

Чакры и тонкая структура человека

Сегодня мы поговорим об энергетическом строении человека. Этим знаниям – много тысячелетий, в течение которых они подтверждались духовным опытом Святых. Также они подтверждались опытом практикующих, достаточно серьёзно занимавшихся практиками различных видов йоги, а также цигун и эзотерических направлений буддизма. За счёт применения этих знаний можно резко ускорить продвижение как на пути к Просветлению и Освобождению, так и на пути к обычному счастью. Также эти знания позволяют избежать опасностей и ловушек, таящихся на пути работы с энергетикой.

Главные понятия, с которыми мы сегодня познакомимся – это каналы, ветер и капля души. Чакры тоже можно назвать каналами. Основные чакры находятся на пересечении главных энергетических каналов. Чакры можно также назвать духовными центрами. Они есть у всех, но у непрaktикующих людей не действуют, а находятся в спящем состоянии.

Наше тело наполнено духовной энергией - ветром (на санскрите- Ваю). Эта энергия движется по каналам (на санскрите - Нади). Иногда считают, что кровеносные сосуды являются частью системы Нади, но есть и другая точка зрения: Нади не связаны с системой кровеносных сосудов.

Пересечения Нади образуют центры духовной энергии - Чакры, в которых скапливается наибольшее количество Ваю. Каплей Души (на санскрите - Бинду) называется сознание, которое перемещается вместе с ветром. Каплю души сравнивают со всадником (который сам не может ходить), энергию – с лошадью (слепой), каналы – с дорогами, а тело – с городом.

Разные школы указывают различное количество Нади - от 72000 до 350000, но все они выделяют среди них три самых главных канала, имеющих особое значение. Это – центральный канал Сушумна, левый канал Ида и правый канал Пингала.

Три самых больших канала, пересекаясь, образуют шесть основных центров-чакр: Муладара-чакру, Сваддхистана-чакру, Манипура-чакру, Анахата-чакру, Вишудда-чакру и Аджня-чакру. К основным чакрам также относят Сахасрара-чакру, которая расположена на макушке головы, хотя она является уже не узлом каналов в теле человека, но "воротами для души", ведущими в высокие измерения.

Обычно люди "используют" чакры для выражения эмоций, или удовлетворения того или иного желания, тем самым заставляя энергию вытекать из соответствующей чакры.

КАНАЛЫ

В нашем теле находятся тысячи энергетических каналов. Три из них - основные. Это - каналы Ида, Пингала и Сушумна. Один из них начинается с правой стороны копчика, проходит через все [чакры](#), пересекаясь в каждой из них с двумя другими каналами, и, наконец, достигает правой стороны Аджня-чакры. Это канал Пингала. Канал Ида начинается с левой стороны копчика и доходит до левой стороны Аджня-чакры, проходя через каждую чакру аналогичным образом. А в центре находится канал Сушумна. Через эти три канала проходит энергия стрессов сексуального характера, энергия сил гнева и энергия сил невежества. Канал Сушумна - наиболее важный для продвижения в духовной практике.

Правый канал, Пингала, переносит энергию гнева. Энергия невежества, которая замедляет, отупляет нас, проходит через канал Ида. Энергия привязанности проходит через канал Сушумна.

Предположим, что какая-то часть канала Пингала перекрыта и энергия гнева не может протекать по нему, в то время как энергия невежества проходит через канал Ида. Что касается физических симптомов, ваша правая ноздря, в отличие от левой, будет заложена. Это означает, что вы попали в плен энергии невежества, называемой Тамас.

Из-за невежества мы становимся медлительными и ленивыми. Приходят такие мысли: "Мне нет нужды делать что-либо еще, поскольку я смогу прожить и сегодняшним днем". "Завтра будет видно".

"Мне что-то не хочется делать то, вот если бы была возможность делать сейчас это...". Но даже если дать человеку, окутанному энергией невежества, прекрасные возможности для выбранных им занятий, он не сможет заниматься, а будет тратить время на лень и сон. Такое состояние возникает, когда канал Ида переполнен энергией.

Напротив, если заложена только левая ноздря, в канале невежества Ида есть препятствия для прохода ветра, а канал гнева Пингала открыт. В этом случае тело ощущает жар, и человек легко сердится. Так проявляется природа канала Пингала. Если оба канала, Ида и Пингала, открыты, то появляются как невежество, так и гнев.

Рассмотрим случай, когда перекрыт канал Сушумна. По этому каналу движется энергия привязанности. Энергия таких стрессовых сил, как сексуальные желания и голод, проходит через этот канал. Если вы хотите избавиться от привязанности, нет другого способа, кроме очищения этого канала.

Если канал Сушумна очищен, привязанность исчезает. Если каналы Ида и Пингала очищены, то энергии невежества и гнева свободно протекают по ним, и вы страдаете как от невежества, так и от гнева. Можно подумать, что было бы лучше, если бы оба канала были перекрыты (энергия не протекала бы по ним). Это не так. Забитость каналов - самое плохое, что может быть. Если каналы забиты, то невежество и гнев находятся в самом низком своем качестве.

На определенном этапе практики следует полностью очистить каналы Ида и Пингала и поднять гнев с невежеством на высокий качественный уровень. После этого следует переместить эту энергию (гнева и невежества в каналах Пингала и Ида) в канал Сушумна и преобразовать ее в энергию привязанности. Тогда каналы Ида и Пингала очистятся. На этом этапе рождается стрессовая энергия привязанности. Она превращается в энергию Кундалини и поднимается вверх.

Итак, существуют три основных канала, а именно: Ида, Пингала и Сушумна - которые могут быть очищены благодаря духовной практике. После завершения очищения каналов Ида и Пингала последним очищается канал Сушумна.

Ветер

Втер ("внутренний воздух") - это жизненные и духовные энергии, лежащие в основе всех действий тела – как движений внутренних органов, так и мускульных сокращений. В основе таких процессов, как циркуляция крови и лимфы, испражнение и мочеиспускание, дыхание также лежит движение ветра. Ветер играет ведущую роль при функционировании шести чувств. (слуха, зрения, обоняния, вкуса, осязания и ментального восприятия – последнее, связанное, к примеру, с восприятием образов, выделяют в отдельное чувство).

Существует несколько различных классификаций Ветра. По одной схеме Ветры делятся на грубые и тонкие, причем только грубые Ветры действуют в нашей обычной жизни. По другой схеме Ветры делятся на пять видов, в зависимости от своего местонахождения в той или иной части человеческого тела. Их называют Апана-Ваю, Самана-Ваю, Прана-Ваю, Удана-Ваю и Вяна-Ваю, у каждой из них – своя функция.

Апана-ваю

Область, где доминирует Апана-ваю, занимает все части тела ниже пупка. У этой энергии дымчатый серый цвет. Ее функция – очищение тела от загрязнений, выведение испражнений тела, устранение возбужденности, принесение душевной устойчивости и спокойного сна.

Самана-ваю

Самана-ваю находится в области живота выше пупка. У нее красный цвет. Ее функции – переваривание пищи и распределение питательных веществ в организме.

Прана-ваю

Прана-ваю находится между областью носа и сердца. У нее золотой цвет. В процессе дыхания мы собираем прану (космическую энергию) извне.

Удана-ваю

Удана-ваю находится в области от носа до макушки головы. Обычно она имеет сине-фиолетовый цвет, но иногда он может меняться от случая к случаю. Функция Удана-ваю – поднятие энергии вверх, поэтому когда Вы находитесь в подавленном состоянии, Вы можете значительно поднять настроение, концентрируя сознание на этой области.

Вьяна-ваю

Вьяна-ваю – это энергия, которая защищает наше тело по всей его поверхности. Ее часто называют аурой.

Внутренние энергии также можно обобщенно называть ветром. Это - Ветер, который переносит наше сознание либо в более высокие миры, либо в более низкие. Когда внутренний Ветер поднимается, мы перемещаемся в миры богов, а когда он опускается — мы падаем в низшие миры. Ветры также бывают грубые и тонкие. Существует и такая классификация: ветры делят на пять корневых и пять ответвленных ветров. Каждый из корневых ветров поддерживает какой-то элемент и отвечает за какую-то функцию человеческого тела. Ответвленные ветры позволяют работать органам чувств. Сказано, что ветры, проходящие по всем каналам, кроме центрального, нечисты и приводят в действие отрицательные, дуалистические мысленные структуры; ветры в центральном канале называют «ветры мудрости». Дилго Кхьенце Ринпоче объясняет, что чистые ветры мудрости присутствуют наряду с нечистыми кармическими ветрами, но пока кармические ветры преобладают, они препятствуют ветрам мудрости. Когда посредством практики йоги кармические ветры приводятся в центральный канал, они исчезают и по каналам циркулируют только ветры мудрости.

Во время смерти Ветры собираются сначала в центральном канале, а затем — в неразрушимую Каплю Души. Это вызывает проявление Ума Чистого Света - наиболее тонкого из всех сознаний. Когда оно останавливается, начинается процесс перерождения.

КАПЛЯ ДУШИ

Капля Души подобна зеркалу. От его чистоты зависит насколько правильно отражается в нем объект или внешний мир. Капля Души может быть очищена только благодаря осуществлению практики Спокойствия. Как и чакры, каналы, ветер, капля души – это – один из аспектов нашей индивидуальности.

Пять элементов

И на уровне тела, и на уровне энергии, и на уровне сознания мы состоим из пяти элементов. Есть такая теория их происхождения (она записана в традиции Бон): До образования нашей вселенной существовало пространство, образовавшееся в результате поступков, совершенных существами предшествующих вселенских циклов. Это пространство "двигалось внутри самого себя". В результате образовалась сущность элемента Ветра; колоссальная сила внутреннего трения этого Ветра дала начало сущности элемента Огня; возникшая разница температур вызвала конденсацию сущности элемента Воды, а вращение этих трех уже возникших сущностей элементов дало начало сущности элемента Земли, подобно тому, как при сбивании молока образуется масло. Уровень сущности элементов – это доатомный уровень бытия. Он подобен свету и излучению. Его также называют уровнем тонких элементов. От взаимодействия тонких элементов таким же образом и в той же последовательности, что и сущности элементов, образовались собственно элементы на атомном, или материальном уровне, или грубые Земля, Вода, Огонь, Ветер. Тонкие элементы образовали нематериальные миры, грубые элементы образовали материальные миры. Однако нельзя сказать, что материальные миры состоят только из грубых элементов. "Грубые элементы" можно назвать "субстанциями" Земли, Воды и т.д., а "тонкие элементы" суть "энергии элементов". Как чакры, так и элементы "многомерно" накладываются на структуры тела и сознания.

Физическое тело человека образуют грубые элементы. К элементу Земли относится то, что имеет определенную форму, например, кости и мышцы. К Элементу Воды относятся жидкости, такие как кровь, желчь, лимфа и т.д. Элемент Огня – это тепло, возникающее в теле, например, в результате химических реакций. Элемент Ветра связан с дыханием. Элемент Пространства соотносится с полостями в нашем теле.

Чакры

Семь основных чакр - это Муладара-чакра, Свадхиштана-чакра, Манипура-чакра, Анахата-чакра, Вишуддха-чакра, Аджня-чакра и Сахасрара-чакра.

Размер Чандра-чакры и Сурья-чакры составляет одну пятую от каждой из остальных семи вышеназванных чакр. Чем выше расположена чакра, тем с более высокими измерениями она связана.

При раскрытии чакры человек соединяется с соответствующим ей миром. Если взглянуть на открытую чакру духовным зрением, видится полость, впадина. Открытая чакра означает, что полость связана с внешним миром. Благодаря раскрытию чакры внутренняя энергия начинает влиять на внешний мир.

При неправильном раскрытии чакр могут появиться проблемы. Обычно они возникают тогда, когда энергетические процессы идут быстрее, чем процессы созревания души. По крупному их можно разделить на две категории. 1. Когда энергетические процессы идут очень быстро и появляются признаки перевоплощения в скверных мирах. Чтобы выбраться из этой ситуации, абсолютно необходима приверженность настоящему Наставнику. 2. Проблемы появляются в ходе практики. Нужно просто продолжать практику.

Теперь – подробнее о чакрах.

Есть такое выражение: "в чакрах вплоть до манипуры живут злые духи". Это значит, что в трёх нижних чакрах загрязнения обычно очень глубоки, поэтому надо быть осторожными и следовать указаниям наставников. Чтобы не увязнуть в мире страстей, необходимо соблюдать заповеди для тела (не убей, не укради, не прелюбодействуй). Очищение и укрепление нижних чакр освобождает от перевоплощения в нижних мирах.

Муладара-чакра

При помощи духовного зрения можно увидеть, что Муладара-чакра тёмно-красного цвета и имеет форму треугольника, перевернутого вершиной вниз. Духовное зрение одинаковое у всех душ, избавившихся от загрязнений, поэтому все практикующие, достигшие определённого уровня, видят состояние чакр, каналов и энергий человека одинаково.

Муладара-чакра – первая снизу, находится в районе копчика. Она красная, имеет форму перевернутого треугольника. У непрактикующих людей в этой чакре спит энергия Кундалини. При открытии этой чакры создаётся связь с Аджня-чакрой. Когда Муладара – чакра в совершенстве развивается, она становится величиной с таз. Если кожа в районе копчика покраснела и приобрела форму перевернутого треугольника, то это и есть раскрытие Муладара-чакры. Она связана с элементом земли и ведаёт здоровьем.

При её раскрытии появляются следующие способности:

- Дардри-Сиддхи
- Осуществлять задуманное
- Видеть духов
- Сверхздоровье
- Посещать мир ада в нижнем теле привидения

Если в Муладара-чакре скапливается энергия сострадания, или прана радости, то можно накопить большое состояние.

Если Муладара-чакра забита или не развита, человек будет страдать от отсутствия физических сил, энергии и психического истощения. Когда она раскрывается и практикующий видит пламя в форме перевернутого треугольника, он избавляется от этих проблем. Повышается функциональность организма. Эффективно вырабатываются антитела, появляется значительная физическая сила. Можно выдерживать долгую физическую нагрузку. Если с помощью практики человек полностью раскроет Муладхара-чакру, он сможет очень долго сохранять работоспособность. Он сможет работать даже в том случае, если на сон у него останется мало времени. Он быстрее сумеет восстановить силы после физического утомления.

Проблемы, возникающие из-за грязной или неправильно раскрытой Муладара-чакры:

- Болезни, связанные с болью (например, ревматизм)
- Травмы
- Аварии
- Аутизм
- Апатия
- Проблемы с апана-ваю

Одна из главных причин загрязнения Муладара-чакры – это гнев, или ненависть. Гнев может проявляться как желание защитить себя, а также как отрицание других, как желание причинить боль.

Из-за ненависти мы отрицаем всё, что не относится к нам самим. В крайнем проявлении возникает насилие. Так усиливаются факторы, ведущие в мир ада. Вот Факторы, формирующие ад (одновременно это – действия, при которых энергия вытекает из Муладара-чакры): убийство любых живых существ, включая рыб и тараканов, насилие, ненависть, злословие, аборт, бессердечие, слабость к жаре и холоду, радость несчастьям других, издевательства, пять неискупных грехов (включая клевету на Святых), захваченность материальным. Когда Вы усиливаете факторы ада, внешность грубеет, речь становится похожей на металлический голос робота, начинает нравиться рок и джаз.

Теперь - о части Муладара чакры, относящейся к левому каналу. Поскольку сознание пребывает в заблуждении, то врага вы считаете другом, а друга – врагом.

Центральная часть Муладара-чакры: Несмотря на то, что загрязнения прошлого опыта уже начинают подходить к концу или исчерпаны полностью, вы продолжаете проявлять ненависть.

С раскрытием Муладхара-чакры могут ухудшиться отношения с окружающими людьми. Усиливается Раджас, иными словами, активность. Практикующий может утратить ясность мышления и стать вспыльчивым.

Признаки неправильного раскрытия Муладхара-чакры таковы: В медитации видим чёрно-серый дым; мучаемся от гневных мыслей. Появляется излишняя чувствительность к своей энергии и к энергии окружающих, появляется ненависть к плохой энергии других. Могут также возникнуть импульсы разрушения, насилия, злословия, в крайнем случае – убийства.

Может возникнуть излишняя захваченность своим физическим телом, появиться слишком много мыслей о том, как его поддержать.

Чакры можно раскрывать в разном порядке, например, с верхних - начиная с Аджня-чакры. Однако такой способ раскрытия опасен, поскольку Аджня-чакра связана с желаниями. Если человек не получил опыт низких миров, не понимает последствий, "цены" необдуманного удовлетворения желаний и они начинают исполняться, то он попадёт под их влияние.

Простой пример: человек, который не умеет как следует управлять коллективом, не знающий специфики предприятия, но наслушавшийся лекций по сетевому маркетингу, легко может погубить завод, если станет его директором. Он выдвинет много инициатив, но в результате принесёт много страданий как сотрудникам, так и учредителям. Раскрытие верхних чакр подобно тому, что вы получаете возможность стать руководителем. А раскрытие нижних чакр даёт вам способность получить все необходимые навыки для того, чтобы, получив силу и власть, вы накапливали много хорошей кармы, усиливали свет, а не накапливали плохую карму, быстрыми темпами набирая грязь скверных миров.

Итак, человек может, занимаясь раскрытием верхних чакр, накопить много плохих поступков, много информации, которая загрязнит нижние чакры. Но если человек раскрывает чакры, начиная с Муладхара-чакры, то он приобретает разнообразный опыт и знает, какие меры надо предпринять. Он в совершенстве знает, что такое пагубные желания, что такое эгоизм, и чем они опасны. Поэтому, когда он достигает уровня Аджня-чакры и его желания начинают исполняться, ему уже понятен смысл кармы и он не будет пользоваться чакрами беспечно и необдуманно, он осознаёт ответственность за свои поступки.

Раскрыв аджня-чакру, человек сможет проявить всё, что угодно. Но если нижние чакры грязны, то "всё, что угодно" – это грязь нижних чакр. Иногда последствия просто катастрофичны.

Если же у человека сначала раскрывается Аджня-чакра, то события начинают происходить по его воле. При этом возникает вероятность раскрытия и других чакр. Теперь представьте, что человек жил, как хотел, влекомый своими желаниями, и накапливал плохую карму. И вдруг у него раскрывается, скажем, Муладхара-чакра. Это будет для него как удар судьбы: к этому человеку шквалом вернется плохая карма, связанная с ней – карма гнева, злословия, насилия. Не каждый может выдержать интенсивный возврат кармы. Поэтому чакры следует раскрывать, начиная с нижней.

Свадхиштана-чакра

Оранжевого цвета в форме полумесяца. У неё - 8 лепестков, которые постоянно вибрируют. Она связана с элементом воды. Находится на четыре пальца ниже пупа, чуть ниже нижнего Даньтянь. Когда мы удивляемся, Свадхиштана-чакра издаёт характерный звук. Связана с той частью Вселенского банка данных, где хранится информация о душевных привязанностях. Способности, связанные со Свадхиштана-чакрой:

- Богатство чувств
- Короткий сон
- Очищение вкуса
- Поэтические способности
- Контроль чувств
- Ясновидение и яснослышание низкого уровня
- Способность бывать в мирах людей и животных в верхнем теле привидения

Когда в Свадхиштана-чакре скапливается энергия Бодхичитты, становишься привлекательным для противоположного пола. С этой чакрой связана тепловая йога. В Тибете кандидатов на звание достигших Тепловой йоги подвергали следующему экзамену: их приводили морозной ночью на берег озера, полностью раздевали, вымачивали в проруби простыню и надевали на них. Если кандидаты высушивали теплом своего тела три простыни подряд, то они получали титул тепловых йогов и отличительный знак – очень лёгкую накидку, которая становилась их единственной одеждой на любое время года. А зимы в Тибете очень холодные.

При развитии этой чакры мы становимся душевно богатыми. Увеличивается выработка половых гормонов, вследствие этого увеличивается привлекательность. По мере продвижения практики становится легко контролировать сексуальное желание, энергия начинает циркулировать и накапливаться. Уменьшается время сна; благодаря энергии сон превращается в медитативное состояние. Мир явлений и астральный мир могут слиться (в результате, если Заслуг не хватает, развивается шизофрения). Если мы обычно поглощаем мирскую информацию, то мышление направлено в сторону

удовлетворения мирских желаний. В Свадхиштана-чакре находится источник духовной концентрации. Поэтому, если наше сознание наполнено мирскими данными, то начинают исполняться мирские желания.

При развитии Свадхиштана-чакры развивается интуиция; человек становится медлительным.

При появлении сексуального желания свадхиштана-чакра начинает вибрировать. Затем в половых органах появляется жар, и наша прана, вместе с каплей души отправляются туда. Во время пика выброса тепла наступает состояние, называемое экстазом. То есть человек получает максимальное удовольствие от максимальной потери энергии, а это приводит к обеднению духовных структур. Когда же свадхиштана-чакра раскрывается, появляется возможность контролировать этот процесс и мы можем перейти от испускания энергии к её накоплению. Если увеличить количество энергии в этой чакре и не допускать утечек, появится более тонкая радость, радость более высокого порядка.

Например, если мы переели сладкого, то эта чакра забивается, в ней скапливается энергия и в результате возникает сексуальное желание. Если мы не отследили причину, то мы спокойно удовлетворяем его и привязываемся к накопленному опыту. Человек обычно привязывается к приятным переживаниям и стремится повторить их, а неприятных избегает. Так возникает "зацепка" в сознании, если отсутствует понимание того, как сознание связано с энергией.

Грязная Свадхиштана-чакра, привычка выбрасывать энергию через неё, способствуют перерождению в мире животных. Вот факторы, ведущие туда:

- Невежество
- Непризнание истины истиной
- Привязанность к противоположному полу и родителям
- Пустословие и ложь, как активная, так и пассивная.
- Привязанность к сексу
- Поп-музыка
- Сиюминутные удовольствия
- Болезни, связанные с апана-ваю (например, СПИД)

Невежество – это состояние, пребывая в котором, человек не может понять Истину. В этом состоянии его сносит внешними обстоятельствами. Невежественный человек не может размышлять и посвящать своё время развитию души.

О **лжи** следует поговорить отдельно. Бывают разные её виды – активная, когда человек намеренно говорит неправду и пассивная, связанная с невыполнением обещаний. Например, считается, что "не выполнить задуманное" относится к разряду пассивной лжи. Некоторые люди намеренно лгут, это - активная ложь. От активной лжи довольно легко избавиться, труднее избавиться от пассивной лжи. Вы, вероятно, думаете, что невелика беда сказать небольшую пассивную ложь, так как она не причинит вреда другим. Однако, никогда не следует говорить даже пассивную ложь.

Если практиковать заповедь "не лги" в течение трех месяцев и десяти дней, то в результате укрепится сила воли, и вы обнаружите, что значительно продвинулись в своём развитии.

Воля повинуется командам сущности души. Но если она слаба, то человек в результате будет стремиться к комфорту. Он откладывает выполнение обещаний, говоря: "Займемся этим завтра, поскольку сегодня я устал", или: "Отложим это на послезавтра". Иными словами, воля не действует, даже если сущность души отдает приказ. Воля забавляется чем-то другим. Положение ещё больше усугубится, если подобное состояние будет сохраняться. Что касается активной лжи, то она вовсе недопустима, поскольку причинять людям вред или приносить несчастье означает накапливать плохую карму, что создает громадные препятствия не только на пути к Освобождению, но и на пути к обычному мирскому счастью. Человек, накопивший карму лжи, воспринимает окружающее в искажённом виде. Его окружает красивая завеса и он принимает счастье за несчастье, устремляет свою деятельность в неправильном направлении и в результате страдает.

В ведении Свадхиштана-чакры находятся половые органы. Она раскрывается, когда в соответствующей медитации концентрируются на нижнем дантяне, области, расположенной на 3-4 см ниже пупа. Свадхиштана-чакра связана с преобладанием Элемента Воды и имеет отношение к вегетарианству. Считается, что Свадхиштана-чакра раскроется, если соблюдать вегетарианскую диету, питаясь неочищенным рисом.

Если энергия гнева останавливается в Свадхиштана-чакре (второй чакре снизу, расположенной немного выше половых органов), гнев получает сексуальную окраску.

Теперь – о части Свадхиштана-чакры, относящейся к левому каналу. **О том, что в действительности приносит вам пользу, вы думаете, что это пользы не приносит, и наоборот.**

При неправильном раскрытии Свадхиштана-чакры человек может думать, что информация, поступающая из Нижнего Астрального Мира, существует в нашем мире Явлений, а это приводит к шизофрении. Для того, чтобы выбраться из этих проблем, следует быть равнодушными к своему нынешнему положению, рассматривая его лишь как проявление Заслуг. Пусть вы очень нравитесь другим - **незачем** думать об этом. Пусть ваш поэтический талант отшлифован до блеска – **незачем** думать об этом. Но его можно использовать. Следует думать о накоплении Заслуг, чтобы улучшить своё состояние. Если человек будет думать таким образом, его Свадхиштана-чакра закроется. Кое-кто, вероятно, скажет, что не стоит закрывать раскрытую с большим трудом Свадхиштана-чакру. Может быть, это и так. Но с закрытием этой чакры ничего не заканчивается: энергия Свадхиштана-чакры превратится в энергию, необходимую для раскрытия следующей – Манипура-чакры.

При неправильном раскрытии Свадхиштана-чакры – может возникнуть захваченность половым желанием, нужно быть внимательнее к этому. Сексуальная энергия – это и наша жизненная энергия. Если её недостаёт, то продолжительность жизни уменьшается. Из-за такой захваченности радости будут сводиться только к сексу, поэтому заслуги растрачиваются. Может также возникнуть дыра в астральный мир, явления из того мира и из обычного перемешиваются и человек не будет понимать, что откуда. Это происходит в том случае, если есть Заслуги (Добродетель). Энергию Заслуг нужно использовать для раскрытия следующей – Манипура-чакры.

Манипура-чакра

Синего цвета, квадратной формы. Когда она развивается, появляется боль, как будто в живот воткнули палку и та раздаётся вширь.

Способности, связанные с этой чакрой:

- Контроль над аппетитом
- Излечение болезней желудка и кишечника
- Очищение и усиление зрения
- Сила мысли
- Способность выносить (правильные) суждения
- Бардо-йога (способность выбрать материальный мир нового рождения по своей воле)
- Феноменальное тело

Когда в Манипура-чакре скапливается энергия Сострадания (или прана радости), появляется великая мудрость. Процессы такого накопления энергии обычно делятся много жизней.

С развитием манипура-чакры усиливается пищеварение, память, зрение, элемент огня, повышается интеллект. Легко достигаются большие успехи в науке и учёбе. Усиливается самана-ваю и, как следствие, усиливается пищеварение. Можно спокойно жить, питаясь один раз в день.

Если манипура-чакра развита, то появляется возможность выделять феноменальное тело. Оно может появляться в этом мире. Если мы выходим в Феноменальном теле, то по возвращении обратно всё чётко помним. Обретается очень чёткий, ясный опыт.

Если есть забитость в Манипура-чакре, мы легко испытываем вред от духов. Видения – очень конкретные, трёхмерные. Если мы видим Наставника, но сами находимся на уровне Манипура-чакры, то все эти видения – ложные. Манипура-чакра-это максимум эгоизма. Человек погружён в свои способности и ничего вокруг не замечает. Из-за этого могут возникнуть столкновения с окружающими, могут ухудшиться отношения с людьми. Чем дольше человек пребывает в дьявольском состоянии Манипура-чакры, тем хуже отношения.

Факторы, ведущие в мир низших духов:

- Жадность
- Жажда собственности
- Сильный эгоизм
- Захваченность виртуальным миром
- Захваченность суевериями и предрассудками
- Использование силы мысли для удовлетворения собственного эгоизма

Те, кто захвачен материальными благами, в следующей жизни, скорее всего, переродятся голодными духами. Точнее, это те, в чьём сознании нет способности жертвовать деньгами, временем из-за мысли "моим удовольствиям будет нанесён вред".

Захваченность суевериями и предрассудками: человек считает истинным неистинное, появляется пристрастие к ложным учениям и бессмысленным церемониям.

Говорят, что у десяти из десяти людей, имеющих проблемы с манипура-чакрой, силён эгоизм.

Люди, увлечённые виртуальным миром, фиксируются на грубых объектах. Из-за этого загрязняется астральный мир и происходит настройка на мир низших духов.

Болезни, связанные с манипура-чакрой:

- Диабет
- Многие виды рака

Если энергия гнева останавливается в Манипура-чакре, гнев проецируется на талант и способности к обучению. Злость Манипуры - это стремление к единоличному обладанию, например, обладанию едой или какими-то другими вещами. Но здесь, к тому же, прибавляется ещё и стремление устранить других. А если речь идёт о науке или способностях, то, когда вы не используете это на благо других, а только ради удовлетворения собственной душевной злобы, это создаёт захваченность в Манипура-чакре.

Загрязнения, относящиеся к левой части Манипура-Чакры, проявляются так: Вы считаете, что такая-то наука приносит вам пользу, а на самом деле она не приносит. Или вы думаете, что такая-то пища полезна, а на самом деле – нет. Что такая-то – безвредна, а на самом деле она для вас вредна.

Муладхара-чакра связана с Адом и Миром Голодных Духов, Свадхиштана-чакра – с Миром Животных и Миром Людей; Манипура-чакра – с Миром Асуров и Небесами. Человек, который стремится к вечному счастью, будет более счастливым, если переродится не в Мире Людей, а в более высоких мирах – Мире Асуров, где царит гармония, или в мире богов, где он будет полностью удовлетворен. А Мир Асуров и Небеса как раз и относятся к Манипура-чакре.

Допустим, кто-то развил талант художника и нарисовал картину. Он будет удовлетворен: «О-о, какую хорошую картину я написал!» Эта работа сознания характерна для активной Манипура-чакры. А если человек удовлетворен своей жизнью, то можете считать, что в следующей жизни он будет асуром (полубогом) или богом (небожителем).

Итак, когда Манипура-чакра раскрывается, у человека обнаруживаются таланты, которых прежде не было. Или человек приобретает больше знаний и преуспевает в учебе и научных исследованиях. При неправильном раскрытии этой чакры возникает удовлетворенность человека своим собственным миром. Между тем, пребывая в состоянии самоудовлетворенности, он не замечает других. Иначе говоря, ухудшаются человеческие взаимоотношения, ведь человек перестает заботиться о других, будучи удовлетворен самим собой. Чем дольше он будет находиться в этом плачевном состоянии (лошадь сбросила "всадника" на уровне Манипура Чакры), тем хуже будут становиться его отношения с окружающими. И когда он вырвется из этого состояния, последствия сильно озадачат его: пока он доволен собой, внешние обстоятельства не имели для него значения. Но, когда он выйдет из этого состояния и станет таким же, как и все, он заметит, что ситуация изменилась. Ведь чем дольше это длилось, тем больше ухудшались внешние обстоятельства вокруг него.

Для того, чтобы подняться над уровнем Манипура-чакры, необходимо понять, что способности нам даны не для себя, но для блага других людей.

Чандра-чакра

Чандра-чакра похожа на белую полную луну, как по цвету, так и по форме. Она расположена около поджелудочной железы и селезенки. По цвету и форме она напоминает белый лунный диск. По размеру Чандра-чакра, равно как и Сурья-чакра, гораздо меньше других семи чакр и составляет приблизительно 1/5 их величины. Чандра-чакра связана с процессом выделения поджелудочного сока, который, смешиваясь с желудочным соком и желчью, способствует пищеварению. Её загрязняет ошибочное отношение к образам, которые появляются в ходе практики (например: принять обычного небожителя за Всевышнего).

Сурья-чакра

Сурья-чакра похожа на маленькое солнце. Её цвет огненно-оранжевый. Сурья-чакра расположена в области печени. По форме она напоминает крошечное солнце. Эта чакра, равно как и жизненная энергия Самана, способствует пищеварению. Её загрязняет подавленный гнев.

Анахата-чакра

Связана с элементом ветра. Существует три Анахата-чакры: одна находится в области правого соска, другая - в области левого, и третья - в точке пересечения вертикальной оси тела человека и линии, соединяющей оба соска. Левая чакра - это золотой шестиугольник с двенадцатью лепестками. Средняя чакра - это пятиугольник небесно-голубого цвета с десятью лепестками. Правая чакра - это круг глубокого красного цвета, у неё нет лепестков.

Анахата-чакра связана с благородством. «О, это прекрасный человек. Он благороден», – говорят о человеке, находящемся на уровне этой чакры. Если Манипура-чакра – это божественный мир знаний и талантов, то следующая, Анахата-чакра, – это вход в более высокий Астральный Мир. Точнее, Астральный Мир – это мир Анахата-чакры и Вишуддха-чакры. С точки зрения Свадхиштана-чакры, указывающей на Мир Людей, жителей этих миров можно считать обитателями достаточно высокого мира. С раскрытием Анахата-чакры человек обретает благородство. О нем начинают говорить: «О, это действительно замечательный, прекрасный человек!»

Анахата-чакра связана с йогой сновидений. Эта йога позволяет выбирать не только материальные, но и тонкие (астральные) миры для следующих рождений. Спасители иногда присутствуют в астральной проекции нашего мира рядом с нами, чтобы помочь нашей практике благодаря тому, что они овладели этой йогой.

Анахата-чакра контролирует следующие сверхъестественные способности:

Левая чакра:

- Читать с помощью ясновидения мысли других людей (чтение чужих мыслей);
- Контролировать умы других людей.

Центральная чакра:

- Левитировать;
- Передвигаться по воздуху;
- Видеть удаленные предметы и слышать звуки на большом расстоянии.

Для левитации используется центральная чакра (которая имеет форму пятиугольника). За счет вибрации этой чакры вырабатывается энергия, необходимая для левитации. Правая Анахата-чакра помогает очищать сознание и, следовательно, нужна для достижения Освобождения. Итак, правая и центральная чакры имеют большое значение, хотя люди, как правило, знают только о левой чакре. Когда развивается Анахата-чакра, вы чувствуете упадок сил, боли в сердце и сердцебиение.

После того, как вся Бодхичитта (прана радости) от накопления сконцентрируется в, Манипура-чакре, она сосредотачивается в Анахате. Когда прана концентрируется в Анахата-чакре, вы сможете осуществлять великие дела, которые никоим образом не могут делать простые смертные. Формируется такой могучий поток энергии, что даже те дела, которые обычно занимают 2, 3 или 4 года, осуществляются за полгода или несколько месяцев.

Если человек испытывает влечение только к одному или одной и даже не смотрит на других, то это – работа души, характерная для развитой Анахата-чакры, а именно, привязанность как чувство любви.

Анахата, связанная с каналом Пингала - это не чистая привязанность, она может быть связана с разного рода выгодой или, если дело не доходит до выгоды – то привязанность с тайным умыслом.

Левый канал и Анахата. В этом случае вы привязываетесь к тому, что всё больше и больше вводит вас в заблуждение, и не привязываетесь к тому, что освобождает от него.

Анахата-чакра – центральный канал: продолжать быть привязанным к объекту, не понимая его до конца.

При неправильном раскрытии Анахата-чакры возникают как гордость, так и самоуничижение. Предположим, что существует Истина, и человек понимает, что это Истина, но при этом считает, что в его нынешнем положении говорить о ней невыгодно. Сделать ему это не позволяет гордость, под влиянием которой он находится.

А окружающие будут оценивать этого человека следующим образом: «Он умный, трудолюбивый человек, но при первой же ошибке ведет себя странно; он не может принять то, что лично ему не нравится». Когда это повторяется, человек погружается в свой замкнутый, личный мирок.

Разумеется, такой человек ярко проявляет себя в учебе, любви, поэзии. Он очень талантлив и физически здоров. У него много Заслуг. Но из-за гордости он погружен в свой собственный мир. Он часто проводит различие между собой и другими или сравнивает себя с другими. А если оказывается, что другой лучше его, он старается убрать его со своей дороги. Или он может пожертвовать другими, чтобы удовлетворить свою гордость.

Гордость не приносит нам никакой пользы, а только лишь несчастья. Конечно, человек, находящийся на этой ступени, может жить в этом мире один. Но нам необходимо перейти на более высокую ступень – ступень Вишуддха-чакры. А для этого необходимо взаимодействовать с окружающими и накапливать Заслуги по отношению к окружающим. Поэтому если вы горды и не в состоянии отбросить свою гордость, то должны думать так: «В этой жизни я застряну на уровне Анахата-чакры. Сколько бы специальных инициаций я не получал, я все равно не смогу войти в этой жизни в мир, который находится выше мира Анахата-чакры».

Нет смысла сравнивать себя с кем-то. Всегда есть миллиарды существ лучше Вас и миллиарды существ хуже вас. Какая разница, где находитесь вы? Всё равно эта ситуация постоянно меняется и в самом деле не имеет значения.

Если вы думаете об Освобождении, отбросьте гордость. С точки зрения Достижения Освобождения гордость напоминает грязь под ногтями. Предположим, что гордость преодолена. Тогда человек направится в мир Вишуддха-чакры.

Вишуддха-чакра

Вишуддха-чакра - это круг с шестнадцатью лепестками. Её цвет серый. Связана с элементом пространства.

Эта чакра серого цвета и имеет форму круга с шестнадцатью лепестками. Когда она развивается, в горле возникает ощущение кома. А если человек с полностью развитой Вишуддха-чакрой концентрируется на горле, то он чувствует в ушах вибрации. Во время развития этой чакры у человека появляется необычное и сильное чувство страха, заставляющее его думать, что он утратил человеческую природу. Страх бывает настолько сильным, что может даже возникнуть желание прекратить практику. Когда охватывает этот страх, можно подумать, что именно так должен чувствовать себя человек, находящийся на волосок от смерти.

Человек, добравшийся до этого уровня, в добавление к благородству, обретает высокий социальный статус – будь то в политике, или финансовой сфере, или религии.

Вишуддха-чакра связана с йогой иллюзорного тела.

У Вишуддха-чакры есть еще одно свойство – она дает возможность посещать астральную библиотеку высшего ранга. Там собрана Истина Вселенной. На этой ступени человек входит уже не в великолепный мир богов, а в более величественный мир – Верхний Астральный Мир. Когда вы обретете способность посещать библиотеку этого мира, вы можете думать, что у вас открыта Вишуддха-чакра.

Но если человек остановится на этой стадии, он не сможет войти в мир Аджня-чакры. Здесь нельзя останавливаться. Если свой пост, свою славу, свое высокое социальное положение человек будет использовать, удовлетворяя свой эгоизм, он, скорее всего, не сможет перейти в мир, расположенный выше Вишуддха-чакры.

Вишуддха-чакра контролирует следующие сверхъестественные способности:

1. Оставаться вечно молодым;
2. Править миром по своему желанию;
3. Чувствовать экстаз во всем теле;
4. Мумифицировать после смерти свое физическое тело и тысячелетиями в этом мире сохранять его без признаков разложения;
5. Разговаривать с животными и растениями.

Когда Сострадание, или прана радости продолжает накапливаться, то далее она концентрируется в горловой, Вишуддха-чакре. Говоря точнее, она не концентрируется, а наполняет тело до этого уровня. Интенсивнейшая прана радости полностью заполняет эту чакру, и вы сможете править как король ради Спасения всех живых существ.

Если энергия правого канала сконцентрирована в Вишуддха-чакре, она будет проявляться как злословие и клевета.

Загрязнения со стороны канала Ида - ложь и пустословие. Загрязнения со стороны центрального канала – это лесть. Вы льстите, желая, чтобы о вас хорошо думали.

Барьер Вишуддха-чакры – состояние самоудовлетворенности после достижения высокого положения.

Так что будда находится, по меньшей мере, на уровне Аджня-чакры – высшей чакры этой жизни – или на уровне Сахасрара-чакры.

Аджня - чакра

У Аджня – чакры два больших лепестка, каждый из которых разделён на сорок восемь мальничих. Она серебристо- белого цвета и имеет форму эллипса. Она выше пяти элементов, не связана ни с одним из них. Человек, у которого полностью раскрыта Аджня-чакра, может исполнять абсолютно любые желания этого мира. Он управляет психическим состоянием других людей. И способен либо ввести другого в [Святой Поток](#), либо управлять им, подчиняя своей злой воле.

Аджня-чакра связана с йогой переноса сознания.

Когда эта чакра развивается, возникает онемение, а в конце этого процесса начинает струиться серебристо-белый свет.

Аджня-чакра контролирует следующие сверхъестественные способности:

- Видеть богов-хранителей внутри и вокруг себя;
- Видеть мельчайшие частицы (атомы и т.п.);
- Дальше развивать обретенные сверхспособности.

Загрязнение центрального канала на этом уровне: несмотря на то, что исполнение желаний связано с непостоянством, вы этого не замечаете. Это привязанность Аджня-чакры.

Если Спасение станет для человека барьером, он, разумеется, не сможет достичь Великой Нирваны - Абсолютного состояния, связанного с последней чакрой – Сахасрара-чакрой.

Между Аджня-чакрой и Сахасрара-чакрой существует еще семь стадий.

Сахасрара-чакра.

Сахасрара- чакра имеет форму сферы. У неё серебристо-белый цвет с синим оттенком.

Во время ее развития она становится горячей. Сахасрара-чакра контролирует следующие сверхъестественные способности:

1. Уменьшать (увеличивать) размеры тела;
2. Уменьшать (увеличивать) вес тела;
3. Отправляться куда захочется;
4. Создавать все, что угодно;
5. Контролировать все, что угодно.

ОЧИЩЕНИЕ КАНАЛОВ

Очищение каналов означает уничтожение загрязнений прошлого опыта. Когда Каналы очищены раскаянием, медитацией и техническими практиками и накоплена любовь ко всему живому (без искренней любви и сострадания ко всему живому на этот путь вставить более чем опасно - в этом случае вы принесете себе **вред, на исправление которого могут понадобиться сотни жизней**), спавшая до сих пор мистическая энергия поднимается из копчика и освобождает все чакры одну за другой. Каналы - это пути для энергии, но до сих пор они были загрязнены неверным накоплением опыта - мыслями, словами, действиями, то есть информацией, не способствующей накоплению внутреннего света и повышению духовности человека.

Это можно сравнить с трубами, забитыми грязью и листвой. Засоры — это информация, прошлый опыт, и существуют способы ее очистить. Например, внести информацию, противоположную уже имеющейся

или внести информацию, в таком количестве, чтобы в подсознании правильные данные стали преобладающими.

Наши желания возникают следующим образом: Поднимающийся Ветер встречает препятствие - загрязнение сознания на тонком уровне, отчего начинает вибрировать соответствующая чакра и наша Капля Души, то есть сознание, перемещается туда же. Накапливающийся Ветер приводит к сильному выделению тепла. Если это сексуальное желание, то тепло выделяется из чакры в области половых органов. Если человеку нравится это ощущение, он еще более стимулирует выделение тепла, а во время пика выброса тепла наступает состояние, называемое экстазом. То есть человек получает максимальное удовольствие от максимальной потери энергии, а это приводит к обеднению духовных структур.

Если Сушумна очищена, Пристрастие исчезает. Когда Ида и Пингала чисты и наполнены энергией, проявляются два корневых яда - Заблуждение и Злоба. Тогда вы можете подумать, что, наверное, гораздо лучше, когда эти два канала не очищены. Но это не так. Когда они забиты, это хуже всего, так как это означает, что ваши Заблуждения находятся на низком уровне или же ваша Злоба находится на низком уровне. Например, застревание энергии Злобы в Свадиштана-чакре означает Злобу, связанную с половым желанием. Застревание энергии в Манипура-чакре означает Злобу, связанную с обучением или талантом. Чем выше поднимается энергия, тем выше становится её качество.

Прежде всего мы должны очистить два канала и сублимировать энергии заблуждения и гнева до их высшего качества. Затем мы должны переместить эти две энергии в центральный канал и преобразовать их в энергию Пристрастия. Вот в чём заключается очищение Иды и Пингалы. При этом возникает Пристрастие - энергия стресса, которая поднимается как Кундалини.

Чистоту и ширину Каналов определяет чистота души человека, его ежеминутные мысли, однако на состояние Каналов также сильно влияют внешние вибрации окружающего мира. Что означает очистить Каналы? Это значит уничтожить загрязнения нашего прошлого опыта, осевшие в Каналах и чакрах. Чем шире каналы, тем меньше человек поддается влияниям окружающих. Были такие случаи: практикующий изо всех сил очищал каналы, но не расширял. При этом жил в "тепличных" условиях, без обычных грязных влияний этого мира. Но когда он попадал в обычные условия города Москвы, то не мог даже сесть в троллейбус – настолько невыносимы были вибрации окружающих. Каналы можно расширить за счёт **многократного** очищения.

Может быть, вы думаете, что самое важное – это технические практики, но главное – это [душевный процесс](#). Если вы полностью избавитесь от привязанности, то так же полностью освободится и соответствующий канал. Если полностью избавитесь от невежества, то так же полностью освободится другой соответствующий канал. Если полностью избавитесь от злобного сердца, полностью раскроется правый канал - «канал злости». Если работа сознания не меняется, то даже очень очищенное состояние пройдет и загрязнения вернуться.

Необходимо отказаться от возникновения подобной работы души и таких эмоций в сознании. Если не будет такой захваченности, то ваш правый канал очистится. Однако, если вы даже и будете изо всех сил заниматься практикой, но при этом всё же продолжать проявлять злые чувства, ваш правый канал не освободится никогда.

Очищение Ветра и Капли Души

Направить Ветер вверх и усилить его значит направить своё сознание к высшему состоянию, совершая практику Добра и Заслуг, или же совершая практику, данную наставниками.

Очистить Каплю Души можно только благодаря проведению практики Спокойствия.

Очищение чакр.

Практики, общие для всех чакр:

- 1) Простирания
- 2) Медитация Четырёх Безмерных Состояний и визуализация наставника и Всевышнего
- 3) Падмасана (разворачивает Апана-Ваю)
- 4) Мантры и Обеты
- 5) Инициации (духовные посвящения от настоящих наставниках)
- 6) Раскаяние перед Святыми
- 7) Заслуги – без них невозможно продвигать практику. Имея Заслуги, можно быстро выйти из Дьявольского Состояния (состояния неправильного раскрытия чакр – когда "лошадь" сбросила "всадника". Заслуги для духовной практики – то же самое, что бензин для автомобиля.
- 8) Не поглощать загрязнённую информацию. Не надо смотреть фильмы/передачи/книги, что усиливают гнев, зависть, сексуальные желания, тягу к тупым одномоментным удовольствиям, жадность.

Очищение Муладара-чакры

От медитации четырёх Безмерных состояний есть такой эффект:

Медитация Святой Любви – избавляет от кармы ненависти. Наиболее актуальна для Муладара-чакры.

Медитация Святого Сострадания избавляет от излишней гордости

Медитация Сорадования избавляет от воинственности

Медитация Незахватываемости устраняет настрой на самосохранение.

Ашвини мудра помогает очистить Муладара-Чакру.

Также: мантра Ом.

Жертвование успокоения ослабляет факторы Ада. В истинном смысле успокоение можно жертвовать только тогда, когда как следует знаешь Учение.

Очищение Свадхиштана-чакры

- 1) Главное: Не вбирать грязную информацию
- 2) Не есть пищу, усиливающую сексуальные желания (сладкую пищу и ослабляющий волю алкоголь)
- 3) Медитация о загрязнённости тела (и моё тело, и тело красивейшего человека – фабрика по производству мочи и кала)
- 4) Очистительные техники (Гаджи Карани, Даути, Шанк Пракшалана Крия, и т.п.)
- 5) Шакти Чалани Мудра
- 6) Жертвование Истины, изучение Учения. Жертвование Учения позволяет избавиться от факторов животных. Также оно помогает избавиться от сомнений.

Очищение Манипура-чакры.

- 1) Медитация подношения
- 2) Агни Сара Крия
- 3) Заслуги, материальные пожертвования (помогают избавиться от жадности)

Для очищения Анахата-чакры наиболее эффективна настоящая медитация Четырёх Безмерных Состояний Души. Здесь Очень важно, что в медитации Святой любви, мы ничего не требуем взамен и не ждём от объекта.

Очищению Вишуддха-чакры способствует Випарита Карани Мудра.