ИСКУССТВО



УМИРАТЬ



ОРИС

ЖИЗНЬ МЕЖДУ ЖИЗНЯМИ

ДУХЪ СТЫЙ

ОРИС - Жизнь между Жизнями.

"Искусство умирать", часть первая.

В этой книге автор, имеющий многолетний опыт самостоятельных внетелесных исследований Тонкого Мира, попытался дать самые подробные ответы на конкретные вопросы: как *правильно* умирать? как научиться *вовремя* принять свою смерть? как превратить свою смерть в предверие счастливой жизни в своём будущем, т.н. "посмертном" существовании? Смерть, как и жизнь, являются своего рода Искусством, хотя в невежественном и неумелом применении их многими из людей они не заслуживают этого названия.

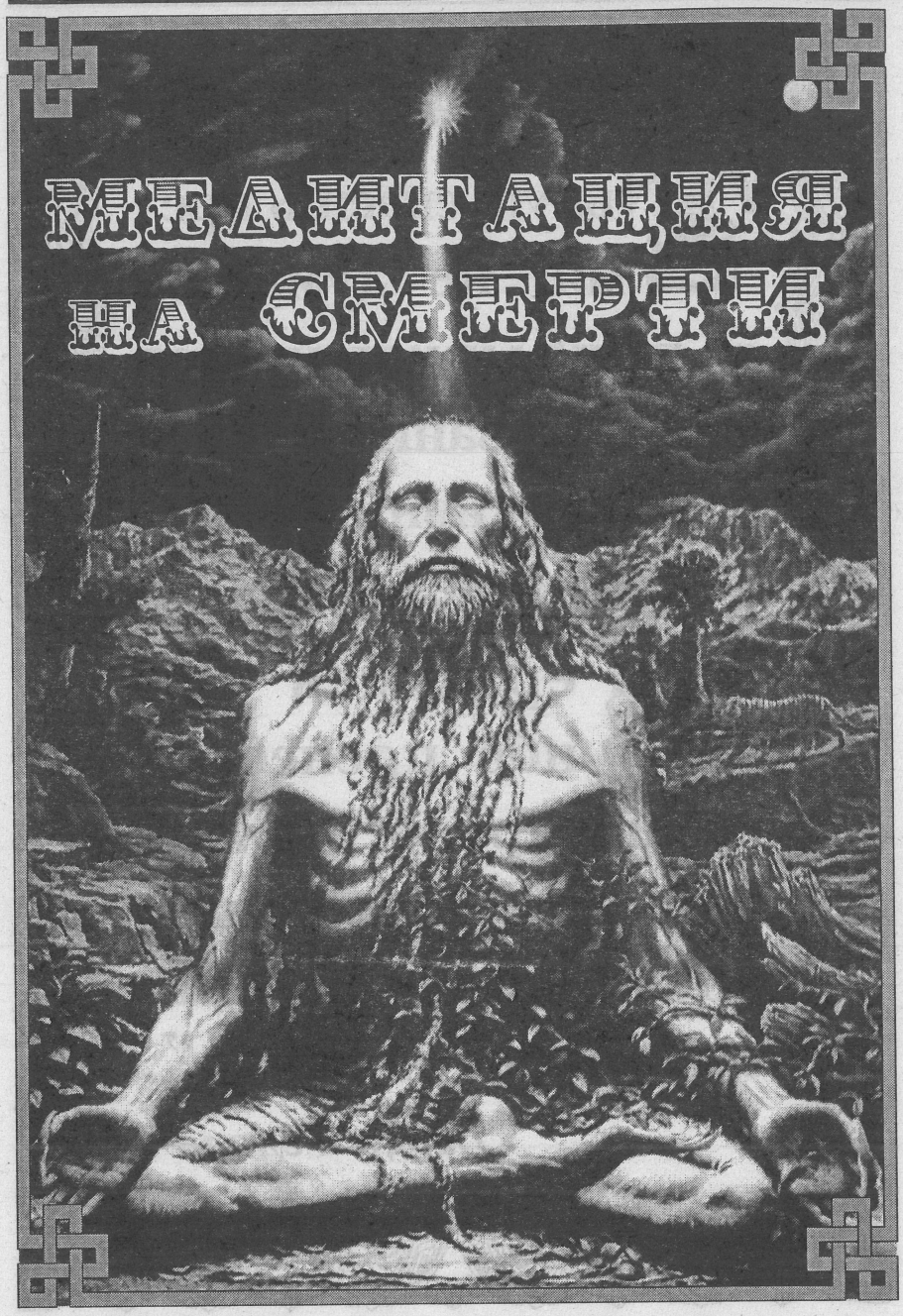
Эта книга, самым подробным образом описывающая изменение состояния Сознания человека во время процесса, называемого "умиранием", и пребывания его Души в различных вибрациях энергий Астрала, является также своего рода руководством по религиозной терапии и эсхатологической психирургии, осуществляемым с помощью детальнейших текстов "Наставлений", читаемых родственниками для умирающего или уже умершего человека с целью укрепления и пробуждения его Сознания перед Переходом в иной Мир.

Кроме всего прочего, эту книгу можно с полной уверенностью отнести к одному из самых подробных путеводителей для путешествий по многочисленным областям и Сферам Тонкого Мира, который у нас принято называть "загробным".

Организации, желающие издавать книги Ориса на русском и других языках, могут получить справки по телефону в г.Ялта - *(0654) 34-12-59*,
а также могут написать по электронному адресу (E-Mail): *oris@chat.ru*
Адрес сайта **"Канал Орис"** в InterNet: *oris.chat.ru*

ISBN 966-584-065-7

© Орис - *автор*.
Булавинцев А.А. - *компьютерная вёрстка*.


МЕДИТАЦИЯ
НА СМЕРТИ

Ты упускаешь время, не думаешь о приближающейся смерти, занимаешься в этой жизни бесполезными делами.

Неразумен ты, ибо пренебрегаешь предоставленной тебе наилучшей возможностью для совершенствования".

"Бардо Тёдоль".

ОТ АВТОРА

Даже самая лучшая пища после длительного хранения может превратиться в яд. Что же тогда говорить о такой тонкой и нежной эманации, как пища духовная? *Истину нельзя ни перенять, ни выучить наизусть, - её нужно всё время переживать самому и открывать для себя заново, постоянно меняя формы её выражения.* Каждый человек должен сам пройти путь внутреннего переживания, потому что только таким образом обретённое им Знание будет иметь живую, т.е. *животворную* ценность.

Каждый из нас получает от Жизни *для себя лично* лишь только то, что может остаться при нас бесконечно долго, даже за чертой Смерти. Что-то приобрести для себя означает получить жизненную цель, стать обладателем чего-то вечного и очень интимного - того, что, в конечном итоге, станет плодом всей нашей Жизни.

Задавались ли вы когда-нибудь подобными вопросами: *ради чего я существую?*

что я получил от своей Жизни истинного?

действительно ли я добился всего, чего хотел, или после моей Смерти, - возможно, что уже завтра или даже сегодня, - всё то, что является сейчас "мною", лопнет и растворится в Пространстве, как мыльный пузырь?..

Обращаясь к Христу, мы просим Его: *"Хлеб наш насущный даждь нам днесь..."* Таков закон духовного роста, из которого вытекает насущная необходимость переживать одну и ту же Истину всегда в обновлённой Форме и развивать, распространять не столько результаты, сколько *методы*, при помощи которых мы получаем Знание и переживаем Реальность. Человек, вследствие высокого происхождения его Духа, стоит выше Ангелов, действия которых *не свободны*.

Как Бог для свершения Самопознания призывает к Бытию Свой внешний отблеск через утверждение Начала Тварности, так и каждый чистый Дух для самоутверждения должен эманировать своё Сознание во вне своей истинной Природы. *Воплощаясь в качестве человека, Душа теряет связь с Высшими Мирами и полностью уходит в ощущение своего собственного индивидуального бытия, выявляя одно за другим свои потенциальные качества и последовательно отождествляясь с каждым из них.*

История, заново формируясь в настоящей Жизни, становится частью нашего Бытия, а не просто

объектом изучения или поклонения, который в отрыве от своего происхождения и органических условий роста утратил бы свою основную ценность. *Как только мы поймём этот естественный рост, мы перестанем определять различные фазы человеческой Истории как "правильные" или "ошибочные", как "ценные" или "бесполезные".*

Мы привыкли не обращать внимания на очень многие вещи, но вопросы умирания, Смерти неизменно приковывают к себе наш взгляд. В определённом смысле весь этот наш разговор об умирании - не более, чем уловка, ведь всё, что касается физической Смерти, распространяется лишь только на наше физическое тело, которое настолько же иллюзорно, насколько каждый из нас осознаёт или находит в своей Смерти угрозу для кажущегося собственного существования.

Наше заблуждение в отношении Смерти состоит в том, что большинство из людей принимают ЗА СЕБЯ свою внешнюю личность, то есть "человеческую форму". Это заблуждение попирается в человеке познанием им Законов Жизни иных Миров и приобретением собственного духовного опыта, наглядно доказывающего отсутствие понятия Смерти, как "антитезы Жизни". Благодаря такому опыту, человек узнаёт, что и его Жизнь, и следующая за ней "Смерть" - это лишь только одни из многочисленных, сменяющих друг друга как мгновения, эпизодов

одной, глобальной Жизни Души, которую можно назвать Существованием.

Как и Жизнь, Смерть - это добросовестный служитель всяческого преобразования: при Жизни мы всё время преобразуем самих себя и пытаемся преобразовать всех, кто нас окружает, - сначала по подобию присутствующих в нас грубых страстей, берущих своё начало ещё в животном мире, затем учимся выражать господствующую в нас ноту - сумму преобладающих в нас желаний и Мыслей.

То же самое происходит и во время Смерти, только с небольшими поправками на Законы и специфику Материи Тонкого Мира. Искусство умирания не менее важно, чем другое искусство, которому мы обучаемся каждое мгновение, - искусство жить. Мало того, оно является дополнением и окончательным итогом последнего, так как вся будущая, посмертная человеческая Жизнь в огромной степени будет зависеть от той степени контроля, с которой уходящий из земной Жизни человек мог влиять на весь процесс и качество перехода своего Сознания на иной уровень Бытия.

Если вы живёте от одного мгновения до следующего, то для вас и умирания, как такового, в обыденном его понимании, просто не может существовать, потому что отпуская каждое последнее мгновение, чтобы тут же открыться следующему и означает сознательно умирать от мгновения к мгновению. Когда

наступит Смерть, вы даже не заметите её прихода, потому что это будет всего лишь один из очередных мгновений вашего бесконечного Существования. С физической Смертью просто изменяется частота вибраций Сознания и Физический Мир световых скоростей мгновенно распадается как великая Иллюзия.

Искусство умирать органически дополняет искусство жить: чем больше и полнее человек сосредотачивается на процессе умирания, на вопросах так называемой "Смерти", тем полнее становится каждое мгновение его Жизни. Ведь там, где находится наше внимание, там, где в большей степени пребывает наше осознание, там мы и переживаем нашу Жизнь, которая никоим образом не может быть уничтожена Смертью, а только обогащена ею.

Ведь в нашей Смерти едва ли не самым замечательным является та глубина, на которой она поглощает наше воображение и внимание. Умирающий должен уметь не только встретить свою Смерть спокойно, с ясным Сознанием и мужеством, но также и иметь достаточно тренированный Ум, позволяющий ему в этом трудном процессе превозмогать все физические страдания и потерю сил.

Когда мы внутренне спокойно и уравновешенно, с полным осознанием происходящих внутри нас химических процессов, принимаем свою Смерть, мы прекращаем отрицать, судить других, раздражаться по поводу и без повода, и не превращаем больше всю

свою Жизнь в дешёвую базарную торговлю. После внутреннего приятия Смерти, после понимания того, что каждый из нас является творением, постоянно меняющимся в процессе становления, всё наше дальнейшее Существование становится легче и приемлемее, спокойнее и светлее.

Украинский философ и мудрец Григорий Саввич Сковорода (1722 - 1794 гг.), не знавший ничего ни о Медитации, ни о технике осознанного умирания "джати смаран", так описал необходимость тщательной подготовки человека к своей Смерти:

"Потребно благовременно заготовить себя вооружённым против врага не умствованиями, - они суть не действительны, - но мирным расположением воли своей и Воли Творца. Такой душевный мир приуготавливается издали, тихо в тайне сердца растёт и усиливается чувством сделанного добра по способностям и отношениям бытия нашего к кругу, занимаемому нами. Сие чувство есть венец жизни и дверь бессмертия..."

Предупреждаем, что многое из того, что вы здесь узнаете, способно удивить и поразить даже опытного стремящегося. Оставайтесь же *благоразумными* и правильно сделайте свой выбор. Мы как можно детальнее и подробнее покажем вам, как пользоваться всеми теми драгоценнейшими сокровищами, которыми наделил нас изначально Господь.

Те, кто УЖЕ духовно готов для того, чтобы вос-

пользоваться этими дарами, смогут не на словах, а на деле самостоятельно познавать то, о чём мы ведём разговор в наших книгах. Кто же ЕЩЁ не готов, у того может ничего не получиться, или же, в противном случае, он сам себя обречёт на огромные неприятности.

Из второй части вы узнаете о том таинственном и пугающем своей абсолютной неизвестностью процессе умирания, которым начинается всякая естественная Смерть, а также о том, что ожидает Душу каждого из нас в первые "минуты", "часы" и "дни" великого и важного периода, называемого нами *"послесмертие"*. Мало кому из людей дано знать все тонкости и строение того тончайшего и совершеннейшего механизма, который обеспечивает весь процесс умирания человека, но это нужно знать, иначе вы просто не сможете овладеть *"искусством умирания"*.

В нашей книге мы постараемся как можно подробнее остановиться на этом "страшном" для постороннего наблюдателя процессе и снять с него пелену пугающей таинственности. Мы также продолжим детальное знакомство со всеми Законами и свойствами того неведомого Мира, в который попадёт ваша Душа и который вам придётся с первых же часов после Смерти осваивать.

Чтобы можно было с первых же минут своей Смерти включиться в продуктивную деятельность Астраль-

ного Мира, *вам придётся уже сейчас начать изучать не только все его законы, коренным образом отличающиеся от земных, но и получить подробные рекомендации о том, КАК следует вести себя, чтобы не нарушать эти законы и не навлекать на себя серьёзные неприятности.*

Кроме того, мы разберём вместе с вами максимальное количество всевозможных вариантов и обстоятельств, в которых Душа может оказаться после Смерти и дадим практические рекомендации по выходу из этих сложных и необычных ситуаций, подстерегающих вас на этом неизведанном и, зачастую, очень опасном пути. *Эта книга больше напоминает подробный "путеводитель", без которого не обойтись ни одному путешественнику, осваивающему и изучающему новые миры.*

Господь да поможет вам в ваших добрых делах
и благородных начинаниях! Да пребудет Любовь,
Справедливость и Благодушие
в Мыслях и словах ваших!
Используйте только во благо то,
что даровал вам
Господь-Отец наш, так как нет миссии
более великой и чести более высокой,
чем выполнять Волю Его!

ОРИС

МЕДИТАЦИЯ НА СМЕРТИ

"Все прежние рождения прошли перед Его глазами, когда Он вспоминал их: место, имя, и так - все рождения до Его последнего рождения. Он знал все Свои рождения и все Свои смерти - сотни, тысячи, мириады".

Ашвагхоша, "Жизнь Будды".

То, что люди привыкли называть "Смертью", является не непосредственным опытом, а всего лишь понятием, выведенным людьми, не обладающими ясновидением, из визуального наблюдения чисто внешних событий, происходящих во время перехода человеческого Сознания на другой уровень своего существования. Поэтому большинству из людей, для более полного понимания ими данного явления, для преодоления страха перед ним, нужно прежде всего попытаться пересилить не саму Смерть, а понятие о ней, тщательно осмыслить своё представление об этом явлении.

Проблема психологической победы над Смертью - чисто субъективная и может быть решена только с помощью субъективного переживания и непосредственного внутреннего опыта каждого человека, пытающегося решить для себя эту проблему. В каждом случае умирания, с объективной точки зрения, мы можем говорить только об остановке телесных функций и разложении физических органов умирающего, которые при его Жизни делали эти функции возможными.

Другой вопрос: а что случилось с силами и энергиями, которые создали эти органы и обеспечивали их функции? Ответить правильно на этот вопрос невозможно до тех пор, пока вы не сместите своё Сознание с внешних объектов и не направите своё внимание внутрь самого явления умирания или Смерти.

Эту проблему нельзя постичь только с помощью интеллекта, прочитав уйму книг на эту тему и путём анализа убедив самого себя в правильности чужой точки зрения. Чтобы полностью избавиться от страха перед этой неизбежной необходимостью, нужно попытаться приобрести собственный, непосредственный опыт осознанного переживания этого психофизического процесса.

В книге "Дух и Душа" мы достаточно подробно остановились на описании того, что мы подразумеваем под понятием "эго". Типичное свойство человеческого интеллекта - его стремление к объективнос-

ти. Это бывает оправдано и полезно до тех пор, пока мы пребываем в Мире, переполненном объектами или вещами, то есть в Мире материальном, ограниченном и чётко обозначенном.

Но эта объективность становится неоправданной и напрочь бесполезной, когда мы занимаемся исследованием вопросов, связанных с самой сутью человека и с глубинным смыслом индивидуального существования. Так вот, как нельзя испытать "эго", так нельзя испытать и Смерть, потому что они являются лишь составными частями одного и того же, более высокодуховного явления - Жизни Духа.

Характерными признаками, как для Смерти, так и для "эго", являются абстрактность и ограниченность или искусственное установление для них границ несовершенным человеческим Умом, не способным воспринимать тонкие вибрации, составляющие психоэнергетическую основу данных явлений. До тех пор, пока человек, оперируя своим Сознанием, способен что-либо испытывать, он не может считаться мёртвым.

Это означает, что если бы вы смогли осознанно понаблюдать за процессом умирания или Смерти, то вы бы на собственном опыте убедились, что Смерть не уничтожает испытывающего её субъекта и что, следовательно, Смерть вовсе не является тем, за что вы её принимали. Это и есть цель, которую мы ставим перед собой, предлагая вам ниже самую эзоте-

рическую технику - Медитацию на вашем умирании, на вашей собственной Смерти.

Умирание - это настоящее искусство, более значительное и необходимое для человека, чем все остальные; это искусство, однажды научившись которому, Душа уже никогда не забывает его и может пользоваться им при исследовании других реальностей своего существования. Овладевший этим искусством, навсегда *побеждает Смерть*, так как такому человеку становится понятен весь её благотворительный смысл и вся её освободительная роль.

Как только вы начнёте свободно и спокойно чувствовать себя со Смертью, вы достигнете Жизни, которая прерваться никогда уже не сможет. Для того, чтобы научиться искусству умирать, чтобы уметь находить то, что находится за пределами Жизни и Смерти, нужно научиться использовать и Жизнь, и Смерть.

Нужно абсолютно твёрдо осознать, что и земная человеческая Жизнь, и следующая за ней т.н. "посмертная" Жизнь человеческой личности, представляют собой непрерывную цепь сменяющих друг друга состояний Сознания: первое - воплощённое - состояние Сознания начинается во время рождения человека в этом Мире после "умирания там", а первое развоплощённое состояние Сознания начинается в момент Смерти личности "здесь", предшествующей её новое рождение "там".

Надо сразу же признать тот неоспоримый факт, что Смерть - как одно из самых важных событий Существования человеческой Души - есть. *Смерть - это то самое главное, что должно случиться в вашей земной Жизни, это - кульминация всего вашего земного существования, это - цель Жизни: всё живое движется к Смерти.* Ваша Смерть родилась вместе с вами; лишь только появившись на свет, вы уже не можете убежать от неё.

Смерть спрятана в вас изначально, с мгновения вашего первого крика и первого вздоха в этом Мире, она постоянно живёт в вас, чтобы неотступно сопровождать вас по всей Жизни. Ваша главная задача - лишь только во время осознать её фатальность и факт её неизбежности. *Это надо обязательно понять и запомнить, потому что пока вы не поймёте смысла своей Смерти, до тех пор вы не поймёте и смысла всей своей земной Жизни.*

Потому что в тот самый момент, когда вы полностью осознаете, что вы можете в любое мгновение умереть, что Смерть является абсолютной неизбежностью, *весь ваш Ум начнёт работать совершенно в другом направлении и в ином измерении.* Тогда пища и чувственные наслаждения станут для вас лишь основной потребностью тела, но не стимулом для всего вашего существования.

Осознание неизбежности собственной Смерти меняет всю вашу Жизнь, заставляет вас остановиться и

задуматься о смысле вашего существования и сделать ревизию всех "ценностей" и приоритетов, составлявших до этого времени смысл и стремление всей вашей Жизни. *Только после того, как вы осознаете свою собственную Смерть, её ежемгновенную неизбежность, вы создадите в себе потребность оглянуться назад.*

Все те, кого мы по невежеству своему принимаем за самих себя - всего лишь временные, смертные существа, потому что уделом любой личности, насколько бы духовно развитой она ни была, является Смерть. Но когда вы полностью осознаете этот факт, у вас больше уже не будет времени на то, чтобы продолжать жить так, как вы жили до этого, - беспечно, беспорядочно и не задумываясь о возможных последствиях не то что своих Мыслей и слов, но даже поступков.

Вот почему вам нужно ещё во время своей земной Жизни хотя бы попытаться как можно глубже заглянуть в неё, чтобы за короткое время, отпущенное для Жизни "здесь", научиться способности быть готовым в любой следующий момент бесстрашно, а в идеальном случае - радостно и оптимистично, встретиться со своей собственной Смертью, что называется "лицом к лицу".

Если же вы этому не научитесь, *если вы всеми силами своего Ума станете избегать своей Смерти, то вы даже не заметите, как очень скоро*

этот страх будет заставлять вас также избегать и Жизни, боязливо опасаясь всех её, обучающих и обогащающих Душу, исключительных возможностей. И именно поэтому вся ваша иллюзорная, наполненная постоянным страхом, Жизнь ежесекундно и непременно будет нести вас к настоящей Смерти.

Принять всем своим ограниченным и боязливым Умом неизбежность собственной Смерти для большинства людей не так просто, но если вам удастся это сделать, то жить сразу же станет гораздо легче и радостнее, потому что ваша собственная Смерть, являясь по существу уникальным моментом проявления одной из форм вечной Жизни вашего Сознания, может научить вас очень и очень многому: более глубокому миропониманию, отказу от сиюминутных ценностей и мнимых приоритетов, а также, бесстрашию и умению в самых критических ситуациях сохранять свои честь и достоинство.

Цель избежать Смерти и во что бы то ни стало продлить свою Жизнь, ставят перед собой те, кто слишком привязан к внешним аспектам своей Жизни, к мнимым благам, чувствам и эмоциям, которые связаны с пребыванием личности в физическом теле. Подобную же цель преследуют также и те, кто применяют хатха-йогу для продления своей Жизни, но к этому многих из них побуждает не столько страх умереть, или чрезмерная любовь к Жизни, а скорее

исследовательский интерес к данной форме существования Духа в Мире явлений и использование Жизни для достижения всё больших пределов возможностей физической личности.

Запомните: одним фактом вашей *Смерти вы ничего не сможете достигнуть в плане собственного духовного продвижения, - всякое духовное достижение приходит постепенно, через вашу текущую Жизнь, через качество составляющих её энергий, которые, в свою очередь, определяют и качество самой Смерти.*

Смерть - это всего лишь окончательный, выпускной экзамен для земной человеческой личности, но, опять-таки, лишь только относительно тех её аспектов, которые касаются ЗЕМНОЙ её Жизни. Нужно всегда помнить, что Смерть возьмёт и уничтожит всё, что не является вашим "Я"; всё иллюзорное, бездуховное, наносное будет взято, и если оно составляло большую часть вашего существа, то это означает лишь то, что после Смерти физического тела мало что останется и от вас, и от вашей земной личности.

Смерть также можно сравнить и с последним приговором, подытоживающим степень выполнения человеческой Душой задачи данного конкретного её воплощения, и оценивающим качество наработанных ею энергий, при помощи которых конкретная личность обеспечивала своё земное существование. Смерть, как

бесстрастный и справедливый Судья, просто ставит последнюю точку в земной Жизни каждого человека.

Тогда, естественно и бесповоротно, не только последнее слово умирающего, но даже его последняя Мысль, последнее его самое сильное желание, как выстраданное резюме всей прожитой Жизни, становится последним приговором и обязательно должно быть приведено в исполнение сонмом небесных "судебных исполнителей" после окончательного проявления человека в Тонком Мире.

Если человек был велик любовью, если он в самом деле искренне любил хоть что-то или кого-то, независимо от физических условий и качества своей земной Жизни, и если сама его Жизнь была пылающим пламенем Любви, Светом Любви для других, *тогда Смерть всего лишь окончит последнюю главу его земной Жизни ярко пылающим пламенем сердечного Огня.*

Но если Смерть наглухо закрыла вашу Жизнь, которая была настолько мизерной и никчемной, что в оконцовке явилась лишь одними несбывшимися надеждами на будущее и не принесла ни вам, ни людям ни единого, подлинно светлого переживания, - тогда и ваша Смерть будет такой же тщётной и бесплодной, какой была и вся ваша бесполезная Жизнь.

Тогда с вашей собственной Смертью вы совершенно ничего не потеряете, но, вместе с тем, вы ничего, кроме бесплодных надежд и бесполезного упо-

вания, с ней и не приобретёте. В таком случае, чем быстрее вы сможете осознать, что вы *уже не сможете* вновь возвратиться в своё привычное тело, тем меньше благоприятных моментов для своего Преображения вы упустите и тем скорее сможете выбрать правильное направление среди открывающихся перед вами кармических возможностей.

Но если вы сможете в своё умирание идти радостно, спокойно и безмятежно, если только вы сможете адекватно осознавать себя в момент Смерти, то вполне реально, что ваша будущая *Смерть* может стать моментом полного Просветления вашего Сознания, *стать вашим Просветлением, вмиг избавив вас, как личность, от всего того, чем вы на самом деле никогда не являлись, и явит Богу, после вашего посмертного Преображения, Его истинное творение.*

Но пока Жизнь не стала для вас тщетной, вы никогда не думаете о том, чтобы двигаться за её пределы. Нет необходимости входить в детали Смерти, нет никакой необходимости размышлять о ней. Всего лишь осознание того, что Смерть существует, поможет вам двигаться внутрь, поможет вам быть медитативным.

Смерть и Просветление, - эти два, чисто внутренних процесса, очень схожи между собой. Если вы достигаете Просветления своего Сознания и воочию убеждаетесь в том, что на самом деле вы вовсе не

являетесь простой совокупностью всего того, что олицетворяет ваше тело, как это предполагалось вами раньше, то в вас исчезает отождествление себя со своим телом и теряется привязанность к нему.

Для большинства людей, испытавших это, их новое осознание раздельности своего внутреннего и чисто внешнего существования становится Смертью даже в большей степени, чем явилась бы для них обычная физическая Смерть. В это мгновение вдруг замечается та огромная пропасть между собой и своим физическим телом, что прежде считалось и воспринималось, как одно и то же.

Смерть без прекращения работы Сознания доказывает, что *всё, что человек принимал за себя и сама его Жизнь очень сильно отличаются от того, что предстаёт перед Душою за порогом процесса умирания.* В момент ТАКОЙ Смерти появляется редкая возможность для Освобождения Души. Это - бесценный дар, который, при разумном и мудром его использовании, может помочь вам освободиться от многих ваших неразумных желаний, страхов и самости, давая возможность Свету вашей Души слиться воедино со Светом Божественной Истины.

Ваша Смерть может стать для вас Вратами, выводящими вашу Душу из этой поверхностной, обыденной и иллюзорной Жизни, *Вратами, через которые можно выйти из бесконечного цикла воплощений и разорвать круг вечно повторяющихся*

"рождений" и "смертей". Эти Врата находятся внутри вас и если вы научитесь проходить через них, пребывая в полном Сознании, вы достигнете другой Жизни, более глубокой и вечной, чем ваша теперешняя Жизнь-сон, - вы достигните Жизни без Смерти.

Но, к сожалению, многие люди так страшатся собственной Смерти, что когда она к ним наконец-то приходит, они от страха перед неизвестностью, перед опасностью полного "своего" уничтожения, сразу же теряют Сознание и Астральный Поток, насыщенный Божественным Светом, их просто пассивно проносит в эти Врата в пассивном состоянии Сознания и они не видят этот Свет, не испытывают желания слиться с Ним.

Тогда они через какое-то время снова рождаются в этом Мире и вся эта безумная круговерть под названием "земная жизнь" начинается сначала. И опять они станут жить, не думая о предстоящей Смерти и поэтому конец их снова будет один и тот же - полное беспамятство. Но стоит вам только принять факт вашей Смерти и начать чувствовать его, жить им, сознавать его, как вы постепенно, но неуклонно, начнёте буквально проникать, просачиваться всем своим Сознанием через эти ваши внутренние Врата.

Так, постепенно Дверь вашей будущей Смерти станет приоткрываться всё больше и всё шире, и сквозь расширяющийся проём вы увидите не кромешную тьму, а ясный Свет и когда Дверь вашей

собственной Души будет распахнута настежь, через неё на вас обильно прольётся Божественное Сияние Жизни вечной. К Просветлению Сознания возможны три основных Пути: первый - это *Медитация*, второй - *Любовь*, третий - *Смерть*. Последний Путь - важнейший из всех трёх, потому что Смерть - явление, наиболее естественное для каждого человека.

Что касается Медитации, то без неё можно спокойно прожить всю свою Жизнь, даже не зная, что это такое. Чтобы хотя бы попытаться войти в это очень специфическое состояние своего Сознания, вы должны будете сотни тысячи раз прикладывать для этого немалые волевые усилия, вы должны будете осознать в этом внутреннюю потребность и начать тщательно исследовать в духовном плане самого себя и искать, искать, искать...

На такой духовный поиск кармически и эволюционно готовы лишь немногие. Истинная, глубинная Медитация - это намного труднее, сложнее и проблематичнее, чем может показаться со стороны. Очень мало людей могут позволить себе пуститься в это увлекательное, но трудное приключение.

По Пути истинной, глубинной Медитации к Просветлению Сознания идут лишь очень немногие люди, чьи прошлые кармические и духовные накопления способствуют в данном их воплощении наибольшему самораскрытию Сознания именно таким образом. Далеко не все из тех, которые считают, что они прак-

тикуют Медитацию, на самом деле занимаются этим.

Поэтому для преобладающего большинства людей единственной возможностью Просветления остаются Любовь и Смерть... Истинная Любовь, как самое возвышенное человеческое чувство, более естественна в этом отношении, потому что она возводит в вашем существовании нечто сверхреальное, надчувственное, то, что не может прекратиться или исчезнуть даже после вашей Смерти.

Но истинная Любовь также может случиться в вашей Жизни, а может и не случиться. Она - не настолько неизбежна, как Смерть. Миллионы людей выбирают Жизнь без Любви и, тем не менее, не умирают от этого. Они нормально живут, бывают очень довольны собой и своей Жизнью, но они никогда и никого не любят, кроме самих себя.

Поэтому Любовь нельзя отнести к чему-то жизненно необходимому, её можно легко избежать или упустить как в Жизни, так и в Смерти. Если многие люди упускают в своей Жизни даже Любовь, не испытывая в ней жизненной потребности, то что же тогда говорить о Медитации?

Остаётся Смерть, которую просто невозможно упустить, если только речь не идёт о совершенно внезапной Смерти. Упустить возможность осознанного переживания собственной Смерти означает упустить возможность встречи с Богом, потому что только в Смерти две остальные возможности Просветления -

Любовь и Медитация - расцветают автоматически.

Со своим приходом Смерть унесёт в ускользающем от вас потоке привычного материального Бытия все ваши былые привязанности, все, одолевавшие вас прежде, желания - и лишь после этого, когда все ваши надуманные страсти и бестолковые желания будут анигилированы Смертью, Энергия Любви станет первозданно чистой, такой, какой она была до вашего грубоматериального проявления в этом Мире.

Итак, из трёх основных путей к Просветлению Сознания, у всякого человека остаётся один, главный путь - это Смерть с её непредсказуемостью, обязательностью и неизбежностью. Никто не может ни избежать своей Смерти, ни изменить её. Она - абсолютна, от неё нельзя ни откупиться, ни уклониться.

Она существует рядом с нами всегда, она просто в любое мгновение нашей Жизни есть, как всегда есть воздух, небо, земля. Через неё должен пройти каждый из живущих на Земле. ***Всё, что вы можете сделать, это лишь принять её: либо радуясь скорому окончанию своих физических страданий, либо неохотно, со страхом и тупым упорством цепляясь за ускользающую от вас примитивную иллюзию Жизни.***

Многие люди или не понимают, или просто не задумываются над тем, что их Смерть может отобрать у них лишь только то, чем они ЛИЧНО обладают. То же, ЧЕМ ОНИ ЯВЛЯЮТСЯ НА СА-

МОМ ДЕЛЕ, *реально*, Смерть взять не может. Если вы обладаете деньгами, властью, силой, славой - всего этого вы в одночасье лишитесь и расставание со всем этим делает Смерть для жадных и властолюбивых людей, порой, просто ужасной. Но некоторые нематериальные, духовные накопления вы не всегда осознаёте в себе, хотя можете обладать этим как здесь, так и после Смерти.

Например, часто практикуемая вами Медитация становится принадлежностью вашего внутреннего Мира и не может оставаться после вашей Смерти здесь, в Мире материальном, потому что она прочно привязывается к вашему Сознанию. Медитация - это то, что постепенно становится качественной характеристикой вашего существования. Это - то, что наблюдает внутреннюю сторону вашей Жизни, это - внутренняя ваша личность.

Если вы любите кого-то очень сильно, то эта любовь также становится частью вас самих. Вашей любовью вы также не владеете, это не собственность, это - качество вашего существования. Так вот, во время Смерти и после неё всё ваше *внутреннее богатство останется с вами, а всё внешнее, что вы накопили в сутолоке этого мира, отберётся.*

Поэтому, пока душевный покой не будет достигнут вами в Жизни, до тех пор он не может быть достигнут вами и в Смерти. *Всё то прекрасное и возвышенное, что вы сможете достичь в своей*

Жизни, вы сможете удержать и после Смерти, но не наоборот. Если вы достигли в своей Жизни глубокой Медитации, то ваша Смерть будет самой глубокой вашей Медитацией.

Если вы сумели достичь высокой и чистой Любви, то ваша Смерть явится для вас самой чистой и возвышенной Любовью. Если же всей вашей Жизнью вы достигли Бога, то ваша Смерть превзойдёт все, самые прекрасные, ваши ожидания, - она будет Божественна. Поэтому, если вы в своей Жизни не упускаете истинную Любовь, если вам также знакома и Медитация, то для вас совершенно не составит большого труда в определённый момент поближе познакомиться и со своей собственной Смертью.

Это просто будет одна из самых глубоких и самых увлекательных ваших Медитаций, потому что вам не нужно будет заботиться об отвлечении внимания от собственного тела - Смерть лишает вас вашего тела, она также навсегда забирает ваш бестолковый и непоседливый Ум, - что ещё может быть лучше для проявления Любви и для возникновения истинной Медитации? Остаётся только чистое свидетельствование, а это как раз и есть глубок*ая* Медитация.

Каждая Смерть - это возможность для духовного скачка, для прорыва Сознания на пути ещё большей индивидуализации в Божественном Единстве. Смерть устрашающе нова только для тех, кто никогда в своей Жизни не любил искренне и

беззаветно, кто не пребывал в Медитации. Она представляет собой *высочайший вид Любви и высочайший вид медитативной Энергии, но она* не приносит с собой ничего нового, кроме того, что вы уже когда-то испытали за время своей Жизни.

Если вы успели познать в своей Жизни и Любовь, и Медитацию, то когда придёт ваша Смерть, она сможет обнаружить и полностью обнажить в вашем Сознании лишь только то, что уже до этого было обнаружено и испытано вами в Любви и Медитации - но только во время умирания всё это проявится гораздо более отчётливо: то, что в Медитации и Любви было только намёком, проблеском, в Смерти станет для вас ощутимо "реальным".

Смерть никогда не уничтожает возвышенную и бескорыстную Любовь, - она просто очищает вашу земную Любовь от ненужного чувственно-эмоционального хлама и освобождает Мысли от судорожной продуктивности Ума, тем самым повышая вашу медитативность. Во время умирания, а затем и в самой Смерти, все аспекты вашего Сознания и ваша истинная Любовь тщательно омываются предвечным Божественным Светом и выходят после этого абсолютно чистыми, очищенными и обновлёнными, готовыми к дальнейшему посмертному творчеству.

Если же вы будете сопротивляться наступлению Смерти, то вы упустите одно из самых важных и неповторимых переживаний, которые может пода-

рить вам только ваша единственная земная Жизнь. Другой такой возможности - осознанно пройти через это необычное состояние Сознания - у вас уже никогда больше не будет: в другой земной Жизни уже другая личность, а не вы, получит такую же единственную и неповторимую возможность.

Поэтому, когда вы почувствуете приближение собственной Смерти, - в самый момент Перехода, когда вы уже будете становиться совершенно бездеятельным, - вы сможете использовать Смерть как уникальную возможность для самой глубокой из всех ваших Медитаций. Энергия, высвобождаемая со стороны внешнего Мира, при выходе Души из физического тела, сможет быть направлена вашим Сознанием вовнутрь самого себя, в центр вашего собственного Духа.

Если вы войдёте в свою Смерть легко и радостно, то это переживание останется у вас навсегда и станет самой крупной жемчужиной вашего жизненного опыта. Ни для кого не секрет, что только дзэнские Мастера бьют своих учеников. Иногда случается, что во время таких неожиданных побоев ученик от внезапности даже умирает. Для посторонних и далёких от понимания Дзэна людей такой акт выглядит как демонстрация безумия, насилия и чрезмерной жестокости Мастера.

Но истинный Мастер не может быть жестоким, потому что он отлично знает, что НИКТО НИКО-

ГО НИКОГДА НЕ УБИВАЕТ. Иногда, как мы уже сказали, случается, что момент Смерти может совпасть с моментом Просветления. Многие видели, как в момент удара палкой Мастера, тело ученика падает мёртвым.

Но не каждый способен видеть, как глубоко внутри его, стремительно взлетевшего ввысь Сознания, стряхивается и низшее, ставшее уже ненужным, "эго", точно так же, как отскакивает глина от отожжённого в ней изделия. Это способен увидеть духовным взором только настоящий Мастер, Учитель. Это не одна из изощрённых форм жестокости, но высшая форма сострадания, на которую способны только великие Мастера.

Нужно обладать сверхтонким чутьём и ясновидением, чтобы почувствовать момент приближающейся естественной Смерти своего ученика и использовать его с максимальной пользой для его духовного Просветления. Знающий это, также всегда с готовностью ждёт прихода своей Смерти, чтобы воспользоваться совершенно уникальной возможностью освободить свой Дух от бешено вращающегося кармического Колеса земных Жизней.

Миллионы невежд, не признающих факта Жизни после Смерти и осмеивающих каждого, осмелившегося утверждать подобное, не в состоянии толком распорядиться даже своей одной-единственной Жизнью, в то время как мудрец использует с наибольшей

пользой для себя даже собственную Смерть. Когда вы умираете осознанно и когда вы всю свою Жизнь тщательно готовились к этому моменту, то ваша Смерть может оказаться поворотным пунктом в Колесе земного Существования вашего Духа.

В этот ответственный момент Колесо земной Жизни для вашей духовной Сущности может вообще остановиться. Если вы сможете умереть, оставаясь в ясном Сознании, если ваше тело будет час за часом умирать, а внутри него вы будете оставаться бдительно-осознающим, то это будет последняя ваша Смерть и вашей Душе уже никогда не нужно будет возрождаться заново, чтобы что-то ещё доосвоить и допонять на Земле.

В самый момент Смерти вы станете Знающим и этот мир уже не будет для вас таинственным, потому что он будет полностью познан вами. Вот почему говорят, что Просветлённый никогда уже не приходит на Землю, как разве что только для исполнения какой-то очень важной общечеловеческой миссии.

На Смерти трудно медитировать потому, что вы можете только наблюдать, как умирают другие, но это не является вашим личным опытом, это наблюдение, каким бы тщательным оно ни было, не будет реальным вхождением в Смерть. Потому что это - чужая Смерть. Даже после прочтения наших книг у вас может прибавиться лишь знаний и оптимизма относительно ожидающего вас посмертного существования.

Но Душа приходит на Землю за опытом, так как лишь только он может дать человеку полную уверенность при решении тех или иных вопросов, в том числе касающихся и Смерти. С помощью теоретического знания невозможно преодолеть *страх Смерти.*

Он постоянно будет следовать за вами, караулить, наступать на пятки, пока вы сами не научитесь тому, чем владеют все Просветлённые, - искусству умирать, пока вы сами не станете абсолютно уверенными в том, что способны победить Смерть, когда бы она ни наступила. Только уверенность спасает от страха.

Но уверенность питается не только опытом, но и Знанием: чтобы правильно вести себя в момент Смерти, вы должны знать всё, что должно произойти с вами. Но *пока вы не сможете вспомнить свои прошлые Жизни, вы ничего не сможете узнать о Смерти.*

Вот почему Будда прежде всего оживил многие техники, связанные с воспоминанием прошлых Жизней. Многие из них мы воспроизводим в нашей книге "Дух Медитации", поэтому здесь остановимся лишь на общих вопросах, без знания которых вы не сможете даже понять, о чём идёт речь.

МЕДИТАЦИЯ НА УМИРАНИИ

"Что вы ищете в доме своего соседа? Слепцы! Вы пытаетесь пришить себе вторую голову! Чего вам не хватает в себе?"

Линь Цзы.



режде, чем начать саму Медитацию на умирание, мы должны хотя бы вкратце познакомить вас с основными правилами, которые следует соблюдать для того, чтобы достичь необходимого состояния мышечного расслабления физического тела и глубокого внутреннего расслабления, без чего даже нет смысла говорить о попытках довести своё Сознание до нужного медитационного уровня.

Важно понять, что успех медитации будет полностью зависеть от того, сумеете ли вы настолько разотождествиться со своим низшим "я", чтобы отчётливо увидеть самого себя со стороны, как обычно видят объект наяву. Тот, кто находится в Медитации, так и останется сидеть или лежать, медитируя, что видит

себя со стороны, а тот, кто видит себя со стороны медитирующим, может переместиться куда угодно и совершать что угодно; при этом он может быть как невидимым для других, так и видимым.

(Сколько раз мои знакомые, находившееся в моменты моих Медитаций на расстоянии более сотен километров, звонили мне и утверждали, что видели меня визуально именно в то время, когда я медитировал и даже описывали одежду, в которую я был одет!) Важно, чтобы тот, кто медитирует себя НЕ медитирующим, отсутствовал там, где он присутствует физически и присутствовал там, где он физически отсутствует.

Для этого нужно обладать способностью абсолютного самоубеждения и безукоризненным воображением. Это и есть то, что подразумевается под понятием "Сила Духа". Успех в этой технике во многом будет зависеть от того, сможете ли вы хорошо ощутить самого себя во всех подробностях и представить самого себя медитирующим в Медитации, чтобы затем отключиться от словесно-логического мышления и переключиться на образно-сюжетное воображение.

Для этого сосредоточьте свой внутренний взор и всё своё внимание на "третьем глазе", переключающим словесно-логическое мышление на образное. Если это вам удастся добиться, то дальше всё начнёт получаться само собою. Единственное, при этом не должно быть навязчивых Идей.

Итак, для начала определитесь с позой, в которой вы будете медитировать. По этому поводу очень много спорят, но мы скажем вам только то, что в Медитации поза играет важную роль лишь как средство для достижения максимального расслабления абсолютно всех мышц физического тела. Если традиционная т.н. "поза лотоса" для вас не подходит, потому что вы не можете в ней чувствовать себя полностью комфортно и расслаблено, то примите любую другую сидячую позу, например, "позу возничего" или обычную позу, лёжа спиной на полу.

Поза для Медитации - полностью на ваше усмотрение, важно лишь, чтобы в сидячем положении позвоночник был максимально выпрямлен, диафрагма до предела опущена, язык касался нёба и чтобы при этом все остальные мышцы тела смогли бы полностью расслабиться, давая возможность Сознанию не сосредотачиваться на каком-то из участков плотного тела. Далее, при нахождении в сидячей медитативной позе ладони рук, как правило, должны находиться на бёдрах или коленях, тыльной стороной вверх.

Когда ладонь раскрыта, согнутые большой и указательный пальцы соединяются в кольцо, а три остальных выпрямлены вперёд (т.н. "Джани-мудра"). Такое положение пальцев позволяет одновременно замкнуть ваше биополе (что способствует стабилизации ума, приобретению состояния умственно-психи-

ческого равновесия) и настраивает медитирующего на подпитку космической Праной. То же самое относится и к положению лёжа спиной на полу, когда руки вытянуты вдоль туловища ("шавасана").

Наличие в данной технике двух планов - внутреннего и внешнего - позволяет быстро достигать внутренней раскрепощённости. Внешний план основан на специальном дыхании, а внутренний круг - на концентрации Сознания и создании ярких образов в соответствии с текстом, записанным на магнитофон.

Важную роль в этом играет и музыка, которая должна своими вибрациями дополнять суть выстраиваемых Умом образов. Данная Медитация должна выполняться в достаточно тёплой одежде, в полном одиночестве, в спокойном, изолированном, но, вместе с тем, хорошо проветренном, месте, без риска возможного внезапного вторжения посторонних звуков, запахов, излишнего движения воздуха или проникновения людей.

В вас должна быть абсолютная уверенность в собственной морально-психической безопасности. Не случайно аскеты в Индии прячутся в уединённых местах: в лесу, в подвалах храмов, в нишах-тайниках и т.п. То же относится и к христианским "затворникам", и, хотя мы не призываем вас превращаться в затворников или аскетов, потому что такой образ Жизни диктуется ещё и зрелой Кармой, для систематической Медитации будет полезно, если вы

периодически будете уединяться от всех на некоторое время.

Скажу, исходя из собственного опыта, что наибольшее удовлетворение я получил от Медитаций на Смерти во время своего 40-дневного голодания в пещере, в горах. Наилучшие результаты, когда я на самом деле полностью испытывал все ощущения, сопровождающие истинное умирание, были получены в ночных моих Медитациях, практивовавшихся в пещере, под монотонное журчание горной речки, начиная с двадцатого дня моего пребывания лишь на одной родниковой воде.

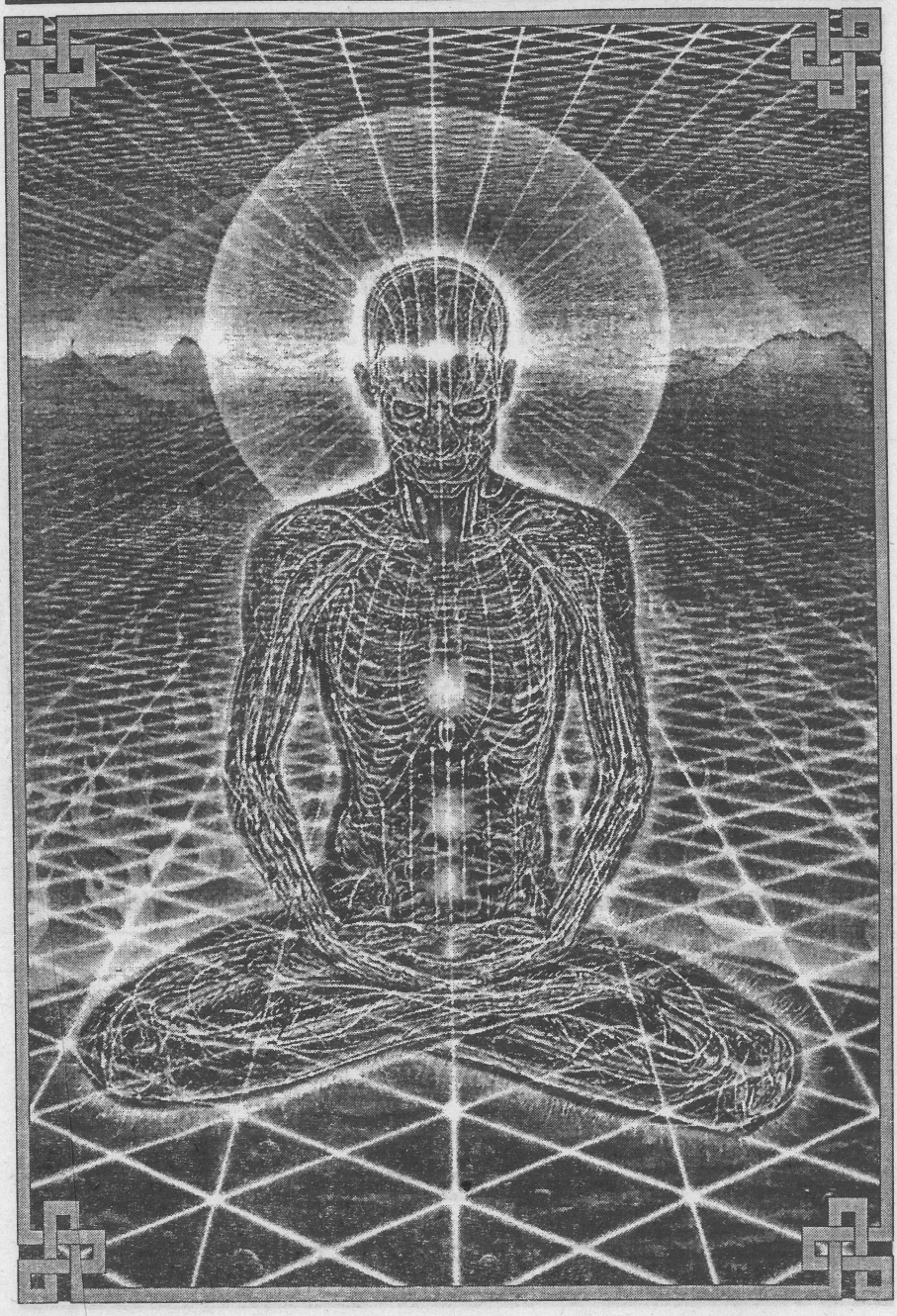
Наилучшее время для данной Медитации - 4-5 часов утра или 8-9 часов вечера. Категорически недопустимо медитировать сразу же после еды, - должно пройти не менее 4-5 часов, а ещё лучше - после 2-3-х дневного голодания. О принятии алкоголя или курении не может быть даже речи. Не следует превращать Медитацию в "идею-фикс", нельзя также допускать, чтобы Медитация становилась спонтанным процессом, выходящим из-под вашего волевого контроля.

Одно дело - внезапные озарения, типа "сатори", не затрагивающие глубин ваших жизненных устоев, другое дело, когда стремительному пересмотру подвергается вся система мировоззрения и жизненных установок. Самоконтроль - важнейшее условие и средство вашего духовного развития. Закончив Ме-

дитацию, не спешите тут же встать и приступить к другим суетным делам, кушать, начинать смотреть телевизор и т.п. Побудьте ещё минут десять в одиночестве, прочтите молитвы или отрывки из Священного Писания, дайте возможность закрепиться всем положительным психоэффектам и эмоциям.

Медитацию лучше всего проводить под тихую и непрерывную медитационную музыку. Лучше всего для этого лучше всего подойдут следующие музыкальные произведения: Чайковский - "Аданте кантабиле (из струнного квартета), "Песнь без слов" (фа минор); Бах - "Ария" для струнного оркестра, "Прелюдии" (до мажор) из первого тома; Моцарт - "Ночная серенада" (вторая часть для струнного оркестра); Бетховен - "Пасторальная симфония №6", вторая часть; Бизе - "Антракт" к третьему действию оперы "Кармен"; некоторые произведения Китаро, Роберта Майлза, а также инструментальных групп: "Модэна", "Энигма", "Спейс", "Зодиак" ("Кольца Сатурна", "Космическая симфония"), и др.

Итак, мы подошли непосредственно к самой Медитации, которую нужно внятно и спокойно, соблюдая интервалы по 3-5 сек. в местах, где требуется время на осмысливание текста, расслабление или воображение, начитать данный текст на магнитофонную ленту и слушать во время Медитации, впитывая в себя и ясно осознавая смысл каждого написанного здесь слова.



Медитация:

„АУМ! *Из точки Света, что в Уме Бога, пусть Свет струится в Ум человека. Да сойдёт Свет на Землю!*

АУМ! *Из точки Любви, что в Сердце Бога, пусть Любовь струится в сердце человека!*

АУМ! *Из центра, где Воля Бога известна, пусть цель направит Волю человека, - та Цель, которой сознательно служат Учителя.*

АУМ! *Из центра, который мы называем родом человеческим, пусть План Любви и Света осуществится, и да замкнута будет дверь, за которой зло!*

АУМ! *Да восстановят Свет, Любовь и Могущество - Божественный План на Земле!*

АУМ! АУМ! АУМ!

Давайте вместе с вами как можно более детально разберёмся в этом сложном вопросе и посмотрим, что же конкретно может дать вам глубокая Медитация на Смерти, если только вы сможете научиться этому замечательному искусству?

Параллельно мы приводим вам одну из наиболее лёгких и эффективных техник по Медитации на умирании - технику под названием **"ДЖАТИ СМАРАН"**, *которая позволит вам не только входить в своё подсознание, но и воочию наблюдать в нём все прошлые Смерти и все предыдущие воплощения вашей Души.*

Ниже мы постараемся как можно более подробно прокомментировать наиболее сложные моменты этого метода. Только овладев этой техникой, вы сможете глубоко медитировать на Смерти. А *если вы научитесь медитировать на Смерти, то ваша Жизнь приобретёт другой смысл, вкус, форму и значение.*

И Будда, и Махавира, и многие другие Просветлённые использовали эту замечательную технику для раскрытия самых тонких внутренних процессов, связанных со Смертью. Этот метод может позволить вам последовательно просмотреть одну Жизнь своей Души за другой, а может и выбрасывать вас сразу на несколько сотен Жизней назад, вплоть до того состояния, когда ваше Сознание пребывало ещё в низших Царствах Природы: животном, растительном и минеральном.

Найдите удобное лежачее (или сидячее) положение для своего тела и позвольте своему вниманию постепенно сосредоточиться на своём спокойном и очень тихом дыхании. Переместите центр своего внимания на ноздри.

Ощутите их, почувствуйте приятное движение воздуха в них: наружу и внутрь... наружу и внутрь... наружу и внутрь... Делайте длинный вдох... Делайте длинный выдох... Теперь - короткий вдох... и короткий выдох...

Ещё раз: длинный вдох... длинный выдох... Снова: короткий вдох... и короткий выдох... Чувствуйте своё длинное вдыхание и - вдыхайте: длинный вдох... Чувствуйте своё длинное выдыхание и - выдыхайте: длинный выдох...

Вы постепенно успокаиваетесь. С каждым вдохом и выдохом, с каждым следующим мгновением вы становитесь всё более и более спокойным.

Но достичь такого глубокого состояния Сознания практически невозможно, если только не посвятить этому всю свою Жизнь. Достичь этого состояния означает, что вы вернулись Домой: вы ничего не делаете, вы полностью бездеятельны, вы просто есть. Чтобы добиться успеха в конце Жизни, вы должны будете начать вести такой образ существования, который бы способствовал достижению этой цели.

Иными словами, *чтобы овладеть искусством умирать, вы должны сначала овладеть искусством правильно жить и позаботиться, прежде всего, о глубокой нравственной и духовной подготовке к завершению своего жизненного пути.* Итак, начнём с того, что сейчас, в этот самый момент, вам очень трудно, нет, вам практически невозможно сосредоточиться на переживании собственной Смерти, и не только потому, что ваш беспокойный и непоседливый Ум слишком занят сейчас внешними переживаниями.

Поскольку ваша Смерть в этой Жизни находится в "будущем", *вы не можете концентрироваться на ней,* вы не можете медитировать на ней, потому что она ещё не произошла. У вас ещё нет собственного опыта умирания, если только вы уже не находились в состоянии клинической Смерти и не были реанимированы раньше.

Поэтому, чтобы получить информационную основу для вашей Медитации, вы должны будете начать

Чувствуйте своё короткое вдыхание и - вдыхайте: короткий вдох... Чувствуйте своё короткое выдыхание и - выдыхайте: короткий выдох...

Вам совершенно ничего не угрожает. Вашему „Я" ничто не может нанести никакого вреда. Ваше „Я" спокойно и неразрушимо, как скала. Ваше „Я" существовало до рождения в этом теле, существует и будет существовать вечно, даже после Смерти вашего физического тела.

Позвольте своему Уму и телу успокоиться. Вообразите, что сейчас вы тихо и спокойно умрёте. Представьте себя приближающимся к Смерти. Почувствуйте удивительное движение в горле и лёгких, когда воздух спокойно протекает вовнутрь, а затем течёт обратно наружу...

Вы ощущаете, что это свободное движение воздуха приносит вам всё

двигаться в прошлые свои Жизни, вы должны будете копаться в своей подсознательной памяти, в своём прошлом, которого ВАША ТЕПЕРЕШНЯЯ ЛИЧНОСТЬ просто не помнит.

Так уж получается в Жизни, что постоянно манипулируя в своём Уме теми или иными объектами, вы всё время забываете о самом себе. Даже умирая, вы и ментально, и эмоционально будете продолжать заботиться об ускользающей Жизни. Вы активны в этом материальном Мире только потому, что ваш Ум постоянно привязывает ваше Сознание с чем-то снаружи и поэтому вы привыкаете действовать только снаружи, забывая о главном, - о том, что находится глубоко внутри вас.

Уметь контролировать свой Ум - это всегда очень трудно, потому что он всегда чем-то обеспокоен, вечно странствует, даже в обычном своём, казалось бы, спокойном состоянии. *Вот почему всё то, что известно как глубокая Медитация, - углубление вовнутрь себя, погружение в самые потаённые и неизвестные глубины самого себя, когда вы просто тонете в океане собственного Сознания, - всё это действительно можно воспринимать как добровольную Смерть.*

Это происходит по той причине, что вы за время, прошедшее с момента вашего появления в этом Мире, настолько отождествили поверхность вашей внешней, видимой для всех Жизни с самим собой, что даже не

большее и большее расслабление.

Расслабляйтесь... расслабляйтесь... расслабляйтесь...

Вы вдыхаете - ваше тело расслабляется... Вы выдыхаете - ваше тело расслабляется ещё сильнее..

Вы спокойны, ваше дыхание и ваши Мысли спокойны. Теперь мало что может вывести вас из состояния душевного равновесия. Вы абсолютно спокойны.

Вы вдыхаете - вы чувствуете своё тело... Вы выдыхаете - вы чувствуете своё тело... Вы вдыхаете - вы испытываете спокойное ощущение... Вы выдыхаете - вы испытываете спокойное ощущение...

Вы расслабляетесь, ваше дыхание становится редким и спокойным, ваш мозг наконец-то получил возможность отдохнуть, и теперь он отдыхает, он впитывает в себя невидимые силы Покоя и Безмолвия.

заметили, как стали просто колышущимися волнами, призрачно и бесцельно волнующимися на этой иллюзорной поверхности. Поэтому лишь только полностью расслабившись, забыв о себе, как о теле, покинув светлую и ясную поверхность Ума и устремившись к глубинам своего Сознания, вы вскоре можете ясно почувствовать, что начинаете умирать.

Деятельность является грубой; бездеятельность является тонкой. Вот почему вам предлагается прежде всего привести своё тело в такое состояние, как будто оно мёртвое. Это всего лишь означает, что вы должны быть настолько бездеятельны и отрезаны от внешнего мира, как может быть бездеятелен и бесчувственнен только мертвец. *В то время, когда вы медитируете, позвольте своему телу войти в "Смерть".* Пусть это будет плодом вашего воображения, но даже это поможет.

Воображение не является нереальным - оно тоже "реально". Если вы сможете всё "реально вообразить", то может произойти даже реальная, без кавычек, Смерть. Если вы умеете реально воображать, то вы сможете воздействовать и на физические явления. *Воображение - это такой же "реальный" факт, как и всё остальное в ЭТОМ иллюзорном Мире.*

Итак, просто воображайте внутри, что вы умираете, что вы сейчас умрёте. Станьте молчаливым и лежите тихо; почувствуйте, как на вас опускается

Вам ничто не угрожает и ничто не может нанести вам вреда.

Вы вдыхаете - вы наблюдаете за своими Мыслями... Вы выдыхаете - вы наблюдаете за своими Мыслями...

Ваши Мысли вошли в область истинного Покоя, вам ничто не угрожает и ваш мозг обновляется. Сознание чисто и спокойно. Все ваши Мысли становятся чистыми и ясными. Ваше мышление растворяется в лучезарной чистоте. Мир и Покой, Покой и мир...

Вы вдыхаете - вы контролируете свои Мысли... Вы выдыхаете - вы контролируете свои Мысли...

Вы расслабляетесь, ваше расслабление эффективно, в вашем теле начинают происходить восстановительные процессы, истраченная энергия восстанавливается, живительные силы Покоя насыщают всё ваше тело, вы уверены

Смерть, как ваше тело становится мёртвым. Частота вашего пульса уменьшится. Так как частота пульса является физическим понятием, но под воздействием вашего воображения этот показатель изменит свои параметры, значит, воображение является не просто выдумкой или фантазией Ума, а чем-то большим, поскольку его результатом является реальный факт.

Постепенно вы почувствуете, что по телу распространяется тяжесть. Всё тело становится мёртвым, свинцовым грузом. Убедите самого себя в том, что если вы даже и захотите сдвинуть свою руку с места, то вы не сможете сделать этого. И тогда если вы действительно попробуете двинуть рукой, то вы не сможете сделать этого. Это работает воображение.

В таком состоянии, когда вы почувствовали, что ваше тело стало мёртвым грузом, вы легко можете отделить себя от всего внешнего мира. Теперь вы можете стать бездеятельными, потому что вы - "мертвы". Теперь вы можете почувствовать, что всё в вас является "мёртвым" и что мост между вами и окружающим миром разрушен.

Тело является мостом. *Если тело мертво, вы уже не сможете ничего сделать в этом Мире.* Любая активность осуществляется посредством тела. Ум может думать об том, но не может сделать этого. Вы становитесь бессильным, - вы находитесь внутри, а мир находится снаружи.

в восстановительных способностях вашего организма.

Вы вдыхаете - вы расслабляетесь... Вы выдыхаете - вы расслабляетесь... Вы - словно спящая кошка, которая расслабляется настолько сильно, что повисает на руке, словно тряпка, если её поднять...

Вы вдыхаете - внутри вас только спокойствие и тишина... Вы выдыхаете - внутри вас только спокойствие и тишина...

Вы вдыхаете - внутри вас спокойствие и тишина... Вы выдыхаете - внутри вас спокойствие и тишина...

По мере развития психологической ситуации внутри вас и вхождения Сознания в медитационное состояние, наблюдайте все процессы внутри себя и визуализируйте все слова, которыми будут комментироваться все измене-

В этом состоянии, *когда тело мертво и мост разрушен, ваша Энергия начнёт течь внутрь*, потому что теперь для неё путь наружу закрыт и заблокирован, так что теперь вы движетесь внутрь. Воспринимайте себя стоящим в сердечном центре; рассматривайте изнутри детали вашего тела.

Вы будете иметь очень странные ощущения, когда первый раз сможете взглянуть на своё собственное тело изнутри. Душа, временно занимающая физическое тело, общается с Миром при помощи чувств. В момент наступления Смерти сердце останавливается и все чувства, связывавшие Душу с внешним окружением, резко отключаются.

Наступает полная темнота, которая является самой страшной и мучительной. Но, тем не менее, *вы должны постараться не утерять нить Сознания, позволяющую вам осознавать себя.* Нужно сохранять спокойствие и ждать, когда в этой кромешной темноте и тишине появится маленькая точка Света, находящаяся далеко-далеко, как бы в конце длинного тёмного туннеля.

Истомившись в ожидании, исстрадавшись от пытки темноты, ваше Сознание бросается к этому Свету, в этот туннель. Это - самый ответственный момент в процессе "осознанного умирания". Самое тяжёлое и важное здесь - суметь сохранить контроль Сознания над всем, происходящим вокруг. Если вы сможете контролировать Умом ситуации, сменяющие друг

ния, происходящие как внутри, так и на поверхности вас.

Старайтесь глубоко прочувствовать, как ваше Сознание переходит с одного уровня переживания на другой, более высокий и глубокий уровень. Теперь переместите центр своего самого высшего Сознания из макушки головы - в мышцы глазных яблок.

Сконцентрируйте всё своё внимание на них и убедитесь, что все напряжения уходят из вас и сами вы полностью расслабляетесь... расслабляетесь... расслабляетесь... Ощутите свои глаза и расслабьте их.

Почувствуйте их расслабление и освобождение от напряжения. При этом веки слегка приоткрылись, расслабились... расслабились... расслабились...

Переведите своё внимание на уровень общих ощущений и чувств своего тела, осознайте своё тело, как нечто, реально

друга, то вы и при реальной своей Смерти сможете оставаться независимыми от реакций астрального тела, которые обычно идут не на пользу, а во вред.

Прежде всего: *будьте центрированными на сердце*, осматривайте своё тело изнутри, двигайтесь. Вы не будете теперь ощущать, что вы есть тело, вы не сможете чувствовать это. Вы - наблюдатель, вы тот, кто осознаёт, кто бдителен, кто рассматривает, но не тот, на которого смотрят. В первый раз тело для вас становится просто одеждой; вы - отличны от него.

И ещё: вы внезапно почувствуете, что вы не можете умереть. Это покажется странным - использовать метод воображения Смерти, а затем прийти к пониманию бессмертия. Вы видели других, когда они умирали? Их тела становились мёртвыми - холодными и безжизненными; поэтому вы думали, что они стали мёртвыми. Теперь вы, благодаря Медитации на Смерти, можете видеть, что всё ваше тело также лежит мёртвым, но вы - живы!

Когда вы научитесь по-настоящему глубоко медитировать, вы не просто станете уходить с поверхности своей иллюзорной Жизни, а будете оставлять вместе в ней и себя самого, и всё, что принадлежит этой Иллюзии: ваш Ум, ваше прошлое, вашу память... Вот почему глубокая Медитация так похожа на настоящую, реальную Смерть.

Только "умерев" этой добровольной Смертью, уйдя вглубь самого себя, к своему истинному 'Я', вы смо-

существующее. Старайтесь не гнаться за своими ощущениями, а просто и легко получайте из своего тела информацию о том, что в нём происходит.

Расслабляйтесь... расслабляйтесь... расслабляйтесь...

Переместите своё Сознание к мускулатуре верхней части своего лица и расслабьте все мышцы: сначала - мышцы лба, затем - мышцы бровей, мышцы под глазами... всё расслабили... затем - мышцы щёк... Ощутите напряжения, которые изливаются из ваших щёк.

Расслабляйтесь... расслабляйтесь... расслабляйтесь...

Теперь расслабили мышцы вокруг рта и возле обеих челюстей. Почувствуйте, как всё напряжение выходит из ваших губ и как отваливается тяжесть с ваших челюстей.

Расслабляйтесь... расслабляйтесь...

жете когда-то прийти к той Реальности, которая вечна. Вполне возможно, что при Жизни вы так никогда и не достигнете этого состояния, но постоянная практика этого метода обязательно поможет вам в момент прихода вашей истинной Смерти.

Лишь только в тот самый момент, когда вы начнёте чувствовать, что эта ваша Жизнь должна вот-вот завершиться и вокруг себя вы уже не будете видеть ничего, кроме Смерти, когда казавшаяся вам раньше далёкой ваша Смерть станет определённостью и когда вы уже не сможете цепляться за объекты внешнего мира, - лишь тогда ваш Ум начнёт испытывать потребность двигаться вовнутрь и ничего НЕ ДЕЛАТЬ.

В такой момент вы в первый раз начнёте осознавать своё собственное присутствие. Ваше присутствие - это очень тихая музыка, это самая тонкая и неуловимая вещь в мире. Чтобы почувствовать её, вы должны будете всё прекратить; вы должны будете отсутствовать везде. Но вас заполняют все виды шумов, поэтому вы и не можете услышать этот тихий, маленький голосок внутри самих себя.

Прекратите свою занятость внешними шумами и деятельностями. Тогда впервые вы почувствуете этот беззвучный звук, эту беззвучную музыку. Вы покинете этот грубый Мир и войдёте в Тонкий. Через глубокую Медитацию вы сможете осознать, что подобная телесная Смерть ещё не является вашей окончательной Смертью.

расслабляйтесь...

Ощутите тяжесть и плотность своей головы, покоящейся на шее. Переместите центр своего внимания в мышцы затылка и затем - в мышцы шеи. Почувствуйте, как вся задняя часть головы и шея расслабились.

Теперь даже если бы вы попытались сглотнуть, то не смогли бы сделать это естественно, оставаясь очень и очень расслабленным. Расслабляйтесь... расслабляйтесь... расслабляйтесь...

Теперь вся ваша голова целиком очень, очень расслаблена и стала очень тяжёлой. Всей своей тяжестью она давит на подушку. Теперь ощутите все мышцы от основания своей шеи до основания позвоночника.

Почувствуйте, как тёплая волна расслабления едёт по вашей груди и по спине вниз, к мышцам живота и пояснице. На-

Тело умирает, а вы продолжаете идти дальше. И если вы будете настойчивы в этой технике, то однажды вы сможете выйти из своего тела и взглянуть на него снаружи, взглянуть на собственное мёртвое тело, лежащее перед вами. *Но пока Жизнь не стала для вас тщетной, вы никогда не думаете о том, чтобы двигаться за её пределы.*

Нет необходимости входить в детали Смерти, нет никакой необходимости размышлять о ней. Всего лишь осознание того, что Смерть существует, поможет вам двигаться внутрь, поможет вам быть медитативным. Смерть личности, вашего низшего "я" может сопровождаться страхом перед освобождением, перед шагом в неизвестность, в пустоту, страхом перед Мыслями о том, что ничто не может спасти вас и остановить ваше падение.

Этот страх вызван непризнанием Пустоты вашей истинной Природы, - того бескрайнего простора, в котором мы возникаем, Простора, который только и есть Истина. После Смерти вам уже больше уже не нужно будет определять, кто вы такой, так как *то, чем вы будете становиться в каждое мгновение вашего посмертного существования, будет гораздо реальнее того, кем вы воображали себя при Жизни.*

Вам уже не нужно будет ограничивать каким бы то ни было определением то, чем вы действительно являетесь. Если вы внутри зверь, то никто, кроме

правьте всё своё внимание на мышцы позвоночника.

Расслабляйтесь... расслабляйтесь... расслабляйтесь...

Почувствуйте вес и тяжесть каждой своей руки - сначала левой... теперь - вес правой руки... теперь - у левого плеча... теперь - у правого... Как ваши руки и плечи тяжелы и плотны, как плотно и сбито всё ваше тело.

Ощутите всю верхнюю часть своего тела, как оно расправляется. Почувствуйте, как верхняя половина вашего туловища медленно расслабляется.

Расслабляйтесь... расслабляйтесь... расслабляйтесь...

Теперь перенесите центр своего внимания на нижнюю часть туловища. Почувствуйте всю его плотность и тяжесть. Почувствуйте тяжесть ягодиц и ног в тех местах, где они

вас самих, не сможет избавить вас от чудовищного звериного образа, характеризующего вашу Сущность. Смерть физического тела сопровождается гораздо меньшими мучениями, чем Смерть "я".

Смерть личности - это обрыв всего того ложного и надуманного, что вы понастроили и что считали прочным, единым и нерушимым: ваши Мысли, чувства, проекции, привязанности, привычки и т.п., - всё, что так восхищало вас в прошлом или создавало кого-то для будущего. Когда всё это вдруг проявляется во всей своей пустой и непостоянной сущности, - лишь тогда вы можете глубоко почувствовать поверхностность и ограниченность вашего отдельного "я".

Когда человек однажды пробуждается от этой своей воображаемой отдельности, он узнаёт, что на самом деле нет никого и ничего, что может бесследно исчезнуть, умереть навсегда, потому что в этом Мире есть только одна Иллюзия, которая снова и снова принимает всё новые рождения. В такие редкие моменты прозрения с человеком может произойти всё, что угодно: возникают одиночество, чувство ненадёжности и неуверенности, страх, голод и даже страстное желание, которое сопровождает человека в течение ещё нескольких воплощений.

Лишь только тот, кто воспримет Смерть своего отдельного, личностного "я" нормально и достойно, тот станет относиться к своей физической Смерти с

касаются пола.

Вот расслабление приходит к верхней части вашего левого бедра, затем расслабление сползает вниз, к левому колену, голени, входит в вашу икру, распространяясь всё ниже и ниже, и вот оно уже выходит через кончики пальцев левой ноги. Ощутите в себе все эти расслабления.

Расслабляйтесь... расслабляйтесь... расслабляйтесь...

Заметьте, что вся левая сторона вашего туловища, от макушки головы до кончиков пальцев левой ноги такая тяжёлая, а такая расслабленная. Теперь, когда я начну считать от десяти до нуля, то же самое произойдёт и с правой половиной вашего тела.

С каждым новым счётом вы будете расслабляться всё больше и больше, а на счёт „ноль" вы будете находиться в со-

уважением и почитанием, принимая её как очередную чудесную возможность для перехода из одной Жизни в другую, из одного, земного Бытия в Бытие неземное, космическое. Когда вы научитесь наблюдать смену многих воплощений вашего Духа в течение, скажем, одного часа глубокой Медитации, то вы сможете переживать многие свои "рождения" и "смерти" на очень глубоком уровне.

Наблюдая свой Ум с ежемгновенным осознаванием, вы воочию убедитесь, как сначала возникает одно состояние вашего Ума, со своими собственными наклонностями, как бы с собственной личностью, с собственным настроением, со своими характерными ассоциациями Мыслей; затем вы увидите, как это состояние сначала сходит на нет, а затем полностью исчезает и возникает совершенно новый Ум, с совершенно новыми качественными состояниями, словно бы он принадлежит уже не вам, а чьей-то другой личности, и т.д.

Таким образом, сначала вхождение в глубокую Медитацию даст вам возможность наблюдать возникновение и исчезновение многочисленных воплощений вашего Ума, бесконечное множество его "рождений" и "смертей". Познавание этих ежемгновенных "рождений" и "смертей" собственного Ума позволит вам проникнуть сквозь окутывающую вас Иллюзию материальной плотности, которая, будучи неразгаданной и непознанной вами, эмоционально

стоянии самого глубокого расслабления, беззаботности и покоя.

Итак, я начинаю отсчёт:

десять... *Правая часть туловища от макушки до кончиков пальцев полностью расслабилась...*

девять... *Расслабление всё глубже и глубже, всё ваше тело отягощается всё больше и больше...*

восемь... *Расслабляйтесь...расслабляйтесь... расслабляйтесь...*

семь... *Всё глубже и глубже, вам становится всё более комфортно и приятно...*

шесть... *Расслабляйтесь...расслабляйтесь... расслабляйтесь...*

пять... *Ещё более глубокое расслабление...*

четыре... *Вы очень расслаблены...*

три... *Глубже, ещё глубже погружайте своё Сознание...*

два... *Расслабляйтесь...расслабляй-*

питает ваше низшее "я" и тем самым придаёт силу вашему СТРАХУ СМЕРТИ, то есть создаёт в вашем Уме информационную базу для укрепления чувства боязни вашего полного и окончательного растворения или исчезновения вас как личности после избавления Сознания от физического тела.

Благодаря развитию в состоянии глубокой Медитации внутреннего виденья непрерывно продолжающихся "рождений" и "смертей" собственного Ума, вы научитесь видеть дальше процесса, называемого Смертью. Реально понимая относительность собственной земной Жизни, ясно осознавая более широкий эволюционный контекст, в котором на самом деле существует тот, кого вы наивно принимаете за самого себя, *вы вскоре научитесь множество раз переживать Смерть своего личностного "я" и, таким образом, начнёте испытывать постепенное уменьшение способности отождествляться с каждой предыдущей своей Мыслеформой, как с некоторой реальной и обособленной самостоятельной сущностью, которую вы воспринимаете в качестве своего "я".*

Не называя свой слух "моим слухом", не считая свой вкус - "моим вкусом", не воспринимая процесс мышления как "моё думание", а просто признавая существование в себе всех этих свойств, по мере того, как каждое такое состояние Ума само по себе возникает и исчезает в вас, как продукт пре-

тесь... расслабляйтесь...

ОДИН... *Теперь вы полностью расслабились...*

НОЛЬ... *Всё, теперь вы расслабились настолько глубоко, что больше уже невозможно. Оставайтесь и впредь в этом состоянии полного расслабления и комфорта.*

Теперь вы можете полностью прочувствовать свои ощущения в любой части своего тела, потому что вы сами теперь - ваша форма, ваше тело.

Ощутите лёгкие вибрации и множественные покалывания в этой форме, то здесь, то там, на кончиках пальцев рук, на кончиках пальцев ног, на голове...

Кажется, что всё, происходящее в этом теле, ощущается чем-то более тонким, более изящным и лёгким, чем ваше тяжёлое тело. Почувствуйте это, ощутите присутствие внутри своего

дыдущих условий Существования вашего Духа, вы вскоре начнёте переживать смерть понятия о самих себе, как о ком-то, живущем отдельно от Потока Всеобщего Существования. Один Мастер Медитации сказал: *"Если вы пришли ко мне не для того, чтобы умереть, вам лучше уйти домой - вы не готовы для практики"*.

Глубокая Медитация прекрасна уже только тем, что способна свободно и сознательно принести вас к самому мигу вашей будущей Смерти. Собственно, *Медитация - это и есть "Смерть": человек сначала, по мере прекращения работы Ума, то медленно "умирает" во внутреннем Пространстве-Времени своей Души, то неожиданно вновь "воскресает" для вечной Жизни вне Пространства-Времени. В Медитации мы каждый раз как бы "умираем" во Времени, чтобы снова и снова "возрождаться" в Вечности.*

По возвращении из глубокой Медитации, вся наша Жизнь преображается и после этого мы уже живём без страха: для нас Смерти, как факта нашего полного исчезновения или уничтожения, больше не существует. Мы уже знаем, что наша собственная будущая Смерть явится для нас всего лишь прелюдией, преддверием нашей новой, более утончённой и внутренне насыщенной формы Жизни, которая значительно отличается от той, что прекратится со Смертью.

весомого тела более лёгкое.

Это тонкое воспринимает все ощущения, которые происходят в вашем тяжёлом теле. Оно переживает каждый звук - как слушанье, каждый свет - как виденье, каждый ваш вдох и выдох - в виде ощущения.

Это именно оно, ваше тонкое тело, познаёт Жизнь, которая протекает в физической форме. Благодаря дыханию, пране, входящей в тяжёлую форму при каждом вашем вдохе и выдохе, это тело осознавания продолжает находиться в плотном теле и сохраняет его равновесие.

Это лёгкое тело - ваша собственная Душа, сотканная из тонких и ясных лучиков Света. Это - самое прекрасное место, о близком присутствии которого в своей тяжёлой форме вы никогда даже не подозревали.

Благодаря расширению Сознания в Медитации, мы также узнаём, что всё, что может быть действительно разрушено во время нашей Смерти, есть лишь *НЕЧТО*, чем сами мы не являемся. Это НЕЧТО - наше грубое материальное тело, которое, вследствие утраты оживляющего его принципа, вскоре распадается на химические элементы и в таком виде снова возвращается в Природу.

Ещё умирает весь тот вздор, который накопился в нас за время ЭТОЙ нашей земной Жизни и который не имеет ни малейшего отношения к нашей внутренней, духовной Сущности. Когда же, в процессе погружения Сознания в глубокую Медитацию, всё это - и физическое тело, и грубоэмоциональные накопления - начинает постепенно разрушаться, пока не исчезнет вовсе, а вы всё равно останетесь НАБЛЮДАЮЩИМ и ОСОЗНАЮЩИМ, - вот тогда вы действительно на собственном опыте почувствуете, что вы воистину неразрушимы и что вы на самом деле - бессмертны.

По мере того, как рождается, живёт и распадается ваше плотное тело, ваш Ум также рождается, живёт и уходит в небытие, но при этом "внутри" вас всегда существует Свидетель, который непрерывно продолжает наблюдать всю эту "игру теней" и низших Сознаний. Этот Свидетель - ваша реальная духовная Сущность. Она просто всегда пребывает вне Пространства-Времени и просто наблюдает: видит ваше

Это замечательное, самое превосходное и удобное место. Войдите в него, почувствуйте его комфортность, светлость и красоту. Используйте всю силу и мощь своего ума и представьте себя в этом великолепном сиянии.

Пусть это осознавание утвердится очень бдительно и осторожно в каждом вашем вдохе и в каждом вашем выдохе. Внимательно прочувствуйте соприкосновение своего тяжёлого тела с лёгким и тонким телом Души.

Ощутите, что тело Света покоится в плотном теле, словно в колыбели. Каждое ваше дыхание связывает эти два тела вместе и поддерживает их покой и равновесие. Пусть в вас пребывают только осознавание и ощущение.

Переживайте Жизнь в обоих своих телах, Жизнь, поддерживаемую дыханием. Чувствуйте каждый свой вдох, каждый свой выдох... вдох... и выдох...

Рождение, видит вашу Любовь, вашу Ненависть, видит вашу Медитацию, наблюдает вашу Жизнь, вашу Смерть, ваше послесмертие...

У этого Сознания-Свидетеля есть два, очень важных свойства: всеобъемлющее созерцание и чистое отражение. Оно просто отражает всё, что происходит с той личностью, рядом с которой и в которой оно существует, и всё, что случается вокруг неё. Когда в Медитации начинается Смерть того, что мы привыкли называть "собой", мы глубоко чувствуем, что это отдельное "я", проявляющееся как наша личность, представляет собой всего лишь Иллюзию нашего отстояния друг от друга, нашей отделённости от вещей, от общего для всех нас Бытия.

Это общее душевное состояние разделения, подавленности и страха становится могучей тормозящей силой в нашем посмертном Существовании, когда мы вступаем в более "чистое" Бытие, в процесс, сопровождающийся иногда болью - в нашу так называемую Смерть. Именно здесь перед нами раскрывается тот очевидный факт, что *мы не являемся тем, кем ПРИВЫКЛИ считать себя*, что *мы на самом деле всю свою Жизнь в большей степени были теми, кем никогда не хотели быть*.

Лишь только после того, как с нашего Сознания окончательно спадут покровы иллюзии того, кем мы себя ошибочно считали, мы сможем умереть как отдельная личность, чтобы пережить единство со ВСЕМ

Вдох... и выдох... Чувствуйте своё дыхание, которое поддерживает это тонкое равновесие Жизни от мгновения к мгновению... от мгновения к мгновению... Следите за своими ощущениями, не теряйте своё осознавание.

Руки и ноги вашего тяжёлого, умирающего тела тяжело и расслабленно лежат рядом с вами. Они уже не подвластны вашему контролю. Непреодолимое чувство огромной тяжести увлекает их вниз, прижимает к постели, словно наливая свинцом.

Грубая форма полностью поглощается тонкой формой. Физическое тело теряет свой цвет. В том, что раньше было таким крепким и сильным, нет больше ни крепости, ни силы. Вы медленно и неотвратимо умираете.

Позвольте себе это исключительное удовольствие - умереть. Зрение изменяет вам. Вы уже не можете двигать

Существованием. *Наше личностное "я" может умереть лишь только после того, как мы перестанем питать его своими желаниями и эмоциями, считая их действительно нашими собственными; оно может умереть лишь после того, как мы начнём воспринимать их как некие отвлечённые переживания, происходящие в нашем ОБОБЩЁННОМ Уме.*

Благодаря такому отношению к самим себе, мы получаем гораздо большую ясность и более глубокое понимание того, *кто мы есть на самом деле* и *КУДА* переходит наше Сознание, когда мы "умираем" и покидаем своё физическое тело. Ваша, даже самая любимая и роскошная, одежда никогда не станет вами, а вы никогда не станете ею, как бы она вам не нравилась. Это становится совершенно ясно в глубокой Медитации.

Такая "Смерть" глубже обычной, потому что во время физической Смерти отождествление со своим телом ещё остаётся некоторое время и разотождествление не бывает таким полным. Во время Смерти Душа теряет только своё физическое тело, а весь астро-ментальный механизм её функционирования остаётся прежним и становится либо источником посмертных мук и страданий, либо источником неземного блаженства и наслаждений.

Глубинная Медитация на Смерти гораздо глубже: вы не только перестаёте отождествляться со своим

своими глазами, фокусировать их на чём-то. Вы никого не узнаёте, ничего не видите.

Вы даже не можете моргать, потому что Жизнь покидает вас. Вы умираете. Ваше физическое тело уже не способно что-либо чувствовать или воспринимать. Вы больше не чувствуете ни боли, ни страданий, ни Мыслей, ни чувств, - ничего, абсолютно ничего.

Все ваши телесные соки - кровь, моча, слюна, пот и даже ваше семя, - всё начинает высыхать, растворяться в воздухе Пространства и вы уже никогда не будете обладать этим.

Вместо уходящего из вас элемента воды вас, подобно кокону, обволакивает, окутывает огромными клубами серебристого дыма, который заполняет собой всё вокруг. Тепло покидает физическое тело, а вместе с теплом из тела уходят и последние остатки физической Жизни.

плотным телом, но даже разделяетесь со своим Умом и "эго", личностью. Вы остаётесь просто как Некая Пустота, как безграничное внутреннее Пространство, не имеющее ни тела, ни Ума.

Проясняемое во время Медитации понимание непрерывно продолжающегося внутри вас процесса, в котором одно качественное состояние вашего Ума ведёт к другому, совершенно новому, качественному состоянию ТОГО ЖЕ Ума, приносит глубокое постижение и видение того факта, что ваше осознавание самих себя продлится и после того, как ваше Сознание покинет физическое тело. *Этот бесценный опыт позволит вам сразу же после Смерти узнать, что вы УЖЕ умерли и понять, КАК ПРАВИЛЬНО продолжить вам своё посмертное существование, находясь уже вне физического тела.*

Если вы знаете, как следует умирать, то сама ваша будущая Смерть, благодаря усиленной, целенаправленной прижизненной работе вашего Сознания, будет прекрасным образом преображена. Умирая, сознательно навсегда покидая в качестве земной личности этот Мир, вы ни на одно мгновение не будете сомневаться в том, что *Вы* - истинные - *не подвержены разрушению!*

Умирая, вы будете знать, что стареет, дряхлеет и распадается только тело, потому что оно живёт во Времени и занимает определённый объём в Пространстве. Но глубочайшее внутреннее ваше ядро,

Ваш вдох становится очень слабым, а выдох - долгим и продолжительным. Последний слабый вдох... последний слабый-слабый выдох... Ваш последний вдох... и выдох... Последний вдох... и последний выдох...

Пусть каждый вдох и каждый ваш выдох будут как последние, так, словно за ними уже ничего не последует. Переживайте каждый свой вдох так, как будто за ним уже никогда не последует другой, как будто каждое ваше дыхание - это последнее дыхание, каждый глоток воздуха - последний глоток.

Каждое дыхание - последнее. Освободитесь от него, не удерживайте его в себе, не цепляйтесь за ним, пусть это ваше последнее уйдёт и за ним уже больше ничего не будет. Используйте все возможности своего ума и воображения.

Представьте, что каждое новое дыхание заканчивается без всякой перс-

ваш Дух, создавший вашу Душу и сотворивший вас как личность, не подвластен Времени, он никогда не рождается и никогда не умирает.

Глубинная Медитация позволит вам обозревать весь процесс бесконечного Существования вас, как неотъемлемой частицы вашего Духа, и видеть все многочисленные временные координаты, в которых происходит восхождения Духа через Материю. Вы сможете воочию убедиться в том, что всё, прежде вами считавшееся реальным, на поверку не оказывается таковым.

Оно не обязательно нереально, но *оно предстаёт перед вами нереальным в той мере, в какой вы прежде воображали его "реальным"*. Благодаря такой трансформации Сознания, ваше восприятие Смерти и отношение к ней заметно изменятся. *Пройдя через Медитацию, как сознательную "Смерть", вы начнёте осознавать Жизнь вечную.*

На Востоке говорят: "Этот элемент может быть полностью познан человеком только тогда, когда происходит его встреча со Смертью, когда он предстоит Смерти или когда он принял вызов Смерти". Только благодаря глубокой Медитации вы имеете возможность заглянуть в самую глубину происходящего: как сначала постепенно "исчезает" тело, как затем уходит куда-то Сознание, забирая вместе с собой и ваше низшее "я".

пективы на следующее, другое, разрывая таким образом тонкую связь между вашей лёгкой Душою и вашим тяжёлым физическим телом.

Представили? Каждое дыхание - последнее, за ним уже ничего не последует, за ним уже не будет нового дыхания, следующего глотка воздуха. Именно этот ваш вдох - последний, именно за ним последует долгожданное окончание вашего жизненного пути.

Отпустите его, пусть каждое дыхание уйдёт навсегда. Позвольте себе умереть. Ощутите, как реагирует ваш ум на то, что за этим последним вашим дыханием уже ничего не последует, ведь если не будет дыхание, то не будет больше и Жизни?

Как реагирует ваше мышление, как отзывается ваша Мысль на то, что больше уже нет ни вдоха, ни выдоха? Время вашего пребывания на Земле за-

И если вы сохраняете мужество и остаётесь в этом предсостоянии, то обязательно, рано или поздно, настанет момент, когда вы вдруг увидите: уже ушло всё, из того, что вы относили к понятию о самом себе, но даже после этого вы всё же остаётесь быть. Это - и есть ваша истинная, бессмертная Сущность, ваша Реальность, это и будет ответом на ваш вопрос: "Кто я?"

Так как мы в большинстве своём живём в чувствах, то мы связаны в основном с объектами, потому что чувства не имеют значения до тех пор, пока мы не свяжем их с тем или иным объектом наслаждения. Глаза, например, бесполезны до тех пор, пока не появится что-то, что можно увидеть, уши бесполезны до тех пор, пока не появится что-то, что можно услышать, а руки бесполезны до тех пор, пока не появится что-то, к чему можно прикоснуться.

Чувства расположены на границе Существа, в теле, а объекты - вне этой границы. Итак, обращаем ваше внимание на эти три момента, которые нужно всё время помнить как в Медитации, так и в повседневной своей Жизни: своё *Сознание вы должны стараться всё время держать внутри, в центре своего Существа; все ваши чувства должны неизменно располагаться на его границе, а все внешние объекты вы не должны впускать в пределы этой духовной границы.*

кончилось, ваша земная Жизнь подошла к своему концу.

Это - последний, конечный момент всей вашей Жизни. Даже ваши Мысли, и те исчезают, растворяются в Пространстве, уходят от вас, покидают вас навсегда. Освободитесь и от них, не держитесь за них, потому что их уже нет. Позвольте себе умереть.

Позвольте своему уму и телу пребывать в полном, абсолютном покое. Представьте себя, приближающимся к самому главному моменту в вашей Жизни - к своей Смерти. Чувствуйте, как ваше Сознание переходит с одного уровня переживаний на другой, более высокий уровень.

Представьте, что ваше тяжёлое физическое тело, по мере прекращения дыхания, становится всё более слабым, непрочным и призрачным. Вам определённо ясно, что это тело доживает свои

Если на данный момент вы находитесь в области чувств, то от чувств вы вольны двигаться своим Умом в любом из двух направлений: или к внешним объектам, или к своему духовному центру. Один из наиболее известных Мастеров Дзэна, Бокудзю, сказал, что *Нирвана и Мир находятся на одном и том же расстоянии.*

Чтобы достичь Нирваны, вы должны двигаться своим Сознанием вовнутрь, *а чтобы достичь объектов, вы должны двигаться своим Сознанием* наружу (что обычно и делает большинство людей, идя на поводу чувственных желаний и телесных потребностей). Конечная цель человека - это смерть всего того, что имеет лишь относительное Бытие: все материальные ценности должны быть обесценены, все земные Идеалы уничтожены, все кумиры свержены.

Это смерть всего бренного в человеке, гибель всех эгоистических наклонностей, личных страстей, всего низменного, что притягивает человека к Земле. Вот почему Смерть есть Освобождение, но *эту Смерть вы должны пережить, оставаясь живыми*; вы должны прочувствовать всю глубину иллюзорности этого Мира и тогда Смерть для вас будет настоящим рождением в новую Жизнь, - Жизнь истинную и безусловную.

Это рождение - восприятие Космического, Божественного Сознания. Все пути человеческие ведут к этой Цели, это является венцом всех исканий томя-

последние минуты. Дайте ему умереть.

Освободитесь от страха. Освободитесь от страстного желания жить, раскройтесь для Смерти, примите её, смело и легко войдите в неё, позвольте себе умереть уже в следующую секунду, в следующее мгновение.

Не цепляйтесь ни за какие желания, не держитесь ни за какие чувства и привязанности. Позвольте беспрепятственно растворяться в Пространстве тому, что помнит все ваши прошлые земные дела, кто переживал ваши успехи, что испытывало удовлетворение от собственной значимости и важности. Это были не вы.

Вы начинаете терять представления о цели и смысле всей своей прошедшей земной деятельности. Всё это теперь кажется вам пустым и никчемным, навсегда ушедшим и лишённым смысла.

щегося Сознания, это есть Высшая из всех мистерий, триумф индивидуального Духа, утвердившего себя во всём, познавшего себя во всём, от всего отрекшегося и слившегося со своим Божественным Источником - Средоточием всяческого Бытия.

Рождение в этом Безначальном Бытии вовсе не является Смертью индивидуального Самосознания. Состояние Сознания, которое мы называем "Самадхи" не только не означает уничтожение или погружение в безымянную и бессознательную Бесконечность, но это полное освобождение от оков, раскрытие всех возможностей, приобщение к Божественному Целому в качестве сознательной единицы.

Нисхождение Космического Сознания - *это рождение Христа во внутреннем человеке, это победа над Смертью, это приобщение к Истине, к Вселенской Жизни и Вечности.* Вам в вашей Жизни всегда нужна пища, поиск которой и заставляет вас перемещать своё Сознание на объекты внешнего Мира; вам жизненно необходима вода для питья, которая также через каждые два часа буквально вытаскивает ваше Сознание наружу; вам также нужен кров, хотя бы для того, чтобы скрыться от холода и непогоды.

Все эти жизненно важные потребности вынуждают вас постоянно поддерживать связь с окружающим вас миром, забывая о духовной пище. И пока у вас не появятся точно такие же насущные потребно-

Этот Мир со всеми его проблемами уже перестал существовать для вас. Вы уже умираете, поэтому совершенно ни о чём не заботьтесь, а просто - умрите.

Не привязывайтесь ни к каким Мыслям и не пытайтесь оттолкнуть их. Всё старо. Любая, возникающая в уме, Мысль тут же устаревает. Постепенно освобождайтесь от всех Мыслей, а вместе с ними - от надоедливого и заблуждающегося ума с его дуалистическими предрассудками и дурацкими концепциями.

С открытым сердцем и лёгкой Душой освободитесь от всех вещей, удерживающих и привязывающих вас к этому Миру. Освободитесь от своего знания, освободитесь от своего незнания, - от всего освободитесь полностью.

Освободитесь даже от своего имени, - теперь у вас нет имени, потому что Душе не нужно имя, самой её сущности достаточно, чтобы отличить её от

сти, которые можно удовлетворить только движением вовнутрь, вы никогда вовнутрь самих себя двигаться не станете. Если же имеется потребность, то внутрь самого себя двигаться так же легко и просто, как это происходит при нашем обычном выходе на улицу, то есть наружу.

Что это за потребность? Эта потребность связана с *религией*. Пока этой потребности не будет, вы не сможете быть истинно религиозными. Вера - вот копьё, которое всегда пробивало и ещё не раз поможет вам пробить себе путь к победе над всем низшим, что в вас есть. Вера - вот тот щит, который способен и прикрыть вас от гримас собственного рассудка, требующего немедленных и веских доказательств всему, и отразить удары противников, которые любое знание тут же рассматривают только с позиции того, что оно сможет дать - какой хлеб и какое зрелище.

Жизнь смотрит наружу, во внешний Мир. Пока вы не осознаете Смерть, религия для вас не будет иметь большого значения. Если вы ещё не осознали Смерть, то вы ещё не стали человеком: животное не может осознать Смерть, а человек может, потому что лишь только человек может создать потребность двигаться внутрь самого себя.

Как создаётся эта жизненная потребность - двигаться вовнутрь? При помощи какого процесса человек начинает осознавать глубокую потребность, кото-

других Душ. Поэтому освободитесь от всего. Станьте пустым и лёгким.

Освободитесь даже от своих прежних представлений о Жизни и Смерти, потому что все они не верны. Всё - намного проще, легче и светлее, чем вы думали. Всё - гораздо прекраснее, замечательнее и возвышеннее, чем вы себе это представляли.

Освободитесь от любых Мыслей на этот счёт. От всего освободитесь сразу же, целиком и полностью. Просто умрите. Умрите сию же секунду. Вот перед вами уже начинают возникать внутренние образы, напоминающие серебристое мерцание луны на тихой глади воды.

Вместе с ними возникают видения огненных искр, дрожащих, как восходящие вдали звёзды. Сверкающий, играющий серебристый Свет лёгкими воздушными пузырьками струится со

рая помогает ему познавать самого себя и уверовать в Божественное Начало в себе? Прежде всего - это Смерть. Все жизненные потребности заставляют вас двигаться наружу и лишь стремление понять Смерть может заставить вас *двигаться вовнутрь себя.*

Вот почему основным понятием в вашей Жизни для вас должна стать Смерть, - в противном случае вы просто не сможете двигаться вовнутрь того, кого вы считаете "собой". Итак, в процессе многочисленных посмертных изменений низшее Сознание - физического, астрального и грубоментального тел - *вашей земной* личности *обречено умереть навсегда, - это факт, с которым трудно не согласиться.*

Да, несовершенные Сознания вашей физической, а затем и астральной личности умрут, постепенно растворятся в соответствующих им вибрациях Материи, потому что они не вечны, так как являются всего лишь средствами, которые однажды порождаются Духом, чтобы затем, после их использования, быть уничтоженными. Вы должны уже сейчас смириться с Мыслью, что ваше физическое тело, вместе с его низшим коллективным Сознанием, умрёт, так как оно - всего лишь искусственное, грубоматериальное творение, созданное физическим усердием и чувственным желанием ваших родителей.

Нужно понять, что после Смерти постепенно, - слой за слоем, факт за фактом, Мысль за Мыслью, -

всех концов, обволакивая великолепными искрами всё ваше тело.

У вас полное безразличие ко всему, что осталось вне этого серебристого Света. Сейчас вы постигаете, что чувства счастья и радости, боли и страдания, симпатии и антипатии имеют одну и ту же природу.

Вы уже поняли, что между физическими и умственными переживаниями нет никакой разницы. Освободитесь от плотного тела сейчас же, ни секунды не медля, потому что это оно привязывает вас к земной Жизни.

Представьте себе, вообразите, прочувствуйте, как вы поднимаетесь из плотного тела и легко воспаряете над ним. Не задерживайте на нём своего внимания, пусть оно продолжает растворяться дальше.

Вы действительно умираете, потому что вы совершенно пусты. Вы дол-

исчезнет всё то, что вы лично о себе уже знаете, хотя знаете вы далеко не всё, а лишь только некоторую, самую явную, поверхностную часть своего Сознания.

Но перед тем, как раствориться в вибрациях соответствующих энергий, все эти ваши личностные ментально-эмоциональные накопления будут самым тщательным образом опробированы, качественно отбракованы и, вместе с тем, до самой мелкой крупицы, потенциально сохранены в Постоянных Атомах Духа для использования вашего опыта в земных воплощениях других Душ, последовавших вслед за вашим уходом.

Но вы также должны хорошенько усвоить, что УЖЕ существовали прежде, ещё задолго до того, как встретились и физически совокупились ваши отец и мать, и что вы будете существовать и дальше, даже когда ваше физическое тело станет землёй и "прах станет прахом". Всё то духовное, тщательно накопленное и бережно сохранённое вами за время вашей Жизни, что УЖЕ изначально было и есть в вас, но чего вы ещё в себе не осознаёте, - всё это никуда не денется, не исчезнет после Смерти, а останется в вас.

Всё, что составляло сильную сторону вашего Ума, что - пусть даже подсознательно - давало обильную пищу для интенсивной работы Сознания, - ваши глобальные цели, высокие Идеи, духовные устремления и неисстребимые желания, - всё это после Смерти также не исчезает окончательно, а продолжает по-

жны быть полностью пустыми, потому что когда вы окончательно умрёте, вы наполните эту пустоту совершенно новым содержанием, - новой Радостью, новой Красотой и прекрасной Божественной Любовью.

Постепенно ваше восходящее осознавание переключится на видение ясного Света. Это напоминает видение чистого и сияющего пустого Пространства, подобного бесконечно ясному солнечному небу, раскрывшемуся после продолжительного проливного дождя.

Вы находитесь внутри огромного Пространства, наполненного искрящимся белым Светом. Обширное Пространство, без границ и материальности, открытое и бесконечное.

Позвольте себе насладиться Светом в течение нескольких минут, любуйтесь кружащимся вокруг вас водоворотом искр и почувствуйте приятную

тенциально существовать, чтобы затем снова проявиться в новой Жизни, в основных способностях и наклонностях новой земной личности. Для вашей же личности весь этот чувственно-эмоциональный набор явится главной основой, определяющей всё качество её дальнейшего посмертного существования.

Ведь все ваши неосознанные наклонности и способности, которые возникают при Жизни, при изменении условий Существования Сознания вовсе не исчезают бесследно, а лишь временно уходят на задний план, в ваше т.н. "подсознательное", чтобы затем, в Астральном Мире, снова возникнуть в развоплотившейся Душе, активно участвуя после вашей физической Смерти в формировании вашей новой, посмертной личности.

Вы должны всегда помнить, что ваша внутренняя, духовная Сущность, проходящая на данный момент своей индивидуальной эволюции школу земной Жизни и изучающая материальный Мир через посредство временно созданной ею физической формы, существует вечно. Она может по своему собственному усмотрению менять свои тела проявления, но это всё равно, что для постоянно путешествующего человека менять свои временные жилища, одежду и средства передвижения, в то время как он сам постоянно продолжает странствовать - ничто, обладающее духовно развитой человеческой Душой, УЖЕ НИКОГДА не умирает и не исчезает бесследно.

теплоту Света. Если вы перемещаетесь в Пространстве на другое место, Свет идёт вместе с вами.

Знайте, что этот Свет - ваша Душа и её Любовь к вам. Смело идите в этот чистый и ясный Свет, идите далее, не страшась входите в своё умирание сейчас же, не медля, не теряя ни одной секунды, ни одной минуты на размышление.

Дайте себе возможность просто быть. Ваше тонкое и лёгкое тело теперь свободно каждое мгновение. Идите далее сейчас же, мягко и уверенно вступая в Свет. Умирайте легко и радостно, с наслаждением погружайтесь в окружающий вас Свет. Свободно парите в нём.

Свет становится все ярче, но вы видите всё ясно без малейшего напряжения глаз. Спокойствие и безмятежность. Вам хорошо и удобно. Вы окутаны приятным теплом, окружены

Тело - это семя, Ум - то же самое. За всем этим, используя всё это, скрывается истинная ваша Сущность, вы сами. Пока ограничение несовершенного Ума не исчезнет, эта ваша духовная Сущность будет вынуждена продолжать входить во всё новые и новые физические тела, используя их в качестве средства, и Колесо её земной Жизни будет продолжать вертеться, а значит, и она вынуждена будет вертеться в этом Колесе Эволюции, как белка.

Физическое тело существует в определённой пространственно-временной точке. Оно существует потому, что чей-то Ум через него ищет удовлетворения своим желаниям. Без плотного тела ни одно из грубых земных желаний не может быть удовлетворено, а если в человеке нет внутренней удовлетворённости, нет душевной Гармонии, то значит, вскоре непременно наступает дисгармония, проявляющаяся в виде постоянного внутреннего дискомфорта и Душа умершего увлекается астро-ментальными вибрационными потоками туда, где есть возможность удовлетворить свои желания и попытаться восстановить в себе нарушенную Гармонию.

Любому земному желанию в качестве "транспорта" и средства достижения нужно земное тело. Именно в этом состоит причина всех одержаний физического тела человека т.н. "низшими духами" Астрала, которые на самом деле являются неразвитыми ещё в духовном плане Душами умерших.

Любовью. Вы ощущаете лёгкость и слабое покалывание в теле.

Сливайте наблюдателя этого Света с самим ясным Светом, так, чтобы в вас осталась только осознание бесконечной ясности, светимости и бескрайнего Пространства вокруг. Это и есть ваша Смерть - прекрасная, возвышенно-чарующая и великолепная.

Ничего не бойтесь, потому что вы - дома, вы в полной безопасности, хотя вы и парите в огромном сияющем Пространстве, ни за что не держась и ни к чему не привязываясь.

Держаться хотя бы одну какую-то точку - значит потерять свою первоначальную чистую природу, потому что в этом Пространстве нет такого места, откуда бы мы начинались, и нет такого места, где мы бы заканчивались.

Нет границ, вокруг вас - одно только Пространство, чистое Простран-

Они не могут удовлетворить свои бесчисленные низменные желания без достаточно плотного тела, поэтому и входят в тела наиболее безвольных или склонных к различным порокам и чувственным излишествам людей, потесняя своим внедрением их ещё слаборазвитые Сознания.

То же самое происходит, когда вновь сотворённая Духом, на базе его многочисленных предыдущих воплощений, Душа входит в астросом своей будущей матери, прикрепляется к нему и затем в течение многих лет "нарабатывает", физически развиваясь из оплодотворённой яйцеклетки, своё собственное астральное тело, чтобы использовать его для индивидуального исследования своих возможностей и изучения желаний Физического Мира.

Но если вы умрёте бдительным и осознающим, то в этом состоянии Сознания умрёт не только тело, но и - за счёт приобщения Сознания к обширным слоям Мирового Знания - исчезнут все ваши приземлённые, связанные с только что прошедшей на Земле Жизнью, желания. Тогда уже отпадает необходимость сознательно входить в какую-либо утробу без достаточно веской на то причины, потому что процесс этот, в особенности для осознающей Души Просветлённого, достаточно мучителен и болезнен.

Уже одно то, что бесконечная и свободная от Пространства и Времени Душа становится заложницей маленького и тщедушного тела, способно внушить

ство. Нет ничего внутри, нет ничего снаружи, - один только ясный Свет, парящий в чистом Пространстве. Откройте себя для всего.

Дайте себе умереть, погрузитесь в этот пречистый Свет. Вы свободно висите в Лоне лучезарной Природы. Вы наслаждаетесь Гармонией бесконечных звёздных Миров, пребывающих в вечном движении.

Вы тесно и неразрывно связаны с духовной энергией Солнца и Звёзд, с Мировым Океаном Энергии, который разлит по всему Космосу. Суета, мелкие тревоги и огорчения - всё это навсегда исчезает, вы отдыхаете и достигаете истинного Покоя.

Теперь вы - Пространство внутри Пространства. Теперь вы - сам Божественный Свет, переживающий себя в самом себе. Вы - лишь чистое осознавание. Вы - чистое переживание, Свет

отвращение к земной Жизни. Большинство же человеческих Душ, как покидая Землю, так и воплощаясь на ней, проходит через этот процесс в бессознательном состоянии. Воплощение - это самый болезненный из всех психофизических процессов, но многие не знают об этом, потому что это настолько болезненно, что Сознание временно "теряется", примерно так же, как это происходит под влиянием сильного наркоза. Ещё Будда сказал: *"И рождение, и смерть есть боль".*

Ум обычного человека говорит ему: *"Если Жизнь является страданием, то двигайся к противоположному концу".* Но Ум буддиста не столь категоричен: *"Жизнь есть страдание, потому, что это - крайность. Смерть также будет страданием, потому что это - другая крайность. Очевидно, что счастье находится где-то между ними; счастье - это равновесие."*

Вот почему настоящий буддист является примером уравновешенного существа: он живёт только в середине - в молчании, без движения, не выбирая ни то, ни это, оставаясь в своём внутреннем центре. Выбор - это всегда страдание: будь это Жизнь или Смерть, являющиеся двумя крайностями одного и того же. Приняв одно, устраивающее ваше "эго", решение, вы должны будете идти против другого, противоположного полюса.

внутри Света.

Вы купаетесь в море Энергии, Энергия входит в вас, проникает, пронизывает всё тело, вы начинаете понимать истинные ценности Единой Жизни, вы наполняетесь новыми духовными возможностями, вы раскрываетесь как цветок.

Красота Мироздания становится вашей путеводной звездой, Гармония - средством достижения Покоя и постижения Истины. Все неправды внешнего Мира находятся вне вас, внутри вас - лишь тишина, покой, собственный немеркнущий Свет, вечное развитие, беспредельное познание, радость Бытия.

Пространство парит вместе с вами в Пространстве. Вместе с ним вы легко и свободно парите в ясном Свете. Умрите, всецело погружаясь в Него, дайте себе возможность умереть, возможность просто быть Светом.

Вы не можете выбрать Жизнь, не отвергнув Смерти. *Счастье - это всего лишь временное отсутствие несчастья; Жизнь - это всего лишь временное отсутствие Смерти.* Осознание этого также влечёт за собою страдание. Когда бы вы ни выбирали, вы выбираете за что-то и против чего-то.

Если вы *за* что-то, значит, вы уже *против* чего-то: вы не можете быть только "за", не можете быть только "против". Когда входит "за", тут же как тень следует "против". Когда есть "против", должно быть "за" - скрытое или не скрытое. Когда вы выбираете, вы делите: это - хорошо, а то - плохо.

Но Жизнь - это Единство! Вот одна из самых фундаментальных Истин, которую нужно понять: *противоположности - это не противоположности.* Посмотрите глубже и вы ощутите их как одну Энергию. Если вы выбрали Любовь, то вы выбрали и Ненависть. Ненависть свойственна Любви, она всегда подспудно спрятана в ней. А ненавидя временами того, кого вы любите, вы вынуждены будете страдать. Истина - в середине!

Станьте не выбирающим, просто БУДЬТЕ! Это трудно, это кажется невозможным, но всё же - попытайтесь. *Во всех случаях, когда у вас имеются две возможности для выбора, постарайтесь быть посередине.* Именно это имеют ввиду христиане, когда говорят: положись на Промысел Божий...

Умрите в этом открытом, безграничном внутреннем Пространстве присущей вам Чистоты. Представьте себе, что вы поднимаетесь всё выше и выше, выходите за пределы обычной реальности и входите в высшее измерение Любви, Света и Радости.

Представьте себе, что вы купаетесь в Свете. Почувствуйте вокруг себя Пространство, наполненное прекрасным, мягким белым Светом. Представьте себе, что множество Существ Света приближается к вам. Почувствуйте их Любовь и Заботу.

Откройте своё Сердце навстречу им. Представьте себе приоткрытую Дверь между вашей и Их реальностями. Эта Дверь и есть тот родовой барьер, который разделил вас с Тонким Миром вашей Души после вашего рождения на Земле в качестве личности.

Иисус явно был знаком с Буддой. Он говорил: "Не судите..." Не делайте никакого выбора, не говорите: это - хорошо, а то - плохо, - это не ваше дело, пусть Бог решает, вы же не берите на себя роль судей! Не будьте столь осторожны, исполнитесь духом отваги. Да, порой вы ошибётесь, но ничего страшного. Да, иногда вы собьетесь с Пути, - в этом тоже нет ничего страшного.

Те, кто сбиваются с Пути, могут ещё вернуться и начать сначала, но те, кто не идут никуда, - уже мертвы. Если вы знаете, как умирать, - смеясь, веселясь, приветствуя Освобождение, - то вы уничтожили Смерть. ТАМ нет Смерти, есть только Бог, ваш возлюбленный, стремящийся к вам. Заблуждение, когда ЭТО соединение с Богом называют Смертью.

Смерти, как таковой, не существует:
просто меняются тела,
а путешествие Духа продолжается
в Бесконечности.

Смерть даёт Душе возможность расслабиться после очередного трудового "дня Жизни", чтобы набраться сил для следующего рабочего "дня". Вы смеялись, жили, любили - Смерть даёт вам шанс родиться вновь. Она не разрушает, а оживляет вас.

Почувствуйте вокруг себя присутствие множества любящих существ, приглашающих вас в высшие Божественные Серы, Сферы Радости и необусловленной Любви. Представьте себе, что все они радушно приглашают вас в ваше посмертное, развоплощённое существование.

Представьте себе, что эта Дверь - уже прямо перед вами. По ту сторону Двери - мир Света, Мир высшей вибрации и ускоренного духовного роста. Он ждёт вас. Обратитесь вовнутрь, войдите в своё Сердце, пройдите через Дверь.

Переступив через порог Двери, старайтесь ни во что активно не вмешиваться, не переживать и не анализировать, - только наблюдайте как бы со стороны и внимайте всему происходящему. Вам будет показана Жизнь, к которой вы имеете непосредственное отношение.

Смерть - это словно глубокий сон, только немного длиннее и немного глубже, чем обычный.

Если вы искренне и сильно кого-то или что-то (нематериальное) любите в своей Жизни, то эта ваша Любовь не исчезнет после Смерти, а сохраняется и даст основу для ещё более сильных и высоких чувств в новой Жизни. Если вы медитировали, то сохраняется и ваша Медитация.

Чего бы вы ни достигли В ВАШЕМ ВНУТРЕННЕМ МИРЕ, - всё это остаётся, а *то, что вы накопили в мире внешнем, проходит безвозвратно.* Ещё раз напоминаем вам: никто ничего не достигает Смертью, пока не достиг этого Жизнью. Сама Смерть - это всего лишь маленькое мгновение Жизни, последний штрих художника, имя которому - "Жизнь". А чего можно достичь в одно мгновение?

Для того, чтобы знать, ЧТО существует РЕАЛЬНО, нужно прежде всего научиться культивировать в себе Безмолвие, так как только в Безмолвии могут раскрыться цветы Вечности, о которых мы даже и мечтать не можем, - цветы, которые изменяют свой цвет и форму в соответствии с Аурой Души, в которой они произрастают. Как золото и серебро взвешиваются в чистой воде, так и Душа человека взвешивается только в Безмолвии Сердца.

Учтите: никакой опасности для вашего существования нет! На Душе будет чисто и торжественно, и это восторженное ощущение сохранится внутри вас после „возвращения" обратно в „эту" вашу Жизнь.

Почувствуйте Свет, который изливается на вас, исцеляет и очищает. Примите этот новый Свет в свою новую Жизнь. Здесь, за Дверью, в безграничном внутреннем Пространстве собственной Души, вы можете переживать свои многочисленные прошлые Жизни, можете свободно входить в них и по собственному желанию выходить из них.

Здесь вы - чистое осознавание и чистое переживание. Вы можете только осмысленно созерцать. Представьте себе, что вы идёте к своему духовному Истоку - точке Пространства, из которой выходит множество, таких же как и вы, потоков Света.

Астросом и Медитация

Души большинства воплощающихся сейчас на Земле людей сразу же вовлекаются во множество предприятий Физического Плана и силою обстоятельств поляризуются своим Сознанием исключительно в своих низших "я", в лучшем случае, - на уровне вибраций астрального или ментального тел. Астросом среднеразвитого человека образует практически единое целое с его физическим телом, потому что практически вся его физическая активность основана на его эмоциональных и чувственных побуждениях.

Астральное тело очень тесно связано с интуитивным уровнем и поэтому во время Медитации должно контролироваться Сознанием с Ментального Плана. Лишь только после того, как поляризация Сознания, благодаря интенсивной целесообразности и Воле, будет перемещена с астрального в ментальное тело, эмоциональное тело станет бесстрастным и восприимчивым к приказам более высокого проводника.

Один из этих световых потоков - вы сами. В данный момент ваше Сознание может быть сосредоточено на самом удалённом от Истока конце светового потока. Но так как весь поток - это вы, вы можете двигаться в любое место, куда пожелаете.

Начните двигаться в потоке назад, то есть к Истоку. Идите так далеко, как сами захотите, и впитывайте всем своим существом энергию, идущую из этой точки. Стремитесь всё время к Истоку и знайте, что вы имеете право быть здесь и принимать Его Божественную Любовь в себя.

Почувствуйте, как это ощущается. Этот поток - Любовь, Ваша Любовь, Любовь Творца. Вы можете использовать её, течь вместе с ней, танцевать с ней, играть в ней, - делать что угодно. Вы даже можете изменить направление и пересечь другие потоки.

После достижения такой поляризации и фокусирования Сознания в этом устойчивом положении, - когда Манипура и Анахата пассивны и неподвижны, - центром Сознания становится точка внутри головы, один из трёх главных головных центров, причём, какой именно - определяется индивидуально, в зависимости от Луча воплощённой Души. После этого вы уже можете продолжать Медитацию по своему Лучу.

Очень многие начинающие входят в Медитацию в негативном состоянии своих тонких тел, подвергая себя тем самым очень серьёзной опасности. Вместо негативного настроя вы должны сделать Сферу своего Астрального Яйца настроенной ко всему позитивно, и не только к тому, что воспринимается Душой от Духа через каузальное тело, но также и ко всему своему окружению на двух низших Планах.

Это становится возможным только благодаря наработке вашей способности к сознательному контролю, при котором даже в моменты перевода Сознания в высшие вибрации, низшие тела будут вами чётко контролироваться и отслеживаться. Старайтесь в Медитации настроить свой разум в гармонии с Духом, пока не появится возможность наблюдать за тем, как ваша Душа покидает ваше плотное тело.

Наблюдайте, как она буквально "прорастает" из вас, витает над вами, пролетает мимо вас. Следите за ней и не вмешивайтесь. Просто наблюдайте за тем, как ваша

Попробуйте. Представьте себя потоком Света. Куда бы вы ни пошли, вы найдёте другие потоки, состоящие из Божественной Любви, наполненные ею. Визуализируйте лучи Света, идущие от вас во всех направлениях.

Почувствуйте исходящие от Вас тепло и благотворную энергию. Каждая волна световой энергии встречает на своём пути другие потоки Света. Они откликаются на ваши волны и так же посылают вам свой Свет и энергию.

Попробуйте увидеть или почувствовать эту энергию; она окружает и наполняет вас ощущениями Любви, приятия и духовной близости. Когда вы вернётесь назад, в первоначальную точку, вы осознаете, что вы - нечто большее, чем то, что вы видите и чувствуете в этой точке, находясь в Пространстве и Времени.

Душа участвует в процессе Медитации во всевозможных действиях.

Ещё раз подчеркнём, что *очень опасно без контроля опытного наставника, обязательно обладающего специальными познаниями и ясновидением, пытаться контролировать свои Мысли на каком-либо из двух центров астрального тела.*

Это может привести к психическому перевозбуждению, истощению нервной системы и, в конечном итоге, одержанию. Во время Медитации не следует направлять Огонь Кундалини в какое-то конкретное место организма, потому что ваши невежественные манипуляции на Ментальном Плане могут привести к непоправимым ошибкам, имеющим очень опасные последствия.

Запомните: если вы эволюционно выросли до того, что начинаете буквально жаждать только духовного своего развития, если вами будут двигать только искренность, сострадание и альтруизм, если вы безповоротно решились взять под контроль своё астральное тело и расширить свои ментальные возможности, то все необходимые для этого изменения в чакрах произойдут автоматически и без особых неприятных ощущений.

По мере духовного развития человек всё больше и всё успешнее разрушает оковы деструктивных сил, привязывающие его к Иллюзии материального Мира. При этом всё активнее и полноценнее оживают другие ка-

Здесь, в Пространстве своей Души, вы можете увидеть сцены событий из ваших прошедших Жизней, а также снова испытать все эмоции, которые сопровождают эти события.

И если вы испытаете их, то вы будете полностью уверены, что эти эмоции никоим образом не смогут навредить вам сейчас. Вы знаете, что уже когда-то пережили их и поэтому теперь находитесь в полной безопасности.

Выберите для себя что-нибудь из этого прекрасного опыта, прочувствуйте в себе жизненную силу в виде покалывающей энергии, наполняющей всё ваше тонкое тело. Пусть ваше подсознание выберет прошлую Жизнь, представляющую наибольший интерес для вашей Жизни сейчас и имеющую к ней прямое отношение.

Продолжайте оставаться раскрытыми всему и расслабленными, и по-

чества человеческого существа - такие, как способность осознанно общаться с теми, кто распространяет свою творческую активность преимущественно на Материю Духовного и Ментального Планов. Правда, эта способность вступать в двусторонний контакт с Сущностями более высокой Эволюции в огромной степени зависит ещё и от того, насколько велико желание к подобному общению имеется у самого человека.

Я еще раз повторю, что никогда не прибегал к искусственной стимуляции своих психических центров, сохраняя (с определённого возраста) лишь постоянное духовное устремление и желание как можно лучше выполнить Задачу своего воплощения.

Раскрытие центров - это очень постепенный процесс, проходящий параллельно с созидательной работой по очищению низших тонких тел от грубых вибраций и медленным развитием каузального Сознания. Когда треугольники Сил становятся путями троичного Огня Кундалини, когда связи между чакрами стабилизируются и Энергия правильно и последовательно продвигается от центра к центру, когда её движение осуществляется в порядке, определяемом Главным Лучом воплощённой Души, тогда работа по духовному развитию Души в нынешнем большом Цикле сама собой завершается и пятеричный человек приходит к совершенству.

Заметим, что пока Сознание человека поляризовано исключительно в физическом или астральном телах, он не испытывает никакого желания к Меди-

звольте подсознанию самому выбрать то, что он считает нужным.

(Тихо звучит медленная, медитативная музыка. Продолжительность - 5-10 минут).

Теперь внимательно проследите за своим наполняющимся дыханием, за каждым своим вдохом и выдохом. Каждый вдох - словно бы приближается к вам откуда-то издалека, словно бы тихо выныривает из окружающего Пространства и становится вашим дыханием.

Каждый вдох - первый, каждое дыхание - первое. С каждым новым вдохом в вас входит дыхание новой Жизни, каждое дыхание приносит с собой новое мгновение Жизни. Каждое мгновение - абсолютно новое, ещё не пережитое вами.

Примите его, откройтесь ему, дайте каждому мгновению Жизни возможность свободно пребывать в вас.

тации, как одному из главных условий духовного самосовершенствования. Даже если ментальное тело является активным, это ещё не является причиной для возбуждения интереса к практике Медитации.

Никакого побуждения не может возникнуть до тех пор, пока человек не прошёл через множество как плохих, так и хороших изменений в своей Жизни, пока не испил за многие воплощения своей Души обе чаши - удовольствия и страданий, пока не измерил всей глубины Жизни, прожигаемой ради удовлетворения запросов только лишь своего низшего "я", так и оставаясь неудовлетворённым.

Лишь только испытав всё это, Душа человека начинает обращать свои Мысли к совершенно иным вещам, стремясь к тому, что неведомо, осознавая и чувствуя внутри себя пары противоположностей и соприкасаясь в своём Сознании с такими возвышенными возможностями и Идеями, о которых ей раньше и не мечталось.

Эти состояния продолжаются до тех пор, пока внутренняя жажда познаний не станет настолько сильной, что желание вырваться из плена Иллюзий Физического Мира и воспарить Сознанием в совершенно иные, более возвышенные Миры, станет способным преодолеть любые препятствия. Лишь тогда человек своим Сознанием начинает обращаться вовнутрь Души и там искать Источник, из которого он произошёл. А это возможно только с помощью Медитации.

Это и есть ваше новое Рождение, вы снова рождены в Мире форм и феноменальных явлений. Вы вновь пришли в этот Мир, чтобы одухотворить и улучшить его.

Улучшение земного Мира вы совершите радостно и с Любовью. Ваша будущая Жизнь будет полна внутреннего смысла, вы начинаете понимать своё высокое духовное предназначение.

Ваше осознавание уже пребывает в новом теле. Ваше Сознание вновь начинает переживать тело, его новую, чистую форму. Каждое мгновение - новое, каждое дыхание - первое... Осознавание идёт от одного мгновения - до следующего мгновения.

Вы вновь начинаете осознавать своё тело и переживать все процессы, происходящие в нём. Вы снова начинаете переживать то, что есть. Вы снова - Пространство в Пространстве, чистое

Сознание, заполняющее собой чистую новую земную форму.

Лёгкое дыхание земной Жизни опять до краёв переполняет и ласково животворит собой ваше новое тело. Вам становится всё лучше и лучше, энергия восстанавливается, восстановительные процессы в вашем организме запущены в действие и ничто не может их остановить.

Вы постепенно приобретаете способность управлять своей внутренней энергией. Благодаря неразрывной связи с Высшими Космическими Силами Света, ваши духовные возможности становятся поистине беспредельными, ваши внутренние силы становятся действительно неиссякаемыми.

В избранные вами периоды вы сможете свободно подзаряжаться чистой энергией из Космоса. Ваш земной Путь отныне будет чист и светел. Вы ни-

когда не пожелаете и не сделаете зла никаким живым существам.

Ваше Сознание очищается, и это поможет вам в дальнейшей вашей Жизни, укрепит вас на вашем духовном Пути. Все ваши врождённые способности раскрываются, ваше Сознание разворачивается во всей Вселенной.

Процесс расширения вашего Сознания бесконечен, этот Мир дан вам на счастье, вы верите в своё предназначение. Опыт прошлых Жизней укрепил вас, закалил вашу Волю, усилил вашу Любовь ко всему, возвысил ваш Дух.

Теперь вы осенены высшими духовными Идеями, которые вас укрепят и направят на верный Путь духовного самосовершенствования. Ваше познание Миров будет бесконечным. Мир, покой и бесконечное радостное познание - вот что ожидает вас впереди.

Ваше задание, как Сознания, воплощённого на Земле, сводится к одному: осознать и освоить вселенское качество - Любовь - и использовать его в своём творчестве, совершенствуя и расширяя до границ Вселенной.

Итак, ваша Медитация закончена. Теперь просто посидите ещё несколько минут спокойно и позвольте новой энергии, которую вы получили во время этой Медитации, привести вас в равновесие и исцелить. Дайте ей проникнуть во все части вашего обновлённого физического тела, которые нуждаются в ней.

Она содержит субстанцию новых Мыслеформ и Идей, формирующихся в ваших клетках. Когда все клетки заполнятся, новые Идеи станут доступны вам. С каждой последующей Медитацией этот процесс будет углубляться и совершенствоваться.

Каждый раз, когда вы станете пить воду, представляйте себе, что эта энергия снова вливается в вас. Господь да хранит вас!

(Ещё 3-5 минут продолжает звучать спокойная музыка).

Теперь несколько общих замечаний в отношении только что описанной Медитации. Во-первых, не отчаивайтесь, если у вас не сразу всё получится так, как вы этого хотели бы.

Скорее всего, так оно и будет, если вы до этого имели небольшой опыт медитативной практики по расслаблению и раскрытию своих внутренних возможностей. Со временем, очистившись и научившись полностью отключать своё Сознание от внешних факторов, к которым относится и фиксация на ощущениях в физическом теле, вы непременно сможете добиться успехов. Главное - терпение и упорство.

Во вторых, от подобной Медитации, любом случае, вы получите огромную пользу для собственного духовного роста, если только будете внимательно концентрироваться на словах-формулах, которыми сопровождается данная практика.

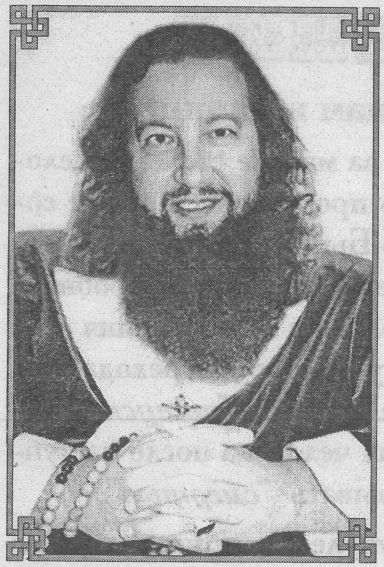
Наконец, в-третьих, во время Медитации сам Эгрегор, который курирует на данный момент ваше воплощение, имеет самые благоприятные возможности через открытый энергоинформационный канал выйти на ваше Сознание, в результате чего у вас могут начать стремительно развиваться ранее не замечаемые вами таланты и способности: к музыке, живописи, целительству, ясновидению и т.п.



ОГЛАВЛЕНИЕ

От автора 5
Медитация на Смерти 13
Медитация на Умирании 35
Астросом и Медитация 105





Цвелёв
Сергей Васильевич
(духовное имя - *Орис*)

Родился 25 января 1954 года *(для любителей гороскопов - в 13ч. 30мин. по московскому времени)* в посёлке Марьинка Донецкой области. Сейчас проживает в г.Ялте.

В 1978 году окончил Крымский с/х институт. Много лет серьёзно и углублённо занимался изучением восточных боевых искусств: *карате, дзю-до, куп-фу, дим-мак ("искусство отсроченной смерти")*. Написал на базе собственного многолетнего опыта тренировок три большие книги, составившие сборник *"Путь карате - от ученика до Мастера"*, который был издан в 1992 году в Москве.

В 1990 году во время написания цикла книг под общим названием *"Посвящение или Дух Воина"*, впервые непроизвольно вышел на контакт со своими Ведущими Ментального Плана, после чего регулярно стал принимать информацию, лёгшую в основу уникальнейшего цикла книг под общим названием *"Жизнь между жизнями или Откровения Водолея"*, посвящённого самому детальному описанию процесса умирания, посмертной судьбе человеческой Души, её отношениям с Космическими Иерархиями и особенностям подготовки Души к своему очередному воплощению на Землю. Этот цикл представляет собою самую подробную и самую детальную эпопею о посмертном существовании Души в многочисленных Сферах Тонкого и Огненного Миров.

ОБРАЩЕНИЕ

к меценатам, бизнесменам и банкирам:

Уважаемые господа! Впервые за многие столетия человечеству даётся возможность проникнуть в самые сокровенные Тайны Божественного Бытия: Жизни и Смерти. Великие Учителя Земли передали людям подробнейшие сведения, раскрывающие Законы Мироздания и в деталях описывающие процессы умирания, перехода Сознания из одной Сферы Бытия в другую, *"потусторонню"*, а также состояния Сознания человека после наступления того, что мы привыкли называть *"смертью"*.

Эти уникальные знания скрупулёзно приняты мною и изложены в семнадцати книгах цикла *"Жизнь между Жизнями"* и в пятнадцати книгах цикла *"Контакты накануне 2000"*, которые издаются в г.Ялте тиражом всего 1000 экземпляров за счет благотворительных взносов меценатов, для которых духовное возрождение человечества не является пустой фразой.

Вам предоставляется возможность воздать Господу должное за Его благоволение к Вам в Вашем бизнесе и внести благотворительный взнос в приемлемой для Вас сумме на издание книг цикла *"Жизнь между Жизнями"* и *"Контакты Новой Эры"* по счёту:

BANK TRUST COMPANY, NEW YORK, USD SWIFT: BKTRUS33 Ac. № 04 094 040 UKRSOTSBANK, UKRAINA, KIEV Ac. № 3901815053 UKRSOTSBANK, SIMFEROPOL, YALTA BRANCH Ac. № 26202510216001 Sergey Tzvelyov.

Или можно перевести деньги почтовым переводом по адресу:

98600, Крым, Ялта, Главпочтамт, а/я 200, Цвелёву С.В.

МОИ РАЗМЫШЛЕНИЯ О ПРОЧИТАННОМ:

МОИ РАЗМЫШЛЕНИЯ О ПРОЧИТАННОМ:

"____" _____ 200___ года.

МОИ РАЗМЫШЛЕНИЯ О ПРОЧИТАННОМ:

"____" _____ 200__ года.

МОИ РАЗМЫШЛЕНИЯ О ПРОЧИТАННОМ:

"____" _____ 200__ года.



Адрес на конверте
(и на бланке почтового перевода):

98600 Украина,
Республика Крым, г. Ялта,
Главпочтамт, а/я 200.

Цвелёву Сергею Васильевичу.

Уважаемый Орис!

Отрезать пожницами

"____" _____ 200___ года.

Прошу высылать мне Ваши книги по адресу:

Куда _____

_____

_____

Кому _____

_____

_____

Книга издана на пожертвования:

Аксёновой Виктории (Рафальгул)

(Израиль),

Шалаевой Марины

(г.Москва, Россия).

Контактный телефон Ориса - *(0654) 34-12-59*

Редакция текста и оригинальная шрифтовая концепция принадлежат автору.
Отпечатано со слайдов автора. Крым, г.Ялта. Цена договорная.



огда вы научитесь в течение одного часа Медитации наблюдать поочерёдные возникновения и исчезновения многих из воплощений своего Духа, вы сможете переживать на очень глубоком уровне и собственное рождение, и собственную Смерть. Это позволит вам самостоятельно проникнуть сквозь Иллюзию плотности материального Мира, которая придаёт силу страху Смерти и на собственном опыте постичь, что ваше осознавание самого себя в Мире и Мира - в себе продлится и после того, когда все, знающие вас теперь, уже будут считать вас мёртвым. Постижение этой Истины при Жизни позволит вам не только во время умирания, но и после вашей Смерти ЗНАТЬ, что вы ещё более живы, чем прежде, хотя и считаетесь умершим, а также ВОВРЕМЯ ПОНЯТЬ, как вам следует существовать дальше в Тонком Мире.



ишь таким образом вы сможете начать относиться к физической Смерти позитивно и с уважением, воспринимая её не как "конец всему", но как прекрасную возможность для осознанного Перехода из одного тела проявления Души, в другое её тело, более естественное и универсальное.



сознанное познавание Смерти в глубокой Медитации - это великий дар, который не только позволит вам разрушить многие из ваших неразумных желаний, но и навсегда избавит от многих из ваших страхов, - настолько, чтобы вы в любой момент Перехода смогли оставаться Светом, вступающим в Свет.

Орис.