

## ПУТЬ К СЕРДЦУ

### *Новое предисловие к книге «Переход к Эпохе Сердца»*

«Переход к Эпохе Сердца» стала первой книгой, написанной мной о Кундалини йоге (это было в 1988 году). Мне хотелось собрать в одном сборнике относящиеся к теме сердца крийи и медитации, которым учил Йоги Бхаджан. Меня увлёк его подход к чакрам и пробуждению сердца. Спустя двадцать один год я ещё более ценю то, что в те времена выглядело настолько ново и непривычно. В этом новом введении к новой версии руководства я даю объяснения основных концепций духовной парадигмы развития, подводящей нас к переходу от эпохи Рыб к эпохе Водолея.

### **Подход к чакрам**

Мы часто думаем о чакрах как о линейной прогрессии. Мы предполагаем, что пробуждаем первую чакру и затем движемся вверх, к седьмой. Мы также думаем в терминах «открытия» закрытых и балансирования «несбалансированных» чакр. Такой подход обладает своей ценностью. Однако существует и другая динамика, которая участвует в работе с чакрами и противостоит линейному подходу. Она более привлекательна по сравнению с привычным подходом, связанным с «открытием и закрытием» чакр. Каждая чакра – это жизненно важная часть нашего существа, однако мы больше, нежели сумма наших чакр. Духовное путешествие человека связано с процессом пробуждением всех аспектов его существа до тех пор, пока не произойдёт интеграция, и человек не достигнет целостности.

То, как мы подходим к исследованию чакр, зависит от того, как мы определяем свои цели. К каким результатам мы стремимся? Мы многомерные существа, вовлечённые в путешествие эволюционного развития. Существуют определённые качества, соотносящиеся с той или иной чакрой, и мы должны развить в себе эти качества, чтобы стать действительно духовными человеческими существами – стать целостными.

Относящиеся к каждой чакре качества помогают нам достичь нашей *предельной цели жизни в сердечно центрированном сознании*. Мы будем подходить к изучению чакр с точки зрения пробуждения всего механизма тело-ум-эмоции, что поможет нам пробудить духовное сердце и усилит способность действовать из сердечно центрированного сознания.

### **Патриархальная парадигма**

В первые годы преподавания Кундалини йоги в Соединённых Штатах Йоги Бхаджан обучал многим крийям, направленным на укрепление пупочного центра и настройку первых трёх чакр. Цель заключалась в построении основания в нижних чакрах, которое поддерживало бы открытое сердце. Его акцент на усиление нижних чакр представляет собой радикальное отличие от учения многих традиционных йогических школ.

Традиционная йогическая парадигма почти полностью акцентирует внимание на верхних чакрах и считает нижние чакры «плохими». Нижним чакрам приписываются негативные проявления: похоть, гнев, жадность, гордыня и привязанность. Таким образом,

традиционная формула просветления требует превзойти негативные качества нижних чакр и пробудить высшие проявления верхних чакр.

Такой подход, как «верхние – хорошие, нижние – плохие», всегда казался мне оторванным от реальности по ряду очевидных причин. Нравится нам это или нет, но мы находимся в человеческом теле, о котором необходимо заботиться. И у нас есть эмоции, которые играют важную роль в том, как мы создаём реальность. Однако традиционный подход имеет смысл в контексте преобладания мужской патриархии, которая правила нашей планетой в течение нескольких тысяч лет.

Верхние чакры выражают мужскую полярность. Нижние чакры выражают женскую полярность. Восхваление верхних чакр и принижение нижних, недооценка человеческого опыта, обесценивание сексуальности, принижение значения женщин, отрицание эмоций и разрушение Матери-Земли – всё это присуще парадигме мужской патриархии.

Как только мощная структура замыкается в рамках ума и навязывает массовому сознанию определённую систему верования, всё сообщество оказывается под контролем этой парадигмы. Политические, экономические, религиозные и духовные системы отражают именно доминирующую парадигму. Различные «авторитеты», контролирующие силовую структуру, обеспечивают её податливость и действуют с жестокостью, применяя экономические, социальные и моральные санкции, а также другие коварные способы контроля и доминирования.

## **Парадигма Сердца**

Подход Йоги Бхаджана к йоге отражает изменение парадигмы, предвещающей зарю Эпохи Водолея. Цель не в том, чтобы убежать от своего тела и от мира, а чтобы чтить тело как сосуд души и жить в мире с сердечно центрированным сознанием.

Сердечно центрированная парадигма охватывает все чакры, всю нашу человечность, сексуальность, эмоции и земной опыт. Кундалини йога, как учил ей Йоги Бхаджан, не требует уединения или безбрачия. Кундалини йога – йога домохозяев, мужчин и женщин, в чьих жизнях присутствуют отношения, семья, дети. Основная концепция Кундалини йоги в том, что душа приходит на планету Земля, чтобы получить человеческий опыт и развиваться через столкновение с физической реальностью.

Чтобы быть в этом мире успешными домохозяевами, чтобы быть счастливыми в семье и отношениях, поддерживать себя, чтить Землю-Мать, быть устойчивыми и жизнеспособными, мы должны быть заземлены в своём теле и с желанием поддерживать связь с физическим измерением. Практика Кундалини йоги помогает нам стать целостными человеческими существами, чтобы мы могли проявлять своё творчество и вносить вклад в поддержание планеты Земля.

Наш вклад как духовных существ заключается в том, чтобы воплотить в себе Дух – одухотворить материю. Эта тонкая и непростая задача требует пробуждения высшего проявления ВСЕХ чакр и жизни на этом уровне.

## Чакры и два Треугольника

Йоги Бхаджан соотносил первые три чакры с нижним треугольником, а три верхние – с верхним треугольником. Нижний треугольник состоит из первой, корневой, второй, сексуальной и третьей, пупочной, чакр. В нижнем треугольнике мы соприкасаемся с (1) физическим миром, (2) своей человечностью, (3) своей индивидуальностью, (4) творчеством и (5) эмоциями и чувствами – эволюционной женской полярностью души. Верхний треугольник состоит из пятой, горловой, чакры, шестой, чакры третьего глаза, и седьмой, коронной чакры. Верхние чакры делают возможной связь с нефизическим миром и безличностной реальностью, вселенским сознанием и чистым светом души – устойчивой мужской полярностью.

Многие духовные искатели фокусируются исключительно на пробуждении верхних чакр с единственной целью пережить Божественное сознание. В частности, многие мужчины идут по пути отречения. Этот путь требует (1) изоляции себя от противоположного пола, (2) уединения от городской жизни, (3) отрицания сексуальности и (4) воздержания от материальных удовольствий. Проблема не в минималистском образе жизни. Проблема в дисфункциональном поведении, которое начинает проявляться, когда подавляются энергии нижних чакр.

Без пробуждения функциональных качеств нижних чакр мы не можем сострадательно относиться к проявлениям своей человечности. Будучи незаземленными, трудно действовать оптимально в физическом мире. Подавляя женскую полярность души, мы заканчиваем надругательством, эксплуатацией и попытками манипулировать и контролировать те части реальности (и себя), которые мы отрицаем. В этом процессе мы лишаем себя богатства и красоты человеческой жизни.

## Нижние чакры – это наша основа

Йоги Бхаджан объяснял, что можно открыть верхние чакры и сердце, избегая при этом нижние чакры. Однако без нижнего треугольника как основы сердце не останется открытым. Без якоря высокая частота энергий высших чакр не задерживается в сердце.

Я помню, как Йоги Бхаджан налил в чашку чай, чтобы проиллюстрировать, что без дна в чашке чай не смог бы удержаться. Он объяснил, что нижние чакры – это дно чашки. Нижний треугольник даёт нашему физическому телу возможность удерживать частоты вселенских энергий.

Чем больше мы способны удерживать Свет Бесконечности в своём теле, тем лучше мы можем (1) устранять кармические отпечатки, хранящиеся в нижних чакрах, (2) стать функциональным духовным человеческим существом и (3) жить в сердечно центрированном сознании. Нельзя переоценить важность пребывания в нижних чакрах. Именно в своём теле мы можем нести Свет Духа этой планете и одухотворять материю.

## **Пробуждение Кундалини**

Йоги Бхаджан учил нас начинать свою йогическую практику в пупочном центре. Огонь третьей чакры необходим для пробуждения Кундалини. Когда мы пробудили достаточно пупочного огня, эта жизненная энергия спускается к первой чакре, чтобы пробудить спящую энергию души, находящуюся в основании позвоночника.

Кундалини йога, как ей учил Йоги Бхаджан, направлена на пробуждение чакр и постепенное пробуждение Кундалини. Когда Кундалини пробуждается и поднимается вверх по позвоночнику, гипофиз и шишковидная железа (шестая и седьмая чакры) начинают выделять свой секрет. Пробуждение аджны и коронной чакры пробуждает наш нейтральный ум. Наше осознание расширяется, и мы начинаем осознавать свою душу и Божественность.

Практика Кундалини йоги заряжает нижний треугольник, что даёт ему возможность связи с верхним треугольником. В результате мы можем пережить единение с вселенскими энергиями.

## **Процесс пробуждения**

Пробуждение чакр интерактивно, прогрессивно и эволюционно. Практикуя технологию Кундалини йоги, мы можем (1) пробудить спящие энергии и высвободить подавленные энергии, (2) усилить вибрационный заряд каждой чакры и (3) усилить способности и повысить энергии каждой чакры.

Развитие каждой чакры также зависит от использования соответствующих им способностей по мере их пробуждения. В своей повседневной жизни мы должны практиковать (1) уважение к Матери-Земле и мудрое использование её ресурсов (первая чakra), (2) проявление творческих способностей (вторая чakra), (3) совершение ответственных действий (третья чakra), (4) доброту (четвёртая чakra), (5) истинную речь (пятая чakra), (6) отстранённое наблюдение (шестая чakra), (7) поддержание Божественной связи (седьмая чakra) и т.д. Обучаясь жить в пробуждённом сознании, мы продолжаем усиливать качества своей души.

Наша сердечная чakra играет особую роль в процессе пробуждения.

## **Реальность двойственная и недвойственная**

Святые, мудрецы и мистики через свои учения пытаются передать личный опыт переживания других состояний существования, которые часто называются недвойственной реальностью. Недвойственность определяет такое состояние сознания, где буквально нет никаких обсуждений. Где присутствует только один голос. Где существует единичность (всё едино со всем). Мы испытываем подобные переживания, когда у нас есть прямая связь с Божественным. Это возможно, когда пробуждены шестая и седьмая чакры.

Мы привыкли жить в рациональном уме, который, из-за своей двойственной природы, вовлечён в бесконечные дискуссии. Существует, однако, и другое измерение реальности, находящееся над полярностями рационального ума. Мы можем получить доступ к этому измерению реальности, пробуждая нейтральный ум. Пробуждение нейтрального канала – это совершенно необходимый шаг в нашем духовном путешествии. Наш нейтральный ум (1) действует в недвойственной реальности, (2) имеет только один голос и (3) связывает нас в единстве с Бесконечностью.

Звучит хорошо! Многие традиционные духовные пути сосредоточены только на пробуждении ума к единству с вселенной. Однако мы получаем свой земной опыт в человеческом теле в этой физической реальности. По самой своей природе наш земной опыт двойственен. Мы всегда вынуждены просчитывать наилучший ход своих действий. Мы всегда должны совершать выбор.

Как мы поймём наилучшее направление своих действий, и как нам сделать правильный выбор? Для правильного выбора направления в своём человеческом путешествии мы должны найти в себе голос, который будет управлять нашим путешествием. Мы получаем информацию как из верхних чакр, так и из нижних – и из мужской, и из женской полярностей души.

В верхних чакрах мы соединяемся с нейтральным умом, у которого есть доступ к вселенскому уму. В нейтральном канале мы можем *слушать свою интуицию*, которая говорит из мужской полярности души. В нижних чакрах мы получаем доступ к эволюционным указаниям женской полярности души, которая говорит с нами через *инстинктивные послания и чувства* в физическом теле и в теле эмоций.

### **Сердечная чакра – связующее звено**

Сердечная чакра сама по себе составляет целую категорию. Сердечная чакра – не только часть процесса пробуждения, она гораздо больше этого. У сердца есть доступ и к мужской, и к женской полярностям, и оно объединяет их. Сердечная чакра – это связующее звено между нижним треугольником и верхним. Сердечная чакра обладает таким свойством благодаря тому, что включает характеристики нижних и верхних чакр. Сердце недвойственно и нейтрально. В нём проявлены верхние чакры и мужская полярность, А ТАКЖЕ чувственное осознание (нижние чакры и женская полярность).

В сердце происходит нечто очень особенное. Через особое биение души сердце синхронизирует верхние и нижние чакры. Сердце синхронизирует мужскую и женскую полярности души через интуитивную любовь. Любовь – это наш чай. Когда мы слушаем сердце и чувствуем его, мы знаем истину и танцуем в её ритме.

### **Жизнь в пробуждённом сознании**

Цель души в процессе приобретения человеческого опыта заключается в постоянном расширении осознания и жизни в пробуждённом сознании.

Подъём Кундалини пробуждает верхние чакры, делая возможным переживание вселенской истины, интуитивного осознания, единства и Чистого Существования. Почувствовав вкус Бесконечности, мы можем думать о том, что наша работа сделана. Однако работа только началась. *Для поддержания высших состояний сознания необходима настройка и очищение первых трёх чакр.*

Верхние чакры легко пробудить по сравнению с нижними чакрами. Настоящая проверка в жизни наступает, когда мы стараемся проявить высшие качества низших чакр. В Земной Школе мы должны постоянно иметь дело с решением человеческих вопросов, т.е. мы всегда работаем над тем, чтобы действовать в повседневной жизни с высшего уровня сознания. Для поддержания высших уровней осознания и для принесения сознания в свои человеческие дела и старания необходимо ежедневное обновление – садхана.

**Самое важное замечание.** Для того чтобы нижние чакры работали на оптимальном уровне и запечатали в теле и сознании духовные частоты, мы должны открыть сердце. Для установления и ПОДДЕРЖАНИЯ осознанных отношений между личным миром и Духом мы должны действовать из сердца. СЕРДЦЕ – это связь между личностной реальностью безличной бесконечной реальностью. Когда голова кланяется сердцу, мы можем жить, проявляя смиренную, необусловленную, сострадательную любовь.

### **От внешнего фокуса к внутреннему фокусу – от двойственного ума к нейтральному уму**

Обладая осознанностью, мы можем направлять свою практику Кундалини йоги и медитации, чтобы постепенно изменить тенденции двойственного ума к внешнему сосредоточению. По мере уменьшения необходимости фокусироваться за пределами себя, наше внимание обращается вовнутрь, и мы можем ощутить свою энергетическую сущность. Внутренний фокус способствует связи верхних и нижних чакр. Ощущения тела в нижнем треугольнике не отвлекают нас, а делают устойчивее, заземляют в теле.

В верхних чакрах, по мере пробуждения нейтрального ума, отвлекающие мысли в двойственном уме полностью перестают поглощать наше внимание. Внимание обращается вовнутрь к приятным переживаниям спокойствия и устойчивости, к звуку космической тишины. По мере того, как мы развиваем внутренний фокус и направляем ум в нейтральный канал, мы всё больше и больше наслаждаемся качествами, которые он нам предлагает. Когда спокойное, тихое, нейтральное пространство управляет нашим вниманием, мы ощущаем глубокое чувство спокойствия.

Чем больше мы интегрируем в своё сознание качества нейтральности, тем больше мы можем действовать, не реагируя на внешние обстоятельства и влияние. Мы можем пребывать в своём внутреннем пространстве, которое одновременно находится под кожей и содержит всю полноту энергетического осознания. Мы ощущаем, что всё существует внутри нас и нашего осознания.

## Пробуждая сердце

По мере углубления практики Кундалини йоги и медитации мы больше осознаём источники, доступные в нейтральном канале. Наше электромагнитное поле становится более заряженным и сбалансированным, и мы наслаждаемся жизненностью и чистотой своей собственной энергетической сущности. Ощутив связь индивидуального сознания с вселенским, мы желаем более глубокой связи с Божественным.

Вхождение Духа в наше поле даёт нам настолько чистый опыт, что наше внимание направляется к этому всенаполняющему чувству. Ментальные или эмоциональные истории ограниченного эго перестают интересовать или контролировать нас. Нас привлекает нечто бесконечно более страстное и сильное. Наше глубочайшее желание – это освобождение от старых шаблонов и отдача себя Бесконечному Присутствию.

Пробуждение сознания, очищение электромагнитного поля и настройка физического тела и всех тонких тел создаёт мощное притяжение вовнутрь. Чистота ума и ауры сияет сознанием Высшего «Я». В эти драгоценные мгновения ничто не может отделить нас от того, кем мы действительно являемся. И всем сердцем мы хотим большего. Мысль о разделении невыносима. Возможность ещё большей близости озаряет нас страстным желанием преданных любящих.

*Пробуждение искреннего желания и страсти – это центральная точка в духовном путешествии. Глубокая тоска души и желание – это качества сердца. С этого начинается наше духовное путешествие.* Нас естественным образом тянет к Бхакти, или преданности.

## Технический подход

К йоге и духовным дисциплинам часто применяют механистический, технический подход. Мы ошибочно верим, что простое повторение техник приведёт нас к уровням совершенства, и автоматически будет достигнуто спокойствие и счастье. Однако это не так. Упрощая духовную дисциплину до серии технических упражнений, мы уничтожаем сам сок учения.

Ведомые ментально, но не вдохновлённые эмоционально, мы лишаем себя истинного смысла и теряем соприкосновение с более глубокой целью духовной дисциплины. Технический подход упускает важный аспект духовного пути. Помимо бездумной и бессердечной рутины необходимо что-то ещё, чтобы создать связь между верхним и нижним треугольниками, чтобы произошло слияние индивидуального и вселенского сознания.

Не имеет значения, сколько мы занимаемся йогой, и не имеет значения, сколько раз мы повторяем мантру. Без страстного желания, возникающего внутри, в самых глубинах сердца, не случится экстатической связи между сознанием и Божественным. Без прочувствованного сердцем желания познать и ощутить Истину и Божественную Любовь

не произойдёт связи с Божественным. *Сердце и эмоциональное тело должны быть вовлечены для создания алхимии, которая пробудит эту связь. Эмоциональное тело – это клей, который связывает физическую и нефизическую реальности.*

## **Преданность и отдача в сердце**

В общем, мы не можем достичь высшего сознания без смирения и отдачи, доступных в сердце. При помощи йогических практик мы можем усилить сияние энергетического поля и обрести определённые силы. Однако открытие духовного сердца требует течь с космическими силами и ощущать в себе чистую вселенскую Любовь. В духовном сердце наше эмоциональное тело становится преданным, а не беспокойным. Наше смиренное сердце соединяет индивидуальное поле и женскую полярность души со Светом и жизненной силой чистого вселенского Духа.

Наше желание / эмоциональное тело соединяет индивидуальное поле с вселенским. Глубочайшее желание сердца пробуждает нейтральный ум, успокаивает болтовню рационального ума, слышит Истину и пребывает в Единении высшей любви. Наше желание ощутить личную связь с Бесконечностью и сильнейшее желание быть единым целым с Духом продолжает пробуждать сердце. Через любовь, доброту и сострадание к самим себе и другим происходит очищение от негативных отпечатков, которые находятся в нижних чакрах, и привнесение вибраций Любви в физическое тело и тело эмоций.

## **Связь и Единство в Сердце**

Идущее из сердца преданное пение Божественных мантр преобразует низшие эмоциональные чувства в Любовь. Физическое тело и тело эмоций начинают резонировать с Божественными вибрациями. Через резонанс звуковой поток сливается в электромагнитном поле с вселенской частотой. Ощутимые вибрации Божественных мантр – это мост между физической реальностью и нефизической. Нижний треугольник достигает верхнего треугольника. И верхний треугольник притягивает нижний в свою Бесконечность. Они объединяются в сердце.

Преданность и страстное желание воспламеняет искру связи между индивидуальным «я» в нижнем треугольнике и всепроникающим вселенским сознанием в верхнем треугольнике. Чувство отдельной идентичности «я», присущее нижнему треугольнику, начинает растворяться в верхнем треугольнике. Верхний треугольник даёт нижнему ощущение расширенного «я». Когда два треугольника соединяются, ощущение всепроникающего «Я» наполняет сознание, и два треугольника становятся волнующим осознанием того, что «Бог и я, я и Бог суть Одно».

Полнота нашего существа проявляется в Сердце. Чувство одиночества и страх разделения уходят. Мы ощущаем пульс вечной мантры «Я есть» в своём сердце. «Я есть» становится нашей всепроникающей идентичностью. Мы знаем Любовь и излучаем её.



## **Слово – это космический Звук**

Учения великих религий, святых, мудрецов и йогов направляют нас к тому, чтобы услышать Истину. Слушание космического звука, или Слова, и поглощение в слушание ведут нас к недвойственному сознанию. Индивидуальное сознание и поле тела / ума поглощаются вселенскими вибрациями, и мы ощущаем единение с Бесконечностью.

Все духовные пути и религии в своей чистой форме ведут нас к одному и тому же переживанию единения. Технологию Кундалини йоги могут практиковать последователи любой религии или духовного пути для достижения переживания Единения.

Слово – это постоянно присутствующий вечный космический звук. Слушая внутри, мы можем услышать его. Чем больше мы слушаем его, тем больше осознаём, что этот звук никогда не меняется, и что он «был, есть и будет всегда» доступен нам. Этот звук есть Истина. Он всегда присутствует. В нём нет дискуссий. Он называется недвойственным, потому что никогда не меняется. Он остаётся постоянным.

Чем глубже мы слушаем Бесконечный звук и развиваем отношения с НИМ, тем больше мы соединяемся с вселенской Истиной (Знанием, или Гьян). Если хотя бы на одно мгновение мы услышим этот звук и сможем погрузиться в ЕГО вибрации, то внутри нас пробуждается глубокое внутреннее знание. Мы распознаём, что есть Истина, а что ей не является. Мы понимаем, что когда наши мысли, чувства и действия согласованы с вибрациями единства, мы настраиваем свою волю с Божественной Волей.

Через осознание мы учимся идентифицировать Бесконечный звук «Слова» и отличать его от других голосов в уме. Нам становится ясно, какой звук приведёт нас к спокойствию и более значимой связи с Бесконечностью. Также очевидно, какие голоса только создают смятение и отдаляют нас от успокаивающих переживаний.

## **Чувствуя вибрации**

Слушание в уме в высших чакрах делает осознанным высшее проявление мужской полярности нашей души. *Крайне важно помнить о том, что Слово – это вибрация.* Мы не только слушаем его. Мы ЧУВСТВУЕМ его! Когда мы чувствуем резонанс в физическом и эмоциональном теле, мы выравниваем и питаем нижний треугольник и женскую полярность души.

*Мы слушаем в уме. Мы чувствуем в теле. В сердце мы и слушаем, и чувствуем.*

На определённой точке наше осознание тела / ума настолько усиливает своё присутствие, что мы без всяких усилий слышим звук и ЧУВСТВУЕМ вибрацию вселенной, резонирующую в физическом и энергетическом телах. Мы начинаем осознавать, что этот звук и вибрация есть наше Истинное Я. Это понимание пробуждает осознание, и вот уже всепроникающая безусловная Любовь Сердца наполняет всё наше существо.

## **Преданность и пробуждение к Высшей Любви**

Наша способность слышать вечный космический звук и чувствовать вибрацию этой возвышающей частоты в физическом и эмоциональном теле даёт нам необыкновенно приятное и успокаивающее переживание. Достигая этого резонанса, мы увлекаемся более глубокой связью с этим звуком и наслаждаемся резонансом во всём своём существе. Мы влюбляемся в свой опыт и хотим большего. Подобно преданному любящему, мы боремся за то, чтобы поддержать и обогатить эту успокаивающую и вибрирующую связь.

С устойчивым внутренним сосредоточением и способностью настраиваться на космический звук мы превосходим случайные мысли и иллюзию разделения. С жадной и преданностью искреннего сердца мы продолжаем открываться, пока всё наше существо не будет поглощено частотой вселенской любви. Когда ум сливается с сердцем, мы ощущаем их пульсацию как нечто единое, включающее пространство сознания.

Важно помнить о том, что достижение такого состояния сознания не является интеллектуальным процессом. Сколько бы мы не думали и не выстраивали концепций, это не приведёт нас к внезапному пробуждению и переживанию Божественной Любви. Не наша воля, а Божественная Милость открывает наши сердца и дарует нам Божественную Любовь.

Отношения, помогающие передвижению от двойственного ума к нейтральному, следующие: бесстрастность, прощение, принятие, смирение, бескорыстное служение, преданность высшей Любви и отдача Бесконечности. Когда мы живём в этом состоянии сознания, наше сердце наполнено Любовью, и мы ощущаем вселенскую Истину.

## **Прямой опыт, верования и вера**

В Эпоху Рыб иерархические структуры некоторых религий пытались контролировать людей, лишая их техник, направленных на развитие прямых отношений с Богом. Вместо этого они учили тому, что человек может получить такой опыт только посредством кого-то, кто наделён привилегией такой прямой связи. Людей наставляли в том, чтобы они принадлежали какой-либо определённой вере, и только тогда они обретут спасение. Им говорили, что только их принадлежность к тому или иному вероисповеданию спасёт их.

Для благоденствия в Эпоху Водолея необходим прямой опыт Бесконечности. Недостаточно просто полагаться на какую-либо систему верований. Верования и вера не заменяют прямой личный опыт переживания Духа. Однако и вера, и верования могут служить горчичными зёрнами, которые помогут нам приблизиться к предельному переживанию Божественного. Верования и вера – это отношения, которые дают силу эмоциональной преданности. Связь ума и эмоций создаёт энергетический вход, через который мы можем получить прямой опыт Божественного Сознания и своего Истинного Я.

Вера может выражаться в принятии высшей силы и желании ощутить её. Эмоциональная энергия, вложенная в веру, может послужить искрой, которая воспламенит связь нижнего треугольника с верхним, пробудит нас к осознанию присутствия Бесконечности и откроет сердце.

### **Учение прямого опыта**

Учения святых, мудрецов, мистиков и йогов переведены в разряд мифов и религиозных предрассудков теми, у кого нет того опыта, которым святые пытались поделиться с нами. Учения святых искажаются и превращаются в некоторую форму интеллектуального обучения определёнными людьми, которые делают это ради поддержания своей власти. В результате мы теряем истинный смысл учения. В широком смысле, мудрые наставления о том, как возвращать в себе переживание сознания Бога, спрятаны от нас или потеряны.

Даже если мы думаем, что понимаем глубокий смысл йогического или духовного учения, то только через свой собственный опыт мы можем соединиться с реальностью, которую не описать словами. Это ещё одна причина, по которой мы не понимаем или не ценим символические песнопения святых. Разрешение этой сложной ситуации заключается в нашей способности пробудить себя к тому, чтобы «услышать» высокие частоты Бесконечной реальности и резонировать с ними. У каждого из нас есть способность достичь такого состояния сознания.

Практика Кундалини йоги и пение Божественный мантр в сочетании со смиренной преданностью Истине (вера в Божественное) очищают и балансируют ум, тело и эмоции. Они готовят всё наше существо к тому, чтобы спонтанно наполниться Любовью вселенской частоты, что делает возможным жизнь в сердечно центрированном сознании.

### **Квантовый сдвиг**

Происходит нечто магическое, когда мы кладём на место последний кусочек пазла. Сердце – вот этот последний фрагмент великолепной мозаики. Для создания полной картины – нашего целостного существа – драгоценен каждый её фрагмент. Квантовый сдвиг даёт волю объединяющему всё Свету, который мы ощущаем как Любовь.

В общем и целом, осознанно выполняемая практика Кундалини йоги и медитации, смиренная вера и преданность готовят нас к прямому переживанию Бесконечности Души. По мере подъёма Кундалини наши нижние и верхние чакры резонируют в унисон. Свет Души излучает всенаполняющий Свет. Энергетически гравитационная сила притягивает в наше Сердце вселенскую частоту. Объятия Божественной Любви объединяют нас в Единстве с самими собой и со всей жизнью.

Сат Нам! Вахэ Гуру!