

Дмитрий Невский

АКТИВНЫЕ МАГИЧЕСКИЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ

уроки мастерства



техники и ритуалы
на благосостояние и процветание

Техники работы с магическими элементами

Техники, описанные здесь, взяты мною из книги **"Современная магия" Дональда Майкла Крэга**. Целью работы с магическими элементами (земля, воздух, вода, огонь) является познание их свойств и умение контролировать их в повседневной жизни. При выполнении упражнений следует различать физическое проявление элемента и архетипичное. То есть физическая Земля влажная, но магический элемент Земли свойства влажности не имеет.

(с) Д. Крэг "Современная магия"

"Элемент Земли" имеет следующие качества: сухость и прохладу.

Упражнение 1. Напишите список вещей, которым присуща и сухость, и прохлада. Не старайтесь специально придумывать х. Укажите то, что видите каждый день. Практикуйте это неделю. Записывайте результаты каждый день в магически дневник.

Упражнение 2. Найдите место на природе - поле или парк. Наденьте на себя как можно меньше одежды и сядьте или лягте на землю - чтобы тело как можно больше соприкасалось с ней. Между кожей и землей ничего нет. Проведите некоторое время в созерцании, ощущая прохладу и сухость Земли. Это следует делать по меньшей мере 3 раза в неделю.

Упражнение 3. Представляйте примерно 3 мин. (не больше - можно меньше) в день, что вы -элемент Земля. Почувствуйте тяжесть, молчание, прохладу и сухость Земли. Ощутите, что вы можете впитать в себя боли и проблемы всего мира (но не делайте этого). Станьте Землей. Делайте это упражнение, по меньшей мере, неделю, прежде чем перейти к следующему.

Упражнение 4. Когда вы научитесь "быть Землей", следующий шаг - контролировать элемент Землю. Выберите момент и представьте себя Землей. Привнесите ощущения из

предыдущего упражнения в свое сознание. Затем поднимите руки на расстояние 15-20 см одна от другой, ладонями повернув друг к другу. Представьте между руками сосуд или короб. При выдохе визуализируйте весь земной элемент. Находящийся в вас и выходящий при дыхании во вместилище между руками. 3-5 вдоха-выдоха достаточно, чтобы наполнить его. Затем, вдохнув-выдохнув 3 раза, верните его обратно в себя и возвращайтесь к нормальному сознанию.

Тест. Это позволит вам не только видеть, что вы находитесь в гармонии с магическим элементом Земля, но также увидеть, что вы способны его контролировать.

Если вы почувствуете себя легкомысленным, ощутите головокружение, неустойчивость, неспособность выполнить работу и т.д., сформируйте вместилище Земли, как описывалось в упр.4. Затем глубоко вдохните и ощутите удовлетворение от того, как элемент входит обратно в вас. Через 5 минут вы ощутите устойчивость и связь с Землей.

Если вы ощутите лишний вес, тянущий вниз, снова сформируйте вместилище Земли, но на этот раз визуализируйте большую яму в Земле и опустите вместилище туда. Быстро закройте яму. Вы через несколько минут почувствуете легкость, но может потребоваться повторить это упражнение в течение 5 минут, чтобы реально ощутить легкость - также и энергетическую.

Когда вы добьетесь успеха при выполнении этих двух частей теста, вы начнете управлять элементом Земли. Но если у вас не будет получаться в течение нескольких дней или недель - не огорчайтесь. Продолжайте заниматься. Не останавливайтесь и не ждите, пока достигнете в отношении этого элемента совершенства. Записывайте результаты упражнений, какими бы они ни были.

Элементу Воздух присущи следующие качества: тепло и влажность.

Упражнение 1. Найдите среди окружающих вас вещей те, которым присущи одновременно и тепло, и влажность. Помните о том, что эти основные качества взаимосвязаны. пар- форма элемента Воздух, и ему присуще гораздо больше влажности и теплоты, чем пару сухого льда. Между тем, холодный пар сухого льда тоже содержит в себе элемент Воздух. Попробуйте определить присущие Воздуху качества,

поэкспериментируйте с ними. Сделайте перечень всех этих вещей и запишите в свой дневник. Занимайтесь этим ежедневно неделю.

Упражнение 2. Найдите место для уединения. Возьмите с собой летнее складное кресло. Если у вас его нет, возьмите складной стул. Суть заключается в том, чтобы возвыситься над землей и окружить себя как можно большим объемом воздуха. Снимите с себя одежду и свободно развалитесь на стуле. Если сделать это нельзя, оставьте на себе минимум одежды: например, плавки или купальный костюм. Необходимо, чтобы больше воздуха касалось тела.

Займемся дыханием пор. Сначала нужно расслабиться. Затем прислушайтесь к своему дыханию. Ощутите, как воздух входит и выходит из вас. Воздух втягивается носом, проходит внутрь и достигает легких. Ощутите или представьте обмен кислорода и углерода в легких, движение углекислого газа вверх из легких к носу и рту.

Теперь вообразите, что все ваше тело - большой дыхательный аппарат. Представьте, что каждая частица его имеет только одну функцию - дыхания. Визуализируйте, что кожа - часть этой системы. При физическом дыхании представляйте, что каждая пора кожи тоже дышит. Ваши легкие дышат физическим воздухом, а поры - основным Воздухом. Чувствуйте, как он входит и выходит из вас и очищает все тело.

Делайте это упражнение в разное время суток и, если возможно, в разных местах. Воздух - второй наиболее изменчивый из элементов, и вы можете экспериментировать с ним по-разному. Выполняйте упражнение ежедневно, по меньшей мере, неделю. Если хотите, можете выполнять его и дольше, но через неделю уже надо приступить к следующему.

Упражнение 3. Проводите примерно 3 минуты (не больше) в день, представляя, что вы- элемент Воздух. Почувствуйте легкость, небольшое головокружение, теплоту и влажность Воздуха. Ощутите то состояние, которое называют "ветер в голове". Станьте Воздухом.

Выполняйте это упражнение в течение недели - не больше. Не повторяйте его чаще 1 недели в месяц: 12 недель в год. Если вы заметите, что испытываете некоторые беспокойства, немедленно прекратите упражнение. Через

день-два вы вернетесь к нормальной работе. также, для снятия беспокойства, можно выполнить упражнение 3 для элемента Земля: это устранит последствия "ветрености".

Упражнение 4. Так как Вы узнали, что значит "быть Воздухом" (но не становитесь им навсегда), следующий шаг - возыметь над элементом Воздух контроль сознания. Выберите момент и представьте себя воздухом. Приведите ощущение из прошлого упражнения в свое сознание. вытяните вперед руки, держа ладонями друг к другу на расстоянии 15-20 см. При выдохе визуализируйте, как элемент Воздух выходит из вас и входит в контейнер, образованный руками. Для наполнения контейнера будет достаточно 3-5 выдохов. Потом вдохните его обратно и вернитесь к нормальному состоянию.

Тест. Этот тест позволит определить не только, насколько вы вошли в гармонию с магическим элементом Воздуха, но и увидеть, способны ли вы его контролировать.

Образуйте воздушный контейнер, как описывалось выше. После того, как он наполнится Воздухом, сделайте глубокий вдох и вдохните содержимое контейнера. В течение 5 минут вы должны чувствовать расслабление, легкость и страстное желание выполнять какие-либо действия.

Когда вы почувствуете легкомыслия, головокружение, даже легкую глупость - образуйте снова воздушный контейнер. Визуализируйте большую "черную дыру" в физическом воздухе напротив себя. Когда контейнер наполнится Воздухом до отказа, "вытолкните" контейнер в черную дыру. После того, как он полностью войдет в нее, запечатайте эту дыру. Вы должны почувствовать приземление, но может быть необходимым повторить этот опыт еще 2-3 раза, чтобы ощутить себя в нормальном состоянии.

Когда вы будете удовлетворены результатом тестирования, это явится свидетельством вашей власти над элементом Воздух. Как указывалось и ранее, если вы потерпите неудачу, выполняя упражнения даже в течение нескольких недель - не огорчайтесь. Продолжайте работать. Разные элементы требуют разной продолжительности работы над ними - это могут быть часы, дни или недели. Не бросайте практику. Просто работайте, не заботясь о результатах. Записывайте результаты своих опытов - какими бы они ни были - в магический дневник.

Элементу Вода присущи качества прохлады и влажности.

Упражнение 1. Осмотритесь и отметьте вокруг себя вещи, которым присущи влажность и прохлада. Помните, что все эти основные качества относительны. Сделайте список этих вещей, поместите его в свой магический дневник. Занимайтесь этим ежедневно 1 неделю.

Упражнение 2. Снимите одежду и войдите в прохладную воду (например, в ванну). Наилучшим источником воды было бы озеро или река. Возьмите дыхательную трубку.

Погрузитесь в воду глубже. Дышите через трубку. Выполните ритуал релаксации. Вы заметите, что в воде - благодаря ее качества - это легче. Обратите внимание на свое дыхание: оно будет замедляться. Проследите, как воздух проходит через дыхательную трубку в рот, в легкие. Почувствуйте или представьте обмен кислорода и углерода в легких. Ощутите, как углекислый газ покидает ваше тело.

Опять представьте себе, что все ваше тело - огромный дыхательный аппарат. Каждая часть его дышит. Ваша кожа - тоже часть этой системы. Как и в случае с Воздухом, представьте, что каждая пора дышит Водой. Ощутите, как она очищает вас и выходит наружу. Не отождествляйте элементарную Воду с физической водой, иначе скажется "эффект утопленника". Если так произошло, прекратите упражнение и отложите его выполнение на другой раз.

Выполняйте это упражнение в разное время суток, и если возможно, в разных местах. Вода очень изменчива. Только после недельного выполнения этого упражнения переходите к следующему.

Упражнение 3. 3 минуты в день (не больше) представляйте, что вы - элемент Вода. Почувствуйте текучесть, прохладу, освежающую влажность элементарной Воды. Если вы изучаете астрологию, освежите в памяти сведения о водном триединстве (Рак, Скорпион, Рыбы). Познайте воду во всех ее различных проявлениях: узнайте, что есть вода. Занимайтесь этим неделю.

Упражнение 4. Однажды вы научитесь "быть Водой". Следующий шаг - научиться сознательно контролировать этот элемент. Выберите момент и представьте себя элементарной Водой. Поднимите руки, чтобы между ладонями, смотрящими

друг на друга, оставалось примерно 20 см. Визуализируйте между руками бутылку или бочонок. При выдохе визуализируйте, как элементарная Вода из вас протекает в бочонок. Он наполнится с 4-7 дыханий. Как только это произойдет, некоторое время понаблюдайте за ним, но недолго. Затем, сделав 3 вдоха, вдохните воду обратно в себя и вернитесь в нормальное состояние. Выполняйте это упражнение в течение недели.

Тест. Это простой тест на то, сумели ли вы действительно не только войти в гармонию с элементом Вода, но и стать его хозяином. Никто не станет проверять вашу работу: выполняйте ее и тестируйтесь, как вам угодно. Но чтобы стать хорошим магом, нужно быть способным контролировать все элементы.

Когда вы почувствуете, что у вас тяжелая голова и неохота ничем заниматься, что ваши мускулы напряжены, сформируйте емкость для Воды, как описывалось выше. Как только она наполнится, вдохните все содержимое, сделав один большой вдох. Через 5 минут вы должны расслабиться и почувствовать облегчение.

Если у вас все валится из рук, сформируйте водную емкость перед собой. Наполните ее. Затем визуализируйте большую черную дыру в воздухе перед собой и столкните в нее контейнер. Через несколько минут вы ощутите себя увереннее. Может возникнуть необходимость повторения этого несколько раз.

Когда вы удовлетворитесь результатами тестирования - вы станете властителем элементарной Воды. Но разные элементы требуют разных усилий, чтобы овладеть ими.

Элементу Огня присущи качества теплоты и сухости.

Упражнение 1. Заметьте вокруг себя вещи, которым присущи и тепло, и сухость. Сравните теплоту и сухость Огня с солнечными. В паре содержится больше огня, чем в обычной воде. Но обычная вода содержит больше Огня, чем лед. Следовательно, огонь и вода могут сосуществовать. Но ведь они - противоположности и уничтожают друг друга. В чем же дело? В их процентном соотношении. Большое количество воды уничтожает меньший огонь и наоборот. Но даже малая величина огня изменяет воду, а малое количество воды

влияет на огонь. Попробуйте наблюдать огонь в различных комбинациях с другими элементами вокруг нас. Выполняйте это упражнение не меньше недели.

Упражнение 2. Найдите место, предельно жаркое - пустыня или сухая сауна (но не паровая баня). Если это невозможно, отыщите место, где грохочет огонь - например, костер, камин. Снимите одежду и пододвиньтесь как можно ближе к огню.

Если вам нестерпимо жарко (но вы можете переносить тепло) и ваше дыхание не затруднено, расслабьтесь. Это может быть трудно вследствие жары, но покажет зато, насколько хорошо вы выполняете ритуал релаксации. Затем сосредоточьтесь на своем дыхании и почувствуйте, как нагретый воздух входит и выходит из легких.

Как и прежде, представьте, что все ваше тело - огромный дыхательный аппарат. Представьте, что каждая часть тела выполняет только одну функцию - дыхания. Знайте, что кожа - тоже часть этой системы. Представляйте, что каждая пора кожи также дышит теплом и сухостью: элементарным Огнем. Почувствуйте, как Огонь проходит по вашему телу и очищает его. При выдохе он выходит через поры, унося токсины, боли и страдания. Повторяйте такое дыхание, пока не достигнете в нем совершенства.

Примечание: выполняйте это упражнение, только находясь с реальным огнем или в пустыне. Никогда не проводите рядом с огнем более 10 минут. При выполнении этого упражнения вы можете утратить чувство времени. Заведите будильник или попросите кого-нибудь прийти через 10 минут и извлечь вас из жары. Выпейте один-два стакана прохладной (не холодной) воды. Уйдите от жары. Если вам находиться рядом с огнем вредно, проконсультируйтесь у врача.

Цель этого упражнения - научиться дышать магическим элементом Огня через поры, а не сгореть. После выполнения упражнения рядом с реальным Огнем можно попробовать выполнять его с воображаемым теплом. Делайте это в разное время в разных местах. Если вы начинаете потеть - очень хорошо. Сначала выполняйте упражнение неделю, потом - по желанию.

Упражнение 3. 3 минуты в день представляйте, что вы - элемент Огонь. Почувствуйте тепло и свою способность переносить его. Если у вас есть муж или жена, поинтересуйтесь, стали ли ваши поцелуи "горячее". Ощутите сухость и прекратите потеть, если потели до этого. Знайте, на что похож Огонь, что это такое. Выполняйте это упражнение неделю.

Упражнение 4. Когда вы уже научились "быть Огнем", следующий шаг - научиться сознательно контролировать этот магический элемент. Выберите момент и представьте себя огнем. Поднимите руки вверх, поставив ладони смотрящими друг на друга на 30 см. Визуализируйте между руками бутыль, сосуд или маленький бочонок. При выдохе представьте, что весь элемент Огня, выходящий из вас, заполняет этот контейнер. Для наполнения его требуется 3-5 вдохов. Если "держат" сосуд слишком горячо, расставьте руки пошире. Наполнив, окиньте сосуд взглядом. Затем, сделав 3 вдоха, вдохните содержимое в себя обратно и вернитесь в исходное состояние. Выполняйте это упражнение неделю.

Тест. Это простая самопроверка, которая позволит узнать, вошли ли вы в унисон с магическим элементом Огонь, станете ли вы его властелином. Если вы не выдержите испытания - следует больше работать. Тестируйтесь по мере необходимости. Обязательно записывайте результаты в свой магический дневник.

Когда вы почувствуете себя переполненным энергией, так что трудно сосредоточиться, сформируйте огненный контейнер, как описывалось выше. Затем визуализируйте большую "черную дыру" в воздухе перед собой. "Столкните" огненный контейнер в черную дыру и проследите, чтобы на закрылась и он не вернулся. Повторите это 3 раза. Лишняя энергия уйдет, останется лишь необходимая. Никогда не делайте это упражнение более 3-х раз в день: вы можете ослабнуть и заболеть.

Когда вы почувствуете у себя недостаток энергии (или утрату желания выполнять необходимые вещи), сформируйте контейнер, но на этот раз вдохните его содержимое. Через несколько минут вы почувствуете, как наполнились энергией. Делайте это упражнение вместо выпивания чашки кофе. Если

вы получили избыток энергии, сбросьте лишнюю в черную дыру, как описывалось выше.

Если вы удовлетворены тестированием, знайте, что вы стали властелином магического элемента Огонь. Если вы успешно выполняете и предыдущие тестирования - вы властелин всех элементов. Чтобы убедиться в этом, **проведите следующие опыты.**

1. Сядьте в комнате, где нет сквозняков. Зажгите свечу и поставьте ее в центр комнаты. Станьте единым вместе с огнем свечи. Загасите пламя своей волей. Многим это удивительно легко проделать.

2. Станьте единым с водой облака. Добавьте огонь к нему, чтобы распространился по всем направлениям. Облако исчезнет

3. В ветреный день найдите высокую точку - вершину холма или крышу здания. Станьте едиными с воздухом. Начните в себя впускать силу Земли и распространите ее в своем окружении. Ветер станет утихать рядом с вами. Сначала пробуйте это упражнение при легком ветре, а лишь потом во время бури!

Можно придумать много подобных опытов, проверяющих свою власть над магическими элементами. По необходимости производите лишь небольшие изменения в своем окружении. И вот почему. Во-первых, тест предназначен только для проверки способности контроля элементов. Во-вторых, вызов дальнейших перемен в окружении - уже Серая Магия. Распространение своего влияния на все большие пространства задействует жизнь других людей и намерения Матери Природы. Вам может понадобиться, например, сухой день для поездки за город. Но для сельских жителей засуха губительна. Никогда маг не должен принимать решения легкомысленно, особенно, если они влияют или могут повлиять на жизнь других людей."