

**Безнутров Виталий Степанович**

академик

Академия медико-технических наук

г. Москва

## КОНЦЕНТРАЦИЯ СОЗНАНИЯ

***Аннотация:** автор в данной статье пытается объяснить механизм концентрации сознания человека на основании научных данных о природе сознания, как электромагнитно-полевого процесса, способного влиять на химические и физические законы.*

***Ключевые слова:** сознание, частотный уровень центров сознания, строение сознания человека, позвоночные блоки – причина болезней человека, доминанта центров сознания по периодам жизни человека, чакры, духовные эффекты концентрации сознания.*

Когда индийских йогов спрашивают о природе их успехов в изменении свойств их организмов, то они отвечают, что умеют концентрировать свое сознание так, что оно изменяет свойства тела. Что такое концентрация сознания многим совершенно не понятно. Большинство людей, решивших преуспеть в мире, пытаются напрягаться в этой области, получая в итоге нервные стрессы и болезни. Вместе с тем, наши научные изыскания в области сознания вполне позволяют осмыслить механизм концентрации сознания. Как мы уже неоднократно утверждали сознание в природе имеет электромагнитную полевую природу и имеет способность не только отражать все свойства веществ видимого мира, но и активно влиять на химические и физические процессы в норме. Так, например, начиная с одноклеточных существ процесс пищеварения происходит таким образом, что пищеварительные соки разлагают только белки пищи, не разрушая при этом белков своего организма. Это же касается и печени, и поджелудочной железы человека, которые разлагают жиры и белки пищи, не нарушая при этом собственных белков и жиров. Такое вмешательство в химиче-

ские процессы никак не может рассматриваться с позиции законов химии, поскольку избирательность действия этих законов предусматривает чисто сознательные процессы: *различения, торможения*. При патологических процессах, когда эти органы человека выходят из-под контроля сознания, происходит процесс саморазрушения органов. Нами изучен механизм выхода органов из-под контроля сознания за счет конкретных позвоночных блоков в запороговой (органопатологической) стадии. Поскольку наше активное сознание не принимает участия в контроле этих химических процессов и они происходят на подсознательном уровне безусловных рефлексов нашего организма, то есть позвоночных рефлексов, то мы вправе утверждать, что эта способность приобретена вследствие эволюции нашего сознания на ранних стадиях его развития, то есть задолго до человеческого уровня. В своих книгах и статьях мы уже неоднократно сообщали о том, что наше сознание имеет определенную градацию по центрам, смысловые значения которых соответствуют семи мирам мироздания. Эти смысловые значения или принципы имеют для нас очень важное значение в плане нашей жизни, поскольку контролируют наше к ней отношение. Нарушение этих принципов негативными стрессами приводит к формированию позвоночных блоков, а через них к болезням тела. Сегодня нам придется в очередной раз обратиться к смысловым значениям центрам сознания, которые в ведах именуются *чакрами*. Процесс установления смысловых значений чакр занял у нас не одно десятилетие изучения причин формирования позвоночных блоков на том или ином уровне и стороне. В результате мы установили порядок смысловых значений чакр снизу вверх: *самосохранение, размножение, рассудочность, любовь, служение, мудрость, самосознание*. Семь чакр соответствуют семи цветам светового диапазона частот. Вместе с тем, цветовая гамма чакр, не так однозначна, поскольку в диапазоне каждой чакры действуют аспекты некоторых других чакр привязанных к конкретным позвонкам. Причем это действие соответствует периодическому закону Д.И. Менделеева и повторяется

снизу вверх по позвоночнику в каждом новом секторе действия чакры. Кроме того, степень развития того или иного аспекта чакры может усиливать или ослаблять оттенок, который добавляется к основному цвету чакры, что создает эффект радуги на фоне основного цвета чакры. По этой причине ясновидящие йоги неоднозначно отзываются о цвете видимых ими чакр. Ниже мы приведем схему, основанную на изучении причин позвоночных блоков у человека на основании нарушения им принципов чакр.

*C1 – чакра Сахасрара, принцип самопознание.*

*C2 – чакра Аджна, принцип мудрость.*

*C3 – чакра Аджна, принцип мудрость.*

*C4 – чакра Вишудха, принцип служение.*

*C5 – чакра Вишудха, принцип служение.*

*C6 – чакра Вишудха, принцип служение.*

*C7 – чакра Вишудха, принцип служение.*

*Th1 – чакра Анахата, принцип любовь.*

*Th2 – чакра Анахата, принцип любовь.*

*Th3 – чакра Анахата, принцип любовь.*

*Th4 – чакра Анахата, принцип любовь.*

*Th5 – чакра Анахата, принцип любовь.*

*Th6 – чакра Анахата, принцип любовь.*

*Th7 – чакра Манипура, принцип рассудочность.*

*Th8 – чакра Манипура, принцип рассудочность.*

*Th9 – чакра Манипура, принцип рассудочность.*

*Th10 – чакра Манипура, принцип рассудочность.*

*Th11 – чакра Манипура, принцип рассудочность.*

*Th12 – чакра Манипура, принцип рассудочность.*

*L1 – чакра Свадхистана, принцип размножение, фрустрации.*

*L2 – чакра Свадхистана, принцип размножение, фрустрации.*

*L3 -чакра Свадхистана, принцип размножение, фрустрации.*

*L4 – чакра Свадхистана, принцип размножение, фрустрации.*

*L5 – чакра Свадхистана, принцип размножение, фрустрации.*

*Крестец и таз – чакра Муладхара, принцип самосохранение.*

В схеме обозначено влияние одной чакры на отдел позвоночника, позвонка или группы костей крестца и таза. При этом, поясничный отдел позвоночника, нижний и верхний грудные отделы позвоночника подчиняются периодическому закону Д.И. Менделеева таким образом, что снизу вверх повторяются принципы всех чакр в грудном отделе кроме Сахасары, в поясничном отделе – кроме Аджны и Сахасары. Это означает, что блоки L5 формируются при материальных стрессах, L4 при сексуальных стрессах, L3 при производственных и бытовых стрессах, L2 при семейных стрессах, L1 при стрессах между супругами. При этом во всех случаях идет конфликт желаний. Аналогично повторение принципов в позвонках наблюдается в грудном отделе позвоночника. Так позвоночные блоки Th12 позвонка формируются при материальных конфликтах на работе или в быту, Th11 позвонка при сексуальных или фрустрационных конфликтах на работе или в быту с неблизкими людьми (желание, или не желание в работе). Th10 – стрессы на производстве (конфликт мнений). Th9 – стрессы на почве бездушного отношения друг к другу между неблизкими людьми. Th8 – стрессы на почве отношения к служебным обязанностям, наставничество, патронаж. Th7 стрессы на почве унижения или оскорбления умственных способностей человека между неблизкими людьми. При этом блоки получает тот, кто злится или обижается молча, не высказывая своих негативных эмоций вслух. Аналогичные стрессы могут происходить в семье с людьми близкими и любимыми, что касается верхнего грудного отделе позвоночника. Особым образом находится шейный отдел позвоночника, который имеет все семь позвонков по количеству чакр сознания человека. Как это не удивительно, даже те чакры, которые расположены в голове и над головой, то есть Аджна и Сахасара,

неразрывно связаны с позвонками шеи. Шейный отдел позвоночника отражает волю человека, то есть настойчивость в тех или иных желаниях, рассуждениях или начинаниях. Здесь так же повторяются принципы всех чакр снизу вверх. С7- воля в материальных делах. С6 – воля в желаниях или сексе. С5 – воля в производственных делах. С4 – воля в делах семейных (узурпация власти или уход от нее). С3 – осуждение окружающих. С2 – попытка своевольно влиять на действительность (не согласие с ходом событий) или уход от действительности (пьянство, наркомания). С1 – не желание признавать очевидные факты (отказ сознать действительность). Поэтому позвонки по своему цвету будут соответствовать как цвету чакры в области которой они находятся, так и цвету чакры чей принцип они выполняют по своему положению в ряду. Так, например, Th8 позвонок по цвету чакры желтый, а по выполняемому принципу – голубой, Th6 зеленый с красным, L1 – оранжевый с голубым, L2 – оранжевый с зеленым и так далее. Шейный отдел позвоночника отражает цвета всех чакр снизу вверх. Поэтому цвет С7 будет голубым с красным, С6 – голубой с оранжевым, С5 – голубой с желтым, С4 – голубой с зеленым, С3 синий с голубым, С2 – синий, С1 – фиолетовый. Разумеется, смысловые значения позвонков, отразятся на цвете соответствующих чакр представляя экстрасенсорному взору йога порой весьма многоплановую композицию цветов. Причем у разных по эволюционному уровню людей эти композиции будут разными. Может показаться странным, что мы рассматриваем позвоночник в цветах радуги, когда все кости белые. Однако речь идет не о материальной форме органов и тканей, а о функциональных уровнях сознания человека, отражаемых в конкретных формах органа подсознания, то есть позвоночника. Именно позвоночная структура позволила нам проникнуть в смысловые значения уровней сознания человека, конкретно их систематизировать и понять, как работает сознание. Не следует забывать, что позвоночник является первым органом, который формируется в процессе закладки многоклеточного организма из клубка совершенно оди-

наковых клеток, поэтому у нас есть все основания предполагать, что это важнейший орган управления в системе сознание – организм. Он, как фундамент, возводится первым. Поэтому не удивительно, что все сознательные центры так или иначе проецируются на конкретные позвонки, что и определяет состояние здоровья человека в процессе его жизни. *Все эти факты дают конкретное определение для науки психосоматики, которая никак не могла найти материальной связи сознания и человеческого тела. Нами доказано, что эта связь существует через позвоночные блоки, которые формируются при конкретных стрессах в конкретных местах позвоночника и на конкретной его стороне, вызывая впоследствии конкретные заболевания организма. Учитывая, что все психологи мира утверждают 85% зависимость здоровья человека от перенесенных им стрессов, то этому открытию просто нет цены!*

Если учесть, что лечение большинства заболеваний человека путем удаления позвоночных блоков с помощью мануальной терапии и рефлексотерапии дает 100% лечебный эффект на протяжении 30 лет нашей практики, то вопрос может быть закрытым полностью. Просто нужно правильно учить врачей!!! Однако наше открытие столь радикально от принятой сегодня наукой постулатов, а экономикой – средств обогащения, что эти знания никому не нужны. Мы понимаем, что время пока не пришло, общество не созрело, и поделом ему страдать.

Следует отметить, что человеческая жизнь на всей ее протяженности имеет весьма заметные характерные этапы. Так, например, строение тела, рождение его, рост и развитие до 12-летнего возраста вполне подходят под принцип *самосохранения* который концентрирует сознание человека на формировании тела для будущей жизни на фоне детского эгоизма. С 12 до 24 лет мы испытываем новый этап своей жизни, который существенно изменяет наше к ней отношение. В этот период «непонятной силой» включается процесс гормональной перестройки организма, а вместе с ним и сознания, когда *самосохранение* уступает

*размножению*. Ребенок сознательно переходит от детского эгоизма к ценностям пубертатного периода, связанных с успехом у противоположного пола. В период с 24 до 36 лет у большинства людей связан со становлением в обществе, карьерой, профессиональным успехом, материальной самостоятельностью, которые формируют новые ценности богатства, славы и власти. Этот период времени жизни человека вполне соответствует принципу *рассудочности*. Однако, с 36 до 48 лет человек как правило переосмысливает свою жизнь на предмет приобретения счастья и приходит к выводу, что ни богатство, ни слава, ни власть не дают ему покоя и счастья, что еще в 17 веке написал философ Спиноза в Голландии в своем «Трактате об усовершенствовании разума». В это время они ищут счастья под принципом любви в семье среди детей и маленьких внуков. Этот период жизни у развитых эволюционно людей характеризуется развитием разума, который совершенно иначе позиционирует успехи жизни благодаря тому, что способен приводить все события к общему знаменателю, подводить итоги и делать выводы. Разум диаметрально отличается от рассудка как интеграл отличается от дифференциала в математике. Благодаря разуму, человек начинает понимать, что жизнь имеет внутренний смысл, который не зависит от внешних факторов, а происходит ради сознания, которое постепенно эволюционирует и на этом фоне все шире и глубже воспринимает действительность. Все события жизни являются в этом учителями и помощниками, поэтому должны восприниматься *только положительно*. Нужно прекратить считать своих детей своей собственностью и навязывать им свое мнение. Особую радость должны приносить неудачи, поскольку они знаменуют новое восприятие действительности твоим сознанием. Если человек прошел этот этап осознанно, то с 48 до 60 лет его жизнь естественно приведет к принципу *служения*, когда посильно он будет помогать своим детям и внукам. Возможно, и обществу в целом, безвозмездно отдавая свои знания и опыт делу улучшения человеческой жизни. Блаженны те из нас, кто в период с 60 до 72 лет смогут

понять, что все результаты в руках Божьих, а мы лишь только инструменты Его Божественных затей. Однако в это же время приходит и другое чувство единства с Его природой. Этот период глубокого покаяния и отрешения от страстей и греховных мыслей проходит под принципом *мудрости*. Успех в этой жизни достигается теми из нас, кто на основании своей мудрости приобрел чувство единства с природой, любви к тем, кто еще не постиг этого счастья бытия и свободы в период с 72 до 84 лет проходящего под принципом *самопознания*.

Ну посмотрите, как просты доказательства нашего бессмертного существа:

1. Человек – явление Природы? – Да.

2. Человек разумен? – Да.

3. Может ли Природа, породившая разум, быть не разумной, при том, что разум присутствует в ней, как факт? – Нет.

4. Каков же смысл жизни человека, если не эволюция его сознания? Поскольку аксиома говорит, что все знание есть результат чувственного опыта. Это значит, чтобы построить ваш организм сознанию потребовался опыт строительства от кристалла до человека, то есть опыт жизни многих миллионов Земных лет.

5. Принципы чакр сознания определяют лестницу его эволюции, расширяя его сознание от детства к старости.

6. Именно сознание строило себе наш организм, жило в нем, и уходит после смерти тела, унося свои электромагнитные колебания и, записанный в чакрах, опыт с собой. Нет ни одной клетки тела, которая бы вырабатывала электромагнитные волны для общего пользования, которые мы видим на ЭКГ и ЭЭГ, поскольку в природе нет таких внутриклеточных структур.

Мы прибегли к этим умозаключениям именно потому, что ход дальнейших рассуждений требует определенной психологической подготовки читателя, убеждения которого, должны предвосхищать результаты его умственных открытий. Уровень современной медицинской науки, мягко говоря, не соответствует



действительности. Сегодня ГРВ диагностика, генетика, терапевтическая практика, не говоря уже о Прикладной кинезиологии, кричат медицинской науке, что пора принимать сознание как самостоятельный элемент человеческой жизни первичный к телу и живущий в теле. То, что сознание человека имеет электромагнитно полевою природу, то же совершенно очевидно. Нервные клетки проводят нервные токи в обоих направлениях, которые имеют электрическую природу на расстояние в 10000 раз, превышающее их собственные размеры. Как известно электрические токи могут проводиться только электромагнитным полем, которым и двигаются ионы калия и натрия. Вы только посмотрите на этих людей, которые намагничивают своим телом утюги и ложки. Кем надо быть в умственном плане, чтобы не отдавать отчет этим фактам? Разве это шутки, учить врачей заведомой лжи, а через СМИ утверждать, что все идет хорошо и правильно, как в США?

Но оставим эти вопросы политикам. Поскольку скоро им предстоит держать ответ перед высшим судом за обман своего народа. Нас сегодня интересует тема концентрации сознания в плане его структурного построения. Как мы видим, наше сознание не сконцентрировано вокруг головного мозга, который растет у ребенка пропорционально росту тела и в своем составе имеет нервные центры пяти основных органов чувств человека. Нет сомнений в том, что головной мозг связан с нашим сознанием именно посредством органов чувств, превращая нервные импульсы этих органов в электрические циркулярные структуры, которые и воспринимаются нашим сознательным полем. Поскольку циркулярные токи в нервных центрах формируют электромагнитные поля. Однако, кроме этих полей от чувственных органов (зрение, слух, обоняние, осязание и вкус) могут поступать и другие сигналы, говорящие о большем развитии этих центров восприятия. Мы видим, что некоторые люди обладают способностями видеть будущее, мысли других людей, и так далее, что мы называем экстрасенсорными способностями. Полагаю, что к физическим органам чувств

нашего тела такие способности никакого отношения не имеют, поскольку находятся в иных полевых измерениях (мирах). Сознание микробов, одноклеточных гидр и растений обходится без головного мозга, что доказано экспериментальными опытами. Неужели этого недостаточно, чтобы не привязывать сознание к головному мозгу? Так что такое концентрация сознания? Как и какими способами оно достигается и чему служит? Эти вопросы лежат как в плоскости самого сознания, так и за его пределами. В плоскости сознания находятся чувственные образы, мысли и умозаключения или выводы. Но все эти полевые структуры находятся в постоянном движении, поскольку наше внимание перескакивает с одного на другое практически без задержки. Вместе с тем сознание способно осуществлять планомерную работу, когда оно заинтересовано в результате своей работы. Причиной такого поиска может быть, как положительная, так и отрицательная эмоция в основе которой всегда лежит принцип чакры, как идея, вокруг которой происходят умственные действия. В поисках удовольствия сознание строит воздушные замки будущих наслаждений.

В поисках выхода из страдания ищет варианты спасения. Все эти действия как правило происходят на четырех нижних чакральных принципах: *самосохранение, размножение (фрустрации), рассудочность и любовь*. Причина в том, что у основной массы человечества более высокие чакры развиты весьма слабо, фрагментарно. Поэтому их доминирование в сознании человека на фоне его возрастных статусов порой мало заметно. Хотя, тем не менее, оно происходит. Как говорят, что к некоторым в старости приходит мудрость, но к большинству склероз. Склероз, с точки зрения мудрости, есть результат отсутствия прогресса сознания в его эволюционном пути к самосознанию, которое требует постоянного совершенствования. В чем же человеку необходимо совершенствоваться? И как это делать? Чем по сути является *концентрация сознания*? На этот вопрос йоги отвечают, что *концентрация сознания – это процесс непрерывного думания, собирания фактов на интересующую вас тему*. Как написано в писаниях: –

«Стучите и вам отворят, просите, и вам воздастся». Но нас прежде всего интересует полевой механизм взаимодействия сознания с химическими структурами атомарного и молекулярного уровня. Дело в том, что сознание светового диапазона частот отличается от сознания молекулярного и атомарного уровней по частоте в 1000 раз. Однако при этом сознание остается целостным, поскольку при нагревании вещества меняется не только его агрегатное состояние, но и внешний вид и все свойства при неизменном состоянии атомов. Процесс нагревания вещества увеличивает между атомарные связи и вместе с тем увеличиваются смысловые частоты вещества, которые смещаются в красный спектр частот, то есть более длинноволновый, как металл или вулканическая лава. Естественно, возникает вопрос, что если, концентрируя сознание на каком-то физическом или умственном объекте мы убираем из спектра своего внимания все остальные объекты и сами органы чувств, то как изменяется атомарный и молекулярный состав нашего тела при этом? Поскольку сознание едино, то процесс его концентрации естественно должен изменять и межуатомарные связи в молекулах вещества. Из опыта индийских йогов нам известно, что тело йога при выходе его в транс при концентрации сознания становится твердым как камень, и все процессы обмена веществ в нем прекращаются. Вместе с тем, концентрация сознания на каком-то отдельном органе или участке тела не приводит остальные участки тела к окаменению, а лишь только тот участок, на котором сосредоточено сознание йога. Этот факт позволяет йогу управлять по его желанию свойствами своих органов останавливая или ускоряя химические процессы, и изменяя плотность своего тела, что говорит о влиянии сознания на физические свойства тела. Другими словами, процесс концентрации сознания обратный процессу нагревания вещества. Поскольку мы ранее установили, что гравитационные свойства тела находятся в электромагнитном спектре света, то становится понятным процесс левитации (парение в воздухе) йогов, как результат изъятия взаимодействия смыслового поля Земли со смысловым полем

йога, реализуя влияние сознания на физические свойства тел. Если перечислять зафиксированные в литературе факты управления йогами свойств своих тел, то мы обнаружим следующее: невосприимчивость к холоду и жаре, способность обходиться без пищи, воды и воздуха (в гробу закопанным в земле) до 30 суток, способность проглотить концентрированную серную кислоту без вреда для здоровья, способность передавать и принимать мысли на любые расстояния, способность много лет жить за счет солнечной энергии без пищи и воды. Зачем йоги это делают? Они демонстрируют факты Божественной природы человеческого духа, доказывая этим науке источник всего сущего. Но современная наука умеет не замечать этих фактов. Упражнения в концентрации сознания при регулярном их повторении усиливают эффекты, им вызываемые. При концентрации сознания на чакрах, фокус внимания йога смещается от нижних чакр к верхним, что приводит в движение энергию сознания Кундалини, которая начинает подниматься по спинномозговому каналу снизу вверх переводя наши уровни сознания с земного на астральный, ментальный и даже буддический планы существования сознания. Естественно, что при этом тело, оставшееся на Земле, напоминает окаменелый труп. Человек, достигший такого уровня концентрации сознания, естественно становится очень могущественным в плане управления своим телом и сознанием. Однако это могущество нередко приводит его при недостаточном очищении сознания от прежних привычек и земных привязанностей к власти над людьми с весьма печальным концом его жизни и дальнейшего духовного прогресса. Поэтому моральный аспект концентрации сознания крайне важен как для безопасности общества, так и самого человека. Вот почему, для большинства людей, чьи чакральные центры еще не получили достаточного эволюционного развития, концентрация сознания просто опасна. Кроме того, на эти вопросы отвечает нам йог Патанджали, который сформулировал восьмеричный путь йоги, то есть единения с сущностью бытия, которая пронизывает все формы творения матушки Природы.

Первыми ступенями этой йоги считаются Яма и Нияма, хотя по мнению действующих йогов современности, эти ступени являются основной сущностью правильной жизни человека, обеспечивающей и подтверждающей его неуклонный духовный рост.

### *1. Яма (самоконтроль).*

Сюда входят: ненасилие, правдивость, честность, воздержание и неприятие даров, где:

а) «ненасилие» – это непричинение вреда всем живым существам каким бы то ни было способом и во все времена (ни мыслью, ни словом, ни делом);

б) «правдивость» есть соответствие речи и ума (манаса) реальной действительности;

в) «честность». Воровство есть незаконное присвоение вещей, принадлежащих другому. Его противоположность – «честность» (неворовство), представляющая по своей форме отсутствие алчности;

г) «воздержание» – это полный контроль функции половых органов и скрытых потребностей, т.е. полное воздержание от секса;

д) «неприятие даров» есть отказ от подносимых предметов ввиду понимания всех дефектов, связанных с их получением, сохранением, потерей, привязанностью к ним и их повреждением.

### *2. Нияма (соблюдение религиозных предписаний).*

Вот они: чистота, удовлетворенность, подвижничество, самообучение и преданность Богу. Здесь:

а) «чистота», достигаемая благодаря земле, воде и прочему, а также принятие чистой пищи и тому подобное есть внешняя чистота. Внутренняя чистота – это устранение загрязненности сознания;

б) «удовлетворенность» – отсутствие желания присвоить больше того, что насущно необходимо;

в) «*подвижничество*», (аскетизм), – это терпеливое перенесение крайностей – голода и жажды, холода и зноя, стояния и сидения (в неподвижности), а также соблюдение полного молчания и внешняя непроницаемость;

г) «*самообучение*» – это изучение шаштр, трактующих об освобождении, или многократное повторение священного первослога (ОМ);

д) «*преданность Богу*», то есть упование на Него, есть посвящение всех действий этому Высшему Наставнику.

*Воздерживаются* от секса все монахи именно потому, что секс истощает энергию сознания, что приводит человека к тупости, которая не способствует концентрации внимания и духовному развитию соответственно. Секс привлекает оргазмом. Оргазм происходит за счет движения энергии сознания именуемой *Кундалини*. При земной жизни человека Кундалини находится в области крестца.

Здесь пояснения требует понятие *удовлетворённость*, поскольку смысл его по объяснению действующих йогов несколько шире. Состояние удовлетворённости включает в себя так же состояние христианского умиротворения, выражающегося в радостном, благодушном восприятии всех событий жизни, как посылов Божьих. Поскольку человек уже утвердился в своем и окружающих бессмертии, то все события жизни он должен воспринимать как заботу Всевышнего о росте его духовности и эволюции сознания. *Подвижничество*, или духовный подвиг человека имеет целью высокую концентрацию сознания вокруг идеи своего духовного роста. Как мы видим, процесс концентрации сознания имеет совершенно конкретные цели и формы, которые своим единым фронтом обеспечивают человеку его духовное созревание для приведения своего сознания к самореализации своей духовной природы. *Преданность Богу* является, пожалуй, самым необходимым условием концентрации сознания. Речь идет не о том, что человек выполняет все церковные обряды, ходит в церковь и непрерывно молится. Эти действия носят чисто внешний характер и часто сбивают ищущего с пути, формируя привычки и пристрастия, свойственные

грубому физическому представлению о Боге. При концентрации сознания на начальном этапе человек должен иметь умственный образ одного из воплощений Верховной Божественной личности на Земле: Кришна, Шива, Христос, Магомет, Будда – человек должен выбрать свой, близкий ему божественный образ и визуализировать его во время концентрации сознания. Что означает визуализация Иштадеваты (возлюбленной формы Господа)? Прежде всего у вас должен быть постоянно, там, где вы живете портрет вашего Господа. Не важно, будет этот портрет соответствовать ранее воплощавшемуся Господу или не очень. Все формы Его содержат!!! Главное, чтобы вы собрали в этом образе всю свою человеческую любовь и уважение к своему Богу. Теперь закрыв глаза, вы должны представить этот образ перед собой со всей любовью и заинтересованностью получить общение с вашим Богом для своего духовного роста. Он явится вам в той форме, которую вы представляете или несколько в другой форме, чтобы изъять у вас сомнение и укрепить вашу веру. При усилении разумного различения вы будете видеть и понимать смысл Божественных посылов вам ежедневно. Концентрация будет успешной, если вам удастся удерживать этот образ на своем умственном экране 12 минут. Не сомневайтесь, ваши практики принесут вам опыт подтверждающий, что Господь вас слышит и помогает. Еще лучше, если вы можете непрерывно удерживать образ своего Бога в сознании, посвящая Ему все свои земные дела и принимая от него все события жизни как заботу о вашей духовности. Такая форма концентрации сознания человека уже называется медитацией. Суть духовного роста сознания человека происходит из идеи единства всего сущего, к которому сознание и стремится, осуществляя Яму и Нияму, сосредотачиваясь на этих конкретных аспектах нашей жизни. Если Вы хотите войти в единство сущего и испытать благодать духа святого, сделав ее своей постоянной жизнью, то вам необходимо непрерывно размышлять над теми духовными достоинствами сознания, которые приведут Вас к этому состоянию. Поскольку достижение в любой из них будет сопровож-

даться ростом ваших сил и возможностей. Выполнение человеком *Ямы и Ниямы* делает процесс концентрации сознания естественным и безопасным, как для его здоровья, так и для окружающих, поскольку совершенство в *ненасилии* ко всему живому расширит сознание до понимания единства всего живого в сознании человека. Думаю, нет причины объяснять, что это состояние бытия несомненно прекратит формирование позвоночных блоков и благоприятно скажется на здоровье и долголетию. Да, сознание лениво, не хочет менять своих привычек и пристрастий, но логическое рассуждение о быстротечности нашей жизни, бесплодности поисков счастья в изменчивом мире, рано или поздно все равно наставит сознание на духовный путь, через страдания и покаяния, приведет Вас к тому, о чем мы сегодня говорим. В афоризмах йога Патанджали концентрация сознания стоит после асаны, пранаямы и пратьдхары. То есть для того, чтобы концентрировать сознание успешно, необходима правильная поза, управление энергетическими потоками и отвлечение органов чувств от их объектов. Такая степень управления своим сознанием уже является высокой степенью его концентрации и достигается упорными тренировками в медитации. Основой таких усилий является внутренний покой неизменности нашего истинного бытия. Благодаря концентрации сознания йог может взять свою жизнь под полный собственный контроль, поскольку все процессы в нашем теле имеют электромагнитную полевую природу, то концентрация сознания может решить любую проблему организма человека как на Земле, так и после Земной жизни. Счастье, которое достигается при этом, с лихвой оплатит все усилия человека на этом пути. По мере очищения сознания человека от мысленных форм оно приходит в покой самости и становится похожим на квант света – фотон. При этом чакры сознательных центров концентрируются в окружности знаменуя конец эволюции сознания. В этом состоянии сознание вольно оставаться до новых воплощений или полностью слиться с единством сущего, поскольку пространство и время там отсутствуют. Именно такое изоб-



ражение кванта света – фотона соответствует его одновременного существова-  
ния как частицы, так и волны в 1000 раз большей, чем любой атом.

плоскостное изображение фотона и  
сознания.

