

Как научиться видеть ауру. Упражнения для развития ясновидения

<http://www.biopole.ru/taxonomy/term/95>



Если вы действительно хотите видеть и понимать ауру, я предлагаю вам сначала прочитать парочку книг по цветотерапии.

Спецслужбы обучают своих сотрудников видеть ауру, потому что тогда, посмотрев на кого-либо, они знают точно, о чем те думают и что чувствуют - очевидно, спецслужбам без этого не обойтись. Разработана специальная обучающая техника, которую я собираюсь вам дать.

Возьмите цветную плотную бумагу и большой кусок белой бумаги, размером примерно 60 см на 1 метр. Вы увидите феномен зрения, который не имеет ничего общего с аурой, но благодаря этой технике можно научиться видеть ауру человека.

Положите белую бумагу на пол под лампу с регулятором яркости. В середину положите лист красной плотной бумаги. Теперь зафиксируйте глаза на середине цветной бумаги и не моргайте. Подождите 30 секунд. Продолжая смотреть на красный лист, быстро уберите его и смотрите на то же самое место на белом листе. Долю секунду вы будете видеть дополнительный цвет к тому цвету, на который смотрели прежде. Если у вас был красный цвет, то вы увидите зеленый. Послеобраз всегда отличается от первоначального цвета, но форма их одинакова.

Полученный послеобраз, светящийся, прозрачный, будет выглядеть как бы парящим. Если вы проведете такой эксперимент на четырех, пяти листах бумаги подряд, на что потребуется всего лишь несколько мнут, к моменту завершения опыта у вас появится определенная чувствительность к видению такого рода цветовых образов - светящихся, прозрачных и парящих в пространстве. Эти краски очень похожи на поле ауры, за исключением того, что они более совершенны, поскольку лишь немногие люди имеют чистые и ясные аурические цвета.

Для следующего этапа обучения вам понадобится партнер; желательно, чтобы вы оба были в белых одеждах. Это самый легкий способ видеть цвета. Конечно, одежда не будет заглушать ауру, но ее цвета могут затруднить или облегчить видение ауры. Поставьте своего партнера у белой стены, возьмите лампу с регулятором яркости, включите ее на полную мощность и осветите партнера. Теперь возьмите лист цветной бумаги, и пусть ваш партнер держит его в 2,5 см от своего лица под носом.

Отойдите назад и посмотрите на цвет, как вы это делали раньше; зафиксируйте взгляд на этом листе, сосчитайте до 30 и попросите партнера убрать его. Вы увидите дополнительный цвет, парящий в пространстве перед партнером. Чередую листы цветной бумаги, вы привыкнете к цветам "послеобразов" вокруг партнера, и ваш ум приспособится к этой идее.

Потом вы можете поместить цветную бумагу за голову или за плечи, на расстоянии 30-60 см от партнера. Прodelайте это четыре-пять раз, пока не привыкнете видеть цвета, парящие вокруг его тела. Теперь уберите цветную бумагу и продолжайте смотреть на партнера, одновременно очень, очень медленно убавляя яркость лампы. Вы подойдете к тому магическому моменту, когда тело человека станет совсем темным - потом, бах! - все

цвета внезапно вспыхнут, и вы увидите ауру. Всю целиком. Вы будете знать, что это реальные цвета ауры, а не дополнительные, которые вы видели раньше, потому что перед вами предстанет множество меняющихся цветов. Все, что человек думает и чувствует, будет спроецировано в его ауру. Как правило, цвета вокруг головы и плеч отражают мысли. Цвета вокруг груди и тела, охватывающие спину, преимущественно имеют отношение к чувствам и эмоциям человека, хотя иногда наблюдается некоторое наложение цветов.

В дополнение к тому, что аура показывает мысли и чувства человека, есть третья возможность. Иногда в ауре обнаруживается физическая проблема тела. Если у вас что-то болит, это очень часто проявляется цветовым пятном в вашей ауру. Цвета, испускаемые вашими мыслями, будут светиться, и меняться, следуя за ходом мысли, а цвета, отражающие эмоции, обычно имеют тенденцию парить или передвигаться. Связанные с болезнями цвета будут фиксированы и, как правило, имеют углы или форму, а форма меняться не будет. Во время передвижения тела цветовые пятна будут зафиксированы в определенном месте. Иногда болезнь нельзя увидеть, поскольку свечение, связанное с ней, полностью находится внутри тела и не появляется снаружи. Но это бывает крайне редко.

В Институте человеческих измерений есть врач, который ведет курс диагностирования болезней человека путем чтения его ауры. Давным-давно он обнаружил, что, научившись читать ауру, вы можете просто посмотреть на человека и увидеть все зафиксированные в его ауру формы. Вы сразу поймете, что с этим человеком не так. Вам не понадобится магнитно-резонансное изображение или результаты других обследований. Просто посмотрите на ауру, и вы поставите точный диагноз. Большинство людей могут это делать, а упомянутый врач этому обучает.

Все люди обладают способностью видеть ауру, если только у них нет какой-то серьезной физической или эмоциональной проблемы.

Вот как можно определить, реальны эти поля или нет. Предложите группе людей подумать, например, о своем автомобиле. (Почти у каждого бывают разного рода смешанные чувства, связанные с автомобилями.) И вы немедленно увидите, как изменятся аурические цвета вокруг головы, в то время как они думают. Потом вы можете сказать: "Подумайте о ком-то, кто вам не нравится". Возможно, вы увидите грязноватый красный цвет, цвет злости, поскольку обычно мы злимся, когда не любим кого-то. Такое свечение появится вокруг головы и плеч, возможно даже вокруг тела до самого низа. Затем скажите: "Подумайте о ком-то, кого вы действительно любите. Войдите в это состояние. Выберите любимого человека и подумайте о нем". В этом случае обычно видны розовые тона, выходящие из области груди, и золотое или белое свечение из макушки головы. Если вы попросите человека подумать о духовных вещах и о Боге, то увидите много золотого и фиолетового цвета. Краски изменятся в тот момент, когда человек начнет думать о чем-то другом. Вот так вы можете убедиться в том, что аура реально существует. Как только у вас появляется способность видеть ауру, вы можете включать и выключать ее по собственной воле. У меня она все время отключена, но, когда кто-нибудь попросит, я сразу привожу ее в действие. Это как стереоизображение: если хотите, можете смотреть на бумагу обычным образом, а можете мягко сфокусироваться и взойти на другой уровень.

По материалам книги Друнвало Мельхиседек "Древняя тайна цветка жизни".

Насколько я знаю, существуют такие техники:

1. Сосредоточить свое внимание(внутренний взор) на 3м глазе. (между обычными глазами над переносицей). Когда ты ощутишь правильную точку, твое внимание как бы автоматически прикуется и будет удерживаться. Энергия из обычных глаз будет поступать в 3й.

2. (С закрытыми глазами). Представить, что твои глаза стали как камешки т.е. окаменели и полностью прекрати их движение. Чтоб это было легче сделать желательно представить вокруг себя крошечную непроглядную тьму. Энергия, которая раньше двигалась через обычные глаза будет направляться в 3й.

3. Пристально вглядываться в пламя свечи не мигая в течение 40 мин. Но вглядываться необходимо не только глазами. Необходимо, чтобы весь ум, все внимание было в этом взгляде. Если будут наворачиваться слезы, все равно не мигать. В принципе, вглядываться можно в любой предмет (фотографию гуру :) Главное - пристальный взгляд и не мигать!

4. В течение всего дня смотри на окружающий мир как будто ты его видишь в первый раз. Не превноси в это свой ум. Это позволит тебе быть более бдительным и часть энергии тоже будет возвращаться назад в 3й глаз. Тогда для тебе весь этот мир будет постоянно новым. И ты все время будешь иметь ощущение свежести.

5. Смотреть на свет голубой лампы в течении 10 мин. Смотреть расслабленным взором. Можно мигать. Потом в течении 10 мин. закрываешь глаза и наклоняешь голову медленно вправо, влево, вправо, влево и т.д. При этом энергия из обычных глаз будет перенаправляться в 3й. Повторить 3 раза. Все упражнение 60 мин. Желательно, чтобы это упражнение сопровождалось соответствующей музыкой. У ОШО есть такая медитация, называется Шива Нетра. И музыка к ней тоже есть.

6. Прикоснись к своим глазным яблокам (с закрытыми глазами) ладонями словно перышком. Ни в коем случае не надавливать. Прикасаешься еле-еле. Словно перышком. Почти совершенно не касаясь. "Словно перышком" Энергия будет возвращаться из глаз, через 3й и направляться в сердце. Желательно делать в теч. 40 мин. Но можно и меньше. Даже всего лишь несколько минут помогут. В течение первой недели возникнет чувство как будто из глаз что то по капле капает в сердце. В теч. следующих нескольких месяцев будет чувство что это уже не капли, а маленький ручеек. Потом ручеек превратится в поток. Пробовал несколько раз. Действительно, что то начало капать в сердце. Очень помогает если у тебя убитое настроение или хандра. Сразу появляется хорошее настроение. Или после долгого чтения или сидения за компом глаза моментально отдыхают.

7. Есть еще техники поднять свою секс энергию вдоль позвоночника и направить в 3й глаз. Еще какие то с вращением глаз по часовой стрелке и собирания энергии в 3м. Но я не в курсе.

Эта статья - ответ на большое количество вопросов о аурах, о том, каковы они, о их значении, и как видеть их. Здесь приведен новый метод обучения, который столь легок, что позволит любому научиться наблюдать ауры за очень короткое время. Мой новый метод обучения основан на открытии, которое я сделал несколько лет назад - все цвета имеют свою ауру, причем цвет ауры совершенно отличается от цвета предмета (например, синяя чашка будет иметь желтую ауру). Ауры цветов - плотные, и их гораздо легче увидеть, чем любые другие (например, ауру человека). Используя это, я разработал простой, эффективный метод обучения, который позволил многим людям увидеть ауру с первой попытки. Я умею видеть ауры (энергетические поля) уже продолжительное время. Я не был рожден с этой способностью и мне потребовалось несколько лет, чтобы научиться этому.

ЧТО ТАКОЕ АУРА?

Человеческая аура является и энергетическим полем и отражением тонких жизненных энергий тела. Эти энергии делают нас тем, чем мы являемся и, в свою очередь, зависят от нашей среды и нашего стиля жизни. Аура отражает наше здоровье, характер, умственную активность и эмоциональное состояние. Она также может указывать на болезнь - часто задолго до оявления первых симптомов. Ближайшая к коже - эфирная аура. Это бледная, узкая полоса, которая повторяет контуры тела, ширина ее не превышает половины дюйма. Она напоминает молочного цвета дым, стелющийся по телу.

Главная аура окружает человеческое тело слоями: вообразите человека с надетыми на него толстыми, цветными обручами света, равномерно располагающимися сверху вниз. Эти цветные обручи являются эманациями психических центров (чакр). Энергия Земли поднимается и поступает в чакры, аналогично воде, питающей растение. Это можно сравнить с деревом: Энергия/питательные вещества поглощаются через ноги/корни и поступают через тело/ствол к чакрам/листьям. Каждая чакра - трансформатор, который производит энергию различного типа и цвета. Сила, активность и цветовой тон каждой чакры зависит от характера человека, индивидуальности, эмоционального состояния и стиля жизни. Вместе они производят доминирующий оттенок ауры.

Аура фото - чувствительна и надолго расширяется до своего обычного размера на солнечном свете. Аура также поглощает энергию от других источников энергии вокруг нас, например растений и других людей, солнечного света и озона. Много авторов предполагают, что люди могут классифицироваться по цвету их ауры. Например, доминирующий синий цвет означает высокодуховного человека, верующего, и т.д. Оранжевый цвет означает эмоциональный тип человека и т.д. Я считаю, что это большое заблуждение. Аура не может быть оценена только по одному основному оттенку.

Аура чувствительна к цветам. Она реагирует на цвета одежды, стен и всего, что нас окружает. Это объясняет, почему люди имеют сильные предпочтения в цвете. Например: если Вы любите розовый или красный, это означает что Вы имеете активный сердечный центр (анхата-чакра), который выделяет эманации зеленого цвета. Красный и розовый выделяют различные типы зеленого, которые находятся в гармонии с такой аурой.

Цветовое воздействие широко используется в больницах и институтах для успокоения взволнованных и возбужденных людей и приведения их в нормальное состояние. Розовый - наибольшее подходящий для этого, это эмоциональный цвет любви и счастья. Наблюдайте ауру матери, когда она впервые видит глаза своего новорожденного ребенка, и вы увидите прекрасную, излучающую любовь ауру.

Существует целая наука, посвященная использованию цветов. Она названа цветовой терапией.

Невозможно получить ясное видение ауры через одежду. Аурические цвета одежды реагируют с аурой человека, вызывая интерференцию, которая блокирует и изменяет ауру. Например: синяя рубашка будет заливать естественную ауру желтым цветом. Даже нейтральная цветная одежда сделает ауру тусклой, наблюдать ее будет сложно. Болезнь: проявляется в ауре множеством различных путей, иногда дни или недели перед появлением любых физических признаков. Инфекция уха, например, будет обнаруживаться как тень над ухом. Эта тень будет постепенно приобретать оттенок хаки. Если инфекция будет развиваться, появятся красные и оранжевые участки, проявляющиеся физически как прострел. Хаки с красными и оранжевыми пятнами обычно появляется при любой инфекции.

Смерть: Когда человек умирает изменения ауры драматичны. Я наблюдал ауры людей с терминальным раком в течение нескольких недель до смерти. Сначала аура увядает и ослабляется, а потом, примерно за неделю перед смертью, она начинает расширяться, изменяясь в красивую бледную небесно-голубую ауру, с простреливающими серебрянными искрами.

ПОЧЕМУ МНОЖЕСТВО ЛЮДЕЙ НЕ В СОСТОЯНИИ ВИДЕТЬ АУРУ

Причина, по которой люди обычно не могут увидеть ауру - просто неверно выбранный путь для достижения видения. Человеческая аура - плохой объект для начинающих обучаться. Обычная ситуация: ваш друг сидит и ждет долгое время, в то время как вы напрягаетесь для обнаружения его ауры. Вы пробуете релаксировать и концентрироваться и применять разные фокусы визуальной техники, и все в то же самое время. Вы подсознательно волнуетесь относительно того, что окружающие думают о вас. Надоело ли им, или они ждут результата? Они думают, что вы глупый, неудачливый, или все в месте? Напряженность, вызванная этим давлением, разрушает тонкую энергию и спокойное

ментальное состояние, необходимые для видения ауры. Попытка получить результаты при таком давлении для начинающего будет бесплодной.

Письмо от молодого человека, иллюстрирующее общие проблемы, с которыми сталкиваются при попытке увидеть ауру:

Девид: "Я сидел в классе экономики, когда я начал видеть слабое белое свечение (не совсем верно, я не могу точно описать это), окружающее его голову. То же самое было видно у некоторых из студентов сидящих перед ним, исключая студента, похожего на пьяницу. Затем я увидел такое же свечение, исходящее от компьютерных мониторов, стоящих на столе. Поначалу я думал, что вижу ауры, но когда я увидел тот же эффект от мониторов, я засомневался в этом."

МОЙ ОТВЕТ: Каждый живой и неживой предмет имеет ауру, включая мониторы. Я предполагаю, что вы начали видеть ауры потому, что были тогда очень расслаблены, возможно немного сонные. Ваши глаза были утомлены, расслаблены, и все это - СОВЕРШЕННЫЕ условия для наблюдения ауры.

Девид: "Именно такой я и был. Обсуждение ушло от темы и мне было не интересно."

Девид: "В любом случае, я очень удивлюсь, если Вы сообщите мне, что я действительно видел их ауры. Я пробовал наблюдать свою собственную ауру в зеркале, но это не работало и я не был способен видеть их ауры еще неделю назад. Теперь, о некоторых из моих вопросов: Я удивлялся тому, что неживые объекты выделяют цвета (это белый?), и что свечение на головах людей ярче, чем на других участках тела"

МОЙ ОТВЕТ: Вы видели ауру! Цвета, выделяемые неживыми объектами изменяются с цветом объекта. Человеческая аура более яркая вокруг области головы по двум причинам: 1. Одежда блокирует ауру. 2. Область головы обычно лишена одежды и здесь желтый цвет интеллекта наиболее активен. Этот цвет изменяет интенсивность в зависимости от умственной активности; возможно студент, которого Вы наблюдали, был действительно под мухой в тот день.

КАК ВИДЕТЬ АУРЫ

Чтобы видеть ауры Вы должны быть способны расслабиться и в то же самое время сконцентрироваться. Имеется особая техника фокусировки глаз, которая активизирует аджна-чакру (или третий глаз).

1. Для начала вам необходимо мягкое освещение, не тусклый, а хороший мягкий свет. Резкий свет или его отражение не должны попадать в ваши глаза! Возьмите книгу и оберните ее синей или красной бумагой. Поставьте книгу вертикально на столе, в нескольких футах от Вас. Убедитесь, что вы имеете нейтральный фон (стена мягкого серого или светло-коричневого цвета, черная доска и т.п.) При необходимости, можно завесить стену тканью или бумагой нейтрального цвета. Обратите внимание: Ауры синего и красного цветов самые яркие и их увидеть легче всего. Синий имеет желтую ауру, а красный - зеленую. Яркость и тон ауры зависит от оттенка используемого цвета.

2. Закройте ваши глаза, сделайте несколько глубоких вдохов и расслабьтесь. Когда Вы успокоетесь и расслабитесь, рассматривайте книгу. Не фокусируйте взгляд ни на чем, смотрите немного в сторону и на фут-два позади книги. Сохраняйте эту фокусировку, но не напрягайте ваши глаза или аджна-чакру. Концентрируйтесь! Вы нуждаетесь в мягкой, устойчивой расфокусировке, подобно дневному сновидению. Нужно, чтобы ваши глаза были расслаблены и сонны, в то время как Вы сохраняете расфокусированный взгляд. Через некоторое время вы увидите бледную молочную ауру, исходящую от объекта. Устойчиво сохраняйте взгляд, и яркая желтая или зеленая аура начнет вырастать от объекта. Не изменяйте фокусировку и не смотрите непосредственно на объект, иначе аура исчезнет. Если у вас возникли проблемы при повторном видении ауры, отдохните и попробуйте снова. Это - общая проблема и возникает она потому, что ваши глаза утомлены. Один раз проделав это, и увидев вашу первую ауру, вы сделали первый шаг в еще больший мир. Существует причина для странной расфокусировки взгляда. Она связана с палочками и колбочками в человеческом глазе. Внешняя, периферийная область

зрения гораздо более чувствительна к движению и к тонким энергиям полей, чем центральная область. Бывало ли когда-нибудь с вами так, что вы замечали некое движение боковым зрением, обращали взгляд в это место и ничего там не видели? Вероятно при этом вы увидели участок ауры от некоторого цветного объекта и ваши глаза обнаружили движение.

3. После того, как вы успешно завершили первое упражнение, возьмите несколько книг и оберните их цветной бумагой, каждую - одним из основных цветов. Наблюдайте ауру каждого объекта и запишите для каждого цвет его ауры. Затем попробуйте использовать два объекта одновременно и увидеть, как цвета взаимодействуют друг с другом. Запишите результаты.

4. Возьмите комнатное растение и/или свежий букет цветов и изучите их ауры. Аурические цвета, которые вы видите, будут эманировать от лепестков цветов. Оранжевый оттенок исходит от зеленых листьев и стебля. Вы будете также видеть более отчетливую эфирную ауру и особое мерцающее свечение, жизненную силу растений.

5. Для следующего шага используют животное, собаку или кота и т.д. Их следует наблюдать, когда они отдыхают.

6. Наблюдайте вашу собственную ауру. Это можно сделать на полном солнце, наблюдайте ее с внутренней и с внешней стороны. Протяните вашу руку и наблюдайте ее против неба. Можно также лечь и увидеть ауру ваших ног. Обратите внимание, кожа не должна быть покрыта одеждой и помните, что трава, на которой вы лежите, будет придавать оранжевый оттенок вашей ауры. Записывайте отчет о всех ваших экспериментах! Когда вы почувствуете, что достаточно набрались опыта, вы можете пробовать это с человеком. Только помните о необходимости сохранять спокойствие и не переутомляться. Производите наблюдение человеческой ауры точно так же, как и в предыдущих упражнениях и не забывайте о том, что кожа должна быть вободной от одежды. Вы можете, например, попросить человека закатать рукава и наблюдать его руки, вытянутые напротив нейтрального фона.

7. Первая вещь, которую вы увидите на человеке - эфирная аура, подобно бледному дыму облегающая кожу. Затем Вы будете видеть мерцающее свечение, расширяющееся в воздухе, возможно на несколько дюймов, в зависимости от силы ауры человека. Сохраняйте фокусировку глаз и цветное свечение вырастет от эфирной дымки - это аура. С практикой вы сможете видеть ее еще более отчетливо и полно. Ширина цветной части человеческой ауры может изменяться от нескольких дюймов до пары футов.

8. Яркость человеческой ауры сильно зависит от того, что человек чувствует. Если он чувствует себя счастливым и полным жизнью, его аура более сильна, и ее легче наблюдать. Дайте человеку плеер с наушниками и поставьте его любимую музыку - это поможет наполнить энергией его ауру. Попробуйте это снова, на сей раз поставив ему что-нибудь, чего он не может выносить, и наблюдайте изменения в его ауре.

9. Попробуйте это на открытом воздухе. Удостоверьтесь, что солнце находится позади вас. Используйте небо, холм или здание как фон и наблюдайте расширенную ауру вашего друга. Иногда вы будете видеть ауры легко, а иногда вам действительно придется концентрироваться. Может быть, иногда вы будете совсем не в состоянии видеть ауру. Эти спорадические неудачи будут исчезать, по мере того, как аджна-чакра стабилизируется.

Питер: "Спасибо за ответ. Я попробовал ваши упражнения, и у меня есть некоторые результаты и некоторые вопросы. Сначала результаты: я поставил ярко-синюю кофейную чашку против света, а коричневая стена была фоном. Как вы рекомендовали, я сел и сфокусировал взгляд приблизительно на два фута позади чашки и немного в стороне. Вскоре яркий туман начал формироваться вокруг чашки.

Он начал приобретать желтую окраску. Поскольку я смотрел вдаль, я закрыл глаза и мог видеть всю картину той стороны комнаты в цвете. Я не находил это необычным, потому что я всегда был способен сосредоточиться на каком-либо месте и сформировать

негативное цветное изображение этого места. Кажется, что синяя чашка и желтая аура дополняют друг друга. Тогда я взял ярко-красную чашку и увидел светло-синюю ауру, которая кажется негативным изображением того цвета. Является ли это физическим феноменом глаз, и - правильно ли я продвигаюсь? Я слышал о людях, которые могут видеть ауры все время. Это возможно? Спасибо, Питер "

МОЙ ОТВЕТ: Это - физическое явление глаз, некоторые люди называют это ясновидением! Вы - определенно на правильном пути. Да, некоторые люди могут видеть ауры все время. Я тоже могу, если захочу, но это не очень хорошо, я редко делаю так и это может быть очень утомляюще. Кроме того, постоянно знать, как люди себя чувствуют, расположены ли они к вам и т.п., не совсем удобно. Кроме того, очень трудно функционировать в этом мире, если вы все время сосредоточены на людских аурах. Вы слишком часто будете набивать шишки и падать в ямы! Я научил много людей видеть ауры, используя этот метод. Быстрые результаты приносят уверенность и повышенный интерес. Это гарантирует достаточное количество труда и усилий, чтобы получить желаемый результат... наблюдение человеческой ауры. Если Вы преуспеваете в любом из этих упражнений, вы можете, по определению, называть себя ясновидящим - что просто означает "ясно видеть".