

Духовные практики
Карты ОРОТ
Вторая форма



2022 г.

18+

Анатолий Ангас
Духовные практики. Карты
Орот. Вторая форма

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68015597
SelfPub; 2022*

Аннотация

Сборник из более 100 духовных практик. Психологические и парапсихологические практики, объединенные в единый цельный цикл, произведение. Цель которых – гармонизировать жизнь человека, помочь в поиске истины и познания духовных законов.

Содержание

1. Вступление о книге	5
2. О цикле практик	6
3. Цель прохождения практик	7
4. Порядок прохождения практик	9
5. Итоги прохождения практик	11
Практики.	13
Практика 1 – Начало осознания. Карта 1-1	13
Практика 2 – Осознание связей. Карта 1-2	17
Практика 3 – Осознание направления пути. Карта 1-3	21
Практика 4 – Осознание целостности души. Карта 2-1	25
Практика 5 – Осознание благодати. Карта 2-2	29
Практика 6 – Осознание влияния. Карта 2-3	34
Практика 7 – Осознание жизни. Карта 3-1	38
Практика 8 – Осознание судьбы. Карта 3-2	42
Практика 9 – Осознание сокрытого. Карта 3-3	47
Практика 10 – Осознание разрушения. Карта 4-1	52
Практика 11 – Осознание очищения. Карта 4-2	57
Практика 12 – Осознание ценного. Карта 4-3	61
Практика 13 – Осознание смерти. Карта 5-1	66

Практика 14 – Осознание поддержки. Карта 5-2	71
Практика 15 – Осознание изменений. Карта 5-3	76
Практика 16 – Осознание недоступного. Карта 6-1	81
Практика 17 – Осознание чувств. Карта 6-2	85
Практика 18 – Осознание гармонии. Карта 6-3	90
Практика 19 – Осознание источника знаний. Карта 7-1	94
Практика 20 – Осознания баланса. Карта 7-2	99
Практика 21 – Осознания Даров. Карта 7-3	103
Практика 22 – Осознания Пути. Карта 8-1	107
Практика 23 – Осознание трех кругов. Карта 8-2	111
Практика 24 – Осознание Благ. Карта 8-3	115
Практика 25 – Осознание врат. Карта 9-1	120
Практика 26 – Осознание присутствия. Карта 9-2	123
Практика 27 – Последние Осознание. Карта 9-3	127
Второй цикл практик. Практики роста.	132
Практика 28 – Глубокое очищение души. Карта 1-4	132
Конец ознакомительного фрагмента.	137

Анатолий Ангас

Духовные практики. Карты

Орот. Вторая форма

1. Вступление о книге

Мир Вам!

Эта маленькая книга является сборником духовных практик системы карт Орот. Это специально обособленно выделенная часть книги «Карты Орот. Книга». Сделано это для удобства и сосредоточения только на практиках – «второй форме» карт Орот.

Здесь вы найдете краткую инструкцию и весь цикл практик. Данную книгу вы можете использовать как самостоятельную методичку прохождения практик без карт Орот и прямого знакомства с ними. Также, вы можете использовать практики на свое усмотрение лично или в работе психолога и парапсихолога.

2. О цикле практик

Представленный в этой книге сборник практик имеет четкую структуру и цель. Это целостное и единое произведение системы познания и осознания духовных законов и истин.

Данный цикл практик был построен на основе системы -вдуховных карт Орот (иврит: אִוְרוֹת, «огни», lit. Lights) и является «второй формой» этих карт. Цикл состоит из связанных к каждой карте практик и нескольких итоговых. Также можно сказать, что этот сборник практик самостоятелен и обособлен от самих карт как таковых.

Колода карт системы Орот равна циклу практик системы Орот. И то и другое имеет одну цель и приводит к Единому. Каждая форма – взгляд с разных точек на одно, и обе формы тесно взаимосвязаны.

Это два отдельных параллельных рядом идущих пути, которые вопреки всем законам (геометрии и материального мира) сходятся в одну точку.

3. Цель прохождения практик

Каждая практика – это, по сути, духовный закон. Прохождение практик позволяет изучить эти духовные законы, осознать и проработать их. Прорабатывая шаг за шагом каждый духовный закон, человек меняет себя, работает над своей личностью в сторону гармонии и познает истину. Познавание и проработка нескольких духовных законов восстанавливает целостность человека и его души.

Это довольно сложная задача, требующая колоссальных усилий. Поэтому задача не стоит пройти идеально весь путь, но постараться приблизиться максимально к этой целостности.

Цель проработать и познать духовные законы и дойти до конечной «двери». К понятию «двери» нужно также понимать следующие:

1. Что «дверь» и то, что за ней существует.
2. Что «дверь» надо еще увидеть.
3. Что она открывается, и это будет только начало пути.

Из этого можно сказать, что познание системы практик ОРОТ – это далеко не предел духовной жизни. Это очевидные базовые естественные вещи, которые мы забыли, от которых мы сами отошли, которые от нас скрыли.

И система практик идеально подходит для того, чтобы методично напомнить, вспомнить, понять духовные законы,

истины. Осознание которых во всех аспектах преобразует нашу жизнь в сторону гармонии и любви.

4. Порядок прохождения практик

Существует определенный порядок прохождения практик. Нужен он по нескольким причинам. Во-первых, уровень сложности практик (карт), и соответственно сложность восприятия, очень сильно ранжируется. Если с первой ступеньки лестницы можно перепрыгнуть на третью, минуя вторую, то вот сразу на десятую может и не получиться. Во-вторых, взаимосвязь законов, и порой целых блоков друг от друга. Не познав первоочередное, мы не можем познать в полной мере второе, которое опирается на первое.

Поэтому мы очень рекомендуем придерживаться нижеописанных правил (хотя это не строго обязательно), даже если вы очень уверены в себе.

Практики размещены по порядку прохождения и разделены на 4 цикла или группы:

1 цикл – 27 практик. Практики на осознание. Им соответствуют карты со второй цифрой от 1 по 3

2 цикл – 45 практик. Практики роста. Им соответствуют карты со второй цифрой от 4 по 8.

3 цикл – 26 практик. Практики обретения. Им соответствуют карты со второй цифрой от 9 по 11, кроме карты 9-11.

4 цикл – 1 практика. Практика Трансформации. Карта 9-11.

Рекомендуется проходить практики по порядку как они

размещены в данной книге.

Первый цикл. Прохождение всех практик не обязательно, но рекомендуем пройти хотя бы 50% практик первого цикла для перехода на второй. Также допускается не соблюдать последовательность.

Второй цикл. Прохождение всех практик не обязательно, допустимо прохождения всего 80% практик для перехода на третий. Допускается не соблюдение последовательности, но не приветствуется.

Третий цикл. Желательно прохождение всех практик строго по порядку и иерархии.

Четвертый цикл. По готовности практикующего. Крайне рекомендуем пройти полностью практики 3 цикла.

5. Итоги прохождения практик

Зачем проходить этот цикл практик? – это закономерный вопрос.

Первая часть практик. Это самая простая часть практик на базовое осознание. Это как некое напоминание очевидных законов бытия. Осознание которых приводит к восстановлению человеческой личности. Тот минимум осознанных знаний, что необходим для того, чтобы быть психически здоровым и уравновешенным человеком. Как правило человек уже знает некоторые духовные законы, но может по тем или иным причинам не воспринимать или отрицать некоторые из них. Итог прохождения первой части устранение пробелов и восстановление комплекса осознаний, проработка страхов, комплексов.

Вторая часть практик. Эта часть также содержит практики на осознание, но при этом рассматриваемые духовные законы имеют непосредственное влияние на жизнь. Прохождение практик не просто ведет к осознанию и влияние на жизненные ситуации, но предполагает уже конкретный духовный рост. Итог наличие духовного стремления, роста, духовной жизни. Проработка более тонких моментов своей души. И в целом благоприятное влияние на жизнь.

Третья часть практик. Это обретение пути и духовности. Осознание более тонких зависимостей духовного мира.

Это уже не уровень души человека, а уровень высшей части её – духа. По готовности человека восприятие этого пласта практик ведет к пробуждению. К формированию истинного осознания, представления понимая Высших сил и Бога.

Четвертая часть практик. По сути, прохождение всех частей уже подведет к достижению цели всего комплекса практик. Последняя практика словно «дверь», в которую нужно пройти.

Общий итог. Итог от прохождения практик будет конечно же для каждого индивидуальным. Все будет зависеть от старания и восприятия. Но в целом – это восстановление духовного баланса человека, обретение духовных здоровых ориентиров, понимание причинно-следственных связей не только базового уровня, но и более глубоких и неочевидных. Это обретение духовного пути к Вездесущему, Всемогущему, Всезнающему абсолюту Любви.

Практики.
Первый цикл практик.
Практики осознания.

**Практика 1 – Начало
осознания. Карта 1-1**



Музыка: Гайдн – Соната №23 фа мажор часть 1

На карте изображен спрятанный ларец или шкатулка, сделанная из золота. Она спрятана в тайном месте, которое находится глубоко под водой, корнями дерева, грунтом и грудой булыжников. Место создано человеком, построено из обработанных камней или кирпича и служит для защиты и скрытия ларца. Несмотря на то, что ларец надежно спрятан, мы видим, что он открыт. На неполную надежность хранилища нам намекает лужа под ларцом. Около ларца лежит необычный ключ и расцепленные цепи. Ларец приоткрыт, но мы не видим какой артефакт лежит в нем и есть ли он вообще.

Это простое, но очень глубокое и важное задание. Если его выполнить, по совести, то вы возможно кое-что увидите важное в себе. Инструкция:

1. Музыка карты – Гайдн – Соната фа мажор оп.13. Рекомендуем проделывать под музыку.
2. Следующие изображение поста карта в цвете. Сосредоточьтесь на ней.
3. Сосредоточьтесь на стволе дерева. Представьте, что это вся ваша пройденная до сегодняшнего дня жизнь. Корни дерева – предполагаемые варианты будущего.
4. Прочувствуйте свою жизнь, этот ствол дерева. Можете представить какое это дерево, какие его корни.

5. Теперь вы знаете какое вы дерево, какая ваша жизнь, какая вы личность. И ствол дерева перетекает в корни. Мысленно перемещайтесь по корню вниз.

6. Теперь сосредоточьтесь на изображении ларца. Медленно открывайте его...

7. Делаем выводы. Что увидели?

Ключ к практике

Дерево это Вы, вся ваша жизнь и ваша личность до текущего момента. Исходя из вашего состояния души, духа, помыслов, глубины сердца вы подсознательно движетесь и выбираете развилку судьбы. Она ведет вас к точке – ларцу. Учитывая Вас в целом. Что в ларце, то и в конечном итоге останется на душе.

1. Пусто. Значит пора задуматься о душе, наполнить её. Подумать о вере и вечном.

2. Свет. Значит вы на правильном пути.

3. Деньги. Задумайтесь, не все в этом мире материально. Также смотрите на свою жизнь и помыслы. Возможно в вас есть алчность или какая-то зацепка.

4. Предметы. Трактовать по ситуации. Но это отражение того, к чему вы придете, учитывая текущее состояние.

Практика 2 – Осознание связей. Карта 1-2



Музыка: Чайковский – Концерт для скрипки с оркестром ре мажор.

Многомерное колесо со ступенями и спицами образует некое подобие торнадо. По своей сути это сложный вселенский механизм. Это «торнадо» находится среди душ-людей, оно словно поглощает или возвращает их. По краям этого колеса два существа: серебряный змей (дракон) и кинокефал. Они раскручивают это торнадо и являются его частью. Сверху на этот «механизм» смотрят ангелы, которые сидят на облаках. Из облаков исходят молнии, которые как импульс и энергия для «колеса».

Делать практику желательно с музыкой.

1. Перейдите на следующее изображение в посте. Сосредоточьтесь на карте.
2. Сфокусируйте внимание на колесе. На центре. Вы находитесь в центре. Вокруг вас раскручивается торнадо. Торнадо, колесо – это все ваши действия и взаимодействия с другими. Прочувствуйте это.
3. От вас начинают исходить нити – спицы колеса. Следите за ними.
4. Слева и справа торнадо два существа. Красный кинокефал и белый змей-дракон. Отследите сколько нитей идет к одному и к другому. Запомните.
5. Теперь. Вокруг вашего торнадо стоит круг людей. К людям от вас идут нити. Разделите людей мысленно на красных

и белых. Есть ли красные?

6. Перенесите внимание на верхнюю часть карты. На небе два ангела. Мысленно попросите их разорвать те нити, которые вам мешают. Спросите их могут ли они остановить ваше торнадо?

7. Запомните все ответы.

Пояснение и ключи к практике

1. Нити к существам. Эти нити отражают привязки к духам.

К красному – привязки к духам злобы. Это означает что в вас есть страсти и грехи, которые имеют над вами какую-либо власть. Осознание ведет к освобождению.

К белому – привязки к эгрегорам и нейтральным духам, духи мира. Нет полной зависимости.

2. Люди. Красные – те близкие люди в окружение, что имеют негативные привязки к темным силам. Возможное воздействие на вас через них. Плохое влияние.

Белые – нейтральное или положительное окружение.

3. Ангелы. Разорванные нити по просьбе – осознание и готовность освобождения от негативных зависимостей и влияний. Продолжайте работать над собой, связи разрываются не с первого раза.

Вопрос ангелам про ваше торнадо – ответ должен быть «Нет». Если вы ответили «Да» – то вы перекладываете ответственность или не до конца осознаете, что вы являетесь причиной всего происходящего в вашей жизни.

Практика 3 – Осознание направления пути. Карта 1-3



Музыка: Адольф Адан – Жизель. Ночное кладбище

Ночь. Пустыня. На небе ярко светит луна. Но при этом на небе месяц, который находится в несвойственном для него положении. По пескам ползёт священный скарабей в сторону пирамиды под луной и бархана из песка под месяцем. Он только что выполз из-под чёрной гладкой каменной плиты. Жук начинает расправлять крылья и готов к полёту.

1. Сосредоточьтесь на карте. Мысленно разделите её на две части – правую и левую. Сфокусируйтесь на скарабее. И представьте, что вы это он. Куда полетите? К пирамиде или к бархану?

2. Если выбрали пирамиду. Сосредоточьтесь на пирамиде. Что внутри неё? Какие богатства или вещи? Вокруг пирамиды тьма, она расплзается как жидкость. Как много её вокруг пирамиды, внутри, около вас? Подумайте и почувствуйте. Вам хочется покинуть ее или остаться?

3. Если выбрали бархан. Сосредоточьтесь на песках и пустыне. Как далеко бархан? Что за ним находится? Посмотрите, на пути к бархану черный песок в виде точек. Сколько точек вы увидели?

4. Выберите. Луна или полумесяц?

Пояснение и ключи к практике

1. Если выбрали пирамиду. Проанализируйте то, что увидели в ней. Пирамида – это то что вас уводит от истинны,

или намеренно закрывает. Вспомните чувства и ассоциации при выборе этого пути. Это может все что угодно – ложное учение или мировоззрение. Привязки материального плана, ложные цели и мечты. Эта та клетка, возможно, эгрегор или же даже сам «мир» или рутина, которая не дает вам выбрать-ся. Сколько тьмы было вокруг вас? Как глубоко увязли?

Если вы выбрали полную луну – то все ваши силы или мысли направлены на это. Соответственно, вам с трудом будет вырваться из этой «картины мира». Советуем вам понять причины и все же пересмотреть свою жизнь. Попробуйте помедитировать с картой и перенаправить мысли.

Если выбрали полумесяц – то вы не в полной мере находитесь в этой «системе» (или чего-либо). Есть шанс выйти и освободится самому от себя.

2. Если выбрали бархан. Что увидели за ним? Это олицетворение ваших целей, и они близки к истинным. Насколько близки – расстояние до бархана. В целом это правильный путь.

Количество черного песка точками – количество негативных препятствий или привязок, которые мешают.

Если выбрали полную луну. Есть ресурсы и силы достичь цели.

Если выбрали полумесяц. Недостаток сил и ресурсов, чтобы достичь цели. Есть утечка сил, или влияние из вне, или внутренние недоработки.

Практика 4 – Осознание целостности души. Карта 2-1



Музыка: Бетховен – Соната 8, часть 1

Город. Он полностью разрушен и полыхает в огне. Над горизонтом поднимается темный дым. На ночном небе большая чёрная туча. Из нее вырываются огромные молнии. Самая большая молния словно только что ударила в башню и разрушила её. Подле руин башни лежат мёртвый король и купец. На земле рассыпаны золотые монеты. В разные стороны разбегаются кони, белый и

1. Сфокусируйтесь на карте. Посмотрите сначала на тучу. Какие чувства она вызывает? С чем вы ассоциируете тучу и её молнию?

2. Теперь переместите внимание на башню. Мысленно отмотайте время назад. Представьте башню до разрушения. Опишите башню. Представьте всю ее красоту. Прочувствуйте.

Ваш дух стоит на башне. Вы король или купец? Или же вас нет на этой башне?

3. В башню ударяет молния. Вы ничего с этим не можете поделать. Ваш дух в порядке. Но король и купец мертвы. На земле рассыпаны монеты. В разные стороны убегают кони. Всего сто монет. Сколько монет уносит белая лошадь? А сколько уносит черная лошадь? Сколько монет осталось лежать на земле?

Пояснение и ключи к практике

1. Туча. Бог.

2. Ваша башня. Это то все то, что мешает духовному в вашей жизни. То, что вы считаете нормальным, но по своей сути разрушают вашу душу. Материальное в жизни, имеющие влияние на духовное. В зависимости как вы описали башню, вы можете примерно понять намеки на какие-либо аспекты вашей жизни и личности.

3. Король – гордыня, властолюбие. Купец – алчность, упор на материальное и деньги. Если нет вас на башне – норма.

Разрушение башни – осознание того, что многие моменты не могут управляться вами. Король или купец – указание почему.

4. Монеты. 100 монет – 100 процентов души. Белый конь – сохраненная часть души. Черный конь – потерянная часть души (любыми способами от сильных эмоций до магических контрактов). Монеты на земле – часть души, за которую идет сейчас борьба.

Практика 5 – Осознание благодати. Карта 2-2



Музыка: Вагнер – Увертюра к опере Парсифаль

Высоко, в ночном небе, над облаками и вершиной пика горы, сияет млечный путь. Россыпь звезд будто спускается на вершину горы. Около потока звёзд проявляется силуэт женщины(ангела). В руках она держит кувшин, из которого течёт вода и вливается в млечный путь. Сквозь сияние звёзд вдали виднеется силуэт проплывающего корабля.

1. Сфокусируйтесь на вершине горы. Представьте, что вы забрались на нее. Вы затратили некоторые силы. Как трудно вам было взобраться на неё?

2. Теперь вы на вершине горы, над облаками и небом. Можете описать свои ощущения. Над вами стоит ангел и изливает на вас благодать. Почувствуйте её! Стоит лишь только что-либо попросить!

Ответьте на вопрос – Что вы можете попросить сейчас в данном месте, а что нет. Дерзните ли вы вообще что-либо попросить?

3. Переведите внимание на корабль в облаках. Он полупрозрачный, он есть и его нет. Вспомните самые ваши сокровенные мечты и желание. Выберите одну. И представьте, что она и есть корабль. Наблюдайте – корабль исчез или стал ярким, видимым?

4. Мысленно спуститесь с горы. И покиньте пространство карты. Задайте вопрос – Сможете ли вы попасть в это место

без карты? Если да, как часто или долго вы можете находиться в этом месте? От чего зависит это?

Пояснение и ключи к практике

1. Сложность восхождения. Это отражение сложности получения благодати. По сути, связь с Божественной энергией.

2. Задавая вопрос о том, что можно попросить, вы должны были отметить в себе ощущения. По своей сути вы уже получаете всё и более в этом месте. Здесь нет места материальному и циничному. И если в вас сработал внутренний стоп, то это хорошо.

3. Корабль – мечта или желание. Если корабль становится видимым, то ваша мечта, по сути, угодна и не противоречит духовным законом. Если корабль исчезает, то мечта только ваша личная, но не имеет отношения к божественному плану. Скорее всего это приземленное, эгоистическое или материальное. Этому нет места здесь.

4. Задумайтесь полностью о практике. Где вы побывали? В раю? Что вам дают ежесекундно? Принимаете ли вы это? И какие условия должны быть для этого? Как наладить поток с Высшим и Духовным?

Подводя итог. Эта практика дает больше вопросов чем ответов. Но здесь важны больше ощущения. Для большего раскрытия мы можем пояснить. Состояние получение благодати – норма. После этой практики вы должны ощутить, насколько вы близки или далеки от этого состояния. Ощутить, насколько больше вы получаете, чем просите. Ничтожность

материальных хотелок перед духовными дарами.

Практика 6 – Осознание влияния. Карта 2-3



Музыка: Моцарт – Симфония 6, 1 часть

Мы видим сине-фиолетовое вересковое поле. Поле разделяет дорога, которая ведет в даль и проходит между двух гор. Со склонов гор стекают водопады и образуя две реки: чёрную и белую. Около белой реки мы видим участок поля с белым вереском. Около чёрной реки мы видим участок поля с красным вереском. Также на поле по разным сторонам дороги мы видим два куста, или участка вереска красного и белого цвета.

1. Сфокусируйтесь на карте. Представьте, что вы идёте по дороге. Остановитесь возле кустов. Кусты начинают светиться. Какой куст светится ярче?

2. Пройдите дальше. Остановитесь возле водопадов. Почувствуйте поток белого водопада, затем чёрного. Какой силы потоки?

3. Можете ли вы пройти дальше за горы? Что вам мешает идти дальше? Какой-либо из водопадов или кустов?

4. Переведите внимание на реки. Вокруг белой реки начинает расти белый вереск. Вокруг чёрной реки красный вереск. С какой скоростью распространяется вереск каждого цвета?

Пояснение и ключи к практике

1. Красный куст – враги. Белый куст – друзья. Свечение – насколько те или иные мешают вашему пути.

2. Водопады. Потоки – потоки знаний хороших или плохих, влияющих на ваше сознание. Какие знания преобладают в вашей жизни.

3. Если вы можете идти дальше, то вы готовы принятию истины или её части. Готовность дальше развиваться. Если нет, смотрите что вам мешает – друг или враг, знания или чувства?

4. Развитие в вашей жизни хорошего и плохого. Развитие окружения вокруг, тенденции. Гармония. (опирайтесь на ощущения)

Практика 7 – Осознание жизни. Карта 3-1



Музыка: Бизе – Марш. Труба и барабан

Ночь. На небе месяц и три звезды. В сторону шатра шагает слон. На нём красная с золотым узором накидка. Свой хобот он закрутил в спираль словно несёт невидимое бревно. Слон шагает по цветам, но цветы, по которым он прошёл не сломались и в порядке. От шагов слона по земле идут волны, ощущается вибрация. Над слоном вдали стремительно пролетает пара птиц.

1. Сосредоточьтесь на карте и на биении вашего сердца. Можете на несколько секунд закрыть глаза, чтобы уловить ритм вашего сердца.

2. Посмотрите на слона. Представьте, что каждый шаг – это стук вашего сердца. Почувствуйте исходящие вибрации от каждого шага, стука, которые распространяются в мир. Почувствуйте мир. Представьте его как поле красивейших цветов. Один из них это Вы.

3. Слон идет по полю и наступает на цветы. Будьте спокойны. Его шаги никак не вредят цветкам. Но знайте, он обязательно и непременно дойдет до вас. Что олицетворяет слон? Вы можете избежать ноги слона? Что произойдет, когда он наступит ногой, если сам цветок будет невредим? Есть ли у вас страх?

4. Слон нес невидимое бревно. Он идет в шатер. Он непременно туда зайдет и исчезнет.

5. Переключите внимание на птиц в небе. Выберите одну из птиц. Какую? Ключ к практике намеренно только завтра!

Пояснение и ключи к практике

1. Слон – это образ жизни, течения жизни, энергии жизни, духовные законы жизни. Вы не можете избежать этого никак. Это естественно и часть мира.

2. Цветок это не только вы, это вы в духовном плане, ваша душа, ваша сформированная личность на момент конца жизни. Цветок – это момент конца физической жизни. Когда наступает нога слона – это момент отделения души и тела.

3. Количество страха показывает, насколько вы это понимаете и принимаете. Насколько осознаете, что вы не только материальное тело.

4. Слон исчезнет в шатре. В момент перехода в другой мир. Невидимое бревно, которое он несет э то то что вы тащите по своей жизни (заботы, привязанности и прочие) . Поэтому оно невидимое, так как это все суэта этого мира.

5. Первая птица – человек стремится больше к духовному, большее стремление в другой мир. Вторая птица – нормальное течение жизни, без ускорений. Человек живет обычной жизнью, более приземленной.

Постарайтесь пропустить через себя всю информацию от практики. Вспомните ощущения от практики, ваши ответы и добавьте этот ключ к восприятию. Практика простая, но суть в ней, что она глубоко затронет вас и даст внутреннее понимание, которое слова не выразить.

Практика 8 – Осознание судьбы. Карта 3-2



Музыка: Сметана – Квартет из цикла «Моя жизнь»

Мы видим большую раскрытую книгу. Её страницы – это зеркала. Мы видим, как в страницы-зеркала отражаются, друг в друге образуя многомерную реальность внутри себя. Условно можно поделить разворот на левую и правую стороны. Отличаются они четкостью отображения. У книги слева наверху мы видим торчащий край тёмной испорченной страницы. На корешке книги есть замок, который также отражается в страницах-зеркалах. Перед раскрытой книгой стоят часы. Они одновременно солнечные и песочные. Внутри них силуэт человека, висящего на цепях, закованного. Он смотрит внутрь книги.

1. Расслабьтесь и посмотрите на карту. Перед вами открывается книга зеркал. Взгляните в отражения. Вы видите множество отражений себя. Справа налево в каждом зеркале ваш образ. Посмотрите отличаются ли ваши отражения в каждом зеркале? А по ощущениям? Насколько сильно различаются соседние отражения? Выберите одно.

2. Какое отражение выбрали? Справа или слева относительно середины книги?

3. Если вы выбрали отражение слева, то сфокусируйтесь на уголке черной страницы книги. Вытащите её. Можете ли вы понять, что она олицетворяет? Или может быть на страницы что-то написано или нарисовано?

4. Если вы выбрали отражение справа, то сфокусируйтесь на крае страницы, на рукояти (замочке) книги. Потяните его. Открывается ли новая страница или же замок не открывается? Если открылся замок, и страница перевернулась, что увидели?

5. Переместите внимание на человека в песочных часах. Человек держит цепи или закован в них? Может ли он избавиться от цепей? Как выдумаете почему он их не отпускает(закован)?

6. Сопоставьте себя с этим человеком. Прочувствуйте момент. Здесь и сейчас! Осознайте точку времени и пространства. Вы и данный текущий момент. Посмотрите с этой точки на раскрытую книгу зеркал. Насколько книга большая относительно вас? Что есть эта книга?

Пояснение и ключи к практике

1. Каждое отражение – это одно из возможных разви- тий вашей личности. Каждое отражение – это вы в будущем при различных условиях. Насколько сильно каждое отраже- ние различается друг от друга, настолько вы нестабильны. Это показывает ваш внутренний стержень и гибкость вашей судьбы на данный момент.

2. Слева на право. От худшего к лучшему. Это относи- тельные понятия. Но если вы выбрали из правой стороны, то вы ближе к истине, гармонии и т.д. Если слева – это некая по- терянность, иллюзии, духовные повреждения, противоре- чивые аспекты жизни и т.д.

3. Чёрная страница – вытащив её, вы могли попытаться понять в чем заключается негатив, влияющий на вашу жизнь. Это причина неправильного вектора. Попробуйте проанализировать и еще раз увидеть то, что вас уводит в сторону.

4. Если не открылся замок, все хорошо. Если замок открылся, то это означает, что в вашей судьбе есть вариант смещения на новый уровень развития.

5. Цепи. Степень восприятия и принятия судьбы. Вопрос на самостоятельное рассмотрение.

6. Книга – судьба, или точнее коридор судьбы. Чем больше книга, тем пластичнее судьба, многовариантна.

Практика 9 – Осознание сокрытого. Карта 3-3



Музыка: Вивальди – Концерт для виолончели 5, финал

Мы видим красивую женщину в красном платье. Женщина словно спешит уйти. Она отворачивает лицо и прикрывается веером которой держит в одной руке. В другой руке она сжимает кинжал. Её волосы распущены. В волосах мы видим красную ленту, кусочек этой ленты взмывает в воздух. Её платье кажется немного порвано. Шлейф платья словно вода расплывается в разноцветных волнах. В этих волнах тонет фигура человека. Еще одна фигура как будто выброшена на песчаный берег. Еще одна фигура вдалеке падает с башни.

Для этой практики предпочтительно использование музыки и листка бумаги.

1. Расслабьтесь. Послушайте музыку. Посмотрите на девушку на карте. Попробуйте представить эту девушку и мысленно абстрагироваться от изображения на карте. Вы можете представить девушку, как хотите, но попробуйте сопоставить её со своим внутренним миром, совокупностью чувств.

2. У девушки в руке веер. Она держит его раскрытым и от чего-то им закрывается. Представьте, что она сложила веер, затем открыла глаза и посмотрела в противоположную сторону. Насколько тяжело было сложить веер? А открыть глаза? Что тяжелее?

3. Теперь переместите внимание снова на карту, на разноцветные волны платья. Представьте, что множество волн

– это весь спектр всех чувств, эмоций и качеств вашей души. Каждая волна что-либо олицетворяет. Насколько разнообразно море волн?

4. Переместите внимание на три силуэта людей. Для начала посмотрите на падающего человека с башни. С каким качеством или эмоцией вы можете ассоциировать его? Подумайте. Теперь посмотрите на силуэт в синей волне с поднятыми руками. Прodelайте тоже самое. С чем ассоциируете? Честно. И тоже самое прodelайте, только быстро, с последним силуэтом лежачего человека. Первое попавшееся слово на ум.

5. Посмотрите теперь на летящую ленточку. Это что-то потерянное. Возможно в детстве или юности, возможно недавно. Что это? Какое чувство, качество? Искренность, невинность, смелость, свобода или что-то еще? Ответьте себе честно.

6. Медленно выдохните. Отпустите все чувства и переживание. Немного абстрагируйтесь от практики. И ответьте на пару вопросов. Кто такая девушка? У девушки в руках кинжал, зачем?

Пояснение и ключи к практике

1. Девушка, веер, глаза. Веер – это точно мешает нам увидеть созданное препятствие извне (психологическое, физическое, духовное, магическое). Глаза – наше внутреннее сопротивление, способность посмотреть на себя честно со стороны. В зависимости от тяжести можно проанализировать

что мешает нашей душе, из вне или мы сами.

2. Море волн. Волны определенные качества души, чувства и эмоции, оттенки и способности. Море – это как разложенный спектр вашей души.

3. Падающий человек, силуэт – то, что ведет к духовному падению вашей души, деградации души и ее повреждению.

Тонуший человек, силуэт – то качество, которое тормозит развитие души, которое гнетет и мешает.

Лежащий человек, силуэт – то, что ведет к духовной смерти, к умерщвлению («смерти») души.

4. Лоскут ленточки – потерянное качество, что поможет восстановить, излечить душу. То, что сейчас действительно необходимо.

5. Представленная в воображении девушка – есть ваша душа. Сложение веера и открытие глаз – открытие души перед самой собой. Механизм избавление от иллюзии и самообмана.

Кинжал – способ отсечения лишнего и защиты души. Но это также наносит раны и ей самой(душе). Здоровой душе кинжал не нужен! (Увы, здоровая душа только у святых)

Практика 10 – Осознание разрушения. Карта 4-1



Музыка: Гуно – Увертюра к опере Ромео и Джульетта

Происходит извержение огромного вулкана. В небо взмывает большое облако пепла. Лава стекает по склону вулкана. На уже полуразрушенный город обрушивается огненный дождь из горящих камней. В городе падает статуя. На переднем плане мы видим всадника на коне в доспехах. Перед конем огромный горящий камень. Конь встает на дыбы, и всадник падает с него. Меч в его руке указывает вверх, в небо.

Практику желательно проводить с закрытыми глазами, для этого попросите кого-либо прочесть вам вслух, или заранее прочтите первые 3 пункта.

1. Взгляните на карту без фокусировки на её деталях. Просто посмотрите. Закройте глаза и представьте где-то вдалеке вулкан. Вулкан извергается, и из него вырывается пепел. Пепел постепенно заполняет все пространство и надвигается на вас. Постепенно все поглощает тьма. Не бойтесь. Пепел вот уже скоро развеется.

2. Представляйте как пепел и дым рассеиваются. И перед вами возникает белоснежная статуя человека. Опишите человека? Статуя на кого-то похожа или нет?

3. Статуя начинает падать. В сторону неё стремительно скачет на черной лошади всадник. Всадник в доспехах. Опишите их? Если у человека оружие или нет? Теперь опишите лошадь. Насколько лошадь черна, страшна, если на ней до-

спехи?

Всадник легко может успеть доскакать до этой статуи и не дать ей упасть. (вы можете открыть глаза и смотреть снова на карту).

4. Перед всадником падает огненный камень заграждая путь. Конь встает на дыбы, и всадник падает. В то же самое время и падает статуя и разбивается. Прочувствуйте момент и выдохните. Подумайте, насколько сильно вас огорчает падение статуи? А насколько падение всадника? Есть ли чувство обиды?

5. Переключите внимание на огненный камень. От куда он взялся? Что камень собой олицетворяет? Попробуйте ответить на эти вопросы. Как только у вас будет хоть какое-то предположение, вспомните статую. Сопоставьте статую с чувством, качеством, эмоцией или явлением.

Пояснение и ключи к практике

1. Осознание разрушения

2. Статуя – это положительное, что ведет вас к духовному разложению. Светлое, которое превращает во тьму. – Если статуя похожа на вас – самый главный источник греха гордыни. Но также значит, то, что вы осознаете, что источником этого являетесь вы (и это хорошо).

– Если статуя похожа на знакомого вам человека – вы на кого-то ориентируетесь, на кого не стоит на самом деле. Перекладывание ответственности.

– Если статую ни на кого не похожа – внутреннее каче-

ство, или эмоция. Рассмотрим в 5 пункте.

3. Всадник – силы вкладывания в достижение, в питание, в возношение чего-то хорошего, цели, качества, эмоционального состояния. Чем тяжелее доспехи, тем более одержим человек (нужное подставить). Оружие – внутренняя агрессия.

Конь – совокупность внешних обстоятельств, людей, темных сил, подталкивающих к этому.

4. Здесь дается задуматься – что больше вас огорчит недостижимая цель, или потраченные силы? Сопоставьте. Возможно, эта «цель» была и не нужна.

5. Камень. То, что ограждает, защищает, очищает. От Бога.

Если у вас получилось сопоставить статую с чем либо, обратите внимание на это в своей жизни. Это может быть хорошим, но вести вас в погибель.

Практика 11 – Осознание очищения. Карта 4-2



Музыка: Вагнер – увертюра к опере Летучий Голландец
Из огромный дыры в земле вырывается пламя. По краям ямы пожухлая трава. Пламя необычное, чёрного цвета. Языки пламени словно щупальца. В этот огонь падают фигуры людей. Они падают сверху с большого голубого крыла. С двух сторон крыла меч, серебряный и золотой.

1. Посмотрите на изображение огня. Представьте, как он горит, движение языков пламени. Огонь чёрный и не имеет температуры, не обжигает.

2. Представьте свою тень. Тень отделилась от вас и напoминает вас – рост, вест, силуэт. Эта тень медленно заходит в огонь. Почувствуйте следующее:

- Дискомфорт от 0 до 10
- Насколько сильно тень растворяется в огне?
- Это место подходит этой тени? Можно ли сказать, что тень должна находится в этом огне, или вне его?

3. Под действием огня тень начинает расслаиваться, от нее отходят три другие тени. Тени накрывает красивое бело-голубое крыло, и они исчезают. Взгляните снова на карту, на падающие силуэты в огонь и на два меча. Три тени-силуэта падают с крыла.

Они стремятся сами в огонь.

Назовите их имена. (имена явлений, качеств и прочего)

4. Проанализируйте сказанное. И взгляните на два меча.

Дайте им тоже имена. Такие, которые помогают избавиться от теней.

5. По желанию повторить. Также можно мысленно зайти в центр огня и постоять не больше минуты. Отслеживайте, что от вас отслаивается.

Пояснение и ключи к практике

1. Тень – некая часть вас, отражение или проекция души.
2. Дискомфорт – чем больше дискомфорт, тем больше внутренних негативных качеств, «сущностей», которые отравляют душу.

Растворение в огне – чем сильнее растворяется тень, тем больше душа принадлежит «темному». Степень естественного состояния души, вектора «ад или рай».

Соответственно третий вопрос на осознание понимания стремления души, вектора.

3. Три тени – негативные явления, что стягивают душу вниз. Мечи – что помогает преодолеть это.

4. Повторение практики помогает осознать и отделить губительные качества личности и проработать их.

Практика 12 – Осознание ценного. Карта 4-3



Музыка: Гаврилин – Тарантелла

Под куполом цирка, по канату идёт шут. Сверху купола сквозь отверстие льётся свет на шута, освещая его. Шут одет в красные одежды. На голове у него шапка с тремя бубенцами. В одной руке перед собой он держит шар, или яблоко. В другой руке дудку. Внизу под канатом вода, волны, ощущение пучины, или бушующего моря. За шутком, немного поодаль находятся разбитые зеркала.

1. Сфокусируйтесь на карте. Вы видите шута, который идет по веревке, почувствуйте, как он идет по ней. Как он балансирует на веревке. Один неверный шаг и он упадет в пучину.

Посмотрите еще раз карту. Как думаете, что помогает ему балансировать? Что поддерживает его или же он справляется сам?

2. Обратите внимание на шарик и на свет сверху. Если вы их отметили – хорошо. Что больше притягивает ваше внимание шар или свет? Посмотрите на шар. Представьте, что это вы его несете. Это то что для вас очень важно. Что это? Работа, хобби, память, человек или что-то иное? Сможете отпустить?

3. Посмотрите на свет сверху. Что это? Представьте, если его не будет, что будет с человеком? Удержится ли он на этой веревке под названием жизнь? Насколько его хватит?

4. За человеком находятся разбитые зеркала. Закройте глаза. Мысленно представьте множество серых зеркал. Сколько разбитых сколько целых? Вам хочется разбить целые зеркала? Что будет если останутся целые?

5. Откройте глаза. И ответьте на последний вопрос. В руках человека флейта. Что он с флейтой будет делать?

Пояснение и ключи к практике

1. Первое это фокусировка на то, что вас поддерживает в жизни. То, что ради чего вы живете.

2. Как правило фокус должен быть на шаре или свете. Шар – это то ради чего вы живете, или то, что поддерживает вас больше всего в жизни. Свет – это благодать от Бога. Если фокус притягивает шар – то вы опираетесь больше на это материальное. Если свет – значит есть доверие и вера Богу. Это естественное и правильное, как задумано.

3. Света не будет – человек упадет. Осознайте, что без божьей благодати вы не продержитесь и секунды на «веревке».

4. Зеркала – пороки, страсти и грехи. Разбитые зеркала – преодоленные и проработанные страсти. Если не хотите разбивать целые – значит нет особого стремления и сил для борьбы с этим. Если зеркала (наших страстей и грехов) рассеивают и отражают свет(благодать).

5. Флейта. Игра на флейте – обратная связь с Богом, благодарение. Если ничего не делаете, то не благодарите Бога, научитесь это делать, так как вы идете по веревке только благодаря Ему. Если играет на флейте – благодарение. Но осо-

знайте, что чтобы полноценно играть на флейте вам нужны две руки. А в одной из рук у вас шар (см. выше)

Практика 13 – Осознание смерти. Карта 5-1



Музыка: Малер – Симфония 5, часть 1

На берегу реки упала на колени женщина и горько плачет. По реке плывет маленький гроб. На другом берегу стоит чёрный «ангел» без лица. Вместо лица у него, черная воронка. В руках он держит душу и подносит её к себе. К крыльям «ангела» присоединено множество нитей. На небе фиолетовое облако, похожее на портал. От него идут канаты к женщине, почти оборвавшийся к старому мужчине и исчезающий над гробом. Над людьми летает ворон. В поле рассыпана корзина с пшеном.

Нестандартная практика. Больше на ощущение. Так как мы прекрасно знаем, что такое смерть.

1. Посмотрите на сюжет карты. Какие чувства вызывает у вас карта?

На карточке 3 человека: Пожилой мужчина, молодая женщина и маленький ребенок. Ребенок в гробу плывет по реке. Выберите кого-либо из них.

2. К каждому человеку идет канат. Если канат порвался, то земная жизнь закончилась. Когда канат порвется? Кто знает?

Посмотрите на пожилого человека. Он уходит от ангела, его канат почти оборвался. Но уйти от него не может. А канат, как и жизнь, принадлежит не ему.

3. Посмотрите на черного ангела. У ангела множество ка-

натов. Он управляет ими. И каждый из них тянется к какому-либо человеку. Что в руках держит ангел?

4. Посмотрите на «лицо» ангела. Погрузитесь на секунды в него. Закройте глаза. Представьте образ вашей души в виде маленькой светящийся частички, которая залетает внутрь ангела. Что вы чувствуете? После ответа откройте глаза.

5. А теперь ответьте. Справедливо ли? Старик живет, младенец умер? А если разница между жизнью и смертью, пока жива душа.

6. **Важно!** Нужно отметить, как происходит выбор какой канат оборвется. В рамках этой карты мы не рассматриваем духовные законы этого выбора. НО уравниваем жизни, и явление смерти. Духовные законы, мы затронем в последующих практиках.

Пояснение и ключи к практике

1. Если выбрали ребенка, то у вас нормальное отношение к смерти.

Женщина – не полное принятие смерти, или непроработанное восприятие смерти, излишняя эмоциональность.

Старик – страх смерти, избегание, непонимание смерти.

2. Никто не знает. Жизнь – дар, но не собственность.

3. Душа

4. Внимание! Это важная часть практики. Если вы решились и заглянули, то вы должны были почувствовать спокойствие и отсутствие страха. Важно понимать, что дальше тоже жизнь. А также то, что эта жизнь важна и влияет на следующую.

щую жизнь.

Если вы испытали страх, и не проделали эту часть практики – все нормально. Значит вам это не нужно.

5. Каждая смерть обусловлена духовными законами. Смерть или во спасение души, или за невозможность её спасения. Все вовремя если есть духовный опыт или молитва.

Практика 14 – Осознание поддержки. Карта 5-2



Музыка: Вагнер – Траурный марш из оперы «Гибель богов»

С пронзенной руки стекает на землю кровь. Кровь образует лужицу и пропитывает землю. На этом месте вырастает росток, который освещается светом. Сверху за этим наблюдают два ангела с красными крыльями. Один в руках держит книгу. Где-то вдали ссорятся и спорят люди.

Для всех, кто хочет добиться своих целей.

1. Взгляните на картину. Сфокусируйтесь на руке. Немного абстрагируйтесь от крови. С чем бы вы могли её ассоциировать? Чья это рука?

2. Ответили на вопрос? Если нет, не расстраивайтесь. Теперь мысленно сопоставьте эту руку с собой. Это как будто ваше тело, сосуд жизненных сил. Кровь, которая течет, добровольно вами отдается. Это вложение ваших сил!

3. Кровь стекает в лужу. С чем вы можете сопоставить лужу? Куда вы вливаете силы? Работа, дети, мечта? Взгляните в поверхность её. Почувствуйте сколько вложено сил.

4. Теперь вы видите росток, который растет из этой лужи. Какой он у вас? Хватает ли ему сил расти? Сколько еще «крови» ему нужно? Растет ли он, питаясь силами.

5. А теперь задумайтесь. Что станет с «рукой», и будет ли результат. Достаточно ли только крови?

Переключите внимание на свет. Свет питает росток. Без

него растение погибнет или загниёт в «луже». Свет проходит через людей. Обратите внимание на них. Есть две группы и они очень сильно отличаются. Постарайтесь почувствовать их. Почему через одну группу людей проходит свет, а через другую нет.

6. Посмотрите на ангелов. Сделайте выводы. Попросите у них источника информации для вашей цели. Но по сути... Источник один, который держит ангел в руках.

Пояснение и ключи к практике

Просто пройдя эту практику, вы существенно можете склонить результат ваших трудов.

1. Рука Бога. Ипостась Бога. Тело. Тут есть прямая отсылка кто это. Если вы ответили так, то это хорошо.

2. Важно понимать. Наш ресурс ограничен. Мы тратим свою жизнь на то, что нам по душе. И отдавать свою жизнь мы должны с любовью.

3 – 4. Лужа крови – это количество сил, потраченных на цель. Растение – результат. Вы можете представить совершенно разные картины в зависимости от цели и обстоятельств.

Растение может брать питание, но не расти. А может «загнивать» в чрезмерном питании (заботе). И может быть положительный результат. Проанализируйте свою ситуацию

5. Растению важно не только питание, но и свет. Заметьте, где результат положительный там есть свет. Свет исходит «Свыше». Свет есть там, где его пропускают, проводят. Свет

проводят люди через себя молитвами и благодарением. Напротив, негатив, раздражение закрывает источник. Ангелы смотрят на тех кто воздаст руки к Небесам.

6. Как вы думаете какая книга в руках ангела?

Практика 15 – Осознание изменений. Карта 5-3



Музыка: Мусоргский – Картинки с выставки. Избушка на курьих ножках.

Саванна. Ярко светит солнце. С камня на камень перепрыгивает шакал. В траве под камнями пробегает мышка. Вдали в желтой траве затаился лев. Чуть дальше стоит сухое дерево, на верхушке которого сидит птица.

1. Посмотрите на изображение. Выберите одно из животных на картинке.

2. Сфокусируйтесь на камне, с которого прыгает шакал. Попробуйте почувствовать свое текущее состояние. Душевное состояние, эмоциональное состояние, ощущение в мире, самоидентификация.

А теперь представьте как вы с этого камня прыгаете на другой, словно шакал на изображении.

3. Почувствуйте момент полета. Оторванность от мира. Представьте, что в этот момент нет вашего мировоззрения, состояние неопределенности. Нет догматов, установок, правил и иллюзий. Вы знаете, что через мгновения приземлитесь на новый камень. Он будет таким же, как и предыдущий, только немного другим. И все вернется. Попробуйте побыть в этом состоянии полета. Отпустите заботы и тревоги.

4. Теперь посмотрите на дерево. Назовите его чем-то из мира, каким-то явлением, например – работа, ТВ, хобби и т.д.

Посмотрите на птицу и сопоставьте с ней любого человека.

5. Попробуйте самостоятельно поработать с картой, почувствовать её, понять о чем она.

Пояснение и ключи к практике

1. Выбор животного. Здесь не нужно предавать большого значения к трактовкам. Однако мы их приведем. Это может быть превалирующим в текущий момент вашего состояния.

Мышь – кротость, избегания общества, нерешительность или осторожность. Скрытие своей жизни, обыденность.

Шакал – неопределенность, изменчивость, легкость, инфантильность. Радостное или воодушевленное состояние. Период перемен. Изменение личности.

Лев – спокойствие, стабильность, сила. Самоуверенность или тщеславие. Удовлетворение жизнью, достаток и изобилие. Но при этом возможно упущение в духовном плане.

Птица – духовность, осознанность или наоборот чрезмерная иллюзорность жизни. Направление жизни в сторону духовного развитие. Из негативных сторон – гордость и некая «духовная прелесть».

2 – 3. Камни – это некие точки развития нашей личности. Они мало чем отличаются, но все имеют отличия. С каждым прыжком на новый камень мы чуть-чуть себя меняем. Мы каждый раз себя фиксируем. Суть практики поймать момент изменения и оторванности от этой точки. Понять куда мы «прыгаем» и куда в итоге приведет каменная дорожка.

4. Дерево – аспект или явление (например ТВ, работа, хобби или то что вы назвали в практике), которые наиболее сильнее задает вам направления в становлении вашей личности.

Птица – личность или человек, на которого вы в чем-то равняетесь, полностью или частично. Возможно, духовный учитель или его образ. Тот, кто задает вам направление. (Вы можете не принять это, тем более стоит обратить внимание).

Практика 16 – Осознание недоступного. Карта 6-1



Музыка: Моцарт – Симфония 41, 4 часть, финал

Под стеклянным колпаком на красной подушке лежит золотой скипетр. Он под замком. На него смотрит молодой принц. Над его головой ключ. Сзади красные шторы.

1. Посмотрите на Скипетр, который лежит под стеклом. Сопоставьте его с тем, что вы очень желаете. С тем, чем жизнь, как вам кажется, незаслуженно обделила. Или с тем, что очень трудно вам достичь.

2. Представьте этот скипетр. Вы видите его через стекло. Но достать его не можете. Какого толщина стекло?

Посмотрите на принца. Он думает, как достать скипетр. Что он будет делать? Как попытается достать, или же будет просто ждать или смотреть.

3. Как вам кажется какой уровень здоровья у принца по 10 бальной шкале? Болеет ли он или полностью здоров.

4. Представьте навесной замок. Опишите. Кто его мог повесить на этот стеклянный короб? Теперь перевидите внимание на ключ. Ключ нематериален, он состоит из мысли. С помощью мысли вы начинаете его материализовывать. Постарайтесь красочно создать в своем воображении ключ, детально насколько сможете. После, попробуйте открыть замок, подойдет ключ или нет. По результату ответьте – что нужно чтобы ключ открыл замок.

Пояснение и ключи к практике

1. Проанализируйте представленный вами скипетр, который представляет собой ваше желаемое и трудно достижимое. Вес, размер, украшения имеют значение.

2. Есть два момента. Первое – это сам скипетр. Скипетр может быть большим и маленьким, тяжелым и легким – это степень трудности достижения в материальном мире. НО все это не имеет значение перед вторым – «Стекло». Стекло – это духовный барьер. Это то неосязаемое, что не дает вам получить желаемое. Чем толще стекло, тем сильнее преграда, которая основывается на духовных законов.

– Как принц думает достать скипетр, так и вы справляетесь с духовными задачами. Если разбили стекло – значит нарушили духовный закон и будут последствия. Если нашли ключ, или дождались, когда вам открыли замок – вы справились с испытанием.

3. Уровень здоровья принца – степень вашей эмоциональной вовлеченности. Чем меньше здоровья у принца, тем сильнее влияет на вас эта задача, тем сильнее вы переживаете и теряете силы.

4. Отец. Ключ – это духовное осознание (как и ключи к нашим практикам). Если вы осознали урок и испытание жизни, взаимосвязи эмоций, мыслей, действий, смирения, то ключ подойдет к замку. *Если вы духовно созрели и проделали эту практику, то скорее всего вы сможете разрешить проблему в скором времени.

Практика 17 – Осознание чувств. Карта 6-2



Музыка: Ференц Лист – По прочтению Данте

Юноша. Он запутан в веревке. Вербка образует петлю похожую на морской узел. На голове молодого человека венок из цветов. В одной руке он держит ожерелье, в другой листок.

Практика довольно личная и самостоятельная. Ключ будет, но особую роль не будет играть. Постарайтесь проработать свои ощущения и чувства. Возможны эмоциональные всплески и старые эмоциональные раны. Но вам станет легче.

1. Посмотрите на изображение. Юноша запутан в веревке. Мысленно потяните за концы веревки. Юноша застрял в петле или выбрался?

2. Если освободился переходим к пункту 4. Если застрял, отвечаем на ряд вопросов:

– О чем или о ком думает юноша? Можете ли вы его мысли перенести или сопоставить со своими?

– Фокусируемся на листке бумаги в его руках. Представьте, что там написано для вас стихотворение. О чем оно?

– Представьте теперь что это ваше письмо. Это то, о чем вы бы хотели сказать кому-либо или просто так, но решались. Мысленно проговорите.

– Сосредотачиваемся на ожерелье в руках. Может ли он отпустить ожерелье? – Посмотрите на цветы на его голове.

Насколько яркими и красными они у вас представляются?

3. После всего вы можете сделать следующие, по крайней мере попытайтесь. Сопоставьте себя с персонажем юноши.

Отпустите сначала листок бумаги. Вы его прочли или написали, вы знаете о чем он, держать не нужно. Затем свободной рукой снимите венок из цветов с головы. Выдохните, становиться легче. Затем отпустите ожерелье. Ваши руки свободны. Выберите из петли. Перейдите к пункту 5.

4. Юноша освободился. Это хорошо. Ответьте на следующие вопросы:

– Есть ли на его голове венок из цветов? Насколько белые цветы?

– Какое ожерелье он держит? Назовите стоимость.

– В руках у него листок бумаги. Что это? Это письмо личное, документ, список, ценность и деньги, или ценные мысли и идеи, или может что-то другое?

Расположите бумагу, ожерелье и цветы в порядке важности.

5. Представьте юношу без всех предметов. Представьте, что его голова свободна от венка. Руки его свободны. Он свободен от веревки. Он парит в воздухе. Представьте себя в таком легком состоянии. Все душевные тревоги ушли. Побудьте в этом состоянии какое-то время.

Пояснение и ключи к практике

1. Если юноша выбрался из петли. Нет какой-либо эмоциональной привязки. Иначе есть какое-либо отягощение.

2. – Мысли – отображение вашей проблемы.

– Стихи – конкретизация чувств, переживаний, эмоций.

Некий психологический крючок.

– Ваше письмо – эмоциональная разгрузка, решение проблемы. Оптимально, но не обязательно.

– Ожерелье – способность отпустить и уйти от проблемы, от привязки, избавление от эмоций. Внутренняя потребность в эмоциях, даже в негативных или неудобных.

– Цветы. Чем краснее цветы, тем болезненней эмоции, тем сильнее чувства отражаются на вашем состоянии.

3. Проекция выхода из эмоциональной зависимости.

4. Цветы. – Духовные мысли или идеи, «чувства». Чем более, тем легче и светлее.

Ожерелье – материальные привязки. Эмоциональные привязки к материальным ценностям.

Бумага – ценности чувств, уровень души. Или материальные привязки.

Посмотрите в каком порядке расположили их.

5. Отпустить отягощение чувствами. Освобождение.

Практика 18 – Осознание гармонии. Карта 6-3



Музыка: Брамс – Интермеццо

Летний сад. Посреди него стоит на камне статуя женщины. Над ней ветви с цветами. Позади стоят два дерева. Одно с немного пожелтевшей листвой. Их корни сплетаются в петлю под землей, под камнем.

1. Сфокусируйтесь на статуе. Представьте теперь, что вы скульптор. И вы создатель этой статуи, и какой она будет зависит напрямую от вас. Создайте статую в своем воображении, опишите. При создании сделайте ее максимально белой. Насколько это было сложно сделать? Насколько темнее был изначально материал?

2. Под статуей переплетенные корни деревьев. Проследите вниманием. От статуи идет корень, который переходит к первому зеленому дереву. Представьте это дерево ровным и красивым, представьте, что оно вбирает в себя суть статуи. От этого дерева идут корни ко второму пожелтевшему дереву. Представьте это дерево. Какое оно?

3. Сфокусируйтесь на втором дереве. Мысленно наложите деревья друг на друга. Теперь мысленно по листочку сопоставляйте деревья. Лишние листья второго дерева опадают сами собой. Сколько этих листьев?

4. Дайте каждому листу название, соответствующее явлению или качеству вашей личности, то что имеет негативную сторону для вас или окружающих. Будьте честны. Продол-

жайте практику пока деревья не будут соответствовать друг другу.

5. Возможно практику сможете сделать не с первого раза. Но если вы справились с 1-4 пунктами, и ваши деревья соответствуют друг другу, то сделайте следующие. Посмотрите на статую. Она начинает светиться. По корням начинает идти энергия и сообщаться между деревьями и статуей. Второе пожелтевшее дерево начинает зеленеть. * Практика имеет очень положительный эффект, но требует определенных усилий и максимальной честности.

Пояснение и ключи к практике

Ключа к практике нет. Приведем небольшое объяснение.

Суть практики в слиянии духовного и душевного планов и проведение их через некую модель. Практика работает автоматически. Как только происходит осознание негармоничных аспектов личности, происходит гармонизация по индивидуальному эталону души и духа человека.

Результат будет!

Практика 19 – Осознание источника знаний. Карта 7-1



Музыка: Верди – Увертюра из оперы «Сила судьбы»

На лестнице стоит судья. Глаза его закрыты. Он одет в чёрную мантию с золотой завязкой. В правой руке он держит меч. Левой рукой он указывает вниз. На руке кольцо. На его голове корона, которая состоит из трех частей. За спиной у него большая книга. Далее, позади, треугольное отверстие, из которого льется свет на судью.

1. Посмотрите на человека и на корону на его голове. Постарайтесь прочувствовать вес короны и представить её? Сколько ярусов у короны: один, два или три? Насколько тяжела корона для человека?

2. Справа мы видим большую книгу, а сверху треугольник, из которого исходит поток света. На что больше падает свет на человека или книгу? Расположите по вашему усмотрению: свет, человек, книга.

3. Свет начинает падать на человека. Он начинает поднимать руку с мечом. Насколько высоко он смог поднять руку? Смог ли вообще поднять?

Если руку с мечом поднял: – Сфокусируйтесь на вторую руку с кольцом. Почувствуйте вес кольца. Оно очень тяжелое. Камень в кольце начинает светиться. Вес кольца увеличивается. Оно настолько тяжелым становится, что невозможно пошевелить рукой. Вес с этой руки передается на руку с мечом. Рука с мечом медленно опускается.

4. Посмотрите на золотой платок на шее человека. Представьте его. Опишите материал, цвет, длину, особенности. Как думаете от чего зависит его внешний вид?

5. Посмотрите на изображение в целом. Посмотрите на человека, на его одежды, аксессуары, предметы. Дорисуйте в воображении его образ, представьте о чем он думает. Ответьте честно, вы можете стоять на его месте? Он стоит на последней ступеньке, всего их 7. На какой стоите вы?

Пояснение и ключи к практике

1. Тяжесть короны. Несколько сильно ваши знания влияют на вас в негативном ключе. Количество знаний. Давление знаний – вы управляете или они вами. Чем легче корона, тем лучше.

Ярусы короны. Уровни знаний. 1 – материальный, 2 – материальный и душевный (психологический и чувственный опыт), 3 – присутствие всех знаний в том числе и духовных.

2. Правильнее, чтобы свет падал на книгу. Знания через правильный источник. Если свет падает на человека, получение знаний напрямую, но есть вероятность искажения интерпретации. Допустимо при факторах легкости короны.

Расположение показывает цепочку получения знаний (правильный вариант, который изначально, но допустимы вариации). Свет – источник Свыше, человек – это вы, книга – обычные источники знаний. Всегда вначале Свет. Если нет, то есть искажения, гордыня или «прелесть».

3. Меч – право судить. Судить есть право только Богу, или

святым по велению Бога.

4. Способность использовать знания и доносить до других людей. Длина – глубина, ширина и объем – разнообразие подходов и знаний, цвет – качество и ценность.

5. Уровень духовного развития на базе знаний.

Практика 20 – Осознания баланса. Карта 7-2



Музыка: Ференц Лист – Часовня Вильгельма Телля

Пик вершины горы возвышается над облаками. На вершине доски балансируют юноша и девушка. Они протягивают руки друг другу и идут навстречу. Сверху в небе проявляется ангел. В руках у него весы с часами.

Данную практику можно выполнять паре.

1. Выберите мужчину или женщину. Почувствуйте баланс на месте выбранного персонажа. Есть ли баланс между мужчиной и женщиной на доске? Падаете ли вы или удерживаете равновесие?

2. Если вы падаете. – Проверьте правильно ли выбран персонаж. Мужчина = мужчина. Женщина = женщина. – Подумайте, как сбалансировать доску. Посмотрите перевешиваете вы или персонаж напротив.

– Человеку, который легче спускается ангел с часами. Доска уравнивается.

3. Мысленно представьте, что мужчина и женщина идут друг к другу. Делайте по одному шагу навстречу. После чего смотрите на ангела. В его руках весы, он уравнивает их. Затем снова шаг, пока мужчина и женщина не окажутся в одной точке. На пике горы.

4. На вершине. Почувствуйте себя в этом месте. Почувствуйте энергии, которые идут сверху. Понаблюдайте некоторое время за персонажами ничего не делая. Мужчина и

женщина со временем удаляются на противоположные концы доски.

Пояснение и ключи к практике

Прочтите ключ и практику вместе.

Если делаете в паре. Каждый выбирают свою роль. И шагаете друг ко другу (шаг третий). Наблюдаете кто перевешивает. На каждый шаг называете какой-либо областью или аспектом отношений. Наблюдаете за перевесом и балансом. Шагов делаете сколько потребуется.

1. Выбор доминирующих качеств и влияния на баланс внутренней гармонии. Важно нащупать баланс, понять перекос мужских/женских качеств.

2. Что перевешивает, то доминирует и мешает вам достичь равновесия.

Ангел помогает уравновесить качества. Постарайтесь проанализировать какие качества.

3. Постарайтесь каждому шагу найти проблематику дисбаланса мужских/женских качеств. Ангел, уравнивая свои весы, уравнивает и доску.

4. Важно понять, что при расслаблении контроля баланс тут же медленно откатывается назад. В центральной точке на пике оставаться сложно – это человек в полной гармонии. В любом случае, после отработки практики, персонажи будут ближе, чем изначально.

Практика 21 – Осознания Даров. Карта 7-3



Музыка: Франц Йозеф Гайдн – Оратория «Сотворение мира»

Земной шар. На нём стоит девушка и протягивает руки к небу. С неба к ней летит светящаяся частица. Вокруг нее штормовой ветер, который сносит деревья и камни. Под землей река, она образует петлю.

1. Посмотрите на карту, прочувствуйте её. Почувствуйте ветер. Ветер очень сильный, он сметает все на своем пути. Ветер буквально разрушает мир вокруг вас. Вы стоите недвижимо. Какие чувства в вас проявляются? Есть ли чувства досады или потери чего-либо?

2. Мир вокруг вас практически перестает существовать. Принадлежал ли он вам? Забрали ли у вас что-либо?

Вы одни. Посмотрите мысленно вверх, на небо, на звезды. Наступает тишина, прислушайтесь к своему дыханию.

3. В небе горят звезды. Среди них появляется завихрение белого света. Из него падает частичка. Поймаете ли вы?

4. Если не поймали. Частичка упала на землю. Посмотрите на реку-петлю. Река приходит в активное движение. Вода кружится в петле, и земля словно оживает. Все что унес ветер появляется снова. Закончите практику, и повторите ее через примерно месяц.

5. Если поймали частичку. Мысленно перенесите частичку себе в грудь. Почувствуйте, как тепло и свет распростра-

няется по вашему телу, как свет распространяется внутри вас. Мысленно поблагодарите Бога.

Пояснение и ключи к практике

Данная практика не требует ключа. Мы бы могли дать более полное трактование, но оно не требуется.

Единственное что хотим отметить, так это разветвление. Кто-то поймал частичку, а кто-то нет. И почему если не поймали частичку, то повторить практику нужно примерно через месяц?

Дело в том, что это минимум по времени, скорее всего ничего не изменится. Практика на самом деле очень глубокая в духовном аспекте. Она влияет на осознание, но не может поменять сразу.

Так как это затрагивает некий духовный стержень.

Для кого-то это практика покажется странной и неинтересной. Для кого-то это будет удивительный толчок в жизни.

Практика 22 – Осознания Пути. Карта 8-1



Музыка: Римский-Корсаков – Вступление. Садко. Океан, море синее

По горной тропе идёт путник. У него посох и рюкзак. За ним тропа завалена камнями. Над ним нависает скала. Внизу обрыв. Видно только туман и верхушку дерева.

Практика немного философская, больше направлена на диагностику.

1. Вы видите путника. Представьте, что вы на его месте. Дайте ответ на несколько вопросов:

– Насколько большой рюкзак путника? Насколько он тяжёлый?

– посох путника. Как сильно посох помогает путнику в пути?

– Камни позади путника. Много ли их?

2. Представьте, как вы проходите некоторое расстояние. Обратите внимание на туман.

– Посмотрите туман за путником. Насколько густой туман? Рассеивается ли туман?

– Посмотрите туман впереди путника. Туман розовый. Насколько густой туман? Посмотрите на туман, появляются ли в нем иллюзии?

3. Туман стал максимально густым, абстрагируйтесь от него. Посмотрите вверх. Над путником нависла скала. Скала может обрушиться в любой момент. Вы это знаете и со-

вершенно спокойны. Вы продолжаете путь.

4. Вы сосредотачивайтесь только на дороге, которая соприкасается с пропастью. И лишь одинокая ель служит вам напоминанием и ориентиром. Продолжайте путь. Конец практики.

Пояснение и ключи к практике

1. Рюкзак – жизненный багаж, который мешает

Посох – знание, опыт.

Камни – ошибки прошлого, болезненный опыт, то, что отразилось на душе.

2. Туман позади – скрытое прошлое. Чем меньше тумана, тем больше привязок к прошлому. Идеал – очень густой туман.

Туман впереди – Мысли о будущем, иллюзии. Идеал – густой туман, то есть отсутствие навязчивых мыслей о будущем.

3. Скала – любые обстоятельства жизни. Мысль о смирении и понимании, что все зависит от духовных законов.

4. Ель – есть всегда ориентир и инструкция от Бога

Практика 23 – Осознание трех кругов. Карта 8-2



Музыка: Брамс – Симфония 1, опус 68

В темноте горит красивая лампада. Лампада состоит из трех частей и имеет четыре лепестка. Пламя освещает помещение, на стене возникают тени-образы. Из темноты к лампаде тянутся руки.

1. Почувствуйте свое сердце, его биение. Прислушайтесь. Представьте его визуально. Сердце превращается в лампаду похожую на изображении карты. Вокруг тени. Много ли их?

2. Лампада состоит из трех частей. Посмотрите, насколько они плотно и крепко соединены. Если детали разболтаны меж собой. Попробуйте починить, закрутить, чтобы детали крепче были скреплены.

3. Горит огонь в лампаде. Какого цвета огонь? Насколько сильно пламя колыхнется? Мысленно успокойте пламя. Пускай оно горит ровно.

4. От огня исходит свет кругами. Всего три круга – большой, средний, маленький. Каждый круг внутри другого. Возьмите самый большой круг. Мысленно выровняете круг до идеального состояния. Хороший результат – идеальный круг.

5. Прodelайте тоже самое со средним и маленьким кругами. С каким сложнее всего работать? Выровняете круги относительно друг друга.

6. Посмотрите на все это стороны. На лампаду, на огонь,

на свет. Лампада, огонь, свет. Есть ли ассоциации? Здесь есть один важный смысл.

7. Уменьшилось ли количество теней вокруг? Посмотрите на изображение рук. Эти руки могут быть одновременно вашими и других. Как бы вы расположили или сложили свои руки? Что они для лампы?

Пояснение и ключи к практике

1. Тени. Духовные враги, страсти. Явные и неявные.
2. Части лампы. Внутренний стержень человека.
3. Огонь. Ваш дух, качество вашего духа. Цвет должен быть ярким и насыщенным. Плохо, когда цвет пламени чёрный, бесцветное или грязного оттенка.

Спокойствие пламени – эмоциональное состояние души.

4. Большой круг – тело. Затем душа. Маленький круг – дух.

5. Полная гармонизация по всем составляющим неделимого человека.

6. Дух, Душа и Тело. Троичная природа человека. Отец, Сын, Святой Дух.

7. Психологическое состояние человека. В зависимости от описания. Если закрывает лампаду – защита. Тянется к лампаде – получение благодати, или же стремление. Попробуйте самостоятельно интерпретировать, зная пункт 6.

Практика 24 – Осознание

Благ. Карта 8-3



Музыка: Шуман – Соната 3, часть 4

Молодая золотоволосая девушка сидит за веретеном и прядет. Она собирает воедино два потока «пряжи» сверху и снизу. Чистая золотистая «пряжа» – сверху. Светлая «пряжа» с чёрными вкраплениями – снизу. Два потока «пряжи» соединяются в руках женщины и сматываются веретеном.

1. Посмотрите на изображение. На что больше обратили внимание? Поток сверху, поток снизу, колесо, тиара?

2. Поток сверху в виде нитей. Опишите. Насколько интенсивный поток? Сколько нитей? Скорость. И на сколько сложно эти нити собирать.

3. Поток снизу. Тоже в виде нитей. Насколько поток интенсивный? В потоке есть чёрные точки. Сколько их?

Выделите как минимум три. Они могут обозначать негативные качества, страхи, эмоции.

4. Потоки в руке девушки соединяются. Колесо начинает крутиться. Получается одна чистая нить, которая наматывается на веретено. Что такое веретено?

5. Задача. Почувствуйте баланс потоков. При каких условиях будет идеальное их соединение. Что будет происходить с чёрными точками?

Вариант практики только для женщин

1. Сосредоточьтесь на карточке. Сопоставьте себя с де-

вушкой на карточке.

2. Сверху и снизу протягиваются нити. Девушка собирает их руками и преобразуют в одну нить, наматывая на веретено.

3. Сосредоточьтесь на верхнем потоке. Это благодать от Бога Свыше. Мягкая легкая энергия, которую вы принимаете. Она наполняет вас силой и уверенностью. Вы с благодарностью её принимаете.

4. Сосредоточьтесь теперь на нижнем потоке. Это энергия Мира. Она также питает вас и дает жизненную энергию. Однако в ней присутствуют черные точки. Что они олицетворяют для вас? Это может быть неуверенность, страх, негативные эмоции и т.д.

Найдите в себе как минимум три негативных качества, которые отравляют вашу жизнь.

5. Вы преобразовываете потоки и собираете в две нити. А затем соединяете и их. Мысленно прокрутите колесо веретена и соедините потоки. Верхний поток, сливаясь с нижним очищает его. Попросите мысленно у Бога очистить себя от этих точек негатива. Единую светящуюся нить наматывайте на веретено.

6. Прodelайте упражнение несколько раз до ощущения некоторой уверенности. Почувствуйте свою внутреннюю уверенность, а также то, что Бог вам дает каждую секунду (верхний поток). Переведите внимание с тиара на голову девушки. Ощутите ее на себе и ее свет.

Пояснение и ключи к практике

Суть практики. Есть два потока. От Бога. И от Мира (материальные энергии). Чтобы получить истинные блага (духовные и физические) нужны две энергии.

Если мы возьмем только верхний поток, то это будет неосязаемая благодать. Да, это будет наполнять нас (каждого по его чистоте), но мы не можем это никак зафиксировать или осязать. Это то, что неизменно питает нас.

Если мы возьмем только нижний поток. Мы можем взять много. Можем даже силой взять все что захотим. Но вместе с благами мы возьмем и свои пороки и страсти (черные точки). Ценности в этом нет, и эта нить не будет намотана на веретено.

И только в соединении эти энергии могут дать истинную ценность и чистоту. Верхний поток очищает нижний и наполняет благодатью. Это процесс создания и творения. Это прообраз создателей и материнства.

В практике важно почувствовать баланс. Обратит внимание на недостаток и чистоту потоков. Норма – равные потоки. Хорошо – верхний поток интенсивней и больше нижнего.

Выбор в первом пункте. Нижний поток – заикленность на материальном, приземленность. Тиара – эгоцентричность, саморазвитие с эго, перекош. Колесо – недостаток времени, рутина.

Практика 25 – Осознание врат. Карта 9-1



Музыка: Равель – Отражения. Лодка в океане

Океан. Солнечный жаркий день. К острову направляется корабль. Остров окружают скалы. По горе текут реки. На вершине горы кубический артефакт. В океане большая рыба в окружении маленьких.

Это очень шокирующая практика. Это может вас даже заставить возмущаться. Принять иногда сложно. Для кого-то эта практика будет очень легкой.

1. Представьте океан. Ветер. Ярко светит солнце. Лодка с парусами плывет в сторону острова. Представьте, что лодка – это ваша душа. Парус души наполняет ветер благодати, энергии мира от Бога. Какая скорость лодки? Может ли оно остановиться или поплыть в другую сторону?

2. Чем ближе к острову, тем море беспокойнее. С чем вы можете сравнить путь лодки? В конце этого пути скалы и узкий пролив. Сосредоточьтесь и представьте как ваша лодка набирает скорость. Вдохните глубже воздух, и медленно выдохните. Ваша лодка прошла мимо скал или разбилась о них?

3. Если разбилась. Во-первых, не переживайте, мало кто проходит. Посмотрите на рыбок. Они ваши. Сколько вы можете выделить маленьких рыбок? Дайте им имена, например, «осуждение», «страх», «зависть», «похоть» или что-то другое негативное. Эти рыбки дети большой рыбы, которая

помогла разбиться вашему кораблю. Попробуйте на основании имен малых рыбок, узнать имя большой рыбы. Это важно.

4. Если лодка проплыла мимо скал к острову. С вершины острова стекают реки. Течение рек быстрое. Парус лодки исчез. Есть только весла и вы. Насколько высоко вы доплывете к вершине острова?

5. Посмотрите на солнце. Оно ярко светит. Вам тепло и хорошо. Оно светит независимо от того кто вы и что из себя представляете. Вам спокойно, мир в душе. Конец практики.

Пояснение и ключи к практике

1. Линия прямая. Конечная точка одна. Остановки в нашей жизни не предусмотрена.

2. Жизнь. Конец жизни. Предсмертная агония. Врата в Иной мир.

3. Большая рыба – это то, что вам следует проработать. Это то, что вам вредит и стоит обратить внимание на это.

4. Уровень духовной силы, чистоты, близости к Вышнему.

Практика 26 – Осознание присутствия. Карта 9-2



Музыка: Хачатурян – Балет Гаянэ. Колыбельная

Ночь. На небе месяц. Дом. В доме колыбель. Около нее сидит кот. Под потолком игрушечная птица. Дом освещает свеча.

Практика с любовью! Творческая практика, включите фантазию!

1. Посмотрите на изображение, а затем читая текст, периодически закрывайте глаза (лучше попросите кого-либо прочитать текст практики, также можно использовать музыку). Ночь. Вы находитесь в доме. На улице очень темно, и не комфортно, возможно, страшно. Но в доме вы чувствуете безопасность и уют. Опишите дом, придумайте идеальное своё пространство (не торопитесь)

2. Теперь в придуманном вашем пространстве вам придется погулять. Мысленно обойдите пространство дома или комнаты. Изучите в ней предметы. Оставьте только самое необходимое. Уберите мысленно весь хлам, странные и старые вещи, грязь.

3. Есть ли в комнате свеча? Какая она и какое место занимает? Если нет, мысленно зажгите свечу и поставьте в комнату.

4. Есть ли в комнате кот? Если есть – опишите кота. Если нет – попробуйте поискать.

5. Далее. Представьте, что вы превращаетесь в маленького

ребенка. Вы оказываетесь в колыбели – опишите её. Лежа в колыбели, вы вынужденно смотрите вверх. Видите ли вы белую птицу? Есть ли есть почему она над вами? Как давно она здесь?

6. С мыслью и размышлением о птице, медленно выходите из практики. Дышите ровно.

Пояснение и ключи к практике

1. Комната или дом – пространство вашей психики.

2. Вещи – аспекты психики, личности и души. Вы можете диагностировать и убирать негативные вещи-аспекты вашей души. В зависимости от проработки они могут исчезнуть навсегда или на время.

3. Свеча – психологическая защита. «Горение» души. Жизненная энергия.

4. Кот – физическая защита от атак, которые имеют духовное начало. Вас защитник. (Внимание! Если нет свечи, или птицы, то может быть в негативном ключе.

5. Колыбель – духовная защита, тонкие тела. Птица – Дух. Прочувствуйте этот пункт особенно!

Практика 27 – Последние Осознание. Карта 9-3



Музыка: Франц Гайдн – Серенада 5

Летний зелёный луг с холмами. По холму ходят овцы. Рядом пастух в белой одежде. Он играет на дудке. Вдалеке на холме артефакт. Внизу озеро, в котором сидит крокодил.

Посмотрите на изображение. Выберите вариант: 1- Овцу, 2- пастуха или 3- крокодила в озере.

Следуйте выбранному варианту.

1. Овца. Итак, представьте – вы в роли овечки. Почувствуйте внутреннюю свободу. Вспомните чувство – вам никто не указывает, вы в праве делать все что хотите, перед вами неограниченные возможности. Вы стоите в поле. Куда идет ваша овечка? За пастухом, в сторону озера или в сторону горы.

– за пастухом. Опишите его. Доверяете ли вы ему полностью? Представьте какую музыку он играет. Прослушайте музыку к карте и сравните дух мелодий. Насколько они разные?

– в сторону озера. Возможно, вам хочется «пить». Но разве вы не видите там крокодила? Как близко вы к озеру? Чувствуете ли опасность?

– в сторону горы. Как высоко вы можете дойти? В поисках чего? Вы видите на горе некоторый артефакт. Задайте вопрос – пустой он или полный? Где другие овцы?

2. Пастух. Итак, вы в роли пастуха. Ответьте на несколько

вопросов.

– Представьте музыку, которую играет ваш пастух. Прислушайтесь к музыке к карте и сравните дух мелодий. Насколько они разные?

– Как вы считаете, в правильном ли направлении вы идёте? Посмотрите на артефакт на горе. Мысленно откройте – он пустой или полный?

– Сколько овец идет за вами?

3. Крокодил. Итак, вы в роли крокодила. Ответьте на вопросы.

– Сколько овец подходит к озеру? Сколько овец вы съедите? Сколько овец вы уже съели?

– С каждой овцой крокодил тяжелеет. Он не может выбраться из озера.

– Что нужно сделать крокодилу, чтобы выбраться из озера?

Посмотрите на солнце. Оно ярко светит. Оно светит и овцам, и пастуху, и вашему крокодилу. Оно светит всем!

Пояснение и ключи к практике

1. Овца. Это хороший вариант. Это свобода.

– если к озеру идёте. От истины к гибели.

– На гору. Вы идёте самостоятельно. Вопрос в том, сможете ли пойти туда куда нужно? Пустой или полный путь, истина или иллюзия.

– За пастухом. Истинный пастух может быть только один. Посмотрите на вашего пастыря.

2. Пастух. Это хороший вариант. Вы ведете за собой людей. Вопрос. Образ кого вы на себя берете. Чему соответствуете и куда ведете? В пустоту или к свету? Сложные вопросы.

Сколько овец столько и ответственности.

3. Крокодил. Это плохой вариант. Вы все сами поняли

Второй цикл практик.

Практики роста.

**Практика 28 – Глубокое
очищение души. Карта 1-4**



Музыка: Гендель – Концерт для арфы, 2 часть

Ночь. Огромная яркая луна освещает море. Над ней светят пять звёзд. Лунный свет проникает в глубины моря. Этого света избегают медузы. На поверхности моря гуляет мягкий ветер. Большая рыба и парусная лодка расходятся в море и устремляются каждый в свою сторону. Словно они были вместе рядом, но затем упал свет луны и развел их по сторонам.

Важно. Для практики нужна абсолютная спокойная обстановка.

1. Сосредоточьтесь на изображении луны. Найдите самую яркую её часть. Что есть свет луны? Луна не является источником света. Она лишь отражает свет Солнца. Свет луны – это свет солнца. Это напоминание во тьме о свете.

2. Свет от луны падает на вас. Примите его. Начните пропускать через себя. Мысленно разделите свое тело на две части. Первая часть вне вашего тела, поверхность кожи и далее. Вторая – пространство внутри вас. Попробуйте почувствовать четкую грань (ориентир можно взять поверхность кожи, или эфирное тело).

3. Свет падает на эту границу. Свет ложиться на вас (может отражаться). Почувствуйте поверхность. Есть ли какие-либо движения на поверхности тела? От света уходит все ненужное, негативное. (как это выглядит?).

4. Вы как поверхность моря. Да, свет может отражаться от поверхности воды, но часть свет проникает в глубь. Так и мы пропускаем лунный свет. Проанализируйте насколько вы пропускаете свет (можно в процентах). Сколько света попадает внутрь? Сколько мы позволяем. Попробуйте изменять величину пропускаемого света. Что вам мешает? Что-то на поверхности или внутри? Анализируйте.

5. Увеличьте свет внутри до максимума, насколько сможете. Увеличьте пропускную способность. Что внутри зашевелилось? До каких глубин доходит свет? Есть ли дно?

ВНИМАНИЕ. Если готовы, если нет страха (рекомендуем сначала проработать страхи), заглядываем внутрь себя, смотрим на то, что разбегается от света. Направляем свет на нужные участки внутри себя. Заполняем светом.

6. Очень осторожно выходим из состояния практики. Делаем глубокий вдох и медленно выдыхаем. (Может подташнивать, кружится голова). Затем станет легче. Делаем выводы.

Пояснение и ключи к практике

1. Свет луны. Здесь есть очень важный ключ. Не сотвори кумира. Часто мы не знаем истинного источника энергии. Мы видим объект и его силу, но не видим источника силы этого объекта. Царь не источник власти, а лишь ее иллюзия и отражение. Ищите истинный источник жизни.

2. Понимание границ своего внутреннего. Постарайтесь четко ощутить границу своего «тела». Не нужно пытаться

ощутить тонкие тела или ауру. Важно ощутить именно два пространство внешнее и внутреннее.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.