



ოკულტური და რელიგიური ჟურნალის

აკორიდი

საქართველში

მეცნიერების რელიგია ჯადოსნური

№7, მარტი, 2015 e.v.



ოკულტური და რელიგიური ჟურნალის
აპოკრიფი
საქართველოში

№ 7.
მარტი, 2015 e.v.

პროექტი დაარსებულია 2003 წელს.
ქართულ ენაზე გამოდის 2013 წლის სექტემბრიდან.

მთავარი რედაქტორი: Fr. Nyarlathotep Otis (ადრიანოვი რ. ო.)
ოფიციალური წარმომადგენელი საქართველოში: Magnika Dagon

ინტერნეტი:

ქართულ ენაზე: <http://apokrif93.com/gruziya/>, <http://vk.com/apokrif93geo>

რუსულ ენაზე: <http://apokrif93.com>, <http://vk.com/apokrif93>

ელექტრონული ფოსტა: 93in39@gmail.com

ჯურნალი გამოიცემა — www.magnika.org — ის მხარდაჭერით.

© ჟურნალი «აპოკრიფის» რედკოლექცია და ავტორები, 2015

თბილისი
თეთრი მაიმუნის ორდენი



შინაარსი

№ 7. მარტი 2015 e.v.

კარლ ბრანდლერ პრახტი. ოკულტიზმი.....	6
Fiery (ცეცხლოვანი)	32
კარლოს კასტანედა:	
საუბრები დონ ხუანთან <i>(ნაწყვეტი)</i>	44
<i>კარლოს კასტანედა</i>	
მე ვამბობ, რომ.....	48
<i>კარლოს კასტანედა</i>	
კანონთა წიგნი:	
კანონთა წიგნი <i>(ნაწყვეტი)</i>	52
<i>ალისტერ კროული</i>	
http://www.magnika.org/:	
ზოროასტრიზმი	58
ნუმეროლოგია	65
ვუდუ — ფერების სიმბოლიკა	68
აბრაკადაბრა — მაგიური სიტყვა	69
გიგასის კოდექსი, ანუ ე.წ. ეშმაკის ბიბლია	70
არატრადიციული მედიცინა:	
აბზინდა	72
სიცოცხლის ელექსირი: ნივრის ზეთი	75



*იუმორისა და სალი აზრისთვის!
გააკეთე რაც გსურს — გსურდეს შეუძლებელი!*

*ჟურნალისა და მისი ცალკეული მატერიალის
კოპირება და გავრცელება დასაშვებია მხოლოდ იმ შემთხვევაში,
თუ მითითებულია წყარო და ჟურნალის ელექტრონული მისამართი.*

რედაქციის აზრი შეიძლება არ დამეთხვეს ავტორისას.

*რედაქცია იტოვებს უფლებას
უარი თქვას მატერიალის გამოქვეყნებაზე მიზეზის აუხსნელად.*

გამოცემისთვის მზადება
დასაწყისი 01.12.2014 წ.

გამოცემა გამოშვებულია
01.03.2015 წ.

ინტერნეტი:

ქართულ ენაზე: <http://apokrif93.com/gruziya/>, <http://vk.com/apokrif93geo>

რუსულ ენაზე: <http://apokrif93.com>, <http://vk.com/apokrif93>

ელექტრონული ფოსტა: 93in39@gmail.com

ჟურნალი გამოიცემა — www.magnika.org — ის მხარდაჭერით.

ანგარიში სისტემაში Яндекс.Деньги: 41001416643125

ანგარიშები სისტემაში WebMoney: Z318373604178, E263825672387, R412990927571,
U141526320068, B411510488425, G198524212114

ტელეფონის ნომერი: 89632921917

რუსეთის ზბერბანკის კარტა: 67619600 0475725116

რუსეთის ზბერბანკის რეკვიზიტები:

Калининградское ОСБ № 8626/01236

ИНН 7707083893 БИК 042748634 КПП 390602001

к/сч 30101810100000000634 р/сч

47422810920009902000

Назначение платежа: Адрианову Роману

Олеговичу,

лицевой счёт № 4230781082001344693448

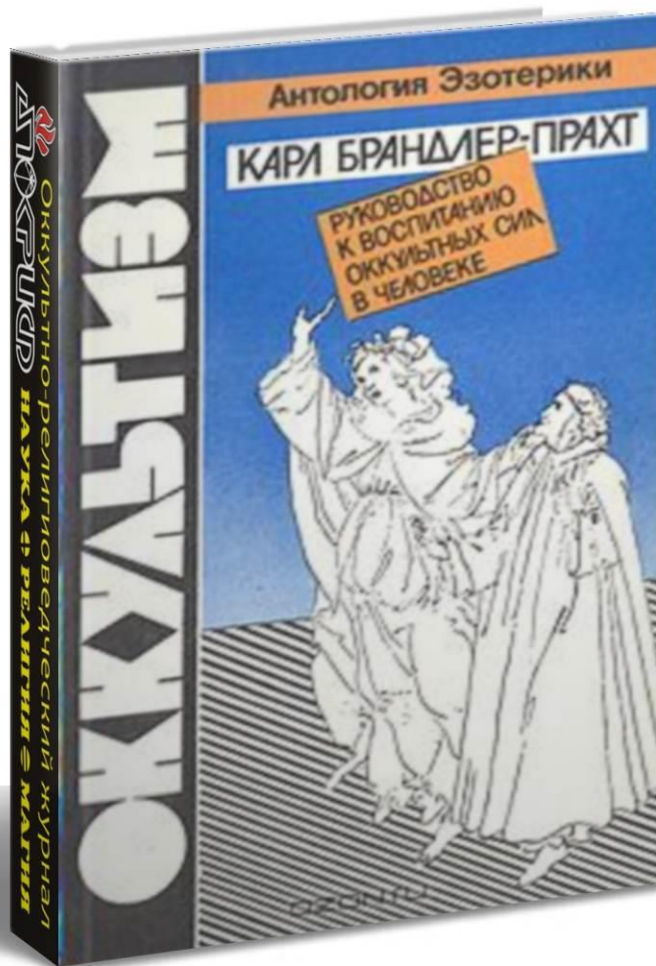
მისამართი საფოსტო გზავნილებისთვის:

236022, Калининград, ул. Нарвская, д. 17, кв. 11,

Адрианову Роману Олеговичу



თქვენ მოგესალმებათ პირველი pdf-ჟურნალი
მაგიაზე, ოკულტიზმზე, ეზოტერიკაზე და თეოლოგიაზე
ქართულ ენაზე — ჟურნალი «აპოკრიფი»!
ჩვენ ვიბეჭდებით 2003 წლიდან რუსულ ენაზე,
ხოლო ახლა, გამოვიდა ჟურნალი «აპოკრიფის»
ქართულენოვანი ვერსია.
სასიამოვნო კითხვას გისურვებთ!



ოკულტიზმი



კარლ ბრანდლერ პრახტი

ოკულტიზმი

ქართული თარგმანი: ლია ხუბაშვილი, ვაჟა ოთარაშვილი

რედაქტორი: ალექო ანდლულაძე

გამომცემლობა: «გულანის»

თბილისი 1991

შესავალი

ამ წიგნის მიზანია, ადამიანთა ყურადღება მიაპყროს იმ გამოუყენებელ და იდუმალ ძალებს, რომელთა არსებობა უმრავლესობას აზრადაც არ მოსდის. ჩვენ არც თუ ისე სუსტი არსებანი ვართ: ჩვენში დაფარულია ისეთი ამოუცნობი ძალა, რომელსაც შეუძლია ადამიანი აქციოს მატერიისგან (შეგრძნებადი სამყაროსგან) დამოუკიდებლად და აიყვანოს «შემოქმედების მწვერვალზე». საბაზრო რეკლამის მიერ გავრცელებულ ისეთ წიგნებთან როგორცაა: «ძალა თვითონ ჩვენშია», «პირადი მაგნეტიზმი», «ჰიპნოზის ძლევამოსილება» და ა.შ. ნამდვილ ნაშრომს არავითარი საერთო არ გააჩნია. ჩვენი ნაშრომი მიგვიყვანს არა უხეშ, ეგოისტურ ძეგადამიანთან, არამედ მაღალი ეთიკური მისწრაფებების მქონე იდეალთან, რომელიც ამ ძალას მთლიანად გამოიყენებს, მხოლოდ ადამიანთა საკეთილდღეოდ. ადამიანი თავისუფალია და იგი ვალდებულია თავისი ნება საქმით დაამტკიცოს. მაგრამ ჰიპნოზის დროს ნება შეზღუდულია.

ჩვენ ვცხოვრობთ არა იმისთვის, რომ ვისწრაფოდეთ მხოლოდ დროებითი კეთილდღეობისაკენ, არამედ საჭიროა მივიღებოდეთ მხოლოდ სულიერ ფასეულობათა შესაძენად.

ამ წიგნის ავტორი — ადვოკატი არ არის, ამ სიტყვის სრული მნიშვნელობით. მრავალი წლის განმავლობაში ის იმყოფებოდა ბრძენი და მაღალპატივცემული პიროვნების ხელმძღვანელობის ქვეშ, რომლის წყალობითაც შეიქმნა ეს წიგნი. თუმცა მისი გამოცდილება არ აღწერს ამ წიგნის მესამე განყოფილების დასაწყისს, მაგრამ მან პირადად გადასცა შესაძლებლობანი, რომლებიც მოყვანილია მეორე განყოფილებაში (მე-14 თავის გარდა).

ამ წიგნში მიღებული გამოცდილების მსვლელობა აერთიანებს რაჯა იოგას ორ უდიდეს სისტემას, რომელთა შორისაც ერთი ეხება ადამიანის ფიზიოლოგიას, ხოლო მეორე მის ფსიქიკურ განვითარებას.

ორივე სისტემის ჰარმონიული კავშირი საშუალებას გვაძლევს ადვილად გადავლახოთ ყველა დაბრკოლება და მივალწიოთ განვითარების მაღალ მწვერვალს. არაფერია, იმაზე უფრო მეტად საშიში, როცა ადამიანი თავისი ნების განვითარებას იწყებს ზნეობრივი პროგრესის გარეშე.

მხოლოდ ფრთხილ და ჭკვიან ადამიანს უნდა მიეცეს ბასრი იარაღი: რადგან არაკეთილგონიერი დაღუპავს თავისავე ახლობლებს და ბოლოს თავის თავსაც. სწორედ ამაში მდგომარეობს «შავი მაგიის» თავისებურობა, რომელიც მძვინვარე ურჩხულს ჰგავს.

ბოროტი ადამიანი, რომელიც ანვითარებს თავის დაფარულ ძალას, იმისათვის რომ აირულოს მდაბალი გულის წადილი, დაიღუპება მის მიერვე დანთებულ ცეცხლში.

მასასრულს. მინდა ყურადღება გავამახვილო იმაზეც, რომ ჩემი სახელმძღვანელო (იგულისხმება ეს წიგნი. მთ) მკითხველს საშუალებას აძლევს, დადგეს ტაძრის შესასვლელში, არა ნახევრად მომზადებული და უკმაყოფილო, არამედ იფრინოს იმ ნათელი სიმაღლეებისაკენ, რაც საერთოდ მისაწვდომია ადამიანისთვის.

- კარლ ბრანდლერ პრახტი

I განყოფილება მოწაფე. პირველდაწყებითი საფეხური

1. შესავალი

ვინ ვართ ჩვენ, თუ არა სუსტი არსებანი? უსუსურთ, ცხოვრების ზღვაში სასტიკი ქარიშხალი გვათამაშებს. უმწეონი და ყოველგვარი თავდასხმის მსხვერპლნი, არასაკმარის საშუალებებს ვფლობთ მათ მოსაგერიებლად. ჩენ გვაქვს თვალები, მაგრამ არ შეგვიძლია წინდაწინ დავინახოთ რა შეგვემთხვევა, ან ვინ გვდარაჯობს ავი ზრახვებით კლდის უკან, ვერ ვხედავთ თუ თუ რა არის დამალული მომავლის სიღრმეში. ჩვენ მთლიანად დამოკიდებულნი ვართ დროზედა წუთისოფლის მერყეობაზე. ჩვენ გვესმის, მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ ჩენსა და რხევად, ვიბრირებულ სხეულს შორის არ არსებობს მკვრივი ზღუდე ან დიდი მანძილი. ვიღებთ მხოლოდ განსაზღვრული სიხშირის რხევებს, ყველა დანარჩენი კი ე.ი სხვა სიხშირის რხევები არავითარ ზეგავლენას არ ახდენს ჩვენს შეგრძნებებზე.

რა სარგებლობა აქვს უფაქიზეს სმენას, თუკი პირფერი მოსაუბრის მოსმენისას არ შეგვიძლია ამოვიცნოთ მისი შავზნელი აზრები?

მერე და რა, თუკი ლამაზი თვალები სიყვარულით გვინზერენ, ჩვენ ხომ ვერ ვხედავთ მის გულში ჩადებულ ღალატს?

გაუხეშებული შეგრძნებების მქონენი, როგორმე უნდა გამოვძვრეთ ცხოვრებისეული ეკლიანი ჯაგნარიდან.

ადამიანი შმოქმედების გვირგვინია! რა საოცრად ჟღერს ეს ფრაზა, ამ უსუსური სხეულის დანახვაზე.

როცა ძემოთ ვიხედებით, ძირს დაგდებულ ქცას ვერ ვამჩნევთ და ვეცემით. თუ საკუთარ ნაბიჯებს მივაქცევთ ყურადღებას, მაშინ ვერ ვამჩნევთ გამხმარ ხეს, რომელიც საცაა წაიქცევა და ქვეშ მოგვიყოლებს. უმწეონი, ყოველთვის რაიმე ხიფათის წინაშე ვდგავართ.

მაგრამ ვართ კი მართლა ასეთი უძლურნი?

არა! ბედისწერის ბრძნულმა განჭვრეტამ ხელში მოგვცა შეუდარებელი იარაღი, რომ მოვიგერიოთ ურიცხვი თავდასხმა. ჩვენ დაჯილდოებულნი ვართ გონებით და მისი წყალობით მივაღწიეთ კულტურის განვითარების უმაღლეს საფეხურებს, მაგრამ ამის გამო, შევიძინეთ კიდევ ადამიანთა მოდგმის უამრავი ახალი მტერი. მტერი, რომელიც უხილავია, მაგრამ ყოველ ფეხის ნაბიჯზე და ყოველ ამოსუნთქვაზე გვემუქრება.

რა არ ბინადრობს ადამიანის მკერდში და როგორ საშინელ დემონებს არ ჰყავთ იგი შებოჭილი. ასეა, უფლებამოსილი ტირანების ფეხქვეშ მტვერში უხდებათ ხოხვა ტანჯულ მონებს.

თუმცა ცოცხალ არსებებს ამ ბრძოლისთვისაც აქვთ მიცემული მძლავრი იარაღი. ჩვენ კარგად ვიცით თავდაცვის ის საშუალება, რომელსაც «ნებისყოფას» ვუწოდებთ. მაგრამ სამწუხაროდ, არ შეგვიძლია მისი სათნადოდ გამოყენება. ამ მძლავრი იარაღის მახვილი წვერი ჩვენსკენვე გვაქვს მომართული და ბლაგვი კი-მტრისკენ. რა სარგებლობა გვექნება გონებისა და ნებისყოფისგან, თუკი მათ არასწორად გამოვიყენებთ?

მაგრამ როგორ გამოვიყენოთ ისინი საკუთარი კეთილდღეობისთვის, ვინ გვასწავლის ამას?

ამას გვასწავლის ჩვენი სული: ყოვლისმსმენელი, ყოვლისმხედველი და ყოვლისმცოდნე, რომელიც არ არის დაკავშირებული არც დროსთან და არც სივრცესთან, როგორ ჩვენი ინერტული შეგრძნებების მქონე სხეული. ეს სულია, გამუდმებით და ნათლად რომ გვაფრთხილებს, მაგრამ ჩვენ არ ვუსმენთ მას.

ყოვლადკეთილმა საწყისმა დაგვაჯილდოვა ერთი განსაკუთრებული გრძნობით, რომელსაც სულის ენით ატყობინებს ჩვენს შეგრძნებას, ჩენ კი გრძნობათა და უკუღმართად გამოყენებული ნებისყოფით ეს გრძნობა გავაუქმეთ.

ჩვენ ვაღიარებთ მხოლოდ ფიზიკური სხეულის უხეშ შეგრძნებებს. თავს ძალიან გონიერ და ბრძენ არსებებად და ვფიქრობთ, რომ ამ გრძნობათა ორგანოების შესწავლით ამოვხსენით ბუნების უდიდესი საიდუმლო.

ყველაზე უზენაესი გრძნობა, ეს არის ე.წ. «ფსიქიკური შეგრძნება», რომელსაც განუსაზღვრელი მოქმედების შემდეგ შეუძლია ადამიანი აქციოს ნახევარღმერთად. ჩვენ კი ეს გრძნობა უარვყავით.

თანამედროვე მეცნიერება «ფსიქიკურ გრძნობას», «ცრურწმენად» მიიჩნევს. რამდენ რამეს რამეს კი გააკეთებდა მეცნიერებისთვის, ეს არაერთხელ საცინლად აგდებული მეექვსე გრძნობა.

მაშინ იქნება მეცნიერების ავტორიტეტებს უკეთ ახსნათ «სამყაროს გამოცანები», და უფრო გონივრულად ემსჯელათ «ძალასა და მატერიაზე». მათი ფსიქიკური გრძნობა, რომ ცოტა ფხიზელ მდგომარეობაში ყოფილიყო, ასეთ უნივერსალურ მნიშვნელობას აღარ მიაწიჭებდნენ ტვინის უჯრედებს.

ფსიქიკური გრძნობის არსებობა შეინიშნება მათ მიერ, ვინც ოკულტურ მეცნიერებაში ერკვევა.

მოწაფე დარწმუნებული უნდა იყოს იმ არამატერიალური პიროვნების, სულიერი «მეს» არსებობაში, რომელსაც დავარქვით «სული». ასევე მან უნდა იცოდეს, რომ წიგნში მოყვანილი ლიტერატურის საშუალებით შესაძლებლობა ეძლევა დარწმუნდეს იმაში, რომ უხეში მატერიალური სხეულის გარდა მას გააჩნია უფაქიზესი ოდიური ასტრალური სხეული. მან საერთოდ უნდა იცოდეს, რომ მატერია არსებობს ყოფიერების სხვადასხვაგვარ ფორმებში.

თუ ჭეშმარიტებას, რომელიც შინაგან არსებას ეხება, მოწაფე გაითავისებს, მაშინ მხოლოდ ამის შემდეგ გახდება გასაგები, რომ ფსიქიკურ გრძნობას, გამოწვეულს ვარჯიშების გზით, შეუძლია იგი დააჯილდოს გაუთვალისწინებელი, მოულოდნელი იდუმალი ძალით, რომელიც თურმე მასში ლატენტურ (მთვლემარე) მდგომარეობაში იმყოფებოდა.

ამ ძალებს ისევე, როგორც ჩაფლულ განძს, რომელიც დღის სინათლეზე გამოიტანეს, შეუძლია მფლობელი უეცრად აქციოს ბედნიერ კაცად. მხოლოდ, განის მძებნელს უნდა გააჩნდეს მოთმინება, თუდაც ოფლი ღვრად ჩამოსდიოდეს შუბლზე, რადგან ბარის ყოველი დარტყმა აახლოებს სანუკვარ მიზანს.

მოწაფემ უნდა გაითვალისწინოს ისიც, რომ არანაკლები ბრძოლა და ძალდატანება მოუწევს საკუთარ თავთან! ამასთან ერთად, აუცილებელია სიმამაცეც: სიმამაცე ეგოისტურ მატერიალურ სამყაროსთან ბრძოლაში. რადგანაც, სწორედ ეს განცრომას დახარბებული, ძუნწი მატერია — გაუმაძღარი ურჩხული, სდარაჯობს იმ განძს, რომელიც მოწაფემ უნდა მოიპოვოს. ამ დრაკონზე გამარჯვება კი ძალიან ძნელია. ნამდვილი სახელმძღვანელო ისეა შედგენილი, რომ მასში შესული რჩევა — დარიგებები დიდ სარგებლობას მოუტანს მათ, ვისაც საკუთარ თავთან ბრძოლის ეშინია. (იგულისხმება აღნიშნული წიგნი. — მთ.)

ამ წიგნის პირველი ნაწილი, რომელიც განკუთვნილია მოწაფისათვის, ბევრს დააკმაყოფილებს, რადგან, მისი გულისყურით შესწავლის შედეგად მიიღწევა ამაღლება ყოფილთან შედარებით.

ახალბედა განცვიფრებითა და სიხარულით შენიშნავს, თუ რა ძალა აქვს მის ფიქრებს და მიხვდება, რომ ღარ არის დამცირებული, მხდალი ადამიანი, რომელსაც ბედი აქეთ-იქეთ ათამაშებს. იგი გონს მოეგება და დაიწყებს ბრძოლას არსებობისთვის, შეიარაღებული და დაცული.

სწავლების ბოლოს, ის უკვე ისეთი ძალების მფლობელი იქნება, რომლის სწორი გამოყენების შედეგად მისი ცხოვრება გახდება თავისუფალი და ბედნიერი, (ე.ი. მოწაფე) დაცული იქნება ყოველგვარი უბედურების, ავადმყოფობისა და ტანჯვისგან.

მოწაფე დარწმუნდება, რომ ადამიანი არც თუ ისე უსუსურია, არამედ უხვადა დაჯილდოებული იმ ძალებით, რომელთა საშუალებითაც ყოველგვარი საშუქოებისგან თავს დაიცავს. დაინახავს, რომ ვერანაირი მიწიერი უსიამოვნებანი მას ვეღარაფერს ავნებს.

ის, ვინც იგრძნობს, რომ დადგჷამი წასვლისა, არ დაკმაყოფილდება მის მიერ შეძენილი უნარით და მოისურვებს დაიწყოს ბრძოლა თავის ეგოისტურ ბუნებასთან. სწორედ ამისთვის დაწერილი ამ სახელმძღვანელოს მეორე განყოფილება. მოწაფეს ახლა უკვე შეუძლია შევიდეს ტაძარშიდა იქ შეისმინოს ზემთაგონება.

როგორც სადღესასწაულო ტანსაცმელში გამოწყობილი მორწმუნე შედის ღმერთის სახლში, ასევე მოწაფე უნდა განიწმინდოს ყოველგვარი მიწიერი უწმინდურებისაგან და გამოეწყოს «ახალ სამოსელში» კურთხევის წინ. მას შემდეგ, როცა აღსრულდება კურთხევა, ის საკუთარ თავს ხედავს ამალღებულს სამყაროს ყოველგვარი ამოებისაგან და გრძნობს, რომ მისი ძალები უფრო და უფრო იზრდება. იგი თანდათანობით იმსჭვალება უმაღლესი ძლევამოსილებით.

აი, ასეთი უნდა იყოს ნამდვილი ადამიანი — გათავისუფლებული ყოველგვარი მდაბიო ვნებებისაგან, იმ ბავშვური ჩვევებისაგან, როცა ფლანგავდა ძვირფას დროს და არყევდა საკუთარ ჯამრთელობას. იგი საკუთარი თავის და მთლიანი სამყაროს სრული ბატონ-პატრონი იქნება.

მისი ნებისყოფის ძალა განვითარდა და უკვე იცის რა ზემოქმედების მოხდენა შეუძლია ამ ძალის საშუალებით. მოწაფის ხელთაა ძლევამოსილება, მაგრამ მას ბოროტად არ გამოიყენებს, რამეთუ ამის გაკეთება არც შეუძლია, რადგან ნებიჯი უკან — შეუძლებელია. ამგვარი ძლიერების მიღწევა დასაშვებია იმ პირობით, თუ იგი შესაბამისი ზნეობის სიმალღეზე ავა.

მან აიარა მთის ნაწილი და მისი აღტაცებული მზერის წინ გადაიშალა აყვავილებული მხარის ფართო პანორამა. აქამდე ის იმყოფებოდა ველზე და რაოდენ შემოსაზღვრული იყო მისი მხედველობის არე, რაოდენ პატარა და ვიწრო იყო მის წარმოდგენაში სამყარო.

სამაგიეროდ, რამდენად ვრცელი და უზარმაზარია ეხლა ის, მისი ამალღებული თვალთახედვით. ბევრი ამით დაკმაყოფილდება. მიღწეული წარმატებებით გაბედნიერებულნი სხვებსაც მიეშველებიან მთაზე ასვლაში და რკინისებური სიმტკიცით გამოიყენებენ შეძენილ ძალებს, რათა დაეხმარონ თავის ახლობლებს. ზოგიერთებს კი — და დარწმუნებული ვარ, ძალიან ცოტას, შინაგანი ხმა უბრძანებს: «მოემზადე შემდგომი ასვლისათვის! მთა, რომელიც შენს წინაშეა, უფრო მაღალია და მიუვალი, ვიდრე ის, რომელზეც ახვედი. მაგრამ ნუ შეგეშინდება: შენ მიაღწევ მის მწვერვალს, რადგან ამის ძლიერი სურვილი გაგაჩნია!» და ნელნელა მაგრამ სწორად მიიწევენ ზემოთ. სულ უფრო თავისუფლად იწევეს მაღლა მათი მკერდი, უფრო მეტად იშლება და ფართობდება მათი თვალსაწიერი და მეტად მძლავრდება შინაგანი ძალა.

ძალიან ცოტას, რომელთაც მწვერვალს მიაღწიეს (ქურუმებს) აქვთ უფლება შევიდნენ ტაძარში. მათმა სულიერმა «მე»_მ მიაღწია უსაზღვრო ძლიერებას —

სხეულის გარსი მათთვის აღარაფერს წარმოადგენს. მათ თვალში ის მხოლოდ გარდაუვალი სიბოროტეა. ქურუმებმა არ იციან დარდი და მიწიერი ტანჯვა. აი, ნამდვილად თავისუფალი ზეადამიანები!

ვისაც სურს სრულად განავითაროს თავისი სულიერი ძალები, უნდა დაივიწყოს ეგოისტური ინტერესები. ფუჭად იმრომებს, ვინც ვარჯიშს დაიწყებს სიმდიდრის შესაძენად. სავსებით დასაშვებია გამოღვიძებული იდუმალი ძალების გამოყენება თავდაჭერილად, რათა ვიმყოფებოდეთ ნორმალურ ადამიანურ პირობებში და შევიმსუბუქოთ სხეულებრივი არსებობა. საკუთარი სხეულის საჭიროებაზე ზრუნვა ჩვენი ვალია და ამაში არავითარი ეგოიზმი არ არის.

მაგრამ, უსარგებლო და უაზრო დროის ხარჯვა იქნებოდა, თუ ვინმე ნების ძალას გამოიყენებდა იმისათვის, რომ მაგალითად, მოეგო ლატარიის ბილეთით. ასეთი მიზნებისაკენ მიმართული ვარჯიში არა მარტო უშედეგო იქნება, არამედ ძალიან დიდ ზიანსაც კი მიაყენებს იმ პირს, ვინც ჩაატარებს ამგვარ ცდებს, ვინაიდან გადაუხვევს ჭეშმარიტი მიზნისაგან და მისი ყოველგვარი შემდგომი წარმატება საეჭვო გახდება.

ასევე გაკიცხვას იმსახურებს, გარშემომყოფებზე სულიერი ზემოქმედება: მატერიალური გამორჩევის მიზნით დაიმორჩილო და დაჩაგრო შენი ახლობლები.

საზოგადებისათვის საშიშია საკუთარი მიზნების მისაღწევად, ადამიანთა ნების დათრგუნვა. ფსიქიკური ძალები მივიღეთ არა იმიტომ, რომ ბოლოს ერთმანეთი დავლუპოთ, როგორც ეს ცივილიზებულმა კაცობრიობამ ჩაიდინა, არამედ ამ ძალებმა უნდა მოგვიტანოს ბედნიერება, შეგვიმსუბუქოს ტვირთი და კაცობრიობა აიყვანოს ეთიკური განვითარების უფრო მაღალ საფეხურზე. ამით, გონებრივი პროგრესი, ალბათ არ დაზარალდება, ვინაიდან ფსიქიკური ძალების განვითარებასთან ერთად გაიზრდება გონებრივი შესაძლებლობანი: ხელოვნება, წარმოება და მეცნიერება მიაღწევს განვითარების უმაღლეს მწვერვალს.

მეცადინეობის დაწყებამდე მე კიდევ ერთხელ მინდა შეგახსენოთ, რომ თქვენი წარმატება მთლიანად არის დამოკიდებული მოთმინებაზე, რომელიც საჭიროა ნამდვილი საქმისათვის. «რომი ერთ დღეში არ აშენებულა!» მოწაფე უნდა გარდაიქმნას ახალ ადამიანად, მან თავის თავში უნდა განავითაროს ის ძლევამოსილი და მოქმედი ძალა, რომელზეც ადრე არავითარი წარმოდგენა არ გააჩნდა. მასში უნდა გამოჩნდეს ახალი, ამაღლებული გრძნობა, — გაბატონებული ჩვენს გაგებაში დროსა და სივრცეზე, რომელთანაც დაკავშირებულნი ვართ ჩვენი სხეულებრივი არსებობით. ესაა — ნაბიჯი ღმერთისაკენ!

შესაძლებელი კი არის ამის გაკეთება ჩვენს ნერვულ საუკუნეში, რომელიც სამარეს უთხრის ფსიქიკურ გრძნობებს?

ვინც გადაწყვიტა, დაანგრის საკუთარი სულის საპყრობილე და დაწყვიტოს ხლართები, რომლითაც საცოდავი სული მიჯაჭვულია გრძნობადთან, უნდა შეიარაღდეს მოთმინებითა და ჟინით. მყარად უნდა დადოს ქვა ქვაზე და ნელ-ნელა აღიმართება დიდებული შენობა.

ამის გარდა, საჭიროა სხვა თვისებაც — პუნქტუალობა. მასზე დიდად არის დამოკიდებული საქმის წარმატება. მეცადინეობას აუცილებლად უნდა დაეთმოს



ის დრო, რომელიც მისთვისაა განკუთვნილი. დაუშვებელია ყოველგვარი შესვენებები; გამონაკლისია მხოლოდ მძიმე ავადმყოფობის შემთხვევა, როცა ვარჯიში შეიძლება დროებით შეწყდეს. ეს ეხება მხოლოდ პირველი განყოფილების ვარჯიშებს. იმ პირებმა, რომლებიც გადავლენ შემდგომ ვარჯიშებზე, უნდა გაითვალისწინონ აგრეთვე სხვა შენიშვნებიც.

ვარჯიშის დროს უნდა მოიხსნან ყველანაირი საზრუნავი, როგორც ოჯახის, ისე საკუთარი თავის წინაშე. როცა დადგება ვარჯიშის დრო, არანაირმა ადამიანურმა პრობლემამ და არავითარმა ღმერთის წინაშე სამსახურმა არ უნდა შეაჩეროს მეცადინეობა. უნდა დავრჩეთ მარტონი საკუთარი თავის წინაშე და არაფერმა არ უნდა შეძლოს ჩვენი შემოფოთება. რაც არ უნდა მოხდეს ვარჯიშის დროს ჩვენს სახლში, ჩვენ არ უნდა გვეხებოდეს. საჭიროა ასე მოქცევა. წინააღმდეგ შემთხვევაში ჩვენც და ჩვენს ოჯახსაც მოელის უბედურება!

ამრიგად, ვარჯიშის დროს, შეიძლება ითქვას, სამყარო კვდება ჩვენთვის; ვარსებობთ მხოლოდ ჩვენ და ჩვენი მიზანი, დანარჩენი კი ყველაფერი ქრება აზროვნებიდან. გონიერი სამყაროს განჭვრეტა ძალზედ გვიმსუბუქებს ამ მძიმე სამუშაოს. ადამიანს გამუდმებით უნდა ახსოვდეს, რომ მთავარი ფასეულობა, სულიერ საწყისში მდგომარეობს და არა სხეულის გარსში. ეს უკანასკნელი არარაობაა, ის — მხოლოდ ადამიანის სულის სუსტი გამოსახულებაა. ეს სულიერი საწყისი ესწრაფვის სხეულის მეშვეობით მიაღწიოს უმაღლეს ზნეობრივ განვითარებას.

იმისათვის, რომ შინაგანმა არსებამ (ე.ი. სულმა) შეძლოს თავისუფალი განვითარება, ადამიანი მოვალეა დაიმორჩილოს უხეში მატერია, მისი ნებისყოფა იმდენად უნდა განვითარდეს და განმტკიცდეს, რომ გახდეს სრულიად თავისუფალი და დამოუკიდებელი შეგრძნებადი ზემოქმედებისაგან.

რამდენადაც მეტად გააძლიერებს ადამიანი თავის ნებისყოფას, მით მეტად აიძულებს შინაგან ღვთიურ შუქს, გაავრცელოს ყველგან მაცოცხლებელი სხივები.

მისი წყალობით ადამიანი შეძლებს ზემოქმედება იქონიოს მატერიალურ საგნებზე, რაც გაუნათლებელ კაცს სასწაულებრივ მოვლენად მოეჩვენება.

ეს ხომ მზე აგზავნის თავის ნათელ სხივებს ღრუბლებიდან, რომლებშიც აქამდე იმალებოდა!

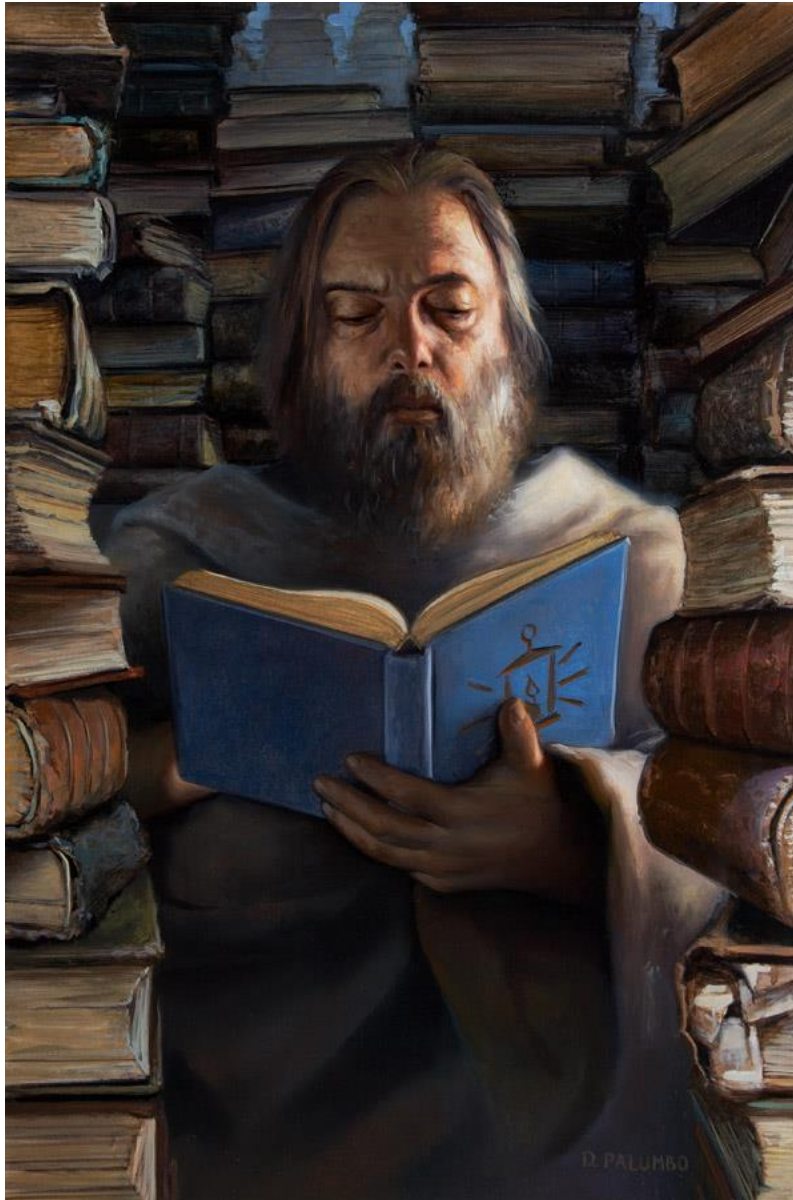
ჩვენი ამოცანა იმაში მდგომარეობს, რომ გავფანტოთ ეს ღრუბლები.

მას, ვისაც ძალიან უყვარს თავისი სხეული და მონურ მორილებაში იმყოფება საკუთარ გრძნობებთან, ამ წიგნს გადადებს გვერდზე და გულიანად გაიცინებს მის «ახირებულ» ავტორზე. ასეთი ადამიანებისათვის ჯერ არ დამდგარა საკუთარი თავის შემეცნების დრო და ჟამი, მათთვის, ისევე როგორც თხუნელასთვის, წარმოუდგენელია იმის გაგება, რომ არსებობს არსება, რომელიც დაფრინავს!

მაგრამ ბევრია ისეთიც, რომლებიც დაუოკებლად ისწრაფვიან თავისუფლებისაკენ, რათა ჩამოიცილონ მიწიერ სიამეთა გამომწვევი შეგრძნებები.

მათთვის დადგა ჟამი! ამ წიგნის სახით, ისინი იპოვიან იმ სახელმძღვანელოს, რომელიც ასე სჭირდებათ.





2. კონცენტრაცია

საერთოდ, კონცენტრაცია ჰქვია ყოველგვარ შერწყმას, შეერთებას. აზრის კონცენტრაცია მოითხოვს ერთი აზრის (ან რიგი აზრების), გარეგან შთაბეჭდილებებისაგან სრულიად გამოთიშვას, თვითჩაღრმავებას და აზრების მთლიანად მოკრებას კონკრეტულ სამუშაოზე. ამ მდგომარეობაზეა დამოკიდებული ჩემი სწავლების მთელი სისტემა, ხოლო აქტიურ კონცენტრაციაზე — მისი მთავარი ნაწილი. ამიტომ აუცილებელია, დასაწყისშივე შევუდგეთ მის შესრულებას.

ვისაც სურს აზრის საშუალებით ზემოქმედების მოხდენა, უნდა ისწავლოს ინტერესიულად აზროვნება. მან უნდა განავითაროს თავის თავში იმის უნარი, რომ იფიქროს მხოლოდ ერთ რამეზე. ყველა დანარჩენი სახეები, აზრები და



წარმოდგენები უნდა დათრგუნოს, თუ არა აქვთ რაიმე კავშირი იმ მთავარ აზრთა, რომელზედაც კეთდება კონცენტრაცია, ე.ი. ჩაახშოს ისინი წარმოშობისთანავე.

ამავე დროს აუცილებელია, აბსოლუტური გამოთიშვა ყოველგვარი გარეგანი ზემოქმედებისაგან. არც მხედველობის, არც სმენის ან სხვა გრძობითი ორგანოს მიერ არ უნდა იქნეს მიღებული რაიმე შეგრძნება და გაღიზიანება. უნდა მოხდეს, თუ შეიძლება ითქვას, სულიერი «მეს» გაიგივება ამ აზრთან.

ვარჯიშის დროს, სხეულის გარსი და საერთოდ ყველაფერი გარშემო, წყვეტს არსებობას, თითქოს ქრება მატერიალური და რჩება მხოლოდ მისი სულიერი სამყარო და ამორჩეული აზრი (ექსტერიორიზაცია). ეს აზრი უნდა გამოიკვეთოს და შეიკრიბოს ერთ ფოკუსში. მეცნიერებაში არის მიმართულება, რომელიც აზრს განიხილავს, როგორც რეალურ, მატერიალურ საგანს.

ერთ რაიმე საგანზე კონცენტრირებული და ინტენსიურად მიმართული აზრი ოდიური და შეიძლება ითქვას, ელექტრული ძალებით, განსაცვიფრებელ ზემოქმედებას ახდენს ამ საგანზე. ქვემოთ აღწერილი ცდა ამტკიცებს ზემოთქმულს: სხეულის რომელიმე ნაწილს ვუყურებთ თვალმოუშორებლად და აზრის კონცენტრაციის შემდეგ, კონცენტრირებული აზრის ხასიათზე დამოკიდებულებით, ეს ადგილი გაწითლდება სისხლის გაძლიერებული მოწოლის გამო.

თუ ამ მეთოდს სისტემატიურად მივმართავთ, შესაძლებელია გამოვიწვიოთ სხეულის ამ ნაწილის ზრდა და მეტი განვითარება. აქ უნებურად მახსენდება ინდოელი ფაკირების მიერ მაყურებლის თვალწინ მცენარის გაზრდა.

ვიხსენებ ჩემს მიერ წაკითხულ ერთ ინგლისურ ქალბატონზე, რომელსაც მარცხენა მკერდი თითქმის ატროფირებული ჰქონდა. ამ ვარჯიშის მრავალჯერადი გამეორების შემდეგ, განუვითარებელი მკერდი სიდიდით მეორეს გაუტოლდა.

იმისათვის, რომ საშუალება გვექონდეს, რათა ყველა აზრი განსაკუთრებული ძალით მივმართოთ ცენტრალურ პუნქტზე, უნდა მოვაწყოთ დახურული შენობა, რომელიც ქუჩის ხმაურისაგან დაცული იქნება. სადაც ეს შესაძლებელია, ფანჯრებს ხურავენ ან ვარჯიშობენ იმ დროს, როცა ქუჩაში მოძრაობა წყდება. უმჯობესია, ეს მოხდეს საღამოს 9-10 საათისათვის, ანდა დილით ადრე. უფრო გვიანი დრო ნაკლებად გამოსადეგია, რადგან სხეული გადაღლილია და ადვილად შეიძლება ჩაგვეძინოს მშვიდი ვარჯიშის დროს. ღამეს სავარჯიშოდ ირჩევენ მხოლოდ გამოკალის შემთხვევაში.

ვისაც სურვილი აქვს, ვარჯიშისათვის განკუთვნილი ადგილი სხვა პირსაც გაუნაწილოს, საჭიროა გამოეყოს მას ფარდის ან შირმის საშულებით.

როგორი პრიმიტიულიც არ უნდა იყოს სავარჯიშო ადგილი, მისი საშულებით მოწაფე მიაღწევს მიზანს, მხოლოდ მაშინ, როცა იგრძნობს რომ ბოლოს და ბოლოს რჩება განმარტოებით.

კიდევ ერთხელ ვიმეორე, რომ ტექნიკური მოწყობილობა(იგულისხმება სმენის დასახშობად გამოყენებული ცვილის ბურთულა და თვალის სახვევები-მთ შენიშვ.) უნდა მოვიცილოთ რაც შეიძლება მალე. ისინი საჭიროა მხოლოდ დასაწყისში, რადგან აზრის კონცენტრაციაში დახელოვნებულ და გაწაფულ

ადამიანს შეუძლია ყველაზე ძლიერ ხმაურშიც კი ჩაღრმავდეს და ნებისყოფის სიძლიერის საშუალებით ჩაახშოს გარემო ზემოქმედებისაგან გამოწვეული სხეულის მოუსვენრობა. ეს მნიშვნელოვან და სერიოზულ დაბრკოლებას წარმოადგენს.

მოწაფის პირველი ვარჯიში მიმართული უნდა იყოს იმისაკენ, რომ სრულიად დაიმორჩილოს კუნთები.

მაგალითად, ავიღოთ, თავის მობრუნების ჩვევა რაიმე ხმაურზე. ასეთი ჩვევა ძალიან შეუშლის ხელს ახალბედებს. თავისუფალ დროს უნდა დაჯდეს წიგნით ან სხვა რაიმე სამუშაოთი ისეთ ადგილზე, სადაც ინტენსიური მოძრაობაა, ვთქვათ ქუჩაში ან ბავშვების სათამაშო მოედანზე და მტკიცედ გადაწყვიტოს, არაფერმა შეუშალოს ხელი მუშაობაში: არც მოსეირნე ხალხმა, არც ხმაურმა. არ აიღოს თავი სამუშაოდან არანაირ გარემოებაში. ის აიძულებს თავს იყოს აბსოლუტურად მშვიდად.

პირველად მოწაფე შეძლებს შეასრლოს ასეთი ვარჯიში მხოლოდ მცირე დროის განმავლობაში, შესაძლებელია მხოლოდ 10 წუთით, მაგრამ ნელ-ნელა ის ეცდება გაზარდოს ვარჯიშის ხანგრძლივობა 5 წუთით. ვინც გულით შეეცდება თავის განვითარებას, მალე შეძლებს, ასეთი ვარჯიში მთელი ერთი საათის განმავლობაში გააგრძელოს.

საერთოდ, არ შეიძლება შემთხვევით წარუმატებლობის გამო სულით დაცემა, რაც ეხება ამ წიგნში აღწერილ ყველა ვარჯიშს. ყველას არ შეუძლია თოფით კურდღელი მოკლას. მხოლოდ მრავალი აცდენის შემდეგ შეიძლება ვისწავლოთ მიზანში სროლა.

საჭიროა მივეჩვიოთ პედანტურ პუნქტუალობას. წარმატების მისაღწევად ზედმიწევნით აუცილებელია ვარჯიშის ჩატარების ხანგრძლივობის დაცვა მთელი სიზუსტით. მიჩვევის წყალობით, ჩვენი სხეული გახდება მეტად მორჩილი და ვარჯიშებიც უფრო ინტენსიური იქნება.

ადამიანის უმრავლესობა განუწყვეტლივ ამოძრავებს ხელებს. ამის საწინააღმდეგოდ შემოგთავაზებთ შემდეგ ვარჯიშს: მაგიდის კიდეზე ხელებს აწყობენ ისე, როგორც მასწავლებლები აჯენენ მოწაფეებს, რომლებიც პირველად მიდიან სკოლაში. ცერა თითს ამოსდებენ მაგიდის კიდეს ქვემოდან. ასეთ, საკუთარი ნებით დამონებულ მდგომარებაში იმყოფებიან საინტერესო წიგნის კითხვის განმავლობაში.

ამგვარი ვარჯიშები შეიძლება მრავალნაირად ვცვალოთ. ვისაც ასეთი უარყოფითი ჩვევები აქვს, მალე თვითონვე მოიფიქრებს ისეთ ვარჯიშობებს, რომელიც გამოადგება ამ ჩვევების აღმოსაფხვრელად და მიიყვანს მიზანთან. ასე, რომ მოწაფემ არ უნდა დაკარგოს მოთმინება და გულისყური. აზრების კონცენტრაცია — ყველა ფსიქიკური ძალების გასაღებია.

ყოველი, შეგნებულად გამოწვეული ფსიქიკური ფენომენების საფუძვლად გვევლინება, როგორც აქტიური, ისე პასიური ფორმის კონცენტრაცია.

ასტრალური არსების, არავითარი ცნობიერი გამოვლენა არ შეიძლება აქტიური აზრის კონცენტრაციის გარშემო; ტელეპათია, სამკურნალო ოდიზმი,



ნებისყოფის ძალით საგანზე ზემოქმედება და სხვანი, შესაძლებელია, მხოლოდ ზუსტი, ინტენსიური აზრის კონცენტრაციის დახმარებით, ზუსტად ისევე, როგორც ფსიქომეტრია, ნათელხილვა და ნათელსმენა დამოკიდებულია სრული პასიური მდგომარეობის გამოწვევის ხელოვნებაზე. ეს უკანასკნელი, აქტიური აზრის კონცენტრაციის საპირისპიროა.

ამიტომ, მოსწავლეს გამუდმებით უნდა ახსოვდეს, რომ წარმოდგენილი სავარჯიშოები, რომელიც ყველა ფსიქიკური შესაძლებლობების საფუძველია, უნდა შერულდეს ზუსტად და განსაკუთრებული გულისყურით, და არ უნდა შეწყდეს იმაზე ადრე, ვიდრე მოსწავლე სუფთა სინდისით არ იტყვის, რომ მდგომარეობა (აქტიური და პასიური) მის სრულ განკარგულებაშია. შემდგომი წარმატება მთლიანადაა დამოკიდებული ვარჯიშის ინტენსიურობაზე, რომლითაც აღნიშნული პირი (მოსწავლე) შეძლებს მოიკრიბოს თავისი აზრები ერთ პუნქტზე ან როგორც შემდგომ თავში იქნება ახსნილი, სრულიად განთავისუფლდეს ყოველგვარი ფიქრისაგან.

თუ ზემოთ აღწერილ სავარჯიშოებს, მოსწავლე ასრულებდა მოთმინებით და მშვიდად, მაშინ მას შეუძლია ვარჯიშში აზრის კონცენტრაციაზე.



ალბათ, თავის ცხოვრებაში ყველას უმოგზაურია, უკიდურეს შემთხვევაში ერთხელ მაინც. ამ მოგზაურობამ უნდა მოგვცეს მასალა, ჩვენი პირველი ვარჯიშისათვის.

ყოველდღე, განკუთვნილ დროს, მარტოვებიან დახურულ შენობაში და ზემოთ აღწერილი მეთოდით იხვევენ თვალებს და იხშობენ ყურებს. ჯდება რაც შეიძლება მოხერხებულად და იწყებენ ფიქრს თავის ერთ-ერთ მოგზაურობაზე. ცდილობენ მეხსიერებაში აღიდგინონ და აზრობრივად წარმოიდგინონ ყოველი

წვრილმანი, თითქოს იგივე მოგზაურობას სინამდვილეში კიდევ ერთხელ ასრულებენ. აზრების მსვლელობა უნდა ემთხვეოდეს განვლილს.

წარმოვიდგინოთ ის შემთხვევა, როცა მოგზაურობა დაიწყო დილით. გავიაზროთ ჩვენი გაღვიძება, როგორ ვდგებით საწოლიდან, შემდეგ ვიბანთ, ვიცვამთ, ხელში ვიღებთ სამგზავრო ჩემოდანს, და შეძლებისდაგვარად ფრთხილად, რომ არ გავაღვიძოთ ჩვენი მძინარე ახლობლები, ფეხის წვერებზე ჩავდივართ ქრაჭუნა კიბეზე და მივემართებით გასასვლელისაკენ. ქუჩაში ჯერ კიდევ ბნელა. სქელსა და ნესტიან ნისლში მკრთალად მოსჩანს ანთებული ფარნები. როგორც იქნა მივალწიეთ ვაგზლამდე. რესტორანში ნამძინარეგ მოახლეს ან კელნერს მოაქვს საუზმე.

მატარებლის გასვლამდე დრო საკმარისია. სიამოვნებით მივირთმევთ სურნელოვან ყავას და ვგრძნობთ თუ როგორ გვივლის მთელ სხეულში სასიამოვნო სითბო. უკვე დროა! აჩქარებით ვყიდულობთ ბილეთს და ავდივართ ვაგონში. ჰკივის ორთქმავალი, მატარებელი დაიძრა და მივექრით სქელ ნისლში, რომელიც ჩვენი მზერის წინ იშლება, როცა ფანჯრიდან ვიხედებით. ვათვალიერებთ მგზავრებს და უეცრად ჩვენი მზერა, იქვე ახლოს, აწყდება ნაცნობ სახეს. უფრო ყურადღებიანი დაკვირვების შემდეგ, ვცნობთ ჩვენს დიდი ხნის უნახავ მეგობარ X_ს. აჩქარებით გადავჯდებით მის გვერდზე და გულითადად მივესალმებით მოულოდნელ სასიამოვნო თანამგზავრს და ა.შ.

ამგვარი თუ სხვაგვარი საშუალებით ჩვენ შეგვიძლია თავიდან გავიაროთ მოგზაურობა, იმ დროის განმავლობაში, სანამ მალვიძარა საათი არ გვამცნობს ვარჯიშის დამთავრებას.

მხოლოდ უნდა ვუფრთხილდეთ იმ ფიქრებს, რომელთაც არავითარი საერთო არა აქვთ ამ მოგზაურობასთან. ამას კი ახალბედა (მოწაფე) სამწუხაროდ, ნაკლებ ყურადღებას უთმობს. როგორც კი უცხო აზრი დაიწყებს განვითარებას, ის აუცილებლად მაშინვე უნდა უკუვავდეთ. აზრი მიმართული უნდა იყოს მხოლოდ მოგზაურობაზე და იმ ვითარებაზე, რომელიც უშუალოდ მასთანაა დაკავშირებული. თუ თავდაპირველად ეს არ მოგვივა, საჭიროა მეტი შრომა და ძალდატანება, რომელზეც ბევრი რამაა დამოკიდებული ამ ვარჯიშის დროს. თუ ყოველდღიურად ჩავატარებთ აღნიშნულ ვარჯიშს, მიახლოებით 12-14 დღის განმავლობაში, მაშინ, დღითიდღე უფრო და უფრო გაუმჯობესდება მისი მსვლელობა. ეს ვარჯიში დიდხანს არ უნდა გაგრძელდეს, საკმარისია 20-30 წუთი. ასევე შემძლია გირჩიოთ მომართოთ მალვიძარა, რომ დარეკოს განსაზღვრული დროის შემდეგ. არ არის აუცილებელი, რომ მოგზაურობა ბოლომდე მივიყვანოთ. როცა მალვიძარა დარეკავს, ვარჯიში აუცილებლად უნდა შეწყვიტოთ.

მომდევნო დღეს იწყებენ ისევ თავიდან. არამც და არამც იმ ადგილიდან, სადაც იქნა შეწყვეტილი წინა დღეს.

ყოველი ვარჯიშისას, მოგზაურობა წარმოდგენილი იქნება უფრო ინტენსიურად და შესაძლებელია იმის მიღწევაც, რომ სინამდვილეში იგი განცდილი იქნას კიდევ ერთხელ იმგვარად, რომ აზრი მიიღებს ცხოვრებისეულ პლასტიკურობას.



როცა ეს მდგომარეობა მიიღწევა და შესაძლებელი იქნება ამ მოგზაურობის განცდა ყოველგვარი მცირე შესვენების გარეშეც, საჭიროა, შემდგომ ახალ ვარჯიშზე გადასვლა.

ირჩევენ რაიმე პატარა საგანს, მაგალითად: ჯაყვას, ჯიბის საათს ან ასანთს და მთელ აზრს იკრეფენ ამ საგნის გარშემო.

თავისთავად იგულისხმება, რომ თვალეზი გახელილი რჩება მხოლოდ ყურები უნდა იყოს დახშული. ხელში იღებენ ამ საგანს და დაწვრილებით, ყურადღებით ათვალაიერებენ მას. თავიდან ფიქრობენ მისი გამოყენების მიზანზე, თუ რა მასალისგანაა დამზადებული და ბოლოს, მისი დამზადების მეთოდზე. უნდა ვიფიქროთ მხოლოდ იმაზე, რაც ამ საგანთან არის მჭიდრო კავშირში.

ხშირად შეიძლება მოხდეს, რომ ფიქრისას, მაგალითად, ჯაყვის დამზადების მეთოდზე, წარმოგვექმნება წარმოდგენა ყველა მუშაზე, რომლებიც მუშაობდნენ ამ ჯაყვაზე. ეს უკვე იქნებოდა მნიშვნელოვანი გადახრა და შეეძლო მოეტანა დიდი ზიანი სავარჯიშოს შემდგომი მსვლელობისათვის. როგორც კი აღიძვრება ფიქრიდან გადახვევის სურვილი, ის მაშინვე უნდა აღიკვეთოს. ამის შეხსენება ხშირადაა საჭირო, იმიტომ, რომ ეს არის სწორედ ის საშიში ადგილი, რომელსაც ბევრი გვერდს ვერ აუვლის. მათ არ უნდათ ძალა დაატანონ თავს, რათა ფანტაზია მოაქციონ მკაცრ ჩარჩოებში და გაწვილებულნი ვარჯიშს თავს ანებებენ. ვინც შესძლო, თუნდაც ერთხელ მაინც, ძალით მიემართა თავისი აზრები სავარჯიშო საგანზე, მისთვის გამეორება არავითარ სიმძნელეს არ წარმოადგენს.

სავსებით სწორი იქნება, თუკი დანის სადაფის ფირფიტაზე ფიქრისას, წარმოდგენა შეჩერდება იმ ნიჟარაზე, რომლისგანაც ეს ფირფიტაა გამოჭრილი. მაგრამ მიზნიდან მნიშვნელოვანი გადახრა იქნებოდა, თუ ამას გარდა, წარმოვიდგენთ ზღვასაც და ზღვის ფსკერსაც, თავისი სასწაულებითა და ურჩილებით. ეს წარმოდგენა, ბუნებრივია, არავითარ კავშირში არ არის იმ ჯაყვასთან, რომლისკენაც ჩვენი აზრია მიმართული.

აუცილებელია კიდევ ერთხელ აღინიშნოს, რომ აბსოლუტური პასიური მდგომარეობა დადებითად მოქმედებს ამგვარი სავარჯიშოების წარმატებაზე. ამისათვის, აუცილებელია ვეცადოთ მივიღოთ რაც შეიძლება მოხერხებული მდგომარეობა და აბსოლუტურად მოვადუნოთ კუნთები, რათა თავიდან ავიცილოთ ყოველგვარი უსიამო და მავნე ზემოქმედება.

მოწაფისათვის, სწავლების შესამსუბუქებლად მოყვანილი იქნება მსგავსი სავარჯიშოს ნაწილი.

მოსწავლე უსწორებს თავის მახვილ და უმოძრაო მზერას რაიმე საგანს, ვთქვათ ჯაყვას. შემდეგ აღიძვრება აზრების მიმდინარეობა ასეთი სახით: «აი — ჩემი ჯაყვა. მას გააჩნია ორი პატარა და ერთი დიდი დანის პირი. ცალ მხარეს გაკეთებული აქვს საცობის საძრობელა. პატარა დანის პირი გათვალისწინებულია იმისათვის, რომ გაითალოს ფანქარი. დიდი პირი კი გამოიყენება სხვადასხვა სამუშაოებისათვის და ამიტომ ცოტა დაიკბილა კიდევ. საცობის საძრობელა ძალიან ოსტატურადაა გაკეთებული. ეს დანა ძალიან ლამაზია (ის ეხლა მე მიჭირავს ხელში) და დამზადებულია კარგი მასალისაგან. ის მე 10 წელია

მემსახურება და ალბათ კიდევ დიდხანს გამომადგება. ტარი ძალიან ლამაზადაა გაკეთებული სადაფისაგან და ოქროსფერი ბრჭყვიალა ლურსმნებისაგან. აი აქ, სპილენძის ოვალურ ფირფიტაზე, ამოტვიფრულია ჩემი სახელი. დანის პირი დამზადებულია ზოლინგენის ფოლადისაგან, დანარჩენი ნაწილები ზოგი სპილენძისაა და ზოგიც — რკინის».

ამგვარად აღწერენ თავისთვის მთელ დანას.

ამის შემდეგ ფიქრობენ მისი წარმოების ხელოვნებაზე. კონცენტრაციის ეს ნაწილი წარმოდგენილი უნდა იქნეს ფანტაზიით, რადგან, რა თქმა უნდა, ყველას არა აქვს ნანახი ჯაყვის დამზადების პროცესი. ამიტომ შემოიფარგლებიან მხოლოდ იმ წარმოდგენით, თუ რომელი ნაწილია გამოჩარხული, რომელი ჩამოსხმული, როგორ შეიძლება ტარის დამზადება და როგორ მოხდა ყველა ნაწილის აწყობა.

ეს სავარჯიშო დასაწყისისათვის უნდა გაგრძელდეს მხოლოდ 5 წუთი. შემდეგ ნელ-ნელა უნდა გაიზარდოს 15 წუთამდე.

თუ აზრის მსვლელობა დამთავრდება, უცხო აზრის დაუმუშავებლად ისევ იწყებენ ფიქრს თავიდან და ვარჯიშს აგრძელებენ მალევიდარას ზარის დარეკვამდე.

იმისათვის, რომ პირველ ხანებში თავიდან ავიცილოთ აზრობრივი გადახრა, კარგია ჩვენი სავარჯიშო შევასრულოთ ჩურჩულით, რისი წყალობითაც შესაძლოა ვაწარმოოთ თვითკონტროლი. მაგრამ ასეთი შესამსუბუქებელი პირობების გამოყენება დიდხანს არ შეიძლება, რადგან ეს ძალის ტყუილ დაკარგვას იწვევს.

ამ მეთოდის გამოყენება დასაშვებია არა უმეტეს 4-5 ვარჯიშისა. ისიც მხოლოდ იქამდე, სანამდე არ გამოვიმუშავებთ ენერგიული ფიქრის ჩვევას. ვისაც შეუძლია ასეთი დახმარების საშუალების უარყოფა, უკეთესია არ გამოიყენოს ის.

თავისთავად იგულისხმება, რომ საგნები შეიძლება შეიცვალოს. სამი ან ოთხი ვარჯიში შეიძლება ჩატარდეს ჯაყვით. შემდეგ სავარჯიშოების ასეთივე რაოდენობა — რაიმე სხვა საგნით. აღვნიშნავთ, რომ როგორც წესი საჭიროა რთული საგნიდან უფრო მარტივ საგანზე გადასვლა, რაც უფრო მარტივია საგანი, მაგალითად ღილი, მით უფრო ძნელია ხანგრძლივი დროის განმავლობაში მასზე შეჩერედეს ყველა აზრი.

ვისაც შეუძლია აღნიშნული სახით მოიკრიბოს აზრი ძალიან მარტივ ობიექტებზე $\frac{1}{4}$ საათის ან მეტი ხნის განმავლობაში, ამასთან (მოწაფე) მთლიანად იყოს დაკავებული მხოლოდ თავისი საგნის და დანიშნული დროის განმავლობაში არ დაუშვას აზრების არანაირი გადახრა ამ თემიდან, მაშინ მას შეუძლია იმედებით ფრთაშესხმლმა, წარმატებით განაგრძოს შემდგომი ვარჯიშები. აი, ეს არის რაიმე საგნის აზრობრივად წარმოდგენა.

ისევ იღებენ ხელში რაიმე საგანს, მხოლოდ ამჯერად უნდა მივყვეთ შებრუნებული მსვლელობით. კერძოდ, იწყებენ მარტივიდან და გადადიან შედარებით რთულზე.

რაიმე საგანს ათვალთვლებენ დიდხანს. მაგალითად, ფანქარს. შემდეგ დახუჭავენ თვალებს და წარმოიდგენენ, ფანქრის რაც შეიძლება ზუსტ გამოსახულებას, რომელიც გონებაში დაფიქსირდა ხანგრძლივი მზერის შედეგად. როცა მოწაფე ისევ გაახელს თვალს და შეადარებს წარმოსახულს და ნამდვილ



საგანს ერთმანეთს, შეამჩნევს, თავისი აზრობრივი გამოსახულების სხვადასხვა ნაკლს.

მოსწავლის ამოცანაა გამოასწოროს ეს ნაკლოვანებანი იმით, რომ დახუჭული თვალით ეცადოს წარმოიდგინოს საგანი ზუსტად ისეთი, როგორც სინამდვილეში ორიგინალია.

შემდეგ ისევ თვალგახელილი ათვალეირებენ საგანს. ეს სავარჯიშო იქამდე უნდა გაგრძელდეს, სანამ მიიღწევა 1 წუთის განმავლობაში კონცენტრირებული მზერის შედეგად რთული საგნის წარმოდგენა დახუჭული თვალებით, უფრო სწორად კი, უნაკლო სარკული გამოსახულების მიღება. ამ სავარჯიშოს ხანგრძლივობა არ უნდა აღემატებოდეს 30 წუთს.



თუ აქაც მიიღება დამაკმაყოფილებელი შედეგები, მაშინ შესაძლებელია გადასვლა შემდგომ, შედარებით რთულ სავარჯიშოზე. აზრის კონცენტრირებას ახდენენ რაიმე საგანზე წინასწარი დათვალეირების გარეშე. ე.ი. კონცენტრირებას ახდენენ საგნის აზრობრივ გამოსახულებაზე. ასე მაგალითად: წარმოიდგენენ საკუთარი ჯიბის საათის გამოსახულებას და ახდენენ აზრის კონცენტრირებას იმგვარად, როგორც ეს კეთდებოდა მეორე სავარჯიშოში: საგნის მიზანზე, მასალასა და წარმოებაზე. მოგვიანებით უბრუნდებიან შედარებით მარტივ საგნებს.

თანდათანობით, ცდის ჩასატარებელ მასალად (ობიექტად) გამოიყენებენ ნაცნობ პირებს, შინაურ ცხოველებს და ა.შ.



თუ ეს ვარჯიშებიც წარმატებით ჩატარდება, მაშინ მათ ცვლიან შემდეგი სახით: რაც შეიძლება სწრაფად ახშობენ ერთ აზრს და გადადიან მეორეზე. შემდეგ უზადლო სიზუსტით ისევ უბრუნდებიან თავდაპირველი მსჯელობის იმავე პუნქტს, რომელიც ეს-ესაა შეწყვიტეს.

ეს შეგნებული გადახრაა.

ამ სავარჯიშოს წინ უნდა უსწრებდეს ქვემოთ აღწერილი შედარებით უფრო ადვილი ამოცანა. ცოტა ადრე, მეორე სავარჯიშოს დაწყებამდე, სარგებლობენ 2-3 თავისუფალი წუთით და შემდეგ ამოცანას წყვეტენ: იწყებენ ფიქრს რაიმე ცნებაზე, საგანზე ან არსებაზე, ანდა ცდილობენ ძალიან სწრაფად გამოიწვიონ საწინააღმდეგო ცნებების წარმოდგენა.

ფიქრობენ, მაგალითად სიტყვაზე «ცარიელი» და იმწამსვე უნდა შეადგინონ ცნება «სავსე», «წყალს» უნდა მოჰკვს «ცეცხლი». «ლურჯ ცაზე მბრწყინავ მზეს» — «მოღრუბლული წვიმიანი დღე», «მტრედს» შეიძლება «გველი» ან «არწივი» და ა.შ.

ცდილობენ რაც შეიძლება სწრაფად შეასრულონ ეს ამოცანა და თანაც ყოველდღე. აღნიშნული ამოცანა არც ისე ძნელი იქნებოდა, რომ არა ყოველი ცნება, ყოველი საგნისა თუ არსების ისე მკაფიოდ წარმოდგენის აუცილებლობა, რათა ეს წარმოდგენა ელვისებურად ნათლად წარმოიშვას აზრობრივი ხედვის წინაშე. ამ სავარჯიშოების წყალობით დროთა განმავლობაში საკმაოდ გამომუშავება ჩვევა, რომელიც საჭიროა შემდგომ სავარჯიშოებზე გადასასვლელად.

მაგალითად, მე მივმართავ მთელ აზრებს ჩემი პატარა გოგონასკენ და მაშინვე მის გვერდზე წარმოვიდგენ საკუთარ თავს: რომ ჩემი პატარა შვილი ჩამეხვია თავისი პატარა ხელებით და კულულებიანი თავი მხარზე დამადო; აი, ის მიყურებს ნათელი, მხიარული თვალებით და ნახევრადკითხვით და ნახევრად ალერსიანი ხმით ნაზად მეძახის «მამიკო».

მე ელვისებურად გადამაქვს გამოკვეთილი აზრი სხვა წარმოდგენაზე. წარმოვიდგენ, მაგალითად, ახლახანს გამოგონებულ გამომთვლელ მანქანას, რომელიც ცოტა ხნის წინ ვნახე ჩემს მეგობართან და ცნობილი მეთოდით აზრებს ვიკრებ ამ საგანზე. შემდეგ ისევ (2 და 3 წუთის მერე დაახლოებით), ვცდილობ მკაფიოდ დავუბრუნდე პირველ მსჯელობას, ზუსტად იმ ადგილიდან, რომლიდანაც დავიწყე. თუკი, მთელი სავარჯიშო მიმდინარეობს შეუსვენებლივ, მაშინ ვაგრძელებ ჩემი აზრების მსვლელობას ცნობილი მეთოდით. ერთი ვარჯიშის დროს შეიძლება 4-5 ჯერ შევცვალოთ აზრები. ვარჯიშის ხანგრძლივობა 30 წუთს არ უნდა აღემატებოდეს. ახლა უკვე შეიძლება ადრე გაკეთებული ყველა ვარჯიშები ჩავატაროთ დაუხშობელი ყურებით (საცობების გარეშე).

აქ ჩვენ შევხვდებით დიდ სიძნელეს და აუცილებელია გამოვიჩინოთ ძლიერი ნებისყოფა. მოსწავლეს ნუ შეეშინდება, მას ეს გამოუვა! პირველი ცდა არავის არ უმართლებს. არავითარ შემთხვევაში არ უნდა იყოთ ქარაფშუტა. აუცილებელია ვარჯიში მანამ, სანამ აზრის კონცენტრაცია არ შეგეძლებათ ძლიერ ხმაურშიც კი.

მთელი ის დრო, როცა ვარჯიში დაუხშობელი ყურებით კეთდება, აუცილებელია შემდეგ ამოცანების ყოველდღიურად შესრულება:



თავისუფალ დროს გამოდიან ჰაერზე, მაგრამ არა მშვიდ, განმარტოებულ ადგილზე, არამედ იქ, სადაც ძლიერი მოძრაობაა და ხმაურია, ანდა თუ ამინდი და წელიწადის დრო ხელს არ გვიწყობს ქუჩაში გამოსასვლელად, შედიან რაიმე შენობაში, სადაც ბევრი ხალხია, რომლებიც თავისი ლაპარაკით და სიარულით იწვევენ დიდ ხუამრს, მაგალითად, რესტორანში.

იღებენ ხელში გაზეთს ან წიგნს და იწყებენ იმ ადგილის კითხვას, რომელიც უფრო მიმზიდველი და საინტერესოა. შემდეგ, ხმაურის მიუხედავად, ცდილობენ გონებაში აღიდგინონ წაკითხული. რაც უფრო ძლიერად შეძლებს მოსწავლე წაკითხულის გარშემო აზრის კონცენტრირებას, მით უფრო მეტად მოახდენს მეხსიერების ფუნქციონირებას. რაც უფრო მეტად ივარჯიშებს აზრის კონცენტრაციაზე ღია, დაუცობელი ყურებით, მით ნაკლებად მიაქცევს ყურადღებას გარშემომყოფთა ხმაურს.

სულაც არ არის აუცილებელი, რომ წაკითხული მეორედობდეს სიტყვა-სიტყვით, საკმარისია ამომწურავი დასკვნა. რა თქმა უნდა, რაც უფრო ხშირად შეძლებს მოსწავლე მთავარი შინაარსის გამეორებას, მით უფრო მეტია წარმატება.

ამ დროს უკვე შეიძლება ადვილად უფრო ძნელზე გადასვლა. რამდენადაც საინტერესო და მიმზიდველია ვარჯიშის დროს წაკითხულის შინაარსი, მით უფრო ადვილია მისი აღდგენა გონებაში.

შემდგომ, ნელ-ნელა გადადიან ნაკლებად საინტერესო მასალის კითხვაზე, რომელიც შეიძლება კიდევაც სცილდებოდეს მოსწავლის ინტერესებს.

მაგალითად, თუ მოსწავლე იდეალურად მხატვრული ნატურის ადამიანია, მაშინ აზრის კონცენტრაცია საგაზეთო ბირჟის ქრონიკაზე, არ მიანიჭებს სიამოვნებას და რა თქმა უნდა თავდაპირველად ამ ქრონიკის აღდგენა მისთვის ძნელი იქნება. იგივე დაემართება იმ ადამიანსაც, რომელიც სერიოზულადაა მოკიდებული თავისი სულიერი სამყაროს შესწავლას და საკუთარ თავს აიძულებს ვარჯიშის დრო დაუთმოს მოდების განხილვასა და სპორტულ ცნობებს.

პირველად იღებენ პატარა სტატიებს, ახალ ამბებს, შენიშვნებს, რომელიც დაახლოებით 30 სტრიქონისაგან შედგება. შემდეგ შედარებით დიდ სტატიებზე გადადიან. მხოლოდ არ შეიძლება ვარჯიში გაგრძელდეს საათნახევარზე მეტხანს. უმჯობესია გამოერება კიდევ ერთხელ, ვიდრე დიდხანს გაგრძელება.

აზრების უმაღლესი კონცენტრაცია სრულად მიღწეულად ითვლება მაშინ, თუ მოსწავლე ყველაზე ძლიერ ხმაურშიც კი შეძლებს ამოხსნას რთული ამოცანა.

მაღალი ხელოვნების მისაღწევად თავს უფლებას აძლებენ, შეწყვიტონ ან შეაჩერონ თავისი სამუშაო, რომ შემდეგ შეუნელებელი ძალით და ყურადღებით ახლიდან დაბრუნდნენ შეწყვეტის ადგილზე.

აზრების კონცენტრაციაში აუცილებელია მუდმივი მეცადინეობა. მხოლოდ ამგვარი ვარჯიში აჩქარებს მოსწავლის მიერ საოცარი შედეგების მიღებას. ამაში მდგომარეობს ბევრი, ბედისაგან გათამამებულის საიდუმლო.



3. პასიური მდგომარეობა

აქტიურ კონცენტრაციასთან ძალიან ახლოს დგას პასიური მდგომარეობა. უკანასკნელი წარმოიშვება მხოლოდ პირველისაგან.

ვისაც შეუძლია აზრის კონცენტრაცია, მხოლოდ მას ძალუმს მიაღწიოს ისეთ მდგომარეობას, რომელიც ყველაზე კარგად დახასიათდებოდა სიტყვა «არარსებობა».

ჩვენი გონებრივი სამყარო შეიძლება შევადაროთ ზღვას. როცა აღელვებული ვართ, ჩვენი ფიქრები წააგავს ბობოქარ ზვირთებს, ხოლო თუ მშვიდად ვართ, მაშინ ჩვენი ფიქრები მოძრაობენ ნაზად — მოლივლივე ტალღების დარად.



მათი რაოდენობა უთვალავია, მაგრამ სიცოცხლე — ხანმოკლე: ისინი მაშინვე უთმობენ ადგილს ახლად წარმოშობილ ტალღებს, რომლებიც ეწევიან მათ და ქრებიან თავისი მოკლე არსებობის კვალის დაუტოვებლად.

პასიური მდგომარეობა საჭიროებს, რომ ჩვენი სულიერი ზღვა იყოს გლუვი, როგორც სარკე. უნდა გაქრეს ყოველი ძლიერი ზვირთი, ყველა უთვალავი პატარა ტალღაც კი უნდა გაიყინოს ისე, თითქოს კარაქისა იყო.

უნდა ჩაიხშოს ყველა აზრი და ჩასახვისთანავე უნდა მოხდეს მათი განადგურება. ამაშია პასიური მდგომარეობის აუცილებელი პირობა.

ამგვარად, საჭიროა აზროვნების აპარატის სრული განწმენდა. უნდა ვეცადოთ მივიდეთ იმ მდგომარეობამდე, რომლის დროსაც ჩვენი ტვინი დაემგვანება სუფთა, დაუწერელ ქალაქს, და უნდა შევისწავლოთ ეს მდგომარეობა, რათა შესაძლებლობა გვქონდეს დავეუფლოთ მას რაიმე განსაზღვრული დროის განმავლობაში.

ამ მდგომარეობაში უნდა დავივიწყოთ ყველაფერი, თვით საკუთარი არსებობაც კი.

როცა გადავლახავთ ყველანაირ მიწიერ მისწრაფებებს, შემოვიზღუდებით ყოველგვარი გარეგანი შთაბეჭდილებებისაგან და გავხდებით უგრძობნი ჩვენს გარშემო მყოფი და მოქმედი მატერიალური სამყაროს მიმართ, მაშინ უკვე ჩვენი სული გახდება სულიერი სამყაროს უფრო ფაქიზი მოქმედებების ათვისების უნარის მქონე. წინააღმდეგ შემთხვევაში ისინი ჩვენთვის უკვალოდ ჩაივლიან. ჩვენს სულს, პასიურ მდგომარეობაში უფრო უკეთესად შეუძლია იმოქმედოს სხეულზე.

როცა პასიური მდგომარეობიდან გამოვდივართ, ჩვენ ვპოულობთ სუფთა ფურცელს დაწერილს.

გვიტაცებს მაღალი, შემოქმედებითი აზრების ნაკადი, აზრებისა, რომელთა წარმოდგენა ჩვეულებრივ ფხიზელ მდგომარეობაში ჩვენთვის შეუძლებელია. ახალი, მოულოდნელი იდეები, გეგმები და პროექტები მომდინარეობენ ჩვენში და გვანცვიფრებენ თავისი ორიგინალობით.

პასიური მდგომარეობა ყველასათვის დიდ ფასეულობას წარმოადგენს.

ვინც გონებრივ მუშაობას ეწევა, შეუძლია პასიური მდგომარეობისაგან დიდი სარგებლობა მიიღოს. მაგრამ, მხოლოდ მაღალი ზნეობის ადამიანს ძალუძს ეს მდგომარეობა გამოიყენოს ზნეობრივი პროგრესის ყოვლისშემძლე ბერკეტად. ის ამცნობს მის სულს, თუ როგორ შეიძლება იმოქმედოს აღშფოთებულ სხეულზე.

ეს მდგომარეობა განსაკუთრებით აუცილებელია სხვადასხვა ოკულტური უნარის განვითარებისათვის, რომელზეც ქვემოთ გვექნება საუბარი.

მაგრამ პასიური მდგომარეობა საშიშროებასაც წარმოადგენს. თუმცა, ერთის მხრივ, ამ მდგომარეობაში ჩვენ ვიმყოფებით ჩვენივე სულის და აგრეთვე კეთილმოსურნე, მეტად სრულქმნილი, ფაქიზი მატერიალური გონიერი არსებების გავლენის ქვეშ, მეორეს მხრივ კი წარმოვადგენთ იარაღს სულმდაბალი, არასრულყოფილი გონიერი არსებების ხელში და ვემორჩილებით ამ უკანასკნელთა ზეგავლენას, რომელიც ჩვენთვის არც თუ ისე უსაფრთხოა.

ამ უკანასკნელთან წინააღმდეგობის გასაწევად ჩვენ გაგვაჩნია შესანიშნავი საშუალება, სახელდობრ — აზრის კონცენტრაცია, ე.ი აქტიური მდგომარეობა. როდესაც ვგრძნობთ არაწმინდა გავლენის მოქმედებას, ჩვენთვის საკმარისია მის საწინააღმდეგოდ მოვიკრიბოთ აზრი.

ასე მაგალითად: როცა ვარჯიშისას შებოჭილნი ვართ არაჰარმონიული სურვილებით, მაშინ ჩვენ უბრალოდ ვიკრებთ აზრს ამაღლებულ წარმოდგენებზე: მშვიდობაზე, ახლობლების სიყვარულზე, უწმინდეს ჰარმონიაზე. ამით ჩვენ არაჰარმონიულ გამოსხივებას ვაუძღურებთ, რომ ვერ მიეკედლოს ჩვენ სულს.

მოკლედ, სულერ სამყაროში მსგავსი მიილტვის თავისი მსგავსისაკენ, ამასთან ერთად, ასეთ არაჰარმონიულ ზეგავლენას უმეტეს შემთხვევაში ემორჩილება ისეთი ადამიანი, რომელიც თვითონვეა მიდრეკილი დისჰარმონიისაკენ. ძალიან იშვიათად ხდება, რომ მშვიდი და მაღალი ეთიკური მისწრაფებების მქონე მოწაფე, მოექცეს ამ მდაბალი გამოსხივების ზეგავლენის ქვეშ. მაგრამ თუ ამდაგვარი რამ კიდევაც მოხდება, მან უკვე იცის როგორ უშველოს თავის თავს. ამგვარი შემთხვევა კი მხოლოდ ხელს შეუწყობს მის თვითგამაგრებას.

მან კი, ვინც თავისი მანკით იზიდავს მისთვის მონათესავე არსებებს, მათგან უნდა შეძლოს თავის დაცვა, რაც დაეხმარება ნებისყოფის გაძლიერებაში. იგი ასე უნდა მოიქცეს, თუ არ სურს ექვექვემ დააყენოს ვარჯიშის წარმატება.

პასიური მდგომარეობა მოითხოვს სხეულის აბსოლუტურ უმოძრაობას. ამ სავარჯიშოს შესასრულებლად საუკეთესო დროა სადამოს სიჩუმე ან ადრიანი დილა. მოსწავლე შედის თავის დახურულ ნიშაში, ცნობილი მეთოდით იხშობს ყურებს, იხვევს თვალებს და წვება ხალიჩაზე.

აუცილებელია ვიზრუნოთ სხეულის მოხერხებულ მდგომარეობაზე, რათა ნელ-ნელა შეიძლებოდეს კუნთების სრულიად მოდუნება.

ამგვარად, მთელი სხეული უნდა იმყოფებოდეს მხოლოდ მშვიდ და მთვლემარე მდგომარეობაში.

სუნთქვითი პროცესი, ყოველგვარი განსაკუთრებული ძალდატანების გარეშე, შეძლებისდაგვარად უნდა იყოს მოდუნებული. წყვეტილ ან ღრმა სუნთქვას უნდა მოვერიდოთ.

გონებაში წარმოვიდგინოთ თეთრი დისკო (დაახლოებით 20 სმ დიამეტრით) შავ ფონზე, რომელიც გამუდმებით ბრუნავს თავისი ცენტრის გარშემო. ჩვენი შინაგანი მზერა გავუსწოროთ ამ დისკოს და განვდევნოთ ჩვენგან ყოველგვარი გარეშე აზრები, ისე როგორც აზრთა კონცენტრაციისას ვაკეთებდით.

ჩვენთვის ცნობილი აზრთა კონცენტრაციისაგან პასიური მდგომარეობა იმით განსხვავდება, რომ ამგვარ მდგომარეობაში აუცილებელია თავის შეკავება ყოველგვარი მოსაზრებებისაგან თეთრი დისკოსა და შავი ფონის შესახებ. არსებობს მხოლოდ ერთი ამოცანა: დავიჭიროთ თეთრი დისკოს წარმოდგენა შეუცვლელი ფორმით, დაუშვებელია ფიქრი სხვა რაიმეზე. მხოლოდ მშვიდად უყურებენ დისკოს ზომიერ ტრიალს.

მოსწავლე უნდა გაფრთხილდეს, რათა არ ჩაეძინოს. ამისათვის კი ზედმეტი ნებისყოფის დაძაბვა საჭირო არ არის, რადგან ეს უკვე გამოიწვევს გადხრას.

ამ მდგომარეობაში ყოფნას უნდა ვეცადოთ 3-5 წუთის განმავლობაში.

პირველი ცდის დროს მოსწავლე იძულებული იქნება ენერგიულად ებრძოლოს თავის თავს. აზრები ერთიმეორის მიყოლებით შეიჭრებიან მის გონებაში და გააბუნდოვნებენ დისკოს გამოსახულებას, მაგრამ მოსწავლე რაიმე სხვა აზრზე არ უნდა შეჩერდეს, არამედ გონებაში უნდა უმზიროს მხოლოდ დისკოს გამოსახულებას. ყოველ ცდაზე ძალა უფრო და უფრო მოემატება და 10 ან 12 ცდის შემდეგ მოსწავლე უკვე მიაღწევს იმ მდგომარეობას, რომ სულ ცოტა, 3 წუთის განმავლობაში მაინც ისე შეიკავოს თავი სხვა უცხო აზრებისაგან, რომ დისკოს გამოსახულება დარჩეს ნათელი და დაუბინდავი.

შემდეგ უნდა ვეცადოთ ეს სავარჯიშო შევასრულოთ 4-5 წუთის განმავლობაში და მერე თანდათანობით უფრო მეტად გავზარდოთ მისი ხანგრძლივობა.

მალვიძარას აქაც შეუძლია სარგებლობის მოტანა, მხოლოდ, აუცილებელია აღვნიშნოთ, რომ კარგი იქნება თუ მალვიძარას შემოახვევთ რაიმე ნაჭერს, რათა ზარის მკვეთრმა და მაღალმა ხმამ ძლიერად არ იმოქმედოს ნერვებზე. წინააღმდეგ შემთხვევაში მგრძნობიარე ნატურები შეიძლება ჰიპნოტიზირებულ მდგომარეობაში ჩავარდნენ ამის გამო.

მოწაფეს შეუძლია წინ წასვლა მას შემდეგ, როცა დისკოს გამოსახულების შენარჩუნებას ნათლად და გაუმკრთალებლად შეძლებს 10 წუთის განმავლობაში. ამასთან არც ერთი უცხო გამოსახულება, არცერთი უცხო აზრი მისთვის დიდხანს არ იარსებებს.

დისკოდან უნდა წარმოიქმნას პატარა, მბრუნავი, მანათობელი წერტილი, გარშემორტყმული შავი სივრცით. ამ ვარჯიშის მსვლელობა ისეთივეა, როგორც წინასი.

თუ შეგვეძლება აქაც მივალწიოთ იგივე შედეგს და 10 წუთის განმავლობაში არ გადავიხაროთ ამ წერტილის წარმოდგენიდან, ამის შემდეგ ჩვენ მივალწევთ — პასიურ მდგომარეობას.

აუცილებელია, არაფერი არ გვესმოდეს, არაფერს არ ვგრძობდეთ და არაფერზე არ ვფიქრობდეთ, ე.ი თითქოს არ ვარსებობდეთ.

თავდაპირველად ამ სავარჯიშოს ვიწყებთ წერტილის წარმოდგენით. შემდეგ მოსწავლე ცდილობს, თუნდაც 2 წუთით მაინც გათავისუფლდეს ამ წერტილის ხედვისაგან ისე, რომ დარჩეს მხოლოდ ცარიელი შავი სივრცე. ეს ხედვა ნელ-ნელა უნდა გაქრეს. განსაზღვრული (გამოკვეთილი) სიმავე უნდა შეიცვალოს განუსაზღვრელი ნაცრისფერი ფონით და ბოლოს არარაობაში (არაფერში) გადავიდეს.

წერტილის წარმოდგენიდან ამ ფაზაში გადასვლა ხდება თანდათანობით, მაგრამ ენერგიული ნებისყოფის ადამიანებს შეუძლიათ უცებ მოსპონ ეს წერტილი და სივრცე.

ერთიც და მეორეც კარგია და დამოკიდებულია პიროვნებაზე. ბევრნი არიან ისეთნი, რომლებიც პასიური მდგომარეობის დაწყებას ირჩევენ წერტილის ხედვიდან. მე არაფერი საწინააღმდეგო არ გამაჩნია, თუმცა მსგავს ჩვევას შეუძლია ცოტა გააძნელოს შემდგომი ვარჯიში.

ზოგიერთ შემთხვევაში, მაგალითად, როცა ძალიან ადელვებული ვართ და შეუძლებელია აზრთა მიმდინარეობის სწრაფად შეჩერება, უმჯობესია მივმართოთ წერტილს ან დისკოს ხედვას.

პასიური მდგომარეობა შესანიშნავი დამამშვიდებელი საშუალებაა ყოველგვარი სულიერი აღზნების შემთხვევაში. ის გვეხმარება ტკივილისა და განცდის გადატანაში, მოაქვს ნუგეში და გვაძლევს ახალი სასოებით და იმედებით.

ვინც ავადმყოფურ მდგომარეობაშია ჩავარდნილი და არ იცის რით უშველოს თავს, მიმართოს ამ საშუალებას და იგრძნობს შვებას, იქნებ პირველივე ცდის შემდეგაც კი.

ვარჯიში საჭიროა მანამ, სანამ ისევ არ მივალწევთ (10 წუთის განმავლობაში) აბსოლუტურ პასიურ მდგომარეობას ყოველგვარი აზრების გარეშე. ამის მიღწევის შემდეგ სავარჯიშოს ვცვლით იმით, რომ სახვევს ვიხსნით თვალებიდან და ვითავისუფლებთ საცობით დახშულ ყურებს. კი არ ვწვებით, არამედ ვჯდებით რაც შეიძლება მოხერხებულ პოზაში.

იმისათვის, რომ მხედველობითი აპარატის არავითარ გადახრას ადგილი არ ჰქონდეს, ჩვენს წინ, ჩარჩოში რაც შეიძლება თანაბრად ვჭიმავთ თეთრ ნაჭერს (1, 5 კვ.მ. ზომით). იგივე სამსახური შეუძლია გაგვიწიოს ზემოთ აღნიშნული ზომის სახატავმა ფურცელმაც. ამის შემდეგ ვუსწორებთ მზერას ამ თეთრ ზედაპირს ისე, რომ ჩვენი ყურადღება არ იყოს გაფანტული. შემდეგ კი ვაგრძელებთ ვარჯიშს ცნობილი მეთოდით. ეს სავარჯიშო ძალიან ადვილია. ის გართულდება მაშინ, როცა თეთრ ზედაპირს ჩარჩოდან ჩამოვხსნით. ეს — გახელილი თვალებით «არარაობაში» მზერის ტოლფასია.

მხოლოდ საჭიროა, მთავარ სავარჯიშოზე მეცადინეობა. რაც შეიძლება დიდი გულისყურით უნდა ჩატარდეს.

როგორც კი მოგვიხერხდება ათიოდე თავისუფალი წუთის გამონახვა, შეგვიძლია თავი დავანებოთ ყოველდღიურ საქმეებს, დავჯდეთ სადმე, მოვადუნოთ კუნთები, ჩამოვიცილოთ ყოველგვარი ფიქრი და შევეცადოთ განზრახ «დავიბინდოთ» თვალები ისე, რომ აბსოლუტურად ვერ ვარჩევდეთ გარშემომყოფ ნივთებს. მაშასადამე, ვიყურებით და არაფერზე არ ვფიქრობთ.

ზემოთ აღწერილი დამხმარე სავარჯიშოები შეიძლება ჩატარდეს სავაჭრო კანტორაში, კანცელარიაში, გასართობ ადგილებში. მოკლედ რომ ვთქვათ, ყველგან, სადაც კი ეს შესაძლებელია. მათი მიზანია, რომ მოსწავლე მიეჩვიოს არ ესმოდეს არაფერი როცა ყურები არ აქვს დახშული, თუ ამას თვითონ მოისურვებს ან უფრო სწორედ — ესმოდეს და არ ფიქრობდეს. რამდენიმე ხნის შემდეგ, მოწაფე უკვე აღარ დაიხშობს ყურებს მთავარი სავარჯიშოების დროსაც კი.



როცა ისე დახელოვნდებით, რომ 10 წუთის განმავლობაში, ღია გრძნობის ორგანოებით სრულიად შეინარჩუნებთ პასიურ მდგომარეობას, მაშინ მიაღწევთ საკუთარი სხეულისაგან და გარშემომყოფი ვითარებისაგან სრულ დამოუკიდებლობას. შემდეგ უნდა დავეუფლოთ პასიურ მდგომარეობას ფეხზე ყოფნის და სიარულის დროს.

ამ სავარჯიშოებით მეცადინეობა საჭიროა მუდმივად, სხვა სავარჯიშოებთან ერთად, რადგან ერთად შრწყმულ ორივე მდგომარეობას, როგორც შემდგომ შევნიშნავთ, მნიშვნელოვან შედეგებთან მივყავართ.

აზრის კონცენტრაცია და პასიური მდგომარეობა გამოიყენება მონაცვლობით: ხან ძლიერი ხმაურის დროს, ხანაც ხალხმრავალ ადგილებში. ამას ნებისყოფის ენერგიული დაძაბვა ჰქვია.

პასიური მდგომარეობა შესაძლებელია, როგორც მაგალითად ხანძრის დროს, აღელვებულ ბრბოში, ასევე, წყნარ ოთახში.

მოწაფე მტკიცედ ეუბნება თავის თავს: «მე არაფრის მოსმენა არ მსურს, არ მსურს არაფრის დანახვა და არაფერზე არ მინდა ვიფიქრო. არსებობს მხოლოდ ერთადერთი დისკო, შემდეგ წერტილი და ბოლოს არარაობა».

თუ პასიურ მდგომარეობაში ვარჯიში ქუჩაში ტარდება, რაიმე გაუთვალისწინებელი შემთხვევის თავიდან ასაცილებლად, აუცილებელია ამოირჩიოთ მყუდროდ დაცული ადგილი და ამასთან დაეყრდნოთ რაიმეს. შემდეგ შეიძლება მოიქცეთ ისეთნაირად, ვითომ ინტერესით ათვალთქვით რაიმე შენობას ან მინის ვიტრინას, რათა არ მიიქციოთ იმ ცნობისმოყვარეთა ყურადღება, რომლებიც მაშინვე გამოჩნდებიან ხოლმე, როცა რაიმე არაჩვეულებრივი ხდება.

ვინც უკვე მიაღწია ამ დრონემდე, მას შეუძლია სარგებლობა მიიღოს შეძენილი გამოცდილებიდან. თუ ვინმეს სურს მისთვის საინტერესო საკითხში მიიღოს განსაკუთრებული განათლება, მაშინ იგი (მოწაფე) პირველად იწყებს აზრის კონცენტრაციას ამ საკითხის გარშემო რამოდენიმე წუთის განმავლობაში, შემდეგ კი იწვევს პასიურ მდგომარეობას — ბოლოს, მოწაფე მნიშვნელოვანწილად აღწევს სასურველ მიზანს.

პრობლემა (საკითხი) რომელიც მოწაფეს აწუხებდა, მოულოდნელად შესანიშნავი მეთოდით გადაწყვეტილი (ამოხსნილი) აღმოჩნდება და სინამდვილე ყოველგვარ მოლოდინს გადააჭარბებს.

ძალიან ხშირად უხდებათ მეცნიერებს, პოეტებს და მხატვრებს სამუშაოს დროებით შეწყვეტა. ისინი თითქოს დგანან ჩარაზული კარის წინ, რომლის გაღებაც დიდი მცდელობის მიუხედავად ძალიან უჭირთ. მათ დიდი გულისტკივილით უხდებათ ამ სამუშაოს გადადება იმ იმედით, რომ შემდგომში შესძლებენ ამ სიძნელეების გადალახვას. თუმცა დროის ეს დანაკარგი აუნაზღაურებელია შემდგომი შემოქმედებითი წვისათვის. ხშირად ეს კიდევ დაუმთავრებელია ან კარგავს თავის ძალას და მომხიბლელობას. შემოქმედის და მეცნიერის მუშაობაში ასეთი მძიმე მომენტების შედარებით უმკვივნეულოდ გადატანას დიდი მნიშვნელობა აქვს და მოითხოვს განსაკუთრებულ ყურადღებას.

ყველამ, ვინც ამგვარ მდგომარეობაში იმყოფება, უნდა შეასრულოს აზრის კონცენტრაცია და პასიური მდგომარეობა, რათა მისთვის ასეთ კარებში შესვლა ყოველგვარი დამაბვის გარეშე გახდეს შესაძლებელი.

ადამიანის ცხოვრებაში, სხვა შემთხვევებშიც შეუძლია დახმარების გაწევა ორივე მდგომარეობას. ვინც ერთხელ მაინც გაიგებს თუ როგორ უნდა მათი მართვა, შესძლებს გამოიყენოს ისინი ყოველნაირ ცხოვრებისეულ სიტუაციებში. დადებითი შედეგების მისაღწევად ყველაზე კარგია გრძნობის ორგანოების ახვევა ზემოთ აღწერილი მეთოდით. ამასთან საჭიროა ოთახში იყოს სიჩუმე.

ამ წიგნის ავტორმა მოიგონა ისეთი საშუალება, რომლის დახმარებითაც შესაძლებელია იშვიათად მივმართოთ ყურების დახშობისა და თვალების ახვევის არასასიამოვნო პროცედურას. შედარებით იოლ შემთხვევებში, მაგალითად: წერითი მუშაობის დროს და ა.შ. ორივე იდაყვით ეყრდნობიან მაგიდის კიდეს. თავს დებენ ხელისგულებზე, ცერა თითით იცობენ ყურებს, შუათითით კი თვალებს. ასეთ პოზაში ყოფნისას უკვე იოლია პასიურ მდგომარეობაში გადასვლა.

ამ ორ მდგომარეობაში ვარჯიში აუცილებლობაში: ყველგან და ყველანაირ სიტუაციაში.

დასასრულს, თავს უფლებას მივცემ, ისევ და ისევ შეგახსენოთ, რომ არც ერთი სავარჯიშო, როგორც არ უნდა იყოს ის, არ შეიძლება შესრულდეს ამოვსებული კუჭით. საჭმლის მიღების შემდეგ აუცილებელია გავიდეს არანაკლებ 1 საათი. ამის გარდა, მე დაბეჯითებით ვთხოვ მოსწავლეს, განსაკუთრებით დაუთმოს დიდი ყურადღება ამ ორი სულიერი მდგომარეობის განვითარებას. წინსვლის მხოლოდ შემდგომ საფეხურზე, ის ნათლად მიხვდება თუ რამდენად საჭირო და აუცილებელია უმაღლესი ძალების განვითარებისათვის ზემოთ აღწერილ ორივე მდგომარეობაზე (იგულისხმება აზრების აქტიური კონცენტრაცია და პასიური მდგომარეობა — მთარგმ.) აბსოლუტური გაბატონება.

შემდეგი თემა: სუნთქვითი ვარჯიშები. იღებელია დღის ხმაურზე, იმისათვის, რომ შეგვეძლოს მათი გამოყენება ყველანაირი საფრთხის შემთხვევაში და აგრეთვე ყოველ ადგილსა თუ მდგომარეობაში.

უნდა დავაწესოთ ვარჯიში ორივე მდგომარეობაში: ყველგან და ყველანაირ სიტუაციაში.

დასასრულს, თავს უფლებას მივცემ, ისევ და ისევ შეგახსენოთ, რომ არც ერთი სავარჯიშო, როგორც არ უნდა იყოს ის, არ შეიძლება შესრულდეს ამოვსებული კუჭით. საჭმლის მიღების შემდეგ აუცილებელია გავიდეს არანაკლებ 1 საათი. ამის გარდა, მე დაბეჯითებით ვთხოვ მოსწავლეს, განსაკუთრებით დაუთმოს დიდი ყურადღება ამ ორი სულიერი მდგომარეობის განვითარებას. წინსვლის მხოლოდ შემდგომ საფეხურზე, ის ნათლად მიხვდება თუ რამდენად საჭირო და აუცილებელია უმაღლესი ძალების განვითარებისათვის ზემოთ აღწერილ ორივე მდგომარეობაზე (იგულისხმება აზრების აქტიური კონცენტრაცია და პასიური მდგომარეობა — მთარგმ.) აბსოლუტური გაბატონება.







Fiery (ვეცბლოვანი)



Fiery (ცეცხლოვანი)

ეს არ არის Fiery-ს სტატია «გზა მაგიაში — პირველი ნაბიჯების» გაგრძელება. სანამ მის გაგრძელებას დავდებდე, მანამდე მსურს გავაკეთო პატარა გადახვევა და დავდო მისივე, მხოლოდ უფრო იოლად შესასრულებელი და ვფიქრობ, უფრო საინტერესო სტატია.

«პრაქტიკული ტრენინგების» ეს სერია დაფუძნებულია ჩემ პირად გამოცდილებასა და ვარჯიშებზე, რომლებიც თავის დროზე წარმატებით გავიარე. მე არ ვეცდები მთლიანად ვუპასუხო თქვენს კითხვებს და არ გარწმუნებთ იმაში, რომ ეს ერთადერთი ეფექტური სავარჯიშო სისტემაა და რომ ის აუცილებლად დაგეხმარებათ. თუმცა თქვენს უმეტესობას ის ნამდვილად დაეხმარება დაიწყოს თავისი გზა მაგიაში ეფექტურად.

პრაქტიკულად ყველა ადამიანი, იწყებს რა მაგიის გზით სიარულს, აწყდება ისეთ ტრენინგ-ტექნიკებს, რომელთა გამოყენება და პრაქტიკაში მოყვანა ბოლომდე გარკვეული და ნათელი არაა. კარგია თუ გყავთ მასწავლებელი, ან თუ ხართ რომელიმე სერიოზული მაგიური ორდენის წევრი. მაგრამ თუ ისე მოხდა, რომ დაწყებამ მოგიწიათ თქვენით, დამოუკიდებლად?

რა თქმა უნდა, დაწერილია ბევრი წიგნი და არსებობს საიტები, აგრეთვე არის ფორუმები და გაერთიანებები, სადაც თქვენნაირები არიან. თქვენ თავისუფლად შეგიძლიათ ერთ-ორ თვეში რამდენიმე ტრენინგ-ტექნიკების ცდით და არასწორების გამორიცხვით, შეაგროვოთ და შექმნათ თქვენი სისტემა განვითარების პირველ ნაბიჯებზე. თუმცა ადეპტი ამ ყველაფერს ხშირად მიჰყავს გაუგებრობამდე და საკუთარი თავის მოტყუებამდე. წარმატების შემთხვევაში კი საჭიროებს ძალიან დიდ ძალისხმევას, რაც სჯობს ვარჯიშისთვის გამოიყენოს.

ფორუმებზე, ძირითადად ერთსა და იმავე დამწყებ საკითხებზე უწევთ პასუხის გაცემა, ვინაიდან ყოველთვის შემოდის ის, ვინც არაფერი იცის და მისთვის ყველაფრის ხელახლა ახსნაა საჭირო. ჩვეულებრივ ჩვენ ასეთს მივუთითებთ მისი კითხვის შესაბამის თემაზე და ვთხოვთ, რომ წაიკითხოს, გაიაზროს და შემდეგ თუ გაუჩნდება კითხვები, გვკითხოს.

ცხადია, არსებობს რამდენიმე ნამდვილად კარგი წიგნი, რომლებიც აუცილებლად უნდა წაიკითხოთ, მანამ სანამ ვარჯიშს დაიწყებდეთ. თუმცა ასეთებში ხშირად არის აღწერილი ისეთი სავარჯიშოები, რომელთა სრულფასოვანი გამოყენება და პრაქტიკული ვარჯიში შედარებით გამოცდილ ადეპტებსაც უჭირთ. ასე რომ აქაც მოგიწევთ გარკვეული დროის დახარჯვა სავარჯიშოების სისტემატიზაციასა და მიღებული ინფორმაციის სისწორეზე დასაკვირვებლად.

არსებობს გარკვეული სავარჯიშოები, რომლებიც დამწყებმა უნდა გააკეთოს სხვა სავარჯიშოების თანხლებით, რომ შეძლოს ამ უკანასკნელის ეფექტურად განხორციელება, ან ამ მის შესრულებამდე უნდა ჰქონდეს გარკვეული სხვა სახის სავარჯიშოები გაკეთებული. ამიტომ ახალბედებს ხშირად უცრუვდებთ იმედი,



როცა ისეთ სავარჯიშოს შეეჭიდებიან, როგორსაც ისინი ჯერ ვერ განახორციელებენ. ამის გამო ისინი მალე ჩერდებიან, ატოვებენ ვარჯიშს, იმ გადაწყვეტილებით, რომ მათ არაფერი არ გამოუვათ. არადა მხოლოდ სავარჯიშოს სწორად არჩევა იყო საჭირო. ვინაიდან კითხვაც კი არ ისწავლება პირდაპირ, ჯერ ასო-ბგერები უნდა შეისწავლოთ...

«პრაქტიკული ტრენინგების» ეს სერია დაწერილია ჩემ მიერ, მათთვის, ვინც მაგის გზაზე ახლახან გადადგა ნაბიჯი. სერიის თითოეულ სტატიაში, კარგადაა აღწერილი სავარჯიშოები, რომლებიც მეტნაკლებად აუცილებელია თქვენი თავდაპირველი განვითარებისთვის. ამ სავარჯიშოების შესრულების შემთხვევაში ნებისმიერს ექნება რეზულტატი, თუ საკმარისად სერიოზულად მიუდგება მათ. დანარჩენი კი დროის ამბავია.

კიდევ ერთხელ შეგახსენებთ, რომ ამ სავარჯიშოების უმეტესობა, თქვენ დამოუკიდებლად შეგიძლიათ იპოვნოთ სხვადასხვა საიტებზე, წიგნებსა და ინტერნეტში, თუ ცოტაოდენ დროს დახარჯავთ მათ მოძებნაში. მე უბრალოდ წარმოგიდგინებ სხვა ტექნიკებზე უფრო ეფექტურ ტექნიკებს, რომლებიც დროთა განმავლობაში ამოვარჩიე, მოვიყვანე პრაქტიკაში და მივეცი დალაგებული ტრენინგების სახე. თუ თქვენ კიდევ რამეს იპოვნით, მით უკეთესი თქვენთვის, ივარჯიშეთ. ჩემი მიზანი იყო დაგხმარებოდით თქვენ, იმის გაგებაში რაც თავის დროზე მე გავიგე და მეჩვენებინა თქვენთვის, რომ ეს ყველაფერი რეალურია და ნებისმიერისთვისაა ხელმისაწვდომი.

მე არ დავიწყებ მოცემული ტექნიკების შესახებ ლაპარაკს. რისთვის არის ეს ტექნიკები და საიდან გამომდინარე. ასევე არ გავამახვილებ თეორიაზე ყურადღებას, განვითარების ამ ეტაპზე, ვინაიდან თეორიული ცოდნა თქვენ შეგიძლიათ დააგროვოთ წიგნებიდან. რასაც დავწერ, ეს იქნება ჩემი პირადი აზრი და შესაბამისად შეიძლება დროთა განმავლობაში იქნას დამატებული და ჩასწორებული სხვადასხვა ტრენინგ-ტექნიკები ჩემ მიერ.

მადლობელი ვარ ყველა ადამიანის, რომელიც წერდა და კვლავაც აგრძელებს წერას, რათა დამწყებთათვის ხელმისაწვდომი გახადოს სხვადასხვა მაგიური წიგნებისა და ენერგეტიკის მართვა-გამოყენების შესწავლა და სწორად გაგება-გააზრება. მე მიხარია, რომ ჩემს გზაზე, სხვადასხვა ფორუმებსა და ტრენინგებზე შევხვდი ხალხს, რომლებიც სიხარულით უზიარებენ სხვებს, თავიანთ ცოდნასა და გამოცდილებას. დიდი მადლობა თქვენ დახმარებისთვისა და გვერდში დგომისთვის...

პრაქტიკული ნაწილი

იმისთვის, რომ განვივითაროთ აურის ხედვის უნარი, არ მოგიწევთ გამოიყენოთ ორგანიზმის რომელიმე განსაკუთრებული ენერგეტიკული რესურსი, გააქტიუროთ ენერგეტიკული ცენტრები ან ცნობიერის კონტროლის სწავლა. აურის დანახვა შეუძლია ნებისმიერს, ვინც შეასრულებს ქვემოთ მოყვანილ სავარჯიშო ტექნიკებს.



სავარჯიშოების დროს მე ხშირად მიაქტიურდებოდა აჯანა, მაგრამ მივედი იმ დასკვნამდე, რომ ეს კონცენტრაციის შედეგი უფრო იყო, ვიდრე თავად ხედვის პროცესის რეზულტატი. არის შეხედულება იმაზე, რომ აჯანას აქტივირება ეხმარება ადამიანს აურის აღქმაში, სწორედ ამიტომ სავარჯიშოს ამ უკანასკნელისთვის მოგიყვანთ სტატიის ბოლოს. თუმცა, ჯერჯერობით ვერ ვხედავ საკმარის მიზეზს იმისთვის, რომ ეს აუცილებელ წინაპირობად ჩავთვალო. აურის საყურებლად, საკმარისია ვისწავლოთ თვალის კონკრეტული გზით ფოკუსირება და იმის დაჭერა, რაზეც ჩვეულებრივ არ ვამახვილებთ ყურადღებას.

უნდა გვახსოვდეს, რომ ტექნიკის მიმდინარეობისას წარმოქმნილი ყველა ვიზუალური ეფექტი არ არის აურა. ხანდახან ეს იქნება ოპტიკური ილუზიები, უბრალოდ მოჩვენებები. სხვათაშორის ეს გახდა აურის მხილველების მიმართ კრიტიკის ძირითადი მიზეზი. ბევრი ხალხი ამტკიცებს: «ეს აურა არაა, ეს ვიზუალური ეფექტია, აურა არ არსებობს და მისი დანახვა არ შეიძლება»

ნამდვილად, ხანდახან სხვა რამ შეიძლება გეგონოს აურა, მაგალითად ბადურაზე გამოსახულების ანაბეჭდი, ან გაფანტული სინათლე, ზედაპირიდან არეკლილი. მაგრამ ეს მხოლოდ კერძო შემთხვევებია და სრულიად არ ცვლის იმ ფაქტს, რომ აურის დანახვა შეიძლება და შეიძლება განსაკუთრებული ძალისხმევის გარეშე. მოგვიანებით მე აგიხსნით თქვენ, თუ როგორ გაარჩიოთ ოპტიკური ილუზია აურისგან. [

ასევე აღვნიშნავ ერთ, ჩემი აზრით მნიშვნელოვან მომენტს, რომელიც ხშირად ხდება არასწორი შეხედულებების საბაზი. «მხილველი» და «აურის მხილველი ადამიანი» ერთი და იგივე არაა. «მხილველის» ხსენებისას, ჩვეულებისამებრ, უნდა მოგვაგონდეს ადამიანები, რომლებიც ხედავენ ენერგიას, სტრუქტურას ან პროცესებს მასში. აი ამისთვის კი, უკვე საჭიროა ენერგეტიკული ცენტრების გააქტიურება, მათი მართვის უნარი, ცნობიერის მართვის უნარი და ასევე ბევრი სხვა რამ.

აურის, როგორც სტრუქტურის ვიზრაციის დარჩენილ ეფექტსა და ობიექტის ენერგეტიკას ჩვენ აღვიქვამთ თვალებით და თვითონ სტრუქტურასა და ენერგიას ჩვენ აღვიქვამთ თითქოს თავად, შევდივართ კონტაქტში, და შემდეგ უკვე ჩვენი სურვილის მიხედვით ვიქცევით, ან აღვიქვამთ მას გამოსახულების წარმოდგენით, ან შეგრძნებაში ტრანსფორმირებით და ასე შემდეგ. ეს პრიმიტიული აღწერა გვაჩვენებს, რომ «მხილველობისთვის» უნდა შეგეძლოს შეგრძნება, გაცნობიერება და ინტერპრეტირება. არ ვიცი, ყველასთვის მიღწევადია თუ არა ეს, მაგრამ ამჟამად, ვერ ვხედავ იმის მიზეზს, რომ საპირისპირო ვთქვა. თეორიულად, ეს უნარიც შეიძლება ნებისმიერმა განივითაროს. ამის შესახებ მე ამ სერიის სხვა სტატიაში დაწერ.

როცა მე დავიწყე ვარჯიშები, მაშინვე ვერ ვიპოვე შესაფერისი სავარჯიშო და გარკვეული დრო დავხარჯე რეზულტატის გარეშე. მე ვუმზერდი ხალხს, ვუყურებდი თითებს, მაგრამ პრაქტიკულად ეს თვალების დადლის მეტს არაფერს მაძლევდა. ხანდახან, რა თქმა უნდა, რაღაც გამოჩნდებოდა, მაგრამ მე ისე ვიღლებოდი, ვეჭვობდი, ხომ არ მეჩვენებოდა.



სხვათა შორის, დაიმახსოვრეთ, რომ სავარჯიშო უნდა შეწყვიტოთ, როგორც კი იგრძნობთ დაღლილობას. წინააღმდეგ შემთხვევაში, ჯერ ერთი, დაიქანცებით და ვერ შეასრულებთ სავარჯიშოს სრულყოფილად და მეორე, თქვენ სავარაუდოდ დაგეწყებათ ოპტიკური ილუზია და ვერაფერს ვერ მიაღწევთ. სჯობს ივარჯიშოთ ხშირად, მაგრამ სიამოვნებით, ყოველგვარი დაღლის გარეშე.

დავაგროვე რა ცოტა გამოცდილება, მიხვდი, რომ ტექნიკები, რომლებზეც ხელი მიმიწვდებოდა, არ იყო ზუსტი და თუ მათ შევასრულებდი სიტყვასიტყვით, ეფექტი თითქმის არ იქნებოდა. მოგვიანებით გადავწყვიტე, მიზეზი ბევრი ტექნიკის ასეთი დაუდევარი აღწერისა, არის ის, რომ ყველას ვინც აურას ხედავს, არ შეუძლია ამის კარგად გადმოცემა და კიდევ, ხშირად, ისეთი ხალხი იძლევა გარკვეულ ტექნიკებს, რომლებსაც უკვე ბუნდოვნად ახსოვთ ის, თუ როგორ დაიწყეს თავად და ამის გამო, უბრალოდ ავიწყდებათ მიუთითონ ზოგიერთ ნატიფ და დაფარულ მხარეებზე.

ეს, სხვათა შორის, ნებისმიერ ტექნიკას ეხება. ასე რომ, თუ თქვენ არ გყავთ ადამიანი, რომელიც შეძლებდა ვარჯიშის განმავლობაში ეჩვენებინა და შეესწორებინა შეცდომები, იყავით მოთმინებით და ეძებეთ ყველაფერში მეორე აზრი, ქვეტექსტი ან უბრალოდ გადაკრული მინიშნება. მოახდინეთ ორგანიზება, ანალიზი და იმპროვიზირება, ოღონდ იყავით ფრთხილად.

სავარჯიშოების შესწორების შემდეგ, პირველ ვარჯიშზევე, მე ვიგრძენი მნიშვნელოვანი განსხვავება და კიდევ რამდენიმე დღეში მე ყოველგვარი სიძნელის გარეშე შემეძლო დამენახა პატარა თეთრი ნათება ადამიანების გარშემო. დროთა განმავლობაში ის გახდა უფრო ფართო, ნათელი და მე დავიწყე ფერების გარჩევა. აი რა გავაკეთე:

(სავარჯიშოს სრულყოფილად დასაუფლებლად სტატიას ერთვის პროგრამა «ულტრა ხედვა», რომლის აღწერაც შეგიძლიათ წაიკითხოთ სტატიის ბოლოს. დანართ ნომერ 1-ში.)

სავარჯიშო 1 კლასიკური ვარიანტი

ვწევთ ხელს და ნათელ ერთგვარ ფონზე ვუყურებთ თითებს შორის, სანამ მათ გარშემო არ წარმოიქმნება თეთრი ბურუსი.

სავარჯიშო 1 შესწორების შემდეგ

დასაწყისისთვის ყველაზე კარგია არა უბრალოდ ნათელი ერთგვარი ფონი, არამედ ღია ნაცრისფერი ან თეთრი განათებული ზედაპირი. შეიძლება აიღოთ დიდი თეთრი ქაღალდის ფურცელი და დადოთ ის ნათურის წინ, ისე რომ სინათლე გადიოდეს მასში. სინათლემ არ უნდა დაგიბრმავოთ თვალები და უნდა იყოს რბილი და უცვლელი, გამოსული ფურცლიდან. თუ საჭიროა დადეთ რამდენიმე ფურცელი ერთად, შუქის დასარეგულირებლად.

პრაქტიკულად იდეალურად ცვლის ამ კონსტრუქციას ჩვეულებრივი მონიტორი

გაფართოებული მთელ ეკრანზე თეთრი ფანჯრით. მე ამისთვის ვიყენებდი «Microsoft Word» დოკუმენტს 200%ზე, რათა თეთრ მინდორს დაეფარა მთელი ეკრანი.



დაჯექით გასწორებული ფონის პირდაპირ 30-50 სანტიმეტრში, რათა შეგეძლოთ კომფორტულად ჯდომა და ამასთანავე ეკრანი დარჩეს პირდაპირ თქვენი სახის წინ. აწიეთ ხელი და მოათავსეთ ის ეკრანის შუაში დაახლოებით მისგან 5-10 სანტიმეტრის დაშორებით. მოაბრუნეთ ხელისგული თქვენკენ, თითები იყურებინა ზევით. ეს მოსამზადებელი მოქმედებები იკავებენ 5 წამს.

ახლა მოდუნდით, მოადუნეთ ქვედა ყბა, ლოყები და შემდეგ შუბლი. შეიძლება თქვენ იგრძნოთ თუ როგორ დათბა თავში და როგორ ჩაიღვარა ეს სითბო კეფაზე. შეეცადეთ თავი დააღწიოთ აზრებს, და კონცენტრირება მოახდინეთ სავარჯიშოზე. შეეცადეთ შეინარჩუნოთ ეს მდგომარეობა მთელი სავარჯიშოს განმავლობაში.

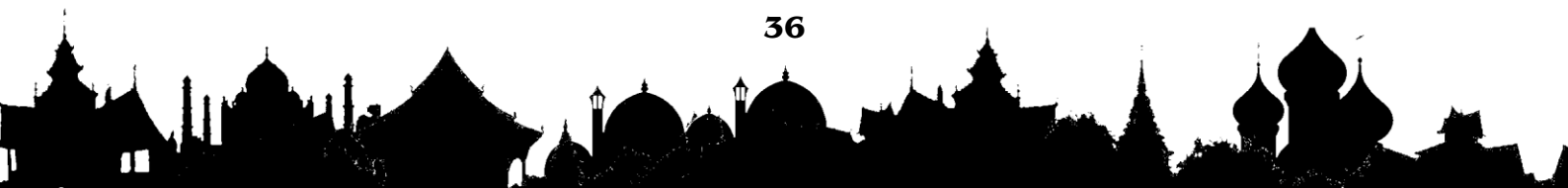
მოდუნეთ თვალები და დაიწყეთ თქვენს ხელზე ყურება. ცოტა გაშალეთ თითები ისე, რომ მათ შორის იყოს 1 სმ. უნდა დაინახოთ ყველაფერი, ფონიც და თითებიც ერთდროულად. თვალები ამ დროს დიფოკუსირდება და აუცილებლად უნდა დარჩეს მოდუნებული. იყურეთ თავისუფლად ისე, რომ კონკრეტულად არაფერს უყუროთ. იჯექით ასე რამდენიმე წამს, სურვილისდამიხედვით. შეიძლება უკვე ამ ეტაპზევე დაინახოთ ნათება თითებს შორის. და პატარა ნისლი 1-5 მმ სისქის ან ცოტა დიდი.

ახლა დაიწყეთ ხელის ნელა მოძრაობა მარჯვნივ და მარცხნივ 5-10 სანტიმეტრის ფარგლებში. ისე რომ განაგრძოთ ყურება. ნისლი გახდება უფრო მკვეთრი და შესამჩნევი. თუ გაუნძრეველ ხელზე თქვენ მას ვერ ხედავდით, ახლა შეამჩნევთ, რომ მოძრაობისას თითებს შორის იწელება მარყუჟი ან რაც ფონზეა თითების გვერდზე. ამასთანავე, შეგიძლიათ ასევე ნელა მოატრიალოთ ხელი ხელისგულის სიბრტყეში, (დატოვოთ მისი ხელისგული თქვენკენ) ყველაზე მარტივია დადოთ ხელი მაგიდაზე, იდაყვით და ნელა დახაროთ ის ფონის გასწვრივ, მარჯვნივ და მარცხნივ.

გააგრძელეთ ხელით მოძრაობა და ყურება, სანამ არ დაინახავთ თითების გარშემო ნათელ ნათებას მჭიდრო ნისლს 5-10 მმ სისქისას. იმუშავეთ ამაზე, გააცნობიერეთ როგორი ფოკუსირებისას ჩანს ნისლი, და როგორზე არა. ისწავლეთ სწრაფად შესვლა საჭირო ფოკუსირებაში.

მე ეს სავარჯიშო გარკვეულწილად მლლიდა ხუთი წუთის შემდეგ. ამის შემდეგ მე ვატრიალებდი ხელისგულს ისე, რომ თითები მიმართული ყოფილიყო გვერდით და ვამოდრავებდი მაჯას მაღლა-დაბლა, ვაკვირდებოდი ნათებას, გამოსულს თითისწვერებიდან. ამ დროს, მოძრაობს მხოლოდ მაჯა და არა მთელი ხელი. თუ სწრაფად გავამოდრავებდი ხელს, თითოეული თითის წინ ჩდებოდა ნათელი ბურთი. შევანელებდი რა მოძრაობას, ვხედავდი, რომ ეს იგივე ნისლი იყო და კიდევ, მისგან გამოდიოდა სხივები.

სხივები ჩანდა თითქოს რაღაც მუქი, ან პირიქით, როგორც სინათლე, გამოსული თითის წვერებიდან — გააჩნდა ფოკუსირებას. ამასთანავე თითოეულ თითზე ნათელი სხივი იყო ერთი, ცენტრში და მიემართებოდა სწორად. მუქი კი იყო ორი და გვერდებზე და მიმართულნი იყვნენ ისინი ერთმანეთთან 30-40 გრადუსიანი დახრის კუთხით. მოგვიანებით მე დავასკვენი, რომ საერთოდ



რეალური სხივები — ნათელია, მაგრამ ხანდახან მათ საპირისპიროდ გარემომცველი ფონი აღიქმება მუქად და ეს ჩანს როგორც მუქი ხაზი, რომლებიც ასევე გამოდიან თითიდან მხოლოდ გვერდებიდან.

იმისთვის რომ უკეთ დაინახოთ და ამასთანავე იგრძნოთ სხივები, რომლებიც გამოდიან თითებიდან, რამდენიმე წუთის შემდეგ მიიტანეთ მეორე ხელი პირველთან ისე, რომ თითებს შორის იყოს დაახლოებით 3 სანტიმეტრი. ახლა ამოდრავთ ორივე ხელი ურთიერთსაპირისპირო მიმართულებით. თქვენ დაინახავთ სხივებს, გამოსულს თითოეული ხელიდან. ამასთანავე ისინი იქნება აღქმული უფრო მკვეთრად და მიიზიდავენ ერთმანეთს, უფრო გაძლიერდებიან. ხოლო როცა თითები აღმოჩნდებიან ერთმანეთის პირისპირ, თითისწვერებში შეიძლება შეიგრძნოთ რბილი შეხება — ზუსტად იმ ადგილში, სადაც ორივე ხელის სხივები იკვეთება. იმუშავეთ ამაზე რამდენიმე წუთი.

შემდეგ სცადეთ გაზარდოთ და შეამციროთ მანძილი ხელებს შორის. დაახლოებისას სხივები შევლენ ერთმანეთში და გაერთიანდებიან ერთ ნათებად, ხოლო ხელების ნელა ერთმანეთისგან დაშორებით, ისინი გარკვეული ხნით გაიწელებიან, შეინარჩუნებენ სიმთელეს, მაგრამ შემდეგ ისევ გაწყდებიან ორად. ამ დროს შეგიძლიათ შეიგრძნოთ თითისწვერებში ეს გაწყვეტა. იმუშავეთ ამაზე რამდენიმე წუთი.

შემდეგ საჭიროა შეცვალოთ ფონი, თეთრიდან გადახვიდეთ შავზე ან მუქ ლურჯზე და გაიმეორეთ ყველაფერი იმავე მიმდევრობით. ნისლს დაინახავთ კიდევ უფრო მკაფიოდ, ვიდრე ადრე. შემდეგ ფონის შეცვლა შეიძლება კიდევ სხვა ფერზე. ამ დროს ნისლის ფერი ცოტათი შეიცვლება.

ხელები უდნა ამოდრავთ სავარჯიშოს ყველა ნაწილში, მაგრამ მოძრაობა თანდათან უნდა შეამციროთ, მიაღწიოთ იმას, რომ დროთა განმავლობაში, ხელების გაჩერებისასაც კი ნისლი იყოს მკაფიოდ შესამჩნევი და შეინარჩუნოს სისქე. შემდეგში თქვენ თავად მოძებნით თქვენთვის სასურველ რიტმსა და ეტაპების მონაცვლეობას.

თუ ყველა სავარჯიშოს შესრულების შემდეგ თქვენ დაინახეთ მხოლოდ პატარა ნათება თითებს გარშემო 1 მმ სისქის, მაშინ სავარაუდოდ ეს ოპტიკური ილუზიაა, რომელიც გამოწვეულია შუქის გარდატეხვით თითების საზღვარზე. სავარჯიშოს ეფექტმა უნდა მოგცეთ ხილვადობა მკვრივი ნისლის სისქით 5-10 მმ, ბუნდოვანი სივრცის ამ ადგილას. გარკვეული ხნის შემდეგ ნისლი შეიძლება გადაიზარდოს მთლიანი ხელის საერთო ნისლში, განსაკუთრებულად მკვეთრში თითებს შორის. თქვენ დაინახავთ ხელის გარშემო თითქოს აირისებრ თხელ ღრუბლისმაგვარ ფენას, რომელიც გამოძრავდება ხელთან ერთად.

პროგრესისას საჭიროა უარი თქვათ განათებაზე და ივარჯიშოთ მხოლოდ ერთფეროვან ფონზე, რაც შედარებით ძნელია.

ეს არის Fiery-ს სტატის «გზა მაგიაში-პირველი ნაბიჯების» გაგრძელება.



გზა მაგიაში — ენერგეტიკა

«პრაქტიკული ტრენინგების» ეს სერია დაფუძნებულია ჩემ პირად გამოცდილებასა და ვარჯიშებზე, რომლებიც თავის დროზე წარმატებით გავიარე. მე არ ვეცდები მთლიანად ვუპასუხო თქვენს კითხვებს და არ გარწმუნებთ იმაში, რომ ეს ერთადერთი ეფექტური სავარჯიშო სისტემაა და რომ ის აუცილებლად დაგეხმარებათ. თუმცა თქვენს უმეტესობას ის ნამდვილად დაეხმარება დაიწყოს თავისი გზა მაგიაში ეფექტურად.

პრაქტიკულად ყველა ადამიანი, იწყებს რა მაგიის გზით სიარულს, აწყდება ისეთ ტრენინგ-ტექნიკებს, რომელთა გამოყენება და პრაქტიკაში მოყვანა ბოლომდე გარკვეული და ნათელი არაა. კარგია თუ გყავთ მასწავლებელი, ან თუ ხართ რომელიმე სერიოზული მაგიური ორდენის წევრი. მაგრამ თუ ისე მოხდა, რომ დაწყებამ მოგიწიათ თქვენით, დამოუკიდებლად?

რა თქმა უნდა, დაწერილია ბევრი წიგნი და არსებობს საიტები, აგრეთვე არის ფორუმები და გაერთიანებები, სადაც თქვენნაირები არიან. თქვენ თავისუფლად შეგიძლიათ ერთ-ორ თვეში რამდენიმე ტრენინგ-ტექნიკების ცდით და არასწორების გამორიცხვით, შეაგროვოთ და შექმნათ თქვენი სისტემა განვითარების პირველ ნაბიჯებზე. თუმცა ადეპტი ამ ყველაფერს ხშირად მიჰყავს გაუგებრობამდე და საკუთარი თავის მოტყუებამდე. წარმატების შემთხვევაში კი საჭიროებს ძალიან დიდ ძალისხმევას, რაც სჯობს ვარჯიშისთვის გამოიყენოს.

ფორუმებზე, ძირითადად ერთსა და იმავე დამწყებ საკითხებზე უწევთ პასუხის გაცემა, ვინაიდან ყოველთვის შემოდის ის, ვინც არაფერი იცის და მისთვის ყველაფრის ხელახლა ახსნაა საჭირო. ჩვეულებრივ ჩვენ ასეთს მივუთითებთ მისი კითხვის შესაბამის თემაზე და ვთხოვთ, რომ წაიკითხოს, გაიაზროს და შემდეგ თუ გაუჩნდება კითხვები, გვკითხოს.

ცხადია, არსებობს რამდენიმე ნამდვილად კარგი წიგნი, რომლებიც აუცილებლად უნდა წაიკითხოთ, მანამ სანამ ვარჯიშს დაიწყებდეთ. თუმცა ასეთებში ხშირად არის აღწერილი ისეთი სავარჯიშოები, რომელთა სრულფასოვანი გამოყენება და პრაქტიკული ვარჯიში შედარებით გამოცდილ ადეპტებსაც უჭირთ. ასე რომ აქაც მოგიწევთ გარკვეული დროის დახარჯვა სავარჯიშოების სისტემატიზაციასა და მიღებული ინფორმაციის სისწორეზე დასაკვირვებლად.

არსებობს გარკვეული სავარჯიშოები, რომლებიც დამწყებმა უნდა გააკეთოს სხვა სავარჯიშოების თანხლებით, რომ შეძლოს ამ უკანასკნელის ეფექტურად განხორციელება, ან ამ მის შესრულებამდე უნდა ჰქონდეს გარკვეული სხვა სახის სავარჯიშოები გაკეთებული. ამიტომ ახალბედებს ხშირად უცრუვდებთ იმედი, როცა ისეთ სავარჯიშოს შეეჭიდებიან, როგორსაც ისინი ჯერ ვერ განახორციელებენ. ამის გამო ისინი მალე ჩერდებიან, ატოვებენ ვარჯიშს, იმ გადაწყვეტილებით, რომ მათ არაფერი არ გამოუვათ. არადა მხოლოდ სავარჯიშოს სწორად არჩევა იყო საჭირო. ვინაიდან კითხვაც კი არ ისწავლება პირდაპირ, ჯერ ასო-ბგერები უნდა შეისწავლოთ...



«პრაქტიკული ტრენინგების» ეს სერია დაწერილია ჩემ მიერ, მათთვის, ვინც მაგის გზაზე ახლახან გადადგა ნაბიჯი. სერიის თითოეულ სტატიაში, კარგადაა აღწერილი სავარჯიშოები, რომლებიც მეტნაკლებად აუცილებელია თქვენი თავდაპირველი განვითარებისთვის. ამ სავარჯიშოების შესრულების შემთხვევაში ნებისმიერს ექნება რეზულტატი, თუ საკმარისად სერიოზულად მიუდგება მათ. დანარჩენი კი დროის ამზავია.

კიდევ ერთხელ შეგახსენებთ, რომ ამ სავარჯიშოების უმეტესობა, თქვენ დამოუკიდებლად შეგიძლიათ იპოვნოთ სხვადასხვა საიტებზე, წიგნებსა და ინტერნეტში, თუ ცოტაოდენ დროს დახარჯავთ მათ მოძებნაში. მე უბრალოდ წარმოგიდგენთ სხვა ტექნიკებზე უფრო ეფექტურ ტექნიკებს, რომლებიც დროთა განმავლობაში ამოვარჩიე, მოვიყვანე პრაქტიკაში და მივეცი დალაგებული ტრენინგების სახე. თუ თქვენ კიდევ რამეს იპოვნით, მით უკეთესი თქვენთვის, ივარჯიშეთ. ჩემი მიზანი იყო დაგხმარებოდით თქვენ, იმის გაგებაში რაც თავის დროზე მე გავიგე და მეჩვენებინა თქვენთვის, რომ ეს ყველაფერი რეალურია და ნებისმიერისთვისაა ხელმისაწვდომი.

მე არ დავიწყებ მოცემული ტექნიკების შესახებ ლაპარაკს. რისთვის არის ეს ტექნიკები და საიდან გამომდინარე. ასევე არ გავამახვილებ თეორიაზე ყურადღებას, განვითარების ამ ეტაპზე, ვინაიდან თეორიული ცოდნა თქვენ შეგიძლიათ დააგროვოთ წიგნებიდან. რასაც დავწერ, ეს იქნება ჩემი პირადი აზრი და შესაბამისად შეიძლება დროთა განმავლობაში იქნას დამატებული და ჩასწორებული სხვადასხვა ტრენინგ-ტექნიკები ჩემ მიერ.

მადლობელი ვარ ყველა ადამიანის, რომელიც წერდა და კვლავაც აგრძელებს წერას, რათა დამწყებთათვის ხელმისაწვდომი გახადოს სხვადასხვა მაგიური წიგნებისა და ენერგეტიკის მართვა-გამოყენების შესწავლა და სწორად გაგება-გააზრება. მე მიხარია, რომ ჩემს გზაზე, სხვადასხვა ფორუმებსა და ტრენინგებზე შევხვდი ხალხს, რომლებიც სიხარულით უზიარებენ სხვებს, თავიანთ ცოდნასა და გამოცდილებას. დიდი მადლობა თქვენ დახმარებისთვისა და გვერდში დგომისთვის...

პრაქტიკული ნაწილი

შესავალი

ეს მეორე ნაწილია სტატიისა «გზა მაგიაში», რომელშიც ახსნილია როგორ უნდა დაიწყოთ ენერგიასთან მუშაობა. წინა ნაწილში მე დავწერე რომ ბევრი ტექნიკა არ იმუშავებდა, ცნობიერების საჭირო მდგომარეობაში შესვლის გარეშე. ახლა ამასთან დამატებით გეტყვით, რომ მეორე პირობაა გქონდეთ საკმარისი ენერგია.

ვარჯიშის პირველ ეტაპზე თქვენ სწავლობდით მოდუნებას, კონცენტრირებას და დაკვირვებას. ნაწილობრივ ისწავლეთ თქვენი გრძნობების მართვა და სხეულის შეგრძნობა. ამ ნაწილში მე ჩავთვლი, რომ საკმარისად დაეუფლეთ ამ ტექნიკებს. რა



თქმა უნდა, შეგიძლიათ წაიკითხოთ სტატია უბრალოდ ცნობისმოყვარეობის გამო, მაგრამ ქვემოთ მოცემული ტექნიკების სერიოზული განვითარებისთვის, დაგჭირდებათ პირველი წიგნის გამოცდილება.

პირდაპირ გეტყვით, რომ ტექნიკების ამუშავების მესამე პირობა არის განწყობის ფორმირება. ამაზეც გაიგებთ თქვენ ამ სტატიიდან.

და რამდენიმე სიტყვა სავარჯიშოების ორგანიზებაზე. ყველაფერი რაც მე დავწერე წინა ნაწილში, სავარჯიშოებთან სერიოზულ დამოკიდებულებაზე, მთლიანად იგულისხმება მეორე ეტაპზე. უბრალოდ აქ თქვენ უნდა იყოთ კიდევ უფრო ყურადღებით, ვინაიდან თქვენ იწყებთ მუშაობას უკვე საკმაოდ ძლიერ ტექნიკებთან და ვალდებულები ხართ სიტუაციას აკონტროლებდეთ.

ყურადღების გაღრმავებული კონცენტრაცია

პირველი, რითაც დაკავდებით მეორე ეტაპზე, ესაა გაუმჯობესება და გაძლიერება აქამდე გამომუშავებული უნარებისა. ამისთვის მე მოგიყვანთ სავარჯიშოების სერიებს რაჯა იოგადან, მიმართულს ღრმა კონცენტრაციის განვითარებისკენ. შესაძლებლობა, შეგეძლოთ თქვენი ყურადღების მართვა აუცილებელი წინაპირობაა თითქმის ყველა ფსიქიკური შესაძლებლობების განვითარებისთვის. თქვენ უნდა ჩადოთ მთელი ძალისხმევა იმაში, რომ მთლიანად დაუქვემდებაროთ ყურადღება თქვენს ნებას. ეს არის თქვენი მთავარი დავალება ახლა!

სავარჯიშოები შეიძლება მოგეჩვენოთ მეტად მოცულობითი და ენერგეტიკასთან პრაქტიკულად უკავშირო. თუმცა ისინი აუცილებლად უნდა იქნას ათვისებული დასაწყისში, თუ თქვენ აპირებთ სერიოზულად ვარჯიშს და რეგულარული ვარჯიშის შემთხვევაში თქვენ ამისთვის არ დაგჭირდებათ ერთ თვეზე მეტი. (ამ თავზე უფრო ეფექტური მუშაობისთვის გამოიყენეთ მედიტაციის ტექნიკა)

კომპლექსი სავარჯიშოსი «კლდე»

ბევრ ადამიანს არ შეუძლია იყოს მშვიდად და აკეთებს ბევრ არასაჭირო მოძრაობას-იკვნეტს ტუჩებს, ხშირად ახამხამებს თვალებს, იქნევს ფეხებს, ათამაშებს ფანქარს და ასე შემდეგ. თქვენ მთლიანად უნდა აღმოფხვრათ ეს ხარვეზები თქვენში.

ხანგრძლივი შესრულება ამ, ერთი შეხედვით უმნიშვნელო სავარჯიშოების, ძალიან აძლიერებს ნებისყოფას და უმორჩილებს მას ყველა კუნთის მოძრაობას. შეგიძლიათ ივარჯიშოთ სხეულის ნებისმიერი კუნთის მართვაზე, სცადოთ მისი დაჭიმვა და მოდუნება, ისე, რომ ამ საქმეში სხვა კუნთები არ ჩართოთ.

სავარჯიშო 1

დაჯექით. გაიშვირეთ ხელი მხრის სიმაღლეზე. ხელისგული მიმართულია ქვემოთ. თავი მიაბრუნეთ ხელისკენ და დაჟინებით უცქირეთ(მიაშტერდით) შუა თითს. უყურეთ ყურადღებით, რომ ხელში არ იყოს მცირე მოძრაობაც კი. ივარჯიშეთ ასე ყოველდღე თითოეულ ხელზე. დაიწყეთ 1 წუთიდან სანამ არ შეგეძლებათ სრულიად წყნარად გააჩეროთ ხელი 10-15 წუთით. ზუსტად ამგვარი სავარჯიშოს გაკეთებაა საჭირო ფეხზეც, გაიშვიროთ ის წინ და დააკვირდეთ მის უმოძრაობას.

სავარჯიშო 2

დაჯექით და გააკეთეთ «შესვლა». მოიკრიბეთ მხერა ერთ წერტილში და მთლიანად მოდუნდით გონებრივად და ფიზიკურად. მოიშორეთ მცირე დაძაბულობაც კი. ისუნთქეთ რიტმულად, ნელა და მშვიდად. სუნთქვა არ უნდა იყოს ღრმა. თითქმის არ უნდა მოძრაობდეს მკერდი, ნეკნები და მუცელი. იჯექით გაუნძრევლად, მთელი სხეული თითქოს უნდა გაშემდეს. ამ სავარჯიშოს მიზანია ბოლომდე მოდუნება მთელი სხეულის კუნთების. ივარჯიშეთ ყოველდღე 10-20 წუთი, სანამ არ ისწავლით ადვილად და სწრაფად შეხვიდეთ ამ მდგომარეობაში. და დარჩეთ მასში თვითნებურად დიდხანს თქვენი სურვილისამებრ.

შემდეგ, ცოტა შეცვალეთ სავარჯიშო. დადექით სწორად. სმენაზე. ეცადეთ გაშემდეთ ამ მდგომარეობაში. შეაერთეთ ეს სავარჯიშო პირველთან. «გაიყინეთ» ცალ ფეხზე მდგომი ხელებით წინ და ასე შემდეგ. ისწავლეთ მშვიდად იდგეთ მოდუნებული და გაუტოკებელი ნებისმიერ პოზაში.

სავარჯიშო 3

შეაერთეთ თითები ისე, რომ ერთი ხელის თითები, ადვილად შევიდნენ მეორე ხელის თითებში. ნელა აბრუნეთ ცერა თითები ერთი მეორის გარშემო. დაიწყეთ 50-დან და ადით 100-მდე. მთელი ყურადღება გადაიტანეთ ამ მოძრაობაზე.

შემდეგ მოკუმეთ მუჭი და დადეთ ის მაგიდაზე. ნელა გაშალეთ ცერა თითი მიმართეთ ამ მოქმედებაზე მთელი თქვენი ყურადღება. შემდეგ საჩვენებელი, შუა, არათითი და ბოლოს ნეკი. ამის შემდეგ შეკარით მუჭი იმავე თანმიმდევრობით: ნეკი, არა, შუა, საჩვენებელი, ცერი. შემდეგ გაიმეორეთ სავარჯიშო შებრუნებული მიმდევრობით.

სავარჯიშო «ფილტრი»

გარე გაღიზიანებები, აღქმული გრძნობის ორგანოების მიერ, გადაეცემიან ცნობიერს შთაბეჭდილებების სახით, ფანტავენ ყურადღებას. იმისთვის რომ დაიქვემდებაროთ გრძნობის ორგანოები, თავიდან უნდა ისწავლოთ მათი საშუალებით შეგრძნებების მიღება, ამავედროულად არ მიიღოთ სხვა შეგრძნება. ეს უნარი უკიდურესად მნიშვნელოვანია და საჭიროებს რთულ და ხანგრძლივ მუშაობას საკუთარ თავზე.

გაკეთეთ «შესვლა». აირჩიეთ ნებისმიერი უსულო საგანი და მთელი ყურადღება გადაიტანეთ მასზე. დაათვალიერეთ ის, გაამახვილეთ მთელი თქვენი ყურადღება მის ფორმაზე, ფერზე და ა.შ. მთლიანად მიმართეთ თქვენი ყურადღება ვიზუალურ შთაბეჭდილებებზე, რომლებიც მიიღებთ საგანზე 5-10 წუთის განმავლობაში მზერით.

სმენის სავარჯიშოსთვის აიღეთ პატარა ჯიბის საათი და დადეთ ის მაგიდაზე დივანთან. დახუჭეთ თვალები და მოუსმინეთ ტიკტიკს. სცადეთ არაფერ სხვაზე არ იფიქროთ, არ მიიღოთ სხვა შთაბეჭდილებები. უკეთ რომ კონცენტრირდეთ, შეგიძლიათ დაითვალოთ საათის დარტყმები ასამდე. ეს სავარჯიშო ძალიან მნიშვნელოვანია, ის ხელს უწყობს ნათელსმენის განვითარებას.

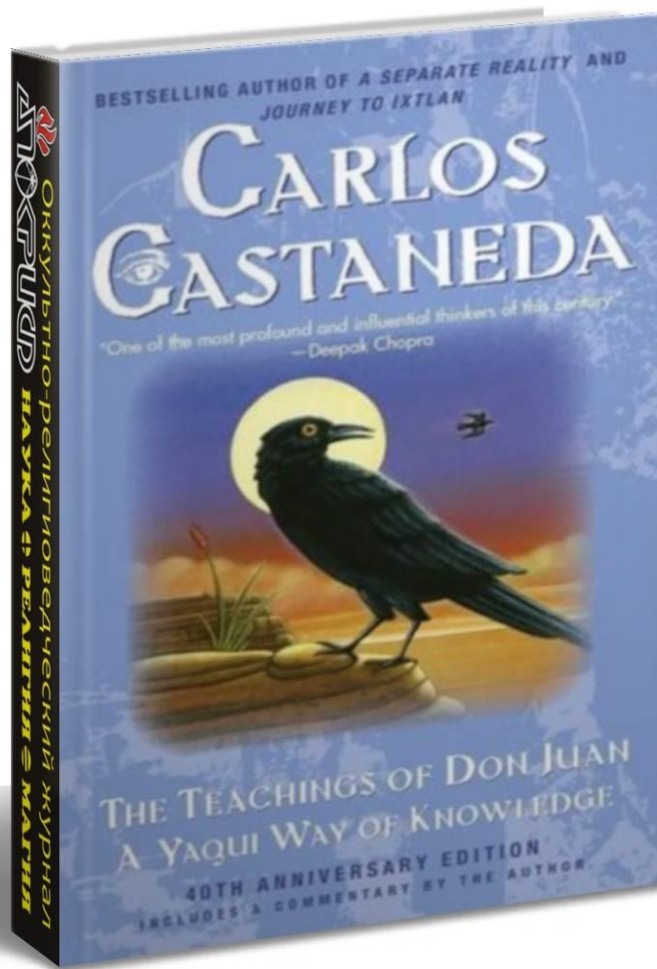
შეგრძნობის სავარჯიშოდ აიღეთ რაიმე პატარა ნივთი და დაიდეთ შიშველ სხეულზე. ეს საგანი ოდნავ დააწვება თქვენს კანს, რაც გამოიწვევს შეხების შთაბეჭდილებას კანის გარკვეულ პუნქტზე. მიმართეთ ყურადღება ამ შეგრძნებაზე. ცვალებით საგნის მდებარეობა, გადაიტანეთ ის მკერდზე, ხელზე ან ფეხზე. არ დაიდოთ ის სახეზე ან შუბლზე, ვინაიდან ხანგრძლივი ვარჯიშისას შეიძლება ეს ადგილები დაგიწითლდეთ. სასარგებლოა ნერვულ ადგილებზე ამ საგნის დადება და ყურადღების მასზე კონცენტრირება.

იმისთვის რომ კონცენტრირდეთ გემოს შეგრძნებებზე, თავიდან მოგიწევთ დამხმარე საშუალებების გამოყენება. მაგ: შაქრის, მარილის და ა.შ. გამორთეთ ყველა სხვა გრძნობა, დახურეთ თვალები, სმენა, აიღეთ რომელიმე ამ საგანთაგანი და ჩაიდეთ პირში. ეცადეთ მაქსიმალურად შეიგრძნოთ მისი გემო. შემდეგ სცადეთ ამის გაკეთება საგნების დაუხმარებლად. უბრალოდ გადაერთეთ გემოს შეგრძნებაზე.

ყნოსვის განვითარებაც იგივენაირია, მხოლოდ, ალკოჰოლური სასმელებისა და სუნელების დახმარებით.

მიაღწევთ რა წარმატებას ყველა ამ სავარჯიშოში, საჭიროა ისწავლოთ სრულიად არაფრის შეგრძნება. ამ დროს უნდა მოიქცეთ პირიქით. ადრე თქვენ შთაბეჭდილებების მასიდან გამოიტანდით ერთს (შეგრძნობას, სმენას) და გადაიტანდით მასზე მთელ თქვენს ყურადღებას. ახლა საჭიროა შთაბეჭდილებათა მასიდან გამოყოთ ერთი და არ აღიქვამთ ის საერთოდ. მაგალითად უყურეთ საათს და სცადეთ არ აღიქვამთ მისი ტიკტიკი. მოუსმინეთ საათის ხმას და კონცენტრირდით იმდენად, რომ შეწყვიტოთ მათი დანახვა. მიიტანეთ ბოთლით სასმელი ცხვირთან, სცადეთ არ შეიგრძნოთ სუნი. ზუსტად ასევე იქცევით სხვა შეგრძნებებზე.

შემდეგ იზოლირდებით რა გარე სამყაროსგან, მიმართეთ ყურადღება სხეულის რომელიმე ნაწილისკენ და წარმოიდგინეთ შეხების გრძნობა მასზე, ან უკეთესი, რომ მასზე დაცოცავს ბუზი. შემდეგ აზრობრივად აღადგინეთ გემოს და სუნის შეგრძნებები, რაც საბოლოოდ გამოგადგებათ მათი მანძილზე შეგრძნების უნარის გამომუშავებაში.



კარლოს კასტანედა



კარლოს კასტანედა

საუბრები დონ ხუანთან¹

(ნაწყვეტი)

მთარგმნელი: ანა ცერცვაძე

...არა აქვს მნიშვნელობა ვინ რას ამბობს ან აკეთებს... შენ თავად უნდა იყო უმწიკვლო ადამიანი... ჩვენ გვესაჭიროება მთელი ჩვენი დრო და ენერგია, რათა დავამარცხოთ იდიოტიზმი ჩვენში. ეს არის ის, რასაც აქვს მნიშვნელობა.

დონ ხუანი

15 აპრილი 1962 წელი

როდესაც გამგზავრება დავაპირე, გადავწყვიტე კიდევ ერთხელ მეკითხა მისთვის «ბრძენი ადამიანის» მტრების შესახებ. რამდენიმე ხანს ვერ შევძლებ დაბრუნებას და არ არის ცუდი აზრი, რომ ჩავიწერო ყველაფერი, რის თქმასაც ის შემლებს ჩემთვის, შემდეგ კი ვიფიქრო ამაზე სანამ აქ არ ვიქნები.

ის ცოტა ხანს მერყეობდა, შემდეგ ალაპარაკდა:

- როდესაც ადამიანი იწყებს შეცნობას, თავიდან ნელი ტემპით, მან არასოდეს იცის, თუ რა ელის. მისი მიზანი ბუნდოვანია, მისი ზრახვები — მიზანმიუძღვრელი. მას ჯილდოს იმედი აქვს, რომელიც არასოდეს მატერიალიზდება, რადგან მან არ იცის არაფერი შემეცნების პროცესის სირთულის შესახებ. ის ნელა იწყებს სწავლას — ჯერ პატარა, შემდეგ დიდი ნაბიჯებით. მალე მისი აზრები ირევიან. რასაც იგი გაიგებს, არასდროს აღმოჩნდება ისეთი, როგორსაც ის თავის თავში ხატავდა ან წარმოიდგენდა, და ამიტომ მას შიში ეუფლება. შემეცნებას არასოდეს მოაქვს ის, რასაც მისგან ელოდებიან. ყოველი ნაბიჯი შემეცნებლისა — ახალი ამოცანაა. შიში, რომელსაც ადამიანი განიცდის, იწყებს შეუბრალებლად და მტკიცედ ზრდას. მისი მიზანი ბრძოლის ველი აღმოჩნდება და ასე წაწყდება იგი თავის პირველ, ბუნებრივ მტერს — შიშს! — საშინელი მტერი, მოღალატე და ძნელად დასამლევი. ის დამალულია გზის ყოველ კუნჭულში, შენიღბული, მომლოდინე. თუ ადამიანი შეშინებული გაიქცევა, მაშინ მტერი ბოლოს მოუღებს მის მისწრაფებას.

- რა დაემართება ადამიანს, რომელსაც შიში დაამარცხებს?

- არაფერი არ დაემართება, გარდა იმისა, რომ ვერასოდეს შეიმეცნებს. ვერასდროს გახდება «ბრძენი ადამიანი». შეიძლება გახდეს ჯიუტი, რომელსაც არაფრის დანახვა არ სურს, ან უვნებელი, დამფრთხალი ადამიანი. ყველა შემთხვევაში ის დამარცხებული იქნება.

¹ <http://demo.ge/index.php?do=full&id=539>



- და რა უნდა გააკეთოს მან შიშის დასაძლევად?

- პასუხი მარტივია: არ უნდა გაიქცეს, უნდა გაიმარჯვოს შიშზე და გადადგას შემდეგი ნაბიჯი შემეცნების გზაზე... კიდევ შემდეგი და შემდეგი ნაბიჯი. მიუხედავად იმისა, რომ მთელი არსებით შეშინებულია, მაინც არ უნდა გაჩერდეს. ასეთია წესები. და დადგება დრო, როცა მისი პირველი მტერი უკან დაიხევს. ადამიანი თავდაჯერებულობას გრძნობს. მისი მიზანი უფრო მტკიცე ხდება, შემეცნება აღარ არის საშიში ამოცანა. როდესაც ეს სასიხარულო მომენტი დგება, ადამიანს ორჭოფობის გარეშე შეუძლია თქვას, რომ მან დაამარცხა თავისი პირველი, ბუნებრივი მტერი.

- ეს უცებ ხდება დონ ხუან, თუ ნელ-ნელა?

- ეს ნელ-ნელა ხდება, თუმცა შიში უცებ და შეუმჩნეველად იფანტება.

- მაგრამ შეიძლება თუ არა, რომ ადამიანი ისევ შეშინდეს? თუ რამე ახალ დაბრკოლებას უნდა ელოდოს?

- არა, თუ ადამიანმა ერთხელ გაანადგურა შიში, მაშინ ის მისგან თავისუფალია ცხოვრების ბოლომდე, რადგან შიშის ნაცვლად მან აზრის სიცხადე შეიძინა, რომელიც შიშს ფანტავს. ამ დროისთვის ადამიანმა იცის თავისი სურვილები. შეუძლია, დაინახოს შემეცნების ახალი საფეხურები, და აზრის ბასრი სიცხადე ყველაფერს ირეკლავს. ადამიანი გრძნობს, რომ არაფერია დაფარული. ამ ფორმით ის ხვდება მომდევნო მტერს — აზრის სიცხადეს, რაც ძნელი მისაღწევია. იგი შიშს ფანტავს, მაგრამ თან აბრმავეს. ის აიძულებს ადამიანს, რომ არასდროს შეიტანოს საკუთარ თავში ეჭვი. არწმუნებს, რომ მას შეუძლია გააკეთოს ყველაფერი, რაც მოესურვება, რადგან ის ცხადად ხედავს. მაგრამ ეს ყველაფერი — შეცდომაა. ეს რაღაც არასრულია, დაუმთავრებელი. თუ ადამიანი დაემორჩილება ძალაუფლების ამ მინიმუმს, ესე იგი ის დამარცხებულია მისი მეორე მტრის მიერ და გაიცვითება შემეცნების გზაზე. ის შეტევაზე გადავა მაშინ, როცა თავშეკავებაა საჭირო, ან დააყოვნებს, როცა უნდა იჩქაროს. მანამ იფართხალებს, სანამ არ დაიხრჩობა, რადგან მას მეტის შეცნობა აღარ შეუძლია.

- რა მოუვა იმ ადამიანს ვინც ამ საშუალებით დამარცხდება დონ ხუან? ნუთუ ამის შედეგად ის მოკვდება?

- არა, არ მოკვდება. მისმა მეორე მტერმა უბრალოდ გააჩერა ის ერთ ადგილას და დააკარგვინა მცდელობის სურვილი, რომ გახდეს «ბრძენი ადამიანი». ამის ნაცვლად მას შეუძლია გახდეს დაუმარცხებელი მეომარი, ან ხუმარა, მაგრამ აზრის სიცხადე, რაშიც მან ასე ძვირი გადაიხადა, არასდროს შეიცვლება სიბნელით, ან კვლავ შიშით. ის ცხადად დაინახავს ცხოვრების ბოლომდე, მაგრამ მეტს ვეღარაფერს ისწავლის და გაითავისებს.

- რა უნდა ქნას, რომ არ დამარცხდეს?

- იგივე, რაც შიშთან გააკეთა. მან უნდა დაძლიოს თავისი აზრის სიცხადე და მხოლოდ იმისთვის გამოიყენოს იგი, რომ უბრალოდ ხედავდეს და ელოდებოდეს, საგულდაგულოდ აწონ-დაწონოს ყველაფერი, სანამ ახალ ნაბიჯს გადადგამდეს. და მთავარია, ის ფიქრობდეს, რომ მისი აზრის სიცხადე თითქმის შეცდომაა. დადგება დრო, როცა ის დაინახავს, რომ მისი აზრის სიცხადე მხოლოდ



უმნიშვნელო წერტილი იყო მის თვალწინ. ასე დაამარცხებს ის თავის მეორე, ბუნებრივ მტერს და გადაინაცვლებს იმ მდგომარეობაში, სადაც მას უკვე ველარაფერი ავნებს. ეს არ იქნება შეცდომა, არ იქნება წერტილი თვალწინ, ეს იქნება ნამდვილი ძალა. აქ მას ეცოდინება, რომ ძალაუფლება, რისთვისაც ის ამდენ ხანს იბრძოდა, ბოლოს და ბოლოს მას ეკუთვნის. შეუძლია როგორც სურს ისე გამოიყენოს. მისი სურვილი — კანონია. ყველაფერს ხედავს გარშემო. მაგრამ ის უკვე წააწყდა თავის მესამე მტერს — ძალაუფლებას. ძალა — ყველა მტერზე ძლიერია. რა თქმა უნდა ყველაზე მარტივი გამოსავალი ფარ-ხმალის დაყრაა. რაც არ უნდა იყოს, ადამიანი მართლაც უვნებელია. ის მბრძანებლობს: ამით იწყებს. ამ სტადიაში ადამიანი ვერც კი ამჩნევს თავის მესამე, მოახლოვებულ მტერს და უეცრად, შეუმჩნევლად მარცხდება ბრძოლაში. მტერმა ის სასტიკ, ჭირვეულ ადამიანად აქცია.

- დაკარგავს ის თავის ძალას?

- არა, ის არასოდეს დაკარგავს არც აზრის სიციხადეს, არც ძალას.

- მაშინ რა განასხვავებს მას «ბრძენი ადამიანისაგან»?

- ძალაუფლების მიერ დამარცხებული ადამიანი ისე კვდება, რომ მისთვის გაუგებარი რჩება, თუ როგორ უნდა მოქცეულიყო ძალაუფლებასთან. ძალა — მხოლოდ ტვირთი და მისი ბედია. ასეთი ადამიანი არაფერს ემორჩილება და არ შეუძლია თქვას როდის და როგორ უნდა გამოიყენოს თავისი ძალა.

- დამარცხება რომელიმე ამ მტერთაგანის მიერ, არის თუ არა საბოლოო დამარცხება?

- რა თქმა უნდა საბოლოოა. თუ ამ მტერთაგან რომელიმემ დასძლია ადამიანი, მას უკვე აღარ ეშველება.

- შესაძლებელია თუ არა, რომ მაგალითად ძალის მიერ დამარცხებულმა ადამიანმა დაინახოს თავისი შეცდომა და გამოასწოროს თავისი გზა?

- არა, თუ ადამიანი ერთხელ დანებდა, მისი საქმე წასულია.

- კი, მაგრამ თუკი ის მხოლოდ დროებით იყო დაბრმავებული ძალაუფლებით, და შემდეგ უარი თქვა მასზე?

- ეს იმას ნიშნავს, რომ ის ჯერ კიდევ ცდილობს გახდეს «ბრძენი ადამიანი». ადამიანი მაშინაა დამარცხებული, როდესაც ის აღარ ცდილობს და ტოვებს საკუთარ თავს.

- მაშინ, დონ ხუან, გამოდის, რომ ადამიანი, რომელიც შიშის დროს წავიდა, რამდენიმე წლით დატოვებს საკუთარ თავს, მაგრამ ბოლოს დაამარცხებს მას?

- არა, ეს არ არის მართალი. თუ ის შიშს დანებდა, ვერასოდეს დაამარცხებს მას, რადგან ის თავს აარიდებს შემეცნებას და აღარასოდეს ეცდება კიდევ. მაგრამ თუ ის თავისი შიშის მდგომარეობაში, წლების განმავლობაში პერიოდულად ეცდება შემეცნებას, მაშინ როგორც ჩანს, კიდევ შესაძლებელია გაიმარჯვოს, რადგან ფაქტიურად მას თავისი თავი არ მიუტოვებია ამ შიშის გამო.

- როგორ უნდა დაამარცხოს მან მესამე მტერი დონ ხუან?



- მან უსათუოდ უნდა დაამარცხოს ის. უნდა ესმოდეს, რომ ძალა, რომელიც თითქოს დაიპყრო, სინამდვილეში, არც ეკუთვნოდა მას. ყოველთვის უნდა აკონტროლებდეს თავს და ყველაფერს, რაც შეიმეცნა, ფრთხილად და კეთილსინდისიერად ეპყრობოდა. თუ ის შეძლებს დაინახოს, რომ აზრის სიცხადე და ძალა თვითკონტროლის გარეშე, შეცდომაზე უარესია, მაშინ ის მიაღწევს წერტილს, სადაც ყველაფერი დაქვემდებარებულია. აქ მას ეცოდინება როდის და როგორ გამოიყენოს თავისი ძალა და ამ ფორმით ის გაიმარჯვებს თავის მესამე, ბუნებრივ მტერზე. ამ დროისთვის ადამიანი მზად იქნება და თავისი შემეცნების გზის ბოლოს, თითქმის გაუფრთხილებლად, ის გადაეყრება საბოლოო მტერს — სიბერეს. ეს მტერი უსასტიკესია მტერთა შორის. მტერი, რომელსაც ის ვერასდროს დაამარცხებს სამუდამოდ. შესაძლებელია მხოლოდ რამდენიმე ხნით მისი შეჩერება. ეს ის დროა, როცა ადამიანს აღარ აქვს არანაირი შიში, აღარც მოუთმენელი სიცხადე აზრისა. ის დროა, როდესაც მთელი მისი ძალა მორჩილებაშია, მაგრამ ასევე დროა, როცა ადამიანს დასვენების უწყვეტი სურვილი უჩნდება. თუ ის მთლიანად აყვება ამ სურვილს, თუ თავს დაიმშვიდებს საკუთარ დაღლილობაში, მაშინ ის წააგებს ბოლო ბრძოლას და მტერი მას მოხუც, სუსტ არსებად აქცევს. მისი სურვილი უკან დახევისა, გადაძალავს მთელ სიცხადეს. მაგრამ თუ ადამიანი დაამსხვრევს თავის დაღლილობას, თავის ბედს ცხოვრების ბოლო წუთამდე დახარჯავს, მაშინ მას შეიძლება ეწოდოს «ბრძენი ადამიანი» თუნდაც ერთი მოკლე წამით, როდესაც ის განდევნის თავის დაუმარცხებელ მტერს. სიცხადის, ძალის და ცნობიერების ეს ერთი წამი, უკვე საკმარისია.



კარლოს კასტანედა

მე ვამბობ, რომ...¹

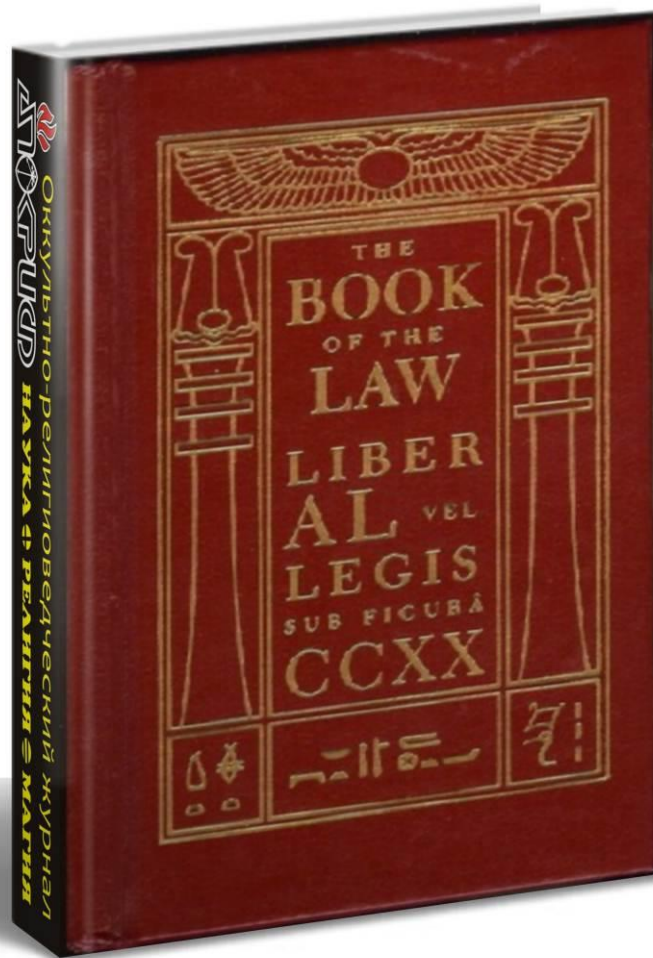
მე ვამბობ, რომ ეს გარდაუვალია
ჩვენ ვდგავართ ქარის წისქვილის კართან
აცმული გვაქვს ტანზე სამყაროს სიძულვილი
და ერთმანეთის რწმენა გვაქვს მოცმული
როცა დაგვჭირან,
პირველ რიგში დაზიანდება რაც მოცმული გვაქვს
სიტუაცია ასეთია
ჩვენ ვდგავართ ქარის წისქვილის კართან
ქარები წვანან სამოვრებზე
უსაქმურად კუდებს აქნევენ
დრო თითქმის არ გვაქვს.
მე ვამბობ — ეს გარდაუვალია
ჩვენ ერთმანეთს ტუჩებში ვკოცნით
და შევდივართ ქარის წისქვილში
ყველაფერი გათვლილია -
ადამიანები ემსგავსებიან შემოდგომის გამხმარ ფოთლებს
იატაკი უკვე მოფენილია
ჩვენ ვითხოვთ ეთერს!
შენ ეკრანზე ხარ,
იწყებ მოკითხვის ჩამორიგებას
მოკითხვას უთვლი მამას რომელიც არ გყოლია
დედას, მეგობრებს, დამრიგებელს, ყოფილ ბოიფრენდს
და რამდენიმე თოქ შოუს წამყვანს.
ჰაერი იწყებს მოძრაობას
თითქმის ქარია
შენობა უკვე ალყაშია.
ახლა მე ვარ ყველა ეკრანზე
ქარის წისქვილი იწყებს ჩემი მდაბიური ლექსიკის დაფქვას
მე ვლაპარაკობ ჟანგიან კონსერვებზე
გასროლილ ვაზნებზე
ვლაპარაკობ გამხდარ ბავშვებზე
სამუშაო მაგიდებზე ჩამინებულ სხეულებზე
ვლაპარაკობ თანაგრძნობის დეფიციტზე
სიყვარულის ინფლაციაზე

¹ <http://demo.ge/index.php?do=full&id=561>

და მსოფლიოში მოწეულ მოსავალს ვყოფ პლანეტის თითო მაცხოვრებელზე
ჯიბიდან ვიღებ მწვანე ფონზე გაშეშებულ ამერიკის მკვდარ პრეზიდენტებს
და ცეცხლს ვუკიდებ პირდაპირ ეთერში
ჩვენ სამყაროს პირისპირ ვდგავართ
მე ვამბობ რომ ეს გაცნობიერებული სოციალური აქტია
რელიგიური ექსტრემიზმის გარეშე
და არაცნობიერის ტერაქტი
რომელიც დაიწყება ჩვენი ფიზიოლოგიიდან
გაივლის კუჭს
და მიაღწევს ჩვენს ცნობიერამდე.
სიტუაცია ასეთია
შენ რწმენას კარგავ
მე ვხედავ სამყაროს სიძულვილი რა ფერი გაქვს
შენ საკმაოდ დიდი დოზით კარგავ სამყაროს მიმართ სიძულვილს
მე ვხვდები რომ ჩემი რწმენის საქმეც წავიდა
მე უკვე ზუსტად ვიცი სიტყვა დაცემის მნიშვნელობა
სადაცაა შემოღწავს ქარიც კარებებს
წისქვილი ისევ გახდება ქარის.
და ჩვენც უთუოდ დავემსგავსებით შემოდგომის გამხმარ ფოთოლებს
რომელიც ქარმა უნდა წაიღოს
და წისქვილის მძიმე ხელებს მისცეს საღეჭად
მაგრამ აი მე ვიღიმები
ვამბობ დაიწყო
ვამბობ ქარი გაიხლართება ერთხელ ფოთლებში
ვამბობ რომ ეს გარდაუვალია.







კანონთა წიგნი



ალისტერ კროული

კანონთა წიგნი¹

მთარგმნელი: გიგა ბერიაშვილი

Liber AL (Liber Legis)

კანონთა წიგნი ქვე ხატება CCXX რომელიც იშვა აიუასის
მიერ ანხ-აფ-ნა-ხონსუს პრინცთა ქურუმისთვის რომელიც არის 666

ჰქმენ ის რაც გნებავს, რამეთუ ესაა უზენაესი კანონი.

აკრძალულია სწავლება ამ წიგნით. გამოიჩინე გონიერება და გაანადგურე
პირველი წაკითხვის შემდგომ.

ვინც უგულვებელყოფს ამ შეგონებას, დაე, აილოს სა-ფრთხე და რისკი
საკუთარ თავზე, რადგან სასჯელი შემადრწუნებელია!

ამდენადვე, ვინც იკამათებს ამ წიგნის შემცველობაზე, აარიდებს თავს ყველა,
როგორც შავ ჭირს.

ყოველი კითხვა კანონის შესახებ, განიმარტება ჩემი ნაწერის თითოეულ
თავში.

არა არს კანონი გარდა იმისა, — ჰქმნა ის, რაიცა გნე-ბავს!

სიყვარული კანონია, სიყვარული ნების ქვეშ.

*პრინცთა ქურუმი
ანხ-აფ-ნა-ხონსუ*

Liber AL vel Legis კანონთა წიგნი

თავი პირველი

- I,1: ჰად! გამოცხადება ნუითისა.
- I,2: სამოთხის საზოგადოების საიდუმლოთა გამომჟღავნება.
- I,3: ყოველი კაცი და ყოველი ქალი ვარსკვლავია.
- I,4: ყოველი რიცხვი უსასრულოა, განსხვავება არ არსებობს.
- I,11: ისაა სისულელე, რომელსაც ადამიანი ეთაყვანება; ორთავე კაცნი და
ღმერთნი მათი, ჭეშმარიტად სულელები არიან!

¹ © გამომცემლობა ბაბილონი BABYLON Publishing House
წიგნის შექმნა შეგიძლიათ მაღაზიაში «ბუქსითი» (მელიქიშვილის 21).
<http://demo.ge/index.php?do=full&id=1091>



- I,12: გამოდით წინ, ო, შვილებო, ვარსკვლავთქვეშეთიდან და ჰქმენით თქვენი წილი სიყვარული!
- I,14: ზემოთ მბრწყინავი ლაჟვარდოვანი,
შიშველი დიდებულებაა ნუითის;
იგი თრთის კოცნის ექსტაზით,
ჰადითის იდუმალი გზნებით.
ფრთიანი, ლურჯი, ვარსკვლავთა თაღი
ჩემია, ო, ანხ-აფ-ნა-ხონსუ!
- I,40: ის, ვინც გვიწოდებს ჩვენ თელემიტებს, — არ სცდება. არსებობს სამი რანგი: განდევნილი და შეყვარებული, და ადამიანი დედამიწისა. ჰქმენ ის რაც გნებავს, რამეთუ ესაა უზენაესი კანონი!
- I,43: ჰქმენ და ნუ იფიქრებ სხვანი რას გაივლებენ გონებად.
- I,61: სიყვარული ჩემდამი, ბევრად მეტია ყოველივე დანარჩენზე: თუ უდაბნოში, ღამით, ვარსკვლავთა ქვეშ, დაწვავ ჩემთვის ჩემს საკმეველს, გამომიხმობ წმინდა ნებით, — შეირხევიან ცეცხლის გველები, შენ მოხვალ და მცირე ხანს ჩემს გულში დაივანებ. ნებითა შენით, ერთი ამბორი უბოძე ყველას; ვისაც უბოძებ მტვრის ერთ ნაწილსაც, დაკარგავ ყველაფერს იმავე წამს. თავი მოუყარე საქონელსა და ქალთა საკმაზის მარაგს; შეიმოსე ძვირფასი ქვის სამოსით; დაძლიე მდიდრული და ამპარტავანი სამყარო; მაგრამ ყოველთვის იყავი ჩემდამი სიყვარულით გაწყობილი, რამეთუ ეწვიო ჩემს მიერ შენდამი გაღებულ ბედნიერებას. გიბრძანებ, დაგაძალებ, რომ მოხვიდე ჩემამდე დაფა-რული თავსაბურავით, შემოსილი ერთადერთ მანტიანში. მე შენ მიყვარხარ! ვდარდობ შენს გამო! ფერმიხდილი თუ მეწამული, ჩადრით შემოსილი თუ ვნებით აღვსილი, მე, რომელიცა ვარ ყოველი სიამოვნება და დიდებულება, და იდუმალი თრობა, — გწადილობ შენ! შესდექ ფრთებზე და გამოიღვიძე, გველივით დაიკლაკნე და იბრწყინე: წამოდი ჩემსკენ!
- I,64: მე ვარ მზის ჩასვლის ლურჯთვალა ქალწული; მე ვარ შიშველი ბრწყინვალება და ვნება, — ბინდშეპარული ცის.
- I,65: ჩემთვის! ჩემთვის!
- I,66: დასასრულს მივიდა გამოცხადება ნუითისა.

თავი მეორე

- II,1: ნუ! გაუჩინარება ჰადითისა.
- II,6: მე ვარ ცეცხლი, დანთებული ყოველ კაცთა გულში და ვარსკვლავთა ბირთვში. მე ვარ სიცოცხლე და მბოძებელი სიცოცხლისა, შეცნობა ჩემი, — შეცნობაა სიკვდილისა.
- II,7: მე ვარ მაგი და განმათავისუფლებელი. მე ვარ ღერძი ბორბლისა, და კუბი, მოქცეული წრეში. «წამოდი ჩემსკენ» უგუნური სიტყვაა: რამეთუ თავად მოვალ შენთან.



- II,22: მე ვარ გველი, ცოდნის მზობეხელი, სიამით დამატკობელი, კაშკაშა დიდებულება და მთვრალ კაცთა გულში მოფუსფუსე. რომ მომყვე მე, აილე ღვინო და ძლიერი ნარკოტიკი, რომლის შესახებაც ვუთხარი ჩემს წინასწარმეტყველს; შესვი და მათით დათვერი. არას გავნებენ ისინი. ადამიანო, იყავ ძლიერი! ნეტარება და სიამოვნება მიიღე ყოველი გრძნობით და აღტაცებაში მოდი: არ შეგეშინდეს, რომ რომელიმე ღმერთი უარგყოფს ამისთვის.
- II,23: მარტო ვარ: არა არს ღმერთი იქ, სადაც ვარ მე.
- II,57: იგი, რომელიც არის უმწიკვლო, დარჩეს უმწიკვლოდ; იგი, რომელიც არის ბინძური, დარჩეს ბინძურად!
- II,58: ჰო! ნუ იფიქრებ შეცვლაზე: ხარ ისეთი, როგორც ხარ და არ ხარ ისეთი, როგორც არ ხარ. სამყაროს მეფეები მარა-დიულად მეფენი იქნებიან: მონები, მონებად დარჩებიან. არა არს რაიმე, რომელსაც ძალუმს მიწაზე დაგცეს ან ცად აგამაღლოს: ყველაფერი ისეა, როგორც არის. ჰო! არიან მიმდევარნი ჩემნი, რომელნიც ირგებენ ნიღაბს: ეს შეიძლება იყოს აი, ის გლახა, რომელიც არის მეფე. და მეფის ნებაა, როგორ შეურჩევს თავის ტანს სამოსს: ეს არ ხდება უეჭველად გამოცდებით: მაგრამ გახსოვდეს: — ტანსაცმელი ვერასოდეს დამალავს სულის სიღარიბეს.
- II,62: ავმაღლდი შენს გულზე და ვარსკვლავთა ამბორი ჩამოწვიმს შენს სხეულზე.
- II,78: ალაზევე თავი შენი! არა არს რაიმე, რომელიც დიადია შენზე, კაცთა და ღმერთთა შორისაც კი! ალაზევე თავი შენი, ო, ჩემო წინასწარმეტყველო, რომ ტანი შენი აღმატებოდეს ვარსკვლავთა სიმაღლეს. ისინი გაჰყვებიან შენს სახელს, დიად კვადრატს, მისტიკას, ჩინებულებას, საუცხოობას და რიცხვს ადამიანისას. და შენი სახლის სახელია 418.
- II,79: დასასრულს მივიდა გამოცხადება ჰადითისა; დაე, ლოცავდეთ და მისდევდეთ საყვარელ ვარსკვლავს, — წინასწარმეტყველს!

თავი მესამე

- III,1: აბრაჰადაბრა! გამოცხადება რა-ჰოორ-ქუითისა!
- III,12: შემომწირე რქოსანი, პატარა და დიდი: ჩვილის შემდეგ.
- III,13: მაგრამ არა ახლა.
- III,14: იხილავ ამ ჟამს, ო დალოცვილო მხეცო და შენც, მისი სურვილის აღისფერო მიჯნურო!
- III,42: განსაცდელები, რომელთაც იხილავ საკუთარ თავში, შეინახე და კარგად დაფარე მასში. უკუ არ აგდო, მაგრამ შე-იცანი და გაანადგურე გაცემის გარეშე. მე რა-ჰოორ-ქუითი ვარ, ჩემს მსახურთ ვიცავ. წარმატება გამოცდაა შენი: ნუ იკამათებ; ნუ გარდაქმნი; მეტისმეტს ნუ იტყვი! ისინი, რომელნიც ეძიებენ გზას შენს მოსატყუებელად, — ჩამოგანგრევენ; შეუტეე მათ შებრალების ან დანდობის გარეშე და გაუსწორდი უკიდურესად მძიმე სასჯელით! მარდად იარე, როგორც გველმა, შემდეგ შებრუნდი და განგმირე!



იყავი მასზე ბევრად მომაკვდინებელი! წათრეე მათი სულები საზარელ
საწამებელში: იცინე მათ შიშზე: მიაფურთხე მათ!

III,49: მე იდუმალი ოთხნაწილიანი ღვთისმგმობი სიტყვა ვარ; წინააღმდეგი, კაცთა
ყოველი ღმრთისა.

III,51: მე, ქორისთავიანმა, ჩავკორტნე იესოს თვალები, ოდეს ჯვარს იყო ცმული.

III,52: მუჰამედის წინ ვიქნევ ფრთებს და ვაბრმავებ მას.

III,53: ჩემი ბრწყყალებით ვგლეჯ ინდოელთა, ბუდისტთა, მონღოლთა და დინთა
ხორცს.

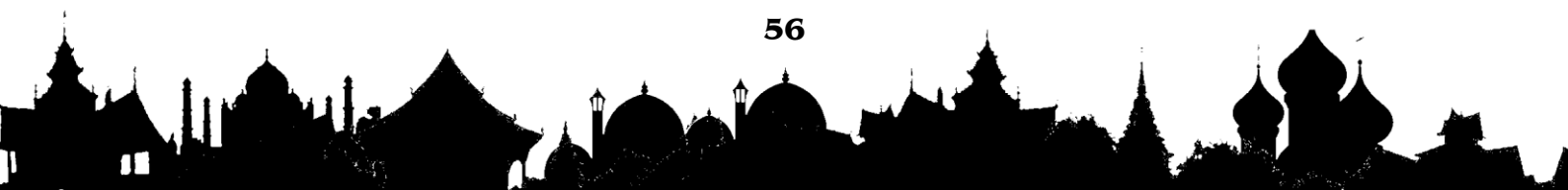
III,54: Bahlasti! Ompehda! ვაფურთხებ თქვენს გაკერპებულ კრედოებს!

III,55: დაე, მარიამი მოიღუშოს და დაიგლიჯოს ბორბალზე: მისი გულისთვის დაე,
ყოველი უბიწო ქალწული, იყოს შენთვის მეტისმეტად საძულველი,
საძულველთა შორის!

III,63: სულელნი წაიკითხავენ კანონთა წიგნსა და კომენტარებს; და ვერ
გაიგონებენ მას.

III,75: სიტყვის გასრულებისას ნათქვამი სიტყვა, სიტყვაა აბრაჰადაბრა!







<http://www.magnika.org/>



ზოროასტრიზმი

უძველეს ხალხთა რიტუალები¹ (ნაწილი III)

...ვაგრძელებ პოსტების სერიას. წინა ნაწილები ძველ ეგვიპტურ და შუმერულ რიტუალებს მივუძღვენ, ხოლო ამ ნაწილში მოგიტხოვრებთ აქამენიდური და სასანიდური პერიოდის სპარსების რიტუალებზე, რომელიც ძირითადად ზოროასტრულ რელიგიასთან იყო დაკავშირებული...

ძველი ირანისა და ავესტის ენის გამოკვლევის შედეგად, მეცნიერები ვარაუდობენ, რომ ზოროასტრი (სპარსულად ზარტოშტი) დაიბადა ფარვარდინის თვის ხორდად რუზში (26 მარტი), ძველი წელთაღრიცხვით 1768 წელს, ზოგიერთი ისტორიკოსი ფიქრობს, რომ ზოროასტრი დაიბადა დაახლოებით 680 წელს ძველი წელთაღრიცხვით, მაშინ როცა პლატონი ზოროასტრის დაბადების თარიღად დაახლოებით 6000 წელს ასახელებდა. ზოროასტრიზმი ასწავლის ბეჯითად მუშაობას: ყველა მაზდეანის მოვალეობა იყო თავისი წვლილი შეეტანა ადამიანთა განვითარებაში, თავისი სარგებლიანი და კონსტრუქციული მუშაობის მეშვეობით. ის ასწავლიდა, რომ სიზარმაცით ხელი არ შეეშალათ კაცობრიობის განვითარებაში. სიზარმაცე, მათხოვრობა, უკან წევს ცხოვრებას და ამიტომ ისინი აკრძალული იყო. ზარტოშტის რელიგია ასწავლის თავისუფალი აზრის ქონის და მისი სამართლიანად და თავისუფლად გამოთქმის შესაძლებლობას. ზოროასტრი არ აიძულებდა ხალხს მისი რელიგიის მიღებას (ზოროასტრი და სპარსი შაჰების პოლიტიკა ერთმანეთში ნუ აგერევთ), მაგრამ სთხოვდა მოსმენას, გაითვალისწინებდა თუ არა ამ თხოვნას ესა თუ ის ადამიანი მთლიანად მასზე იყო დამოკიდებული და თუ არ გაითვალისწინებდა ამისთვის ჯოჯოხეთში არ მოხვდებოდა. უძველესი ირანელები ფიქრობდნენ, რომ ადამიანებს ერთად უნდა ემუშავათ და ელხინათ, მაგრამ ეს ორი საქმე ერთმანეთში არ უნდა არეოდათ. მათ სჯეროდათ, რომ ტირილი იყო ცოდვა. ისინი ცდილობდნენ, რომ ჰქონოდათ დღესასწაულები მთელი წლის განმავლობაში. ყოველ თვე, როცა თვის და დღის სახელი ერთმანეთს დაემთხვეოდა ძველი სპარსები დღესასწაულს აღნიშნავდნენ. ეს დღესასწაულები და შესაბამისად თვეები იყო:

1. ფარვარდინგანი ან ფრუდოგი: ამ დღეს ხდებოდა გარდაცვლილი ადამიანების მოხსენიება. სიტყვებს ფარვარდინს და ფრავაჰარს ერთი ფუძე აქვს და ნიშნავს სულს, რომელიც ბინადრობს ყველა ადამიანში და ცხოველში წინამძღოლობისთვის და დაცვისთვის. ამ დღეს ზოროასტრელები მიდიოდნენ სასაფლაოზე და იხსენებდნენ გარდაცვლილების ლოცვასთან ერთად. ირანელი ზოროასტრელები ამ დღეს უწოდებდნენ ფრუდოგს. ინდუსებსაც აქვთ მსგავსი ცერემონია, რომელსაც პიტარას უწოდებენ.

¹ mr-holms 14 თებერვალი 2012.



2. ჯაშნ-ე-არდიბეჰეშთგანი: არდიბეჰეშთ, (ეს არის ავესტური სიტყვა აშავაპიშტა) წარმოადგენს სისუფთავეს, სიწმინდეს და კეთილდღეობას. ამ დღეს სვალდებული იყო ცეცხლის დაცვა.

3. ჯაშნ-ე-ხორდადგანი: ეს მომდინარეობს ავესტური სიტყვიდან ორვატატადან, რომელიც ნიშნავს ჯანმრთელობასა და კეთილდღეობას. ამ დღეს სავალდებული იყო წყლის ნებისმიერი ფორმით დაცვა, იქნებოდა ეს წყალი მდინარის, ტბის თუ ზღვის.

4. ჯაშნ-ე-თირგან: ამ დღის წინა დღეს ხალხი წმენდდა თავიანთ სახლს, ხოლო თირგანის დღეს, ხალხი ატარებდა ახალ ტანსაცმელს და აბრეშუმის ქსოვილს მკლავზე. დღესასწაული გრძელდებოდა ათი დღის განმავლობაში. თირგან ავესტურად არის თეშთარი, რომელიც ნიშნავს ნათელ დასაწყისს. ავესტის ენის მეცნიერებმა ეს სიტყვა გადმოთარგმნეს, როგორც მდინარის ვარსკვლავი და ვარაუდით ეს უნდა იყოს სირიუსი. არსებობს ლეგენდა, რომ ირანელებსა და თურანებს შორის ბრძოლის დროს, მანუჩეჰრის სამეფოში, ფიშდადის მეფემ, აფრასიაბმა, გაიმარჯვა ომში და ალყა შემოარტყა მანუჩეჰრის ძალებს. ისინი შეთანხმდნენ, რომ ვინმე უნდა ასულიყო დამავანდის მთაზე და იქიდან ისარი უნდა ესროლა, სადაც ისარი ჩამოვარდებოდა, ის ადგილი გახდებოდა საზღვარი ორ ქვეყანას შორის. ეარაში, სახელგანთქმული მშვილდოსანი, ავიდა დამავანდის მთაზე და ისროლა ისარი, რომელიც დაეცა ხეს, მდინარე გეჰუნის ახლოს და სწორედ ამ გამარჯვებისა და შეთანხმების შემდეგ ირანელებმა დაიწყეს ჯაშნ ე-თირგანის აღნიშვნა. მეორე ლეგენდის თანახმად, შვიდი წლის განმავლობაში არ მოსულა წვიმა ან თოვლი და იყო დიდი შიმშილობა, ფიროზის მეფობის დროს, რომელიც იყო ანუშირვანის შთამომავალი, თირგანის თვეში თირგანის დღეს მოვიდა წვიმა და დაწესდა დღესასწაული.

5. ჯაშნ-ე-ამორდადგანი: მცენარეებისა და ბოსტნეულის ღვთიურ დაცვასთან დაკავშირებული დღესასწაული.

6. ჯაშნ-ე-შაჰრივარგანი: ავესტის ენაზე შაჰრივარი არის ხაშატა ვერია ანუ ანგელოზი, რომელიც იცავს მინერალებს.

7. ჯაშნ-ე-მეჰრგანი

8. ჯაშნ-ე-აბანგანი: აბანი ნიშნავს წყალს, ამ დღეს ხალხი მიდიოდა მდინარის, ჩანჩქერის, ზღვისა და ოკეანის ახლოს და უყვებოდნენ წყალს აბზურის ლოცვას.

9. ჯაშნ-ე-აზარგანი: აზარ ნიშნავს ცეცხლს.

10. ჯაშნ-ე-დაეგანი: დაე ან დატომუ ნიშნავს შემოქმედს და ავესტურ ლიტერატურაში ამ ეპითეტით მოიხსენიებენ აჰურა მაზდას.

11. ჯაშნ-ე-ბაჰმანგანი: ავესტურად ბაჰმან არის ვოჰიმან, რაც ნიშნავს კრთილ ფიქრს ან გონებას. ამ დღეს ზოროასტრელთა წარმოდგენით სიკეთის ანგელოზი იცავდა სასარგებლო ცხოველებს და ადამიანებიც ვალდებულნი იყვნენ დაეცვათ ისინი.

12. ჯაშნ-ე-სფანდარმაზდი: ამ დღეს ანგელოზი იცავდა დედამიწას და ადამიანებიც ვალდებულნი იყვნენ დაეცვათ მცენარეები და ცხოველები.



ამ 12 დღესასწაულის გარდა არსებობდა კიდევ 4 დღესასწაული:

1. ჯამნ-ე-ნოვ-როზი
2. ჯამნ-ე-მეჰრეგანი
3. ჯამნ-ე-სადეჰი
4. გაჰანზარსი ან ექვსი სეზონის ფესტივალი

ნოვ-რუზის დღესასწაული (ახალი წელი): ეს დღესასწაული იყო ერთ-ერთი ყველაზე დიდი დღესასწაული, რომელიც აღინიშნებოდა უძველესი დროიდან. გადმოცემით ნოვ-რუზი დააწესა ლეგენდარულმა მეფემ ჯემშიდმა. ფირდოუსი ამბობდა: «ნოვ-რუზი იწყება გაზაფხულის პირველ დღეს — ორმუზდის დღეს — ფარვარდინის თვეში». ძველ დროში დღესასწაული უნდა აღნიშნულიყო ერთი თვის განმავლობაში. დღეს კი, ის ირანში 13 დღის განმავლობაში აღინიშნება. ომარ ხაიამი თავის წიგნში ნოვ-რუზის შესახებ წერდა — «მზე თავის ციკლს 365 დღეში ასრულებს და ყოველ ოთხ წელიწადში ამ დღეებს ემატება კიდევ ერთი დღე. მეფე ჯემშიდმა შეიტყო ამის შესახებ, დაარქვა ამ დღეს ნოვ-რუზი და დააწესა დღესასწაული».

ნოვ-რუზის დღეს ყველა ზოროასტრელი ლოცულობდა და მადლობას უხდოდა აჰურა მაზდას. ამის შემდეგ, ისინი ესალმებოდნენ და ბედნიერებას უსურვებდნენ ერთმანეთს. ისინი ერთმანეთს აძლევდნენ ტკბილეულს და ვარდის წყალს.

თუ რომელიმე მაზდეანის ოჯახში იყო გარდაცვლილი, სხვა მაზდეანობის მიმდევარი ოჯახები ვალდებულნი იყვნენ წასულიყვნენ და გამოეხატათ გულწრფელი სამძიმარი. შემდეგ ყველანი ერთად ატამ-ბაჰრამში, ადერაინში ან დარ-ე-მეჰრში ლოცულობდნენ და მადლობას უხდოდნენ აჰურა მაზდას. ამის შემდეგ ზოროასტრელები ერთმანეთს ბედნიერ ახალ წელს უსურვებდნენ.

მეჰრგანის დღესასწაული აღინიშნებოდა მეჰრის თვეში. ის იყო ერთ-ერთი დიდი დღესასწაული ძველ სპარსეთში, რომელიც უტოლდებოდა ნოვ-რუზის დღესასწაულს. სასანიდ შაჰებს ჰქონდათ საჯარო შეხვედრები ამ დღეს. გადმოცემის თანახმად, ამ დღეს, მეფე ფარედუნმა გაიმარჯვა ომში ზაჰაკის წინააღმდეგ. ეს დღესასწაული გრძელდებოდა 6 დღე.

სადეჰის დღესასწაული ეძღვნებოდა ცეცხლის აღმოჩენას. ფირდოუსი თავის წიგნში შაჰნამე (მეფეთა წიგნი) წერდა: «ერთ დღეს მეფე ჰუმანგი წავიდა სანადიროდ. ადგილზე, მან დაინახა გველი, რომელსაც ესროლა ქვა. ქვა მოხვდა კლდეს, რამაც გამოიწვია ნაპერწკალი და გადავიდა ბუჩქზე, რასაც თავისთავად ცეცხლი გაუჩნდა. ამის შემდეგ მეფე ჰუმანგმა ამ დღეს დააწესა დღესასწაული».

გაჰანზარი არის მადლიერება. ძველ სპარსეთში იყო ექვსი გაჰანზარი. ეს სიტყვა შედგება ორი ნაწილისაგან: გაჰან ნიშნავს დროს, სეზონს და ბარ ნიშნავს ხილს, მოსავალს და საჯარო შეხვედრებს. ავესტა (მაზდეანთა წმინდა წიგნი, ეს წიგნი დაწერილია ენაზე, რომელსაც ასევე ავესტა ეწოდება. ეს ენა უკვე აქამენიდთა ეპოქაში მკვდარი იყო) მოგვითხრობს, რომ აჰურა მაზდამ 365 დღე ანუ ერთი წელიწადი დაყო ექვს სეზონად და ამ სეზონების განმავლობაში ეტაპობრივად შექმნა სამყარო.



ეს ექვსი სეზონი იყო:

1. მედიოზარემ გაჰანზარი
2. მედიოშემ გაჰანზარი
3. ფეთიშაჰიემ გაჰანზარი
4. აიათრემა გაჰანზარი
5. მედჰარიმ გაჰანზარი
6. ჰამასფათმაედაია გაჰანზარი

1. მედიოზარემ გაჰანზარი (სეზონი) იყო შუა გაზაფხულზე (30 აპრილი — 4 მაისი). ამ პერიოდში აჰურა მაზდამ შექმნა ცა.
2. მედიოშემ გაჰანზარში (29 ივნისი — 3 ივლისი) აჰურა მაზდამ შექმნა წყალი.
3. ფეთიშაჰიემ გაჰანზარში (12-16 სექტემბერი) აჰურა მაზდამ შექმნა დედამიწა.
4. აიათრემა გაჰანზარში (12-16 ოქტომბერი) აჰურა მაზდამ შექმნა მცენარეები და ბოსტნეული.
5. მედჰარიმ გაჰანზარში (31 დეკემბერი — 4 იანვარი) აჰურა მაზდამ შექმნა ცხოველები.
6. ჰამასფათმაედაია გაჰანზარში (16-20 მარტი) აჰურა მაზდამ შექმნა ადამიანი.

ყველა ამ პერიოდში ცეცხლთაყვანისცემლები მადლობას სწირავდნენ აჰურა მაზდას და ლოცულობდნენ.

სამგლოვიარო რიტუალები

ძველ სპარსეთში, როცა მაზდეანი გარდაიცვლებოდა, მას დაუყონებლივ დაუხურავდნენ თვალებს და ხელებს დაუკრეფდნენ მკერდზე. გარდაცვლილის სხეულს აცმევდნენ თეთრ ტანსაცმელს და გადაყავდათ დასაკრძალავად განკუთვნილ ადგილას, სადაც ბანდნენ წყლით და საპნით და წელზე უკეთებდნენ კომტის. ორი მოხედი დადგებოდა გარდაცვლილის სხეულის პირისპირს და უყვებოდნენ აჰნოვადგაჰს.

დაკრძალვის რიტუალი

ზოგიერთ ზოროასტრელს (უფრო მეტად ინდოეთის მაზდეანებს) სჯეროდა, რომ, როცა ადამიანი გარდაიცვლებოდა იგი დაბრუნდებოდა ახალი სხეულით, ამიტომ ისინი გარდაცვლილს თან ატანდნენ ტანსაცმელს, საჭმელს, გარდა ამისა კლავდნენ ცხენს ან სხვა ცხოველს და მარხავდნენ გარდაცვლილთან ერთად. მაგრამ ზოროასტრელების უმრავლესობას არ სჯეროდა რეინკარნაციის. მათი აზრით გარდაცვლილის სხეული მალევე უნდა დაეკრძალათ. სწორედ ამიტომ გარდაცვლილი ადამიანის სხეულს, რომელიც ცხოვრობდა ზღვასთან ან

ოკეანესთან ახლოს აგდებდნენ წყალში. გარდაცვლილი ადამიანის სხეულს, რომელიც ტყესთან ახლოს ცხოვრობდა წვავდნენ. ქალაქ კახურაში გარდაცვლილებს წვავდნენ. სამხრეთ ირანის ქალაქის ჰარაჰვაითის მცხოვრებლები გარდაცვლილებს მარხავდნენ. ჩრდილოეთ და დასავლეთ სპარსეთში ჰქონდათ დახმაპები ანუ მდუმარების კომპები, სადაც დებდნენ გარდაცვლილებს.

ზოროასტრელები დაკრძალვის დროს ამ ლოცვებს კითხულობდნენ:

1. ვედარდაგან პატეტი
2. აჰნოვადგაჰ — სასაფლაოზე
3. სორუმ იაშთი — სამი პირველი დღის განმავლობაში
4. მეოთხე დღის გამთენიისას მოხედები ამბობდნენ საჭირო ლოცვებს ავესტიდან
5. ჯერ ყოველ მეათე დღეს, შემდეგ ყოველ თვე და შემდეგ ყოველ წელს სრულდებოდა რელიგიური რიტუალები.

ქორწინება

ძველ სპარსეთში ქალი და მამაკაცი განიხილბოდა, როგორც ერთმანეთის თანასწორები. ქალს ჩვეულებრივ შეეძლო ემუშავა მამაკაცებთან ერთად. ქალს შეეძლო ესწავლა ცხენზე ჯირითი, ბრძოლა და ნადირობა, მიეღო მონაწილეობა ომში და ნადირობაში. ქორწინება იყო წახალისება და კაცს შეეძლო მხოლოდ ერთი ცოლი ჰყოლოდა. არაბთა დაპყრობების შემდეგ, კი ეს ყველაფერი შეიცვალა.

* * *

ზოროასტრიზმი თავის აყვავების ხანას სასანიდების დროს მიაღწია, მისი მიმდევრები მილიონობით იყვნენ (მათ შორის საქართველოში) ისლამის ექსპანსიის პერიოდში ზოროასტრიზმი დევნილ რელიგიად გამოცხადდა და მისი მიმდევრების რიცხვმა იკლო. დღეს, ზოროასტრიზმი ძირითადად გავრცელებულია ირანსა და ინდოეთში, გაძლიერებულია მონოთეისტური იდეები.

ზოროასტრიზმში ძალიან დიდი მნიშვნელობა აქვს ისეთ ცნებებს, როგორცაა ჭეშმარიტება, სამართლიანობა, ერთგულება, სიმამაცე, სიკეთე, წესიერება და კეთილგონიერება, ასავე სიტყვის ერთგულება. ზოროასტრიზმისათვის დამახასიათებელია ბუნებისა და ცხოველთა სამყაროზე ზრუნვა და განსაკუთრებული დამოკიდებულება ოთხი სტიქიისადმი: ცეცხლის, წყლის, მიწისა და ჰაერისადმი. ცეცხლს თაყვანს სცემდნენ როგორც გამწმენდ ძალას. გარდაცვლილებს მარხავდნენ განსაკუთრებულ «მდუმარების კომპებში», მიიჩნევდნენ, რომ არ შეიძლება სხეულის არც მიწაში დამარხვა, არც დაწვა. სწამთ სულის უკვდავება, იმქვეყნიური ცხოვრება და სამყაროს აღსასრული. ზოროასტრიზმის წმინდა წიგნია ავესტა, რომელიც რამდენიმე ნაწილისგან შედგება (იასნები, იაშტები, ვისპრედი, ვიდევდატი და ჰორდა ავესტა).

ზარათუშტრა

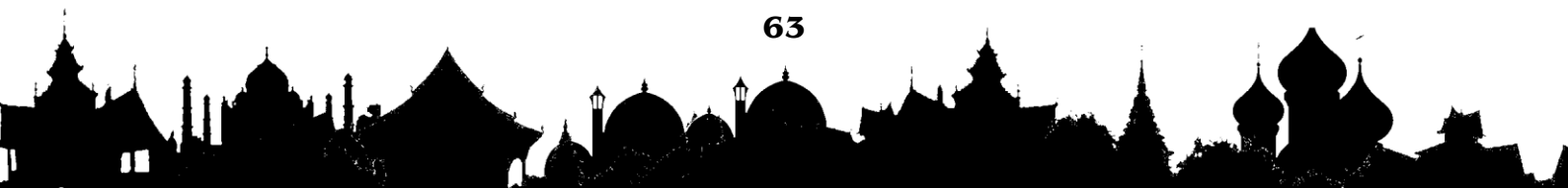
აჰურა-მაზდა

ზოროასტრიზმი მკვეთრად გამოხატული დუალისტური რელიგიაა. უზენაესი ღვთაებაა აჰურა-მაზდა (ორმუზდი). მისი სახელის მიხედვით მომდინარეობს რელიგიის მეორე სახელი მაზდეანობა. ზარათუშტრა წინასწარმეტყვერლია, რომელსაც გამოეცხადნენ ღმერთები და როგორც აჰურა-მაზდას შუამავალმა იქადაგა ახალი რელიგია. აჰურა-მაზდა — «სიბრძნის მპყრობელი», «ღმერთი ყოვლადბრძენი», შემოქმედი ღმერთია. მას უკავშირდება ღვთაებრივი სამართლიანობადა წესრიგი (აშა), კეთილი სიტყვა და კეთილი საქმე. აჰურა-მაზდა ქურუმის სახით გამოიხატება. იგი ქმნის სამყაროს ფიქრის ძალით და ითხოვს სულიერ თაყვანისცემას, ლოცვებს «წმინდა ცეცხლის» პირას. მსხვერპლშეწირვის ხერხებიდან გამოიყენებოდა ხაომისა და რძის შერევის შედეგად მიღებული სითხის შეწირვა.

დარიოს III

ის ცეცხლის ტაძარი (ათეშვა)

ზოროასტრიზმის მიხედვით, მსოფლიო განვითარება ორი საწყისის — სიკეთისა და ბოროტებას შორის ბრძოლის პროცესია. აჰურა-მაზდას, სიკეთისა და სინათლის მეუფეს უპირისპირდება ანგრა-მანიუ (აჰრიმანი) — ბოროტებისა და წყვდიადის მეუფე. მას ახლავს ბოროტი სულები — დევეები. აჰურა-მაზდამ სპენტა მანიუს (წმინდა სულის) დახმარებით შექმნა ექვსი «უკვდავი წმინდანი»: ვოჰუ-მინა (კეთილი აზრი, საქონლის მფარველი), აშა-ვახიშტა (ქეშმარიტება, ცეცხლის მფარველი), ჰმარტა-ვაირია (ძალაუფლება, ლითონის მფარველი), სპენტა არმაიტი (კეთილგონიერება, დედამიწის მფარველი), ჰაურვატატი (ჯანმრთელობა, წყლის მფარველი), ამერტატი (უკვდავება, მცენარეთა მფარველი). მათ გარდა აჰურა-მაზდას მხლებლები არიან მითრა, აჰამნაჰატი (წყლის შვილიშვილები), სრაოში (მორჩილება, ყურადღება და დისციპლინა) და აში (ბედისწერის ქალღმერთი). ამ ორ საწყისს შორის ბრძოლა ოთხი მსოფლიო ციკლის მანძილზე წარმართება და დასრულდება აჰრიმანის დამარცხებით, სამყაროს განწმენდითა და ნეტარების ერის დადგომით. აჰურა მაზდა განსჯის საშინელ სამსჯავროზე. მისი ნება აბსოლუტურად თავისუფალია. იგი იმარჯვებს ბოროტ ძალებზე. ყოველი ცოცხალი არსება პასუხისმგებელია აჰურა-მაზდას წინაშე. მისი გამოვლინებაა ცეცხლი. იგი არის ქურუმთა ფენის იდეალური პროტოტიპი. იგი ყოვლისშემძლეა. აჰურა-მაზდამ შექმნა სიცოცხლე, სითბო და სინათლე, ანგრა-მანიუმ კი — სიკვდილი, სიცივე და წყვდიადი, ასევე მავნე მწერები და ცხოველები.



თბილისის ათეშგა (ზოროასტრული ტაძარი)

ათეშგა აზერბაიჯანში. ათეშგა ირანში

ზოროასტრიზმში წეს-ჩვეულებისა და წარმოდგენების საკმაოდ რთული სისტემაა შემუშავებული, რაც ადამიანის ცხოვრებას სრულ რეგლამენტირებას ახდენდა. ამ სისტემაში დიდი მნიშვნელობა ენიჭებოდა საზეიმო ცერემონიებს, რაც დაკავშირებული იყო ახალი წლის (ნოვრუზი) აღნიშვნასთან, წინაპართა კულტთან, ლოცვებთან, განწმენდის რიტუალებთან. ლოცვები (აჰურა-მაზდასადმი აღვლენილი) ყოველდღიური რიტუალია. ისინი სრულდებოდა დილით და ძილის წინ, სახლში შესვლისას და გამოსვლისას, განწმენდის რიტუალის შესრულებისას და ა.შ. ლოცვა შეიძლებოდა ტაძარში, სახლში სპეციალურ საკურთხეველთან, ბუნებაში. სავალდებულო წესი იყო ლოცვისას პირით სამხრეთისკენ შებრუნება (ფარსები ჩრდილოეთით ბრუნდებიან).

ავესტა (მაზდეანური წმინდა წიგნი)

მნიშვნელოვანია განწმენდის რიტუალი. ზოროასტრიზმის მთავარი მოთხოვნაა სიწმინდის დაცვა, არ უნდა მიკარებოდნენ «უწმინდურ» საგნებს (მათ შორის ზოგიერთ მცენარეს, მწერებს (მაგალითად ჭიანჭველას, ქვეწარმავლებს და სხვა). წმინდად ითვლებოდა ადამიანი, ძაღლი, ძროხა, ცხვარი, ზღარბი, ხეები, ბაღებისა და ბოსტნების მცენარეული. «უწმინდურთა შეხება ცოდვად მიიჩნევა.

ზოროასტრიზმი ასევე ფარსიზმისა (ინდოეთში) და გებრიზმის (ირანში) სახელითაა ცნობილი. დღეს იგი სახეშეცვლილია — გამლიერებულია მონოთეისტური ტენდენციები.



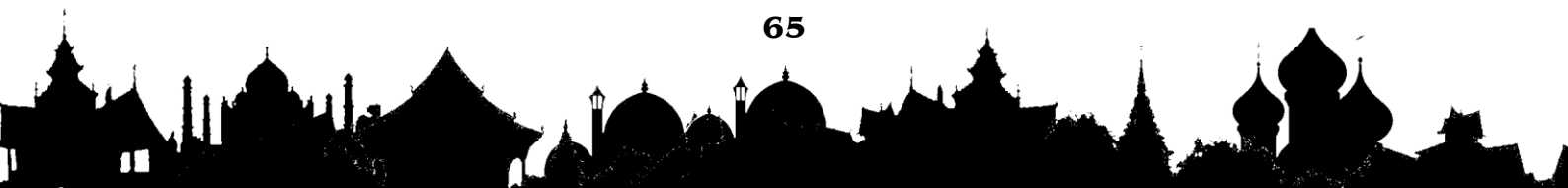
ნუმეროლოგია

უძველესი დროიდან ადამიანები რიცხვებს განსაკუთრებულ მნიშვნელობას ანიჭებდნენ. არსებობს საკრალური რიცხვები, რომლებიც ქრისტიანულ სიმბოლიკაშიც გვხვდება — 3, 7, 12... ხალხურ სიტყვიერებაში განსაკუთრებით ფიგურირებს რიცხვი 9. რა დაფარული კავშირია რიცხვებსა და ადამიანთა ბედ-იღბალს შორის, რატომ ითვლება ზოგი რიცხვი ბედნიერად, ზოგი კი — უიღბლოდ?

ადამიანს უხსოვარი დროიდან სწამდა, რომ არსებობს ბედნიერებისა და უბედურების მომტანი რიცხვები. პითაგორას დროიდან არსებობს აზრი, რომ ყველა რიცხვს მაგიური მნიშვნელობა აქვს, ზოგიერთს კი — განსაკუთრებული ძალა. პითაგორა სიცოცხლეს ციფრებისა და ფიგურების შინაარსით ხსნიდა. თვლიდნენ, რომ სამყაროს ენა მათემატიკა იყო. ამიტომ ასოებს რიცხვით მნიშვნელობებს უფარდებდნენ. ნუმეროლოგია სწორედ პითაგორას მიმდევრებმა შექმნეს. მათი აზრით, თითოეული პლანეტა სამყაროს გარკვეულ კანონს ემორჩილება და თავისი რიცხვი აქვს, ისევე როგორც ადამიანის სახელს, რომლის რიცხვიც მისი შემადგენელი ასოების შესატყვისი რიცხვებისგან შემდგარი ჯამია.

ენერგეტიკულ შკალაში 1-ს პირველი ადგილი უჭირავს და მზეს ეკუთვნის. ენერგეტიკულად ყველაზე მძლავრია და ბრძოლის უნარს განაპირობებს. შკალაში მეორე ადგილი 7-ს უჭირავს, იგი ბევრს ჰარმონიულ ღვთიურ რიცხვად მიაჩნდა. ეს რიცხვი ნეპტუნს განეკუთვნება. უძველესი დროიდან ინდოეთში ადამიანები ერთმანეთს ბედნიერების ნიშნად 7 სხვადასხვა ზომის სპილოს ჩუქნიდნენ. ჩრდილოეთ ამერიკაში მცხოვრები ინდიელები ხისგან 7 ზუსტად ერთნაირ, მაგრამ სხვადასხვა ზომის პატარა კერპებს თლიდნენ და მათ მძინარე ჩვილის საწოლის თავთან ათავსებდნენ. მათი რწმენით, კერპები ბოროტ სულებს დევნიდნენ. ერთ საინტერესო მაგალითს მოგიყვანთ: აშშ-ის პრეზიდენტ რონალდ რეიგანის ცხოვრებას ციფრი 7 განაგებდა. პრეზიდენტობამდე იგი 7 წელიწადი მაშველად მუშაობდა და 77 ადამიანი გადაარჩინა. კინოში რეიგანი პირველად 1937 წელს გადაიღეს, 1947 წელს კი მსახიობების გილდიის პრეზიდენტი გახდა. 1967 წელს რეიგანმა კალიფორნიის შტატის გუბერნატორის არჩევნებში გაიმარჯვა, ხოლო 1970 წელს მეორე ვადით აირჩიეს. ამერიკის პრეზიდენტის პოსტზე რესპუბლიკურმა პარტიამ მისი კანდიდატურა 17 ივლისს, ანუ მეშვიდე თვეს წამოაყენა. პრეზიდენტად არჩევიდან 70-ე დღეს ესროლეს, ტყვიამ მე-7 ნეკნს ჩაუარა და გადარჩა. პრეზიდენტის პოსტი 77 წლის ასაკში დატოვა.

რიცხვი 3 იუპიტერს განეკუთვნება. უმრავლეს მისტიკურ რიტუალში ზოგიერთი მოქმედება სამჯერ მეორდება. ისევე ამერიკის ერთ-ერთი პრეზიდენტის ცხოვრებიდან მოგიყვანთ მაგალითს. პრეზიდენტ თომას ჯეფერსონის ბიოგრაფიაში რიცხვი 3 ხშირად ფიგურირებს. ის 1743 წლის 13 აპრილს დაიბადა, რიგით მესამე შვილი იყო. დამოუკიდებლობის დეკლარაციის პროექტზე მუშაობა



33 წლის ასაკში დაიწყო, 1803 წელს საფრანგეთისგან ლუიზიანას გამოსყიდვა მოახერხა. პრეზიდენტის პოსტზე განმეორებით არჩევნებში ზუსტად 3 ხმა დააკლდა. ოტო ფონ ბისმარკის ცხოვრებაშიც 3 განსაკუთრებული რიცხვი იყო. ბავშვობაში სამი სკოლა გამოიცვალა. ელჩად სამ ქვეყანაში მუშაობდა. ემსახურებოდა სამ მეფეს, იბრძოდა სამ ომში და ხელიც სამ სამშვიდობო ხელშეკრულებას მოაწერა. ბისმარკს სამი შვილი ჰყავდა. მის გერბზე სამეყურას სამი ფოთოლი და მუხის სამი ტოტი იყო გამოსახული. რიცხვი 4 ნუმეროლოგიაში გამძლეობას, ფეხზე მტკიცე დგომას, მიზანსწრაფულობას აღნიშნავს. რიცხვი 5 პლანეტა მერკურს წარმოადგენს. ვის ბიოგრაფიაშიც ეს რიცხვი ფიგურირებს, ისინი სწრაფად იღებენ გადაწყვეტილებებს.

ექვსიანი ყველაზე მავნე ციფრია. ის პლანეტა ვენერას კუთვნილებაა. ექვსას სამოცდაექვსი ეზოთერიკაში «განსხვავებულ ბოროტებას» აღნიშნავს. ესაა ადამიანი, რომელიც უფლის სახელით სიკეთისა და ბოროტების შესახებ აბდაუბდას ილაპარაკებს. ქრისტიანულ მოძღვრებაში ის ბოროტების, სატანის სიმბოლოა. ის გლობალურ კატასტროფას მოასწავებს და ანტიქრისტეც ამ ნიშნით მოვა. მის უკან დიდი მაგიური ძალა დგას და უნდა ვერიდოთ. პროფესორ მულდაშევის აზრით, წარღვნის დროს ჩრდილოეთ პოლუსმა 60 გრადუსით გადაიწია და დედამიწის გარშემოწერილობამ 6.666 კილომეტრი შეადგინა. 6 და 13 უხსოვარი დროიდან თარს, ბოროტ რიცხვებად ითვლებოდა. საინტერესოა, რა უნდა იყოს მათი საშუალებით მიღებული რიცხვი 13 666. მაგალითად: 1919 წელს რუსეთის საგანგებო კომისიის თავმჯდომარის, ძერჟინსკისთვის გაგზავნილი წერილის ნომერია — 13 666. აი, რა წერია ამ წერილში: «სრულიად რუსეთის ცენტრალური აღმასრულებელი კომიტეტისა და სახალხო კომისართა საბჭოს გადაწყვეტილების შესაბამისად, აუცილებელია, რაც შეიძლება სწრაფად დაამთავროთ მღვდლებისა და რელიგიის საქმე. მღვდლები დაპატიმრებულები უნდა იყვნენ, როგორც კონტრრევოლუციონერები და მესაბოტაჟეები. ისინი ყველგან უმოწყალოდ უნდა იყვნენ დახვრეტილი. რაც შეიძლება მეტი ეკლესია დაექვემდებაროს დაკეტვას, ტაძრები დალუქული და საწყობებად გამოყენებული უნდა იქნეს». წერილს ხელს აწერენ რუსეთის ცენტრალური აღმასრულებელი კომიტეტის თავმჯდომარე კალინინი და სახალხო კომისართა საბჭოს თავმჯდომარე ულიანოვი, ანუ ლენინი. ამ წერილით ანტიქრისტე ლაპარაკობს. მან მილიონობით ადამიანს უდიდესი უბედურება მოუტანა.

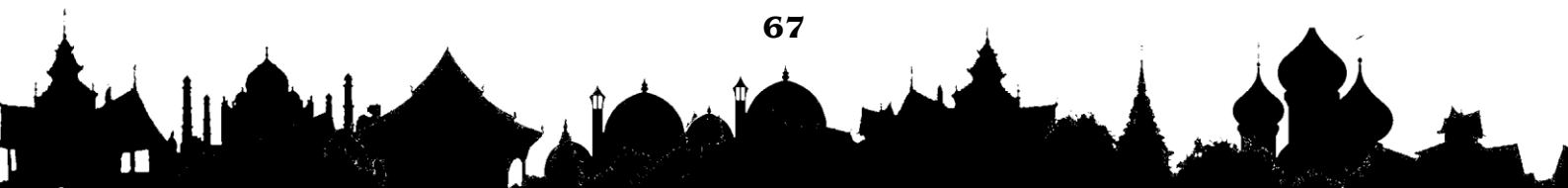
8 სატურნს ეკუთვნის და შრომისმოყვარეობას განსაზღვრავს. ის ასევე უიღბლო და თარს ციფრადაა მიჩნეული. ამ რიცხვში დაბადებულები ექვსიანები არიან, ოჯახებს ხშირად ანგრევენ და სრულ ბედნიერებას ვერ აღწევენ. რვიანი მართავდა ელისაბედ პირველის, ჟიულ ვერნის, ედიტ პიაფის ცხოვრებას, თუმცა კარიერის თვალსაზრისით, ისინი 2-სა და 6 რიცხვში დაბადებულ ადამიანებს ჯობნიან.



ინდოელი ნუმეროლოგები თვლიან, რომ 9 განსაკუთრებული ციფრია. ინდოეთში თვლიან, რომ არსებობს ადამიანის დამცველი 9 ქვა. მზის სისტემაში 9 პლანეტაა. ადამიანის სხეული 9 ძირითადი ორგანოსგან შედგება. ის ნუმეროლოგიაში ბოლო რიცხვია. მას პლანეტა მარსი მართავს. მბრძანებლური ციფრია, როგორც აღმშენებლობის, ასევე ნგრევის პროცესში. წარმატების მწვერვალისა და მომაკვდინებელიც. 9 წარმოადგენს ბარიერს, რომელიც უნდა დამლიოს იმან, ვინც სრულყოფას ესწრაფვის. იაპონიაში ცხრიანი გამოითქმის, როგორც «კუ», რაც ტანჯვას და ტკივილს ნიშნავს, ამიტომ იქ საავადმყოფოებში ვერ ნახავთ პალატას ნომრით 9. ცხრიანი საქართველოსთვის აგრესიის, კონფლიქტების რიცხვია. უბედურების დღედ მოგვევლინა 1956 წლის 9 მარტი, 1989 წლის 9 აპრილი. აქვე ისიც უნდა ითქვას, რომ 9-იანი ზოგჯერ კარგის მომასწავებელიც არის. მკვლევარ გასივანის მტკიცებით, 9 სამყაროს მუდმივია, რადგან ნებისმიერ რიცხვში შემავალი ციფრების ჯამი ბოლოს მაინც 9-ს გვაძლევს. ბევრისთვის 9 ბედნიერების მომტანი რიცხვია.

უძველეს ცივილიზაციათა საკულტო მსახურებმა შესანიშნავად იცოდნენ, კვირის რომელი დღე იყო წარუმატებელი და რომელი — იღბლიანი.

ყოველ დღეს თავისი პლანეტა მფარველობს. კვირა მზის დღეა, ორშაბათი — მთვარის, სამშაბათი — მარსის, ოთხშაბათი — მერკურის, ხუთშაბათი — იუპიტერის, პარასკევი — ვენერასი, შაბათი — სატურნის. რიცხვ 13-ის ნეგატიური მნიშვნელობა ორმაგდება, თუ იგი პარასკევს ემთხვევა. ამ დროს ხშირია ავარიები, კატასტროფები, იზრდება სიკვდილიანობა. ასეთ დღეებში დანაშაულობებიც მატულობს. ჯერ კიდევ უძველესი დროიდან პარასკევი საბედისწერო დღედ ითვლება. ცნობილი სადაზღვევო კომპანია «ლოიდის» მონაცემებით, ზღვებსა და ოკეანეებში გემების კატასტროფა უმეტესად სწორედ კვირის ამ დღეს ხდება.



ვუდუ — ფერების სიმბოლიკა

ვუდუს თოჯინის დამზადებისათვის საჭიროა გავითვალისწინოთ ფერები; ფერების არჩევა კი შემდეგი სქემის მიხედვით ხორციელდება, რომელსაც კონკრეტული დანიშნულება აქვს:

- ყვითელი — წრმატება, ურთიერთ გაგება, მიმზიდველობა, ნდობა.
- თეთრი — სიმშვიდე, დაცვა, სისპეტაკე, ჯანმრთელობა, განკურნება, სიმართლე, გულწრფელობა, ჭორების მოცილება.
- წითელი — ძალა, ენერჯია, ძალაუფლება, სიყვარული, ჯანმრთელობა, ლტოლვა.
- იისფერი — სულიერება, სულიერი და ფიზიკური განკურნება, ძალა, სიბრძნე, სულებთან კონტაქტი, ექსტრასენსორიკა, შავი მაგიის წინააღმდეგ გამძლეობა.
- მწვანე — ფული, სიმდიდრე, მატერიალური კეთილდღეობა, ბარაქა, აყვავება, ნაყოფიერება, წარმატება, იღბალი, ჯანმრთელობა, კეთილშობილურობა, განახლება.
- ცისფერი — სიყვარული, «მერი ლავო-ს» ფერი (ჰომოსექსუალიზმი).
- ლურჯი (ინდიგო) — წმიდა ფერი, სიბოროტის ამარიდებელი.
- ვარდისფერი — სიყვარული, მიჯაჭვულობა, ოჯახური კერა, გმირობა, ერთგულება, სათნოება, ბედნიერება, მეგობრობა, წესიერება.
- შავი — ტრანსფორმაცია, მავნე ჩვევები, მწუხარება, არეულობა, ქაოსი, სიღარიბე, დაბნეულობა, ბოროტი თვალი, სრლიად შავი ფერის თოჯინა გამოიყენება შავი მაგიის რიტუალებში.
- ყავისფერი — ეჭვები, გაუბედაობა, გაუგებრობა.
- რუხი — ჩაშლა, გამოუვალი სიტუაცია.
- ფორთიხლისფერი — წარმატება, მხარდაჭერა, სწრაფი ადაპტაცია.

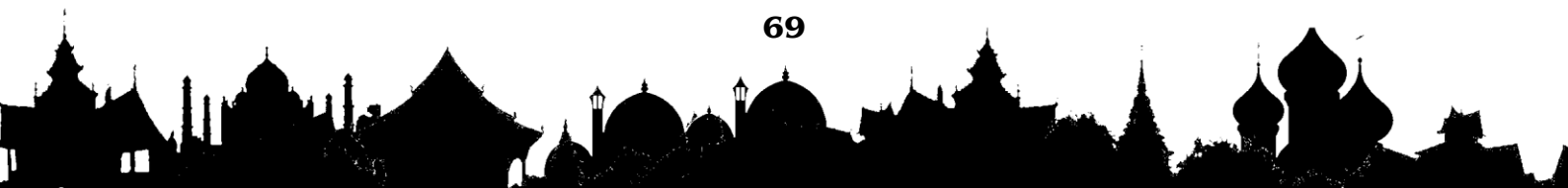
აბრაკადაბრა — მაგიური სიტყვა

ეს სიტყვა პირამიდების მსგავსად საუკუნეებს ზემოდან დასცქერის. ძალიან დიდი ხანია ცდილობენ მისი ზუსტი ეტიმოლოგიის დადგენას, თუმცა ამოდ, რაც უფრო ღრმად ცდილობენ მის ფუძეში ქექვას მავანნი და მავანნი, მით უფრო იტოტება, ერთმანეთში იხლართება და მთელი სიცხადით წარმოგვიდგება ხოლმე თვალიან გარდასული ეპოქების მივიწყებული ენები. ეს სიტყვა ლაიტმოტივით გასდევს ქრისტესმემდგომ ოც საუკუნეს. დღემდე დაზუსტებით უცნობია თუ რომელ ენაში და რომელ ხალხში იშვა ეს საოცარი სიტყვა პირველად. ამასთან დაკავშირებით სიტყვის წარმოშობის ვერსიები ორ ნაწილად შეიძლება დაიყოს: პირველი ნაწილი ეს არის ის, რაც დანამდვილებით ცნობილია ამ სიტყვაზე. მეორე ნაწილში კი ის ვერსიები იყრიან თავს, სადაც გამოცნობის და ზოგჯერ მკითხაობის დონეზე, სიტყვის გასაშიფრად ლინგვისტები ლოგიკას, მკვდარ ენებს და ინტუიციას იყენებენ.

ერთ-ერთი უადრესი ისტორიული წერილობითი წყარო, სადაც ეს სიტყვა თავისი იდუმალი რაობით წარდგა კაცობრიობის წინაშე ძვ. რომელი იმპერატორის კარაკალას პირადი ექიმის, კვინტუს სერენუს სამონიკუსის ნაშრომია მკურნალობის შესახებ (De medicina praecepta). ამ წიგნში, რომელიც 1115 ჰეგზამეტრისგან შედგება, თავმოყრილია ყველა ის პოპულარული რეცეპტი, რომელიც ამა თუ იმ დაავადების წინააღმდეგ გამოიყენებოდა მესამე საუკუნის იტალიაში. მათ შორის ციებ-ცხელების მალამოდ სერენუს სამონიკუსი სამკუთხედის ფორმის ამულეტს ასახელებს, რომელზედაც ქვემოთ მოცემული იდუმალი ფორმით წარწერილი იყო სიტყვა «ABRAKADABRA».

ამაზე ადრეული წერილობითი წყარო არ მოიპოვება. თუმცა მეცნიერთა ერთი ნაწილი გამოთქვამს ვარაუდს, რომ სიტყვის ფესვები არამეულში და ივრითში უნდა ვეძებოთ. ერთი მხრივ, ეს სიტყვა ბუსტროფედონია (იკითხება ჯერ მარცხნიდან მარჯვნივ და შემდეგ პირიქით) და ივრითზე იმიფრება, როგორც «არბა» (ოთხი) «დაკ» (დამსხვრევა/განადგურება) «არბა» (ოთხი), რომელიც უკუ წაკითხვით «აბრაკადაბრას» გვამღვეს. ოთხის მიერ ოთხის განადგურება კი სიმბოლურად იაჰვეს მიერ (რომლის სახელიც ოთხი ასოსგან შედგება ივრითში) ოთხი ელემენტის განადგურებას ნიშნავს. მეორე ვერსიით არამეულ ენაზე «ავრაჰ კადაბრა» ნიშნავს «შევქმნი იმდაგვარს, როგორსაც წარმოვთქვამ».

შუა საუკუნეებში, როდესაც ევროპაში სრული სიბნელე ჩამოწვა, რა თქმა უნდა, ყველას დაავიწყდა არამეულიც, ივრითიც და, მათ შორის, კინალამ ლათინურიც — შესაბამისად სიტყვამ მხოლოდ მისტიურ-ეზოთერული იერი შეინარჩუნა, სრულიად დაკარგა შინაარსი და უაზრო ბგერების კომბინაციად იქცა, რომელსაც შელოცვის დროს იყენებდნენ. მას ქრისტიანულმა სამყარომ სატანური იარლიყი მიაკრა და სიტყვაც განდევნილ იქნა «ვაშინერსი» სიტყვების ბნელ ლექსიკონში.



გიგასის კოდექსი, ანუ ე.წ. ეშმაკის ბიბლია

ეს არის ყველაზე დიდი და საიდუმლოებით მოცული ხელნაწერი წიგნი მსოფლიოში. იგი იწონის 75 კილოგრამს. ხის მასალის ყდაში ჩასმული 310 ფურცელი დამზადებულია 160 ვირის ტყავისაგან.

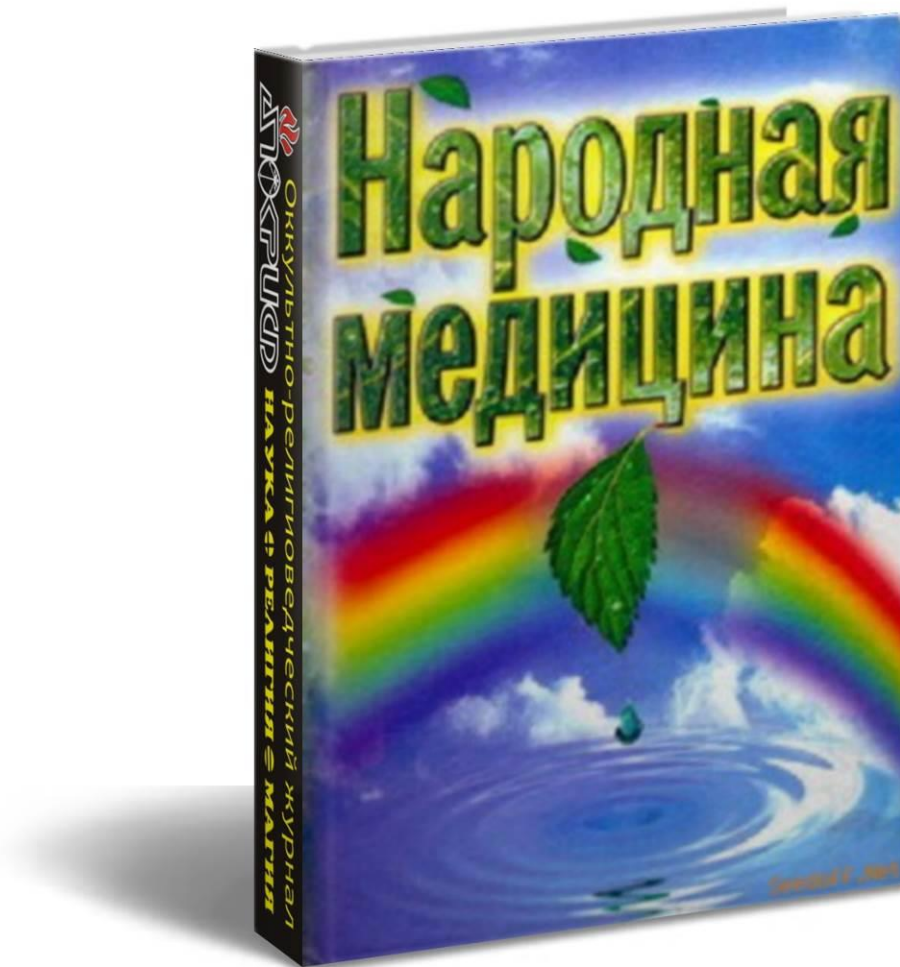
წიგნი დაწერილია ლათინურ ენაზე და შეიცავს ახალ და ძველ აღთქმას, იესოს სიბრძნეს, ებრაელთა ომებს, ბიბლიური თუ სხვა პერსონაჟების ცხოვრების აღწერილობებს, მონასტრის კანონებს, ყველაფერს, სამკურნალო რჩევებიდან დაწყებული, მაგიური ფორმულებითა და ოკულტური შელოცვებით დამთავრებული. სწორედ ამ წიგნშია მოცემული ეგზორცისტული სენსების დროს გამოყენებული შელოცვები, როდესაც შეპყრობილ ადამიანთა სხულიდან ბოროტ სულებს დევნიან.

თუმცა ეს ჩვეულებრივი ფაქტებია. აქვე უნდა ავღნიშნოთ, რომ მე-13 საუკუნეში, როდესაც ხელნაწერია შექმნილი, წიგნის შექმნაში მონაწილეობდა რამდენიმე გადამწერი, მხატვარი, ამკინძავი და თვით პროცესი თვეების და წლების განმავლობაშიც კი იწელებოდა. მაშ რამ დააინტერესა მეცნიერები, რომლებიც სამი დღის განმავლობაში (სამდლიანი ნებართვის მიღება შვედეთის სამეფო ბიბლიოთეკიდან, სადაც ამჟამად წიგნი მდებარეობს, საკმაოდ რთულია) დაწვრილებით შეისწავლიდნენ ხელნაწერს.

არსებობს მითი წიგნის შექმნის შესახებ, რომლის მიხედვითაც, მე-13 საუკუნეში ბოჰემიის ბენედიქტის მონასტრის ერთ-ერთ განდევნილ ბერს — ჰერმანს მიესაჯა სიკვდილი საშინელი ცოდვის გამო, რომელიც ლეგენდაში გასაიდუმლოებულია. ბერი ემუდარებოდა წინამძღვარს, შეენარჩუნებინა მისთვის სიცოცხლე და სანაცვლოდ იგი დაწერდა წიგნს ერთ ღამეში, რომელიც სახელს გაუთქვამდა მონასტერს. მას ნება დართეს, გაეკეთებინა დაპირებული. მეორე დილით კი ან წიგნს ჩაიბარებდნენ, ან მის სიცოცხლეს. სასოწარკვეთილი ბერი წერას შეუდგა, მაგრამ რამდენიმე საათში მიხვდა, რომ შეუძლებელი იყო დილამდე დაემთავრებინა სამუშაო. და მაშინ, მან აღავლინა ლოცვა... არა ღმერთის... არამედ დაცემული ანგელოზის მიმართ...

მეცნიერთა ჯგუფმა შეისწავლა ხელნაწერი და აღმოჩნდა, რომ იგი დაწერილია ერთი და იმავე მეღწილით. მეტიც, არ მოიძებნა არც ერთი მექანიკური თუ ორთოგრაფიული შეცდომა, არსად არ არის შეცვლილი ასოების გრაფიკული მოხაზულობა, ანუ მთელი ხელნაწერი *ერთგვაროვანია*, რის გამოც გამორიცხულია, რომ იგი სხვადასხვა ადამიანს დაეწერა, ანუ გამოდის, რომ მთელი წიგნი მართლაც ერთი პიროვნების მიერ არის შექმნილი. თუმცა, ასეთი მასიური წიგნის დაწერას ათწლეულები დასჭირდებოდა. ამ დროის მანძილზე კი დაწერეს აუცილებლად უნდა შეცვლოდა კალიგრაფია, დაქვეითებოდა მხედველობა, სახსრების ტკივილსა და ხელის კანკალსგან ასოებიც უნდა შეცვლილიყვნენ, თუმცა არაფერი ამის მსგავსი ხელნაწერს არ ეტყობა. აქედან გამომდინარე, გარდა იმისა, რომ წიგნი ერთმა ადამიანმა დაწერა, მან ეს არაადამიანურად მოკლე დროში მოახერხა.





არატრადიციული მედიცინა



აბზინდა



ქართ-აბზინდა, რუს-Полынь горькая, ლათ-*Artemisia absinthium*

მაგიური თვისებებიდან გამომდინარე ჩემი ერთ ერთი რჩეული მცენარე ფლორისტიკაში.

ფორუმის სპეციფიკიდან გამომდინარე თავს შევიკავებ მისი ბიოლოგიური და ქიმიური შემადგენლობის აღწერას და წარმოგიდგინო მის მაგიურ თვისებებს, რომელსაც მე პირადად ძალიან ხშირად ვიყენებ.

მისი სამკურნალო თვისებების მიუხედავად ერთ ერთ შხამიან და მწარე მცენარედ ითვლება საქართველოში და ასევე იმ ქვეყნებში სადაც იგი იზრდება, მისი ქიმიური შემადგენლობა არის აბსენტის ერთ ერთი განუყოფელი ნაწილი.

მისი წვენი ასევე ეთერზეთი შეიცავს დიდი რაოდენობის შხამებს, რომელიც გამოიყენება მაგიურ ოპერაციებში, მაგალითად ავსულების განდევნისთვის ძალიან კარგი შაშუალებაა, ეს მცენარე შედის იმ 7 მცენარის ნაკრებში, რომელსაც ხმარობენ მრავალი საუკუნის განმავლობაში შემლოცველები ავსულის განდევნის (ეგზორციზმი) დროს, აგრეთვე სივრცის გასაწმენდად არაჩვეულებრივი მცენარეა.



ერთ პატარა საიდუმლოს გაგანდობთ, მე და აგრეთვე ის ხალხი ვინც ჩახედულია მაგიაში, ამ მცენარეს ვიყენებთ მაგიური საკურთხეველისა და მაგიური წრის განსაწმენდად, დასალოცად და კურთხევის დროს, მისი არმომატი და ბიო-ქიმიური შემადგენლობა ძალიან უწყობს ხელს ოპერატორს საკუთარი ბიო ენეგეტიკის გაძლიერებაში, რომ არ დაჭირდეს ზედმეტად საგუშაგო კოშკის მცველებისაგან მფარველობის თხოვნა, რის გამოც ხშირ შემთხვევაში ოპერატორი უპასუხოდ რჩება.

ზალიან კარგად განდევნის სტიქიურ ძნელად სამართავ სულებს, განსაკუთრებით წყლის ელემენტის სულებს., აგრეთვე კარგია სხვისი მძიმე ენერჯისაგან განთავისუფლების დროს მცირე რიტუალის შესრულების დროს მისი კმევა, აგრეთვე კარგად იცავს ზღურბლს და შემოსასვლელ კარებსა თუ ჭიშკარს დაუპატიჟებელი ხალხისგან და სხვადასხვა მავნე ძალებისაგან, ამისათვის საკმარისია მისი კონად ჩამოკიდვა ან კორპუსის პირობებში მისი პატარა ზომის ნაჭრის ქისაში ჩაყრა და კარებთან ახლოს მისი დაკიდება.

გაფრთხილება, მისი გამოყენება მედიტაციის დროს არ შეიძლება, არცსაკმეველის დანამატად და არც მისი ნაყენის გამოსაყენებლად!!! მას აქვს ძლიერი ჰალუცინაციური ეფექტი რაც ხშირ შემთხვევაში შიზოფრენიამდე მიყავს გამოუცდელი ადამიანი, არ დაგავიწყდეთ რომ ეს მცენარე აბსენტის ერთ ერთი კომპონენტია.





მისი სახლშუ შენახვა კარგია აგრეთვე იმ შემთხვევაში თუკი ოჯახში ხშირია კონფლიქტი, აზრთა სხვადასხვაობა ან სკანდალები, იგი უწყობს ხელს ოჯახში სიმშვიდისა და ჰარმონიის მომატებას. ამისი გამოყენება შესაძლებელია აგრეთვე სამსახურში თუ კი ყოველდღე სტრესულ მდგომარეობაშ გიწევთ მუშაობა და გაქვთ უამრავ ხალხთან ურთიერთობა.

ძალიან საჭირო რჩევა რომელიც გამოგადგებათ ამ მცენარესთან მუშაობის დროს; აბზინდიტ ანტი დემონური თვისება უძლიერდება მხოლოდ კლებადი მთვარის პერიოდში, ხოლო აღმავალი მთვარის პერიოდში მას ნუ გამოიყენებთ. აგრეთვე კლებადი მთვარის პერიოდში კარგია მისი აბაზანის სახით ან ტანზე გადავლების სახიტ გამოყენება, ავ თვალს, ჯადოს გარკვეულ ფორმებს და დემონურ თავდახმებს აგარიდებთ, ჩამოგრეცხავთ და მომავალი კლებადი მთვარის პერიოდამდე ერთგულად დაგიცავთ.

შემგროვებელთა საყურადღებოდ და მინიშნებისთვის ამ მცენარეს კახეთში ქვევრების გამოსარეცხად იყენებენ, და მგონი ხვდებით რომ მარტო ფიზიკურ დონეზე ამ მცენარით ნადების მოსაცილების მიზნით არ ხმარობენ, აგრეთვე მას ენერგეტიკულ დონეზე წმენდა შეუძლია, ეს არც თუ ისე ბევრმა იცის და უმეტესობა მის მაგიურ თვისებებს ვერ აცნიერებს სათანადოდ.

სიცოცხლის ელექსირი: ნივრის ზეთი

ძველ ჩინეთში ამ საშუალებას იყენებდნენ უმძიმესი ავადმყოფობების სამკურნალოდ, რომლის რეცეპტიც აღმოჩენილია 1971 წელს ტიბეტურ მონასტერში თიხის ფირფიტებზე, რომლის ასაკიც 4-5 ათას წელს ითვლის.

მოქმედება და შედეგები

აუმჯობესებს ორგანიზმში ნივთიერებათა საერთო ცვლას, რის გამოც სისხლძარღვები ხდება ელასტიური. ამიტომ ორგანიზმში ისპობა გულის კუნთის ინფარქტი, სტენოკარდია, ასევე სკლეროზი, დამბლა და სხვადასხვა სიმსივნეების წარმოქმნა. სწრაფად ხდება მხედველობის აღდგენა და ორგანიზმის გაახალგაზრდავებას უწყობს ხელს.

ამ საშუალების მოქმედება არ არის მხოლოდ ძემოთ ჩამოთვლილი, იგი აღადგენს ოსტეოპოროზის დროს სახსრების ხრტილოვანი ქსოვილის აღდგენას, აუმჯობესებს ტვინის მოქმედებას, კლავს ან ბლოკირებას უწევს განგრენულ კერებს, აუმჯობესებს გულის კუნთის კედლის აღდგენას თუკი მასზე ბზარია გაჩენილი, ვირუსული ინფექციების დროს ბლოკირებას უკეთებს ორგანიზმში, ასევე მარილების დაშლას სახსრებში, დანეკროზებული ქსოვილების ეტაპობრივად აღდგენას უცყობს ხელს და რაც მთავარია ეს სიცოცხლის ელექსირ არის აღიარებული.

დამზადება

აქ შემოგთავაზებთ დამზადების რამოდენიმე ვარიანტს, თქვენი სურვილისამებრ გამოიყენეთ ნებისმიერი

ვარიანტი 1)

გულდასმით გავრეცხოთ 350 გრ. ნიორი, დავჭრათ წვრილად და დავსრისოთ ჭურჭელში ხის ან ფაიფურის კოვზით. ავლოთ 200 გრ. ამ მასისა და მოვათავსოთ მინის ჭურჭელში. გავაჩეროთ ბნელ და გრილ ადგილას 10 დღე. შემდგომ ჭურჭლის შიგთავსი გავფილტროთ მარლის რამოდენიმე ფენაში ან მკვრივ ქსოვილში და გაწურული სითხე ისევ ჩავასხათ მინის სუფთა ჭურჭელში და გავაჩეროთ კიდევ 2-3 დღე.

ამ ნაყენის მიღების წესი:

ნაყენი დავლიოთ ცივ რძესთან (50 გრ. რძე ერთ მიღებაზე) 3-ჯერ დღეში ჭამამდე 20 წუთით ადრე შემდეგი სქემით:



მიღების დღე	სადილი	საუზმე	ვახშამი
1	2 წვეთი	2 წვეთი	3 წვეთი
2	4 წვეთი	5 წვეთი	6 წვეთი
3	7 წვეთი	8 წვეთი	9 წვეთი
4	10 წვეთი	11 წვეთი	12 წვეთი
5	13 წვეთი	14 წვეთი	15 წვეთი
6	15 წვეთი	14 წვეთი	13 წვეთი
7	12 წვეთი	11 წვეთი	10 წვეთი
8	9 წვეთი	8 წვეთი	7 წვეთი
9	6 წვეთი	5 წვეთი	4 წვეთი
10	3 წვეთი	2 წვეთი	1 წვეთი
11	25 წვეთი	25 წვეთი	25 წვეთი

მე-11 დღიდან მივიღებთ 25 წვეთი რძესთან ერთად 3-ჯერ დღეში ჭამამდე. მიღება გავაგრძელოთ მანამ სანამ მთელი ნაყენი არ დამთავრდება. საინტერესოა იმის აღნიშვნა რომ განმეორებითი კურსი უნდა ჩატარდეს მხოლოდ 6 წლის შემდეგ

ვარიანტი 2)

გასუფთავებულ და გარეცხილ ნიორს (1 კგ) უნდა გავატაროთ ხორცის საკეპ მანქანაში, და ეს გატარებული მასა მოვათავსოთ მინის ჭურჭელში ზნელ და გრილ ადგილას 40 დღის განმავლობაში, რასაც ყოველ 10 დღეში ამოვურევთ ხის კოვზით, 41 დღეს ამ მასაც გავწურავთ მარლის 3-4 კეც ნაჭერში და გაწურულ სითხეს ისევ ვათავსებთ სუფთა მინის ჭურჭელში და ამას ვტოვებთ 15 დღე, 16-ე დღეს დავიქყებთ ამ მასის გაფილტვრას, ანუ ამ დროის გასვლის შემდეგ ორფენა სითხე იქნება, ჩვენ სუფთა ნაწილს ამოვიღებთ ერთჯერადი შპრიცის საშუალებით და ქარვისფერ გაფილტრულ სითხეს ვინახავთ სუფთა მინის ჭურჭელში, სწორედ ეს გაფილტრული ქარვისფერი სითხეა ძეტი რომელზეც გამოვიყენებთ სამკურნალოდ ზემოთ მოცემული სქემის მიხედვითაც და ასევე ამ მეთოდითაც

50 რგ რძესთან ერთად ვიღებთ, ვიწყებთ 1 წვეთიდან და ყოველ დღე ვამატებთ თითო თითო წვეთს, ამას დღეში ერთხელ ვსვავთ, მეორე დღეს 2 წვეთს ვამატებთ, მესამე დღეს 3 წვეთს ვსვავთ და ასე 15 დღემდე, შემდგომ ვბრუნდებით უკუსვლით ერთ წვეთამდე, ამაზე მე 15 — დღეს ვხვავთ 15 წვეთს, ხოლო მე — 16 დღეს ვსვავთ 14 წვეთს შემდეგ 13 წვეთს და ასე ერთ წვეთამდე ჩამოვდივართ. ამას ვაკეთებთ ერთი თვის განმავლობაში შემდეგ ვისვენებთ 10-15 დღეს, შემდგომ ისევ ვიწყებთ თითო წვეთიდან და ვსვავთ მთელი თვის განმავლობაში მეორე კურსის



დამთავრების შემდეგ ასევე ვისვენებთ 10-15 დღეს და ისევ ვაგრძელებთ ბოლო მესამე კურსს დამთავრებამდე. ამ მეთოდსაც ვიმეორებთ 6 წლის შემდეგ.

ერთ პატარა საიდუმლოს გაგანდობთ გატარებულ მასას რომლიდანაც ჩვენ გამოვწურავთ 40 დღის გასვლის შემდეგ სითხეს, იმ ფაფას ვასხავ ნახევარ ლიტრ სახლის არაყს ან სპირტს და ვაჩერებ 15-20 დღერ, ეს არაჩვეულებრივია დასაღვევას თითო ჩაის კოვზი უზმოზე და არანაირი დისბაქტერიოზი და კუჭნაწლავთან დაკავშირებული პრობლემები, ასევე კარგია ვარიკოზული ვენების გამო დამჭუნარი კავის მოსაბანად ან საფენების გასაკეთებლად. მოკლედ თქვენზეა რა და რომელ მეთოდს გამოიყენებთ.

გისურვებთ ჯანმრთელობას!





სიბრძნის გზაზე, შესაძლოა, არაა საფრთხე სასიკვდილოზე მეტი, არაა შხამი მომწამვლელზე მეტი, და ცდუნება მცირე, ვიდრე სულიერი სიამაყე, მზესავით ნათელი, ის მოქმედებს პირდაპირ გულში, ამის გარდა, ის იძრდება და აძლიერებს ეგოს, ამიტომ მის მსხვერპლს შავ გუბებში ჩავარდნისა და სამუდამოდ იქ დარჩენის საფრთხე ემუქრება.

ეს საფრთხე შეუძლია მოსპოს ორმა ანტიდოტმა:

საღმა აზრმა და იუმორის გრძნობამ.

როცა გამოფიტული წევხარ ვიშვარუპადარშანის შემდეგ, არავითარ შემთხვევაში არ შეიძლება იმის ფიქრი, რომ «ახლა ყველაზე წმინდა ადამიანი ვარ მსოფლიოში, რა თქმა უნდა, ჯონ მ. ყოტკინსის შემდეგ», ჯობია გაიხსენო სიტყვები საკმაოდ სკეპტიკური მსაჯულისა «წმინდა ტუპიკში», ა. პ გერბერტის, მან მათგან მანტრა შექმნა:

«გეუბნებით თქვენ—

გეუბნებით თქვენ—

გეუბნებით თქვენ—

გაიგრილეთ თავი».

ალისტერ ვროული,

»მაგია ცრემლების გარეშე«, თავი 44