

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
Спасибо, что выбрали форум Бакши buckshee-Спорт, авто, финансы, недвижимость.
Здоровый образ жизни. Приятного чтения! <http://buckshee.petimer.ru/>

Шри Парамахамса Йогананда
Семь Ступеней Самореализации
Том I

Ступень третья

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Почему люди не находят Бога, однако можно, наверно, найти Его

Часть I

Каждый является дитятей Божиим

Проверьте себя

Часть II

Живите с силой Божией

Молитесь Богу непрестанно, пока Бог вам не ответит

Начинайте свою медитацию сегодня

Часть III

Правильный метод медитации

Медитация должна становиться все более и более глубокой

Практикование полного молчания

Ответ на ваши молитвы

Доказательство существования Бога

Еженедельное утверждение

2. Как развить свое ментальное радио

Часть I

Сознание находится в каждой вещи

Мозг является хранилищем Жизненной Силы

Научитесь передавать мысли по своей воле

Держите в готовности свое ментальное радио

Чувственные ограничения

Повторный обзор первой части

Часть II

Как освободить ум от ядов забот

Начните "пост от забот"

Надежда и радость излечивают от забот

Как обеспечить себя присутствием Божиим и получить от Него ответ на свои просьбы

Окончательный анализ

Повторный обзор второй части

3. Где я нашел Его и услышал Его голос (Переживание, рассказанное Свами Йоганандой)

Часть I

Часть II

4. Эволюция исцелительных методов

Часть I

Зависимость человеческого тела от космических сил Материя посредством

сознательных космических лучей наполняется жизнью

Повторный обзор первой части

Часть II

Ментальное лечение

Лечение посредством спиритуальных утверждений

Утверждения для специальных исцелений

Повторный обзор второй части

Часть III

Подсознательный лечебный метод

Сознательный метод лечения

Сверхсознательный метод лечения

Лечение посредством исцеления

Исцелитель и пациент должны быть в совершенной гармонии

От чего зависит сила исцеления

Еженедельная инспирация. Ты являешься жизненной силой во плоти

Повторный обзор третьей части

Часть IV

Сила воли как жизненная сила в лечении

Тонкое спиритуальное восприятие

Связь пищи со здоровьем

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
Пища будущего
Повторный обзор четвертой части
5. Физический и ментальный метод омолаживания (исцеления)

Прежде всего вам следует освободиться и удовлетвориться
Методы, вызывающие релаксацию
Освобождение частей тела
Наилучший путь быстрого освобождения всего тела
Другие методы релаксации
Несознательное освобождение мускулов
Сознательное или моторное освобождение мускулов
Пассивное сенсорное освобождение или сон
Метод абсолютного покоя
Пробуждение энергии
Повторный обзор
6. Преобразование творческой (сексуальной) энергии в спиритуальную энергию
Контроль над половым импульсом
Как преобразовать сексуальный импульс
7. Анализ ума
Часть I
Избегайте духовной и телесной лени
Каким образом можно оттянуть всю энергию и сознание из тела
Научитесь освобождению мускулов
Специальные упражнения
Повторный обзор первой части
Часть II
Жизненная сила является источником всех лучей
Карта
Ясновидение
Наши глаза подобны Икс-лучам
Повторный обзор второй части
Часть III
Состояние сна
Видения
Сны, возбужденные подсознанием
Сознательно пробужденные подсознательные сны
Важные ментальные состояния
Часть IV
Интуиция и душа
Составление снов
Разница между видениями и снами
Разница между гипнозом и лунатизмом
Повторный обзор четвертой части
8. Признаки Сознания Христа
9. Молитва
10. Как выбирать себе сотрудников

Читайте характер по глазам. Путь интуиции
Духовный путь
Магнетический путь
11. Смерть и сон
12. Как развить творческую интуицию
Полуинтуиция
Чтобы быть успешным, вам нужно развить силу пяти органов чувств
Упражняйте свою интуицию, разрешая ваши проблемы
Способность всевидящей интуиции даст вам успехи во всех ваших делах
Классификация интуиции
Повторный обзор
13. Разные указания
Бог является Абсолютным, человек – относительным
Еженедельное утверждение

1. ПОЧЕМУ ЛЮДИ НЕ НАХОДЯТ БОГА, ОДНАКО МОЖНО, НАВЕРНО, НАЙТИ ЕГО
Часть I

Разве вы не удивляетесь, почему вы зачастую не можете прогрессировать в каждом деле? Это происходит потому, что вы уже являетесь жертвой своих образовавшихся привычек и обстоятельств, в беспомощном положении, что вы даже и

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
не пытаетесь быть другим, а также и потому, что вы не знакомы с техникой психологической победы и потому, что вы не употребляете непрерывных усилий, необходимых для достижения полных успехов. Ставите ли вы в конце каждого дня вопрос самому себе – насколько больше вчерашнего дня вы прогрессировали сегодня? Завтра же вам надлежит быть продвинувшимся дальше, чем вы были сегодня.

Наихудшее, что вредит росту вашего счастья, это отсутствие желания прогрессировать, самодовольство и скептицизм. Инертность, отсутствие постоянного определенного стремления познать Истину является величайшей болезнью, от которой страдает росток вашего счастья. Каждый является дитятей Божиим

Бог одинаково присутствует в каждом человеке, и те, которые получили Его свет посредством созданной ими самими кристальной чистоты, могут определенно быть детьми Божиими. О теле говорят как о машине, обремененной шестью недостатками заблуждения.

Оно существует, оно рождается, растет, изменяется, оно увядает и, наконец, полностью уничтожается.

Однако большинство людей ждет продолжительного счастья от этого непостижимого тела. Благочестивым людям надо запомнить, что божественное счастье гораздо выше и привлекательнее материальных радостей, но так как последние проявляются раньше, т.е. материальные радости переживаются раньше, то эго не хочет и не способно представить себе другое, высшее божественное счастье.

Многие люди снова и снова углубляются в Океан божественного изобилия, чтобы искать жемчужины богатства, силы и мудрости. Однако только немногие находят их. Эти немногие люди прославили чудесные богатства божественного моря, потому что они хорошо ныряли и нашли место скрытых богатств. Те, которые ныряли в неправильных местах, ругали синее море божественного изобилия, как не содержащее так страстно желаемых ими богатств. Многие люди погибали, ныряя в Море богатств, они проглатываются чудовищами эгоизма, страстей, недоверия, сомнения, лени и скептицизма.

Ибо всякому имеющему дастся и приумножится, а у неимеющего отнимется и то, что он имеет.

(Мф. 25,29)

Это иллюстрирует закон спиритуальной привычки и в действительности законы всяких привычек. Материальное истолкование этого библейского стиха указывает на то, что если человек, например, развивает привычку к зарабатыванию денег, то у него все более и более возрастает его благосостояние, а человек, не имеющий такой привычки, потеряет и ту привычку к благополучию, которая у него имела. Проверьте себя

Попробуйте войти в контакт с лицами, которые смеются над вами или начинают с вами несправедливо аргументировать, или оскорбляют вас. Выясните, сможете ли вы переносить раздражающее вас поведение своего мужа или жены, или своих детей, не становясь внутренне возбужденным, или не разговаривая с ними осуждающим, суровым голосом. Каждый день, во всяком случае жизни, вам прежде всего следует научиться господствовать над своим внешним поведением и затем наполниться внутренним миром всякий раз, когда вы будете жертвой вызывающего поведения со стороны других.

Правильно, конечно, не сделаться ковриком для других, чтобы другие люди топтали его своими ногами. Хорошо быть сильным, тихо держаться против плохого обращения, однако никогда вы не смеете потерять свою спокойную способность прощения и свою спокойную ментальность, в особенности, когда вы являетесь объектом критики.

Немногие люди могут господствовать над своим внешним поведением. Еще меньше число людей, которые могут сохранить свое внутреннее равновесие в то время, когда другие бомбардируют их нелюбезностями. Как ученикам самореализации вам нужно господствовать над своим внешним и внутренним поведением. Буря гнева тушит пламя мира, в котором только вы можете увидеть Дух.

Эгоистично гневаться плохо, однако справедливое негодование считается хорошим.

Нужно избегать переедания, неправильной еды, а также влияния гипноза страстей. Переедание уничтожает ментальную свободу и держит душу связанной с телесным сознанием во время медитации. Вам следовало бы попытаться быть состоятельным, однако не быть жадным к деньгам.

Вам следует полностью господствовать над своей сексуальной жизнью, так чтобы ваш ум и ваша воля управляли этим могущественным инстинктом, и чтобы он не смог бы поработить ваш ум и вашу мудрость.

Ваше тело подобно упрямой собаке. Свяжите ум и тело посредством силы воли и бейте их для того, чтобы они направлялись в желаемом вами направлении. Не позволяйте им увязнуть в яме горя, но больше бейте их. Чем больше вы будете их бить, тем более послушными они будут. Так, ежедневно, когда вы будете знать, что

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
вы прогрессируете спиритуально, ментально, физически, то вы можете быть счастливым – однако если вы обнаружите, что вы с каждым днем становитесь чувствительней, надменней и болтливей, тогда знайте, что вы регрессируете. Наилучшим испытанием является анализ самого себя, чтобы установить – стали ли вы счастливей, чем были вчера. Если же вы почувствуете, что вы сделали сегодня счастливей, чем вчера, – то значит вы прогрессируете, и это ощущение счастья должно продолжаться.

Часть II

Живите с силой Божией

Для чего детям Божиим терпеть голод? Душа идентифицирована с оскверненным сатаной человеческим телом, чувствует голод и обращается к земным продуктам для пропитания, душа остается привязанной к земле. Таким образом, Душа забывает, что она может существовать, подобно Богу, от Божественной Космической Энергии.

Зло в мире не создано исключительно посредством неправильных человеческих действий, плохой кармы, накопленной многими инкарнациями. Зло существовало с того времени, когда космическая сатанинская сила первый раз неправильно использовала Космическую Энергию, чтобы создать несовершенные вещи и существа. Даже и тогда, когда были созданы Адам и Ева, Сатана предусмотрел, что, если они пребудут совершенными на земле и дематериализуются и вернуться обратно к Богу, то ему не будет работы, и он потеряет свою силу. Также и в эту раннюю эпоху Сатана уже обратился против Бога с искушением, чтобы заставить Адама и Еву преступить совершенные законы и таким образом привязать их к земле, посредством создания несовершенных желаний.

В Боге нет зла. Сатана создал зло, неправильно используя свой свободный выбор, данный ему Богом, и свою силу для создания временных вещей. Бог мог бы предусмотреть возникновение начала зла в сатане посредством Своего Всезнания, однако он организовал эту Космическую игру, чтобы играть посредством Своих многих "Я", и потому, что Он знал, что, в конце концов, Его милосердие обратит всех обратно к Нему.

После того, как Бог дал сатане, который был архангелом и мог создавать совершенные временные вещи, независимые силы, Сатана неправильно использовал свою независимость, подобно тому, как мятежный генерал обращается против своего короля, и с того времени Сатана создавал нехороший дубликат для каждого прекрасного создания Божия, в человеческом теле, уме, душе и природе. Бог создал прекрасное тело, чтобы наполнить его Космической Энергией, чтобы оно могло жить в свободном неограниченном божественном состоянии, но Сатана создал голод и чувственные искушения. Вместо ментальной силы Сатана привлек ментальное искушение, вместо душевной мудрости Сатана изобрел обманчивое знание, вместо прекрасной природы Сатана ввел безобразные войны, зародыши болезней, землетрясения, греховные пороки и другие несчастья.

Счастливый и беспокойный человек, который работает и учится день и ночь, не знаком с высшими радостями медитации, а потому ему и не нравится медитировать. Вместо этого он лучше сыграет в шахматы, займется болтовней или пустым времяпрепровождением, и не ищет радости в медитации.

Большинство благочестивых людей, незнакомых с положительной стороной отказа от плохих привычек беспокойства, для достижения счастья, – отказываются от медитации после нескольких опытов и неудавшихся попыток – они бросаются в вихрь обычных привычек и утопают в незнании. Однако истинно благочестивому человеку следовало бы применять способности спиритуальной фантазии, и ему не следовало бы поддаваться воспоминаниям беспокойных привычек, которые твердят ему: "Господин Разум, нет ничего доброго в тьме медитации. Отбросьте это и проводите время веселее, посещая каждый день кино и т.д.", в то время как ум внутри говорит: "Не отказывайтесь от радостей, которым предается большинство людей, вместо того, чтобы сидеть в бесплодной медитации".

Несмотря на то, сколько бы человек и ни страдал от нападений очень сильных чувственных привычек и материальных желаний, производящих беспокойство, – однако он обнаруживает, что созданные медитацией оккультные воины этой и прошлых жизней всегда приходят ему на помощь. Человек, всегда беспокойный и никогда не медитирующий, думает, что все в порядке потому, что он уже привык быть рабом беспокойства. Однако как только он пытается медитировать и быть спокойным, он обнаруживает сопротивление злых неустойчивых привычек. Опять-таки, когда беспокойные привычки пытаются захватить престол благочестивого ожидания, то они обнаруживают, что оккультные воины прошлых жизней оказывают им сопротивление.

Молитесь Богу непрестанно, пока Бог вам не ответит

Отбросьте ментальный обман посредством громкой молитвы. Отряситесь от

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
кажущейся удовлетворенности, верьте только "чему-то" о Боге. Вам необходимо определенно познать Бога. Вам необходимо знать, как сознательно пробудить Его и осязательным образом заставить Его отвечать на ваши молитвы. Не удовлетворяйтесь до тех пор, пока вы не услышали Его голоса сознательно. Вы можете облегчить свою совесть отговорками, что необходимая работа задерживает вас от молитв и медитации, однако у вас не может быть извинений за то, что вы не жертвуете Ему глубоких ментальных молитв и порывов во всякое время в храме активности или у алтаря тишины и молчания. Вне зависимости от того, чем бы вы ни занимались, вы всегда можете шептать Богу о своей любви, пока вы сознательно не получите Его ответ. Это является самым надежным путем для того, чтобы войти с Ним в контакт в этом безумном темпе современной жизни.

Вы ведь знаете, что каждый раз, когда вы чего-нибудь очень сильно пожелаете, несмотря на то, что бы вы ни делали, несмотря на то, где бы вы ни были, - постоянное ментальное нашептывание желания обладать определенным объектом с силой вращается в глубине вашего ума. Это повторяющееся реальное желание, направленное к чему-либо, называется ментальным шепотом. Ум постоянно шепчет то, чего он хочет. Подобный ментальный шепот не похож на механические молитвы. Он является добровольным и тайным и перерабатывается в динамическую силу.

Никогда не удовлетворяйтесь, прежде чем вы не обнаружили несомненные признаки божественных ответов. Никогда не падайте духом и продолжайте медитировать и молиться все сильней и сильней. Бог явится вам как Христос или как Лахири Махасайя, или как кто-либо другой из великих Учителей, какими они были в действительности, когда жили на земле. Когда же вы молитесь Богу, то знайте, что несмотря на то, что Он вам не отвечает, но Он вас слышит, и если вы Его можете убедить, что желаете Его больше всего остального - так же сильно, как вы желаете денег, любви и силы, тогда Он заговорит с вами.

Вспомните, что и мать не является на крик ребенка, которого можно успокоить игрушками, но она приходит к непрерывно кричащему непослушному ребенку. Станьте божественным шаловливым ребенком. Не удовлетворяйтесь демонстрациями мирских игрушек как ответом на ваши молитвенные призывы. Молитесь тихо, взывайте тихо, неслышно для других на языке вашего собственного сердца, непрерывно к Богу, пока Он не ответит. Лучше всего медитировать, молиться и взывать перед изображением Христа, или Лахири Махасайя, или перед изображением какого-либо Учителя, пока вы не увидите и не услышите, как один из них вам ответит.

Вам надлежит сознательно соединиться с Богом, и когда вы достигните Его, вы приобретете силу над собой и над всеми ограничивающими вас обстоятельствами. Начинать свою медитацию сегодня

О, спящее подобие Божие, пробудись!

Не говорите: "я буду медитировать о Космическом Существом завтра". Это "завтра", может быть, никогда не придет. Начните свою медитацию сегодня же. Практика этих дней пробудит желание поглубже медитировать завтра, и наоборот, халатность настоящих дней ослабит вашу жажду медитации. Не давайте возможности плохим привычкам увлечь себя, чтобы таким образом прекратить контакт с Богом.

Мир создает в вас плохие привычки, однако мир не хочет брать на себя ответственность за ваши действия, которые исходят из проявления этих привычек вами. Для чего же вам жертвовать все ваше время миру. Пожертвуйте хотя бы час в день для истинной реализации души. Разве Творцу мира, который дал вам семью, деньги и все заработанное вами, вы не сможете уделить 1/24 часть вашего дня?

Некоторые люди делают все несовершенно из-за халатности, лени и отсутствия определенной цели. Найдите себе хорошего учителя (Гуру), выберите самый лучший и самый быстрый метод медитации, как этому учат великие индийские Святые и Учителя, и тогда медитируйте с каждым днем все глубже и глубже, с пламенным сердцем молитесь Богу:
Открой Себя!

Продолжайте так изо дня в день, из месяца в месяц, из года в год в доброй вере и в конце концов вы обнаружите, что вы реализовали божественное сознание.

Часть III
Правильный метод медитации

У вас никогда не может быть воистину счастливой внутренней и внешней жизни до тех пор, пока вы ни будете употреблять данную Богом силу медитации, чтобы потребовать обратно образ Божий, господствовать над судьбой и побеждать в жизненных мистериях. Посредством медитации можно воистину научиться достижению контакта с божественным блаженством (в котором пребывает Бог), верным применением спиритуальных законов.

Правильный метод медитации является единственным путем к всеобщей свободе и успехам. Длинен и утомителен путь пешком от Нью-Йорка до Лос-Анжелоса, и это потребовало бы месяцы для его осуществления, однако при помощи быстрого самолета это потребовало бы только несколько часов. Разве вы еще не устали идти по

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
длинному молитвенному пути к Богу посредством необоснованных теологических приемов через мучительные джунгли? Для чего же не воспользоваться самолетом высшей медитации и не последовать самому короткому пути йогинов к Богу?

Во время медитации благочестивая душа взирает на материальные желания, приносящие несчастья, которые осмеливаются заполнять ее, отвлекая от ее спиритуальных наблюдений, от высшего продолжительного состояния полного блаженства, предоставляя ей дешевые мирские радости, в конечном итоге которых скрываются сильные страдания, как ментальные, так и физические.

По утрам, после пробуждения, вместо медитации, в которой можно всегда пребывать в божественном счастье, большинство людей кушают тяжелые завтраки, которые вызывают нарушения пищеварения и сокращают их жизнь. Большинство людей ненавидит свет вечных достижений, который пребывает в медитации, и так это продолжается, пока они добровольно не уничтожат воздействия плохих привычек, ежедневно совершая хорошие дела.

Едите ли вы, ездите ли верхом, пьете ли, играете, удите ли рыбу, посещаете ли кино, путешествуете ли по миру, зарабатываете ли миллион долларов, встречаете ли самого лучшего друга, являетесь ли вы величайшим человеком или королем вселенной – все это никогда не даст вам существенных, всегда умножающихся радостей, которые возникают из глубин всегда возрастающей медитации.

Вам необходимо познать Бога, все равно каким путем вы с Ним познакомитесь. Легче всего познакомиться с Богом, если вы интенсивно (не только с раздвоенным вниманием) последуете технике медитации и другим учениям, которые мы периодически преподаем, и после каждой медитации, в особенности по вечерам, постепенно будете взывать к Богу:

Открой Себя!,

или же будете молиться, чтобы Он пришел к вам, открылся бы вам на языке вашего собственного сердца. Позабудьте про время, но молитесь, пока не почувствуете, что вы обо всем забыли, думая про Бога. Лучше познать Бога и войти на небеса искалеченным, чем любить спать и быть погруженным в ад несчастий.

Медитация должна становиться все более и более глубокой

Ваша медитация не должна быть механической. Ежедневная медитация должна быть все более и более глубокой, более радостной, чем в предыдущий день. Если вы сможете продолжать увеличивать эту радость, то вы обнаружите, достигнув безграничной радости медитации, что это является окончательным, бесстрашным всезнанием, все удовлетворяющим, безмятежным, всегда новым и нетленным состоянием Космического сознания.

Эту радость нельзя достигнуть никакими другими средствами, поэтому не обманывайте себя, думая, что вы сможете постигнуть Бога только посредством благотворительности, посещения церкви или чтения Библии. Медитируйте дома одни сами и также и в церкви группами, при каждой возможности. Один час глубокого контакта с Богом в храме нашей медитации гораздо ценнее, чем механическое посещение церкви в течение целого месяца.

Запомните, что и ученые не открывали своих изобретений посредством слепых молитв, но посредством медитации и применения божественных законов. Так и члены церкви не находили Бога посредством слепых молитв в течение столетий. Они найдут Его, когда они будут применять законы психо-физической медитации, интуиции и благочестия. Бог покоряется только законам мудрости и благочестия.

Практикование полного молчания

Подобно тому, как вы не смогли бы надеяться медитировать рядом с шумом вакуумного очистителя, также вы не сможете медитировать, пока вы не утихомирили посредством контроля дыхание, шуму сердца и легких, когда они бушуют и кружатся и стучат в вашем физическом теле, чтобы очистить венозную кровь.

Каждую минуту своего существования заполняйте влиянием концентрации и медитации и не нарушайте этого мира беспокойными мыслями. Если вы соберете концентрацию в ведро медитации, и у вас обнаружится течь беспокойства, то эта концентрация вытечет. У вас не должно быть никакой ментальной течи. Если вы бросите мешок с семенами на землю, то очень трудно их опять собрать обратно в мешок, так и ум можно сравнить с мешком сознания, наполненным зернами мыслей, и если вы из-за халатности отпустите мешок концентрации или вспорите мешок концентрации кинжалом беспокойства, то все мысли, подобно зернам, разлетятся и будет очень трудно их опять собрать вместе. Подобно тому, как масло получается из смолачивания горчичных зерен, так и собрав мысли вместе и смолов их силой концентрации, вы сможете получить масло самореализации.

Тишина, которая переживается вами при практиковании этой задачи, должна быть полнейшей тишиной. Придерживайтесь этой тишины. Практикуйте это непрерывно, и тогда не будет границ тому, чего бы вы не смогли сделать. У вас возникает ощущение мира, как только вы начнете практиковать молчание, и вам будет казаться, что это уже конечные результаты, однако это только еще начало. В самом

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
начале, за тьмой закрытых глаз, люди видят свет спиритуального (третьего) глаза. Некоторые не слышат великий Космический Звук Ом вдруг в тишине, прежде чем они услышат какой-либо другой астральный звук.

Придерживайтесь сознания мира, являющегося результатом медитации, и продолжайте увеличивать этот мир, углубляя медитацию и производя то, что делает вас счастливыми; вы скоро увидите, как быстро вы будете приближаться к Богу. Если же вы сознательно не будете прилагать усилий к вашему совершенствованию, то пройдет еще несколько инкарнаций и вы не достигните цели. Однако если вы теперь начнете стараться, с этой же минуты, и будете пытаться сохранять непрерывно свой внутренний мир концентрации и медитации, то вы будете одно с Богом.

Йогины всегда стараются хранить свой мир, созданный медитацией усилием ума, во всяких действиях и отношениях с другими людьми. Если после медитации вы являетесь Богом Мира и неожиданно превращаетесь в черта дисгармонии, когда с вас спадает маска, то тогда ваши медитации имели мало значения. Значение медитации в том, чтобы заставить вас тщательно напомнить о своем тихом характере, преданном вами забвению, и посредством этого подавлять присвоенные своей светскостью ментальные беспокойства.

Медитация является единственным порталом, через который необходимо пройти всякому, каждому религиозному искателю, чтобы узнать, найти, увидеть и познать Бога. Медитация является единственными порталными колоннами к Богу. Отбросьте ортодоксальный и интеллектуальный догматизм. Не удовлетворяйтесь до тех пор, пока не услышите из уст Божиих в храме медитации, что Он есть, был и будет всегда с вами.

Ответ на ваши молитвы

Для того, чтобы получить ответ Божий на ваши молитвы – просьбы, просите только то, что вам в действительности необходимо. Желания к приобретению чрезвычайных богатств материального характера, в конце концов, вызывают несчастья и замедлят ваш спиритуальный прогресс.

До того, как вы будете просить чего-либо у Бога, установите прежде всего свою идентичность с Ним посредством медитации. После этого просите, как дитя просит принадлежащее ему по праву, зная, что ваша просьба будет исполнена, но не повторяйте поведение нищего, просящего подавания.

Многие молитвы повторяются рассеяно путем повторения пустых слов, механически повторяемых. Когда же вы встречаете какого-либо друга после долгой разлуки, вы ведь не ищете совета в книгах о дружбе, как бы выразить ему свою любовь. Бог является вашим самым близким Другом. Да будут ваши молитвы-просьбы созданными вами самими выражениями вашего чувства, исходящими непосредственно из глубин вашего сердца.

Когда вам воистину что-либо необходимо, то мысль об этом всегда у вас на уме, несмотря на то, где бы вы ни были и также что бы вы ни делали. Развивая же соответствующий вашему желанию глубокий внутренний шепот, вы определенно получите ответ от Него. Постоянно, без перерыва, шепчите Ему про свою вечную любовь, о своем горячем желании достигнуть контакта с Ним (с Богом).

Пожертвуйте Ему глубокие ментальные нашептывания в Храме научной медитации, пока вы услышите шепот Его ответов везде, ясно и громко.

Доказательство существования Бога

Великое доказательство существования Бога можно найти только в себе самом, посредством практикования глубокой ежедневной медитации правильным образом, преподанным каким-нибудь компетентным Гуру или Учителем. Божий свет никогда не засияет через двери слепых чувств. Бога можно найти только посредством раскрытых окон логического искания. Удовлетворение в Боге, не приходя с Ним в непосредственное истинное соприкосновение и в контакт с Ним, – является смертью для мудрости и божественного познания. Не становитесь лентяями, скрывающимися за маской конфессиональной религии, и подобным путем не прекращайте своих усилий для познания Бога в этой жизни. Не умирайте в незнании, но умирайте в премудрости – чтобы вечно жить в Боге.

Серьезное практикование медитации, как это преподается в этих уроках, принесет большое благословение. Это всегда новое благословение не создается желанием. Оно проявляется в тот момент, когда все беспокойство и другие нежелательные свойства исчезают посредством созданного вашей интуицией магического внутреннего, спокойного приказа. Всегда проявляйте эту чистоту. Когда блаженство посетит вас, то вы почувствуете это как сознательное, интеллигентное и универсальное Существо, к которому вы можете обратиться, а не как абстрактное ментальное состояние. Это является самым убедительным доказательством того, что Бог является вечным, всегда сознательным, всегда новым Блаженством.

Еженедельное утверждение

Сегодня посредством нежного прикосновения интуиции я настрою радио своей души и

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
освобожу свой ум от постоянного беспокойства, чтобы я смог услышать вибрации Твоего Космического голоса, музыку атомов и мелодию любви, вибрирующую в моем сверхсознании.

2. КАК РАЗВИТЬ СВОЕ МЕНТАЛЬНОЕ РАДИО

Часть I

Сознание находится в каждой вещи

В связи с продолжительной концентрацией на своем маленьком теле и его нуждах, душа позабыла свою вездесущую природу. Бог является вездесущностью. Космос является Его телом. Человеческая душа, созданная по образу Божию, содержит в себе семена переживаний вездесущности. Это вездесущее сознание скрыто в маленькой душе подобно тому, как большое дерево скрывается в маленьком семени. Подобно тому, как из семени, посаженного в соответствующую почву, произрастает дерево, так и правильная медитация, обосновавшаяся в душе, проявит сознание вездесущности.

Мирская, светская душа занята своим собственным маленьким телом и его отрывочным отношением, и ее сознание не выходит за пределы своего собственного дома. Спиритуальный человек, посредством распространения света сочувствия и медитации, учится принимать участие в страданиях и несчастьях других душ. Он сознает, что вселенная или Космос является его обителью. Направление всего внимания на тело является причиной того, что ум думает о себе, как о заключенном в тело. В медитации о Безграничном, когда медитация становится более глубокой, она превращает медитирующего, медитацию и объект медитации в одно существо, убеждающее ум, что он вложен не только в маленькое тело, но что он находится в каждой вещи. Ум, медитируя о маленьком теле, ограничивается им. Ум, медитирующий о Безграничном, становится неограниченным. Медитация является искусством, которое отвлекает внимание от мирских вещей (от маленького тела и маленьких частиц пространства, в которых живут смертные) к - Безграничному.

Мозг является хранилищем Жизненной Силы

Мозг каждого человека является хранилищем Жизненной Силы. Лучистые волны энергии, электрические по своей природе, проходят через человеческий мозг. Если нанести сильный удар по голове, то можно увидеть электрические искры. Удар по голове производит тенденцию энергии, пытающуюся разрядиться. Подобно тому, как чашка, наполненная водой, при сотрясении выливает воду, так и мозг, полный энергии, постоянно посылает энергию в мускулы, в движения и работу сердца, легких, диафрагмы, для обновления клеток, для насыщения крови химическими веществами и поддержания моторной нервной системы. Кроме того, мышление, чувства и воля требуют огромного запаса мозговой энергии. Таким образом, радио мозга обладает зачастую энергетической батареей. Подобно тому, когда батарея использована, то она не работает, так и мозг радио, если у него нет энергии, то он также не может работать, как радиоприемник мыслей. Обыкновенные радиоаппараты снабжены батареями, которые дают энергию. Человеческий мозг снабжен энергией Жизненной Силы, предусмотренной для того, чтобы работать как радио, воспринимая мысли, или передавать мысли другим мозговым радио.

Научитесь передавать мысли по своей воле

Радио является аппаратом, который действует посредством электрических волн, подобных лучистой энергии, каждому радио нужно иметь антенну. Однако уже скоро наступит время, когда радиоаппараты и телеграфные системы будут изъяты из употребления, потому что мы вскоре будем способны общаться ментально посредством своих собственных мозговых радиоаппаратов.

Зачастую у нас бывают "предчувствия". Это действует наше умственное радио, таинственно настроенное с мыслями других людей или же с вибрациями какого-либо ожидаемого события, которые протекают в эфире Космического сознания. Иногда, когда мы непрерывно и очень сильно желаем, чтобы другие узнали наши известные желания, то они и бывают узнаны другими.

Теперь возникает вопрос - если человеческий ум может иногда воспринимать или посылать мысли какому-либо другому уму без обыкновенных способов сообщения, то почему бы человеческие ментальные радиоаппараты не могли бы быть так настроены, чтобы они смогли бы воспринимать или передавать мысленные сообщения по своей воле?

Держите в готовности свое ментальное радио

Подобно тому, как неисправный радиопередатчик или радиоприемник не могут передавать или воспринимать соответствующие сообщения, так и человеческие ментальные радиопередатчики и радиоприемники, которые не в порядке, не смогут исполнить чудес телепатии, т.е. они не могут превратить ваш мозг в ментальное радио.

Может быть, ваш мозговой микрофон был испорчен молотами беспокойства,

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
употребленными вашими шумными страстями. Если это так, то такой умственный микрофон надо отремонтировать посредством глубокого молчания или практикования физической дисциплины и техники концентрации, предварительно послав искреннюю молитву своего желания. Если вы почувствуете мир, то ваш умственный микрофон исправлен, и тогда как раз время послать свое первое и самое важное требование: Отец, научи меня опять реализации, что Ты и я - мы - одно.

Не прекращайте сразу же своих передач, после первого или второго раза, но с непрерывным личным усердием продолжайте сознательно и с все возрастающей сердечной жадой, без перерыва, ментально повторять вышеупомянутое утверждение о вашем потерянном единстве с Богом до тех пор, пока вы не почувствуете все возрастающий трепет духовной радости, начинающийся вокруг сердца и распространяющийся затем по всему телу. Эта возрастающая радость является единственным доказательством, что Бог ответил посредством нашего сердечного радио, настроенного благочестиво.

Чем глубже и продолжительнее вы будете медитировать и утверждать, тем глубже вы почувствуете и осознаете всегда возрастающую радость в своем сердце. Тогда вы уже без всяких сомнений будете уверены, что Бог есть и что Он всегда существует, что Он всезнающ, вездесущ и что Он является всегда новой Радостью. Тогда просите:

Отец мой, теперь, сегодня, весь день, все последующие дни, ежеминутно, во сне ли, наяву, в жизни, в смерти, в этом ли мире или в будущем, пребудь Ты со мной как сознательная Радость, отвечающая моему сердцу.

Затем просите, если хотите, об исцелении преходящего тела, или о преходящем благополучии, или о чем-либо другом, о чем вы серьезно думаете, что это вам необходимо, однако не забывайте все время просить:

Отец, пребудь Ты всегда моим, как Ты и был, и да будет Твоя любовь единственным королем, господствующим на троне моего честолюбия и моих желаний. Сделай меня способным создавать для Тебя соответствующий храм в каждом человеческом сердце.

Когда вы достигли спокойствия и концентрации и ваш ум сделался сильной батареей энергии, то поднимите руки и попытайтесь почувствовать вибрации ваших близких, живущих вдалеке от вас, или вибрации находящегося вдали от вас дома или огорода. Запомните, что ваши поднятые вверх руки, которые вы держите в равновесии в глубокой концентрации, будут действовать как антенны, чтобы воспринимать мысли других людей или передавать ваши мысли другим. Так как звуки проходят через эфир, так и наши мысли идут через Космическое Сознание, которое проникает сквозь все наши души и все материальные субстанции. Чувственные ограничения

Наше чувственное радио может воспринимать только известные свойства, части явлений, вибрации сообщений - но не субстанцию, саму вещь в себе. Наши чувства дают нам информацию о феноменах, но не о нуменах. Посмотрите на апельсин - вы видите цвет, чувствуете его мягкость, аромат, вкус, каждое свойство в отдельности. Комбинация такого восприятия называется апельсином: никто не знает, какова эта вещь, апельсин - как таковой. Апельсин не является цветом или вкусом или мягкостью, но он является силой, которая гармонично соединяет вместе все эти свойства, чтобы вызвать эффект апельсина. Искусственный апельсин может быть сделан из губки, апельсинового сока, апельсинового запаха и апельсиновой корки, чтобы он внешним видом, вкусом и осязанием был подобен апельсину. Так как наши чувства воспринимают свойства только отдельно в искусственной комбинации цвета, вкуса, запаха и осязания, то можно легко заставить чувства поверить, что искусственный апельсин является настоящим апельсином.

Никто не знает, чем является настоящий апельсин. Может быть, это умственная комбинация, вибрирующая различными атомами, которые репрезентируют свет, вкус, твердость и запах вокруг какого-то ядра. Наши чувства ничего не говорят нам об этом, однако наша мудрость делает это. Громадная вселенная - ни что иное, как океан энергии вокруг нас. Физическое тело со своими эфирными маслами, блестящие озера, движущиеся океаны, небеса, воздух, огонь - все это является вибрациями той же самой космической энергии. Но чувства разделяют их и передают нам неправильную информацию, что твердое нас ранит, жидкое нас топит, огонь нас сжигает, небо нас не держит и газ нас душит. Так как лед возникает из воды, пара, газа водорода-кислорода, так и вселенная появляется как твердая земля, океаны и пары. Все это является проявлением одной и той же субстанции. Все 90 элементов, из которых состоит весь мир, вся вселенная, сделаны из одной электронной энергии, которая в свою очередь составлена из сознательной космической энергии. Наши чувства дают нам понятие о самом поверхностном аспекте материи, обманывая нас, чтобы мы думали, что лед холоден, тверд и тяжел, и что пары жидки и горячи, и что атомы в них состоят из горящего и блестящего электричества.

Наши чувства не говорят нам правды, а именно, что электроны, собранные в

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
маленький карандаш, смогли бы взорвать небоскреб, и что энергия, освобожденная от электронов, которые составляют тело человека, смогла бы взорвать часть горы Эверест. Если бы наши чувства говорили бы нам правду, то мы бы увидели землю не твердой, жидкой и газообразной, но как ледники и реки электронов. Каждое пятно пыли показалось бы нам как вращающаяся масса света.

Можно рассуждать, что хотя наши чувства нас и обманывают, но наши способности к размышлению могут нам дать новые истины. Это правда. Однако нам нужно помнить, что все знание, добытое экспериментами, проведенными посредством микроскопа, математики и с помощью точных инструментов, должно поступать через чувства, но чувства и ум, с их свидетельствами, сказали нам только миллионную часть истины о материи и природе всех вещей. Только недавно атомы рассматривались как неделимые частицы – теперь они уже расщепляются дальше как содержащие тончайшую электронную материю. Таким образом, ни на чувства, ни на силу заключения, которая строит науку на свидетельствах чувств, нельзя положиться в отношении истины о земле, вселенной, человеческом теле и уме.
Повторный обзор первой части

Подобно тому, как электричество накоплено в батарее, так и жизненная сила накоплена в мозгу. И это подобие не кончается только этим, ибо накопленная лучистая мозговая энергия по своей сущности является электрической. Мозговая энергия употребляется в каждый миг нашего существования в связи с каждой нашей мыслью и каждым движением, согласно сознательно проявленного желания, а также и в связи с так называемой автоматической деятельностью человеческой машины. Поэтому нам необходимо большое количество энергии, и нам сознательно нужно его брать из его неограниченного источника.

Мозг обладает также природой радио и микрофона, ибо он способен как передавать, так и воспринимать приказы. Для того, чтобы мы смогли воспользоваться этой способностью, наш мозг должен быть построен соответствующим образом и в хорошем порядке. Зачастую наше умственное радио странным образом настраивается на восприятие мыслей других людей, и мы можем их почувствовать. Иногда, когда мы интенсивно думаем о других людях и известных вещах, о которых мы хотим получить сведения, то они достигаются нашими мыслями. Однако это не является обычным делом.

Содержа в хорошем состоянии ментальное радио и микрофон, вы сможете сознательно по своему желанию совершать мысленные посылки и воспринимать их. Беспокойство, шумливая страстность и чувственное поведение очень вредно отражаются на ментальном радио. Глубокий мир, покой и тишина являются очень важными условиями для успешной восприимчивости, также как и концентрация и ее техника и физическая дисциплина. Руки, поднятые вверх, и пальцы чувствительно действуют в качестве мысленной воспринимающей и передающей антенны. Попробуйте прочувствовать вибрации с помощью ваших рук. Подобно тому, как звуки проникают через эфир, так и наши мысли проходят через Космическое Сознание, которое насыщает все души и всю материальную субстанцию. Ваша первая настройка должна быть согласована с Богом, и вашей первой передачей должно быть:
Отец, помоги мне снова осуществить в моей жизни, что Ты и я – мы одно.

Одним из самых главных условий для сохранения здоровья является – "воздержание во всех вещах". Это к каждой фазе нашей жизни, чтобы можно было бы достигнуть и сохранить необходимое равновесие. Хорошая пища для вашего тела, хорошие мысли для вашего ума, мир Божий для вашей души являются уравновешивающими требованиями для вашего благосостояния.

Часть II

Как освободить ум от ядов забот

Когда вы страдаете от ядов болезней, то начните ментальную диету. Создающий здоровье ментальный пост очистит ум и освободит его от беспечной неправильной ментальной диеты. Прежде всего научитесь устранять причину ваших забот, не допускайте их огорчать вас. Не питайте вашего ума создаваемыми ежедневно ядами ваших забот. Заботы зачастую являются результатом стремления сделать слишком много дел поспешно.

Начните "пост от забот"

Когда вы влияете на свой ум, чтобы не заботиться, но решили начать "пост от забот", то оставайтесь при своем решении. Вы можете полностью прекратить заботиться. Вы сможете разрешить самые трудные проблемы, применяя величайшие усилия, и одновременно полностью не допускать забот. Скажите самому себе: Я могу сделать себе самое лучшее, но не больше. Я удовлетворен и счастлив, что делаю возможное, чтобы разрешить свои проблемы, здесь нет никакой необходимости заботиться до смерти.

Когда вы влияете на ваш ум, чтобы быть радостным, то ничто не сможет вас сделать несчастным. Когда вы сами не хотите разрушать спокойное состояние вашего ума, акцептируя суггестию несчастных обстоятельств, то никто не сможет вас

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
подавить. Вас может интересовать единственно неутомимое исполнение ваших хороших дел, чтобы достигнуть правильных результатов, однако все ваше внимание должно быть направлено на действия и не на результаты. Откройте последнее Богу, говоря: Я сделал самое наилучшее в данных обстоятельствах. Поэтому я счастлив.

После приобретенных вами успехов, проводя тщательный пост в течение нескольких часов в день, попытайтесь провести такой пост в течение одной или двух недель сразу и постарайтесь полностью не допускать наполнения яда забот в вашем организме. Когда бы вы ни обнаружили себя поддавшимся заботам, начинайте пост от забот отчасти или полностью в течение целого дня или недели. Надежда и радость излечивают от забот

Надежда является вечным светом на темном жизненном пути, по которому душе нужно путешествовать через инкарнации, чтобы достигнуть Бога. Никогда не теряйте надежды, ибо в противном случае вам придется неблагоприятным образом ожидать на перекрестке тьмы, до тех пор, пока вам опять удастся зажечь прожектор надежды на вашем пути к Богу.

Человеческие существа надеются и стараются известное время, однако когда им что-либо не удастся несколько раз, то они перестают надеяться и становятся малодушными. Благочестивый человек никогда не перестает надеяться, ибо он знает, что ему принадлежит вечность, в которой он сможет материализовать свои мечты. Убить надежду и изнеможеть означает надеть маску животной ограниченности и скрыть ваше божественное тождество с Всемогуществом. Вместо этого надейтесь на самое высшее и лучшее, ибо вам как детям Божиим ничего не является слишком хорошим. Не теряйте надежды! Идите по свету, пока вы путешествуете по путям инкарнации и сохраняйте ваши обители, полные света в Боге. Надежда рождается в интуитивном сознании души, как иногда мы вспоминаем позабытый образ Божий в нас.

Негативным методом для преодоления отравления заботами является пост от забот, но есть также и положительные методы. Лицу, отравленному зародышами забот, нужно начать строгую ментальную диету. Ему нужно регулярно наслаждаться обществом жизнерадостных лиц. Ежедневно ему нужно встречаться, хотя бы даже на короткое время, с радостно настроенными людьми. Имеются некоторые люди, у которых смех и песни не прекращаются. Разыщите таких и наслаждайтесь вместе с ними этой очень жизненной пищей радости. Продолжайте диету смеха один или два месяца. Наслаждайтесь смехом в обществе истинно радостных людей. Через месяц или два вы обнаружите перемену – ваш ум будет наполнен солнечным светом. Запомните, что своеобразные привычки могут быть культивированы единственно созидательными действиями специфических привычек.

Как обеспечить себя присутствием Божиим и получить от Него ответ на свои просьбы
Минуты важнее, чем годы. Если вы не наполняете минуты своей жизни мыслями о Боге, то года протекут, однако когда каждую минуту вы будете наполнять свою жизнь мыслями о Боге, то вы придете к заключению, что годы вашей жизни автоматически наполнены сознанием Божиим. Никогда не думайте о завтрашнем дне. Заботьтесь об этом дне и тогда все завтрашние заботы пропадут. Не откладывайте на "завтра", чтобы медитировать. Не ожидайте "завтра", чтобы быть хорошим. Будьте теперь же хорошим. Будьте спокойными теперь же. Это преобразит вашу жизнь.

Человеку, стремящемуся расширить свое сознание до сознания вездесущего Бога, необходимо научиться медитировать о Космосе. Медитация означает постоянное мышление о внутреннем и наружном широком просторе, так как душа способна забыть свою привязанность к ограниченному телу и вспомнить свое просторное тело с Богом. Океан есть волна и волна является океаном – океан должен знать, что он является волной, и волна должна знать, что она является океаном. Так и духовный океан знает, что он становится душевными волнами, но душевным волнам посредством медитации нужно вспомнить, что они являются душевным океаном. Маленькой душевной волне нужно забыть свое ничтожество, возникшее от концентрации на теле, и концентрироваться на Космический Дух как на свое собственное большее тело, в котором маленькое ограниченное тело является только частью его.

Как и великие индийские йогины, также и Христос мог не только предвидеть ход событий и человеческие действия на расстоянии посредством телепатических вибраций или мыслей, но Он также знал все события на земле и под землей, или в каждой части вселенной, или на каждой планете, или в вибрирующей твари, благодаря своему вездесущему сознанию. Поэтому Иисус также предсказал или предчувствовал смерть Лазаря посредством своего вездесущего, всеведущего сознания Христа.

Для того, чтобы пробудить Бога, получить от Него ответ, вам необходимо непрерывно напевать Ему свои ментально шепчущие песни. Что бы вы ни делали, присоединяйте свои глубокие ментально шепчущие молитвы – некоторые просьбы из следующих мыслей:

1. Отец мой, открой мне Себя!

2. Любимая Божественная Мать, не скрывайся больше. Разрушь преграды незнания и явись мне во всем своем блеске.

3. Божественная Мать, сними плену тьмы, которая затемняет мой взор, когда я медитирую о Тебе с закрытыми глазами.

4. Божественная Мать, явись мне сама, в свете посвященной Тебе горячей любви.

5. Божественный Друг, своими короткими руками я хотел бы обнять Твою вездесущность. Приди! Я не могу больше ждать, о приди!

6. Любимый Дух, проявись мне сквозь тусклые покровы моей эгоистичной любви и охвати меня Твоим вездесущим светом.

7. Я хочу сжечь дверь молчания моим непрерывным, динамичным огнем внутреннего шепота. О, вечно пылающая любовь, проявись в моем пламенном благочестии.

8. Чтобы память о Твоей Сущности всегда сияла в храме моего почтительного шепота. Чтобы моя любовь к Тебе горела скрытой в храме Твоего сердца, и чтобы я смог пробудить Твою любовь во всех сердцах.

9. Да горит твоя любовь на алтаре моего сердца, и чтобы я был способен зажечь в алтарях всех сердец любовь к Тебе.

Окончательный анализ

Превращая мысли человеческого мозга в воспринимающий радиоприемник, необходимо концентрироваться на мозг:

а) Освободите тело от напряжения.

б) Оттяните энергию от моторных (двигательных) нервов и мускулов.

в) Концентрируйтесь поглубже на мозг, пока вся энергия не будет оттянута от сенсорных нервов и пяти органов чувств: осязания, вкуса, обоняния, слуха и зрения.

г) Временами вдыхайте или задерживайте дыхание. Тогда ваш мозг насытится жизненной силой, которая оттягивается от всех других частей тела.

Затем настройте свой ум на спокойствие. Настройте свой ум на мир. Настройтесь на тишину, постоянно изгоняя беспокойные мысли. После этого возьмите вплотную руку того лица, мысли которого вы хотите читать. Затем предложите этому лицу концентрироваться на какой-либо предмет. Теперь постарайтесь почувствовать, что мысленный импульс вашего друга течет через его нервы в ваши нервы и затем в ваш мозг. Практикуйте это, и вы будете способны читать мысли некоторых лиц, подумайте только о них.

Для того, чтобы передать какое-либо сообщение, производите тот же самый вышеописанный прием, единственно вместо восприятия мыслей, постарайтесь отправить какую-либо мысль своему другу посредством своих нервов и его нервов в его мозгу. Когда вы будете способны это производить, то концентрируйтесь на лоб между бровей (переносицу). Глубоко медитируйте на этом месте и затем посылайте свое сообщение посредством всевидящего глаза к какому-либо другому спиритуальному глазу. Постарайтесь представить его перед собой.

Повторный обзор второй части

Мысли, наполненные заботами, являются привычкой. Они воздействуют как ядовитое вещество на мозг. Хорошим намерением является поэтому начать "пост от забот", начиная с одного часа по утрам и с одного часа в обеденное время и по 3 часа вечером. Совершенно не давайте проникнуть ни одной мысли, которая вызывает заботы, в ваш ум в это время. Затем расширьте это время на целый день, затем на неделю, а затем и на целый месяц. Вскоре вы сломите хитрую власть этой привычки мысленной озабоченности, и тогда вы сможете навсегда отказаться от них.

Затем вам необходима хорошая ментальная пища для оздоровления ума. Прежде всего вам необходимы смех и радость. Дружите с жизнерадостными людьми, потому что смех и радость прилипчивы. Присоедините к этой диете смелость и мудрость. Переварите это хорошо зубами вашего внимания. Запомните, что особенные привычки можно культивировать только посредством особенных действий, которые образуют привычки. Практикуйте следующую технику при обучении передачи мыслей кому-либо другому:

Вся энергия должна быть сконцентрирована в мозгу.

а) Освободите от напряжения тело.

б) Оттяните энергию от моторных нервов и мускулов.

в) В то время, когда энергия оттянута от сенсорных нервов, концентрируйтесь глубоко на мозг.

г) Производите по временам выдох, легко дышите.

д) Настройте ум на покой.

ж) Правильно схватите руку того лица, мысли которого вы хотите прочитать.

Прикажите ему концентрироваться на какой-либо предмет. Постарайтесь прочувствовать импульс, который протекает от его нервов в ваши нервы и затем в ваш мозг.

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
При передаче мыслей применяйте тот же самый прием, единственно направляя поток мыслей из вашего мозга и нервов к другому лицу.

3. ГДЕ Я НАШЕЛ ЕГО И УСЛЫШАЛ ЕГО ГОЛОС

(Переживание, рассказанное Свами Йоганандой)

Часть I

Много лет тому назад в Индии я бродил по опаловым синим морским берегам. Сумерки набросили пелену тишины на всю окрестность, и звезды появились и засияли на небе. Небосвод небесного храма говорил мне о присутствии высшего Всемогущего "Я", которого я усердно искал. Я наблюдал за бушующими, шумными волнами и хотел знать – играет ли с ними Бог. Я боялся увидеть Его бушующее и гневное расположение духа, которое выражается в Нем разбивающимися о берег пенящимися морскими волнами. Я вздрогнул и отвратился от Его гневного простора и от пылкой борьбы волн Его природы, и я всматривался в более нежное выражение Вездесущего. Повернувшись в сторону берега, я увидел дерево, которое приветливо махало своими ветвистыми руками, чтобы порадовать меня более приветливым возвышенным видом. Я едва услышал ритм нежной колыбельной песни, призывную песню, которая, как я почувствовал, исходила от великого Бога. Затем, приняв во внимание приветствующие меня нежные веточки Божиих рук, я захотел увидеть Его громадный вид в Природе, и так я побежал в темную неизмеримую таинственную долину неба и искал увидеть Его и поиграть с Ним. Напрасно искал я Его в покрытом облаками, в украшенном гирляндами звезд небесном пространстве, которое скрывается за ужасно молчащей пустотой. Несмотря на то, что Он был невидим смертными глазами и неслышным был Его голос, однако я неопределенно почувствовал, что Он был очень близок, играя со мной в прятки за джунглями моего сердца, отступая и избегая меня каждый раз, когда я Его почти что поймал.

Наконец, я впал в мрачное отчаяние и прекратил свои поиски Великого, Изворотливого и Уклончивого Бога. Однако моя стремительная любовь вновь загорелась желанием погнаться за Ним в небесную долину. Я не мог поймать Его руководящую Космическую руку, также и Его лик я не смог обнаружить. В отчаянии я прекратил свои напрасные поиски и поспешил прочь от Него. Когда я шел мимо океана, я спрашивал, где Он находится, однако все не было и не было ответа от моря, бушующего волнами. Только дерево шептало что-то нежное про Него, что я не смог расслышать. Я подумал, что Он предупредил всех Своих служителей молчать и не извещать о Его скрытом местонахождении. Так нежное, приветливое дерево задрожало от Его присутствия ветерком и не говорило больше...

Часть II

Демон молчания тихо угрожал мне со всех сторон, с безграничных синих небес. Как обиженный ребенок, я досадовал и скрывался в глубине своего Существа, и я Его больше не искал. Однако как только я скрылся в глубочайшей глубине своей медитации, то тогда, без предупреждения, какая-то невидимая рука вдруг сорвала черную пелену моего незнания.

Мои глаза открылись. Пламенным взором я озирался вокруг. Вся усталость, созданная моим отчаянием, оставила меня. Я ощутил невыразимую силу, и я приподнялся и интенсивно наблюдал опять как за собой, так и вне себя. В конце концов море прекратило свою гневную игру волн и улыбнулось мне. Я увидел прекрасную счастливую обитель мировой мистерии со всеми своими дверями, открытыми посредством какой-то мистической силы. Я ощутил, что это был созданный мной самим фантастический туман неверия, который так долго отделял меня от возлюбленного, который так долго играл со мной в "прятки" на призрачных полях моих многих инкарнаций. Теперь послушайте! Какой-то невидимый стоял со мной рядом и шептал мне холодно и ясно:

Алло, партнер игр, я здесь!

Я последовал за ним по катящимся волнам, видел, как Он нежно махал мне через приветливые ветви деревьев и исчез в пространстве, я играл с ним "в прятки" в цветущей долине звезд. И теперь этот самый Скрывающийся, который исчезал от меня, когда я почти прикасался к Нему, – стоял рядом со мной, когда углублялся в себя, и Он ясно шептал мне:

Алло, партнер игр, я здесь. Ты Меня искал везде вне самого себя, в то время как я всегда пребывал с тобой. В святая святых Твоей Души.

Все вышеупомянутое является истинным видением, которое я пережил после горячих поисков Бога. Хорошо запомнить следующее: идите, пока найдете. Стучите, пока все двери премудрости откроются вам. Верьте и действуйте согласно своей веры, пока вы будете знать. Молитесь, пока Он вам ответит. Медитируйте все глубже и глубже, пока вы найдете и почувствуете Его как безграничную радость. Любите Его, пока вы почувствуете Его любовь. Говорите с Ним непрерывно в тишине, пока он заговорит с вами.

Заметьте, что так называемые важные вещи в жизни, как, например, деньги, жену и друзей, в действительности труднее всего сохранить. Они могут каждую минуту ускользнуть. Поэтому возьмите нетленное благо, сделайте так называемого, ненадежного Бога своим, и когда все остальное вас оставит за последними дверями этой жизни, – тогда вы найдете Его самым преданным для вас.

4. ЭВОЛЮЦИЯ ИСЦЕЛИТЕЛЬНЫХ МЕТОДОВ

Часть I

Болезни можно классифицировать на физические, ментальные и духовные. Болезни, которые влияют на кровь, кости, мозг, нервы и ткани, называются физическими. Ментальные болезни возникают от страха, забот, гнева, распушенности, страсти и плохих привычек, от ментальных бактерий. Незнание является причиной духовной болезни. Это является грехом всех грехов, согласно святых писаний индусов, потому что это является корнем, от которого происходят все невзгоды. Недостаток внутреннего мира, недостаток гармонии в отношениях с близкими и замешательство в жизни являются причинами некоторых из духовных болезней.

Однако теперь мы имеем дело непосредственно с методом физического исцеления болезней.

Зависимость человеческого тела от космических сил

Что же это такое, что нас исцеляет? Разве это медикаменты, Икс-лучи, массаж или ум? Если это является одним из вышеупомянутых, то почему же это не исцеляет от всех болезней? Потому что Жизненная Сила является единственной высшей неизменной силой, посредством которой некоторые или все исцелительные методы могут быть практически применимыми и действенными. Метод исцеления настолько хорош или плох, насколько он способен возбудить или повысить бездеятельную Жизненную Силу, которая в каждой большой части тела, таким образом, электризует болезнь. Поэтому все методы исцеления являются в действительности непосредственными способами для возбуждения энергии, которая является истинным и прямым исцелителем всех болезней.

Понятие о человеке как о "динамо", которое наполнено электрической силой или Праной, как это называют индусы, соответствует фактам, поясненным святыми Индии много веков тому назад, а также подтверждается и в наши дни современными научными исследованиями. То, что исцеляет, является жизненной энергией, космической электрической силой, во всех случаях заболеваний. Ясное понимание этого пункта чрезвычайно важно, ибо, хотя это и не уменьшает важность естественной диеты, однако это направляет человеческое сознание на идентичность его собственной жизни с космической жизнью или с бессмертной всеобъемлющей силой, и уничтожает неправильную мысль, что жизнь находится в зависимости от внешних источников, таких как пища.

Таким образом, мы видим, что человек не является только сцеплением нервов, мускулов и костей, потому что и мертвец имеет все это. Вся разница между мертвым и живым телом заключается в присутствии или отсутствии этой космической Жизненной Силы. Живой человек живет потому, что жизненная энергия сверкает в его глазном яблоке, в ушах, во всех чувствах, в желудке, в печени, в мозгу и во всех его органах. Метод, посредством которого можно непосредственно и быстро возбудить жизненную энергию как достижения здоровья, я называю – "жизненной терапией", или непосредственным, прямым исцелением лучами внутренней Жизненной Силы. В разных упражнениях для мускулов концентрация направляется на мускулы, а не на силу, которая двигает мускулами. Что же это за сила, которая двигается в мускулах посредством моторных нервов? Что это за сила в чувствительных нервах, которая управляет осязанием, обонянием, вкусом и т.д. и передает эти чувства в мозг? Что это за сила, которая приводит в действие сердечный насос, двигает диафрагмой и заботится о пищеварительном процессе в желудке, посредством пищеварительного сока и перистальтической деятельности?

Материя посредством сознательных космических лучей наполняется жизнью

Святые писания индусов и древние арийские ученые Индии – святые уже давно распространили теорию, что вся материя наполняется жизнью посредством Сознательных Космических Лучей. В соответствии с этим размышлением я рассматриваю человеческое тело похожим на автомобильную батарею. В теле 26 тысяч миллиардов клеточек, являющихся маленькими батареями, которые зависят от главной мозговой батареи, которая, в свою очередь, наполняется вновь посредством медуллы облонгаты. Так же как и автомобильная батарея зависит от двух источников – от химической и электрической зарядки – так и существование телесной батареи находится в зависимости от двух источников:

1. Компактность, жидкость, солнечный свет, кислород и тому подобные внешние источники.

2. От зарядки Жизненной Силой и сознания.

Последние составляют главные условия жизни, в то время как первые стоят на

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru втором месте.

Прибавление химикатов и воды к разряженной батарее не могут ее оживить. Подобно этому также если мертвеца положить на солнце, его желудок наполнить хорошей пищей и его легкие наполнить кислородом, однако он все же не будет жить. Почему? – Потому что его телесная батарея умерла. Несмотря на то, что пища является одним из тех условий, при посредстве которых жизнь обычно существует, однако сама жизнь непосредственно заряжается из некоторого неизвестного космического источника.

Химикаты не смогут помочь умирающей батарее, которая не может работать без электрической зарядки. Воздействие электричества на химикаты составляет жизнь батареи. Подобно этому также и космическая электрическая сила человека является прямым жизненным источником. Эта сила перерабатывает пищу, кислород и солнечный свет в живую энергию. Эта же самая сила обладает громадным сознанием, которое превращает эти же самые пищевые материалы в различные виды тканей в теле – в кости, нервы, жиры, кожу и др. Без этой силы пища бессильна поддержать жизнь. Пища будущего прогрессирующего человечества будет состоять в абсорбировании лучей непосредственно изнутри или из природы, и тогда человечеству не надо будет полагаться на косвенный метод приобретения энергии посредством превращения пищевых элементов.

Лечение электричеством и лучами является более тонким, потому что здесь применяется более тонкая сила для исцеления, чем компактность и жидкость. Эти более утонченные силы оказывают влияние на электрические тончайшие составные части, чего не могут достигнуть медикаменты, будучи более грубыми, так как они не могут гармонизировать неправильное состояние вибрации. Лучи не могут проникать через беспорядочные зародыши атомных составных частей больных тканей, которых не могут достигнуть жидкости.

Повторный обзор первой части

Познание, как актуально происходящий целительный процесс, является хорошим помощником в укреплении в человеческом уме сознания о его собственной идентичности с космической жизнью.

Некоторые лечебные методы являются эффективными благодаря их способности пробудить или стимулировать жизненную силу. Лекарства и физическое лечение являются более грубыми методами, в то время как электричество и солнечные лучи принадлежат к более тонкой природе и оказывают большое влияние на строение телесных электронов и гармонизируют состояние плохих вибраций. Космическая электрическая сила является непосредственным источником жизни. Здесь уместно сравнить человеческое тело с автомобильной батареей, которая питается из двух источников – химического и электрического при езде. Человеческая электрическая сила является главной жизненной силой, которая преобразует пищу, кислород и солнечный свет в живительную энергию.

Необходимо знать и помнить чрезвычайно важный пункт, что жизнь, которая вас наполняет, является сознательными космическими лучами. Они поступают к нам в виде чистой жизненной энергии. Что вы с ними делаете, или вы их направляете правильно или неправильно, представляя их потоку проявляться в здоровье и счастье, или вставая им на пути своей неактивностью, что содействует горю и болезням – это является уже вашим делом. Незнание является главной причиной всех болезней и так называемых грехов. При отказе прислушиваться к внутреннему, тихому голосу, который всегда старается быть услышанным среди помех органов чувств, можно обжечь себе пальцы.

Постройте храм покоя внутри себя. Там вы найдете Бога на вашем алтаре любви и там вы услышите Его голос. Ибо если и ничто не сможет Его достигнуть, но любовь никогда не обманется.

Часть II

Ментальное лечение

Ментальное лечение очень важно, потому что ум является управляющим всех живых клеток. Без ума они не смогут существовать, так как они не могут жить и без пищи. Человек, который находился бы без сознания, хотя искусственно он вскармливался и упражнялся, не смог бы существовать. Каждая часть тела образуется и управляется умом. Все ткани созданы из клеток, которые подчинены приказом инстинктивного и интеллектуального ума.

Мы знаем, что раки и другие низшие животные вновь восстанавливают свои клешни и другие части тела после того, как они их лишаются. Однако в человеческом теле зародышевые клетки превращаются в соматические клетки, которые имеют свои специальные назначения и которые не подчиняются уму. Если природа может развить 2 смены зубов в человеческом теле, то почему же она не сможет произвести и третью смену? Почему же человеческая рука не прирастает, когда ампутирована? Это объясняется плохими ментальными привычками, которые дают возможность непослушным

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
соматическим клеткам господствовать над умом, так что телесные повреждения
бывают продолжительными. Ум способен исцелить их, однако он не способен выразить
свое господство над клетками, которые он развил. Когда-нибудь наука, может быть,
нам укажет, как превратить соматические клетки опять в пластические зародышевые
клетки, которые будут выполнять приказы ума для вызывания различных перемен в
человеческом теле.

Поэтому ум, который является создателем, проектировщиком, архитектором и
высшим преобразователем в теле – является высшей силой, способной вызвать
исцеление. Автомобильные части и материалы производятся в других местах и затем
монтируются, но части человеческого тела вырастают сами по себе. Ремонт
автомобильных частей производится из частей, получаемых извне. Но "исправление"
пораненного тела всегда происходит только изнутри.

4 ментальных лечебных метода можно классифицировать как лечение посредством:

1. Автосуггестии или имажинации.
2. Соображения.
3. Чувств.
4. Воли.

Прогресс ментальных исцелителей очень велик, и они имели большие успехи,
однако нельзя отрицать и того, что они не владеют своим делом, своим предметом
научно, как с этим делом знакомы современные и прогрессивные медики, предметом
изучения которых является человеческое тело. Однако Фрейд и другие
психотерапевты на Востоке и на Западе стараются преобразовать ментальное лечение
более научно. Здесь необходимо совершенное познание взаимосвязи ума и тела.

Ментальное лечение можно применять к людям различного типа. Например, на тип
логических мудрецов самосуггестия окажет мало влияния. Однако я думаю, что все
здесь описанные лечебные методы можно успешно применять согласно с силой
пациента и ментальными и физическими привычками. Но здесь надо соблюдать
известный порядок предпочтения в различных методах. В известных случаях
необходимо применять лечение посредством медицины и хирургии, однако лучше
освободить тело от оков лекарств и хирургических операций, ибо тогда больной
всегда их будет требовать и не будет полагаться на естественное лечение, которое
является наилучшим.

Другой тип людей может освободиться от слабостей посредством рассуждений.

Исцеление посредством чувств может иметь успех, когда чувства пересиливают
влияние болезни привычками и подсознанием. Известны многие случаи, когда немые
люди внезапно начинали говорить, когда их эмоции были сильно возбуждены,
например, когда им угрожал огонь или другие опасности. Чувственная стимуляция
может освободить болезненное сознание известного типа людей.

Ментальное нежелание работать связано с рассеянностью и отсутствием энергии.
Энтузиазм и желание работать идут рука об руку с наплывом свежей энергии. Из
этого факта мы можем усмотреть тонкую связь между энергией и волей. Чем большей
является воля, тем неистощимей является энергия. Без воли мы не можем привести в
движение мотор или вообще работать, ибо прежде чем мы подумаем, у нас должна
быть воля, чтобы думать. Совершенное нежелание работать, двигаться или думать
может вскоре вызвать смерть. Подобным же образом смерть не может наступить, пока
существует "воля жить", исключительно потому, что люди, утомленные болезнями,
освобождают свою жизненную волю, и смерть может победить. Такой всемогущей
является человеческая воля. Волю можно натренировать и развить для привлечения к
телу непрерывной жизненной энергии, чтобы неограниченно ее обновлять.

Лечение посредством спиритуальных утверждений
Прежде всего утверждайте о мудрости и блаженстве, затем о гармонии, затем о
здоровье, затем об истинном счастье и успехах всех людей. Утверждение напоминает
душе, что у нее уже имеется и чего у нее нет благодаря забвению. Это является
свидетельством об истине и отличается от молитв. Молящиеся редко приобретают то,
что они просят от Отца, однако реформированный сын, стараясь запомнить, что он
является "Божим сыном", с помощью аффирмации может приобрести кое-что, правильно
применяя закон вибрации.

Когда вы утверждаете о каком-либо желаемом результате, то вам следует
освободиться навсегда от отрицательных беспокоящих мыслей. Мысли являются той
силой, которая приводит в движение сложную машинерию тела, также как и машину
человеческой судьбы и весь космос. Мысли возбуждают все химические,
психологические и метафизические функции тела. Мысли людских масс и в
особенности мысли политиков руководят судьбами народов. Мысли о Боге
поддерживают Космос в равновесии и ритме. Поэтому правильные мысли, выраженные
правильными словами, вызовут ритмичные эфирные вибрации и возбудят правильные
действия в индивиду, применяющем утверждение и употребляющем все обстоятельство
в связи с успешным достижением желаемого результата. Когда же вы повторяете
слово "Бог" опять и опять, забывая о времени, и во всегда повышенном

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru благочестии, и когда ваше сознание забывает о себе самом в этом утверждении, то в этот миг вы почувствуете присутствие Божие. Слова являются мысленными вибрациями. Мысли же являются вибрациями силы и энергии. Сильные слова или приказы, как, например, "поднимись", но выраженные слабо, без присутствия могущественной постоянной силы, являются малозначащими.

Утверждения для специальных исцелений

Когда у вас имеется тенденция разгневаться по незначительному поводу, то найдите утверждение, наиболее подходящее для вас, и повторяйте его себе до тех пор, пока ваше подсознание освободится от всех побуждений говорить сурово и с гневом. Проводите благочестивую жизнь и тогда каждый, пересекающий ваш путь, получит помощь, приобретая контакт с вами. Критикуйте и реформируйте сами себя. Здесь скрывается разрешение вашей величайшей проблемы. Утверждайте в себе божественную тишину и мир и отправляйте от себя исключительно мысли доброй воли и любви, если вы хотите жить в мире и гармонии. Никогда не становитесь гневным, потому что гнев отравляет вашу систему. Старайтесь понимать тех людей, с которыми вы имеете дело, и хотя кто-либо и пытается рассердить вас, то вы ментально говорите:

Я слишком благодушен, чтобы разгневаться. Я не хочу заболеть гневом.

Если же вы в гневе и все же утверждаете с гневом в своем сердце:

Я спокоен, я спокоен,

то вы попугаиваете про мир без всякого значения, однако одновременно увеличиваете еще больше гнев.

Когда вы свидетельствуете: "я богат", с уверенностью, что вы никогда богаты не будете, то вы станете нищим, ибо ваши отрицательные мысли вас парализуют, сделают неспособным возбудить правильную деятельность, которая даст вам желаемый результат. Если вы механически будете утверждать: "что мне даст утверждение благополучия", – то положительного результата не будет. Индивиду следовало бы начинать утверждение лучше всего сначала шепотом или ментально и с глубоким, все время возрастающим ментальным усиливающимся утверждением. Все групповые громкие утверждения нужно начинать громко или тихо, однако заканчивать надо ментальным пением в тишине некоторое время, пока слова превратятся в миссию вибрирующей мысли, улетающей в эфир для исполнения ее желаемой задачи. Для групповых утверждений лучше всего брать какое-либо выражение. Дайте одному повторять его или объяснить его значение, а также предупредить других о нежелательности механического повторения без мышления об их важном значении.

Большинство церковников поют в хоре, концентрируясь на музыку и стараясь получить похвалу от слушателей, вызывая в них радость и одобрение, однако они мало думают о Единственном, для кого они поют. Подобные певцы никогда не думают о Боге, кому посвящаются эти песни. Поэтому дирижеру групповых песен следует следить за тем, чтобы его коллеги в наплыве чувств не усиливали бы песню все громче и громче и не думали об этом. Слова песни нельзя петь без благочестия. Лучше чтобы в песню были бы вложены благочестивые мысли и звуки слов, заставляющих песне возвышенно и нежно покоряться бы и следовать бы за возрастающей теплой мыслью.

Прежде всего посидите спокойно. Успокойте фантазирующее подсознание.

Воздержите сознание от беспокойства. Повлияйте на всесильное сверхсознание, глубоко медитируя. Затем произведите все утверждения тихо или громко или шепотом, в группе или отдельно. Все свидетельства, будут ли они выражены громко или шепотом, или ментально, но они должны быть насыщены все возрастающим благочестием и концентрацией с каждым повторением. Механическое повторение означает напрасно призывать имя Божие, без успеха и т.е., например, если вы думаете о посещении какой-либо выставки картин, в то время, когда вы повторяете "Бог" опять и опять. Высказать однажды слово "Бог" с благоговением и увеличить благочестие вместе с повторением этого слова, означает поглубже погрузиться в океан силы до тех пор, пока вы достигните основания познания Бога.

Повторный обзор второй части

В то время как физические методы, медицина и лучи являются эволюцией лечебных методов посредством их большей или меньшей силы стимулировать жизненную силу, – но высшим фактором является ум. Ум является телесным образователем от сознания. Запомните, что ум со своими 3-мя частями в действительности является только одним умом. Согласно индивидуальным функциям каждого человека, только известный метод ментального лечения может быть влиятельным. Например, мнимый тип с господствующим подсознанием найдет самосуггестию самой эффективной, в то время как логичный, размышляющий человек, зная взаимную связь между телом и душой, откажется допускать страдание и горе, понимая, что они перестают существовать, если ум их не акцентирует.

Запомните также, что невнимательность и не особенно искренние усилия не дадут хороших результатов. Сильный фактор желания и воли должны быть в каждом

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
начинании. Энтузиазм и воля привлекают новые количества энергии.

Часть III

Подсознательный лечебный метод

Непосредственно перед засыпанием вечером и рано утром, сразу же после пробуждения, освободите свой ум от всех мыслей. Затем повторите какое-либо из следующих утверждений, сначала громко, затем ментально:

1. Сконцентрируйте свое зрение и чувства на переносицу, между бровей, закройте глаза и повторите следующее 3 раза:
Я хочу посредством своей собственной воли, истекающей из божественной воли, быть здоровым, хорошим, довольным и спиритуальным, быть здоровым, быть здоровым.

2. Закройте глаза, сконцентрируйтесь на сердцебиениях и повторяйте со страхом Божим и с чувством:

Ты любишь, Ты любишь, я – Твой, Ты – мой, я – Твой, Ты – мой, я люблю, я люблю, я являюсь любящим, я – здоров, я – совершенен.

3. Сконцентрируйтесь на пупок и вообразите там сияющий яркий свет. Закройте глаза. Прочувствуйте пупок и повторяйте со страхом и чувством:

Ты являешься жизнью. Ты являешься силой. Ты – ум и чувство, Ты есть мысль. Ты есть фантазия, я являюсь мыслью, я являюсь фантазией – во всяком случае, в каждом случае я являюсь таким же, как и Ты, я подобен Тебе.

4. Сконцентрируйтесь на медуллу, закройте глаза и почувствуйте или вообразите свет, находящийся там. Повторяйте:

Твой космический ток течет в меня, протекает в меня, через мою медуллу течет в меня, протекает в меня. Я

воображаю и хочу, чтобы ток протекал, во все мое тело течет ток. Я наполнен, я исцелен, я переполнен, я исцелен. Молниеносный ток проходит через меня. Я исцелен. Я уже исцелен.

Сознательный метод лечения

1. Повторяйте какое-либо из вышеупомянутых утверждений днем или ночью, до или после медитации. Всем ученикам следовало бы почаще применять "научное лечебное утверждение", которое они найдут очень полезным.

2. Посредством силы воли направляйте энергию очень медленно на заболевшую часть тела; еще раз почувствуйте жизненную энергию. В предыдущих лекциях вы могли научиться этому.

Сверхсознательный метод лечения

Возвысьтесь выше дыхания, настроиваясь на космическую вибрацию, и с возрастающей интенсивностью воли и высшим страхом сконцентрируйтесь на место между бровей, направляйте свои молитвы и уверенность на космическую вибрацию. Ментально апеллируйте к космической вибрации, как будто бы вы обращались бы к своему собственному отцу.

1. О, Святая Вибрация, Ты являешься мной. Ты являешься мной, моя душа принадлежит Тебе, Твой дух является моим, ты являешься совершенством, Ты имеешь все, я являюсь Твоим дитятей, у меня есть все, у меня есть все, у меня есть все. Букет моего высшего почитания, любви и страха я преподношу Тебе, я кладу Тебе. Что мое, то и Твое, что Твое, то и мое, я прошу с любовью, я молюсь. Будь Ты моим, пребудь Ты моим.

2. Ты есть я, Ты есть я. Ты блаженна, я блаженен. Ты спокойна, я спокоен, ты здорова, я здоров, ты являешься совершенной, совершенство во мне, ты являешься блаженной, я блаженен, я блаженен, я блаженен.

3. Я являюсь твоим сыном, я мудр. Ты счастлив, я являюсь твоим дитятей, поэтому я являюсь счастливым ребенком. Отец, Тебе принадлежит все. Я – Твое дитя, мне принадлежит все. Ты всегда здоров, я здоров, я здоров. Мы являемся Твоими детьми, я хочу быть счастливым. Ты силен, я силен.

Обращайте вашу абсолютную веру на божество всех божеств или на дух всех духов и всегда не сомневаясь верьте действию Его силы в вас непосредственно над вашими мыслями, молитвой и уверенностью дать вам могущественную силу исцелять себя и других. Признайте Его воздействие в каждой вещи, связанной с вами, и Он всегда будет с вами.

Лечение посредством исцеления

Здесь имеется лечение разными способами, каждое из которых можно применить для лечения физических, ментальных и спиритуальных болезней. При различных видах лечения посредством лекарств, инъекций, утверждений (аффирмаций), массажа, воздействия на нервы посредством воли или веры – вибрирующее лечение имеет большое значение. Вибрирующее лечение состоит в создании и посылке вибраций больным лицам – внутренне – посредством посылки энергии силой воли, или внешним образом посредством сверхсознательных насыщенных песен, интонаций человеческого голоса и оживляющим словам, выражениям и утверждениям (аффирмаций).

Для лечения посредством песнопений, славословия физических недугов или забот, или спиритуального незнания, необходимо знать законы об изменении интонаций от

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
высоких к низким, с низших шепчущих интонаций, от шепота до ментального, подсознательного и сверхсознательного песнопения. Это является методом преобразования громких, полных значения слов в реальное переживание, ассимилируя истину слова или слов с громким или ментальным песнопением до тех пор, пока они станут частью душевной реализации. Или также можно сперва вызвать сверхсознательное состояние, полное мира и покоя и в этом состоянии петь ментально или шепча или громко, как кому нравится. Ментальное лечение лучше всего проводить наедине. Громкое же воспевание с переходом от низкого к высокому является более лучшим в собраниях.

Дисгармоничный шум влияет на нервную систему человека, посредством этого ослабляя медиума, жизненная энергия которого распределена по главным органам тела – по системе кровообращения, в мозгу и т.д. Вместе с ослаблением нервной системы уменьшается подача теплоты и энергии через кровь, делая человека удобной обителью для микробов. С другой стороны, гармоничные звуки, песни, насыщенные сверхсознательной душевной силой, силой воли, верой, пробуждают ткани разрушенной нервной системы, возбуждают в них жизненную энергию. Потому вибрирующие методы внешнего голоса, соединенные с вышеупомянутыми методами, могут исцелять все негармоничные состояния тела, ума и души. Искреннее приветливое слово, вдохновенное пение, успокаивающий душу голос, предотвратили много печалей, зажгли во многих лицах свет радости.

До лечения необходимо понять или объяснить закон повторяемости. Западный ум зачастую не может понять всей глубины меняющейся уверенности в песнопениях индусов и видит в этом единственно повторение монотонных слов. В действительности, нет никакого значения повторению слов без придания им глубокого значения, понимания, глубочайшего чувствования и реализации. В таком случае лучше повторять такие утверждения:

О, Отец, дай мне здоровье

или

Я – здоров, ибо Ты пребываешь во мне, без подготовки (когда они придут на ум), повторяя их от высокого тона до шепота и, наконец, от шепота до ментального утверждения до тех пор, пока вы будете чувствовать то, что говорите, т.е. будете повторять какое-либо выражение с меняющейся глубиной душевного чувствования до тех пор, пока вы будете в каждой ткани своего существа осуществлять значимость этих призывов. Таким образом достигается соответствие со своими утверждениями, посредством громкого и ментального песнопения. В тот момент, когда утверждение достигает сверхсознания, наплыв энергии спустится вниз и будет вибрировать и исцелять недуги тела, тканей, ума и души, убивая электричеством бактерий, парализуя ментальный страх и сжигая в пепел незнание.

В наших индусских писаниях мы находим указание, что таинственные чарующие слова и насаждающие слова должны быть оживленными в душе певца, оживотворенными и произносимыми с особой интонацией голоса или спетыми, чтобы вызвать желаемый результат. Простое повторение мантр или чарующих слов без глубокого прочувствования и осознания их значения не даст желаемого результата.

Воспеваемые аффирмации, как например, Бог с Тобой, будь здоров, для того, чтобы они были бы эффективными, следует повторять только таким людям, которые чувствуют Отца в себе.

Исцелитель и пациент должны быть в совершенной гармонии

Прежде чем вы захотите кого-либо исцелить, вам следует сперва оценить силу. Вам прежде всего надо развить свою ментальную исцеляющую силу, а также и хорошую восприимчивость в отношении ваших исцеляющих вибраций на того пациента, который обращается к вам за помощью. Имеются такие случаи исцеления, когда исцелитель скажет только одно слово и человек уже здоров. В таком случае восприимчивость этого лица и сила исцелителя были полностью уравновешены. Несмотря на то, что исцеляющая сила, являющаяся Божией силой, и может быть в вас, однако без восприимчивости пациента вы не сможете исцелять. В связи с лечением вы никогда не должны забывать, что исцеляющая сила исцелителя и восприимчивость пациента должны быть уравновешенными.

Разум является руководящим учителем тела, однако мятежное тело не хочет оказывать ему послушания, и если человек предал свой разум для служения физическим процессам, тогда подобная поработанная телом душа не сможет исцелять, так что такому поработанному уму следует ознакомиться со своей собственной силой посредством такого человека, который не поработан ими. Когда вы влияете на разум какого-либо ученика убеждением и самореализацией, тогда вы подготавливаете это лицо. Тогда вводите вашу силу.

От чего зависит сила исцеления

Она зависит от пробуждения душевной силы. Ментальная суггестия исцеляющей

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
силы внедряется в имажинацию пациента, которая пробуждает больного человека от его ментальной тупости и возбуждает его жизненную силу, которая и производит исцеление. Некоторые ментальные процессы пробуждают известную степень жизненной силы в теле, которая может исцелить. Эта ментальная сила, которую жизненная сила может пробудить, моментально на месте вызывает исцеление, однако обычно проходит продолжительное время для освобождения ума пациента от неправильных привычек, которые возникли с сознанием хронической болезни, однако когда разум уничтожил сознание хронической болезни, то и исцеление тотчас же наступает. Однако если ум не уничтожил мысли о хронической болезни, то и ментальное исцеление тотчас не наступает. Однако если ум не уничтожил мысли о хронической болезни, то и ментальное исцеление не может внезапно возникнуть.

Когда вы хотите исцелить других, то вам, прежде всего, нужно победить в себе самом телесные испытания, и страдания не должны превозмогать. Вам необходимо ментально возвыситься над ними в то время, когда вы стараетесь исцелить себя. Вы должны обладать сильным умом, не поддающимся чувственным искушениям и страданиям. Вы же являетесь безграничным духом. Вы не были заключены в телесную клетку и никогда не будете. Ваши знания распространены повсюду. Вы являетесь частью рая. Когда же душа отождествляется с телом, то она поддается процессу иллюзии. Когда же вы раскрываете глаза и не замечаете больше маленького тела, то вы становитесь безграничны. Как же это произошло, что вы думаете, что вы являетесь ничтожным телом?

Еженедельная инспирация. Ты являешься жизненной силой во плоти

Движение энергии или жизненная сила, находящаяся в вас, является той, которая исцеляет. Кроме наших физических методов мы применяем также и пробуждение этой энергии. Самореализация учит вас, каким образом можно пробудить эту жизненную силу, которая создает каждую часть тела. Жизненная сила является создателем каждого органа в теле. Связь между умом и телом пополняется жизненной силой. Без духа тело не может желать и без тела ум не может желать. Когда же вы с помощью силы воли можете приобрести контакт с этой динамической силой, то постоянная сила (ток) будет проходить через ваши руки и глаза и вы скажете: О, я думал, что тело обладает мелочной жизнью, которую может сломить буря и несчастные случаи, однако теперь я осознал, что в основе этой жизни находится космическая жизнь.

Самореализация учит вас, как приобрести контакт с космической жизнью, и вы никогда не будете уставать, потому что будете чувствовать, что в основе вашей энергии находится космическая энергия. Лучшим методом является применение этой энергии прямо из внутреннего источника, а не посредством лекарств, эмоций и т.д. Тогда вы сможете сказать:

Прямо под телом находится ужасный поток жизни. Я позабыл об этом, однако теперь я выкопал эту жизненную силу копьём Самореализации. Я и мой Отец – одно. Я не являюсь телом. Я являюсь электрическим снопом над телом.

Повторный обзор третьей части

Применение утверждающих методов подсознания, сознания и сверхсознания для лечения является очень похвальным. Это является путем для согласования с космической вибрацией.

Вы берите из лекции известные утверждения, которые кажутся подходящими для вас и ваших нужд. Запомните их достаточно хорошо, чтобы вам не нужно было бы подыскивать слов, и говорите их вашему Отцу. Однако никогда не повторяйте их без обращения к ним полнейшего внимания. Воспринимайте совершенное значение каждого слова и затем посылайте их в эфир насыщенными глубокой реализацией и чувствами. Ваша абсолютная вера и познание Бога откроет вам каналы и очистит путь для того, чтобы Его целительная сила проистекала через вас.

При лечении вибрациями, в котором применение утверждений является одной фазой, нужно помнить, что звук всякого рода имеет влияние на нервную систему человека. Если негармоничный шум имеет плохое влияние, то, с другой стороны, гармоническим звукам, песням и известным интонациям голоса свойственна способность пробуждать слабые ткани нервной системы и возбуждать в них жизненную энергию. Поэтому приветливое, любезное слово, подбадрывающая песня, укрепляющий душу голос мудрости влияют гораздо больше и глубже, чем это обычно себе представляют. Много горя рассеяно и много страданий утолено этим. Научно понимаемая и применяемая система лечения вибрациями с песнями и утверждениями обладает способностью посылать поток энергии через нервную систему, исцеляя заболевшие ткани тела, ума и души. Это является настройкой со сверхсознанием. Лечение можно применять при самоизлечении или лечении других.

Короче говоря, целительная сила зависит от пробуждения душевной силы. Восприимчивость лечащегося лица и сила исцелителя должны быть уравновешены. Пробуждение жизненной силы в человеке всегда исцеляет. Мятежное тело и ум, поработанный злыми ментальными привычками, необходимо сломить посредством

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
ментальной суггестии разума и уничтожения фантазии пациента, пока больное лицо пробудится из этого ментального тупоумия для стимулирования жизненной силы. Для того, чтобы лечить других, необходимо прежде всего реализовать самого себя. Вы являетесь безграничным Духом. Ваше знание находится везде.

Часть IV

Сила воли как жизненная сила в лечении

Как вы видели, некоторые формы сознания имеют способность пробуждать различные формы энергии; вам нужно понять характер вашего пациента, прежде чем вы будете применять самосуггестию, внушение или силу воли для лечения. Исследуйте своеобразную природу вашего пациента. Если он является волевым типом, то вам при исцелении следует применять силу воли. Если же он является размышляющим типом, и вы будете применять имагинацию, то он будет смеяться над вами. Вам следует с ним рассуждать. Употребляйте рассуждение, автосуггестию или силу воли, пока вы убедите вашего пациента в его собственной ментальной исцеляющей силе или в текущей в нас исцелительной силе. Вам следует представить в своем уме картину о совершенном исцелении вашего пациента и повлиять на него этим.

Когда вы согласуете свою волю с Божией волей, то она будет руководствоваться мудростью. Божия воля не является волей автомата. Она руководствуется мудростью. Каждая производимая нами вещь руководствуется нашей волей. При каждом движении ваших мускулов вы применяете волю. Если же вы не будете употреблять вашей воли, то перестанете думать или жить. Когда же ваша воля руководствуется безграничной мудростью, то это является Божией волей.

Вы должны почувствовать волю вылечить пациента. Ваша воля должна быть возвышена на такую степень, как если бы это был какой-либо ваш дорогой близкий, который умирает. Вы должны чувствовать такую же степень интереса к каждому. Велики желания матери, чтобы исцелить, однако когда она встречается с известными отрицательными состояниями лечения, то она смущается и сомнения одолевают ее. Спиритуальный человек обладает такой же волей, как и мать, однако он не теряет присутствия духа при ухудшении болезни.

Когда вы влияете посредством сильной воли, то вы уже скоро испытываете быстрое влияние на вашего пациента, и исцеление пойдет быстрыми шагами. Также вы найдете, когда вы некоторое время будете лечить лицо, которое подчиняется исцеляющей силе, что это лицо убедится, что исцеление происходит актуально изнутри. Когда же ваш ум станет восприимчивым и обнаружит, что какой-либо другой ум может исцелить ваше тело, то тогда вы скажете: Если какой-либо другой ум может исцелить меня.

Тогда можно опять приобрести самообладание над телом. Всегда стремитесь направлять свою волю таким образом, чтобы она не теряла присутствия духа ни при каких-либо случаях ухудшения состояния вашего пациента и постоянно желайте, чтобы исцеление наступило, в каком бы состоянии ваш больной ни находился. Хотя бы он и умирал, вы должны сказать: Моя воля не была достаточно сильна.

Когда же вы будете обладать этой непреодолимой волей, то вы сможете исцелять. Тонкое спиритуальное восприятие

Тонким спиритуальным восприятием называется всезнающее сознание, которое необходимо развить. Когда же вы разовьете его, то оно распространяет это сознание в пространстве или в человеческих сердцах. Прежде всего старайтесь проанализировать побольше человеческих существ, затем растений. Воистину, мы любим деревья и растения, потому что они не противоречат, однако трудно любить людей, ибо они превратно понимают ваши лучшие действия.

Человек, обладающий тонким спиритуальным восприятием, не должен поддаваться влиянию других людей. Если вы поддаетесь этому влиянию, то вам самим будет необходимо лечение, когда вы хотите лечить других. Направьте прожектор вашего тонкого восприятия на других, установите диагноз их горя и затем пропишите лекарства для исцеления. Лечение спиритуальным восприятием совершенно необходимо. Этот диагноз, установленный тонким спиритуальным восприятием, намного чудеснее всякого врачебного научного диагноза, который только судит по известному состоянию тела и очень часто устанавливает неправильный диагноз. Для лечения спиритуальным восприятием необходимо обострить ваше сознание. Если вы согласовались с каким-либо лицом, то вы можете чувствовать, какое горе имеется у него. В противном случае вы говорите о вещах, не зная, какие у него заботы.

Кроме того, когда какой-либо пациент приходит к вам, то запомните, в каких случаях вы сможете скоро помочь ему и в каких вы не можете. Исследуйте, какой специфической болезнью страдает это лицо. Например, если это будут головные боли, боли в спине, боли в какой-либо другой части тела - их вы сможете вылечить очень скоро, однако будьте твердо уверены, являются ли боли нервными или органическими. Если здесь имеется органическое нарушение, то вы сможете

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
предотвратить боль посредством суггестии, в то время как болезнь продолжает развиваться. Принимать на себя лечение другого является большой ответственностью, и если вы приходите к заключению, что у вас отсутствует сила или отсутствует также и восприимчивость вашего пациента, тогда лучше послать лечиться к кому-либо другому.

Связь пищи со здоровьем

Современным людям здесь следует разрешить вопрос в отношении взаимосвязи между принимаемой ими пищей и их здоровьем. Если бы стимул жизненной энергии был бы ответственным за жизнь и самочувствие человека, то почему же пища так важна? – Ответ – все клетки, также и те, которые нами воспринимаются с пищей, обладают скрытым сознанием, и они могут оказывать влияние на наш ум и на мозговые клетки. Естественная пища, как например, фрукты, овощи и орехи влияют на ум гармонично и укрепляющим образом и способствуют беспрепятственному проникновению жизненной энергии через тело. Пища же, содержащая вибрации боли, страха, ужаса умирающего животного, как, например, мясо и денатурированная пища, или такая, которая потеряла свои естественные свойства посредством варки, оказывает возбуждающее действие и нарушает умственное равновесие, посредством чего нарушается наследственное право и сила человека руководить жизненной энергией и посылать ее в различные части тела для их исцеления. В то время как пища сама по себе не может исцелять, однако естественная пища косвенным образом создает здоровье, сохраняя в спокойном состоянии ум и таким образом способствует нормальному проникновению жизненной энергии. Неестественная же и грубая пища оказывает противоположный эффект.

В начале человек, почувствовавший себя больным или ощутивший какие-либо телесные недомогания, обычно отказывается от приема пищи, подобно тому, как это делают животные. Поэтому первым лечебным методом в начале у человека являлся пост или предоставление отдыха человеческому организму. Человек, заболевший своеобразной болезнью, инстинктивно стремится избегать приема трудно перевариваемой пищи в своей диете и предпочитает довольствоваться легко перевариваемыми овощами и фруктами. Это способствовало развитию применения в лечении специальных растений. Китайцы и индусы специализировались в познании этого второго метода лечения. Далее, благодаря путешествиям, перемене климата и затруднениям подыскать сразу необходимое требуемое растение, начали изготавливать концентрированные экстракты и лекарства из растений. Таким третьим методом лечения является возбуждение химических изменений в крови посредством растительных лекарств.

Пища будущего

Пищу в будущем будут получать посредством различных лучей из космической энергии, космических лучей, электронов, атомов и воздуха, привлеченными различными частями тела.

1. Если кто-либо постоянно концентрирует свой ум на переносицу между бровей (у центра Христа) и видит там спиритуальный глаз и приказывает ему наполнить тело силой, то он это совершит. Действуя таким образом, люди перестанут стариться.

2. Оттянуть энергию от мозга и медуллы, прикоснувшись кончиком большого языка к маленькому язычку (Увула).

3. Энергию можно притянуть от солнца, прикрыв все тело синим шелковым или белым шерстяным одеялом, оставив под воздействием солнца только медуллу, для попадания солнечных лучей. Концентрируйтесь на затылок и почувствуйте, что он становится все теплее и теплее. Чувствуйте направление энергии в мозг и распределение ее по всему телу.

4. Принимайте солнечные ванны и поглубже концентрируйтесь на поверхность тела, освещенную солнечными лучами, впитывая солнечный свет каждой порой вашего тела. Концентрация на солнечные лучи дает в 100 раз больший результат, чем рассеяно принятая солнечная ванна.

Сядьте прямо в кресло. Закройте глаза. Быстро произведите выдох, но вдыхание начните очень медленно, через нос, думая при этом, что воздух наполняет ваш мозг, легкие, сердце, позвоночник, живот и внутренности, бедра, икры, руки и т.д. Вы можете также скоро вдохнуть и наполнить все тело силой атомов кислорода. Повторный обзор четвертой части

Ваша неукротимая воля должна пробудить волю дремлющего пациента. Воля, руководимая мудростью, является волей Божией. Истинный спиритуальный врач это знает, и поэтому его явление не затемнено сомнениями и страхом, как у того, чувства которого дают возможность проникновения ошибочного страха и ослабления его целительной силы. Как волю, так и чувства нужно поднять на более высокую ступень для лечения других, однако это является проявлением Божией вездесущей исцеляющей силы воли и чувствами и сильным желанием проявить эту реализацию на затемненное незнанием умственное тело детей Божиих. Пробуждение этой реализации

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru и воли производит исцеление этого лица.

Каждый наш труд руководствуется волей и чувствами. Поэтому следите за тем, чтобы он был настроен на безграничную мудрость и божественную любовь.

Спиритуальное восприятие называется всезнающим сознанием. Проекция его уподобляется освещению сердец других людей посредством прожектора, устанавливая таким образом правильный диагноз болезни этих людей. Правильный диагноз чрезвычайно важен при лечении, потому что нужно лечить причину возникновения болезни. Предотвратить только боль, не вылечив ее причины, это тоже самое, что дать возможность болезни разрастись без предупреждения, потому что боль является "сигналом помех", но не помеха сама по себе, исключением могут быть воображаемые болезни, которые являются последствиями духовной болезни, которую нужно понять и предотвратить в соответствии с ее причиной. Ваше спиритуальное восприятие должно определить, но не достигнуть состояния другого человека, в противном случае вам самим необходимо будет лечение и ваша пригодность от этого уменьшится.

Здоровая пища является важной для тела, ибо она гармонизирует вибрации и укрепляет влияние на ум. Она помогает жизненной силе проникать через тело. Вибрация гнева, страха и боли умирающих животных остается в мясе и поэтому раздражает и мешает умственному равновесию и мешает проникновению чистой жизненной энергии.

Люди будущего научатся воспринимать различные лучи из космического пространства, из космической энергии, космических лучей, электронов, атомов и из воздуха непосредственно без пищевого посредничества. Вы можете начать учиться этому до известной границы в этой лекции согласно данному методу практикования.

Запомните, что солнечный свет обладает большой жизненной энергией и силой для стимулирования жизненной силы в вас. При приеме солнечных ванн обратите внимание на солнечные лучи и концентрируйтесь на них. Это даст вам значительно больше, чем солнечная ванна, принятая в рассеянности.

Если кто-либо непрерывно концентрируется на пункте между бровей (центр Христа) и увидит там спиритуальный глаз и прикажет ему насытить тело крепостью, то он это совершит. Тайна успеха в этом деле заключается в регулярном и непрерывном совершении этих упражнений, если результаты сразу и не обнаруживаются. Это обычно требует времени для преобразования вибраций и развития восприимчивости.

Физическими требованиями для обновления тела являются: снабжение 16-ю пищевыми элементами, которые ему необходимы, плюс солнечная, световая ванна и соответствующее регулярное ритмичное дыхание.

Практикуйте ежедневно следующее дыхательное упражнение: при ходьбе выдыхайте, считая от 1 до 12. Задерживайте дыхание, считая от 1 до 12, затем выдыхайте, считая от 1 до 12. Повторите это 24 раза при ежедневных прогулках.

С ментальной точки зрения, человеку нужно знать, что контроль его сознания руководит сознанием его телесных атомов. Когда он поймет, что его сознание является лучом божественного сознания, то он будет знать, что его тело принципиально поддерживается Божественной Космической Энергией и что ему следует очищать обоих – и тело, и ум, чтобы чистый свет руководящего сознания смог бы светить насквозь.

Обобщая все сказанное, можно заметить, что состояние сознания является важнейшим фактором в обновлении.

Через двери медитации человек способен познавать неизменное "я" своего существа, и таким образом он становится независимым от окружающей среды и ничтожных желаний. Ему нужно убедиться, что он не является изолированным от духа, но что его тело является частью поднимающихся и падающих волн вибрационных токов океана сознания.

5. ФИЗИЧЕСКИЙ И МЕНТАЛЬНЫЙ МЕТОД ОМОЛАЖИВАНИЯ (ИСЦЕЛЕНИЯ)

Прежде всего вам следует освободиться и удовлетвориться

Почитатели физической культуры и другие энтузиасты, как и спиритуальные учителя, зачастую говорят об освобождении, однако не знают, как его осуществить. Некоторые люди умеют освобождаться физически, но не ментально. Постоянное фиксирование ума на душе после ее освобождения от всякой рассеянности и от всяких мыслей называется "освобождением души". Суперрелаксация является совершенной, добровольное оттягивание сознания и энергии от всего тела.

Ментальное освобождение и частичная суперрелаксация состоит в освобождении сознания от призрачности дуализма и отдохновение ума, отождествляя его с истинной природой какого-либо человека, соединением с Духом. Вы сами себя загипнотизировали, думая, что вы являетесь человеческими существами, в то время как в действительности вы являетесь богами.

Методы, вызывающие релаксацию

Прежде всего закройте глаза, отвлеките внимание и энергию от органов чувств.

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
Прочувствуйте и ментально проследите за работой сердца и кровообращения и успокойте их усилиями и приказами воли, такими как, например, вы останавливаете часы, нежно прикоснувшись к их пружинам. Посредством нежности вы сможете подчинить себе деятельность всей физической машины.

Освобождение частей тела

Когда вы желаете освободить какую-либо из 20-ти частей тела, нежно немного напрягите эту часть тела или посильнее и затем освободите от напряжения, подержите ее неподвижно. Это является единственным научным путем для того, чтобы вызвать каждое необходимое напряжение в любой части тела и совершенное его расслабление (освобождение).

Наилучший путь быстрого освобождения всего тела

Быстро напрягите немного или средним образом все 20 частей тела от ног до шеи, сжав кулаки, затем быстро освободите их от напряжения и оставайтесь в покое. Таким образом вы сможете расслабить все тело в стоячем, сидячем или же. лежащем положении. Повторите это 2 раза, чтобы обеспечить релаксацию, расслабьте всякое напряжение от всех частей тела. Перед полным расслаблением всего тела сначала напрягите все тело и затем полностью расслабьте. Возможно оттянуть энергию от мускулов и членов тела, так чтобы ваше тело почувствовало себя как масса неживого мяса и костей – как немощная рыба. Запомните, что если вы будете держать руки хотя бы немного удаленными от тела, то вы будете напряженными – тогда вы используете энергию в этой части тела и не релаксируетесь полностью.

Другие методы релаксации

Когда в тканях задерживается процесс распада, то венозная кровь перестает накапливаться в теле. Это дает телу необходимый отдых, ибо тогда отпадает необходимость перекачивать большие количества венозной крови в легкие для ее очистки, потому что нейтрализованные, электрифицированные ткани не требуют крови и кислорода. Тогда деятельность сердца и дыхание не является необходимостью. Это приводит к освобождению жизненного потока в больших количествах, что в противном случае легло бы на сердце, для перекачивания 18 тонн крови через кровеносную систему. Таким образом, многие миллиарды клеток больше не работают, и не двигаются посредством внутренних токов, и больше не зависят от крови и кислорода. Они освобождаются и отдыхают и являются все в большей и большей зависимости от этого внутреннего потока, который их содержит и делает их способными существовать в сознательном, задержанном нераспадающемся состоянии.

Когда же телесные клетки научатся жить без пищи – (т.е. без крови и кислорода), тогда они, воистину, будут знать, как следует жить Словом Божиим, или посредством внутренней энергии, исходящей из медуллы, и посредством освободившихся токов сердца и других органов.

Посредством последнего и самого важного метода вы научитесь научным образом оттягивать внимание и энергию от органов чувств и всего отождествления их – от мускулов, сердца, позвоночника и т.д. Имеются несколько видов астральной и ментальной релаксации:

Несознательное освобождение мускулов

Это обычно практикуется в очень несовершенном виде, шевеля членами. Кто применяет этот метод, тот большей частью употребляет половину мускулов и другую половину, может быть, освобождает. Некоторые же люди остаются полностью напряженными и только воображают, что они освободились.

Сознательное или моторное освобождение мускулов

Целью этого освободительного метода является совершенное оттягивание сознания и энергии от мускулов. Чтобы достигнуть этого состояния, необходимо прежде всего слегка напрячь все тело или известную часть его. Затем освободите или оттяните всю энергию от тела или части тела и оставайтесь освобожденными от всякого напряжения и расслабленными без малейшего физического движения. Релаксация является совершенным удалением напряжения из мускулов и частей тела. Вообразите, что ваше тело является студенистым без костей и мускулов. Когда вы будете способным это производить, то вы достигли совершенной релаксации.

Пассивное сенсорное освобождение или сон

При мускульной релаксации ум и энергия освободились или оттянуты от мускулов, но не от сенсорных нервов или от местонахождения органов чувств – зрения, слуха, обоняния, вкуса и осязания. В глубоком сне ум и энергия пассивно и несознательно оттянуты от моторных и сенсорных нервов, также и мысли изгнаны. Когда душа насыщается днем посредством материального контакта, то она пассивно отрывает жизненную силу и ум от органов чувств. Сон можно возбудить волей, посредством внезапного освобождения всего тела, лежа на земле на спине, изгоняя все мысли и закрывая глаза. Испробуйте это, прежде чем вы научитесь спать и видеть сны по своей воле. С закрытыми глазами вообразите себя в другом помещении и засните, думая про это. Таким образом можно вызывать сны.

Метод абсолютного покоя

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru

Ум должен проявить тишину, там, где сосредоточиваются ежедневные испытания и горе, там должно быть так тихо и спокойно, как состояние вод, не переносащих игры волн. Это можно совершать пассивно и несознательно, можно достигать также и сознательно. Посредством высшего учения медитации можно достигнуть полной тишины в сердце, легких и других органах. Когда мускулы и другие органы свободны от движений посредством релаксации, тогда распадение телесных тканей на время задерживается. Это, в свою очередь, способствует сохранять чистым поток крови, ибо пока в теле происходят процессы распада, то продукты горения выбрасываются в венозную кровь и отравляют ее.

Входите в абсолютный покой и тишину каждое утро на несколько минут. Затем думайте о каком-нибудь радостном событии в вашей жизни, сосредоточьтесь на этом и реально представьте себе это радостное для вас событие снова и снова, до тех пор, пока вы совершенно не позабудете свое горе и невзгоды. Сидите спокойно и медитируйте о радости покоя. Думайте об этой радости как соединенные с Богом, чем больше вы будете медитировать, тем больше вы будете убеждаться, что ничто другое не сможет вам дать более утонченной радости, как возрастающая радость тишины и покоя. Эта радость контакта в медитации является контактом с Богом. Прежде всего молитесь глубоко и со страхом Божиим о достижении любви Божией, затем мудрости, счастья, здоровья, зажиточности и каждого особенного, разрешенного исполнения вашего желания.

Пробуждение энергии

Подобно тому, как электричество передается по проволоке от источника и заряжает электричеством батарею, так и телесная батарея заряжается жизненной силой, возникая из кислорода. Когда вы устали и проголодались, то примите солнечную ванну и вы будете чувствовать себя насыщенными ультрафиолетовыми лучами и оживленными ими, или вдохните и выдохните несколько раз при открытом окне и ваша усталость пройдет. Человек, соблюдающий пост и производящий глубокие вдохи и выдохи по 12-ти раз – 3 раза в день, наполнит свое тело электронами и свободной энергией из воздуха и эфира. Соединение пищи и кислорода с внутренней телесной системой необходимо, при превращении жизненной силой пищи и кислорода в энергию. Жизненная сила может ассимилировать кислород значительно быстрее, чем это могут совершать твердые вещества и жидкости, Люди, практикующие дыхательные упражнения, всегда обладают лучистыми магнетическим глазами. Практикуйте следующее упражнение 3 раза в день: медленно выдыхайте, считая от 1 до 6-ти, тогда, пока легкие пустые, ментально считайте от 1 до 6-ти, затем вдыхайте медленно, считая от 1 до 6-ти, затем задержите дыхание, также считая от 1 до 6-ти. Повторите это упражнение 11 раз (никогда не задерживайте дыхание дольше, чем считая от 1 до 6-ти, или самое большее от 1 до 12-ти).

1. Станьте прямо с поднятыми над головой вытянутыми руками. Освободитесь, сохраняя это состояние. Выдохните и оставайтесь с пустыми легкими, считая от 1 до 12-ти. Вдохните и почувствуйте, что вы привлекаете энергию посредством медуллы, через кончики пальцев и части тела.

2. Прижмите подбородок к груди, напрягая шейные мускулы. Медленно вдыхайте, поднимая голову и отклоняя ее назад. Релаксируйтесь, опустите подбородок на грудь и выдохните.

3. Упражнение ментального прыжка через веревку. Вращайте руками, как будто бы вы вращаете веревку, и прыгайте через воображаемую веревку.

4. Выдохните и сядьте на корточки на пятки. (Колени не должны касаться пола и спина должна быть прямой за все время этого упражнения). Затем поднимитесь, вдохните и сядьте опять на корточки, производя выдох.

5. Поднимите руки в стороны на высоту плеч, махните ими вперед, ударив нижними сторонами ладоней, затем махните ими обратно в боковое исходное положение. Повторите это упражнение 10 раз.

6. Закройте глаза. Очень нежно сжимайте обе груди. Обратите на них все свое внимание во время стягивания. Сохраняйте стягивание, считая от 1 до 30-ти. Затем прекратите стягивание. Повторите это упражнение 6 раз утром, в полдень (обед) и вечером.

7. Обратите грудь против солнечного света, это считается очень здоровым, медленно прогуливайтесь 2 мили в день. Пребывайте больше на воздухе. Кушайте побольше овощей и много земляных орехов. Для очищения горла и носа производите промывание солоноватой водой (половину чайной ложки на 1 стакан тепловатой воды считаю очень желательным), три раза в день – утром, в полдень и вечером незадолго перед отходом ко сну.

Повторный обзор

Первым шагом в омолаживании является релаксация, как физическая, так и ментальная. Если вы только немного напряжены в какой-либо части, то вы сжигаете энергию в этой части тела. Энергия сжигается и это вызывает распад и разложение телесных клеток. Продукты распада воспринимаются венозной кровью. Из этого

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
возникает необходимость перекачивания крови через сердце и легкие для очистки. Когда же мускулы и внутренние органы освобождаются от движений посредством релаксации, то этот процесс очень замедляется.

Полная релаксация (суперрелаксация), которая является совершенной и при которой оттягивается сознание и энергия из всего тела, приводит к громадному освобождению большого количества внутреннего тока, который в другом случае был бы необходим для перекачивания крови через кровеносную систему. Нейтрализованным, электризованным тканям не нужны кровь и кислород. Таким образом, миллиарды клеток отдыхают и учатся быть зависимыми от этой освобожденной внутренней питающей их силы (тока) и от жизненной энергии (Слова Божия), которая поступает через медуллу. Из всего этого мы видим, почему этот прием релаксации является чрезвычайно важным и почему изучение техники и ее практика так подробно разбираются в этой лекции.

Контакт пищи и кислорода с внутренней телесной системой является необходимым, ибо жизненная сила преобразует пищу и кислород в энергию. Жизненная энергия способна ассимилировать кислород значительно скорее, чем твердые вещества и жидкости. Поэтому голодающий человек может пополнять свое тело электронами и свободной энергией из воздуха и эфира, практикуя известные дыхательные упражнения. Практикуйте ежедневные упражнения, где нужно считать от 1 до 6. Изучайте также и другие дыхательные упражнения в этой лекции и практикуйте их почаще, в особенности, если вам спешно необходима энергия. Практикуйте абсолютный мир и покой и изгнание мыслей каждое утро на несколько минут. Медитируйте о мире, радости и убедитесь – контакт с радостью является контактом с Богом.

6. ПРЕОБРАЗОВАНИЕ ТВОРЧЕСКОЙ (СЕКСУАЛЬНОЙ) ЭНЕРГИИ В СПИРИТУАЛЬНУЮ ЭНЕРГИЮ

Протоплазма является средой, в которой жизненная сила производит живые тела посредством деления и размножения клеток. Протоплазма является глиной, и находящаяся в ней таинственная сила, сознательная жизненная сила является горшечником. Воистину только жизненная сила способна производить специфическое разнообразие, когда она употребляет специфическую протоплазму с особыми свойствами для своих экспериментов.

Жизненная сила является тайной энергией, которая образует животных, насекомых и человеческие тела из разного вида протоплазмы. Сперматозоиды человека и некоторых животных выглядят как плавающая в протоплазме икра, невидимая невооруженному глазу, но видимая в микроскопе. Если жизненная энергия не была бы сознательной энергией, то как бы она смогла преобразовать из сперматозоидов, которые все одинаковые, разные тела людей и животных. Поэтому жизненная сила является сознательной, магнетической энергией, насыщенной инстинктивной силой создавать разные тела и протоплазмы разного вида и производить духовные основы различных духовных существ.

Насколько бы чистым не был бы половой импульс в человеке, но ему всегда свойственно желание увеличить привязанность к земле телесно ограниченные человеческие существа. Таким образом, является совершенной необходимостью преобразовать этот стремящийся к физическому созиданию сексуальный творческий импульс в духовный импульс.

Контроль над половым импульсом

Внешний самоконтроль без уничтожения инстинктивных мыслей, которые в свою очередь пробуждают сексуальные мысли и сексуальную энергию, приводят к лицемерию и репрессиям. Воистину, половой самоконтроль должен был бы основываться на мудрости. Только тогда можно достигнуть счастья, мудрости и свободы. Те души, которые не сделали духовным свой творческий половой импульс, всегда будут привлекать к себе плохих друзей и плохую окружающую среду внутренне и наружно (плохие мысли внутренне и плохих друзей наружно и самыми сильными врагами являются внутренние враги – это наши мысли). Поэтому запомните, что половой импульс необходимо внутренне духовно преобразовать.

Человек с космическим сознанием не удовлетворяется своим собственным телесным импульсом и духовным преобразованием своего ума, он постоянно хочет спиритуализировать привязанные к земле импульсы и у других людей, которых он считает частями его самого. Если кто-либо преобразен, то он считает себя связанным духовным биением со всеми умами и телами. Таким образом, подобная личность, освободившая свое собственное тело, старается духовно освободить и помочь всем другим телам.

Как преобразовать сексуальный импульс

Наилучшим путем для преобразования полового импульса является вдыхание и выдыхание (глубокое) при сексуальных раздражениях, до тех пор пока половая энергия не превратится в кислород в легких. Это является глубокой тайной, никогда раньше не высказанной подобным образом. Тогда во время сексуального

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
сознания и во время вдоха-выдоха – ум необходимо занять следующим утверждением:
Я хочу превратить сексуальную энергию в спиритуальную энергию. Я хочу ее
обратить к Богу для духовного воссоздания ума.

Сразу же после исчезновения полового импульса посредством вдоха-выдоха,
прочитайте какое-либо святое писание или начните медитацию о пребывании духа
радости в вашем сердце. При всяком возникновении у вас сексуального импульса
глубоко и без перерыва вдыхайте и выдыхайте. При вдыхании и выдыхании в сердце и
в легких концентрируется огромная энергия. Тогда сердце и легкие становятся
живым магнитом тока, отвлекающим энергию от всех частей тела, и в особенности от
сексуальной области. Тогда, когда мозг начинает заниматься глубоким миром Божиим
или какими-либо другими глубокими духовными мыслями, то мозг становится духовным
магнитом, привлекая в духовное хранилище мозга всю преобразованную энергию
сердца и легких.

Чем больше кто-либо погружается в сексуальную жизнь, тем больше сознания и
жизненной силы направляется вниз в сексуальные нервы и заставляет душу все
больше и больше существовать в сексуальной области. Таким является закон: чем
больше вы будете стараться посредством высшего оккультного метода йогин
направлять нервные токи обратно в сердце и воссоединять токи сердца с токами
мозга, тем лучше вы преодолеете половую страсть и преобразуете половой импульс в
детское счастье творческой радости и душевного мира.

7. АНАЛИЗ УМА

Часть I

Подобно тому, как соколы поднимаются высоко, однако их ум в тупике, так и
каждый интеллигентный человек, который глубоко мыслит, но ум которого
концентрируется на всех тех лицах и искушениях, которым подчинено тело, –
действует подобным же образом. Если ваша концентрация направлена на вашу особу,
на ваши телесные усилия, на вашу мускульную активность, на нервную систему, то
знайте, что вы являетесь материальным существом. Это не означает, что вам
следует забыть про ваше тело, однако пока вы действуете, ваш ум должен обладать
определенно поставленной целью. Если же вы вашу концентрацию можете обращать на
внутреннее "Я" и действовать, тогда вы являетесь спиритуальным существом.

Если свет прожектора вашего внимания протекает через органы чувств, то он
направлен на материю. Поэтому вы искушаетесь материей. Поэтому также, если вы
хотите оттянуть ваше сознание и жизненную силу, то вам прежде всего нужно
концентрироваться на покое.

Избегайте духовной и телесной лени

Ментальная и физическая лень очень вредна для спиритуальной реализации.
Иногда мы можем извинить физическую лень, когда она необходима для отдыха,
однако мы не можем найти извинения ментально ленивому человеку.

Что бы вы ни делали, всегда воображайте, что вы исполняете работу Божию.
Говорите ежедневно:

Что бы я сегодня мог бы сделать для Бога?.

Спиритуальный человек не разрешает себе идти спать. Он говорит:
я обладаю чем-то лучшим, чем спанье. Мое тело слишком занято, чтобы спать.

Пусть ваше тело и поспит немного, однако пробуждайтесь в Боге, пока вы спите,
вы будете в сверхсознательном состоянии. Таково значение уничтожения ментальной
неактивности.

Каким образом можно оттянуть всю энергию и сознание из тела

Это возможно произвести посредством совершенной релаксации (освобождения).
Избегайте всякого движения, ибо движение является смертью вашего спиритуального
сознания. Дух является тем громадным покоем (миром), стоящим за каждой вещью. Вы
сидите спокойно, однако разве вы освободились? При малейшем производимым вами
движении вы создаете энергию в мускулах, и поэтому вы не освобождаетесь от
напряжения. Малейшее движение членами или мускулами доказывает, что вы
употребляете жизненную силу и энергию в членах и мускулах.

Когда вы пытаетесь различным образом освободить энергию и отвратить ваш
сознательный ум от материального мира, то вам нужно следить за тем, чтобы при
освобождении ума применялось бы достаточное усердие. Вы не сможете отвлечь
успешно свой ум от всякой вещи, прежде чем вы не оттянули также и свою энергию.
По этой причине, пока ваши мускулы и кости действуют, пока мы производим
действия, то и ум наш занят. Поэтому нам нужно освободить от напряжения не
только ум, но и энергию. Движение происходит от Бога, однако Бог не является
движением. Над движениями движений имеется вечная страна покоя –
Я есмь.

Океан без волн является одним. Движение создается в эфире плюс дух, однако
чистый дух не имеет движений. Только в одной части пространства имеется
движение, в другой – его нет. Мы не можем сказать "пространство и время". Эту

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
фразу употребляют только в материальном сознании. Вам надо знать, что вы можете чувствовать Бога в движении. Не чувствуйте Его всегда как океан, но и в малой волне, кольшащейся на груди океана. Он является волной и движением так же, как и могучий океан.

Научитесь освобождению мускулов

Прежде всего оттяните сознание от всех мускулов. Наилучший способ освобождения: напрягите все тело и быстро отпустите. В противном случае имеется много мест в теле, где волнуются волны энергии. Даже в релаксации при движении одним пальцем вы посылаете туда напряжение. Сознательная энергия направляется туда. Что бы вы ни делали, но вы связываете себя таким образом. Маленькие узлы энергии и сознания связывают там тело. Когда тело находится в движении, то ваша сознательная энергия прилепляется ко всему телу. Освободитесь, развязывайте узлы напряжения. Мне кажется, что Сократ сказал:

Что такое человеческое существо? Это сгусток материи и сознания.

Завязавшийся узел. Таким образом, первый развязываемый узел в теле для реализации духа состоит из мускульного сознания. Исключите всякое напряжение и пошлите релаксацию на узлы, большие и малые, которые находятся в мускулах. Когда вы двигаетесь не добровольно, без желания двигаться, то вы являетесь рабом мускулов.

Вам следует оттянуть свое сознание подальше от мускульных движений, потому что душа настолько занята этими мускульными движениями, что она начинает думать, что она является этим мускульным движением. Вы увидите, что вы будете совершенно спокойны и освободите свое сознание от тела, вы сможете почувствовать вес своих мускулов в себе самом. Что же создает ощущение этого веса? – Сознание и энергия. Вы сможете ощутить вес при прыжке. Йогины не могут ощущать свой вес даже в совершенно спокойном состоянии. Так запомните, что освобождение мускулов чрезвычайно важно. Освобождение мускулов означает оттягивание энергии и сознания от мускульных волн.

Медитируйте в сидячем положении. Если вы будете наклоняться, то такая привычка доведет вас до подсознательного состояния, и у вас появятся галлюцинации, или вы будете видеть сны. Ваше тело будет иметь тенденцию заснуть. Однако в сидячем положении, когда вы медитируете, и когда вас наполняет божественная энергия, то ваше тело будет сбалансировано таким образом, что вы будете оставаться совершенно спокойным. Освобождение мускулов не является простым делом.

Слишком деятельная жизнь не может дать вам успехов, если вы не владеете собой. Никогда, никогда, никогда. Ходите в тишине, идите спокойно, развивайтесь духовно. Нам не следовало бы давать возможность шуму и действиям органов чувств отвлекать наше внимание, ибо мы, прислушиваясь к шагам Божиим, приходим в наш храм.

Специальные упражнения

Следующее является различными формами отождествления жизненной силы и энергии с мускулами:

1. Идентифицирование оптической энергии и зрения с глазами яблоками и веками.

2. Идентифицирование энергии и сознания с мускулами лица.

3. Идентифицирование энергии и сознания с ногами, руками и членами тела.

4. Идентифицирование энергии и сознания с легкими, диафрагмой и дыханием.

5. Идентифицирование энергии и сознания с мускулами, бедрами и ногами.

6. Идентифицирование энергии и сознания с сознательными мускулами.

7. Идентифицирование энергии и сознания с пальцами. Иногда, когда все остальное тело находится в покое, энергия движется через пальцы и окончания нервов.

Идентифицирование сознания и энергии с глазами можно устранить, держа глаза и ум в спокойном состоянии, и идентифицирование с руками и членами тела можно отозвать посредством напряжения и релаксации. Освобождение сознания и энергии от легких и внутренностей можно произвести, практикуя задержку дыхания, как это было указано в предыдущих лекциях.

Упражнения:

1. Напряжение и освобождение – поверхности головы. Закройте глаза и расслабьтесь.

2. Релаксация лица – напрягите лицо и освободите от напряжения.

3. Напрягите руки и освободите их от напряжения. Теперь вы видите, что ваша диафрагма и грудь являются последними. Теперь исключите дыхание – теперь вы свободны. Теперь вы видите, как много нужно сделать? Чем больше вы будете повторять это из года в год, тем больше вы приобретете. Вам следует старательно практиковаться во всем, что вам было преподано об освобождении мускулов от напряжения, и тогда путь самореализации откроется для вас.

4. Напрягите бедра и ноги и освободите их от напряжения.

Повторный обзор первой части

Метафизической целью в релаксации, которая является оттягиванием всего сознания и всей энергии от физического тела, является освобождение спиритуального сознания – самой сущности "Я" для его идентификации с Богом-Отцом. Дух является тем высшим миром и покоем, который возвышается и превосходит все вещи. До тех пор, пока хоть где-нибудь в теле имеется малейшее напряжение или движение – существует телесное сознание – и вы еще не освободились от напряжения. Обратите прожектор своего внимания навстречу Духу. Когда вся внешняя телесная и умственная активность успокоена полностью, только тогда вы приходите к заключению, что вы не являетесь только маленькой волной, но также и океаном.

Проводите это сознание в дела, вы никогда не смеее быть ленивым ни физически, ни ментально, но вы должны быть усердными в деле Божиим. Вялость – это остановка на месте. Ум должен быть всегда бодрым в Боге, даже во время сна физического тела. Ум является сверхсознательно активным. Каждый миг своего существования вы должны пробуждаться в Боге.

Часть II

Как только вы отвлекете ваше сознание и энергию из плоскости сознания, то вы встречаетесь с подсознанием, затем с галлюцинациями, сомнамбулизмом, психическими состояниями, со снами, возбужденными сверхсознанием и подсознанием. Все эти вещи становятся на вашем пути, как только вы выходите из-под влияния материального мира. Вам следует обратить свое внимание и прожектор жизненной силы против подсознательного мира, потому что галлюцинации и сны связывают ваше внимание и привлекают ваше внимание к этим явлениям.

Явления бывают различными. Когда душа руководствуется интуицией и освобожденной жизненной силой во сне, тогда можно пережить явления, показывающие будущее. Видения можно видеть с открытыми и закрытыми глазами. Душа употребляет эту интуитивную силу для восприятия событий будущего. Однако видения не могут возникнуть до тех пор, пока энергия не освободилась от сердца и сознания.

Сном называется сенсорное освобождение мускулов. Во сне подсознательный ум, вместе с эго и с проблесками сознания, могут создавать сны. Когда различные события и образы переживаний запечатлеваются в вашем мозгу продолжительное время и освобождаются во сне, то такой мысленный фильм с энергией употребляют для создания снов, возбужденных подсознанием.

Яснослышание означает, что ваш ум, слушая звуки, концентрируется на вашу барабанную перепонку таким образом, что она воспринимает вибрации не только вокруг вашего тела или те вибрации, которые вы можете воспринимать, благодаря воспринимающим способностям вашей перепонки, – но вы уже можете слышать такие звуки, которые обыкновенно нельзя воспринимать ушами. Такие звуки приходят издалека, и иногда такое яснослышание называют интуитивным слухом.

Все силы наших органов чувств можно стимулировать посредством силы нашего ума. Это не глаза, которые видят. Это является энергией и умом, которые фотографируют вещи, и эта энергия в глазах является могущественной, подобно Икс-лучам. Хорошо, вы можете сказать, посредством Икс-лучей (рентген) можно фотографировать кости тела, почему же глаза их не видят? Сила видеть у нас имеется, но мы еще не развили способности преобразовывать эти вибрации в образ. Эта сила в глазах сильнее Икс-лучей, однако органы наших чувств ограничены, благодаря ментальным процессам, которые зависят от наследственных ограничений. Жизненная сила является источником всех лучей

Жизненная сила является источником всех лучей. Разница между жизненной силой и Икс-лучами является разницей между видами вибраций. Жизненная сила является полусознательной. Вы видите, что электричество в луковице не образует луковицу, однако жизненная сила из маленького семени развивает человеческое тело. Жизненная сила ответственна за образование всего тела. Вы видите, что жизненная сила является источником всех лучей и что человек развился посредством жизненной силы. Здесь имеется крепкая связь между жизненной силой в теле человека и всеми лучами вокруг его тела.

Мы не можем вкушать камень и жить. Почему? Не потому, что камень не является пищей, но потому, что вибрации камня и нашего тела не являются родственными. Овощи, воздух и вода созданы таким образом, что они в большей или меньшей степени вибрируют в соответствии с телесными колебаниями. Эти лучи быстрее поглощаются телом, ибо лучи являются первыми излучениями жизненной силы. Газы, химические вещества, соли и минералы являются ни чем иным, как лучами различного вида. Господь нам дал формы вибраций. Твердые вещества являются самой плотной вибрацией, жидкости являются следующей, а затем следуют газы, и энергия является чистой вибрацией.

Карта

Бог является Сознанием. Слово является сознательной вибрацией или сознательной Космической Энергией, которая создает протоны, электроны и атомы. Все они являются лучами (включая Икс-лучи, электричество, ультра-фиолетовые и инфра-красные лучи). Эти лучи в зависимости от их вибраций становятся газами, жидкостями или твердыми веществами. Дефиницией твердых веществ является замороженная жидкость. Жидкость является застывшим газом. Газ является застывшими лучами. Лучи являются застывшим электричеством. Электричество является застывшей энергией.

Одновременно вы можете видеть, что твердый предмет является застывшей вибрацией или энергией, жидкость является энергией жидкости, газ является газообразной энергией. Все это формы энергии, вся материя является энергией в различных формах или вибрацией в различных видах.

Ясновидение

Что это такое? Это жизненная сила, подчиненная различным вибрациям, которые могут видеть вибрации различной материи. Если вы можете сделать эти вибрации сильными, то они будут действовать как ничто другое во вселенной. Подобно тому, как Икс-лучи могут проникать через стены, также могут видеть и глаза. Когда вы разовьете это видение, то это называется "ясновидением". Посредством силы ясновидения вы можете видеть, если вы увеличите интуитивные свойства глаза или увеличите вибрации жизненной силы, и они смогут проникнуть всюду и вы сможете видеть вселенную в астральном клише. Вселенная является сном во сне. Материя не является только застывшей энергией, но и застывшим сознанием Божиим. Разница между космической энергией и сознательной энергией только в уровне вибраций.

Ваши глаза подобны Икс-лучам

Ваши глаза настолько же могущественны, как и Икс-лучи. Вы можете видеть своими глазами как стереоскопом. Почему же мы так слепы? Почему нам нужно употреблять инструменты, чтобы видеть? Если же у нас нет силы в глазах, то мы не сможем видеть и посредством инструментов. Мы подпали влиянию верить, что нам нужны инструменты, однако поистине вся сила в душе.

Видя не видят, слыша не слышат.

(Мф. 15,14)

Все эти вещи, происходящие вокруг нас, кажутся нам непонятными. Мир совершенно не такой, каким вы его видите. Какие тонкие лучи танцуют! Какие цвета находятся в солнечном блеске! Видимый нами цвет состоит только из 7-ми цветов. Это - ничто, в сравнении с астральными цветами и красками. Разве вы знаете, почему листья деревьев отражают больше оранжевый цвет, когда они умирают? Они отзываются в бесконечность. Знаете ли вы, когда лучи являются более оранжевыми?

Цвет ни что иное, как колебание. Каждая вещь, приближающаяся к духу, меняет известные цвета и краски; это нам необходимо запомнить, что посредством ясновидения мы можем видеть астральную копию материи, когда вы достаточно развились для этого, но в видениях участвуют спиритуальные Икс-лучи, которые могут проникать через астрал и даже видеть святых. Святые иногда скрываются за астралом, и для видения их требуется большая концентрация.

Возможно видеть людей, которые двигаются вперед по двум путям. Если вы кого-либо любите, вы можете составить о нем внутренне представление. Если вы усиленно думаете о каком-либо человеке, то вы можете его увидеть. Вы будете способны представить себе его астральное тело. Посредством закона притяжения можно привлекать его астральное тело с его ведома или без его ведома.

Если вы начнете взирать сквозь чечевицы ваших глаз, то вы сможете запечатлеть образы истинных святых, двигающихся в эфире. Ясновидение не является вредным для вашего прогресса, потому что оно обращает вас с материальной плоскости на спиритуальную плоскость, однако подсознательные образы и представления оказывают вредное влияние на душу.

Освобождайте свое сознание и энергию от мирских образов и затем освобождайтесь от влияния подсознания. Это является путем к безграничности. Первым делом является оттягивание энергии и жизненной силы из сфер органов чувств, затем от подсознательного кино, что же тогда произойдет? Эта связь является хорошей: во-первых, освобождение явилось оттягиванием энергии, таким образом, прежде всего мы оттягиваем жизненную силу и энергию из объектов чувственных органов, во-вторых, мы оттягиваем энергию от подсознательного кино, и в-третьих, мы оттягиваем энергию и жизненную силу от мускулов. Но если вы отвлечете свою энергию от живых материальных картин, то вы сможете полностью забыть подсознание. Не входите внутрь камерки подсознания. Когда вы освободились, то это не означает, что вам нужно видеть сны, избегайте этого.

Повторный обзор второй части

Имеется возможность для развития "ушей, которые слышат", и "глаз, которые видят". Мир различается от того, что мы обычно видим. Мы слышим только те звуки, которые соответствуют размеру нашего восприятия и нашей вибрации.

"Ясновидение" иногда называется интуитивным слухом, ибо тогда мы можем слышать звуки, обычно не воспринимаемые нашими ушами, звуки, идущие к нам издалека.

Воистину вся зрительная способность является душой. Способность всех наших органов чувств можно стимулировать силой разума. Это не глаза, которые видят. Наши глаза являются настолько сильными, как Икс-лучи, однако причиной, почему наши глаза не видят вещей, которые могут фотографировать Икс-лучи, является то, что мы не развили возможности своих вибраций, несмотря на то, что нам присуща сила производить это. Наши органы чувств ограничены, благодаря ментальным процессам.

Ясновидение является жизненной силой, которая подчиняется известным материальным вибрациям. Подобно тому, как Икс-лучи могут видеть через стены, то же самое могут видеть и наши глаза. Когда вы разовьете в себе эту способность, то это называется "ясновидением". Вы сможете видеть посредством силы ясновидения, если вы разовьете интуитивные способности глаз или разовьете вибрацию жизненной силы, так что она сможет проникнуть сквозь каждую вещь.

Не ясновидение вредно для вашего прогресса отвлечь ваше сознание от материи на духовную плоскость, но картины подсознания или подсознательные явления являются вредными, если им разрешается завладеть вашим вниманием. Избегайте этого. Идите правильным путем против этих явлений. Вам не нужно мечтать во время сна и релаксации тела.

Вся материя является известного рода вибрацией. Царство Божие внутри нас, однако вам нужно его раскрыть посредством нашего собственного сознательного стремления. Не давайте тормозить ваш прогресс. Совершенствуйте сами себя посредством исправления вашего характера и медитируйте глубже. Бог никогда не отказывается выслушать призывы души, однако у него свои неисповедимые пути, как вам ответить, и если кто-либо достаточно постоянен в поисках Его, то он определенно найдет Бога.

Часть III

Состояние сна

Сознание ощущается во время бодрствования, и затем подсознательный ум проявляется как память во время деятельности сознания. Когда мы употребляем свой сознательный ум, то наше эго упорядочивает чувства, мускульные и мыслительные процессы в нашем теле, чтобы вызвать известную активность, однако как только вы употребляете сознательный ум непосредственно за ним, то подсознательный ум проявляется посредством памяти. Сознательный ум ночью спит, однако подсознательный ум всегда бодрствует - днем он проявляется в памяти, но ночью сопровождая сны или давая ощущение покоя глубокого сна.

Как только вы не видите снов, но спокойно спите, то такое состояние называется "полу-сверхсознанием". Когда же вы сознательно можете сохранять состояние без снов, то это называется "сверхсознанием". Это проявляет душа посредством своих интуитивных процессов. За сознательным умом находятся подсознательный и сверхсознательный ум.

Обыкновенный человек употребляет по большей части сознательный ум, и во время сна он пользуется подсознательным умом пассивно, и в глубоком сне он имеет просветление из полу-сверхсознательного к сверхсознательному состоянию. При сознательной галлюцинации можно привести в действие подсознательное состояние, и при сознательной медитации можно привести в действие сверхсознательное состояние. Эго или неправильное душевное сознание достигает до подсознания, самое большое до полу-сверхсознательного состояния. Дальше оно не может проникнуть. За ним стоит предугадывание души.

Эго осознает душу, созданную в связи с телом. Когда же эго овладевает своим собственным сознанием, то это называют душой. Когда душа соприкасается и подпадает под влияние чувств, то она охмеляется и возбуждается чувственностью и принимает наименование эго, однако когда она находит себя, то она называется "душой". Она имеет много наименований: "мой образ (форма)", "моя душа", "мое тело", "мое имя", "моя национальность". Когда душа принимает материальные телесные ограничения, то она называется эго. Однако когда она обнаруживает себя как отражение Духа, то она называется "душой".

Видения

Когда я говорю "сверхсознательные видения", тогда это означает, что душа употребляет свою интуицию (интуиция и сверхсознание это одно и то же) и только интуицию (она не является знанием, ибо она не зависит от восприятия чувств) в соединении с энергией, которая накапливается в мозгу во время релаксации мускулов и чувств и концентрирует свои мысли на известных настоящих переживаниях и затем материализует их, - это называется "видением".

Полувидение является смесью сознания - когда душа использует смесь

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
подсознания и сверхсознания, чтобы воспроизвести известные наполовину истинные видения. Их называют полувидениями, потому что одновременно с восприятием видения вы можете также и видеть сны. Вы можете также видеть видения, однако вы не будете ими способны вполне воспользоваться, и вы будете погружены наполовину в подсознательное или сознательное состояние. Наполовину это будет видение и наполовину не будет соответствовать истине. Это является сознательным, подсознательным, сверхсознательным и соединенным переживанием релаксированной энергии и телесных процессов, которые проявляют полувидения.

Подсознательному состоянию обычно принадлежат все галлюцинации, которые являются вредными для проявления видений и высших духовных достижений.
Сны, возбужденные подсознанием

Когда эго выходит из комнаты сознания в комнату подсознания, то оно использует релаксированную энергию посредством релаксации чувств и употребляет также известные фильмы трагических или комических переживаний, накопленных в подсознательном уме и проявляет их во сне.
Сознательно пробужденные подсознательные сны

Каждый раз, когда вы видели во сне ужасную войну или привидения, и это оставило сильное впечатление на ваш ум, то весьма вероятно, что когда вы засыпали, то вы видели эти вещи с известными видоизменениями, потому что эти сознательные возбуждения смешались с известными подсознательными переживаниями, и затем вы проявили их во сне.

Все проявления, воспринятые через подсознательный ум посредством чувств, накапливаются в подсознательном уме и воспроизводятся в виде образов во сне. Единственная разница между сознательно и подсознательно возбужденным сном состоит в том, что сознательно возбужденный сон следует непосредственно же за сознательным переживанием, регистр же подсознательно возбужденных снов, наоборот, может накапливаться и несколько лет. Может случиться, что ваша энергия концентрируется на известных частях мозга, которые очень чувствительны, и энергия настолько утончена в своем эффекте, что вы начинаете видеть эти вещи. Когда вы очень сильно разгневаны, то вы ментально уничтожаетесь, и вы это почти физически видите. В мозгу происходит концентрация энергии с прикосновением к центрам земли. Таким образом проявляются известные переживания.

К сознательно возбужденным снам можно присоединить еще и другое. Они не означают снов, которые произошли в результате известных переживаний до наступления сонного состояния, но сознательно возбужденные сны могут проявиться также и следующим образом: до отхода ко сну, ночью, в своей комнате уменьшите свет и начинайте созерцать или представлять себе пространство вашей комнаты, которая является слабо освещенной со всеми находящимися в ней вещами, и затем начинайте концентрироваться от всего сердца в совершенно релаксированном состоянии и с открытыми глазами. Продолжайте осматривать комнату и засыпайте, осматривая комнату, и тогда вы сможете обнаружить превращение этого созерцания в сознательный сон. Однажды я спал на боку и видел различные картины. Я перевернулся на другой бок и картины сразу же исчезли. Затем я сел, видел видения и спал. Это было чудесно. Давление на различные части мозга проявляет определенные видения.

Сверхсознательными снами являются такие сны, в которых душевное сознание, посредством своей интуитивной камеры, видит какие-то видения будущего и спускает их в подсознательный ум и проявляет их там. Очень многие вещи являются правдоподобными и сбываются. Например, известные переживания прошлых жизней. Сверхсознательные переживания проявляются как подсознательные сны или видения. Вы сможете увидеть видения с открытыми глазами или закрытыми глазами при дневном свете или ночью. Нет никакой разницы. Когда вы медитируете продолжительное время, то эти вещи уподобляются игрушкам – "если у вас это имеется, то никакое другое приобретение не будет больше, чем это".

Важные ментальные состояния

Полусверхсознательные сны или сверхсознательно-возбужденные сны обыкновенно сбываются. Они являются почти как видения, только не возбужденные сверхсознательно. Сверхсознание и душа используют подсознание, чтобы проявить полусон или полусверхсознательный сон, однако различие между этими сверхсознательно-возбужденными снами и истинными видениями является следующим:
Истинное видение возбуждается сознательно, сознательно вы воздействуете на сверхсознание и затем проявляете видение, но полусверхсознательный сон проявляется во время сна. Душа пробуждается и употребляет интуицию, затем переживается так, как эго, когда оно пробуждается и может предупреждаться или развлекаться.

Истерия очень вредна. Это происходит, когда ваш сознательный ум и известная неуравновешенная мозговая энергия неожиданно релаксируют мускулы или члены и

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru направляют ментальную волну в подсознательный ум.

Галлюцинации проявляются подсознательным умом, при употреблении известных релаксированных телесных энергий и проявлении ментальных картин, которые вы можете видеть открытыми или закрытыми глазами, однако которые не имеют соответствующей реальной действительности.

Лунатизм является движением членов и галлюцинацией и проявляется в усиленной мускульной деятельности.

Бессознательный транс может наступить, когда вы становитесь неподвижными, физически несознательными, но когда вы остаетесь на границе полуподсознания или полусверхсознания – когда внутреннее переживание является миром и дополняется полусверхсознательными и иногда сверхсознательными снами. Бессознательное состояние означает, что вы являетесь без сознания наружно и внутренне и вы можете внутренне быть настолько же сознательными, насколько вы несознательны наружно. Последняя степень означает одновременную потерю внутреннего и наружного сознания. Это означает сознавать одновременно Природу и Бога.

Часть IV

Интуиция и душа

Объективное зрение называется "интуицией", которая является экраном, и фильмы репрезентируют сверхсознание или интуитивную способность, которая воспринимает разные картины из эфира и вкладывает в них интуитивное сознание плюс релаксированную энергию, которая воспроизводит видения. Экран является объективным видением и силой, которая фотографирует сверхсознательные переживания и называется "субъективной интуицией".

Субъективное зрение называется "душой". Душа является чистым отражением Духа. Душа употребляет интуицию из чечевицы – глаза фотографируют известные события в эфире, которые фильмуется. Затем она употребляет часть интуиции как за кулисами, которые разделяются на субъективную и объективную интуицию. Вы можете таким путем определить сознание. Экран является интуицией и силой, которая фотографирует предметы на фильм и называется "субъективной интуицией", сверхсознательные переживания также проявляются в интуитивном экране.

Душа употребляет субъективную интуицию, чтобы фотографировать известные сверхсознательные переживания, затем она употребляет эту субъективную интуицию плюс эти сверхсознательные фильмы и прибавляет к ним релаксированную энергию из тела и материализует видения на экране объективной интуиции, и проявляет движущиеся картины-видения.

Сверхсознательно пробужденные сны, вызванные подсознательным умом, являются снами, в которых душа воспринимает настоящее интуитивное переживание и посредством этой интуиции воспроизводит сон. В сверхсознательных снах душа, как оператор в интуитивном экране, проявляет картины, и потому что эта самая душа не берет никаких образов из подсознания, она фотографирует события из эфира посредством интуитивных чечевиц и проявляет их как сверхсознательные сны.

Составление снов

Ваша обычная привычка спать указывает на ваше обычное умственное состояние. Имеется путь для различения всех этих различных состояний. Это является утонченными вещами, которые вы должны знать, потому что это является путем к самореализации.

Никогда не забывайте, что в снах имеется элемент энергии, т.е. энергия, соединенная с воображением. Без энергии вы не можете видеть. Энергия материализует мысль. Мысль Божия была материализована, соединена с энергией, чтобы произвести эту Вселенную. Бог нам показывает, что если мы господствуем над энергией, то мы сможем создавать также, как и Он это делает.

За природой находится космическое сознание плюс энергия. Энергия является недостающей связкой между материей и сознанием. Энергия и сознание являются всем. Также Бог показывает нам царство снов, как мы можем воспроизводить это царство снов, если только у нас имеется сознание и энергия. Если вы можете каким-либо образом удержать энергию от мозга, то у вас не будет галлюцинаций. Если вы ежедневно спокойны и тихи, то у вас не будет также и снов. Однако, сознательно пробуждая энергию в мозгу, вы сможете видеть видения.

Сны составляются из сознания, релаксированной энергии и какой-либо идеи. Идея является фильмом, релаксированная энергия является током, и сознание является прожектором. Например, сонная проекция, подсознание является экраном и релаксированная энергия из нервов в мозгу и фильм является переживанием, запечатленным в мозговых клетках. И что же является прожектором? – Эго. Так, когда какое-либо лицо видит сны, то энергия этого лица релаксировалась в мозгу, медулла является операционной камеркой, и это воспринимает этот ток и проводит его в свое сознание – эго дальше посредством переживаний в клетки мозга. И это проявляется как подсознательные сны. Подсознание в снах – эго плюс

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
релаксированная энергия, плюс переживания, находящиеся в мозгу – проявляют сновидения.

Кошмарные сны относятся к "подсознательно возбужденным снам". Во время кошмарных снов большая часть энергии употребляется для циркуляции крови, и дыхание становится более возбужденным. В сверхсознательно возбужденных снах вы почувствуете более спокойное влияние на тело. Ваше дыхание, сердце и все физические и жизненные процессы будут спокойными. Когда вы видите сверхсознательный сон, то ваше дыхание и сердечная деятельность будут значительно спокойнее, чем когда вы видите кошмар. Сверхсознательные сны не всегда сбываются.

Разница между видениями и снами

Сон является бессознательной релаксацией мускулов и чувств. Вы не знаете, что энергия оттягивается обратно. Обыкновенный человек может только релаксировать энергию от мускулов, однако если вы еще раз просмотрите предыдущие лекции о концентрации и медитации, то вы вспомните, что вы релаксируете энергию от сердца, но во сне вы релаксируете энергию пассивно. Так и в обыкновенном сне, когда ваш ум становится пассивным и ваша энергия релаксирует от мозга, то релаксированная энергия проходит через пазы, где находятся подсознательные переживания, которые вы видите во сне.

Видения проявляются, когда вы оказываетесь способными сознательно оттягивать энергию от мускулов и окружающей среды и направлять ее на место между бровей. Как только появится сверхсознательное видение, ваше дыхание и сердечная деятельность становятся более спокойными.

Полувидения не пробуждаются сознательно, однако они имеют оттенок сверхсознательного сна. Сверхсознательный сон является таким сном, который материализуется подобно видению, только сверхсознание не является таким активным непосредственно, но активно посредством подсознания.

Сверхсознательные сны происходят, когда сверхсознательный ум прямо передает какое-либо переживание в подсознательный ум, и он проявляет видение. Это здесь не принимает сознательного участия. Иногда, когда вы дремлете, вы видите небольшое видение, проявленное отчасти подсознательным умом, отчасти сверхсознательным умом, и отчасти и сознательным умом.

В сознательно проявленных сверхсознательных снах вы наполовину дремлете, и то, что вы видите, является смесью подсознательной, полусверхсознательной и сознательной деятельности ума. Иногда же, когда вы недостаточно внимательны, вы бываете внезапно пробуждены или видите что-либо. Смесь всех этих состояний может проявить полусверхсознательное видение.

Разница между гипнозом и лунатизмом

Лунатизм происходит, когда эго употребляет известные подсознательные фильмы, не только для того, чтобы проявлять картины, но употребляет также мускулы и члены тела, чтобы исполнить этот фильм. Это является исполнением сознательных процессов под влиянием подсознательных приказов. Когда вы сознательно ходите, то вы знаете, что вы сами сознательно хотите сделать. В лунатизме же это производится посредством подсознания. Лунатизм является опасным явлением. Известные подсознательные переживания захватывают сознательные процессы, и тело исполняет этот подсознательный импульс и осуществляет в фильме.

Гипноз же происходит, когда кто-либо другой влияет на ваше подсознание, чтобы контролировать ваше сознание, когда при известных суггестиях вы возвышаете подсознание и приказываете ему господствовать над сознанием – и это продолжается только короткое время. Когда вы спорите под гипнозом, то вы не будете способны говорить, но будете думать только то, что вам внушает другое лицо. Гипноз отнимает ментальную свободу. Гипноз использует подсознание, и если оно пересилит сознание, то оно угрожает мозгу.

Духовный гипноз происходит, когда душа, выделенная из тела, овладевает вашим сознательным и подсознательным умом и употребляет их по своему желанию. Блуждающие души всегда бродят в эфире, и поэтому и небезопасно оставлять ум праздным. Не позволяйте вашему уму быть праздным, но концентрируйте его всегда на какой-либо мысли.

Повторный обзор четвертой части

Когда ученик во время медитации посредством самоконтроля астральным образом отделяет жизненную силу от сенсорных нервов, то она начинает протекать внутрь и на центральный пункт между бровей в виде опалового движущегося света. Это внутреннее астральное истечение и внутренний свет являются душевными переживаниями человеческой мудрости для эго и интуиции. Эта жизненность вместе со своим внутренне проникающим спиритуальным восприятием и свет спиритуального глаза необходимы для развития душевных способностей. Ваша обычная привычка спать выражает ваше обычное умственное состояние. Является возможным разъединить все

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
эти отдельные состояния, и решающая способность поможет вам обнаружить, где вам нужны исправления.

Сверхсознание в снах, как оператор, проявляет картины на экране интуиции. Оно снимает фильмы из подсознания, однако фотографирует события из эфира чечевицами интуиции, употребляя освобожденную телесную энергию для проявления сверхсознательных снов.

В снах всегда участвует элемент энергии. Без энергии вы не можете видеть. Энергия материализует мысли. Мысль Божия, соединенная с энергией, создает вселенную. Бог указывает нам, что и мы также можем создавать, если у нас имеется контроль над энергией, подобно тому как и Он это делает. Энергия является связью между материей и сознанием.

Сны создаются посредством сознания, освобожденной энергии и идеи. Эта идея является фильмом, освобожденная энергия – током, и сознание – это прожектор.

Кошмарные сны причисляются к "подсознательным снам" (снам, возбужденным подсознанием). Они требуют больше энергии, в сверхсознательных снах дыхание и деятельность сердца более спокойны. Видения создаются при сознательном оттягивании энергии от мускулов и области сердца и направлении ее на переносицу (центр между бровей).

Гипноз и сомнамбулизм являются антиподами. Сомнамбулизм является подсознательным контролем над сознательными процессами, при употреблении мускулов и членов тела для проявления подсознательного фильма. Когда же воля какого-либо лица действует посредством вашего подсознания для контроля вашего сознания, то это является гипнозом. Гипноз лишает человека ментальной свободы и представляет опасность для мозга. Никогда не оставляйте ум праздным, потому что имеются блуждающие души, двигающиеся в эфире и возбуждающие спиритуальный гипноз.

8. ПРИЗНАКИ СОЗНАНИЯ ХРИСТА

Драгоценный камень выражает часть духа, растения выражают немного больше. Животные выражают дух больше, чем растения, ибо животные посредством движений способны познавать большую часть пространства. Сознание маленького муравья ограничивается его маленьким телом. Сознание слона распространяется по всему его огромному телу. Его сознание чувствуется во всех частях его тела, так что 10 человек, прикоснувшись к его десяти различным частям тела, смогут возбудить в нем ощущение одновременно. Подобным же образом сознание Христа распространяется по границам всей вибрирующей среды. Посредством самосознания человек может охватить мысли других людей и может распространять свой ум в пространстве и в лучах силой воображения.

Если вы хотите достигнуть сознания Христа, то не смотрите на феномены, но постоянно стремитесь к нему, углубляя вашу медитацию и вашу радость, созданную медитацией. Не давайте увлечь себя психическим явлениям, насколько бы удивительными они вам ни казались. Любовь ко всем характеризует тех, которые обладают сознанием Христа.

9. МОЛИТВА

О, Космическая Вибрация, отразись через меня как космический сознательный звук и научи меня находить в теле существо отраженного сознания Христа. О, святая Вибрация, руководи мной, чтобы я смог прочувствовать сознание Христа в Тебе. О, Вездесущий Космический Звук Ом, отразись посредством меня, расширяя мое сознание от тела до вселенной, и научи меня чувствовать Тебя как все насыщающее, всегда существующее блаженство.

10. КАК ВЫБИРАТЬ СЕБЕ СОТРУДНИКОВ

Читайте характер по глазам. Путь интуиции

Запомните, что вся жизненная история индивида написана в его мозгу и что контакт с мозгом отражается в глазах, которые являются указателями ума, характера, привычек и которые являются душой индивида. Остерегайтесь хитрых, недоверчивых глаз, жестокосердных глаз и саркастических, мстительных глаз. Остерегайтесь глаз, отражающих ненависть, и таких глаз, которые не могут прямо смотреть вам в глаза. Если вы почувствуете автоматическое интуитивное отвращение при прямом взгляде в глаза какого-либо индивида, тогда определенно остерегайтесь такого лица. Оставьте его.

Духовный путь

После глубокой медитации с закрытыми глазами представьте перед собой глаза вашего будущего сотрудника или участника вашего предприятия – на месте между бровей или середине лба и изучайте ваши чувства в своем сердце. Если у вас появится страх, то не делайте это лицо участником своего предприятия. Первое впечатление важно. Держите свою душу чистой от предрассудков и посмотрите строго

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
в глаза человеку, которого вы изучаете в первый раз, когда вы его встречаете. Ваше впечатление с первого взгляда будет правильным, если вы будете спокойным и способным к восприятию впечатления.

Магнетический путь

После глубокой медитации утверждайте:

Отец, пошли мне подходящего участника моего предприятия посредством моего спиритуального магнетизма, увеличенного посредством Твоей благодати.

Запомните, что, в конце-концов, самая большая ответственность за предприятие лежит на вас и ваши пробужденные творческие способности. Все затруднения можно преодолеть посредством вашего непрерывного мышления и вашей неотступности. Не допускайте признания неудач и вы победите. Если у вас не удастся что-либо, то попытайтесь начать что-либо другое и продолжайте пробовать до тех пор, пока у вас будут успехи в каком-либо деле. Попробуйте работать в той отрасли, в которой у вас имеются знания или в которой у вас был соответствующий опыт.

11. СМЕРТЬ И СОН

Ум является тканью, посредством которой была соткана Творческая материя. Ум был скован в материи. Сон является временным оцепенелым воображением человека. Творение – сравнительно более продолжительное оцепенелое воображение Божие. Без ума, материи, чувств, мыслей и ощущений невозможно познать природу. Во сне ум играет такую же роль материального объекта, как и роль сознательного существа во сне. Во сне ум сам себя материализует землей или солнечным светом, или цветами, реками, горами, небесами, светом, огнем эфиром или водой. В рамках снов этого мира ум материализуется в прекрасные цветы, поющие птицы и в сознательные человеческие существа. Пока вы находитесь во сне, вы будете ощущать землю, по которой вы ходите, отличной от воды, в которой вы плаваете, и вы вдыхаете воздух, чувствуете солнечную жару, нюхаете ароматы цветов, ощущаете холод и жару, и вы обладаете сенсациями всякого рода. Во сне вы видите, как младенец рождается, как какое-либо лицо умирает, как некоторые болеют, а другие здоровы. Во сне вы думаете, желаете, ненавидите, любите, прощаете, мстите, бываете счастливыми, богатыми, печальными, нищими или становитесь богатым собственником предприятия или нищим. Во время сна вы принимаете во внимание относительную разницу между твердыми телами, жидкостями, газами, водой, воздухом, эфиром, огнем, мыслями, чувственной волей, печалью, радостью, нищетой, благополучием, здоровьем, болезнью, рождением и смертью, однако после пробуждения вы не видите разницы между твердыми телами, жидкостями, газами, эфиром, мыслями, рождением, смертями, тьмой, светом, печалью и счастьем, потому что все они являются различными градусами вибрирующего ума. Тьма является мыслью, которая отличается от мысли, которую называют "светом". Так и рождение является мыслью, которая отличается от мысли, которую называют "смертью". Печальные мысли отличаются от счастливых мыслей, однако печаль и счастье являются обе различными градусами вибрирующей мысли. Счастье является успокаивающей мыслью, печали являются жгучими мыслями.

Однажды я сидел в глубокой медитации. Я был очень смущен разницей между материей и умом, тогда Господь послал мне видение. Я увидел себя в центре какой-то битвы. Я сражался в качестве капитана крейсера и приказал обратить поспешно артиллерийский огонь на врагов, которые собрались на берегу и обстреливали наш корабль. Мои матросы были убиты, и мой корабль был прострелен артиллерийскими снарядами. В конце концов, большая граната пробила большую дыру в корабле, и он начал тонуть. Я бросился стремглав в воду с винтовкой, висящей у меня на спине. Я чувствовал, что холодная вода бушует вокруг меня, когда я бросился в воду. Затем я поплыл к берегу, и когда я побежал в сторону джунглей, вблизи берега, то я встретил команду солдат, которые направили на меня свои ружья, чтобы меня застрелить. Я устал от битвы и плавания, а поэтому я поднял руки вверх, чтобы сдаться, однако было уже поздно. Огненная пуля застряла в моем сердце, и я упал на землю, истекая кровью.

Я живо запомнил все чувства, сопровождавшие мою смерть. Я почувствовал, что у меня имеются легкие, однако я не мог больше дышать или чувствовать движение диафрагмы. Я хотел пошевелить своим языком и почувствовать ощущение вкуса, однако этого я также больше не смог сделать. Я чувствовал, что у меня имеются глаза, однако я не мог видеть ими, я чувствовал, что у меня имеются уши, однако я не мог слышать. Мое тело, сердце, руки и члены тела были парализованы и начали застывать. Это было ощущение, подобное тому, когда вы видите свою ногу и знаете, что она ваша, однако вы не можете ею двигать, потому что она окостенела, так и я чувствовал, что я имею тело и все члены, и органы, однако они все окоченели и не двигаются, несмотря на все усилия и сильную неотступную волю.

Тогда я подумал про себя: "Это является чудесной смертью, о чем я так часто слышал, когда я жил на земле". После всего этого не было совсем так плохо,

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru благодаря исключению физических болей, я пребывал только в ментальной агонии, ибо я был уверен, что у меня имеется тело, однако я не могу его употреблять. Мое тело лежало без движений, инертное, как пораженное кошмаром, не отзываясь ни в малейшей мере на приказы воли. В конце концов, когда я убедился, что умер, и зная, что я ничего не могу поделать со своим телом, которое было совсем мертвым, я решил освободиться от своего желания жить, и таким образом я улетел в пространство неограниченного эфира.

Как раз в то время, когда я угрюмо вылетел из тела как воздушный пар, внезапно Господь вернул мне полное сознание оживления моего тела, и я отдыхал на месте покоя медитации. Моя радость была безраздельной. Я ощущал все свое тело, чтобы убедиться, что у меня имеются руки и ноги, которые могли двигаться. Я вдохнул и выдохнул раз сто, чтобы быть уверенным, что могу употреблять свои легкие. Я чувствовал биение своего сердца посредством ладоней, положенных на грудь, чтобы убедиться, что я опять живу. Я был безумно рад, почти истерично рад, что я опять живу. Я поблагодарил Господа опять и опять, что мне было разрешено возвратиться из царства смерти в царство жизни. Вдруг, когда я уже был на вершине ощущений радости, обнаружив себя живым и не мертвым с пулевой раной в груди, я пришел к заключению, что я, очевидно, опять мертвый, как камень. Я истек кровью до смерти с пулей в моем сердце.

Это чудесное явление жизни и смерти проходило и уходило от меня некоторое время. Когда я видел себя живым, то я был уверен, что это так и есть, только это было подделкой, когда я видел себя мертвым, и я убеждался, что я умер. Когда же я видел себя опять живым, то видение смерти казалось мне обманчивым, и когда я видел себя мертвым, то видение жизни казалось фальшивым. В беспокойстве я закричал, когда я обнаружил себя живым, и просил показать мне, если я сошел с ума. Тогда Господь показался мне в виде человека, я поклонился и сказал: "Господь, скажи мне, что же истинно, жив ли я или умер?"

Господь ответил:

Ты являешься мнимо как живым, так и мертвым, однако твой сон жизни и смерти не является истинным. Этот мир является Моим сном. Когда я живу во сне жизнь, тогда и вы видите себя живыми, когда же я вижу во сне смерть, тогда и вы видите свое тело мертвым. Теперь пробудись в Моем сознании, которое не обеспокоено мнимой переменной жизни и смерти, и убедись, что вы никогда не рождаетесь и никогда не умираете, но пребываете всегда живыми во Мне.

12. КАК РАЗВИТЬ ТВОРЧЕСКУЮ ИНТУИЦИЮ

Интуиция является той непосредственно ощущаемой способностью души, которая моментально проникает и узнает истину о каждой вещи, не требуя никакого переживания органов чувств или посредничества разума. Эта способность, как и многие другие, существует недоразвитой в заурядном человеке. Необходимо ознакомиться с природой интуиции и обдумать методы ее расширения. Интуиция соединяет истинный разум человека с его эго и с душой. Опасно быть зависимым от недоразвитых интуитивных способностей. Без упражнений ни одну способность нельзя развить. Каждый человек обладает этой способностью в большей или меньшей мере. Она проявляется через окошко тишины, которое создается из затканного материала мыслей и самостоятельных ощущений. Она дает познание о вещах, не требуя никаких объективных или обоснованных доказательств. Каждый знает об этом из примеров своей собственной жизни.

Эта интуиция посещает вас как тихое, часто возникающее ощущение, отличное от беспокойных чувственных волнений. Эта интуиция воспринимается вами как астральный голос или шепот, называемый гималайскими учителями индусов "эфирными звуками". Вам следует их отличать от иллюзорных фантастических подсознательных звуков. Настоящая интуиция никогда не может быть неправильна. Она не состоит в строгом или хмуром осмотре какой-либо вещи, но в точном и безошибочном знании. Интуиция не является противоречивой, но она всегда воспринимается правильными способностями ощущений, разума и заключения. Все вещи, познанные посредством интуиции, являются безусловно правильными, как материально, так и интеллектуально, но противоположное не всегда является правильным.

Полуинтуиция

Ошибаются те люди, которые не могут отличить настоящую интуицию и в доказательство ее созданных интеллектуальных переживаний или суеверий, или отчасти подобное настроение, оправдывающее то же самое кажущееся гадание, или привычки, или воображения, или самоуспокоительных созданных заключений, или иллюзий, что "потому что так раньше происходило, то и теперь также должно произойти".

Мужчины с острым умом и женщины с чистыми невозбужденными чувствами обычно обнаруживают полуразвитую интуицию как соответствующий результат развития их подсознательного разума и чувств. Чистый разум и тихие чувства приводят к

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
интуиции. Извращенный и скептический ум и эмоциональные чувства препятствуют развитию интуиции. Поэтому первым требованием для развития интуиции является успокоение ума и наличие спокойных чувств в каждом деле. Никогда не будьте скептическими, никогда не будьте возбужденными или эмоциональными.

В жизни у вас у всех бывали случаи, когда у вас не было никаких известий о вашем друге, или вы не знали, когда он вас посетит, однако все же весь день вы твердо чувствовали, что он придет, и наступал вечер, и он приходил. Иногда же вы весь день чувствуете, что произойдет что-то хорошее или плохое, однако когда это происходит, вы удивляетесь. Все это является примером наличия внутри вас развитой интуиции и проявления ее неконтролируемой деятельности и внезапной всезнающей силы.

Чтобы быть успешным, вам нужно развить силу пяти органов чувств

Чтобы правильно жить и иметь успехи в жизни, человеку нужно развить силу пяти органов чувств – осязания, обоняния, слуха, зрения и вкуса, раздражая их концентрацией; ему нужно также развить всезнающие способности интуиции. Если орел высоко в небе может увидеть ползущее по земле маленькое пресмыкающееся, и если собака может чують свою добычу с большого расстояния и распознавать ее, то, конечно, и человек может развить способности своих органов чувств посредством концентрации.

Подобно тому, как в доме имеется много окон, так и для физического жилища человека устроены 5 окон для наружных органов чувств и 3 внутренних окна для сознания. Когда же окна в каком-либо доме замерзают, то видимость становится плохой. Таким же самым образом, если окна ума и органов чувств затуманены незнанием и ментальной и чувственной слабостью, то человеческий разум изолируется.

Заурядный человек ошибается, потому что он применяет недоразвитые органы чувств и способности заключения, которые образуются на основании доказательств ощущений органов чувств. Это доказательство является ошибочным, а поэтому и заключения являются неправильными. Например, увидев на горе облако дыма, можно себе представить, что это является огнем, однако это не огонь, но облако мелкой пыли. Сверхчеловек непрерывно употребляет свою интуицию в каждом деле.

Заурядный же человек, одаренный недоразвитыми органами чувств и недоразвитым умом, совершает ошибки в каждом деле – начиная с исследования здоровья и своей торговли до исследования вопросов философии и религии. Тысячи людей совершают неправильные начинания, потому что их ум извращен жадной затуманенной концентрацией, и они не руководствуются научно интуицией. Сила органов чувств зависит от органов чувств, которые служат для информации, однако интуиция является знанием изнутри и не зависит ни от каких-либо доказательств, что зачастую требуется от органов чувств или от ума.

Упражняйте свою интуицию, разрешая ваши проблемы

Способность ощущений, заключения разума и интуиции составляют распознавание природы каждой вещи. Слово "интуиция" многими рассматривается в смысле "авторитетности писаний", однако такое разъяснение не является правильным, потому что авторитетное разъяснение, хотя и добытое из уважаемого источника, получено посредством органов чувств (слуха, зрения) или посредством изучения или умозаключения. Поэтому интуиция означает "способность ощущения души". Эта интуиция способна пробудить в вас воспоминания посредством известного вкуса или запаха, воздействовавшего на вас в связи с каким-либо событием в вашей жизни. Когда вы совершенно убеждены в том, что эта интуиция отличается от самоуспокаивающих чувств и галлюцинаций, то применяйте ее к делу, разрешая мелкие проблемы. Когда же она успешно разрешает их, тогда используйте ее для разрешения и больших проблем.

У небесных ангелов, живущих в пространстве Космического сознания, нет ни глаз, ни ушей, ни ощущения вкуса, однако они могут видеть, слышать, различать вкус и т.д. Они все могут делать посредством интуиции, которая является их всевидящими глазами, их всеслышащими ушами, их все различающим вкусом, все обоняющим носом и ощущающим все пространство осязанием. В пространстве Космического сознания никто не видит, не слышит, не ощущает запаха, вкуса, осязания, потому что каждый чувствует и делает свое дело посредством интуиции. Чувствуйте каждую вещь, и вы придете к заключению, что ваше интуитивное ощущение составляет ваше тело, глаза, уши, ум, интеллигентность, сознание и мозг невидимых ангелов.

Медитируйте регулярно по полчаса каждое утро и по полчаса вечером перед отходом ко сну. Затем посидите спокойно после медитации, ощущая тихий мир и покой. Ощущение, которое дает вам наслаждение мира и покоя непосредственно после глубокой медитации или во время ее, называется "интуицией". Когда вы будете развивать и упражнять эту способность ежедневно, то она разовьется сама собой и будет готова служить вам ежедневно. Иногда днем эта интуиция непосредственно

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru охватит вас, когда вы не думаете про нее, и расскажет вам будущие события. Интуитивные размышления о данном объекте можно увидеть в видении, однако до этого вам надо быть уверенными, что вы освободились от всех созданных в тишине отрицательных галлюцинаций или от мнимой тишины, которая отличается от положительной тишины, созданной настоящей техникой медитации, преподаваемой обществом Самореализации.

Способность всевидящей интуиции даст вам успехи во всех ваших делах

Тем людям, которые ищут каких-либо определенных успехов, им следовало бы прежде всего на несколько месяцев практиковать следующий метод.

Когда они почувствуют, что их интуиция хорошо развилась, им следует посидеть спокойно и быть тихим и прочувствовать силу интуиции непосредственно перед тем, как они хотят разрешить какую-либо важную деловую, социальную или спиритуальную проблему.

Запомните, что как раз самые интеллигентные мужчины и самые чувствительные женщины совершают ошибки в капиталовложениях, в выборе правильного занятия, правильного делового компаньона или в выборе правильного друга жизни. Это показывает, что разум и чувства, какими бы чистыми они ни являлись, еще не являются "интуицией". Поэтому скрытым хорошим дельцам и полуинтуитивным чувственным женщинам следовало бы быть осторожными. Чтобы узнать правду о деле, необходимо видеть, слышать и разбирать проблемы, и как раз тогда вы можете придти к неправильному решению, однако когда вы употребляете правильную силу всевидящей интуиции, то вам не нужно исследовать каждое дело, потому что вы будете знать об этом моментально. У Бога нет глаз, ушей или ума, которые находятся в зависимости от каких-либо органов чувств. Он обладает всезнающей силой интуиции. Посредством этой силы Он моментально осведомлен обо всякой вещи, о которой Он хочет узнать. Поэтому благодаря вездесущей силе, Бог обладает способностью видеть, слышать, обонять, ощущать вкусы и осязать каждую вещь и в каждом месте. Человек же, созданный по образу и по подобию Божию, может обнаружить то же самое, ту же самую силу внутри себя, однако она только не развивается.

Когда вы захотели интуитивно разрешить какую-либо проблему, прежде всего войдите в глубокую медитацию или тишину, как это преподается обществом Самореализации. Не думайте о разрешении своей проблемы во время медитации. Медитируйте так долго, пока вы почувствуете, что вас наполнило ощущение мира и покоя и распространилось внутри вас и что ваше дыхание стало спокойным и тихим. Одновременно сконцентрируйте свое внимание на пункт между бровей (центр Христа) и на сердце. Затем помолитесь Богу о руководстве вашей интуицией таким образом, чтобы вы узнали, что нужно сделать вам для разрешения вашей проблемы.

Обычно люди, жаждущие успехов в духовных, деловых и учебных делах, думают, что они смогут достичь исполнения своих желаний посредством изучения книг, или духовных семинаров, или при помощи коммерческих институтов. Большинство западных профессоров думает, что воспитание состоит в накачивании идей в мозги учеников. Восточные учителя прежде всего наблюдают за имеющимися у ученика способностями, и только после этого они начинают его обучать. Они говорят так: Подобно тому, как нельзя вылить океан в чашку, так и вы не можете наполнить какой-либо ум специфическими познаниями, который обладает только ограниченными силами понимания и ощущений.

Многие книги и учебные пособия написаны для учеников, однако там ничего не сказано о концентрации и развитии шестого чувства – интуиции. Покидая школы и колледжи, юноши выходят из них с неассимилированной информацией и пробуют одно или другое занятие и, зачастую, после нескольких лет экспериментирования приходят к заключению, что они ошиблись в выборе занятий, ошиблись в своих начинаниях и ошиблись также в религиозных взглядах, выборе подруги жизни и т.д.

Классификация интуиций

а) Грубая интуиция.

б) Полуразвитая интуиция, посредством частых, но несознательных упражнений в делах и другим образом.

в) Сознательно развитая интуиция, приобретенная посредством медитации.

Интуиция развивается посредством:

1. Общих органов чувств – употребляя и упражняя их.

2. Ежедневной проверки и анализа.

3. Глубокого мышления и непрерывной активности в одном направлении.

4. Мира и покоя.

5. Лучше всего интуиция развивается посредством медитации, придерживаясь к ее тихим последующим эффектам.

Посредством развития интуиции можно преодолеть закон причин и следствий в вашей собственной жизни. В тихом, нейтрализованном уме все события будущего проявляются живыми. Интуиция настраивает ментальное радио таким образом, что оно

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
способно воспринимать все вибрации будущих событий, которые в других случаях скрываются посредством разных токов.

Преобразуйте каждое событие и переживание в чувства с неограниченной верой.
Повторный обзор

О, Святая Вибрация, помоги мне почувствовать сознание Христа в тебе.

Интуиция является непосредственно достижимой душевной способностью, она моментально знает истину о каждой вещи без посредничества органов чувств и разума. Это не является осмотром вещей, но знанием непосредственным и безошибочным. Она не противоречива. Ее всегда сопровождает правильное восприятие органов чувств, разума и заключительное ощущение, она также не зависит ни от каких-либо данных, получаемых от органов чувств или разума.

Каждому человеку присуще это свойство в большей или меньшей мере, однако оно находится в неразвитом состоянии. Так же как и каждая другая способность, она может быть развита. Полагаться на недоразвитую интуицию опасно. Эмоциональные чувства, скептические размышления и колебания мешают предугадыванию. Если окна органов чувств и разума затуманены незнанием, ментальной и чувственной слабостью, то человеческое разумение закрывается. Разум и чувства, как бы они ни были чисты, еще не являются интуицией.

Высоко развитая сила пяти органов чувств, стимулированная посредством концентрации и высоко развитая всезнающая способность предугадывания, являются самыми важными для успехов.

Чувственная сила зависит от органов чувств и разума, способность умозаключения зависит от информации органов чувств. Поэтому если сведения, полученные от органов чувств, являются ошибочными, то и заключения также будут ошибочными.

Интуиция:

а) Неподготовленность.

б) Полуразвитая посредством частых, но неосознанных упражнений для ее развития.

в) Сознательно развитая посредством применения и медитации.

Интуицию можно развить:

1. Применяя и упражняя обычные ощущения.

2. Ежедневной проверкой и анализом.

3. Глубокомыслием и непрерывной деятельностью в одном направлении.

4. Спокойствием.

5. Медитацией, сохраняя получаемый ею успокоительный эффект.

Практикуйте употребление предугадывания для разрешения мелких проблем. Когда же это идет успешно, то применяйте ее для разрешения и более важных проблем.

13. РАЗНЫЕ УКАЗАНИЯ

Любовь не является только эмоцией. Она является очень реальной субстанцией. Если ею сознательно управляют, то она находит безошибочно свою цель, и она является тем, чему нельзя воспротивиться. Вы можете искать многих путей к Богу, однако Он избежит вас чудесным образом, пока вы не войдете внутрь себя и не изольете большой любви из своего сердца.

Если вы можете сохранять покой в себе и спокойно работать и быть активно спокойным во всех делах, что бы ни произошло, если ваши глаза и все ваше поведение всегда отражают спокойствие и уравновешенность при всех переживаниях и кажущихся волнениях, если даже большие ошибки или большие успехи не могут вас взволновать, тогда это является внешним признаком, что вы идентифицировались со своим внутренним настоящим эго, которое всегда обитает во внутреннем храме покоя.

Шепчите про свою любовь Богу всегда, во всех повседневных делах. Для этого вы никогда не бываете настолько занятым. Если ваше стремление к Богу и ваша любовь к нему станут достаточно глубокой и интенсивной, то Он не сможет больше воздерживаться от вас. Тогда вы сможете сказать:

Я и мой Отец – одно,

и блаженство, которое никто не может выразить, будет вашим.

Бог является скрытым совершенством над всеми внешними проявлениями природы и человека. Он является сознанием и энергией и всегда новой радостью, всегда ищущей проявиться в вашей жизни.

Полнейшая вера в Бога необходима, потому что она направляет мысленный поток к Богу. Однако недостаточно знать, что Он есть. Мы видим, что миллионы людей искали Его по извилистым путям теологических джунглей и посредством слепых молитв. Многие верили в Его существование, и воистину ужасные войны совершались во имя религии. Однако эти люди не познали Бога, потому что Бог проявляется в гармонии мира, покоя и блаженства.

Единственный путь для актуального контакта с Богом состоит в применении

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
научных и духовных законов веры. Искусство правильного применения медитации является научным и уподобляется полету самолета к божественному блаженству (к Богу). Благодетие является таинственным ключом, ибо Бог не может воспротивиться проявлению великой любви, исходящей из вашего сердца. Последуйте верно технике медитации, как она преподается в этой лекции. Практикуйте это с большой интенсивностью и благочестием. Это подобно тому необходимому соблюдению правил человеческого поведения и самообладания, ибо это является единственным путем поставить ваше беспокойное "я" под полный самоконтроль. Только тогда вы сможете возратить себе подобие с Богом и контролировать вашу судьбу, внимая Его ответам на ваш ментальный шепот.

Только посредством любви люди находят свой путь обратно к Богу. Бог является сущностью чистой любви в отце, матери и ребенке. Любовь является всегда чистой, божественной, однако она окрашивается личностью внешнего человека, подобно тому как чистая вода кажется окрашенной, если мы ее возьмем в цветную стеклянную посуду. Посуда должна быть кристально чистой, чтобы она могла отражать прозрачность ее содержимого, или подобно тому, как чистый горный ручей, льющийся вниз и протекающий через глинистое русло реки или нечистую почву, воспринимает подобные свойства. Всегда помните, что вода сама по себе чиста, однако ее нужно фильтровать, чтобы отделить примеси и нечистоты. Брачная любовь посредством фильтра любви родителей расширяется и выражает больше из своих божественных свойств, когда она протекает в сердцах детей.

Отношения родителей и ребенка являются метафизическим, неумолимым предписанием Божиим. Это согласуется с божественным планом. Взаимное уважение является объединенным алтарем, в котором проявляется любовь Божия.

Родители должны смотреть на своих детей как на почитаемый храм, где брачная любовь очищается и расширяется. Приветливость и строгое, любовное руководство всегда одерживает верх, но не суровое обращение.

Дети должны смотреть на своих родителей как на путь, по которому к ним течет божественная любовь. Послушание и уважение должны определять их поведение.

Семейная жизнь является обществом, образующим характер. Бог является здесь и председателем и божественной любовью и результатом. Не всегда нужно вступать в брак, чтобы сделать человеческую любовь совершенной. Человеческую любовь можно превратить в божественную любовь лучшим путем - путем брака индивидуальной души с Духом в храме медитации.

Бог является Абсолютным, человек - относительным

Бог не хотел оставаться на все времена молчаливым в безграничном пространстве, чтобы никто не знал и не наслаждался Его Премудростью и Блаженством, поэтому Он разделился на многие части посредством обманчивой силы, подобно тому как море разделяется на многие блестящие волны посредством силы ветра. Когда ветер утихает, то волны опять сливаются вместе и превращаются в море. Также и Бог произвел все созданные Существа из Себя, чтобы Он мог содержать все живые проявления посредством Своей Премудрости и Блаженства, согласно той ступени, которую каждое существо развило своей интеллигентностью, посредством собственных усилий.

Бог обладает окончательной совершенной свободой, так Он создал смертных по Своему образу и одарил их ограниченной свободой и свободным выбором. У человека ограниченная свобода и свободный выбор потому, что он является частью Бога, и ему нужно развиваться, пока он сможет отражать совершенный Дух. Бог абсолютен, человек относителен, подобно океану и волнам. Океан является целым, волна же, будучи частью его, - ограничена. Поэтому волна, стремящаяся стать подобной океану, должна потерять свои формы границ. Волна, потерявшая свои формы, становится океаном. Подобно этому и человек, как отражение Божие, должен стереть границы незнания, заблуждений и созданного им самим эгоизма, пока он сможет расшириться в Бога.

Еженедельное утверждение

Я хочу увидеть Невидимого в видимом, в образе своих друзей, отца и матери, которые присланы сюда, чтобы любить меня и помочь мне. Я хочу проявить свою любовь к Богу, любя их божественной любовью.
ОМ! БЛАЖЕНСТВО! ОМ!

Спасибо, что читали книгу на форуме Бакши [buckshee-Спорт](http://buckshee-sport.ru), авто, финансы, недвижимость. Здоровый образ жизни. Приятного чтения!

<http://buckshee.petimer.ru/>

<http://petimer.ru/> Интернет магазин, спортивное питание, косметика, сайт

Шри Парамахамса Йогананда Семь Ступеней Самореализации Ступень третья buckshee.petimer.ru
Интернет магазин одежды Интернет магазин обуви Интернет магазин
<http://worksites.ru/> Разработка интернет магазинов. Создание корпоративных
сайтов. Интеграция, Хостинг.
<http://filosoff.org/> Философия, философы мира, философские течения. Биография
<http://dostoevskiyfyodor.ru/> Приятного чтения!