



Дыхание Единства

Друнвало Мельхиседек

Последующие инструкции могут достичь цели с участием Тела Света или без его участия. Этот источник действия наиболее совершенный из тех, которые я знаю. Эта информация пришла от *Шри Юктешвара Гири, Гуру Парамахамсы Йогананды*. Это одна из последних стадий *Крийя-йоги*. Пусть это дыхание будет благословением в вашей жизни.

1. Сядьте спокойно в том месте, где вас не будут беспокоить.

2. Осознавайте своё Тело Света, или Мер-Ка-Ба, если можете. Если не можете, то просто осознавайте трубку света, встроенную в ваше тело. Если вы буддист, вы можете осознавать эту трубку. Она похожа на прямую флуоресцентную стеклянную трубку; если вы соедините средний и большой палец вместе, то получите её размер. Она тянется от точки над вашей головой на длину ладони и до нижней точки под ногами также на длину ладони. Она входит в голову в районе коронной чакры на макушке головы или, другими словами, в то место на голове, которое пульсирует у младенца непосредственно после рождения. Выходит она из тела внизу, в точке промежности, в мягком месте между анусом и гениталиями, продолжается вниз между ногами и заканчивается внизу, на длину ладони под ступнями.

Когда начинаете, сосредоточьте своё внимание на этой трубке.

3. Перенесите внимание на Мать Землю, Божественное Женское Начало. Ощутите любовь к Ней. Представьте себе природу, деревья, реки, горы — всё, что вы так любите и почувствуйте любовь к этой прекрасной Планете. Осознайте, как много она даёт вам и дайте возможность вашему эмоциональному телу почувствовать любовь к Ней. Это невозможно сделать через ум. Вы не можете сказать себе: "Сейчас я чувствую любовь к Матери Земле". Вы должны ощущать это всем телом. Вы должны действительно чувствовать любовь к Ней. Если вы не можете реально почувствовать эту любовь к Матери Земле, то можете не продолжать.

4. Когда чувство любви поселилось в вашем сердце, представьте, что вы помещаете вашу любовь в шарик диаметром около 5-и сантиметров в сердечной чакре. Эта чакра находится как раз над

грудиной, в центре вашего тела (внутри трубки Света). Теперь своим намерением направьте эту любовь (в маленьком шарике) вниз по трубке в центр Земли, и ждите, когда Мать Земля ответит. Она ответит. Вы её дитя, и конечно она ответит. Для некоторых это произойдёт почти мгновенно. Другим потребуется две-три минуты. Вы “ощутите”, когда ответ придёт. Вы “почувствуете” Её любовь — любовь, которой Земля отвечает вам. Когда это случится, позвольте любви распространиться по всему вашему Телу Света.

5. Не разрывая той связи с Матерью Землёй, которую вы установили, перенесите своё внимание на Того, Кого мы называем Отцом Небом, — на Божественное Мужское Начало. Отец Небо — это всё сотворённое, помимо Земли. Возможно, вы увидите ночное небо с ярко сияющими на нём звёздами, увидите Млечный Путь и планеты, движущиеся в Космосе. Почувствуйте любовь, которую вы испытываете к Отцу. Когда эта любовь станет сильной, поместите её в маленький шарик в вашей сердечной чакре и отправьте по трубке в пространство над Землёй, примерно на 100 км над её поверхностью. Невозможно объяснить, что при этом происходит, слишком сложно объяснить. Доверьтесь, пошлите вашу любовь в пространство вокруг Земли и подождите ответа от Отца Неба. Вы “почувствуете” Его любовь, возвращающуюся к вам. Когда это случится, позвольте любви распространиться по всему вашему Телу Света.

6. Теперь в вашем сердце присутствует любовь Божественной Матери и любовь Божественного Отца одновременно. В человеческом опыте это происходит редко. Теперь вы готовы к следующей части медитации.

7. Не останавливая поток Божественной любви, перенесите внимание на вашу дыхательную трубку, осознавайте окончания этой трубки: на длину ладони выше головы и на длину ладони под ступнями. Теперь своим намерением откройте эту трубку таким образом, чтобы сознание Всей Жизни повсюду начало втекать в ваше тело. Это и есть Сознание Бога. Этот Свет будет постоянно наполнять собой всё ваше Тело Света. Теперь вы вдыхаете Бога. Бог — везде. Бог всегда находился в вашем пространстве. Эта медитация просто даёт вам возможность осознать это, установить сознательную связь. Это почти всегда очень мощное проживание.

8. Есть ещё одна часть.

Существует Космический Закон, который гласит, что когда мы что-то получаем, мы обязательно должны также и отдать. Поэтому представьте вокруг вашего тела сферу (или используйте одну из действующих энергетических сфер, если вы осознаёте их), которая наполнена Светом Бога, вошедшим через вашу трубку. Визуализируйте, что эта сфера окружает всё ваше тело. Теперь пусть эта сфера начнёт расширяться, как воздушный шарик, когда его надувают. Сначала медленно, потом быстрее и быстрее. Через секунду-другую она начнёт вращаться с огромной скоростью. Теперь пусть сфера расширяется с намерением вернуться к Богу. Она со скоростью мысли расширяется к источнику Света. Она расширяется через все измерения и все уровни реальности. Бог теперь дышит вами.

9. Образ — это Поток, который входит через вашу дыхательную трубку, распространяется по всему вашему Телу Света и затем возвращается к Истоку.

10. В этот момент вы находитесь в присутствии Бога. Если вы сделали всё искренне и честно, эта связь — всё, в чём вы нуждаетесь для того, чтобы найти свой Путь в это удивительное время.

11. Теперь ваша задача — постоянно оставаться в этом состоянии сознания. Помните о вашей сокровенной связи с Богом и осознавайте её. Что существует помимо этого? Чего вам бояться? Всё придёт к вам. Жизнь является целостной, полной и совершенной.

Пусть эта медитация принесёт благословение в вашу жизнь. И вы вспомните, кто вы есть и почему вы пришли на Землю. И вспомните священную цель вашей жизни. **Ключом является любовь.**

В Любви и Служении

Друнвало.

Портал «Земля и Небо»

www.earthsky.ru

[Город Творцов](#)