себя количественно (тоже, разумеется, как сознание); индивидуальное сознание может быть выращено до огромных размеров — в тысячи и миллионы раз превышающих размеры человеческого тела,

— далее — исследовать развитым в должной мере сознанием структуру многомерного Абсолюта, «обживать» последовательно всё более утончённые Его «этажи» — вплоть до Обителя Творца,

— и — помогать на этом Пути другим.

Сразу отмечу, что попытки использования веществ, называемых наркотиками, — с целью попадания «в иные миры» — недопустимы: это ведёт к разрушению здоровья и тела, и сознания.

Наверное, требуется также пояснить некоторые из перечисленных пунктов.

Например, кто-то может сказать: «Теперь мне всё ясно! Иду к Богу, учусь медитировать! Теперь я знаю, что и школу заканчивать не надо, и в институте нет смысла учиться!». Но это будет неверный вывод. Любые формы образования не только обогащают нас разнообразной информацией, но также развивают **МЫСЛИТЕЛЬНУЮ ФУНКЦИЮ СОЗНАНИЯ**. А без развитого интеллекта человек не может пройти весь указанный Путь: он **ОБЯЗАТЕЛЬНО** сойдёт с Пути, заблудится.

* * *

Что касается недопущения загрязнения организма и способов его очистки — полезно знать следующее. Надо:

— мыть тело с мылом, если возможно — ежедневно,

— питаться, по возможности, разнообразной пищей, содержащей и полноценные в аминокислотном отношении белки, и витамины; «убойную» пищу (то есть, приготовленную из тел любых убитых животных) надо категорически исключить: такое питание недопустимо ни с этических позиций, ни с точки зрения биоэнергетики, ибо препятствует утончению сознания, а также оно вызывает подагру и другие заболевания,

далее:

— следует стараться не вступать в тесные эмоциональные отношения с энергетически грубыми людьми; особенно неблагоприятны такие контакты в сексуальных отношениях,

— надо обязательно часто бывать на природе, особенно на утренних и вечерних зорях; сонастройка сознания с утончённой красотой природы является мощным очистителем души; это мы демонстрировали в созданных нами прежде фильмах,

— также существуют специальные приёмы раджа-йоги, позволяющие добиваться быстрого очищения энергоструктур организма: чакр и меридианов,

— ну а потом — работа по изгнанию из организма лишних энергий и по **ОБОЖЕСТВЛЕНИЮ КЛЕТОК ТЕЛА** продолжается на ступени буддхи-йоги.

* * *

В чём, кстати, различия между раджа-йогой и буддхи-йогой?

Раджа-йога — это ступень очищения и дальнейшего самосовершенствования — в пределах физи-

ческого тела и окружающего его энергетического «кокона».

Когда всё необходимое на этом этапе сделано — можно продолжить работу по методам буддхи-йоги, то есть, по совершенствованию себя (как сознания) уже за пределами тела и «кокона». Именно через эти методы человек может стать Махатмой — Великим Атманом. И именно это позволяет ему — получив соответствующие знания и благословение Бога — войти в Обитель Творца и продолжить Своё Бытие в ней, в ВЕЧНОМ СЛИЯНИИ С ТВОРЦОМ.

Здесь важно понимать, что выходить за пределы своего физического тела именно в Божественные «этажи» Мироздания — можно лишь из тела, доведённого до соответствующего уровня чистоты. Из тела же, загрязнённого грубыми энергиями и потому больного, можно попадать лишь в соответствующие грубые нематериальные пространства. Поэтому излишне спешить с попытками выхода за пределы тела — не следует.

Приёмы утончения и увеличения объёма сознания, повышения его дееспособности в нематериальных мирах, также методы непосредственного исследования многомерного Мироздания — называются медитациями. Их — множество. Из высших медитаций, описанных в древних литературных источниках, можно упомянуть медитацию «Крест», которой Иисус Христос обучал Своих ближайших Учеников, (её приводит в Своём Евангелии Апостол Филипп), а также медитацию «Пирамида», описанную Тотом-Атлантом, медитацию Кришны из Бхагавадгиты «Держание существ на ладонях любви» и медитацию Лао-Цзы «Океан». (Обо всех них можно прочитать в нашей книге *Классика духовной философии и современность*). Но, разумеется, исполнить эти медита-

ции без серьёзной предварительной подготовки возможности нет.

Кстати, эффективность деятельности сознания, достигшего свободы от своего материального тела (при том, что тело остаётся живым и вполне здоровым и дееспособным) — зависит, прежде всего, именно от величины, размеров сознания. Величина индивидуального сознания также определяет то, что называют «личной силой».

Чрезвычайно важно понимать, что на Пути к высшим духовным достижениям имеет ценность рост именно и только утончённого сознания; состояние утончённости должно стать вполне естественным, основным, фоновым. Если этого статуса не добиться — то бывает очень легко «сорваться» в грубость — и тогда вместо Обитатели Творца человек обретает для себя обитель в виде ада. Причём очень часто в таких случаях ему не удаётся самому отследить своё огрубление...

Но существуют эталоны для утончения сознания. Их нам предоставляют Святые Духи. Эти эталоны называются Махадублями. Они возвышаются над сушей или над водоёмами и имеют обычно гигантскую антропоморфную форму. Это — живые Божественные Сознания, наши Божественные Учителя.

Утончённое до Их уровня Божественной тонкости сознание духовного подвижника — способно ВИДЕТЬ Их, напрямую БЕСЕДОВАТЬ с Ними. Они становятся для таких подвижников личными Божественными Духовными Учителями. А заполнение форм Их Махадублей собою — даёт бесценный начальный опыт Слияния с Богом.

Но это — ещё только самое начало обретения Божественности.

А дальше — надо научиться — причём не иначе, как с помощью Божественных Учителей — жизни

в Их общей Обители: Обители Изначального Сознания. Причём в состоянии прочной СРОЩЁННОСТИ с Ним.

Всё это — достижимо и именно должно быть достигнуто ещё при обладании физическим телом; потом будет поздно. Ведь именно материальное тело является той структурой, которая позволяет трансформировать (или, как ещё говорят, сублимировать) энергию, получаемую от обычной пищи, — в энергию развиваемого сознания.

* * *

В трудах, оставленных рядом воплощавшихся в человеческие тела Божественных Учителей, то есть, Мессий, Аватаров, — говорилось о возможности достижения человеком Бессмертия. Что это значит? Какой смысл вкладывался в эти слова?

Существует две формы такого Бессмертия.

Первая — выход из «колеса рождений и смертей», то есть, из необходимости снова РОЖДАТЬСЯ И УМИРАТЬ телами на Земле. Это достигается именно через обретение прочного и окончательного Слияния с Изначальным Сознанием в Его Обители. Последующие воплощения таких Достигших могут иметь место — но именно добровольно и не ради продолжения их личного совершенствования, а лишь для создания наиболее благоприятных условий помощи воплощённым.

Но существует и другая форма Бессмертия — когда, на основе только что указанных достижений, обретается бессмертие также и физического тела. Для этого клетки материального тела должны быть полностью обожествлены.

С такими примерами можно познакомиться в нашей книге *Классика духовной философии и современность*. Среди Обладателей Бессмертных Тел мы знаем Иисуса Христа, Адлера и Тота-Атланта. Они объясняли нам, как этого можно достичь — и это представляется вполне реальным.

* * *

Надеюсь, мне удалось вдохновить вас на усилия на духовном Пути. Идите по нему! Этим мы исполняем Волю Того, Кто послал нас жить на Земле!

Теперь, когда смысл наших жизней здесь, на Земле, стал нам понятен, — не имеет ли смысла оставшееся время посвятить его реализации?

Идите! И даже если не успеете пройти именно весь Путь, но лишь часть его, — уже будет счастливее жизнь: и в оставшееся время в этом воплощении, и после него! И будет легче именно продолжить Путь в следующий раз!

Общее заключение

1. Об истории религии

1:1. Нет сомнения, что способные философски мыслить люди на протяжении всей истории существования человечества на Земле задавались вопросами о смысле своих земных жизней, о возможности своего бытия в невоплощённом состоянии и о бытии Бога.

Этими мыслителями создавались более или менее адекватные философские представления, вокруг них образовывались философские и эзотерические кружки, школы, даже религиозные движения.

1:2. Бог — со Своей стороны — многократно давал воплощённым людям Своё Учение через Своих Посланников (Мессий, Аватаров) и пророков. Информация давалась в адекватной для конкретных групп людей форме — с учётом уровней их философско-религиозной осведомлённости, а также применительно к конкретным условиям бытия в то конкретное время (например, в условиях войны — или мира, первых шагов становления религиозных концепций — или на фоне их стабильного существования в данном регионе).

1:3. Но в каждом таком созданном Богом очаге религиозных знаний всегда со временем происходило искажение людьми полученного ими Учения.

Например:

— совершалось сведение религиозных обязанностей людей лишь к участию в якобы «спасительных» обрядах, а молитвенные телодвижения и стандартные молитвы становились главным религиозным занятием верующих, подменяя собой реальные усилия по совершенствованию себя на пути личной духовной эволюции,

— возникал так называемый религиозный «фундаментализм», при котором религиозная жизнь рассматривается не как обретение знаний о Боге, о смысле наших жизней, не как освоение методов духовного совершенствования и помощь в этом другим, — а она сводится лишь к грубому, насильственному принуждению одних людей другими к соблюдению неких «правил поведения», не имеющих на самом деле никакого религиозного значения,

— формировались ложные концепции «национальных религий» и «национальных Богов» — тогда как на самом деле Бог един даже не только для людей всей Земли, но и для всей вселенной; результатом такого вырождения зачастую оказывалось то, что главной сутью идеологии религиозного направления становилась ненависть к «еретикам» и «иноверцам», выливающаяся в террор и агрессивные войны.³⁷

1:4. Для всех разумных людей нашей планеты должна быть ясна необходимость изучения, принятия и внедрения в менталитет народов всех стран религиозной концепции, основанной на современном научном знании, суммировании накопленного людьми исторического религиозного опыта, а также на том, чему Бог учит нас сейчас.

³⁷ Механизмы вырождения религиозных направлений были рассмотрены нами в книге [6].

Также уместно подчеркнуть, что “непрерывность преемственности” (“парампарность”) существующего религиозного направления ни в коей мере не гарантирует его истинность. Напротив, мы повсюду видим возникновение искажений и извращение первоначальных Учений уже при жизни их Основателей, и уже тем более — после их ухода из земной жизни.

2. Что надо понимать под словом Бог

2:1. Прежде всего, надо принять то, что вселенское пространство многомерно реально (а не только математически).

Его мерности (зоны, локи) познаваемы развитым сознанием человека. Такое развитие сознания достигается верно поставленной духовной работой, одним из компонентов которой является многоступенчатая медитативная практика.

2:2. Есть мерности и ада, и рая, и «хранилища строительного материала» для формирования материи и будущих душ, есть Обитель Творца.

2:3. Так исторически сложилось, что даже само слово *Бог* оказалось имеющим не одно, а больше значений; и люди в них путаются.

2:4. Главное значение этого слова — Творец, Изначальное Вселенское Сознание, сущее в изначальной пространственной мерности. Это Сознание является самым утончённым из всех вселенских энергетических состояний — если Его положение рассматривать в шкале *тонкости* — *грубости*.

(На противоположном конце этой шкалы находятся существа ада: состояния, в которых они пребывают, являются наигрубейшими — с позиций оценки их устойчивого эмоционального статуса).

2:5. Второе значение слова *Бог* включает Творца вместе со всем Его многомерным Творением, порождённым Им, возлежащим на Нём как на фундаменте, не способным существовать без Него или в отрыве от Него. В этом смысле Бог есть *Абсолютно Всё* (Абсолют) — Всё, кроме лишь ада с его обитателями. (По определению Иисуса Христа, ад явля-

ется «тьмой внешней» — внешней по отношению к Богу-Абсолюту).

2:6. В понятие *Бог* входит также Проявление Творца в Творении, именуемое Святым Духом (Брахманом).

Святой Дух проявляется для воплощённых людей наиболее часто в виде исходящих из Обители Творца Божественных Учителей.

Они могут, в частности, уплотнять собственную энергию Сознания вплоть до ощущаемого, иногда — даже вполне видимого нашим обычным зрением состояния.

2:7. Проявление Божественного Учителя на Земле через Его воплощение в человеческом теле именуется Мессией, Христом, Аватаром.

Он, как и Святой Дух, есть Неотъемлемая Часть Творца (Изначального Сознания).

2:8. Утверждение, что Бог — именно один — истинно. Все, Кто обитают в Обители Творца, являются взаимослитыми составными Частями Единого Изначального Сознания.

Критерий распознавания здесь состоит в том, что Их Обителью является именно изначальная пространственная мерность; из неё каждый из Них исходит в мир Творения лишь частью Себя, оставаясь единосущным Творцу.

2:9. Все конкретные индивидуальные проявления в пределах мира Творения (предметы, тела, включая наши, плюс также все воплощённые и невоплощённые души, кроме адских) — все они должны восприниматься как клетки бесконечного многомерного Вселенского Организма Бога в аспекте Абсолюта.

2:10. Суть всех происходящих во вселенной процессов есть Эволюция Вселенского Божественного Сознания, Эволюция Абсолюта.

2:11. В понятие *Бог* не могут включаться мифологические, вымышленные персонажи народного фольклора (последователи такого рода наивных и ложных по сути представлений именуются «язычниками», то есть, последователями «народных» примитивных верований).

Наивны и ложны также попытки представлять Бога в виде невидимого летающего существа, имеющего облик и размеры человеческого тела.

Бог также не должен описываться как «информация», «информационное поле», «совокупный человеческий разум» и в виде тому подобных поверхностных и некомпетентных определений.

Познание Его не имеет ничего общего с «общением с инопланетянами», «астральными полётами», спиритизмом, магическими обрядами и астрологическими фантазиями.

Представление Бога в виде злобного, карающего людей за грехи чудовища является ярчайшим извращением, отвращающим людей от любви к Богу и от продвижению по духовному Пути.

Подобно этому, грубейшим извращением в религии является выставление в центр внимания образа дьявола и прочих пугающих факторов.

Культивирование мистического страха — вместо созидательной Любви — является главной причиной духовной деградации и развития массовой психопатологии среди адептов таких форм псевдорелигии.

2:12. Итак, в понятие Бог входят:

— Творец, именуемый также Богом-Отцом, Изначальным Сознанием, Аллахом, Ишварой, Дао и другими синонимами из других языков и направлений религии,

— Абсолют,

— невоплощённые (Их — очень много) и воплощённые Божественные Учителя, исходящие из Обителя Творца.

Такова суть истинного — монотеистического — понимания сути Бога.

2:13. Творец — из Своей Обители — творит «островки» материи в разных частях бесконечного пространства вселенной; затем — когда необходимость в каком-то из них или в целой их группе отпадает — Он их дематериализует.

Смысл всего этого состоит в том, чтобы создавать условия для воплощения на материальные субстраты всё новых душ, где последние получают возможность для развития.

Развив себя до Божественности, эти Души вливаются в Творца, обогащая Его Собою.

2:14. Воплощения в мире материи необходимы для развития душ, поскольку именно в физических телах происходит образование энергии, идущей на рост «сгустков» индивидуальных сознаний. Исходным материалом для получения такой энергии является, прежде всего, материальная пища — та самая, которую мы едим.

При этом не всякая материальная пища обеспечивает поставку в организм наиболее благоприятных для правильного роста души энергий: благоприятными свойствами обладает именно «безубойная» диета, то есть, без продуктов, изготовленных из тел убитых животных.

Не соответствующее высоким этическим нормам «убойное» питание ведёт, в том числе, к подселению душ погибших животных в тела тех людей,

которые их убили или съели их плоти. Такие подселения (называемые «одержимостями») вызывают разнообразные психические и соматические нарушения и заболевания, включая рак.³⁸

Естественной пищей для людей являются разнообразные съедобные растения, молоко домашних животных и изделия из него, а также птичьи яйца.

2:15. Эволюция каждой индивидуальной души начинается с формирования её зачатка на минеральной основе, потом следуют многочисленные воплощения в тела сначала маленьких, потом всё больших растений, потом — в животные тела нарастающей величины и видовой усложнённости, потом — в тела людей.

³⁸ Механизмом онкологических заболеваний является локальное нарушение генотипа той или иной группы клеток тела, что приводит к образованию опухолей и прочих патологий.

Факторами, приводящими к таким нарушениям, могут быть облучения “жёсткими” лучами, генные нарушения, передаваемые по наследству, химические канцерогены, возможно, вирусные воздействия, но также и “одержимости”.

В последнем случае подселившийся дух начинает адаптировать часть организма человека себе под “жилище”, активно преобразуя в наиболее удобный для себя вариант — ткани тела человека.

Сказанное является не фантазией или “научной гипотезой”, а множество раз наблюдалось при помощи ясновидения на больных. Покаяние в совершённых убийствах и эгоистичном чревоугодии — и особенно, если это сопровождается разными целительскими и исцеляющими процедурами (включая “моржевание”), — приводит к уходу “подселенцев” и быстрому выздоровлению.

Каждый из нас, людей, когда-то *был* разными растениями и животными.

А теперь в телах растений и животных мы должны ощутить другие подрастающие души. Мы должны научиться уважать их жизни и всячески избегать причинения им напрасного вреда.

«Безубойность» образа жизни в отношении людей и животных, а также отказ от напрасного (не необходимого) причинения вреда растениям — это должно быть нормой жизни каждого человека.³⁹

2:16. Бог в аспекте Творца — и это является Истиной, реально воспринимаемой развитым человеческим сознанием — может быть обрисован как Океан Блаженного и Нежнейшего Тончайшего Живого Света-Сознания.

Человек должен устремиться к познанию Его, должен учиться любить Его, должен стать влюблённым в Него — и это станет предпосылкой к тому, чтобы постигнуть Его Суть и слиться с Ним. Индивидуальная душа — в итоге своей личной эволюции — должна влиться во Вселенскую Душу Творца, являющуюся Основной Частью Абсолюта.

3. Что такое человек

3:1. Человек не есть тело. Человек есть сгусток энергии сознания (душа), способный к самоосознанию, запоминанию, мышлению, передвижению,

³⁹ Исключениями могут быть только случаи самообороны, например, от агрессивных зверей или насекомых.

качественному и количественному развитию, а также к деградации.

Воплощение в физическое тело состоит в скреплении Богом души с готовящимся к рождению телом.

Смерть означает их полное разделение.

3:2. Люди воплощаются Богом в физические тела для того, чтобы пройти очередные этапы своей личной эволюции. При этом каждый обладает значительной свободой воли, то есть, как правом выбора стратегического направления своего эволюционного продвижения (к Обители Творца — или же к аду), так и в решении текущих задач и проблем.

Бог — в аспекте Святого Духа — постоянно делает предложения каждому: как стать лучше. Именно в этом — проявление Его Любви-Заботы о каждом.

«Резкие» «принуждающие» вмешательства Бога в осуществление людьми тех или иных их желаний — явление редкое.

Так Бог — как Высший Пастырь — «пасёт» нас на поверхности планеты Земля — как на Своем «пастбище». Он заинтересован в том, чтобы мы развивались в нужном Ему направлении: а именно, мы должны стать Совершенными Душами и влиться в Него в Его Обители, обогатив Его собой.

И если кто-то проживает свою земную жизнь не так, как угодно Ему, — Он делает тому человеку больно через болезни или прочие беды. В результате кто-то задумывается и исправляется. Но другие — лишь озлобляются и, к сожалению, деградируют с ещё большей скоростью.

Так — в результате реализации людьми свободы воли — осуществляется «естественный отбор» среди воплощаемых Богом душ.

Лучших Он берёт затем в Свою Обитель, хорошие попадают на время в рай, потом воплощаются снова в благоприятных условиях для продолжения

развития; обитель худших — ад, откуда некоторым всё же предоставляется возможность воплотиться снова, попробовать ещё раз; наихудшие же, безнадежные в глазах Бога, разрушаются, уничтожаются навсегда (отсюда — фольклорные представления о «геенне огненной» и «пожирающем грешников огне ада»).

3:3. Человек должен осознать себя в качестве не тела или ума, а воплощённой души (сознания): только с этой позиции возможно правильное понимание того, как жить на Земле.

Типичный литературный оборот: «моя душа», «его (её) душа», «наши (их) души» — неверен. Поймём, что я — и есть именно душа.

3:4. Люди всех национальностей и рас, а также обоих полов — равны перед Богом и между собой; существенны — другие различия: по возрасту душ и по степени развитости в них тех или иных положительных и отрицательных качеств.

Основные принципы духовного продвижения также равны для всех людей, вне зависимости от пола, национальности и прочих подобных свойств; но методы духовной работы должны различаться в зависимости: а) от возраста в данном воплощении, б) от психогенетического возраста (возраста души), в) от этического и интеллектуального уровней развития в данное время, г) от того, какая часть духовного Пути уже пройдена.

3:5. Перспективная задача каждого человека — познать Бога во всех Его аспектах и Проявлениях и, достигнув духовного Совершенства, войти в Слияние с Творцом в Его Обители, чтобы затем продолжать — уже оттуда — участвовать во Вселенском Эволюционном Процессе, помогая, в частности, воплощённым существам.

Но начинать надо именно с интеллектуального развития и этического преобразования себя.

4. Основы методологии духовного совершенствования

4:1. Совершенство Творца состоит из трёх основных качеств: Любви, Мудрости и Силы. Поэтому и каждый человек в его личной эволюции должен совершенствоваться по этим трём параметрам.

4:2. Пусть каждый человек начнёт с того, чтобы его главными этическими принципами стали следующие:

«Не делай другому того, чего не желаешь себе!» и

«Помогай всем во всё добром!».

Затем будет правильно начать освоение функций своего духовного сердца — органа, продуцирующего эмоции любви.

4:3. Духовное сердце является биоэнергетической структурой, изначально расположенной в грудной клетке. Первая ступень его развития может считаться взятой тогда, когда оно заполняет всю грудную клетку, а человек способен устойчиво пребывать концентрацией сознания в нём, воспринимать окружающий мир непосредственно им и действовать *из него*, в том числе, *из него* говорить.

Когда человек освоил это, он — пока пребывает концентрацией сознания в духовном сердце — уже не может входить в иные эмоциональные состояния, кроме вариантов эмоций сердечной любви.

От этого радикально меняется характер его взаимоотношений с окружающей средой, включая других людей, резко улучшается здоровье.

Тот, кто упрочнил себя в этом состоянии, именно привык жить в нём и проживёт так до конца своего земного воплощения, — тот гарантированно оказывается в раю среди таких же райских душ.⁴⁰

Методики реализации сказанного детально разработаны нами, описаны в ряде наших книг и проиллюстрированы в видеофильмах.

4:4. Человек должен, чтобы преуспеть в духовном развитии, превратить себя в большую душу, состоящую в основном из духовного сердца.

Он должен научиться жить так, чтобы почти не выходить из эмоций любви: нежной свежести, тактичной заботливости, готовности искренне и бескорыстно помогать всем во всём добром, в почтительности ко всем достойным, в благодарности всем помогающим, в прощении всем обидчикам, в готовности к самозабвению и самопожертвованию ради блага ближних. И даже сражаясь за благо ближних, он не должен выходить из состояния любви.

Пусть каждый борется за искоренение из себя всех проявлений высокомерия, корыстности, жадности, насильственности, эмоций гнева во всех его про-

⁴⁰ Прочитавшему эту книгу должно быть ясным, что невежественное понимание термина “сердце” как средоточия всех вообще эмоций, включая половую страсть (похоть), ненависть, жажду крови и т.п., — не имеет никакого отношения к духовности. Словесные обороты “жить сердцем”, “жить по сердцу” должны означать “жить любовью, в любви”, а не “плыть по течению неконтролируемых разумом эмоций”.

Последнее значение, к сожалению, вошло в литературную “классику”, что не способствует духовной культуре читателей тех книг.

явлениях, включая эмоции осуждения, мстительности, зависти, ревности. Перечисленные эмоциональные состояния надо понимать как противостоящие Любви.

Научиться управлять своими эмоциями можно через интеллектуальную работу по борьбе с пороками (включая покаяние) и по возвращению в себе недостающих положительных качеств; большую помощь в этом окажет освоение приёмов психической саморегуляции, основанных на работе с эмоциогенными структурами своего организма.

4:5. «Бог есть Любовь!» — эту формулировку предложил нам Иисус Христос. Он и Сам был Любовью. И нам завещал стать Ею.

Приблизиться к Творцу, Который есть Любовь, мы можем, только тоже став Любовью. Других способов нет.

И это есть не лозунг, состоящий из красивых слов, но неосуществимый на практике, — а выверенная и отработанная на множестве духовных искателей система знаний и методов.

4:6. Очень важно для духовного продвижения — развивать интеллект. Детям нужно стараться дать как можно более полноценное образование. Взрослым надо тоже всегда стараться познать как можно больше нового — преимущественно того, что представляет конкретную ценность на духовном Пути.

4:7. Свою трудовую деятельность имеет смысл посвятить не погоне за деньгами и накоплению материальных богатств — а тому, чтобы сначала как можно большему научиться, а потом, используя накопленные знания, служить ими Богу через служение людям.

4:8. Именно делание добра через всемерную помощь эволюционирующим душам — пусть это бу-

дет главным стимулом в социальной жизни каждого человека!

Пусть такая деятельность станет искренним дарением! Тогда и другие — лучшие — начнут отвечать ответными дарами. Именно так формируются группы настоящих, надёжных друзей, объединяемых общими духовными целями.

4:9. Рождение и правильное воспитание детей есть тоже служение Богу.

4:10. В воспитательной работе с детьми могут успешно применяться специальные развивающие приёмы, подготавливающие детей к серьёзной духовной работе в зрелом возрасте.

4:11. Дети должны — на доступном для конкретного возраста уровне — вовлекаться в созидательную работу.

Пусть они помогают своим родителям в их труде, пусть нанимаются на разнообразные оплачиваемые работы в свободное от учёбы время, пусть обучение разнообразным трудовым навыкам войдёт в педагогические программы учебных заведений.

Через это дети должны учиться созидать и ценить всё доброе, созданное руками и умами других людей.

Иначе — многие дети, взрослея, становятся разрушителями.

4:12. Супружество и воспитание детей — дают отличные возможности для совершенствования себя по многим параметрам, включая развитие в себе таких аспектов любви, как заботливость, нежность, альтруизм.

Это же — значительно обогащает интеллектуальную сферу, давая множество уроков по психологии.

Бог есть *Главный Психолог*. Мы тоже должны осваивать психологию.

4:13. Мнение, что задача человека состоит лишь в том, чтобы только «молиться», ничего другого не надо, — является глубоко ошибочным и вредоносным. Надо понять, что Богу вообще не нужны наши молитвы, суть которых — выпрашивание.

Богу нужна от нас, прежде всего, этическая праведность в отношении других людей и всех живых существ, а также в отношениях с Ним — Богом.

Ему нужно, в частности, чтобы мы искали Его, служили Ему, учились любить Его и стремились развить себя до той степени, чтобы преподнести Ему себя в виде как можно более совершенного дара.

Именно этот дар является угодной Ему *жертвой* от человека.

4:14. А убийства животных или даже растений «в жертву Богу» Ему вовсе не нужны; они являются скорее преступлениями, но никак не «Богоугодными» делами.

4:15. Навязывание людям представлений о ничтожности и безнадёжной греховности человека, о его вечной противоположности Богу — ложно и преступно в глазах Бога. Оно противоречит уже самому Замыслу Творца в отношении нас. Оно препятствует духовному росту людей.

4:16. Основа силового развития души может наилучшим образом быть заложена через здоровый физический труд. Если это сейчас невозможно — помогут спортивные тренировки.

Для того, чтобы успешно продвигаться по духовному Пути, надо иметь здоровое и сильное тело.

Далее силовой аспект сознания развивается через специальные приёмы развития энергоструктур организма и особые медитации. Они могут допускаться только в отношении тех людей, которые, будучи интеллектуально зрелыми, также обрели устойчи-

вый статус в эмоциях любви и в утончённости сознания.

4:17. Ошибочным является мнение, что в рай или ад люди попадают в результате совершения того или иного поступка (поступков). Поступки, имеющие этическую значимость, определяют судьбу именно в воплощённом состоянии — в этом или будущем воплощении.

Но пребывание после смерти тела в адских, райских или иных пространственных мерностях (включая Обитель Творца) — это определяется тем, *к каким состояниям сознания* человек именно приучил себя при жизни в воплощённом состоянии.

Если он приучил себя к пребыванию в грубых эмоциональных состояниях — ему именно в них и придётся продолжить своё существование без тела, причём в гуще себе подобных.

Если он прожил жизнь (в том числе, в последнее время перед расставанием с телом) в тонкой и чистой сердечной любви — он оказывается в раю.

Но, чтобы поселиться в Обители Творца, — от «стартового» райского состояния требуется долгая и трудная медитативная работа под руководством Божественного Учителя или Божественных Учителей.

Этому, при желании, следует посвятить целиком свою жизнь.

Подчеркнём, что сам человек пройти эту часть Пути не может. А ошибки могут иметь тяжелейшие последствия. Например, можно «заблудиться» в пространственных мерностях... Или однажды серьёзно сорваться в грубые эмоциональные состояния под влиянием какого-то стрессогенного фактора... — это грозит «обвалом» всех позитивных медитативных наработок и тяжёлыми заболеваниями.

4:18. Духовная работа не может быть успешной у людей, применяющих вещества, называемые нар-

котиками, включая спиртные напитки и табачные изделия.

4:19. Организм воплощённого человека многомерен и подобен в этом отношении многомерному Абсолюту. Поэтому процесс познания себя в значительной мере совпадает с процессом познания Абсолюта.

4:20. Одной из важнейших задач духовной работы является замена человеческого эгоцентризма на Богоцентризм — и в умах, и в медитативной реализации.

4:21. Высшие ступени духовного восхождения могут быть освоены только в монашестве.

4:22. Монашество — это однонаправленность внимания духовного подвижника на одну только Цель — полное познание Бога и Слияние с Творцом в Его Обители, а также на помощь всем достойным на этом Пути.

4:23. Задачи, стоящие перед монахами, отнюдь не могут быть решены через ношение специальных одежд, получение новых имён, поклоны и стандартные молитвы. Всё это не имеет прямого отношения к истинному монашеству.

4:24. Паразитический образ жизни, иногда превозносимый в выродившейся религиозной среде как достоинство, на самом деле является пороком и пагубно сказывается на судьбах адептов этого извращения.

Попрошайничество Бог рассматривает как занятие непристойное [10,18].

4:25. Целибат (запрет на сексуальную жизнь) не является истинным атрибутом монашества. Он — больше вредит, чем помогает на духовном Пути. Ибо он создаёт сексуальную доминанту (доминанту сексуальной неудовлетворённости) — вместо того,

чтобы единственной доминантой был Творец, плюс забота о ближних.

Целибат также не позволяет развиваться в человеке таким важным проявлениям любви, как сексуально окрашенная нежность, заботливость по отношению к супругу (супруге) и к собственным детям.

Целибат также может прямо вредить здоровью, вызывая аденомы простаты у мужчин и неврозы на почве сексуальной неудовлетворённости у представителей обоих полов.

4:26. Секс вовсе не является «грехом»,

а) если он не сопряжён с насилием и прочими формами причинения вреда,

б) если он имеет место с адекватным партнёром и

в) если он не вытесняет собою более важные аспекты жизнедеятельности.

Гармоничная сексуальная жизнь является нормой для всех здоровых взрослых людей, включая, разумеется, тех, кто полностью посвятили свои жизни высшим духовным целям.

Но в супружестве должны состоять сходные по своему духовному статусу люди. [10,18]

4:27. Активировавшееся в последнее время внедрение той идеи, что «чем больше секса — тем больше духовности», — является противоположной крайностью и в не меньшей мере вредит духовному росту: ведь в центре внимания оказывается секс, а вовсе не Творец в Его Обители, не многогранное собственное совершенствование, не участие в Эволюционном Процессе через служение Богу, состоящее в помощи другим людям в их полноценном существовании на Земле и духовном росте.

«Где сокровище ваше — там и сердце ваше!», — учил Иисус Христос. (Лк 12:34)

5. Структура человеческого организма и строение Абсолюта

5:1. Как уже говорилось, человек не есть тело. Человек есть сознание (душа), воплощаемое на некоторое время в материальные тела.

5:2. Можно говорить о многомерности организма (но не тела!) воплощённого человека.

При этом отметим, что приводимая в некоторой литературе схема «семи тел» человека не верна. Правильно здесь говорить об именно потенциальном представительстве каждого человека во всех основных слоях многомерного Абсолюта; этот свой потенциал человек и должен реализовать. Именно об этом, кстати, идёт речь в Библии, когда там говорится о подобии человека и Бога — Бога в аспекте многомерного Абсолюта.

5:3. Сказанное становится более понятным, если рассмотреть схему изучения структуры Абсолюта, представленную в конце книги.⁴¹

Понять эту схему не столь уж просто из-за того, что на бумаге невозможно полностью адекватно графически изобразить многомерность пространства.

Поэтому, чтобы разобраться, надо принять, что каждый слой многомерности, расположенный на схеме ниже, на самом деле находится именно *глубже* по шкале многомерности. И каждый более глубокий слой является более *утончённым*, в сравнении с предыдущим.

⁴¹ Впервые эта схема публиковалась в книге [7].

Обитель Творца, таким образом, находится в самом *глубоком*, то есть, самом *утончённом* энергетическом пласте многомерной структуры Абсолюта. И именно там, значит, нам и надо искать Его.

Причём методологическим направлением работы здесь будет утончение сознания, начиная с овладения регуляцией своей эмоциональной сферы.

5:4. Дальнейшая эзотерическая работа может заключаться в том, чтобы научиться перемещаться концентрацией сознания по всем уровням этой схемы (разумеется, не в образном представлении, а в реальном многомерном пространстве) — подобно тому, как можно перемещаться концентрацией сознания внутри своего материального тела.

5:5. Весь процесс такой нашей учёбы (в т.ч. с изучением теории, практическими занятиями и экзаменами) ведётся под руководством Святого Духа; Он никогда не оставляет никого без внимания и помощи, ничто не происходит ни с кем без Его ведома и контроля.

6. Какой должна быть практика религиозных объединений

6:1. Обрядовые формы религиозной практики вполне уместны для начинающих в религии. Но надо понимать, что они могут нести лишь ту пользу, что приучают людей помнить о существовании Бога.

Обряды, как бы их ни называли люди и какое бы значение они им ни придавали, — не могут ни в коей мере сами по себе решить задачу реализации смысла жизни человека.

6:2. Деятельность религиозных объединений не должна состоять только в обрядности. Надо раз-

яснять о Боге, о смысле жизни человека и пути его осуществления. Должна вестись этическая работа, включающая обсуждение этических принципов, осмысленное покаяние, коллективный анализ этических проблем — на конкретных примерах из практической жизни, из книг, газет, фильмов и других источников.

Значительное место может занимать эстетика, включая сонастройку с тончайшими проявлениями живой природы и соответствующими произведениями разных жанров искусства. Утончённая и одухотворённая красота человеческого тела также вполне достойна занимать своё место в этом ряду.

Духовная работа будет намного эффективней, если её обогащать занятиями по экологии, спортивными тренировками и оздоровительными мероприятиями, включая закаливание, беседы о здоровом образе жизни, освоение приёмов целительства и самоисцеления.

Должны вестись занятия по психической саморегуляции с главным акцентом на полнейшее освоение функций духовного сердца.

6:3. Не должны даваться детям и несостоятельным в этическом и интеллектуальном отношении взрослым углублённые медитативные приёмы, особенно связанные с силовым аспектом развития сознания. Это может вести к серьёзным психическим нарушениям, прекращающим позитивную эволюцию данной души.

Посвящения в духовные знания должны осуществляться строго дозированно — по мере освоения учениками предыдущих этапов.

6:4. Основными качествами Бога являются Любовь, Мудрость и Сила.

И человек, стремясь к Совершенству, должен развивать себя именно по этим трём параметрам.

Для этого существуют три тесно связанных направления духовной работы: этическое, интеллектуальное, психоэнергетическое.

Этический аспект развития является главным на Пути духовного совершенствования.

Критерием различения правильной или неправильной религиозной ориентации является именно этическая направленность.

Девиз: «Бог и Любовь!» — это верно.

Ненависть к кому бы то ни было, возведение в «норму» убийства людей и животных, пьянство, применение других наркотиков, корыстность, агрессивность, самовлюблённость, гневливость, лживость и высокомерие — это не верно, это — зло, это — к Богу не ведёт.

6:5. Итак, основным принципом эволюционного развития человека является именно многоаспектная **ЛЮБОВЬ**, которая:

- начинается с сострадательного отношения ко всем проявлениям жизни,

- направляется верным пониманием религиозно-философского аспекта нашего бытия,

- зиждется на развитии себя в качестве духовного сердца,

- ведёт нас — через любовь к Творению — к любви к Творцу.

6:6. Любовь к Творцу, влюблённость в Него, — позволяет нам познать Бога во всех Его аспектах и Проявлениях и слиться сознанием с Творцом.

6:7. Этой Победой завершается индивидуальная эволюция души на её человеческой стадии развития.

Но жизнь Достигших — продолжается — теперь уже в качестве Неотъемлемых Частей Творца.

6:8. Одним из Проявлений активности Достигших является Их помощь воплощённым существам — в качестве Святых Духов.

А в некоторых случаях Представители Творца даже воплощаются вновь в человеческие тела — чтобы сделать помощь воплощённым людям ещё более успешной.

Литература

1. Агни-йога. Иерархия. Набережные Челны, 1991.
2. Агни-йога. Мир Огненный. III. «Детская литература», Новосибирск, 1991.
3. Агни-йога. Надземное. «Сфера», М., 1995.
4. Агни-йога. Община. «Детская литература», Новосибирск, 1991.
5. Акинфиев И.Я. — Вегетарианство с биологической точки зрения. Екатеринбург, 1914.
6. Антонов В.В. — Духовное сердце. Религия Единства. «Полюс», СПб, 1999.
7. Антонов В.В. — Новая упанишада: Структура Абсолюта и Его познание. «Полюс», СПб, 1999.
8. Антонов В.В. (ред.) — Духовная работа с детьми. «Reality», СПб, 2001.
9. Антонов В.В. — Как познаётся Бог. Автобиография учёного, изучавшего Бога. «Полюс», СПб, 2002.
10. Антонов В.В. — Бог говорит. Учебник религии. «Полюс», СПб, 2002.
11. Антонов В.В. — Сексология. «Файндер-Плюс», СПб, 2002.
12. Антонов В.В. (ред.) — Духовное сердце: Путь к Творцу (стихи-медитации и Откровения). «Reality», СПб, 2003.
13. Антонов В.В. (автор и составитель) — Практика современного исихазма. «КП ОГТ», Одесса, 2004.
14. Антонов В.В. (ред.) — Бог говорит. Книга 2. Божественные Учителя — о Себе. «Вільна Україна», Львов, 2005.

15. Антонов В.В. (ред.) — Как познаётся Бог. Книга 2. Автобиографии учеников Бога. «Вільна Україна», Львов, 2005.
16. Антонов В.В. (ред.) — Добрыня. Былины. «Друк», Одесса, 2006.
17. Антонов В.В. (ред.) — Дао-Дэ-Цзин. «Друк», Одесса, 2007.
18. Антонов В.В. (ред.) — Классика духовной философии и современность. «Друк», Одесса, 2007.
19. Бабаджи непостижимый. «Либрис», М., 1997.
20. Безобразов П.В. — О правах животных. М., 1904.
21. Гармония через вегетарианство. «Об-во Ведич. культуры», СПб, 1996.
22. Горький М. (А.М.Пешков) — Исповедь. В: Собрание сочинений в 30 томах. Т. 8. «Худ. лит.», М., 1952.
23. Гренадер А.Б. — Влияние закаливания холодом и зимнего плавания на организм. «2-ая научно-методическая конференция по вопросам закаливания холодом и зимнего плавания». Минск, 1967.
24. Данилов Б.А. (сост.) — Грани Агни-йоги. «Алгим», Новосибирск, 1995.
25. Добротолюбие. «Молодая гвардия», М., 1992.
26. Дёмин В.Н. — Заветными тропами славянских племён. «Фаир-пресс», М., 2002.
27. Доулинг Л.Х. — Евангелие Иисуса Христа эпохи Водолея. «Об-во ведической культуры», СПб, 1997.
28. Дымшиц Е.О. — О вегетарианстве. «Изд. Розенберга», Екатеринослав, 1911.
29. Жбанков Р.Г. — Задачи и перспективы закаливания холодом и зимнего плавания. «2-ая научно-методическая конференция по вопросам закаливания холодом и зимнего плавания». Минск, 1967.

30. Жизнь Святого Иссy, наилучшего из сынов человеческих. В: Вокруг Иисуса. «Об-во ведической культуры», Киев, 1993.
31. Залманов А.С. — Тайная мудрость человеческого организма. «Наука», М.-Л., 1966.
32. Кастанеда М.Р. — Магическое путешествие с Карлосом Кастанедой. «Миф», Кр., 1998.
33. Кислинг Б. — Целительные свойства секса. «Питер», СПб, 1997.
34. Ключникова М.Ю. (сост.) — Живая этика. «Республика», М., 1992.
35. Куллен Б. — Книга Иисуса. «Полюс», СПб, 1997.
36. Лу Куань Юй — Даосская йога. Алхимия и бессмертие. «Орис», СПб, 1993.
37. Откровенные рассказы странника духовному своему отцу. Казань, 1911.
38. Перкинс М., Хейнсворт Ф. — Вера бахаи. М., 1990.
39. Платен М. — Новый способ лечения. «Просвещение», СПб, 1902.
40. Радугин В.В. — Вегетарианство и причины отпадения от него. Шуя, 1908.
41. Религия сикхов. Бог един и только един. «Сикхский миссионерский центр», 1997.
42. Сандвайс С. — Сатья Саи — святой... и психиатр. СПб, 1991.
43. Сатья Саи — Поучения. «Центр 'Сатья'», СПб, 1991.
44. Сатья Саи Баба́ — Према Вахини. Поток Святой Любви. «Об-во Ведической культуры», СПб, 1993.
45. Сатья Саи Баба́ — Сандеха Ниварини. Разрешенные сомнения. «Об-во Ведической культуры», СПб, 1993.
46. Сатья Саи Баба́ — Прашнотхара Вахини. Поток вопросов и ответов. «Об-во Ведической культуры», СПб, 1993.

47. Сатья Саи Баба́ — Джнана Вахини — Поток Божественной Мудрости. «Об-во Ведической культуры», СПб, 1997.
48. Сатья Саи Баба́ — Йога действия. Значение самоотверженного служения. «Центр Сатья Саи», СПб, 1997.
49. Сатья Саи Баба́ — Искусство жизни. «Саи Веда», СПб, 1999.
50. Сатья Саи Баба́ — Прашанти Вахини. Поток Высшего Мира. «Сатья», СПб, 1996.
51. Сатья Саи Баба́ — Сутра Вахини. «Саи Веда», СПб, 1999.
52. Толстой Л.Н. — Безубойное питание или вегетарианство, мысли разных писателей. «Посредник», 1911.
53. Толстой Л.Н. — Критика богословия. В: «Полное собрание сочинений Л.Н. Толстого», под ред. П.И.Берюкова. Изд. тов. И.Д. Сытина, 1913.
54. Успенский П.Д. — В поисках чудесного. Изд. Чернышева, СПб, 1966.
55. Хейг А. — Диета и пища по отношению к силе, выносливости, тренировке и атлетике. Киев, 1908.
56. Хейч Э. — Посвящение. М., «Сфера», 1998.
57. Хиндхеде М. — Реформа нашего питания. «Новый человек», СПб, 1914.
58. Хислоп Дж.С. — Беседы с Бхагаваном Шри Сатья Саи Бабой. «Об-во ведической культуры», СПб, 1994.
59. Чертков В.Г. — Злая забава. Мысли об охоте. «Посредник», 1890.
60. Шиам Р. — Я — Гармония. Книга о Бабаджи. «Ассоциация 'Мир через культуру' », М., 1992.
61. Bennett T.G. — Concerning Subud. «Hedder & Stoughton», 1958.
62. Blofeld J.E. — The Tantric Mysticism of Tibet. «Dutton», N.Y., 1970.

63. David-Neel A. — Magic and Mystery in Tibet. «Univ. Books», N.Y., 1958.
64. Hislop J.S. — My Baba and i. «Sri Sathya Sai Books and Publications Trust», Prasanthi Nilaym, 1985.
65. Yogananda — Autobiography of a Yogi. «The Philosophical Library», N.Y., 1946.

Наши видео-фильмы:

1. *Погружение в гармонию природы. Путь в рай.* (Слайд-шоу), 90 минут (на CD или DVD).
2. *Духовное сердце.* 70 минут (на DVD или кассетах).
3. *Саттва* (Гармония, Чистота). 60 минут (на DVD или кассетах).
4. *Саттва туманов.* 75 минут (на DVD или кассетах).
5. *Саттва весны.* 90 минут (на DVD или кассетах).
6. *Места силы. Три этапа центрирования.* 20 часов (на DVD или кассетах).
7. *Искусство быть счастливыми.* 45 минут (на DVD).
8. *Ключи к тайнам жизни. Обретение Бессмертия.* 45 минут (на DVD).

**Книги и фильмы можно заказать почтой для
высылки с наложенным платежом в пределах Укра-
ины по адресу:**

А/я 69, Одесса, 65029

Или с сайта:

www.religiousbook.org.ua

**С другими материалами можно познакомиться
на сайтах:**

www.ru.pythagoras.name

www.ru.atlantis-and-atlanteans.org

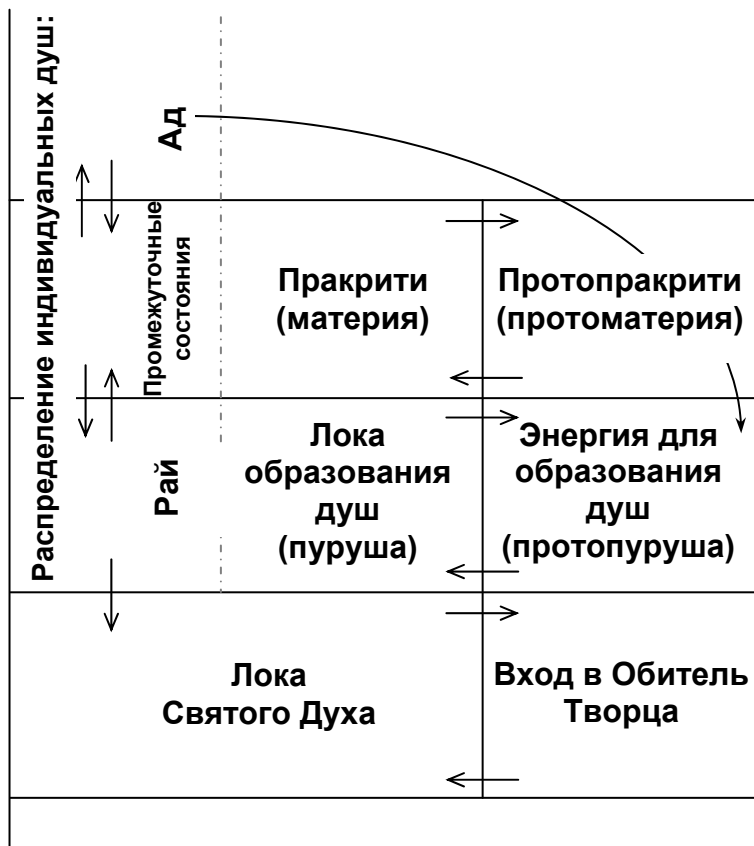
www.ru.path-to-tao.info

www.ru.aquarian-age.org.ua

www.new-ecopsychology.org/ru/index.htm

**Дизайн обложки —
Екатерины Смирновой.**

СХЕМА ИЗУЧЕНИЯ СТРУКТУРЫ АБСОЛЮТА



Примечание к схеме: стрелками показана динамика процессов в Абсолюте.

