

ОТКРЫТАЯ ЙОГА
WWW.OPENYOGA.RU



Что такое Чакры?



Авторы: Вадим Запорожцев и Надежда Переплеснина
Информация сайтах: www.openyoga.ru, www.kurs.openyoga.ru

Оглавление

I. ТЕОРИЯ ЧАКР	3
Перевод слова «Чакра»	5
Как изучать Чакры.....	5
Как возникли Чакры.....	6
Что такое Чакры	7
Виды Чакр	7
Резюме.....	10
Важные предупреждения относительно изучения Чакр.....	10
Чакры. Принципы Сознания и Энергии. Канал Сушумна.....	12
Чакры, эмоции, сверхспособности	14
II. АНАЛИЗ ПЕРВОИСТОЧНИКОВ	17
Чакры в древних источниках йоги	17
Анализ текста «Шат Чакра Нирупана»	19

«Применяя знания о том, что такое Чакры, научившись подчинять принципы или чакры внутри себя, вы также сможете влиять на соответствующие уровни окружающей Вселенной, о чем весьма недвусмысленно говорится в древних текстах, хотя еще совсем недавно эти трактаты весьма ревностно сохранялись в тайне».

Вадим Запорожцев

I. ТЕОРИЯ ЧАКР

Знание чакр очень древнее, очень таинственное. Оно дошло до нас неочевидными способами через многочисленные йоговские источники, через тантры. Впервые до западного человека в масштабном варианте это знание дошло через работы Джона Джорджа Вудрофа. И уже потом многочисленные исследователи или просто интересующиеся темой чакр, темой Энергии Кундалини, самостоятельно начали отправляться в Индию, разыскивая те или иные источники, тех или иных последователей этих знаний. ***Реальных последователей найти чрезвычайно тяжело.*** Это знание зачастую распространяется в ответ на запрос Запада. Приезжают богатые западные люди, готовые платить деньги, готовые что-то изучать. Подобно тому, как спрос рождает предложение, открывается огромное количество ашрамов, университетов, институтов. Все они, как правило, «заточены» под западного человека. Это сыграло дурную службу этим знаниям. Они и так дошли в виде крупниц, в трудно-понимаемых текстах. А для западного человека нужна жвачка, нужно что-то понятное и доступное. И вот пошла профанация,

пошло упрощение этого знания. Огромное количество книжек стало выходить по системам чакр. В интернете, в большинстве своем, это сайты с интерпретациями, которые - «седьмая вода на киселе», непонятно откуда взявшиеся, без ссылок на первоисточники, без логического осмысления и обоснования. Идет мифотворчество. Поэтому важно настроиться на рабочий лад. Друзья, все йоговское знание, все знание, касающееся системы чакр и системы Кундалини - это вполне конкретные разделы духовного самопознания. ***Все практики логически выводятся из знания устройства человеческого тела.*** Они не придумываются «на лету». Сейчас Учителей йоги не останется – все «учителя», которые «на лету» придумывают какие-то несусветные практики, объяснения, интерпретации. Не совсем верно так поступать потому, что есть определенная логика устройства человеческого тела. К примеру, есть автомобиль. У него есть шестеренки, которые крутятся и имеют конкретное назначение и конкретное нахождение. Аналогично - в человеческом теле. Если вы будете серьезно изучать науку, связанную с чакрами, вам рано или поздно все равно придется столкнуться с первоисточником.

По доброй традиции нашего университета мы будем объяснять сложнейшие вещи простым и понятным языком. Итак, друзья, у нас есть наше **Высшее Я**. Оно предельно идеалистично, свободно, могущественно. Оно вне времени и пространства. Это вещь совершенно чудесная, таинственная. Недаром, во всех культурах и философиях нас призывают познать свое собственное Я.

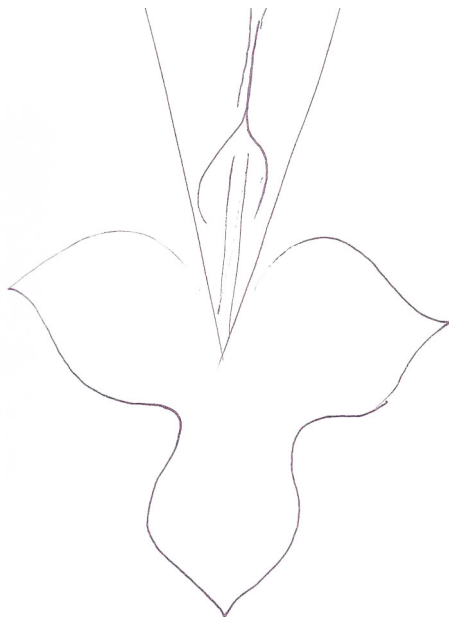
Наше Высшее Я бессмертно, не уничтожимо. Мы мало что можем о нем сказать в сравнении с обычными нашими мыслями и всем тем, с чем мы сталкиваемся в обычной жизни. Но с другой стороны, наше Высшее Я соединено с нашим телом. И этот конгломерат соединения Высшего Я и тела называется **человеком**.

То есть, человек – это не просто бездушное тело, «зомби». Оно управляется Высшим Я. Начиная изучать эту связку между физическим телом и Высшим Я, рано или

поздно, мы подходим к таинственным понятиям, которые называются **чакры**.

Перевод слова «Чакра»

В одном из переводов слово чакра означает «колесо». Иногда вместо слова «чакра» говорят слово **«лотос»**. Например, «лотос принципа земли» или «лотос принципа воды». Также могут сказать – «чакра принципа земли» или сказать «чакра принципа воды». На санскрите слово «лотос» звучит, как «Падма». Отсюда также можно почерпнуть много знаний. Хотя бы из игры слов, игры звучаний игры ассоциаций. В частности, вы знаете, что лотос отличается чудесной особенностью. Лотос может расти на болоте среди грязи и тины, но грязь и тина к нему не прилипают. **Он всегда остается чистым.**



Как изучать Чакры

Как только мы серьезно начинаем изучать устройство нашего тела с позиции древнего знания йоги, тут же мы подходим к такому явлению, как **чакры**. Это явление можно исследовать с нескольких сторон одновременно.

Во-первых, можно вообще не иметь никаких древних йоговских знаний, и заняться, что называется, **переоткрытием** этих знаний. Для этого вам следует удалиться в место, где вам никто не помешает. Там стоит заняться **размышлением** над своими ощущениями, эмоциями, над теми или иными

процессами, которые происходят внутри вас, как они связаны с той или иной позой, мыслью, с тем или иным ощущением. Таким образом, вы рано или поздно переоткроете все чакры.

Но есть более предпочтительный способ. Вам следует *сперва изучить* все то, что нам *говорят древние йоги и йогини*, дабы иметь хоть какое-то представление о том, что мы должны открыть. Только после этого заниматься переоткрытием этого знания.

Как возникли Чакры

Все мы когда-то родились. По сути, *процесс рождения – это процесс соединения вашего Высшего Я с материальным телом*. В частности, когда мама и папа занимались любовью и яйцеклетка была оплодотворена, в момент оплодотворения, образовался некий канал. Этот канал соединил ваше Высшее Я с самым первым вашим телом, очень маленьким. Оно впоследствии росло. И через девять месяцев вы родились в виде маленьких детишек.

На самом деле, мы должны рассматривать *момент нашего вхождения в наш мир*. Дело в том, что наше Высшее Я вне нашей Вселенной, оно вне пространства и времени. Вселенная устроена очень сложно. У нас есть материя, наши эмоциональные, ментальные плоскости, которые очень тонки. Но наше Высшее Я несоизмеримо более грандиозно и находится за пределами всего этого. Получается, что для того, чтобы встроиться в эту Вселенную или родиться, мы должны установить некие мостики. Они нужны для того, чтобы наши мысли и ощущения могли *сообщаться* с мыслями и ощущениями всей оставшейся Вселенной, наше тело – с телами других людей. Поэтому, когда мы рождаемся или воплощаемся, мы сначала начинаем *творить принципы* в известной последовательности. Наше Высшее Я творит принцип *разума*. Затем оно творит принцип *пространства*, затем – принцип *воздуха*, принцип *огня*, принцип *воды* и принцип *земли*. Затем оно устанавливает связь с *космическим* принципом разума, космическим принципом воздуха, огня, воды и земли.

Мы как бы подключаемся к вселенной через множество, так сказать, *штекеров*. Но прежде чем подключиться, надо иметь этот штекер. Таким образом, мы сначала творим свой *Микрокосмос*, а затем соединяем его с *Макрокосмосом*. Мы встраиваемся в него подобно вилке, входящей в розетку. По сути, это называется процессом *рождения*.

Если все происходит так, как должно быть, мы получаем возможность в полном объеме воспринимать эту Вселенную и как-то контактировать с ней. В свою очередь, другое живое существо, которое точно так же воплотилось и таким же образом подключилось, также может общаться с нами через это подключение. То есть, наша *Вселенная* – это такой большой *коммуникатор*. Каждый отдельный человек может подключаться к этому коммуникатору и общаться как со всей Вселенной, так и с отдельными живыми существами.

Что такое Чакры

Чакры - это *пласты*, на которых мы *соединяемся* со Вселенной. Согласно учению йоги, таких пластов семь, точнее их шесть, потому что на счет седьмого существуют лишь очень таинственные, труднопонимаемые знания и поучения из области йоги. Есть соответствующие тексты, соответствующая теория, но это уже очень высокий пилотаж. По поводу этого исчезнувшего знания мы мало что вразумительного можем сказать. Относительно оставшихся шести пластов мы можем сказать достаточно конкретно.

Виды Чакр

Самый фундаментальный пласт или слой – это уровень *разума*. Он соотносится с так называемой *Аджна* чакрой и локализуется в нашей голове, где-то в районе *межбровья*. По сути дела, принцип разума в теории йоги мало чем отличается от органа чувств. Считается, что разум – это орган, который определяет мысли. Подобно другим органам чувств (обонянию, осязанию, зрению), которые воспринимают информацию,

разум – это всего лишь орган, который оперирует мыслями, то есть, **«вынюхивает» мысли.**

Следующий уровень, на котором мы подсоединены ко Вселенной – это уровень **пространства**. В нашем теле он локализуется на уровне **горлового центра**. У всех нас есть такая ямочка в основании горла. Где-то на этом уровне находится соответствующая чакра или лотос, через который мы соединяемся со всей Вселенной и наше внутреннее пространство соединяется с внешним пространством. Из этого можно сделать очень интересный вывод о том, что **за функцию засыпания отвечает горловая чакра**, так как в момент засыпания мы выходим из пространства внешнего мира и погружаемся в пространство сновидения. Также в йоге существуют довольно интересные поучения на тему того, что когда мы **умираем** и нам нужно **разотождествиться с нашим обычным пространством**, также за это ответственен горловой центр. Поэтому, все моменты, ответственные за такие странные способности йогов и йогинь, как перемещаться вне тела выходить из тела, были связаны с горловым центром.

Наконец, следующий уровень или пласт, на котором мы связаны с Вселенной, это **сердечный** центр. Он, в свою очередь, отвечает за **тактильные ощущения**. У всех нас есть способность ощущать прикосновения. Это отдельный канал информации, через который мы познаем Вселенную. Чакра или лотос, ответственный за тактильные ощущения – это сердечная чакра. Она находится **в центре нашей груди**. И здесь слово «сердечная» не означает, что эта чакра как-то связана с нашим телом. Оно означает, что она находится **посередине** нашего тела, нашей груди.

Наконец, у нас есть возможность познавать Вселенную через **зрительные образы**. У нас есть зрение. Мы можем что-либо видеть, воспринимать те или иные картины. Утверждается, что та чакра или лотос, который соединяет нас со Вселенной и дает возможность видеть, связан с **пупочным центром**, который локализуется в районе нашего пупка.

Вот такая странная картина получается. **Глаза находятся у нас в голове, а центр зрения – в животе.** На первый

взгляд возникает нелогичность. Раз глаза находятся в голове, то и принцип должен находиться в голове. Это очень интересные подробности, которые показывают нам, что древние йоги и йогини получали эти знания не методом тупой аналогии, а через глубинное изучение своих тел, через эксперименты, медитации и тому подобное.

Наконец, у нас есть способность *ощущать* те или иные явления на *вкус*. У нас есть вкусовые рецепторы. И с точки зрения йоги канал вкуса – это также пласт, через который мы познаем Вселенную. *Язык* – это лишь *воплощение этого канала*. Язык – это тот инструмент, который принимает эти потоки информации и взаимодействует с центром, отвечающим за восприятие вкуса. Этот центр связан с так называемой *Свадхистана* чакрой, которая локализована где-то на четыре пальца ниже нашего пупка. С другой стороны, очень интересно, что *функционирование наших половых органов* также связано с проявлением этой чакры. В связи с этим есть очень интересные подробности. Например, мы называем секс «сладким», хотя, казалось бы, какое отношение может иметь секс к понятию вкуса, далее появились производные – например, сайт, посвященный «клубничке». Хотя причем здесь клубника и секс? Дело в том, что наше внутреннее восприятие тех или иных процессов начинает коррелировать с проявлениями вкуса.

Наконец, у нас есть мощнейший канал информации, который называется *обоняние*, канал воспринимающий *запах*. Этот канал восприятия достаточно притуплен для людей, а для животных, наоборот, от этого канала часто зависит вся их жизнь. Для нас же канал информации обоняние воспринимает, в первую очередь, достаточно резкие перепады – либо «воняет и невозможно находиться», либо «вкусно пахнет» (запах свежесваренного кофе, запах испеченного хлеба). В древнем йоговском знании считается, что принцип обоняния или восприятия запаха связан с так называемой *Муладхара* чакрой или с принципом *земли*. Эта чakra расположена в основании нашего тела, где-то в районе *крестца*, заднего прохода.

Резюме

Таким образом, через чакры задействованы все наши органы чувств, включая нашу способность размышлять. Получается, что каждая наша чакра, с одной стороны, некий *пласт Вселенной*. С другой стороны, она ответственна за тот или иной *канал информации*. С третьей стороны, только лишь, если вы используете соответствующую чакру, вы можете *общаться со Вселенной и получать ту или иную информацию*.

Задействованы все наши органы чувств. *Муладхара чакра – запах, Свадхистана – вкус, Манипура – зрение, Анахата – осязание, Вишудха – пространство, слух, Аджна чакра – разум*. В общем, как вы понимаете, у обычного среднестатистического человека больше нет никаких каналов взаимодействия со Вселенной. За исключением того, что называют «Высшая интуиция». Высшая интуиция – это когда человек не думает, но знает, когда он постигает что-либо не через принцип разума, а ему вдруг, по наитию открывается что-то. За это ответственна как раз седьмая чакра, но, как вы понимаете, мы мало что можем сказать про интуицию, про откровения высших сфер жизни. Тем не менее, мы обсудим это в следующих темах.

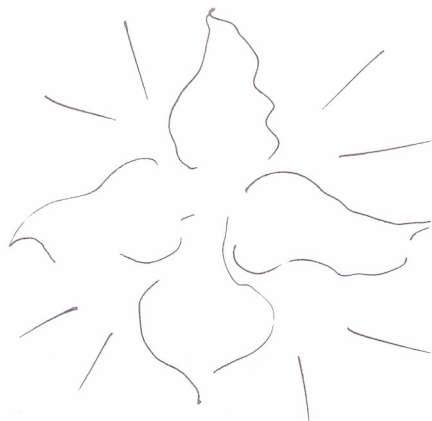
Важные предупреждения относительно изучения Чакр

Вся информация о чакрах дошла до нас через йогу, через так называемые «Тантры» - тексты, которые описывают те или иные упражнения, в том числе и йоговские. По сути дела, никакие другие источники на эту тему до нас не дошли. Все древнее наследие Вед, Упанишад и др., говорит об этом достаточно сложным, иносказательным языком. В «Тантрах», а также в текстах «околотантрических», многочисленных пояснениях, комментариях к «Тантрам» даются достаточно подробные описания чакр.

Во-вторых, чакры представляют собой образования из *тонкой материи*. Поэтому, на уровне грубого физического тела, вы можете найти только лишь те или иные нервные сплетения, которые, так или иначе, соотносены с этими тонкими

структурами. Бесполезно искать чакры на уровне грубого физического тела. Физическое тело - это лишь внешняя оболочка или скорлупа, которая сделана по образу и подобию более тонких структур. Чакры находятся на **очень тонком уровне**.

Наконец, описание чакр, находящихся на тонком уровне, изобилует многочисленными прилагательными, описательными характеристиками. Ту или иную чакру следует видеть в виде цветка с определенным количеством лепестков, определенного цвета, формы... В общем, дается масса подробностей.



Вы убедитесь в этом уже при разборе описаний Муладхара чакры. Многие не разобравшиеся последователи начинают спорить о том, как выглядит та или иная чакра с пеной у рта. Друзья, чакра - это вещь в большей степени **ассоциативная**. С уровня тонкого тела каждый может воспринимать ее по-разному. Жесткая установка не имеет смысла, мы лишь ссылаемся на какой-то промежуточный образ из нашего обычного мира, который лишь как-то переключается с нашим внутренним миром. Например, вы можете видеть знакомые здания, знакомых людей и знать, что это те же самые здания и люди, но воспринимать их совершенно по-другому. Получается внешняя проекция на внутренний мир или наоборот. Люди, которые только начинают изучение чакр, часто бывают очень разочарованы, обнаружив, что в разных текстах описания сильно различаются. В таком расхождении нет ничего страшного. Дело в том, что авторы пытаются описать очень-очень тонкие структуры.

И, конечно же, в современном мире существует большое количество **низкопробной литературы**. Например, авторы этих книг свой откровенный бред выдают за достояние цивилизации. Поэтому будьте чрезвычайно щепетильными и

осторожными в этом вопросе. По возможности пользуйтесь только древними текстами, а не их интерпретацией современными последователями. По этой причине, мы будем опираться на древний источник, который называется «Шат Чакра Нирупана», который был приведен в книге Джона Джорджа Вудроффа «Змеиная Сила».

Чакры. Принципы Сознания и Энергии.

Канал Сушумна

Наше *Высшее Я* – запредельно, свободно. Оно не уничтожимо. Оно, с одной стороны, всезнающе, а с другой стороны, находится в изначальном неведении. То есть, у него нет установленного знания. Наше Высшее Я может как-то *проявляться* в этой Вселенной. И все проявления можно свести к двум видам проявлений – это *принцип изменения* и *принцип постоянства*. Другими словами, если наше Высшее Я волеизъявит, чтобы что-то оставалось неизменным, оно таким и будет. В то же самое время, если наше Высшее Я пожелает, чтобы что-либо изменилось, оно изменится. А если наше Высшее Я пожелает чтобы здесь чуть изменилось, а здесь осталось неизменным, то так оно и будет. Почему? Потому, что наше Высшее Я сделано по образу и подобию Абсолюта, который сотворил эту Вселенную и вы всемогущи, хотя не догадываетесь об этом. Получается, что наше единое проявление через нашу волю, которая не знает препятствий и границ может проявляться через две крайности – что-либо менять или, наоборот, сохранять неизменным. Та часть, которая проявляется через *вечное видоизменение*, называется *Шакти* или *принципом Энергии*. Другая часть отвечает за *вечное постоянство* и называется *принципом Сознания*. По сути дела, все остальное во Вселенной, в т.ч. и все *чакры* – это комбинация Сознания и Энергии.

Прежде чем родиться, мы должны *выстроить некоторые мосты или связи со Вселенной*, за эти пласты ответственны чакры, которые представляют собой различные комбинации Сознания и Энергии. Из этого следует, что *принцип разума* –

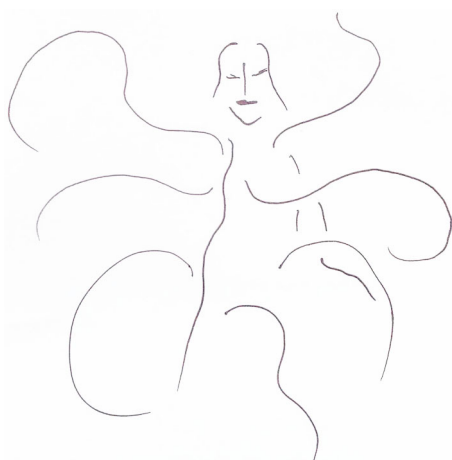
это комбинация очень тонких вибраций Энергии с очень ярким светом Сознания. Что же такое мысль, которой оперирует разум? Это некоторые комбинации Энергии, несущие ту или иную информацию, которую может воспринять только Сознание. Получается, что принцип разума – это тончайшая Энергия с мощнейшим принципом Сознания. Для **принципа пространства** вибрации Энергии более грубые, а свет Сознания более тусклый. Для **принципа воздуха, огня, воды** все еще более грубое. Наконец, **принцип земли** имеет наиболее грубые вибрации Энергии, а свет Сознания проникает через них наиболее слабо.

Чтобы было понятно, о чем идет речь, посмотрите вокруг себя. Например, вы видите стены, пол, потолок, другие неодушевленные предметы. По сути все это материя. Материя, как в том числе нас учит и современная наука – это конденсированная или сжатая энергия. Понятно, что через эту сжатую, инертную Энергию очень слабо видится свет Сознания. Но если проанализировать с точки зрения достаточно долгого периода времени, вы заметите, что даже очень костная материя начинает жить. Она начинает видоизменяться. Аналогично и здесь. Наше Высшее Я, которое проявляется как Прана, которая в свою очередь является комбинацией Энергии и Сознания, начинает сначала творить принципы. Когда они сотворены, наша Энергия начинает в большей степени локализовываться в основании нашего тела. Наше Сознание, в большей степени, локализуется в области макушки головы.

Каждый человек представляет собой достаточно интересную картину. Наша базовая Энергия находится в основании нашего тела, (где принцип земли). Наше Сознание смещено к области над нашим межбровьем, к макушке головы. Но, по сути дела, наши Энергия и Сознание - это всего лишь две стороны нашего единого проявления, нашего Я. Получается, что эти проявления должны быть каким-то образом соединены. Как говорит знание йоги они соединены через канал Сушумна (на санскрите Сушумна Нади). Это так называемый **центральный канал** нашего тела. Это тот канал, который соединяет единую

Энергию в основании нашего тела (Энергию Кундалини) с Сознанием, которое находится в макушке головы. Все принципы или **чакры**, или **лотосы** «**нанизаны**» на **этот центральный канал**, подобно тому, как если взять нитку с иглой и нанизать на эту нитку цветы. Под этой ниткой подразумевается центральный канал, пронизывающий все чакры. Он является более важным и первостепенным по отношению к чакрам. Из этого следует вывод, что если вы поставите под контроль центральный канал, то вместе с этим поставите под контроль все чакры.

Чакры. Эмоции. Сверхспособности



Каждая чакра отвечает за тот или иной канал информации, за наши органы чувств. Точно также каждая чакра **отвечает** за тот или иной **вид действия**. То есть, она связана не только с **возможностью получать сигналы** из окружающего мира, но и **отправлять соответствующие импульсы** во Вселенную обратно.

Самое интересное в системе чакр то, что каждая чакра ответственна за ту или иную эмоцию, точнее за целый набор близких друг к другу эмоций. Получается, что если вы так или иначе воздействуете на чакру, то та или иная эмоция начинает осознаваться вами сначала в утонченном виде, а затем, соответственно, в некоторых едва заметных нюансах обычной жизни. Получая тот или иной жизненный опыт, осознавая его, человек, не знающий о чакрах, помимо своей воли и знания заставляет вибрировать ту или иную чакру. При этом он испытывает ту или иную эмоцию. Получается, что чакры – это прямой доступ к ощущению эмоций и прямой

доступ к контролю эмоций. В этой связи можно нарисовать схему, которую время от времени изображают в книгах: «тело человека, на которое наложена карта чакр с описанием эмоций, ощущений, каналов информации, присущих чакрам». Смотря на эту схему, возникает ощущение, что человек представляет некоторый, достаточно странный музыкальный инструмент, у которого есть центральная струна – *центральный канал*. Параллельно с которой проходят второстепенные струны – левый и правый каналы. На них нанизаны интересные образования в виде лотосов с различным количеством лепестков. А от каждого цветка тянутся вспомогательные каналы, или струны. Если такую конструкцию поставить на ветру, то она начинает звенеть. Вот, подобно этому и человек, которого обдувает ветер жизни, сталкивая с разными ситуациями, начинает испытывать различные эмоции, в зависимости от порывов ветра, он начинает звучать низкими или более высокими струнами.

Самое интересное, так как мы слабо осознаем эти тончайшие структуры, наш жизненный опыт как бы накапливает известную «грязь» из неправильных ассоциативных связей. Продолжая наше сравнение, можно представить, что этот инструмент покрыт слоем грязи и пыли, что заставляет инструмент фальшивить.

Каждый человек – это утонченный музыкальный инструмент, на котором в идеале можно сыграть самую прекрасную мелодию. Но так как он, буквально, забит «грязью», сколько не играй – музыки не получишь. Также и мы в своей жизни иногда встречаемся с людьми и чувствуем, что эти люди резонируют с нами, нам очень легко с ними, они с полуслова понимают наш юмор, наши намеки, и т.д., и т.п., а может быть совсем наоборот. Порой встречаются люди, с частью проявлений которых мы очень легко находим резонанс, другая же часть их проявлений остается совершенно «глуха». Это довольно часто встречается в семейной жизни. В чем-то супруги могут легко находить контакт, а в чем-то другом встречаются с «непробиваемой стеной». Кажется, что достичь взаимопонимания просто невозможно. В этом плане наука чакр, действительно, оптимистична. Она говорит, что все мы сделаны по

единому образу и подобию. Но скопившаяся грязь может быть разной. Для очистки существуют различные методики. И рано или поздно возможно очиститься.

Получается, что если вы научитесь убирать «грязь» с этого инструмента, к вам будут приходить очень странные способности. Например это будет способность чувствовать всю Вселенную. Вас нельзя будет обмануть. Вы будете настраиваться на такой резонанс, что будете, буквально, чувствовать других людей (эмоции, которые они испытывают в тот или иной момент: страх, зависть, злобу, радость, любовь). А это, в свою очередь, первые шаги к чтению мыслей, к телепатии. И, как утверждает древнее учение йоги, когда все, даже наиболее тонкие ваши структуры очищены, вы полностью встраиваетесь во Вселенную, в такой как бы океан из всего многообразия переживаний, эмоций и мыслей. Вы как бы расширяетесь за пределы своего тела и становитесь одновременно всеми телами, всей Вселенной.

Отсюда рождается масса сверхспособностей, могущества. Тогда вы по-настоящему наделяетесь такими возможностями, как, например, управлять другими людьми. С точки зрения, как бы сказать, технологической, к этим способностям следует приближаться через изучение чакр, через упражнения, которые помогут осознать ту или иную чакру, затем осознать, как она действует, затем «очистить» ее от многих наслоений и загрязнений. И уже потом пользоваться ей на все сто процентов. Например, если вы поставите под контроль принцип страха – Муладхара чакру у себя, то вы сможете поставить под контроль принцип страха во всем окружающем мире, как в сторону того, чтобы внушать всем бесстрашие, так и в сторону того, чтобы запугать всех до «полусмерти». Знание – сила, оно работает в двух направлениях.

Тантрическое знание о чакрах очень ревностно оберегалось его последователями именно потому, что давало вполне конкретное могущество, без которого никак не обойтись в современном мире. Когда вы сталкиваетесь с «бардаком» в жизни, стране и т.п. – это должно быть хорошим поводом для вас воспользоваться древним знанием йоги и навести порядок.

Для этого приходится пользоваться разными методами, т.к. не смотря на то, что мы сделаны по одному образу и подобию и наше Высшее Я равновелико, к сожалению, накопленная грязь и степень «скотства» у всех разные.

И если вы соберете какой-то «сброд» и дадите возможность ему властвовать, он может погубить и всех остальных. И есть люди или души, находящиеся на таком уровне развития, что они понимают только лишь одно – прямую физическую угрозу. Совсем не по-йоговски кого-то запугивать, но можно совершенно изящно провести рукой по струне, отвечающей за эмоцию страха, как вокруг образуется поле ужаса.

Применяя знания этой области, научившись подчинять принципы или чакры внутри себя, вы также сможете влиять на соответствующие уровни окружающей Вселенной. Об этом недвусмысленно говорится в древних текстах, хотя еще совсем недавно эти трактаты весьма ревностно сохранялись в тайне.

II. АНАЛИЗ ПЕРВОИСТОЧНИКОВ

Чакры в древних источниках йоги

В каком же виде до нас дошли знания, связанные с чакрами из древних источников йоги? Чем более древний пласт знаний, тем более завуалирована и иносказательна вся наука, касающаяся чакр. Начиная же с появления текстов, посвященных йоге и текстов эпохи средневековья, все больше и больше вы можете встретить четких подробностей, четких упоминаний и четких описаний.

В то же самое время, несмотря на всю четкость, эти описания как бы с двух сторон нас подводят к тому, чтобы мы поняли, что такое чакры. С одной стороны, толчок из каких-то образов, чувств, переживаний, ощущений, а с другой стороны, толчок из каких-то достаточно сухих, аналитических схем, более жестких структур и рисунков. Получается, чтобы описать чакру в текстах нам дается как импульс, толчок Энергии, так и импульс, толчок Сознания через всякого рода концепции,

мантры, геометрию и тому подобное. На пересечение двух этих описательных систем как раз проще всего понять, что такое чакры.

Действительно, в современной науке, в психологии, в современной индустрии, связанной с распространением информации, известно, что у человека есть **образное восприятие**, а есть **логическое восприятие**. Есть люди, которые лучше понимают, допустим, ту или иную тему через картинки, через цвета, формы. А есть люди, которым лучше всю информацию дать в жестком, сухом описании. Поэтому, если когда-нибудь кто-нибудь из вас будет писать книгу, помните, что в идеале в любой книжке должны быть в равной степени представлены и картинки, и текст. Только лишь тогда вы скомпенсируете одну крайность абстрактного мышления другой крайностью образного мышления. Сами по себе и абстрактное, и образное мышление бесперспективны. Работают они только лишь в сочетании. Одна часть нашего естества воспринимает логику, другая часть лучше воспринимает образы. Есть люди, которые лучше воспринимают образность, но хуже логику, а есть наоборот. Поэтому, если вы лучше логику воспринимаете, то вам надо работать, чтобы скомпенсировать свое восприятие через образность. Бывает, что вы слишком увлечены формами, рисунками, но страдает ваше логическое мышление. Человек только тогда совершенен, когда и то, и другое представлено в равной степени. Именно этим руководствовались авторы древних текстов, в которых описываются чакры. Там вы встретите и абстрактные положения, и конкретно образные. Но в любом случае вы должны помнить, что, прежде всего, эти тексты претендовали на то, чтобы дать толчок вашему разуму, чтобы вы сами, анализируя тот или иной участок вашего тела, переоткрыли то знание, которым владели древние йоги и йогини.

Анализ текста «Шат Чакра Нирупана»

Впервые первоисточник «Шат Чакра Нирупана» был опубликован на Западе в работе Д.Д.Вудрофа (Артур Авалон) в книге «Змеиная сила».

Текст: *«В пространстве вне позвоночника справа и слева есть два канала, лунный и солнечный».*

Давайте сядем прямо. Выпрямим спину, шею, голову, желательно закроем глаза. Мы с вами, соответственно, мысленным взором просмотрим область своего позвоночника от основания тела до макушки головы. Постараемся осознать эту область. Вот теперь мы будем воспринимать этот текст и как бы проецировать все наше воображение. Итак, начинается описание с того, что центральный канал где-то проходит в области позвоночника. Справа и слева от позвоночника идут как бы два второстепенных канала, которые названы здесь лунный и солнечный.



Текст: *«В середине – канал Сушумна, чья сущность – три Гуны».*

В середине от левого и правого канала идет канал Сушумна и сказано, что сущность сушумны три Гуны.

Текст: *«Она имеет форму солнца, луны и огня».*

Значит, Сушумна, сказано, имеет форму солнца, луны и огня. По сути дела, канал центральный Сушумна – также очень

сложный в своем устройстве. Он как бы состоит из разных вставленных друг в друга трубок, если так угодно. Причем эти трубки плавно переходят от одной к другой непрерывно.

Текст: *«Ее тело, как вереница расцветающих белых цветов дурмана, простирается от середины Канды до головы, и молния внутри ее идет от половых органов к голове».*

Опять же, здесь идет описание канала Сушумны. В этой теме мы не будем его затрагивать.

Текст: *«Внутри нее – Читрини-Нади, светящаяся светом Пранавы (слог ОМ) и могущая быть достигнутой йогами. Она тонка как паутина и пронизывает все лотосы, расположенные внутри ее. Ее природа – чистый разум. Она прекрасна от них (лотосов), нанизанных на нее. Внутри ее – Брахма-Нади, которая простирается от отверстия рта Хары (имя Шивы) до того места, за пределами которого пребывает Ади-дэва».*

Вот он достаточно характерный текст, который, как вы понимаете, человек непосвященный не поймет. А уж если мы с вами не знаем санскрита, не понятно вообще, о чем идет речь. Поэтому кое-какие пояснения здесь необходимо дать.

На самом деле, это достаточно сложная тема, связанная с управлением центрального канала. Заключается она в том, что центральный канал, который связывает Энергию Кундалини в основании нашего тела, где находится принцип земли, Муладхара, с макушкой головы, где находится центр нашего Сознания. Центральный канал пронизывает все чакры. Центральный канал сам по себе неоднороден, он как бы идет в степень утончения. Самая центральная его часть там, где отсутствует пространство и время. Очень странное такое замечание-заявление. А по сути дела, говорится, что, как только вы в своей медитации доходите до центрального канала, вы осуществляете соединение Сознания с Энергией, и получаете начальное могущество своего Высшего Я. И как раз эта центральная часть в этом тексте называется *Читрини-Нади*. Особенность ее заключается в том, что любая ваша медитация тут же начинает оживать, то есть вам достаточно подумать о тех или иных

ощущениях, переживаниях и свершениях, как внутри Читрини-Нади они моментально превращаются в Энергию.

Есть такая связка очень интересная: Сознания с Энергией. Эта связка о том, что первично, а что вторично. Первично ли ваше Сознание или первична ваша Энергия? По сути дела, мы так сказать не можем. Энергия завязана на Сознание, Сознание на Энергию. Но вот что будет первоимпульсом? Вот это интересный вопрос! То есть, если будет ваше волеизъявление первоимпульсом и вы захотите ощутить тот или иной опыт в своем микрокосмосе, в своей внутренней Вселенной, то за этим осознанием сразу же потянутся переживания. И чтобы переживания превратить в высочайший йогический опыт, надо просто о нем подумать. Но такое случится, если вы откроете для себя Сушумну Нади – центральный канал и дойдете до самой глубинной части Читрини-нади.

Есть еще пояснения, говорящие о том, что в основании нашего тела, там, где находится Муладхара чакра (принцип земли) покоится, так называемая, Энергия Кундалини, наша базовая Энергия. Как утверждается, она находится в таком скрытом, в спящем состоянии. Здесь иносказательно давались такие описания, что **одно отверстие центрального канала описано как рот Хары, а другое место, в котором пребывает Ади-дэва**. Слово Ади в этом тексте означает «изначальный». Косвенно указывается на то, что соединяется материальное и сверхидеалистичное, соединяется Энергия и Сознание, соединяется наш нижний центр с нашим верхним центром.

Текст: ***«Она (Читрини) прекрасна, как цепочка вспышек молнии; тонкая и нежная, как волокно лотоса, она сияет в умах мудрецов. Она, чья настоящая природа – чистое Сознание, предельно тонка, и она воплощение всего (возможного) блаженства. Дверь в Брахман (Брахмадвара) сияет в ее рту. Здесь, в этом месте, вход в область, орошаемую нектаром, и оно называется «узлом», а также «ртом» Сушумны».***

Дается более описательное такое объяснение, что же у нас там такое внутри. По сути дела, вход в канал Сушумну закрывается снизу Энергией Кундалини. Канал Сушумна в этом описании, чем ближе к центру своему, тем более фантастическими

свойствами обладает. То есть самая центральная его часть, которая залита светом, в которой нет пространства и времени, так иногда говорят, отличается очень интересной особенностью. Любая ваша мыслеформа или любое ваше волеизъявление моментально начинает реализовываться.

С этим связан целый ряд **практических упражнений** из йоги **визуализации**. Вам достаточно открыть в себе центральный канал, приблизится к ощущению его природы, а в дальнейшем любая ваша мысль или волеизъявление начинает материализоваться как в плане внутренних переживаний, так и в более глобальных внешних свершениях.

Или по другому. Вам достаточно подумать о соединении Сознания с Энергией, как это будет являться импульсом пробуждения Энергии Кундалини и соединения ее с Сознанием, что вызывает крайнее эйфорическое состояние (состояние экстаза, состояния переживания такого космического опыта, о чем туманно намекают многочисленные йоговские трактаты). Это такое сверх блаженство, сверх наслаждение, пережив которое человек, как в огне наслаждения обжигается и больше не реагирует ни на одно другое наслаждение.

Медитация 1

Садимся на коврик в любую удобную позу таким образом, чтобы спина, шея и голова были выпрямлены вдоль прямой линии, как если бы вы на голове держали колонну, уходящую в космос. В дальнейшем, нам следует как можно лучше расслабить свое тело, чтобы ничего не мешало и не отвлекало наше внимание. Расслабляем лицо. Теперь, когда мы в устойчивом положении, давайте мысленным взором просмотрим область позвоночника от области крестца - выше к пояснице, от поясницы - к грудному отделу, от грудного отдела - к шейному отделу. Теперь от того места, где заканчивается позвоночник, мысленно пройдем через центр своей головы до макушки. Теперь в обратном порядке пройдем весь этот путь. Созерцаем макушку головы, затем мысленно проходим через центр головы до того места, где начинаются шейные позвонки. Теперь

медленно проходим через шейный отдел, опускаемся ниже, подходим к грудному отделу, затем наше сознание скользит ниже на уровень пупка. Теперь еще ниже, к поясничному отделу, и, наконец, еще ниже проходим, к основанию тела, где-то в районе крестца созерцаем свое тело. Теперь вспоминаем наставление йоги о том, что где-то в этой области, на которую вы сейчас медитировали, располагается **Центральный канал** – основной стержень нашей жизни, устройства нашего тела. Он проходит вдоль позвоночника от основания до макушки головы. А слева и справа от него идут вспомогательные каналы **Ида** и **Пингала**. Они также начинаются от основания нашего тела и поднимаются выше и выше, параллельно Центральному каналу.

Теперь попытайтесь наложить описание из «Шат Чакра Нирупана» на свою медитацию.

Текст: *«В пространстве вне позвоночника справа и слева есть два канала, лунный и солнечный. В середине – канал Сушумна, чья сущность – три гуны. Она имеет форму солнца, луны и огня. Её тело, как вереница расцветающих белых цветов дурмана, простирается от середины Канды до головы, и молния внутри нее идет от половых органов к голове».*

Медитация 2

Текст: *«Внутри неё – Читрини-нади, светящаяся светом Пранавы (слог ОМ) и могущая быть достигнутой йогинами. Она тонка как паутина и пронизывает все лотосы, расположенные внутри неё. Ее природа – чистый разум. Она прекрасна от них (лотосов), нанизанных на неё. Внутри неё – Брахма-нади, которая простирается от отверстия рта Хары до того места, за пределами которого пребывает Ади-дэва».*

На нашу картинку с Центральным каналом, с левым и правым каналом, мы дорисовываем еще такие подробности. Мы видим, как на Центральный канал как бы **нанизаны лотосы, или некие чакры, или некие кольца**. Центральный канал пронизывает лотосы, начиная с самого нижнего в **Муладхара**

чакре (область крестца). Созерцаем его. Еще выше мы видим **лотос Свадхистханы, это уровень лобка.** Еще выше - **лотос Манипуры на уровне пупка.** Еще выше - **лотос Анахаты на уровне груди.** Еще выше - **лотос на уровне горла,** потом **лотос на уровне точки третьего глаза – межбровье.** И на макушке головы видим огромный **лотос Сахасрару.** И вот получается такая конструкция. Центральный канал, на него нанизаны лотосы, есть также левый и правый каналы, которые пересекаются в том месте, где нанизан лотос. Подобно тому, как на карте идут три дороги – одна скоростная магистраль (Центральный канал) проходит через семь городов сквозным транзитным путем, а слева и справа от нее идут дороги помедленнее. Но они также заходят в эти города (чакры). И вот это в первом приближении устройство нашего тела. Каждый из городов, **каждая из чакр отвечает за ту или иную эмоцию, за тот или иной орган чувств и за тот или иной аспект нашего поведения.** В чакрах, которые относятся к более **низшим уровням,** более мощные энергии, сильные эмоции – **страх, гнев, желания.** У более **высших** чакр - более **тонкие составляющие,** например, **любовь.**