**Астральный мир и сновидения глазами эзотерика.**

*Мы сами созданы из сновидений, и эту нашу маленькую жизнь сон окружает.
(Шекспир)*

 Вряд ли найдется человек, который не задавался вопросом, что же такое сон? Почему мы видим и даже участвуем в сюжетах, иногда далеких от реальности, в тот момент, когда наше тело спит?

 С точки зрения тибетской медицины Вселенная многомерна и не ограничена только четырьмя измерениями, принятыми в физическом мире. Человек также многомерен и проявлен в каждом измерении особым энергетическим телом. Поэтому человек состоит из нескольких энергетических оболочек. Эти оболочки связаны между собой эфирной субстанцией, которая представляет собственно личность человека. Обмен и трансформация энергий этих субстанций происходит через энергетические каналы и центры человека. Точно также как руки и ноги – это органы нашего тела, неотделимые от него, не могут гулять сами по себе, также и эфирные оболочки неотделимы от тела и не «путешествуют» отдельно одна от другой. В этом смысле заблуждение считать, что «выход в астрал», что сейчас очень модно, это полеты нашей души по другим мирам.

 Что же это за оболочки такие? Сегодня мы коснемся основных – их три.

 Это Эфирное тело, как я уже отметила – собственно личность(именно она помнит Имя человека и его качества), Астральное тело и Ментальное тело.

 Именно Эфирное тело-наша личность принимает жизненную энергию Ци, удерживает ее, трансформирует и перераспределяет между всеми остальными системами (энергетическими и физическими) нашего тела. Солнечный свет – это конь праны (жизненной энергии). Благодаря ему мы получаем жизненную энергию.

 Наше Астральное тело при этом получает и накапливает энергию наших эмоций (страх, гнев, радость, тоска, зависть, ревность и т.д.).

 Ментальное тело формируется под воздействием наших мыслей и чувств (любовь, доброта, воля, сюда же относится и боль и т.д.) и служит для удержания нас в данной реальности .

 Уникальность человека состоит еще и в том, что голосом своим (читая молитвы, песни, стихи, тексты, имеющие ритм) он способен изменить направление, создать мощные потоки и вибрации различных видов психо-энергий, которые оказывают сильнейшее влияние на все его эфирные оболочки.

 О каждом из этих видов энергий можно написать отдельную книгу. Но, раз уж мы заговорили о снах, сегодня данная статья о нашем астральном теле и астральном мире. Так как, благодаря энергии нашего астрального тела, мы видим сны и «путешествуем» по загадочным астральным мирам.

 Существует некая иерархия развития миров из тех, что мы рассматриваем: низший - астральный, далее - физический, высший ментальный. Материя астрального плана не может проникнуть в ментальный мир, но человек в данном случае является проводником между ними. Поэтому «охота» идет именно за человеком.

 Астральный мир, как и физический, населен различными и разнообразными формами материи, которые проходят разные стадии развития. И на каждой стадии развития им нужны разные виды и разное количество энергии для «питания».

 Также как и человек ест разнообразную пищу: растительную, животную, и таким образом получает не только микроэлементы, но и «память» -информацию съеденного продукта, в виде энергии, которую запечатлевает каждая клетка материи. При этом человек еще сам порождает разнообразную энергию своими эмоциями.

 Астральное тело является оболочкой для накопления такой энергии. Сознание же человека как некий стрелочник, переключатель, позволяющий каждый вид энергии направлять по своему пути. Иначе мы просто-напросто сгорали ли бы как свечки или сходили бы с ума еще в юном возрасте от переизбытка чувств и эмоций.

 В момент, когда человек засыпает, сознание «включает» Астральное тело, которое проявляется в этот момент в астральном мире. Наше Эфирное тело(наша личность) как будто выворачивается и сбрасывает излишки накопленной эмоциональной энергии в этот астральный план, где все сгорает. Этот эффект называют еще астральным огнем. Иными словами, часть энергии поглощается материей астрального плана. В этот момент человек видит сны и живет по законам астрального мира. И там существуют свои законы и правила. Там нет расстояний. Расстояние приобретает качество информации. Он населен не только мыслеобразами людей, но и душами умерших, самоубийц, людей которые по каким либо причинам не смогли наработать качества, необходимые для перерождения, абортные дети, которые уйдут в другие миры только после смерти своих матерей и т.д. Там есть свои уровни, наподобие, как в нашей жизни есть трущобы, дворцы, джунгли, пустыни, оазисы. Если хотите, мир созданный нашими эмоциями. Миллиарды людей, засыпая, всякий раз заполняют его своими образами, всем, что они пережили за день. Здесь нет границ сознания и мы легко проникаем в мыслеобразы других людей и участвуем в событиях, порожденных чужим разумом.

 Сила переживаний и эмоциональность человека порождает волны разного характера. И как в радиоприемнике мы «ловим» волну, так и во время сна нас выносит на ту волну, которой соответствуют наши эмоции.

 Если же человек в течение дня очень сильно страдал, печалился и т.д., в этом участвовали и другие люди, которые отдали часть своей энергии этому человеку, то его астральная энергия, получает некую плотность и осознанность – он светится в астральном мире как лампочка и при движении оставляет астральный след.

 Вы же знаете законы природы: хранить «информационную тишину», принцип маскировки. Т.е. давать информацию о себе тогда, когда сочтешь нужным. И в том количестве, какое сможешь отдать, иначе погибнешь, тебя съедят сильные. Так же и здесь, включив в астральном мире такую лампочку, человек рискует «засветится». Его замечают те сущности, которым необходима жизненная энергия. Хуже всего, если это души умерших, как я описывала ранее. В Тибетской медицине их определяют как голодных духов (неких сущностей, наделенных сознанием) . Они могут прикрепиться к астральному телу человека, и он втянет их в свое эфирное тело, когда проснется. Количество этих сущностей ограничивается количеством жизненной энергии человека.

 Обычно такое прикрепление проявляется во внезапном резком пробуждении на эмоции страха или кошмара. Человек сильно вздрагивает и подскакивает, выделяя огромное количество эмоциональной энергии. Так создается канал ,через который сущность будет осуществлять свой контакт и забирать нужную ей энергию. В этом случае о таком человеке говорят: его словно подменили, сам не свой и т.п.

 Создается некая призма, искажение реальности. Человек начинает видеть мир под определенным углом. Задача сущности создать условия, при которых человек будет испытывать те эмоции, на вибрации которых она сидит. Человек ревнует, значит, все в окружении человека будет порождать причины для ревности.

 Вы, наверное, обращали внимание, что ревнивые люди обычно необъективны. Со стороны это особенно заметно, однако самому ревнивцу вы не докажете ровным счетом ничего, что успокоило бы его буйную фантазию. Человек разрушает себя, жизнь своих близких и окружающих.

 Днем человек пораженный таким недугом начинает впадать в состояние погруженности. Человек все время о чем-то думает, уставившись взглядом в одну точку. В этот момент он не видит и не слышит окружающий его мир, отключается и выпадает в астральный план и расплачивается там своей энергией. Эта погруженность ворует у человека элементы сна, таким образом, человек не может потом заснуть ночью и т.д. Начинает разрушаться эфирное тело человека. Человек не может сосредоточиться, чувствует постоянную усталость. Со временем это состояние переходит в невроз, депрессию и прочие расстройства психики, в том числе алкоголизм.

 Важно помнить, что сильнейшим защитным механизмом человека является проявление воли. Это та божественная сила, которая нам дадена Творцом. Именно благодаря проявлению воли человек способен сам все изменить , в том числе очисть себя от проявления любого вмешательства в его пространство.

 Вот почему человека предупреждают, что не надо бегать по бабушкам и знахаркам с целью изгнания бесов, снятия порчи и т.д. Потому что, если человек сам не включает волю, а За него с проблемой справляется кто-то. Эмоции, породившие проблемы вернутся вновь и вновь, все повториться с большей силой и с большими последствиями.

 По тибетской философии считается что все имеет причинно-следственную связь. Уберите причину, чтобы справиться со следствием…

 *Ко мне на прием пришла женщина. Немного сгорбившись и сжавшись, она присела на край кресла. Безвольно сложила руки на коленях. Ее большие запавшие карие глаза и осунувшееся лицо выдавали сильную психологическую усталость.*

*- Юлия, Прошу Вас, помогите, у меня все плохо..*

*- Что плохо?*

*- Все..*

*Женщине тяжело было говорить, слова перехватывали рыдания.*

*- Вот уже 2 года, как я совершенно не сплю по ночам, моя жизнь превратилась в кошмар, не помогают никакие таблетки. На работе меня все жалеют, слава богу, пока не уволили..*

*- Вы не будете против, если я часть нашей беседы запишу на диктофон, - спросила я ее.*

*- Нет, я не против, пожалуйста…*

*Клиентка некоторое время сбивчиво рассказывала о своей жизни, вернее о том, что от нее осталось.*

*Как ни парадоксально, но жалость коллег полностью парализовала волю этой некогда красивой и энергичной женщины…А пусковым механизмом оказалось увлечение медитативными практиками с «выходом в астрал».*

*Есть ряд практик помогающих отключить человека от шаблона эмоциональной и энергетической зависимости. Не всегда можно это сделать за один раз. Так как в нашем случае это зависит от силы и вида энергии, паразитирующей на человеке.*

*В конце встречи я предложила моей клиентке прослушать запись нашего диалога.*

*Сказать что Она была поражена, это не сказать ничего. Женщина не узнавала себя и призналась, что если бы это не происходило в течение одного дня, она решила бы, что это запись разговора с другим человеком.*

Так как же быть, если проблема со сном уже есть, по ночам мучают кошмары, днем вас преследует уныние, обида, ревность и т.п. Но вы не можете понять причину эмоции? Больше не готовы быть «обедом»?

 Тогда закройте «ресторан»!

Рекомендации могут быть такие:

Саму практику вы можете сделать в любое время в любом месте. Но обязательно утром этого дня натощак вы должны выпить 1ч.л. соды , разведенную в 1 стакане воды комнатной температуры.

Вам понадобятся 3 свечи, любые, можно плавающие , лист бумаги, карандаш любого цвета.

1. Если вы задали себе этот вопрос – это уже победа. Вы уже проявляете волю.
2. Постарайтесь проявить эмоцию, которая вам мешает жить. Например, меня все ненавидят.
3. На этом прервите поток мыслей. Послушайте некий «шум в ушах». Продержитесь хотя бы 1 мин. Так мы останавливаем «ветер мыслей», который очень мешает нам ощущать реальность.
4. Исходя из вышесказанного, почувствуйте, что ваше восприятие реального мира закрыто призмой энергии, созданной вашей же эмоцией. И оно уже не совсем ваше. Здесь нет виноватых, нет и вашей вины. Энергии, которых мы не видим, очень древние и изворотливые, любую человеческую слабость они используют с лихвой.
5. Ощутите внутри себя место «дислокации» вашей эмоции, это место зажима, ощущение тяжести, к-л пульсации, боли. (Кстати, у ревнивцев – это могут быть места переломов). Это может любое место вашего тела, даже зубы или волосы. Почувствуйте его форму, цвет, запах, качество (мягкий, скользкий, острый, колючий, вязкий, холодный, горячий и т.д.). Зафиксируйте это как «объект»
6. Поставьте перед собой и зажгите 1 свечу, смотрите на нее. Представьте, что от «объекта», который вы ощутили, в месте зажима к свече тянется темный канал, как трубка. Пламя свечи как будто нагревает этот «объект» и меняет его свойства, он становится жидким и по трубке вытекает прямо на свечу и сгорает. При этом вы почувствуете запах или почувствуете что-то липкое либо вязкое, сразу же тушите свечу.
7. Положите перед собой лист бумаги. Зажигайте 2-ю свечу, смотрите на нее. Представьте из того места, где был «объект» темная трубка тянется к вашей свече и эта трубка начинает тлеть и гореть по направлению к свече. Постарайтесь ощутить материал, из которого сделана ваша трубка (бумага, пластик, резина и т.п.). Трубка сгорает и сгоревшая субстанция осыпается на лист бумаги. Как только ощутили, что трубка сгорела – тушите свечу.
8. Возьмите карандаш и закрасьте ту область, куда «осыпалась» тлеющая трубка, зажгите 3-ю свечу и когда воск начнет плавиться, капайте воском на свой рисунок, пока не покроете его весь. Затем гасите свечу. Свечи заверните в этот лист бумаги и выбросите.
9. Сядьте удобно, сконцентрируйтесь на области солнечного сплетения. Сделайте глубокий вдох через нос. Затем медленный выдох со звуком э-э-э-э.

Сделайте еще один глубокий вход через нос, медленно выдыхайте со звуком ма-а-а-аа-а.

И сделайте еще один вдох через нос, медленный выдох со звуком хо-о-о-о-о.

После этой практики может немного кружиться голова. Но это и хорошо. Это очень мощная практика очищения от негативных эмоций. Она завершает наш ритуал «отключения».

1. Возьмите обычную резинку для денег, оденьте ее на запястье и слегка щелкните себя. Ощутите себя в реальности – я здесь и сейчас. (не снимайте резинку. Походите с ней несколько дней. Как только мысли о вашей проблеме проявляются в вашей голове, щелкайте себя резинкой, чтобы не терять реальность.) Постарайтесь слушать шум в ушах так долго, сколько выдержите.
2. Измените маршрут движения от дома на работу, переложите бумаги и вещи в новом порядке на рабочем столе, переставьте мебель дома, приобретите что-то новое из вещей, будь то шариковая ручка, заколка, кошелек.

 Главный закон эзотерики- получай от жизни удовольствие . Задайте себе вопрос: Что приносит мне удовольствие в этой жизни?

Если вы забыли что это такое , то пусть банально это будет – что-то из еды, например, жареное мясо или стакан молока. Покушайте так. Чтобы почувствовать удовольствие в животе от вкуса вашей еды. Запомните это ощущение именно в животе. Делайте это осознанно хотя бы в течение 1 недели.

Включите в свой рацион семена кунжута, можно есть казинаки из кунжута, если любите сладкое.

Сделайте для себя главным правило: Жить, а не казаться.

Кстати после этой практики вам приснится сон, как будто что-то вылезает из вас. Это могут быть семена, насекомые, даже червяки или гвозди. Так чистятся эфирные тела. Состояние испуга и напряжения уходит.

Если все же вы не можете определить эмоцию, которая заставляет вас страдать, все собралось в комок и проблемы и болезни , невозможно распутать , ведь причины могут скрываться в вашем глубоком детстве. Рекомендую обратиться к специалисту с целью озвучить причину формирования негативной эмоции. Вам необходимо получить рекомендации и практики стабилизации себя в реальном мире. Но намерение выйти из этого состояния должно быть истинно ваше. Тогда все обязательно получится, жизнь заблистает яркими красками, здоровье восстановится, сон будет крепким и здоровым, жизненная энергия вернет вам молодость и желание действовать.

Я желаю всем удачи, яркой жизни, спокойной ночи, сладких снов.

*Готовится к выходу статья: Ментальное тело человека и проявление реальности с точки зрения эзотерика.*

*Автор: Тулякова Юлия, эзотерик, парапсихолог.*