

КТО Я?

МОДУЛЬ 1.4

Аспект

Углублённая работа с вниманием

Теория

Три центра - интеллект, эмоции, тело. Самонаблюдение. Закон трёх. Внутренняя алхимия и обмен энергией между центрами. Управление своим состоянием.

Практика

Научиться определять, когда и какой центр создаёт управляющее влияние. Научиться управлять желаниями и побудительными импульсами волей истинного “Я”.

Теория:

- 1) Три центра - интеллектуальный, эмоциональный, двигательный. Объединяются и получается внешний видимый результат - реакция и состояние.
- 2) Какой-то из центров всегда захватывает контроль, если нету активного “Я”.
- 3) Мысль может вызывать эмоции, а эмоции порождают действия. Реакция тела может вызвать эмоции через ощущения и создать мысли. Эмоции могут создать мысли и т.д. - важно научиться замечать, какой центр создаёт управляющее влияние и почему.
- 4) Работа всех центров - это энергия. Постоянно происходит трансформация энергии. Энергия переходит от центра к центру.
- 5) Неконтролируемая работа центров - это расход энергии, которую нужно собрать вокруг “Я” и направить к осознанной цели.
- 6) *“Закон Трёх в кратком описании означает, что в каждое проявление, в каждое явление и в каждое событие входят три силы. Они называются (но это только слова, так как они не выражают их качеств) положительной, отрицательной и нейтрализующей, или активной, пассивной и нейтрализующей, или, еще более просто, они могут быть названы первой силой, второй силой и третьей силой. Эти три силы входят во все. Во многих случаях мы понимаем необходимость двух сил, — что одна сила не может создать действия, что имеется действие и сопротивление. Но обычно мы не создаем третьей силы. Это связано с состоянием нашего бытия, состоянием нашего сознания. В другом состоянии мы знали бы о ней по многим примерам, нежели теперь, когда не видим ее.*

Все в мире, все проявления энергии, все виды действия, в мире или человеческой деятельности, внутренние или внешние, всегда являются проявлениями трех сил, существующих в природе. Необходимо понять, что они не отличаются друг от друга, как активность и пассивность отличаются в нашем обычном понимании этих терминов. Активная и пассивная силы — обе активны, ибо сила не может быть пассивной. Но имеется некоторое различие в их активности, и это различие создает все разнообразие явлений, существующих в мире. Три силы работают совместно, ни одна из них не преобладает в каждой комбинации. В то же время каждая сила, которая в настоящее время активна, может стать в следующий момент пассивной или нейтрализующей в другой триаде. Когда три силы встречаются вместе, происходит событие. Если они не соприкасаются, ничто не случается.”



- 7) Изменяя баланс сил и перемещая энергию с одного центра на другой, либо объединяя их и приводя к резонансу мы управляем своим состоянием.
- 8) Всё это нужно на данном этапе для того, чтобы создать дополнительный центр или накопленное внимание. То, что мы назвали истинным “Я”. Но истинное “Я” есть где-то в глубине, а то магнетический центр (накопленное внимание) - это способ быть постоянным в проявлениях и установить связь с этим “Я”.
- 9) “Я” похоже на Солнце. Тело на Землю. Астральное тело, либо энергетика, атмосфера - это всё связь между телом и “Я” и это похоже на другие планеты в Солнечной системе. Человек подобен космосу.
- 10) Закон равноценного обмена - чтобы что-то получить надо что-то равное отдать.
- 11) Три центра представляют три силы. Внутри каждого есть ещё деление на три - это подуровень триады. Результат объединения трёх центров - состояние, включает тебя в новую триаду, где все целое становится элементом триады более высокого уровня. Можно наблюдать перемещение влияний между уровнями.

Практика:

- 1) Энергия собирается через наблюдение реакций и остановку инерции. Когда ты замечаешь себя, замечаешь работу центров и начинаешь понимать, как развилось такое состояние, то через волевое усилие можешь дать центру команду делать что-либо другое. Обычно всё начинается с мысли - ты понимаешь, что та или иная реакция вредна для тебя. Отпускаешь её. Потом сосредотачиваешься на чём-то позитивном.
- 2) 3 фазы закона равноценного обмена: 1. Понять процесс (заметить своё проявление и понять его источники) 2. Разложить на составляющие (разъединить центры, преобразовать реакцию в энергию) 3. Создать новое (объединить их усилием воли в нечто новое)
- 3) Наблюдаешь за реакцией или состоянием, выясняешь что послужило источником (какой центр), разбираешь всё на составляющие влияния и создаёшь новое состояние.
- 4) Новое создаёшь, отталкиваясь от предыдущей работы, которая позволила тебе лучше понять себя и вывести какое-то определение того, кто ты есть или кем хочешь быть.
- 5) Важно чётко понимать от чего ты хочешь отказаться (от каких ложных личностей и их проявлений в виде мыслей и эмоций), заметив их ты создаёшь новое состояние в эмоциях, мыслях и действиях.
- 6) Новое состояние объединяет три центра. Три центра объединяются

магнетическим центром.

- 7) Секрет успеха - воспоминание. Вспоминай о работе, о своих целях, о желаемом состоянии. Когда ты вспоминаешь, то погружаешься в это. Когда ты не помнишь, то инертно проваливаешься в отрицательное проявление.
- 8) Используй закон трех и закон обмена, чтобы преобразовать свое состояние из того, в котором себя находишь в то, которое желаешь сделать постоянным или более устойчивым.
- 9) Твой инструмент - это твоя Воля. Воля - это накопленная энергия и внимание, сосредоточенное вокруг истинного "Я".