



Гезель. Магия: Нападение и Защита

(техника снятия напряженных
психоэмоциональных состояний)

Когда я рассказываю о
том, что сама узнала не так
давно,
мне никто не верит, а между
тем, все это правда,
чистая правда!!!

Адаптация

Современному человеку нелегко
приходится в жизни. Он постоянно
попада-

ет в какие-то стрессовые
ситуации. Этому способствуют
различные факто-

ры: жесткий ритм жизни,
недостаточная физическая
активность, несоот-

ветствие того, что индивид имеет, тому что он хотел бы иметь, внешние

и внутренние конфликты, большие и маленькие неприятности. А тут еще

дьявольщина какая-то... порча, сглаз. Нерешенные проблемы приводят к

эмоциональным перенапряжениям, которые, в свою очередь, приводят к

различным неприятным болезням невротического характера. Известно: что

в основе многих заболеваний лежит ослабленная активность системы пси-

хической адаптации. Как правило, невротические реакции и состояния яв-

ляются следствием высоких психических нагрузок или резко воздействую-

щих стрессовых факторов, которые помимо физических ощущений, приводят

к дезадаптации социального положения личности. Для появления любого

невротического нарушения
имеют значение три группы
факторов, сопровож-

дающих психическое
напряжение: -- биологически-
конституциональный тип

личности и характер
реагирования на окружающее, от
которых прежде все-

го зависят формы и вид
неврозов; -- социальные факторы
и индивидуаль-

ные основы личности; --
наличие прошлых психологических
травм и свя-

занных с ними невротических
расстройств: оживление
которых возможно

под влиянием внешних
раздражителей. Человек -- это
саморегулирующая

система, обладающая огромными
восстановительными
возможностями. Но по-

чему одинаковые по силе
неблагоприятные факторы у одного
человека мо-

гут вызывать психические
травмы и болезни, а у другого -
- срабатывают

механизмы психологической защиты? Способности человека к адаптации за-

висят от развивающихся в течении жизни особенностей личности, приобре-

тенного человеком объема и характера знаний, направленности интересов,

эмоционально-волевых качеств, моральных установок. Все это создает ин-

дивидуальные возможности, необходимые для предвидения и активного пре-

одоления неблагоприятных психических факторов. Система психической

адаптации динамична и всегда находится в развитии. Непосредственной

нашей целью должно явится возрождение адаптированного поведения. Био-

логическая организация систем саморегулирования организма такова, что

они носят адаптивный характер. Если первоначальное состояние системы

не является
предпочтительным, энергетически
сбалансированным, то она

будет далее действовать таким
образом, чтобы в конце концов
достигнуть

какого-то предпочтительного
состояния. Иными словами,
должно присутс-

твовать энергетическое
равновесие между собственной
энергетикой орга-

низма человека и внешней
энергетикой. Если такого
баланса не достига-

ется, возникают причины для
различного рода заболеваний.
Рассмотрим

динамику адаптивных процессов
при воздействии стрессового
фактора. На

первой стадии угнетается
условнорефлекторная
деятельность, нарушаются

временные интервалы
осуществления условного и
безусловного двигатель-

но-оборонительного рефлексов,
снижаются ориентировочные
реакции, нару-

шается периодичность фаз сна.
Это состояние определяется как
возникно-

вление охранительного
торможения. На втором этапе
осуществляется моби-

лизация адаптивного резерва
организма: условнорефлекторная
деятель-

ность оптимизируется,
активизируется синтез белков
мозга, нормализуют-

ся метаболические процессы.
На третьем этапе вновь
преобладают прояв-

ления энергетического
дефицита, нарушение метаболизма
и функции нерв-

ных элементов появляются
микроструктурные изменения
нервной ткани.

И определенно, для
человека, подвергшегося
длительному воздейс-

твию стрессового фактора,
предпочтительным является
состояние мобили-

зации второго этапа. Но
каким образом можно остановиться
на этом эта-

пе, какие факторы мы должны
учитывать для снятия
невротических состоя-

ний?

Таковыми являются: -
- коррекция психотравмирующей
эмоции как

основного фактора развития

невроза; -- изменение
критериев оценки на внешние
травмирующие обстоя-

тельства, приводящие к
стрессу, что можно
охарактеризовать фразой "Мы

не можем изменить внешние
обстоятельства, но можем
изменить свое отно-

шение к ним". -- выработка
системы защитных реакций,
направленных на

подавление негативного
эмоционального состояния,
порождаемого психот-

равмирующим фактором.
Используя определенные методики
человек может

научиться самостоятельно
снимать эмоциональные
напряжения. -- выработ-

ка (воспитание) определенного поведения, направленного на подкрепление

антистрессового механизма. -- использование направленной медитации для

повышения психической адаптации. -- предотвращение перехода адаптивных

реакций в патологические (ложноадаптивные). При переходе адаптивных

реакций в патологические происходит активная выработка механизмов пси-

хологический защиты. Но при этом появляются новые черты характера и

формы поведения, которые являются контрастными по отношению к прежним

личностным чертам или нежелательными для нормального развития. Проис-

ходит нарушение наиболее тонких и высокоспециализированных функций:

отдельных элементов самосознания (самоконтроль, самооценка) и социаль-

ного сознания (нравственная убежденность, высшие эмоции и др.) Приме-

ром патологии характера, которая проявляется под воздействием психот-

равмирующей ситуации, может служить полный отказ от собственных убеж-

дений, слепое подчинение мнению авторитетных лиц, необоснованная жес-

токость, подмена трезвого восприятия действительности субъективным ми-

роощущением, смещенным в сторону фантазий, волевое подавление воспри-

нимаемой информации, которая определяется как травмирующая. Надо отме-

тить, что для развития эмоционально-стрессовых состояний определяющим

является не сила стрессового фактора, не реальные ситуации окружающей

среды, а психологическая оценка сигнала, в которой большое значение

имеет возможность управления ситуацией. Даже боль может восприниматься

как положительное эмоциональное состояние, даже сильное нервное напря-

жение не приводят к развитию стресса, если завершаются ожидаемым ре-

зультатом. Если же нет возможности управления ситуацией и отсутствуют

способы ее избегания или преодоления, она воспринимается оценочными

системами головного мозга как негативная и сопровождается сильным эмо-

циональным возбуждением, в результате чего организм переходит на "ава-

рийный" уровень физиологической адаптации. Однако не всякое негативное

воздействие, даже при длительном повторении, вызывает психопатологи-

ческое состояние. Стресс возникает только в том случае, когда психоло-

гические и физиологические
адаптивные способности организма
перенапря-

жены до предела. Обычно
эмоциональное возбуждение
способствует актив-

ному поиску выхода из сложной
ситуации, подбору оптимальных
вариантов

поведения, принятию решения
о конкретном способе действия,
ведущего к

достижению цели.
Отрицательное эмоциональное
состояние отражает неза-

вершенность действия и
способствует мозговой
активности, направленной

на поиск и подбор иных
вариантов формирования
адекватной деятельности.

Интуитивно анализируя
сложившуюся энергетическую
ситуацию, вы либо

формируете соответственно
этой ситуации свои
убеждения, взгляд на

проблему, и тем самым
приводите свое внутреннее
состояние к состоянию

комфорта, либо идете к активным действиям, чтобы изменить ситуацию к

такому завершению, которое соответствует вашему представлению гармо-

нии. (Использованы материалы книги "Психофармакотерапия невротических

расстройств", А. В. Вальдман, Ю. А. Александровский "Медицина", Моск-

ва, 1987) Проблема психической адаптации имеет прямое отношение к

предмету нашего разговора, и я вынуждена остановиться на ней, поскольку -

ку занятия, о которых пойдет речь, потребуют от вас максимальной мобили-

зации духовных и физических сил. Это балансировка на границе возмож-

ностей организма. И, наверное, вы не обойдетесь без психологических

кризисов. Конечно, в этом нет ничего хорошего. Пусть вас немного уте-

шает то, что не вы первый и не вы последний стали изучать законы ми-

роздания на собственной шкуре. До вас было немало людей, которые не

понимая истинной природы сил, управляющих миром и обществом, в то же

время ощущали влияние этих неведомых сил и кто-то из них пытался найти

практические рецепты поведения в такого рода ситуациях. В отличие от

теории биоэнергетических контактов, тема психической адаптации челове-

ка в условиях воздействия стрессового фактора давно и всесторонне изу-

чена. Однако легко читать теоретические выкладки, но как же трудно са-

мому пройти по этому пути. Вся теория ничего не значит, когда вы сами

находитесь в критическом положении. И все-таки, выбрав из всего много-

образия травмирующих душу
факторов один, а именно,
астральное нападе-

ние, давайте попробуем со
всех сторон рассмотреть его,
смоделировать

свою реакцию на ситуацию,
которая слабо поддается
корректировке и, в

конечном итоге, создать свою
реальность, Создать ее не как
мечтатель,

уходящий от всех проблем и
жестокостей мира в свой
замкнутый мир иллю-

зий и фантазий, а как маг,
умеющий управлять сильными
энергетическими

потоками.

Начиная заниматься
медитациями, вы через какое-то
обнаруживае-

те, что существует прямая
связь между гармонией внешнего и
внутреннего

мира. Если вы снимаете
внутреннее напряжение, вы
автоматически снимае-

те и соответствующую внешнюю
напряженность. Научиться этому
достаточно

сложно, но стоит попробовать,
ведь вся наша жизнь целиком
определяется

нашим мироощущением, и
насколько гармоничной она будет,
зависит от то-

го, как вы воспринимаете
действительность. Астральное
нападение

Люди, наделенные
сверхчувственным восприятием,
жили всегда.

Раньше этой странной
таинственной силой пользовались
ведьмы, колдуны,

шаманы... Воздействовать на
мысли людей, управлять их
желаниями, исце-

лять различные болезни без
лекарств всегда было основной
работой ма-

гов, жрецов, йогов.

Теперь появилось слово
"экстрасенс", а воздействие на
организм

человека носит название
"биоэнергетического".
Современный уровень зна-

ний позволяет оценить с
помощью каких конкретных
физических законов

осуществляется передача энергии при биоэнергетическом воздействии. Ос-

новным физическим принципом здесь является принцип резонанса. Чтобы

воздействовать на человека, достаточно войти в резонанс с его внутрен-

ней энергетикой. Это называется телепатическая связь. В литературе че-

ловек, посылающий сигнал, называется "индуктором", а человек, принима-

ющий сигнал "перцепиентом".

При телепатической связи индуктор чувствует своего клиента и

может воздействовать на него. Не только "читает" мысли, но и видит,

слышит, что вокруг него происходит, чувствует все то, что чувствует

человек, знает все то, что он знает. Интересный момент: ассоциативно

может вспомнить эпизоды из жизни человека, о которых тот уже забыл, в

данный момент не помнит и нет причин для того, чтобы вспомнил.

Как осуществляется телепатическая связь? Человека характеризует

как физическая, так и волновая природа. Волновая

характеристика, как представляется состоит из двух энергетических сос-

тавляющих. Одна из которых определяется расположением планет в момент

рождения и исчезает после смерти человека. Вторая -- несет информацию

о прошлых перевоплощениях.

Экстрасенс, медитируя на чьем-то образе, выходит на контакт с

первой волновой структурой, вторая для него либо совсем недоступна,

либо доступна в очень ограниченном диапазоне.

Для того, чтобы вступить в контакт, индуктор пытается четко

представить себе образ другого человека, но не

только представить.

Этот процесс включает в себя и нечто большее, чем просто представление-

ние. При телепатической связи происходит объединение сознания двух лю-

дей. Причем связь носит односторонний характер. Если индуктор, будучи

с вами на связи, имеет о вас всю информацию, то вы не знаете об этом

ничего до тех пор, пока не начнется активное воздействие. Но и тогда

вы можете не догадываться об этом, а списывать непонятные ощущения на

изменение самочувствия, настроения, погоды и т. п.

Телепатическая связь - это связь на расстоянии. С экстрасенсом

находится не сам человек, а его энергетический ОБРАЗ, которым можно

манипулировать. Перцепиент воспринимает смоделированную энергетику,

как внешнюю, наведенную.

Человеческий организм
-- необыкновенное, уникальное
создание

природы, в самой сущности
которого заложен мощный механизм
защиты, до

конца нами еще не изученный.
Но, имея огромные потенциальные
возмож-

ности, человек беззащитен
перед стихией, случаем,
болезнями. Противос-

тоять любой болезни, решать
любые проблемы, обрести гармонию
с приро-

дой, со своим внутренним
миром, научиться владеть
эмоциями -- задача,

которую мы решаем сегодня.

Всем нам присуще
желание верить в чудо. К
сожалению, путь к ов-

ладению энергиями долгий и
очень нелегкий. Сталкиваясь
впервые с проб-

лемами собственной
энергетики, мы оперируем
понятиями "болезнь тела",

"болезнь психики", не
задумываясь о том, что это
проблемы слабого

уровня владения собственной
энергетикой.

Какие только болезни
ни лечатся экстрасенсорными
методами. На

человека, впервые
столкнувшегося с этим,
результаты производят ошелом-

ляющее впечатление. Но ведь
методы, которые используются при
лечении и

нападении имеют одну
физическую природу. Конечно,
лечить могут не все,

но отрабатывают приемы
экстрасенсорного воздействия
все, кто хоть нем-

ного этим владеет, все кому
не лень. С энергетическим
нападением, ко-

торое проводится часто
неумело и без специальных
знаний, мы имеем дело

практически каждый день. Вряд
ли кому-нибудь удалось избежать
этого. А

серьезной защиты ни у кого
нет.

Вы вдруг заболели Вы
подозреваете, что Вас
сглазили? А может

наслали порчу? Если
это так и

есть, то иначе, чем жертвой
вас не назовешь. Помощи объекту
нападения

ждать неоткуда. Милиция
экстрасенсами не занимается, так
как доказать,

кто именно нападает и что
действительно нападают,
невозможно.

Доказать нельзя, но
признаки нападения мы в
состоянии оценить

сами. Что такое
энергетическое нападение? Иначе
это явление на-

зывают астральным
нападением, так как оно не имеет

физической основы.
Раскручивать потенциальную
жертву можно по-разному.

Часто нападение проходит как
кратковременное ухудшение
здоровья, как

непонятные физические и
психические ощущения. Иной раз
такое воздейс-

твие может продолжаться
несколько месяцев, лет. Человек
обычно привы-

кает к этому как к своей
сущности -- слабое здоровье,
несколько чрез-

мерная чувствительность,
ослабленная нервная система.
Конечно, все это

может быть совсем не
связано с экстрасенсорным
воздействием. Надо

иметь большой опыт, чтобы
отличить наведенные состояния
от собствен-

ных.

Характерным для
экстрасенсорного воздействия
является то, что

клиент обычно ведет
интенсивный внутренний монолог,
разговаривает сам

с собой. Это особый режим,
при котором клиента слушают, как
бы тянут

на разговор. От обычного это
состояние отличается тем, что
мысли очень

легко облакаются в слова и
звучат в голове. При
нормальном состоянии

нет именно этой облеченности
мысли в слова.

Если такое общение
длиться достаточно долго и
интенсивно, то

клиент, как правило, не
сильно удивляется, когда с ним
начинают разго-

варивать некие голоса
(имеется в виду телепатическая
связь).

В это время вы можете
поверить чему угодно. В то,
что с вами

разговаривает Бог, Высший
учитель, мертвая сущность,
инопланетянин и

т. п. Вы верите в
неограниченные возможности
контактера.

Реакция у человека на
такие воздействия может быть
разная. Все

зависит от того, насколько
человек способен воспринять
такой способ

общения.

Сейчас я только
перечислю некоторые варианты
нападения: психи-

ческое нападение, отработка
различных заболеваний,
нападение во сне,

навязывание ритма дыхания,
сбой ритма сердца, рефлекторное
сокращение

мышц, наведенные голоса и
образы, астральный секс.

Время нападения не
ограничено. Характер нападения
не регламен-

тируется ничем.

Некоторые начинают
подозревать у себя психические
расстройства.

Как отличить астральное
нападение от психического
заболевания? На ос-

новании слов жертвы сделать
это практически невозможно.
Большое значе-

ние имеет анализ своего
состояния самим человеком. Если
он предполага-

ет у себя психические
расстройства, то так оно и есть.
Ибо имеет место

плохое самочувствие, которое
невозможно снять своими
силами. Здесь

важна ваша готовность
подойти к овладению Высшим
Знанием. Важен ваш

культурный и эволюционный
уровень, который позволит
учиться владеть

энергиями.

Человеку дано право
свободного выбора. И если вы
уверены, что

это не болезнь, попробуйте
выбрать другой путь. Он
потребует от вас

определенного мужества и
постоянного труда. Но это будет
не путь жерт-

вы, это путь -- мага.

Мы живем в мире энергий и нам
не изменить его законы. Мы
можем только

лучше познакомиться с ними.

Если самое сильное
оружие на Земле -- это мысль,
то лучшая за-

щита -- это Знание. Защита

Чем более высокий
энергетический уровень занимает
живое существ-

во (будь то человек, зверь или птица), тем более оно жизнеспособно. В

природе и в обществе идет постоянная борьба за выживание. В какой-то

момент эти проблемы встают для каждого, и становятся важнее всего.

Для человека энергетическое воздействие не является чем-то нео-

бычным. Эти формы взаимодействия известны не только среди людей, но и

среди животных. Поэтому какой-то уровень защиты присутствует у любого

человека на бессознательном уровне.

Однако, первая реакция человека, подвергшегося нападению -- бо-

лезнь. Организм не готов к этому, как к неизвестной инфекции. Если вы

не знаете, что на вас совершено астральное нападение, трудно ориенти-

роваться в собственных ощущениях -- все чувства вы

воспринимаете как

собственные, все
болезненные состояния -- как
результат собственного

нездоровья, психическое
нападение воспринимается как
ощущение того,

что сходишь с ума. Даже
если это состояние продолжается
недолго, то

потом очень долго сохраняется
чувство страха и чувство
неустойчивости

своей психики.

Это прямо
контрастирует с тем вариантом,
когда человек знает,

что на него нападают. Если
это не достаточно сильно, в
пределах воз-

можностей организма, то идет
ощущение легкого кайфа. Он
присутствует

тогда, когда есть, что
называется, момент отцепления --
ощущение того,

что вот-вот сведешь на нет
наведенное воздействие, то есть
идет как бы

тренировка организма.

О полном отцеплении
жертвы от мага при астральном
нападении го-

ворить не приходится.

Со стороны мага для
получения наведенных состояний
надо прило-

жить минимальные усилия.
Иное дело, жертве, которой
приходится иметь

дело с явлением резонанса,
снять которое можно лишь мощным
расслабле-

нием мышц, либо выходить на
свое биополе.

Но человек, как
физическая и волновая
субстанция, постоянно

подвергается воздействию
атмосферных и космических
факторов, воздейс-

твию радиации, загрязненной
окружающей среды, не говоря уже
о стрес-

сах, которые преследуют нас
повсюду.

Эти воздействия можно
рассматривать, как нападение,
на которые

у организма не выработана защитная реакция. Наиболее эффективно проти-

востоят этим воздействиям те, кто может управлять своим организмом,

воздействуя на него через свое биополе.

Астральное нападение в этом плане дает прекрасный тренировочный

эффект, позволяет активно снимать стрессы и достигнуть высокой психи-

ческой и физической формы. Однако это еще и очень серьезная нагрузка

на организм и требует, поэтому, значительных энергозатрат.

Так же как организм человека может проявлять пониженную сопро-

тивляемость к микроорганизмам, так и мозг становится более восприим-

чивым к эмоциональным расстройствам, когда он недостаточно укреплен

против штурма психической природы. Для человека важно

сформировать оп-

ределенную реакцию на нападение. Она не должна быть негативной. Не

должна пугать вас.

Отрицательные эмоции сами по себе несут серьезную нагрузку: мо-

гут изменить эндокринный баланс, нарушить кровообращение, повысить

давление, испортить пищеварение, изменить температуру тела и вызвать

такое состояние эмоционального стресса, которое ведет к болезни.

Чтобы максимально сохранять психическое равновесие, клетки моз-

га должны получать постоянный и полный запас питательных веществ.

Представьте себе атлета, активно готовящегося к соревнованиям

и, при этом не получающего достаточного питания. Можно ли говорить в

этом случае о серьезном результате? А вас никто не спрашивает хотите,

и, главное, можете вы выдерживать такие нагрузки или нет. Нагрузки

есть и должно быть соответствующее питание.

Необходимые для питания мозга элементы: аскорбиновая кислота,

ниацин (B3), тиамин, пиридоксин, B12, фолиевая кислота, магний, глюта-

миновая кислота, триптофан, рибофлавин, пантотеновая кислота, биотин,

йод, калий, все аминокислоты, особенно лизин, треонин, инозитол.

Оптимальный режим питания вы, конечно же, выберите самостоятельно-

тельно. Практика показывает, что в стрессовых ситуациях, в первую оче-

редь, увеличивается употребление сладкого, овощей и фруктов, содержа-

щих витамины.

Защита на первом
этапе сводится к процессу
осознавания самого

факта нападения. Причем
нападение совсем не обязательно
должно исхо-

дить от экстрасенса. Это
может быть планетарное влияние,
радиационное

излучение, вирусная
инфекция... Энергетическая
ситуация вокруг нас

постоянно меняется. Для мага
обычно не имеет значения
источник нападе-

ния. Важен сам факт нападения
-- внедрение внешней
энергетической сос-

тавляющей в собственное его
биополе.

Но и в случае
осознавания происходящей
ситуации существуют

серьезные трудности в том,
чтобы снять наведенное
воздействие. До кон-

ца этот путь еще не пройден и
поэтому на нем возможны нелепые
ошибки.

Мне известен случай, когда
сильный экстрасенс несколько

дней страдал

от боли в сердце, не принимая
лекарств, поскольку полагал, что
на него

совершено астральное
нападение. В результате он был
доставлен в обыч-

ную больницу с
микроинфарктом. Ошибка состояла
в том, что он не смог

отличить воздействие,
наведенное разумным существом
высшего порядка,

которое в силу своего
разума, не имеет намерений
отправить вас к пра-

отцам, от воздействия,
наведенного сложившимися
асpekтами планет и до-

полнительными
неблагоприятными
обстоятельствами, которые
оказались ро-

ковыми для него. Защита
оказалась несовершенной.

Научиться отслеживать
астральное нападение не очень
сложно, но

и не просто. Для начала вы
отслеживаете все напряжения в
теле, которые

лишают вас комфортного
состояния. Затем вы начинаете
относиться к этим

напряжениям, как к внешним
по отношению к вам воздействиям.
И вы пос-

тоянно учитесь
расслабляться. Расслабляясь,
вы снимаете и физические

напряжения и негативные
психические состояния. Чтобы
полностью снимать

наведенные воздействия, надо
обладать очень высоким уровнем
расслабле-

ния.

Вряд ли кто-нибудь
сможет этого достичь. Но
элементарные приоб-

ретенные навыки помогут вам
сохранить нормальную психику,
нормальное

самочувствие, гармоничные
отношения в семье и на работе.

И хочется сказать,
что, в любом случае, ваша защита
-- это ин-

терес. Человек не может, не
должен знать ВСЕ, но может и

должен ориен-

тироваться в мире энергий.
Ибо все на Земле и в Космосе
имеет энерге-

тическую природу.

К сожалению, часто
пытаются снять дискомфорт,
вызванный экстра-

сенсорным воздействием,
психотропными препаратами.
Результат получает-

ся далеко не самый лучший.
Лекарства помогают уничтожить
признаки бо-

лезни, а не ее причину.
Организм лишается естественной
защиты, данной

человеку самой природой.

Для справки:
Психические заболевания могут
иметь инфекционную

природу, вызываться

интоксикацией организма,
нарушением кровообращения,
травмой, нарушени-

ем обмена веществ. Но бывают
психические болезни, причины
которых сле-

дует искать в астральном теле
человека.

Это болезни нервной системы, "при которых, несмотря на прижиз-

ненные тяжелые и опасные симптомы, по смерти мы не находим никаких

анатомических изменений, могущих объяснить болезненные явления"/1/.

В идеальном варианте человек должен прекрасно знать свою собс-

твенную энергетику и ориентироваться во внешних энергиях. А для этого

должны быть задействованы механизмы адаптации к постоянно изменяющимся

внешним воздействиям.

Посмотрим, что происходит, если вы надеетесь на лекарства. В

психиатрии применяются лекарственные вещества, влияющие непосредствен-

но на высшую нервную деятельность, в том числе на высшие психические

функции мозга. (То есть на те функции, которые и контролируют защитные

реакции организма) . По характеру влияния они могут быть условно разде-

лены на средства преимущественно успокаивающего, возбуждающего и сме-

шанного действия. То есть ваше состояние программируют подбором инди-

видуальной дозы вышеназванных препаратов.

Рассмотрим ситуацию на уровне энергетики: На человека идет,

во-первых, внешнее экстрасенсорное воздействие,

во-вторых, воздействие, которое оказывает лекарственный препарат. Пси-

хотропные средства снижают активность мозга. Подавляется условно-реф-

лкторный механизм. Психотравмирующая ситуация перестает воспринимать-

ся как негативная, вследствие чего не развиваются защитные формы пове-

дения.

Человек, лишенный этой
естественной защиты, принимает
наведен-

ное экстрасенсорное
воздействие как собственное
состояние, как собс-

твенную энергетику. А
нападение, как вы понимаете,
никогда не направ-

лено на то, чтобы направить
жертву к достижению физического
и психи-

ческого совершенства. Плюс
на эту, и без того уже не
здоровую энерге-

тику, накладываются те
ощущения, которые приносят
лекарственные средс-

тва. О характере этих
ощущений можно догадаться,
учитывая то, что пси-

хотропные средства действуют
как наркотик. И эти ощущения
человек не

всегда относит к действию
лекарства. Часто он принимает
их за собс-

твенные состояния.
Начинается мощный процесс,
который буквально раз-

давливают личность.

"Длительное
применение медикаментозных
средств, без учета на

какой гомеостатический контур
они воздействуют, может
приводить не к

сбалансированию, а к
расшатыванию всей сложной
системы саморегуляции.

При этом механизмы
биологической саморегуляции
могут быть направлены

на выравнивание внешнего
воздействия, вносимого
фармакологическим

средством" /1/.

Нарушается
динамическая система
регуляторных процессов мозга, а

вместе с ней, система
контроля поведения и эмоций. Это
приводит также

к ослаблению функции контроля
физического состояния, то есть
организм

уже не может нормально
ориентироваться во внешнем
мире. И включение

процесса саморегуляции и
адаптации становится
проблематичным.

Хочется предупредить,
что если интенсивное астральное
нападение

сочетается с серьезными
физическими нагрузками, то вы
можете считать,

что нервный срыв вам
обеспечен. В какой-то момент вы
перестаете защи-

щаться совсем: оказываетесь в
водовороте наведенных чувств и
ощущений,

и отдаетесь им полностью.
Они настолько подчиняют себе
вашу волю, что

нет ни сил, ни желания
изменить свое состояние, каким
бы отвратитель-

ным оно ни было. Однако, это
не означает, что надо снизить
физические

нагрузки. Негативные
состояния прекрасно снимаются
волевым усилием. А

после обычного отдыха
активность восстанавливается.

Астральное нападение
тем и замечательно, что обещает
вам мощную

энергетическую поддержку в
тех ситуациях, когда кажется,
что организм

находится на грани нервного
истощения. Психическое нападение

Человек во власти
своих чувств: "Я боюсь саму
себя, своих собс-

твенных чувств. Каждую
минуту они

завладевают мной, и я перед
ними совершенно беспомощна и
беззащитна"

/3/. "Постепенно все
окружающее начало ощущаться как
нереаль-

ное" /4/. "...однако
я ничего не могла рассказать.
Мой ум был

пуст и всякое

воспоминание о той беседе
исчезло, как будто прошлись
губкой по доске.

Все, что я знала, это то,
что из глубин моего ума
поднималось ужасное

состояние страха и мучило
меня. Страх не какой-либо вещи
или личности.

Это был просто страх, не имеющий объекта, но не менее ужасный" /4/.

В классическом варианте психическое нападение проявляется как

состояние паники, возбуждения, страха, тревоги и депрессии, немотиви-

рованной агрессивности.

Сюда же относятся навязчивые состояния -- это такие мысли,

действия, воспоминания, желания, опасения, ненужность и необоснован-

ность которых человек понимает, а избавиться от них не может.

Навязчивые страхи (фобии): страх заболеть какой-либо болезнью,

страх открытых пространств, страх закрытых помещений и т. п.

Навязчивые влечения или желания: желание убить любимого ребен-

ка, желание броситься под проходящий поезд и т. д.

Фиксация внимания:
внимание или взгляд фиксируются
на каком-то

объекте, иногда человеку
кажется, что какие-то люди,
предметы или яв-

ления имеют к нему какое-то
скрытое отношение, чего на самом
деле нет.

Возникновение
непреодолимых или
труднопреодолимых побуждений к

совершению тех или иных
действий, без предварительно
осознанного реше-

ния. Проявляется это в виде
бессмысленных, немотивированных
, агрессив-

сивных и разрушительных
актов. Часто переживается как
подчинение чужой

воле.

Нападение может идти
как ощущение того, что знакомо
незнакомое

место, которое видишь в
первый раз.

Гамма чувств
разнообразна. И обычно люди
испытывают очень лег-

кое, практически незаметное
их проявление. Сильными чувства
бывают в

моменты стресса. И при
нападении. В обычном состоянии
они как бы есть

и как бы их нет. Но вы
можете сказать, что. какими бы
они ни были,

сильными или слабыми, это мои
чувства. Как можно отличить свои
чувства

от наведенных? И возможно ли
это?

Запомните: при нападении
чувства как бы проявляются. От
обычных чувств

психическое нападение
отличается силой и яркостью
проявления.

Проблема в том, что
заметить это, отличить свои
чувства от чу-

жих может только тот, кто
имеет достаточный опыт подобных
занятий.

Если, потеряв друга
(не будем говорить о
трагическом варианте,

чтобы исключить сильнейший стрессовый фактор), вы можете испытывать

легкую смесь грусти, обиды, ностальгии, то нападение может оцениваться

как "...почти физическое ощущение одиночества, потери поддержки, на

которую я всегда могла опереться..." Это почти болезнь. С этим невоз-

можно бороться. Это сильнее вас.

Существует прямая связь между эмоциональным и физическим состоянием

человека. Притом, если вы не можете оценить эмоциональное напряжение,

то на физическом уровне неосознанные чувства тревоги, страха, скован-

ности, раздражения, неудовлетворенности и т. п. часто выражаются в ви-

де сердцебиений, потоотделения, мышечных зажимов, болевых ощущениях.

Необходимо владеть определенными приемами работы с чувствами.

Прежде всего, не пытайтесь подавить в себе эмоции, какими бы они ни

были. Этим вы лишаете себя возможности понять, что с вами происходит.

Не должно быть внутреннего запрета на негативные чувства. Игнорирова-

ние эмоций ведет к ошибочным оценкам людей и событий. Часто на уровне

интуиции вы чувствуете то, что еще не осознано на интеллектуальном

уровне.

На первом этапе вы учитесь оценивать свое эмоциональное состоя-

ние, развиваете навыки самонаблюдения и самовыражения, учитесь разли-

чать границы между возникшим чувством и объективной реальностью. На

втором этапе, вы волевым путем сможете снимать достаточно тяжелые ду-

шевные состояния. Однако, освоение этих навыков потребует немало вре-

мени и серьезной концентрации с вашей стороны.

Можно рассмотреть в качестве примера чувство беспричинного

страха, тревоги. В начале эти эмоции являются доминирующими. Вы чувс-

твуете себя просто плохо. Не бойтесь бояться! Попробуйте поэксперимен-

тировать с этим состоянием. Но не стоит ждать быстрого результата. Ор-

ганизм должен привыкнуть к незнакомой и достаточно враждебной энерге-

тической ситуации. При правильной реакции через какое-то время вы смо-

жете сами снимать неприятные ощущения. Но, прежде всего, вы должны

оценить чувство страха как внешнее энергетическое воздействие. Причем,

причиной его не обязательно является экстрасенсорное

воздействие. Поп-

робуйте не заикливаться на причинах, которые, по вашему мнению, выз-

вали это состояние. Не надо смешивать в одну кучу разные проблемы: не-

удачи в личной жизни (одна проблема), маленькую зарплату (вторая проб-

лема) ... и ваше плохое самочувствие (еще одна большая проблема).

Постарайтесь понять, как проявляется страх на уровне физическо-

го тела. Может быть это ощущение внешнего воздействия или внутреннего

напряжение? Может быть напряжены какие-то мышцы. Обратите внимание на

мышцы лица и мышцы глаз, попытайтесь их расслабить.

Часто при этом вы можете почувствовать, что не в состоянии

расслабить какую-то группу мышц полностью. Или, вы расслабляете одну

групп мышц, а напряжение переходит в другую. Поэтому полного комфорта

не достигается. Может возникнуть и такой эффект: вы начинаете концент-

рироваться на своих ощущениях, и вдруг возникает чувство страха, выз-

ванное как кажется, вашими медитациями.

В этом случае переключитесь с локального анализа своего состоя-

ния на другое упражнение. Не концентрируя свое внимание ни на чем

конкретном (ни на каких группах мышц), постарайтесь вспомнить и дос-

тигнуть максимально возможного в данный момент комфорта.

Встряхнитесь, хотя бы на короткое время "стряхните наваждение".

Если есть ощущение внешнего воздействия, постарайтесь легко концентри-

руясь на внешних воздействиях, максимально

расслабиться. И не забывай-

те о том, что обязан
присутствовать максимально
возможный комфорт.

Таким образом можно
снимать негативные ощущения,
которые лишают

вас душевного комфорта.
Занимайтесь этим как можно чаще
в транспорте,

в перерывах на работе, дома у
телевизора...

Принято считать, что
невозможно внушить человеку
желания, или

заставить сделать что-то,
что не соответствует его натуре.
И индуктор

всегда обращается к тем
особенностям характера, которые
присутствуют у

перцепиента. И это
действительно так. Но если
нападение длится доста-

точно долго и апеллирует к
самым низменным инстинктам, и
если у вас

нет возможности отслеживать
его, то только ощущение
красоты мира и

гармонии отношений помогут
вам избежать прямой дороги в ад.

Приведу маленький
пример, для того чтобы
продемонстрировать,

как осуществляется
психическое нападение, если
наведенные чувства гар-

монируют с вашими: утром по
дороге на работу вы увидели
голодного ни-

чейного котенка. Накормить
его вы не имели возможности,
поскольку то-

ропились. При отсутствии
нападения вы пожалели его. Эти
чувства воз-

никли в душе. Но возникли
очень легко, практически
незаметно.

При нападении чувство
жалости может быть настолько
сильным, что

вы сдохнете от него быстрее,
чем этот котенок сдохнет от
голода.

Нет сомнения, что
наведенные чувства надо снимать.
Однако, пе-

ред тем, как начать активно
работать с ними, важно понять,

насколько

они ваши собственные, так как есть большая вероятность самопрограмми-

рования, притом, в худшую сторону.

Иногда ваше эмоциональное состояние может совершенно не соот-

ветствовать наведенным воздействиям. Например, вы можете чувствовать

сильное раздражение, ненависть к человеку, которого любите. Возникает

вопрос: "С чего бы это?" Впрочем, вы можете списывать эти состояния на

усталость, болезнь или что-то другое. Человек часто не может отличить

нападение от привычного круга собственных мыслей и эмоций.

Наиболее опасный вариант возникает, когда вы пытаетесь неза-

комплексованно выражать свои эмоции, ориентируясь на внешнее наведен-

ное воздействие. Тогда любое ущемление со стороны окружающих вызывает

реакцию протеста, взрыв раздражения или крика, истерику от собственно-

го бессилия, плачь. Свобода проявления индивидуальности -- это святое.

Но оглянитесь на людей, с которыми вам приходится иметь дело. Их

чувства это тоже немаловажный фактор. К тому же, если взбалмошное по-

ведение становится нормой, вы рискуете стать совершенно невыносимой

тварью. Защита в этом случае заключается в осознании самого факта

нападения.

Начните с вопроса "С чего бы это?" и попытайтесь разобраться в

ситуации. Насколько она драматична. Насколько ваши ощущения ей соот-

ветствуют. И постарайтесь снять раздражение. Не изобразить на лице

улыбку и спрятать в себе
злость и обиду. Это ни к чему
хорошему не

приводит. Внутреннее
напряжение при отсутствии
адекватной разрядки

обязательно выплеснется в
виде нервного срыва, либо в
виде какой-ни-

будь болезни.

Стрессы надо снимать
по другому. Ваши действия: --
ориентация

на состояние
внутреннего покоя; --
отстранение от чувств, отно-

ситься к ним, как к
внешним. И еще один прием защиты
можно по-

советовать тем, кто
достаточно хорошо

освоил это упражнение.
Нападение, помимо эмоционального
заряда, несет

еще и количественную
характеристику, то есть
осуществляется с какой-то

силой. Обратите внимание на
силу удара и соответственно ей
стройте за-

щиту. Отрицательные эмоции, наведенные индуктором, при этом либо пол-

ностью игнорируются либо направляются на индуктора. В этом случае мы

наблюдаем так называемый "возвратный удар". Его эффективность будет

зависеть от вашего уровня владения энергиями. Следует, однако предуп-

редить, что используя этот прием, вы задействуете совсем другие энер-

гии, чем индуктор. При этом ваша аура должна быть чистой, полностью

независимой от наведенных чувств, то есть не должно быть отклика на

эти чувства. Например, если на вас идет сильный энергетический поток,

который можно обозначить как "ненависть", вы не должны генерировать

ответное чувство ненависти. Тогда, вы отводите энергетические потоки,

не замыкая их на себя.

Нападение минимальным
воздействием Это, прямо
скажем, садист-

ский вариант. Он
заставляет жертву

прислушиваться к малейшим
изменениям в характере
воздействия, совер-

шенно выводя ее из равновесия
и начисто лишая возможности
даже думать

о том, чтобы уйти от
нападения.

В этом случае наиболее
эффективна активная защита.
Ваше внима-

ние все время концентрируют
на постоянном изменении
воздействия. Ваша

задача -- максимально уходить
от этого, то есть от этой
концентрации

внимания. Ориентация -- на
состояние комфорта.

Имейте в виду, что
индуктор, который долго работает
с вашим об-

разом и не имеет возможности
видеть вас, часто не может
различать на-

веденный им же образ от
собственно вашего
мироощущения. Поэтому для

вас так важно хотя бы
ненадолго "стряхнуть
наваждение".

Маги отрабатывают еще
один вариант нападения. Легкое
изменение

сознания, практически
незаметное даже для тех
экстрасенсов, которые

находятся в контакте с
жертвой в этот момент, не
воздействуя на нее,

-- и первый порыв жертвы --
прекратить это, вплоть до
самоубийства.

Это очень трудно выдерживать
даже зная, что нападают. Что
делают те,

которые об этом не
подозревают, об этом можно
только догадываться.

На какое-то время вы
оказываетесь в жестком
энергетическом по-

токе, подчиняющем себе, и
должно пройти время, пока вы
сможете более

или менее ориентироваться в нем. Постарайтесь в это время обойтись без

насилия над собой или кем-то не вовремя попавшемся под руку. Пройдет

день-другой и вы снова увидите солнышко. А от этих проблем вы не уйде-

те таким способом. Они будут преследовать и в следующем воплощении. А

пока лучше примите лишний раз душ или скушайте шоколадку. Иной раз это

неплохо помогает.

Прислушайтесь к своим ощущениям -- вы поймете, что ваша беспо-

мощность есть только факт слабой воли, глупого упрямства, обиды и не-

желания активно включиться в борьбу. Страхните наваждение!

Мысль -- это мощное оружие. Убить можно запросто. Но человек,

вставший на путь Познания, находится под защитой Высших Сил.

Главный закон
Джунглей гласит: "Убивают
жертву. Учеников не

убивают". Галлюцинации

В психиатрии
галлюцинациями называют мнимые
восприятия, то есть

восприятия, возникающие без
реального объекта.

Галлюцинации часто
возникают при острых
интоксикациях и инфек-

ционных психозах, при белой
горячке. Эти случаи мы,
естественно, расс-

матривать не будем. Здесь
имеет место раздражение
определенных участ-

ков головного мозга
раздражителями, имеющими
физическую природу.

Зрительные
галлюцинации могут иметь
различный характер: от эле-

ментарных световых точек,
искр до сложных сценподобных
явлений. Слу-

ховые галлюцинации
воспринимаются как звуки,
голоса.

И слуховые и
зрительные галлюцинации можно
рассматривать как

наведенный энергетический
образ.

Тот же момент
проявления, что и при
психическим нападении, воз-

никает когда работают с
образами. Образ может быть
любой -- какое-то

воспоминание (образ человека,
местности, голос) .

Человек, подвергшийся
нападению, обычно даже не
удивляется

вдруг появившейся яркости
образов: яркие четкие
воспоминания давно

прошедших событий; яркие
воображаемые образы.

Чего только не бывает
в подлунном мире. Однако
общество, при

всем своем многообразии,
живет по очень строгим законам.
И человек,

нарушающий эти законы,
обычно попадает или в тюрьму или
в психиатри-

ческую больницу. Поэтому
следует придерживаться
общепринятой линии по-

ведения вне зависимости от
того, какие зрительные или
слуховые образы

вы воспринимаете.

Не доверяйте голосам!
Можно смоделировать любой голос
-- мужчи-

ны, женщины, Аллы Пугачевой,
Кашпиоровского... Если внутренний
собесед-

ник, голосом вашего
начальника, вдруг заявит, что
вы срочно должны

приехать на встречу с ним, а
связывается с вами именно таким
способом,

потому что поблизости нет
телефона, не стоит бежать,
сломя голову, к

указанному месту. Однозначно,
с вами разговаривает не ваш
начальник, а

какой-то астральный хулиган,
мелкий бес, изнывающий от скуки
и желаю-

щий доставить себе маленькую
радость -- посмотреть, как вы
будете оша-

рашены, приехав туда, где вас никто не ждал.

Не всегда нападение проявляется как вполне определенные голоса.

Часто вы воспринимаете его как отголоски собственных мыслей, которые

прокручиваются в словесной форме.

Чтобы отследить ментальное нападение, попробуйте заняться меди-

тацией. Сядьте, закройте глаза и спокойно отслеживайте все мысли, ко-

торые приходят в голову. Не пытайтесь бороться с ними, но и не следуй-

те за ними. Должно пройти какое-то время, прежде чем вы достигнете оп-

ределенной концентрации. Но потом вы начинаете замечать, что мысли

приходят откуда-то извне, вне зависимости от вашей воли. Вы не можете

контролировать их. Отнеситесь к ним как к проявлениям внешней энерге-

тики. Целью медитации является обретение внутреннего покоя, успокоение

ума. Но кроме того, это упражнение поможет вам научиться отслеживать

ментальное нападение, иными словами, вы учитесь отслеживать мысли, ко-

торые не являются собственно вашими.

В том, чтобы этому научиться большой проблемы не возникнет. Но

здесь, порой, принципиально важным становится то, как вы относитесь к

наведенным извне мыслям. Вы либо соглашаетесь с ними, когда они нахо-

дятся в гармонии с вашей сущностью, либо отвергаете их, когда ощущаете

диссонанс. Как бы то ни было, обязательно должен присутствовать этот

критерий оценки.

Часто ментальное нападение происходит как непрерывный мысленный

разговор с голосами, который
растягивается на долгие месяцы.
Вы можете

обсуждать семейные
проблемы, знакомых и незнакомых
людей, газетные

статьи и кинофильмы,
смеяться и ругаться с какими-то
голосами. И это

само по себе неплохо. Плохо
то, что на вас совершенно
нападение, а вы

даже не пытаетесь
защищаться. Непрерывные
разговоры быстро утомляют.

Хочется покоя.

Но не всегда человек
может отключать невидимых
собеседников.

Прежде всего надо попробовать
просто не прислушиваться к
голосам, ког-

да разговор кажется не
интересным для вас. Насколько
это получится?

Если получится -- можно вас
поздравить. Если нет --
включайте програм-

му:

"Полная потеря
интереса" к процессу разговора,
к теме разгово-

ра, к собеседнику. Если вы
достаточно активно сделаете это,
то через

какое-то время собеседники
начнут постепенно отключаться.
Правильно

выполняя это упражнение, вы
начинаете работать с высшими
энергиями,

которые должны стать защитой
для вас. Запомните ощущения,
которые вы

при этом испытываете. Они
помогут вам лучше снимать другие
наведенные

состояния, вплоть до снятия
болевых ощущений.

Навязанный ритм
дыхания Навязанный ритм дыхания
снять практи-

чески невозможно.
Сложность

заключается в том, что
чрезвычайно трудно отличить
свой собственный

ритм дыхания от
навязанного. Волевым усилием
снимать такие состояния

очень утомительно, хотя и не лишено смысла. И в этом случае важна мак-

симальная степень расслабления. Но не просто расслабления, а расслаб-

ления на навязанной внешней энергетике. Это выражается в том, что вы

отслеживаете навязанный ритм дыхания и полностью подчиняетесь ему, ка-

ким бы ужасным он вам ни казался. Но в то же время важно снимать тре-

вогу, страх, мышечные напряжения, которые, несомненно, в некоторой

степени вызваны гипервентиляцией, и часто усилены нападающей сторо-

ной.

Если нападение происходит в то время, когда вы находитесь в

постели, примите позу, которая защитит легкие от гипервентиляции: пе-

ревернитесь на бок и скрестите руки.

Навязанный ритм сердца
Поскольку НАВЯЗАННЫЙ ритм
сердца, в от-

личии от обычной
аритмии, не имеет

физической причины, а только
энергетическую, то и снимать его
следует

не лекарствами, а на уровне
энергетики. К сожалению, снять
его самос-

тоятельно невозможно.
Остается одно -- терпеливо
переждать неприятные

ощущения, ни в коем случае не
нарушая привычного ритма жизни.
Это сво-

еобразный тренинг для
сердечной мышцы. И переносится
он достаточно

спокойно. Проблема состоит в
том, чтобы отличить наведенное
состояние

от обычной болезни. Поэтому,
если у вас нет уверенности, что
произошло

нападение, лучше обращаться к
врачу.

Еще один вариант
нападения -- астральный секс. Я
думаю, что

все, с кем выходит на
телепатическую связь какая-либо

группа, в том или ином
варианте подвергаются этому виду
нападения. Как

и при любых других
видах нападения здесь
рекомендуется расслаб-

ляться

и "ловить кайф" в любом
случае, даже когда идут
изматывающие и долгие

по времени минимальные
воздействия. Относиться к этому
надо только как

к нападению. И спокойно.

Еще раз напомним -- все
виды астрального нападения --
недоказуе-

мы. Узнать, кто крутит --
невозможно.

Фиксация внимания Этот
безобидный прием определяется в
психиат-

рии как бред
отношения. Это проявляется в
том, что человек

вдруг начинает ощущать
посторонние

взгляды, присутствие кого-то
сзади, испытывает
неопределенное чувство

общей измененности, меняется
восприятие времени,
пространства, собс-

твенной личности, появляется
сильная чувствительность к
внешним разд-

ражителям. То есть внешний
мир воспринимается искаженно.
Часто подоб-

ный ощущения сопровождаются
чувством страха. Это
состояние является

основой для последующего
возникновения более выраженных
нарушений

восприятия и мышления.

Отдельно можно
выделить прием нападения
"фиксация взгляда".

Взгляд, помимо вашей воли,
останавливается на каких-то
людях, либо на

каких-то частях тела.
Например, вы можете отслеживать
кисти рук у пас-

сажиров в метро. Прибавьте к
этому неестественному
состоянию еще и

психическое нападение,
которое может восприниматься
как, например,

ощущение ступенчатости атмосферы
вокруг вашей головы -- и
можете предста-

вить состояние жертвы.

Изменение восприятия
пространства может выражаться в
том, что

появляется боязнь открытых
пространств, боязнь закрытых
помещений,

чувство нереальности
окружающего.

Здесь, как и при
любом другом виде астрального
нападения, на

собственно ваше биополе
накладывается посторонняя для
вас внешняя

энергетика. И ваша задача
просто четко отслеживать легкие
изменения

внешней энергетики, снимать,
по возможности, чувство страха и
хотя бы

на мгновение стараться
"стряхнуть наваждение".
Бывает, что сложно

снять разноплановое нападение
в то время, когда вы чем-то
заняты. Тог-

да приходится мириться с
определенным дискомфортом. Но
как только по-

является свободное время --
сядьте, быстро
сконцентрируйтесь на внут-

реннем состоянии, на
непонятных и неприятных мышечных
напряжениях. Лю-

бое напряжение лишает вас
комфортного состояния. При
разноплановом на-

падении вам будет трудно
сосредоточиться одновременно на
всех наведен-

ных энергиях. Например,
трудно отслеживать головную
боль, которая пос-

тоянно меняет конфигурацию,
усиливается, уменьшается,
перемещается к

глазам, к вискам... плюс
психическое нападение, которое
проявляется

как сгущение атмосферы вокруг
головы плюс навязанный ритм
дыхания, ко-

торый полностью лишает
желания защищаться. Ваша
задача, отследить все

напряжения, но не пытаться
их снять. Как только эта цель
достигнута,

вы должны, уже не обращая
внимания на напряжения,
постараться достичь

комфортного состояния.
Мгновение -- легкое изменение
реальности -- и

вы сбрасываете всю наведенную
энергетику. Это победа. И пусть
нападе-

ние не кончится, пусть оно
примет какие-то другие формы. Но
вы по дру-

гому будете относиться к
нему. Пробуйте еще раз и еще...
Это называет-

ся активная медитация. Это
может оказаться для вас очень
интересным

занятием.

Бред -- это
умозаключение, не
соответствующее
действительности.

А вот пример типичного
брёда отношения: "В одном

случае, в ко-

тором ко мне
обратились за помощью,
пострадавший

заявил, что его преследует
телепатическое внушение. Я
стала выяснять

источник этого
преследования и он сказал, что
оно исходит от людей,

которые живут в соседней
квартире и имеют привычку, сидя
в кругу, кон-

центрироваться на нем. Я
спросила его, почему они это
делают. Он не

знал. Я спросила его,
откуда он знает, что они
занимаются этим, и он

не смог ответить мне. Он лишь
повторял, что они делают это,
хотя приз-

нался, что ни разу нее был у
них в квартире и даже не говорил
с ними

ни о чем, не считая обмена
приветствиями по утрам на
лестнице" /4/.

Боль Арнольд Миндел --
американский психотерапевт, в
книге "Ра-

бота со

сновидящим телом" дает очень интересные техники работы со своим биопо-

лем, и здесь же технику снятия боли. Несомненно, снять боль таким спо-

собом вы сможете далеко не всегда. Но для кого-то метод может пока-

заться интересным.

Под термином "сновидящее тело" А. М. понимает биополе, другими

словами, нашу энергетическую ауру.

Сутью метода является медитативный процесс. Вы должны сосредото-

точиться на ощущении недомогания, понять в чем оно проявляется, где

находится. Это может быть тошнота, сердцебиение, лихорадка, экзема,

желудочные рези... все что угодно.

"Вникните в особенности различных напряжений в вашем теле, вы-

ясните, меняется ли их
характер со временем,
прочувствуйте их. Имеет

ли ваша боль какую-то
конфигурацию? Как она
распространяется? Изучая

свою боль, старайтесь не
двигаться. Просто лежите и
чувствуйте ее"

/3/.

На втором этапе
предлагается максимально
сконцентрироваться на

болевым ощущениям и усилить
боль.

"Слегка напрягите
мышцы, почувствуйте пульсацию в
голове, зуд в

коже. Не расчесывайте тело!
Не делайте ничего, что могло бы
ослабить

ваш дискомфорт, наоборот,
замрите и ощущайте себя.
Испытывать боль та-

ким способом -- все равно что
иметь дело с редким,
невиданным живот-

ным. Ваша цель -- внимательно
и отстраненно наблюдать
происходящее, не

впадая в искушения объяснить
боль или избежать ее. Если
вам трудно

усилить телесный симптом,
то это может означать, что вам
не удалось

его прочувствовать в полной
мере..." /3/.

Если вы смогли
выполнить эти требования, то
через некоторое

время вы достигаете предела
своих физических возможностей,
предела то-

го, что можете выдержать. И
тогда с переживания своей боли
вы переключ-

чаетесь на что-то иное. Вы
вновь начинаете видеть, слышать
и двигать-

ся. И в это время вы даете
полную свободу своему
воображению.

Если вы слышите
голос, задайте ему вопрос,
ответьте ему. Если

вы представляете себе какую-
то сцену, следуйте за развитием
ситуации.

Если ваше тело начнет
спонтанно двигаться, следуйте за

этим движением.

Когда работа
завершена, вы просто
почувствуете себя лучше. В

любом случае такие упражнения
дают вам возможность лучшего
понимания

своего тела и энергетической
сущности.

Нападение во сне Это
явление представляет
определенный интерес.

Если воздействовать на
спящего человека возникает
эффект, который можно назвать
наведенным

сном. Методы
отработки -- сны (образы).
Практика показывает,

что в бодрствующем
состоянии человеку вполне
удается бороться с навязанными
образами. Ес-

ли перед глазами возникает
какой-то образ (лицо, фигура,
пейзаж и т.

п., двигается или картинки
меняются), можно стараться не
замечать этот

образ, как бы стирать его. В том случае если напряжены мышцы, вы расс-

лабляете мышцы. Если вы слышите какие-то голоса (имеется в виду теле-

патическая связь), можно не прислушиваться к ним. И напряженные мышцы,

и образы, и голоса несут себе энергетику, которая является для вас

посторонней. Поэтому, расслабляясь, вы снимаете ее настолько, насколько-

ко для вас это в данный момент возможно.

Во сне, как кажется, могут включаться бессознательные механизмы

защиты. Однако происходит это, далеко не сразу. Поэтому, вначале ка-

жется, что защиты, как таковой, вообще не существует. Транслированный

сон человек в спящем состоянии принимает как данность. Снимается хоть

какое-либо критическое отношение к тому, что в данный

момент с вами

происходит. Во сне вы можете
переживать невероятные
приключения и при

этом совершенно не
сомневаться в реальности
происходящего; испытывать

самые разнообразные чувства:
от ощущения свободы, полета, до
чувства

страха, вплоть до того, что
сходишь с ума.

Но какой бы страшный
сон вам ни приснился, какой бы
ужас вы ни

испытали во сне, как только
сознание пробуждается и вы
подключаете

свою волю, включается
защитная реакция организма. Вы
начинаете сразу

же забывать сон и все
ощущения, связанные с ним. Надо
только помнить,

что это и есть защита, и
активнее снимать внешнее
воздействие. Если

этого не сделать, вы можете
запомнить сон надолго,
иногда на всю

жизнь, и часто вспоминать его
потом с нехорошим чувством.

"Помню, что я
проснулась со смутным ощущением
ужаса, угнетающе-

го меня; однако это был не
обычный ужас от ночного кошмара,
а навязан-

ная эмоция, которую можно
было сбросить усилием воли. Она
прошла почти

сразу же, как только я
встала, и я больше не думала о
ней" /4/. Это

характерное состояние
человека, подвергшегося
нападению, в момент про-

буждения.

Надо учитывать, что
экстрасенс, медитирующий на
образе спящего

человека не может в
достаточной степени
контролировать силу воздейс-

твия, так как отсутствует
контроль сознания у спящего
человека, и на-

веденная энергетика может
оказаться несколько сильнее,
чем это обычно

происходит.

Если нападать на человека БЕСПРЕРЫВНО таким образом несколько

ночей подряд -- ломается структура сна. Вначале удлиняется и значи-

тельно медленная фаза сна. Это происходит потому, что экстрасенс меди-

тирует на образе спящего человека и мешает этим ему проснуться. Время

сна увеличивается, и все равно есть чувство невысыпания, уменьшается

сопротивляемость организма, что может привести к нервным срывам.

Однако со временем отрабатывается защита и на этот вид нападе-

ния. Прежде всего, вы перестаете придавать снам какое-либо значение. И

даже во сне на бессознательном уровне начинаете отличать свою энерге-

тику от чужой.

Достигается
определенный уровень
расслабления. Поэтому вполне

возможен полноценный отдых.

Бывает, что после
пробуждения вы не захотите
забыть сон. Он

странным образом входит в
вашу жизнь, влияет на ваше
сознание. Это

происходит, когда экстрасенс
во время своих медитаций входит
в контакт

с верхним энергетическим
уровнем перцепиента, несущем
информацию о пе-

ревоплощениях. Этот уровень
недоступен для манипулирования.
Информацию

получает одновременно
индуктор и перцепиент. Но идет
она не в виде

картинок прошедших событий,
а в виде определенной
энергетики, которая

соответствует этим событиям.
Если индуктор достаточно
ориентируется в

энергетических потоках, он
моделирует какие-то образы
соответственно

получаемой энергетики, иначе говоря, начинает фантазировать. Поэтому

информация, которую воспринимает перцепиент во сне бывает очень сильно

искажена.

Если же вам вовсе не спится -- не стоит жаловаться на бессонни-

цу. У некоторых людей сон проходит в той фазе, которая бывает

между сном и

бодрствованием. Это активная фаза, которая позволяет нормально отдох-

нуть. Нет выключения сознания. Есть только расслабление. Достигается

такой режим сна не произвольно, а намеренно выходят на это состоя-

ние. Это своеобразная медитация: находясь в состоянии полного покоя,

вы концентрируете внимание на любом напряжении, возникающем в теле, на

любых чувствах, на любых
мыслях, и стараетесь снять их,
как проявление

внешней энергетики.
Добиваетесь максимального
расслабления, и главное

МАКСИМАЛЬНОГО КОМФОРТА.

Пройдет какое-то время.
У вас появится опыт и вы станете
неплохо

ориентироваться в мире
энергий. Но не будет, не может
быть того уровня

расслабления, при котором
можно полностью снимать
наведенные воздейс-

твия. Практически никогда
нападение не ограничивается
комфортными наг-

рузками. Часто достигнутый
уровень расслабления вызывает
в действие

какие-то силы: чем сильнее
расслабление, тем более сильный
поток энер-

гий идет на вас.

И тогда появляется в
душе Обида. На кого-то, кого
вы, быть мо-

жет, никогда не узнаете, и
на весь мир. Ведь нагрузки
приходится вы-

держивать колоссальные.

Возникает вопрос
"Зачем все это? Почему Я?" Обида
душит и жела-

ние мести. Кому? Как? Обида
сильна еще потому, что она
наверняка будет

подкрепляться внешним
воздействием. И единственный
способ не сгинуть в

этих обстоятельствах это
активнее снимать наведенные
чувства, идти к

внутреннему спокойствию.

Не ненависть должна
стать вашим ориентиром, а
ощущение внутрен-

ней гармонии и, вместе с ней,
гармонии мира. Ненависть совсем
не заде-

нет нападающего мага, но она
будет ранить вас.

На практике, когда вы снимаете наведенные негативные состояния,

происходит некоторое самопрограммирование -- вместе с наведенными сни-

маются и свои чувства. Это вызывает внутренний протест. Не хочется ни-

кого прощать! А ощущения возникают как в классическом варианте всепро-

щения "Если тебя ударили по одной щеке -- подставь вторую". В идеаль-

ном варианте не должно быть никакого самопрограммирования. Как же

быть?

Не поддавайтесь панике! На самом деле это ложное чувство. Вы

никого не прощаете. Вы учитесь владеть энергиями. Вы учитесь защищать-

ся. Вы включились в эволюционную программу, которая выводит вас на но-

вый уровень энергетики. И в какой-то момент возникающие чувства (лично

ваши, не наведенные)
покажутся новыми, странными,
не свойственными

вам. Может быть, они сродни
христианскому всепрощению, но
реализован-

ные на высших энергиях, они
дадут защиту и откроют
великолепные жиз-

ненные перспективы, о
которых в начале пути вы даже
приблизительно не

можете догадаться.

Попробуйте вспомнить и
смоделировать то состояние,
когда вы ак-

тивно снимаете чувство обиды.
Оно идентично состоянию, когда
вы просы-

паетесь утром и сбрасываете
усилием воли тягостное ощущение
от дурного

сна. Вспомните приобретенное
чувство внутреннего комфорта как
результат

этих маленьких побед. Эти
ощущения определяет энергия
Плутона, ко-

торую нам предстоит
максимально изучить и освоить,
поскольку выход на

более высокие уровни
проработки Плутона дает человеку
власть над собой

и над миром. Это энергии, с
которыми работают маги.

Но к райским садам
ведет дьявольски запутанная
тропинка. И че-

рез какое-то время вы
обязательно оказываетесь в
тупике. Зачем нужна

какая-то мифическая власть
над миром, когда у вас сейчас
ужасно болит

голова? На кой черт, вам
поднимать энергетический
уровень, когда у вас

и на этом все есть, не
хватает только одного -- чтобы
вас оставил в

покое какой-то бес. Только
вот проблема: если отстанет
один, то сразу

же появится другой такой же.

Спросите себя: "Кто же
виноват, что меня такого
хорошего и доб-

рого, постоянно донимают
такие злые люди? Почему мир
так жесток ко

мне?" Попробуем найти ответ
и на этот вопрос. Кроме
отработки чисто

физических реакций на
нападение, нам понадобятся
знания энергетических

законов Космоса. Без этого
невозможна эффективная защита.

К нам на помощь придет
астрология. Чтобы легче
ориентироваться

в сложных ситуациях,
разобраться в своих чувствах,
лучше понять себя,

постройте свой гороскоп.
Сделайте это самостоятельно.
Изучив причудли-

вый рисунок своей кармы, вы
станете более осознанно
относиться к про-

цессам на пути развития
личности. Решение своих проблем
вы найдете на

маленьком листе бумаги,
исчерченной замысловатыми
линиями. Научитесь

только читать гороскоп.

Известно, что не
всегда целью воплощения является
благополучная

личная жизнь. И тогда, даже при условии прекрасной семьи и хорошей ра-

боты, человек ищет каких-то иных путей реализации. Но также часто ори-

гинальная жизненная программа бросает нас в водоворот событий, лишая

возможности даже думать о счастье в традиционном понимании. Если воз-

никает конфликт или проблема, человек ищет виноватого. А между тем,

виновата, как правило, ваша энергетика, которая, бывает часто очень

активна и, буквально, притягивает к себе отрицательные эманации, вов-

лекая вас в конфликты и ситуации, которых вы хотели бы избежать. Смысл

этих событий, может быть, и состоит в том, чтобы вы смогли наиболее

полно реализоваться, почувствовать свою индивидуальность. Воплотившись

в этом качестве, вы как бы
заранее дали согласие на все,
что происхо-

дит с вами сейчас. Вы
захотели понять, как реализуется
во внешнем мире

именно эта энергетика, и
отрабатываете заданную
программу.

Но применительно к
нашей теме, нас интересует
возможность овла-

деть сложившейся ситуацией,
сделать ее управляемой.

Составленный гороскоп
расскажет о потенциале, которым
вы наде-

лены от рождения. Ведь не
будет преувеличением сказать,
что целый ряд

негативных явлений питается в
немалой степени
не востребованностью спо-

собностей, несостоявшимися
творческими судьбами.

Несмотря на то, что
энергетическая программа
изначально задана

расположением планет в момент
рождения, человек всегда имеет
свободу

реализации данных
возможностей, которая
определяется прежде всего

уровнем владения своей
энергетикой. Астрология
посредством символичес-

кого языка даст вам
технику с помощью которой вы
сможете проследить

пути развития и осуществления
личности.

Существуют
астрологические методы, которые
дают возможность де-

лать конкретные выводы
относительно того, как
управлять собой, своим

здоровьем, поведением и
взаимодействием с другими
людьми.

Секты Часто бывает
так, что секта становится тем
перекрестком,

на котором

встречаются экстрасенс,
ищущий реализации своих
способностей, и чело-

век, которому надо
познакомиться со своей
энергетической сущностью.

Как правило, человека приводят в секту либо ослабленное здо-

ровье, либо сильнейший интерес. Но в любом случае цель определяется

необходимостью повысить уровень личной энергетики. Часто это не осоз-

нается даже, а воспринимается чисто интуитивно.

Но так или иначе, с вами начинают работать. Это наиболее мягкий

вариант взаимодействия двух "классов". В повседневной жизни все намно-

го проще и намного более жестоко. Прямо скажем, человек, который воз-

действует на вас, вовсе не обязан обладать ни физическим, ни психичес-

ким здоровьем. Часто он сам подвергается жесткому энергетическому воз-

действию и совершенно не умеет различать наведенные состояния от собс-

твенных. И он не обязан проявлять к вам ни чувства

такта, ни чувства

меры.

Но у вас обязана
присутствовать защита. Любая. Вы
не можете на-

деяться на гуманный подход к
себе. Когда мы говорим о правах
человека,

мы не говорим об этой
области человеческих
отношений. Единственный

способ сохранить право на
достойное человека
существование, это учить-

ся защищаться.

В группах
экстрасенсорики, иногда в
сектах, вы можете получить

элементарные знания из
области экстрасенсорного
воздействия. Хуже,

когда человек совершенно не
подготовлен к раскрутке и не
подозревает о

нападении.

Посмотрим, действию
каких сил может подвергаться
ищущий: "Один

свидетель рассказал
мне об инциденте, происшедшем

при посвяще-

нии,

во время которого кандидат,
который на внешний вид был
человеком нор-

мальным во всех отношениях,
после дачи клятвы обычным
образом вдруг,

ко всеобщему удивлению,
внезапно издал ужасный вопль, а
потом несколь-

ко недель был болен как
после сильного нервного шока и
был вынужден

навсегда отказаться от
окультизма" /4/.

"Один католик
свидетельствует: Ощущение
присутствия и любви Бо-

га было так сильно, что я
припоминаю, как сидел полчаса
в церкви и

просто смеялся от радости,
что Бог меня любит" /5/.

"...Вот, например,
для сравнения, церемония
"посвящения" эски-

московского шамана: не
достигнув инициативы, "я иногда
начинал плакать и

горько рыдал, сам не зная,
почему. Потом без всякой причины
все вне-

запно изменилось. И я
почувствовал великую,
неизъяснимую радость, ра-

дость настолько могучую, что
я не смог ее сдержать, и у меня
из горла

рвалась песнь, в которой
было место только для одного
слова: радость,

радость! И я был вынужден
петь во весь голос..." /5/.

"Как только я встал на
колени, меня охватила дрожь.
Совершенно

внезапно я исполнился Святого
Духа и понял, что Бог
существует. Я стал

плакать и смеяться
одновременно" /5/.

"...медитируя на тему
Рождественской мессы, он
начинал видеть

Младенца у его Матери: "Я
вглядываюсь -- и больше ничего.
Картины,

идеи (ассоциации идей:
Спаситель -- Царь -- Свет --
Сияние -- Пастырь

-- Младенец -- и снова Свет)
приходят одна за другой,
проходят мимо...

Все эти кусочки священной
головоломки, взятые в целом,
рождают во мне

одну идею... безмолвное
видение всего таинства
Рождества" /5/.

Справедливости ради
стоит отметить, что Серафим
Роуз, которого

я процитировала, не считает
эти проявления восторга
божественными отк-

ровениями: "Ясно, что эти
люди не только совершенно
неопытные и лишен-

ные руководства в духовном
и религиозном мире, но и
абсолютно неве-

жественные. Вся история
православного христианства не
знает о подобных

"экстатических" переживаниях,
внушенных Святым Духом" /5/.

"Во время медитации я
увидела, как от моего
физического тела

отделилось тонкое тело и
полетело в космическое

пространство по тунне-

лю. Летела я очень быстро,
затем остановилась в пустоте,
вокруг разли-

вался яркий серебристо-белый
свет. Спокойствие..." (Аум
Синрике)

Также во время
медитации "появлялись
различные видения, ярко

окрашенные, четкие. Был
опыт астрального тела, кроме
того, я почувс-

товала, как энергия как
будто прорвалась через что-то и
прошла вверх

по позвоночнику". (Аум
Синрике)

"Я начал быстро
дышать... Казалось, что
звуковые вибрации про-

низывают все тело. И вдруг
почувствовал, что музыка
вызывает во мне

ответные вибрации. Сначала
они появились в пальцах рук и
ног. От них к

центру тела словно
струилась энергия. Когда она
достигла головы, в

сознании стали появляться
яркие образы. Я увидел себя...
со стороны"

-- это ощущения участника
сеанса трансперсональной
медитации.

Отметим, что верующие
говорят здесь о духовном опыте.
Здесь не

идет речи о психических
расстройствах.

Медитация на музыку
Все, чему мы пытаемся сейчас
научиться это

адекватным образом
реагировать

на любые энергетические
воздействия. При правильном
подходе астральное

нападение само по себе не
вызывает отрицательных эмоций.
Но чаще при-

ходится иметь дело с
энергиями, которые являются
скорее враждебными

для организма, поскольку
защита поставлена еще очень
слабо. И вам все

же важна более глубокая
эмоциональная разгрузка.

В мире все предметы,
все природные явления имеют
энергетическую

основу. И музыка не является
исключением. Хорошая музыка
несет в себе

сильную энергетику. Медитируя
под музыку, попробуйте не просто
ее слу-

шать, расслабляясь, а, так же
как и при психическом нападении,
отнеси-

тесь к ней как к внешней
энергетике, и соответственно ей
смоделируйте

энергетическую реакцию. Если
получится -- вы оцените
необыкновенные

по красоте ощущения, когда в
знакомой мелодии вы вдруг
начинаете слы-

шать Высшую гармонию звука.

Предостережение!
Наиболее опасный вариант мы
имеем, когда аст-

ральное нападение,
направленное на вас, каким-то
образом связано с энергиями
внешних сти-

хий. Это может проявляться
как страх ездить в метро или
летать на са-

молете, боязнь грозы. Страх
мешает ориентировать, и вы,
вместо того,

чтобы отслеживать и снимать
вполне соответствующее вашим
возможностям

психическое нападение,
начинаете ориентироваться на
звуковые и визу-

альные ощущения и с этими
энергиями работать. Это
мощнейшая энергия

Плутона. Для человека она
обычно нейтральна. Но ваша
энергетика, ваши

чувства зато очень активны.
Страх заставляет вас войти в
контакт с

внешними энергиями. Для вас это вполне определенная медитация, в кото-

рой присутствует момент транса. И в это время вы вызываете направлен-

ный энергетический поток, срабатываете по принципу "Вызываю огонь на

себя". Во внешнем мире эта ситуация может обозначиться как катастрофа,

смерч, удар молнии, землетрясение. Впрочем, если вы обладаете высшей

защитой, стихии обойдут вас стороной.

Ошибка понятна. Никогда не пытайтесь, снимая психическое напа-

дение, как бы оно ни проявлялось, настраиваться на внешние звуки, та-

кие, как грохот поезда, шум ветра и т. п.

И в завершение нашей беседы давайте коснемся еще

одной деликат-

ной темы. Повышенная
чувствительность, которая
развивается постоянными

занятиями медитацией,
позволяет отличать состояния,
наведенные экстра-

сенсом от своих собственных.
Но в некоторых случаях вы
начинаете отно-

ситься и к своим ощущениям,
как к наведенным. В этом случае
надо гово-

рить об энергетике,
наведенной не человеком.
Проявляется это в крити-

ческие дни, когда умирает
близкий человек. Смерть одних
людей пережи-

вается нами без особых
стрессов. Смерть других
захлестывает бурей эмо-

ций, которые невозможно
снять очень продолжительное
время. Со смертью

человек теряет свое
физическое тело. Энергетика,
заданная в момент

рождения расположением
планет, остается еще долгое
время, но ничем не

связана с физическим
планом. Но остается и очень
активна энергетика

высшего плана. Та, что
определяет осознание
индивидуальности, вашего

"Я" в физическом теле. И
связь этой энергетики (Духа) с
людьми, кото-

рые окружали его при жизни,
очень сильна. Должна быть
эмоциональная

включенность, чтобы не
оборвать эти связи.

Реальность высших
энергий включает земную. Но
человеку трудно

включить эту реальность в
свою, так как нет объективного
подтверждения

существования этой
реальности. Есть только
чувственные ощущения и же-

лание знать: что там, за
гранью жизни.

Ну так найдите в себе
смелость шагнуть в неизведанные
лабирин-

ты, отдайтесь тем ощущениям,
которые захлестывают вас.

Единственно, чего не
следует делать, это вызывать в
памяти лю-

бимый образ. Человек,
которого вы любили, ушел, и
никогда вы не увиди-

те его таким, каким он был.
Но дух ищет реализации на земле
в другом

качестве. Может быть в виде
человека. Может быть в виде
животного. И

если эмоциональная связь не
обрывается, то у вас есть
возможность

встретиться вновь.

Узнаете ли вы друг
друга?

"В конце обучения
монахов ждало самое главное
испытание: чтобы

выйти из монастыря они
должны были пройти туннель со
108 манекенами,

каждый из которых атаковал
определенным образом, а
приводился в движе-

ние хитроумными
механизмами, скрытыми под полом
и срабатывающими от

неизвестного движения адепта.
В конце этого пути (далеко не
все прохо-

дили его до конца и
оставались в монастыре навсегда)
было последнее

испытание -- выходная плита
приводилась в движение
раскаленным котлом,

на боковых сторонах которого
были отлиты изображения дракона
и тигра.

Человек обнимал его и на
предплечьях навечно оставались
клейма этих

животных -- своеобразный
паспорт мастера у-шу,
наводивший трепет на

окружающих".

"Истоки и направления" На мне
не будет клейма.

Список используемой
литературы

1. "Психофармакотерапия
невротических расстройств",

А. В. Вальдман, Ю. А.
Александровский, "Медицина",
Москва, 1987

2. Судебная психиатрия, под
ред. Г. В. Морозова и
Д.Р.Лунца, Москва,
"Юридическая литература", 1971

3. Московский
психотерапевтический журнал,
№№ 3, 4, 1993 г., Москва,
Центр психологии и
психиатрии

4. "Психическая самозащита",
Дион Форчун, Москва, 1993

5. "Православие и религия
будущего", Иеромонах Серафим
(Роуз). Москва, 1997