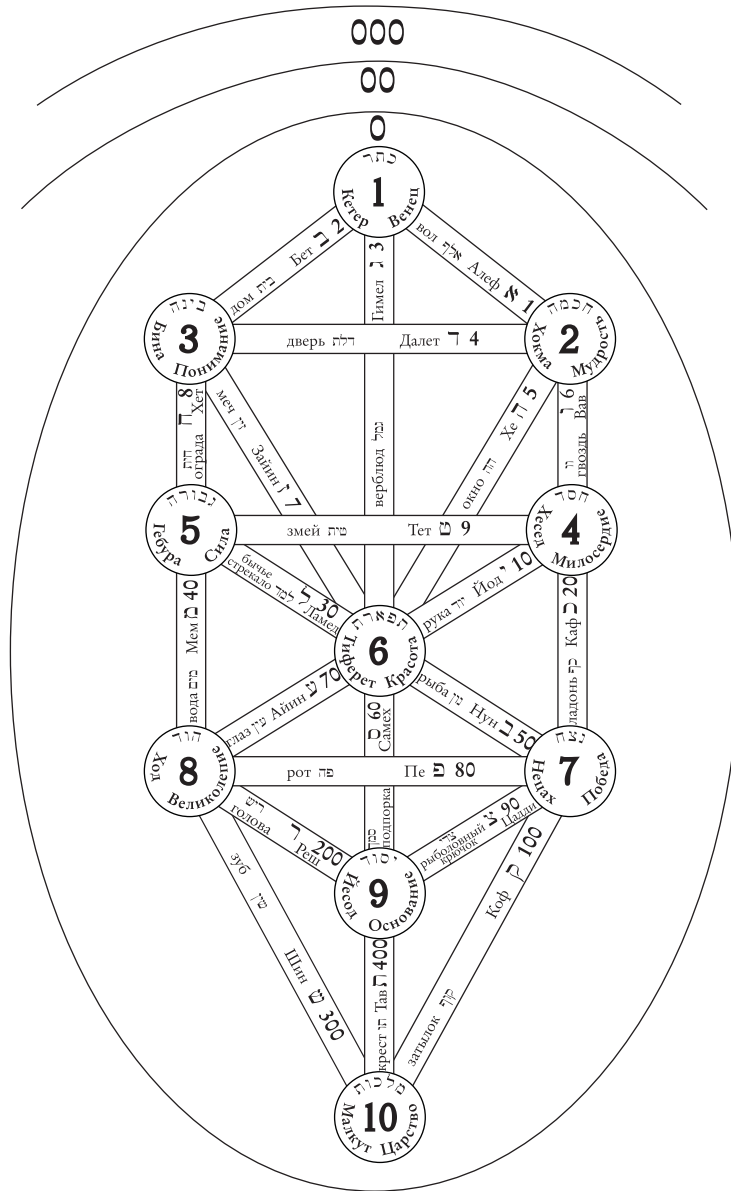


Каббала: медитации для изучения Древа Жизни

Билл Хайдрик



Введение

Большинство мистиков, ритуалистов и оккультистов много рассуждают о каббале, но на удивление немногие используют ее на практике.

Вплоть до середины XIX века все сочинения на эту тему пестрели цитатами из пяти—шести текстов эпохи Возрождения, написанных отнюдь не каббалистами, или же

просто разрозненными фрагментами этой древней умозрительной системы мистицизма. В «Маге» Баррета (особенно в современных изданиях) ошибок в написании еврейских слов — не меньше, чем самих упоминаний о каббале. Фабр д'Оливе подошел к делу серьезно и как истинный новатор, но его книги слишком сложны для начинающих. Элифас Леви сочетал инновации с обращением к старинным источникам, однако стиль изложения у него, мягко говоря, прихрамывает. Мазерс создал краткое руководство по теме, предпослав его в качестве введения своей «Разоблаченной каббале», но в действительности это была не авторская работа, а грубый плагиат эссе Гинзбурга — и, опять-таки, пересказ старых источников безо всяких объяснений и новых разработок. Тем не менее, труд Мазерса стал плодородной почвой, на которой выросло не одно поколение новых исследователей. Дион Форчун переработала изложенный у Мазерса материал, дополнив его некоторыми довольно сомнительными рассуждениями, однако ее книга, «Мистическая каббала», положила начало всем современным вариантам гуманистического подхода к Древу Жизни, включая и тот, который мы используем в настоящей работе. Грей, Кейс и многие другие авторы написали замечательные обзорные работы, позволяющие создать начальное представление об этом живом образе Древа. Семенем, из которого выросла вся современная светская каббала, стали документы Золотой Зари, за которые все оккультисты остаются в неоплатном долгу перед Ф.И. Регарди. Дальнейшему развитию и популяризации каббалистического учения способствовал Алистер Кроули в своем журнале «Эквинокс», в книгах «Копх Ом Рах», «777» и многих других работах.

Тем не менее, перед начинающим учеником по-прежнему стоит серьезная проблема. До сих пор так и не появилось ни одной книги, в которой каббалистические знания излагались бы системно и последовательно.

Ни одну из книг по каббале, существующих на сей день, нельзя использовать как самоучитель. Такие авторы, как Халеви и Зайин, лишь сбивают учеников с толку своими невежественными, хотя и правдоподобными рассуждениями и замысловатыми коктейлями идей. За всю историю каббалы на учеников были ориентированы разве что работы Исаака Лурии, но они писались на иврите и в XVII веке, когда современный подход к рассмотрению Древа еще не сложился.

Настоящая работа представляет собой учебник по каббалистическим медитациям, не имеющий аналогов в литературе по каббале. Впрочем, эту работу начал еще Грей в своем «Предназначении Древа Жизни», а Кейс предвосхитил ее во многих своих книгах и лекциях. Хочется надеяться, что изложенные здесь материалы помогут ученикам быстро и эффективно встроить систему Древа Жизни в свою магическую практику.

Медитации, описанные в этой книге, подразделяются на два рода: первая из них предназначена для постоянного повторения, а остальные носят образовательный характер. Опробуйте эти методы на практике и ждите результатов. Не забывайте вести дневник. Исследуйте по другим источникам значения терминов, которые вы здесь встретите. Твердую почву под ногами в этом предмете вы почувствуете примерно через год — но и на некоторые скорые результаты тоже можно рассчитывать.

Приведенные здесь схемы — это одновременно и наглядные пособия, и головоломки. Они специально подобраны таким образом, чтобы ученик без особого труда смог запомнить *необходимые* еврейские термины и основные соответствия. Скопируйте эти схемы или распечатайте их на принтере и вклейте в свой рабочий дневник. По мере того, как вы будете узнавать о Древе Жизни что-то новое, дополняйте схемы новыми надписями. Пустые схемы тоже распечатайте и используйте для проверки изученного материала, а затем сравните с заполненными схемами.

Не забывайте, что еврейские слова читаются справа налево. Учитесь распознавать буквы и важнейшие термины на иврите. Каббала — сакральное учение, и буквы ее священны.

Медитация на Древо Жизни

Встаньте прямо, обратившись лицом на восток, или представьте себе, что вы стоите в таком положении. Руки опустите вдоль туловища и расслабьте. Успокойтесь. При желании можно выполнять это упражнение не стоя, а в позе лотоса (падмасане).

1. Произнесите: «Малкут» (10-я сефира Древа), — и визуализируйте сферу, окрашенную в цвета Земли, находящуюся непосредственно под вами и принимающую на себя вес вашего тела. Это сфера всех материальных явлений.

2. Произнесите: «Тав» (32-й путь Древа), — и визуализируйте луч темно-синего света, поднимающийся от земной сферы до уровня гениталий. Этот вертикальный луч проводит снизу вверх чувственное восприятие материальных явлений.

3. Произнесите: «Йесод» (9-я сефира), — и визуализируйте сферу фиолетового света, охватывающую ваши гениталии. Это сфера всех сновидений и фантазий, порождаемых опытом, который вы приобретаете в материальном мире.

4. Произнесите: «Шин» (31-й путь), — и визуализируйте луч красного света, поднимающийся под углом от земной сферы до верхней точки правого бедра. По этому пути передаются вверх все впечатления, который физический мир оказывает на разум.

5. Произнесите: «Реш» (30-й путь), — и визуализируйте луч оранжевого света, направленный под широким углом вверх от фиолетовой сферы и соединяющийся с красным лучом на уровне верхней точки правого бедра. По этому пути передаются вверх все впечатления, которые оказывают на разум наши сны и фантазии.

6. Произнесите: «Ход» (8-я сефира), — и визуализируйте сферу оранжевого света, охватывающую правый бедренный сустав. Это нижний центр разума, в котором формируются рациональные представления о физическом плане.

7. Произнесите: «Коф» (29-й путь), — и визуализируйте красно-фиолетовый луч, поднимающийся под углом от земной сферы до верхней точки левого бедра. По этому пути передаются вверх все впечатления, которые физический мир оказывает на эмоции.

8. Произнесите: «Цадди» (28-й путь), — и визуализируйте фиолетовый луч, направленный под широким углом вверх от фиолетовой сферы и соединяющийся с красно-фиолетовым лучом на уровне верхней точки левого бедра. По этому пути передаются вверх все впечатления, которые оказывают на эмоции наши сны и фантазии.

9. Произнесите: «Пе» (27-й путь), — и визуализируйте красный луч, направленный горизонтально и соединяющий оранжевую сферу (окружающую правый бедренный сустав) с верхней точкой левого бедра, в которой сходятся два предыдущих луча. Посредством этого пути рациональное понимание физического мира взаимодействует с эмоциональной мудростью в делах физического мира.

10. Произнесите: «Нецах» (7-я сефира), — и визуализируйте сферу зеленого света, охватывающую левый бедренный сустав. Это сфера, в которой явления физического мира совершенствуются в нашем сознании посредством эмоций.

11. Сделайте паузу и осмыслите все визуализированные элементы. Подумайте об их значении.

12. Произнесите: «Айин» (26-й путь), — и визуализируйте сине-фиолетовый луч, поднимающийся под углом от оранжевой сферы (правое бедро) до уровня сердца. По этому пути рациональное осознание физического мира возводится на более высокий уровень.

13. Произнесите: «Самех» (25-й путь), — и визуализируйте синий столп света, поднимающийся от фиолетовой сферы (гениталии) до уровня сердца. Это путь, по которому возводятся на более высокий уровень наши сны, мечты и фантазии.

14. Произнесите: «Нун» (24-й путь), — и визуализируйте сине-зеленый луч, поднимающийся под углом от зеленой сферы (левое бедро) до уровня сердца. Это путь, по

которому возводятся на более высокий уровень эмоциональное осознание физического мира.

15. Произнесите: «Тиферет» (6-я сефира), — и визуализируйте сферу желтого или золотого света на уровне сердца, но не слева, а на центральной оси тела. Понимание жизни в физическом мире и понимание жизни в более высоких духовных мирах доступны здесь в равной мере.

16. Произнесите: «Мем» (23-й путь), — и визуализируйте вертикальный синий луч, поднимающийся от оранжевой сферы (правое бедро) до правого плеча. По этому пути низшее рассудочное сознание физического мира возводится на уровень морального рассудочного сознания.

17. Произнесите: «Ламед» (22-й путь) и визуализируйте луч зеленого света, поднимающийся под углом от желтой сферы (сердце) до правого плеча. По этому пути осознание жизни «как-она-есть» возводится на уровень понимания жизни «как-она-должна-быть».

18. Произнесите: «Гебура» (5-й сефира), — и визуализируйте сферу красного света, охватывающую правое плечо. Это сфера рационального осознания того, что является праведным и справедливым.

19. Произнесите: «Каф» (21-й путь), — и визуализируйте вертикальный фиолетовый луч, поднимающийся от зеленой сферы (левое бедро) до левого плеча. По этому пути эмоциональное постижение физического мира возводится на уровень эмоционального постижения всех явлений — как физических, так и нефизических.

20. Произнесите: «Йод» (20-й путь), — и визуализируйте желто-зеленый луч, поднимающийся под углом от желтой сферы (сердце) до левого плеча. По этому пути жизненный опыт возводится на уровень эмоционального совершенства.

21. Произнесите: «Тет» (19-й путь), — и визуализируйте горизонтальный желтый луч, соединяющий красную сферу вокруг правого плеча с левым плечом. Посредством этого пути рациональное понимание праведности всего сущего взаимодействуют с эмоциональным пониманием совершенства всего сущего.

22. Произнесите: «Хесед» (4-я сефира), — и визуализируйте сферу синего света, охватывающую левое плечо. Это сфера эмоционального совершенства и страстного стремления к единению с абсолютным.

23. Сделайте паузу и осмыслите все визуализированные элементы.

24. Произнесите: «Хет» (18-й путь), — и визуализируйте вертикальный желто-оранжевый луч, поднимающийся от красной сферы (правое плечо) до уровня правого полушария мозга. По этому пути разум возвращается к своему прообразу.

25. Произнесите: «Зайин» (17-й путь), — и визуализируйте оранжевый луч, поднимающийся под углом от желтой сферы (сердце) до уровня правого полушария мозга. По этому пути весь жизненный опыт возвращается в сферу совершенного разума.

26. Произнесите: «Бина» (3-я сефира), — и визуализируйте сферу, сияющую черным светом и охватывающую правое полушарие вашего мозга. Это сфера совершенного понимания — понимания не отдельных явлений, но всего сущего.

27. Произнесите: «Вав» (16-й путь), — и визуализируйте вертикальный красно-оранжевый луч, поднимающийся от синей сферы (левое плечо) до уровня левого полушария мозга. По этому пути все эмоции возвращаются к своему прообразу.

28. Произнесите: «Хе» (15-й путь), — и визуализируйте красный луч, поднимающийся под углом от желтой сферы (сердце) до уровня левого полушария мозга. По этому пути весь жизненный опыт поднимается в сферу эмоционального совершенства, превосходящего все физические проявления.

29. Произнесите: «Далет» (14-й путь), — и визуализируйте горизонтальный зеленый луч, соединяющий черную сферу (правое полушарие мозга) с симметричной сферой в области левого полушария. На этом пути совершенство понимания соединяется с эмоциональным совершенством.

30. Произнесите: «Хокма» (2-й путь), — и визуализируйте сферу, сияющую серым светом и охватывающую левое полушарие вашего мозга. Это сфера энергии и совершенной эмоциональной мудрости.

31. Произнесите: «Гимел» (13-й путь), — и визуализируйте вертикальный синий луч, поднимающийся от желтой сферы (сердце) до точки непосредственно над теменем. На этом пути весь жизненный опыт обретает целостность.

32. Произнесите: «Бет» (12-й путь), — и визуализируйте желтый луч, поднимающийся под углом от черной сферы (правое полушарие мозга) до точки непосредственно над теменем. На этом пути обретает целостность чистый разум.

33. Произнесите: «Алеф» (12-й путь), — и визуализируйте желтый луч, поднимающийся под углом от серой сферы (правое полушарие мозга) до точки непосредственно над теменем. На этом пути обретают целостность чистые эмоции.

34. Произнесите: «Кетер» (1-й путь), — и визуализируйте чистейший белый светоч, сияющий у вас над головой. Это сфера Единства — совершенной целостности.

35. Произнесите: «Айн Соф Аур» (000), — и визуализируйте безграничное пространство полумрака. Это беспредельный свет, разлитый среди мнимой тьмы. Это место вне Единого и Многого.

36. Произнесите: «Айн Соф» (00), — и визуализируйте более глубокий мрак. Это место беспредельности, место вне всякого света.

37. Произнесите: «Айн» (0), — и визуализируйте непроницаемую, бесконечную и безмолвную тьму. Это место небытия за пределами всего сущего.

38. Молча визуализируйте ничто. Здесь вообще нет такого понятия, как место.

39. Когда с вашей субъективной точки зрения пройдет вечность, произнесите: «Эхей» (что значит «я есмь»), — и визуализируйте у себя над головой белую сферу Кетер. Это возвращение к бытию из небытия.

40. Произнесите: «Ях» (что значит «он/она есть»), — и визуализируйте серую сферы Хокмы в области левого полушария мозга. Это переход от единства к двойственности и изливание силы.

41. Произнесите: «Яхве Элохим» (что значит «он/она существует как божества мужского и женского пола»), — и визуализируйте черную сферу Бины в области правого полушария мозга. Это приумножение бытия ради достижения того единства, которое обретается во множестве предметов, сущих в едином Творении. Это собирание силы, которая будет творить чудеса.

42. Произнесите: «Эль» (что значит «Он велик»), — и визуализируйте синюю сферу Хесед в области левого плеча. Это переход всех форм в сотворенную вселенную и жизненная сила, излившаяся в тварный мир.

43. Произнесите: «Элохим Гибор» (что значит «божества мужского и женского пола сильны»), — и визуализируйте красную сферу Гебуры в области правого плеча. Это ограничение форм ради сотворения такого мира, который будет обладать какими-либо определенными свойствами. Это сила, управляющая окончательным проявлением.

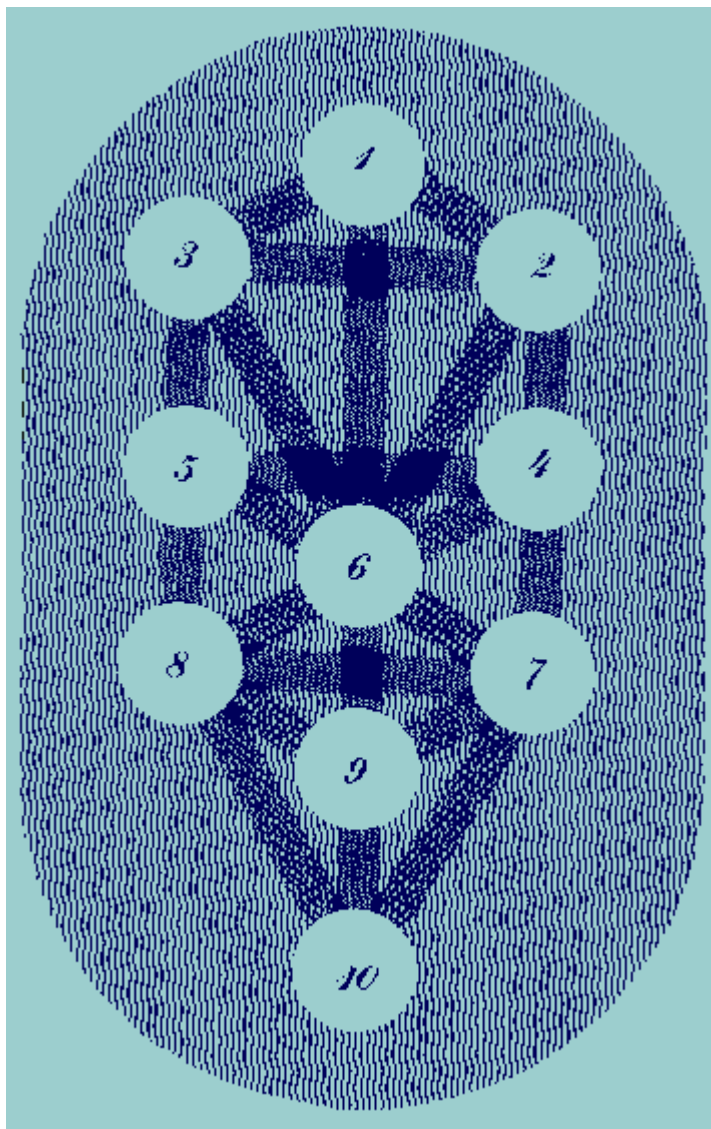
44. Произнесите: «Йехова Элоа ве-Даат» (что значит «он/она есть божество и знание»), — и визуализируйте желтую сферу Тиферет в области сердца. Это составление совершенного образа грядущего бытия из частиц творческой силы. Это собирание жизни.

45. Произнесите: «Йехова Цебаот» (что значит «он/она есть Великолепие»), — и визуализируйте зеленую сферу Нецах в области левого бедренного сустава. Это приумножение развитых форм ради последующего включения их в физическое Творение.

46. Произнесите: «Элохим Цебаот» (что значит «божества мужского и женского пола суть Великолепие»), — и визуализируйте оранжевую сферу Ход в области правого бедренного сустава. Это ограничение развитых форм ради сотворения такого физического мира, который будет обладать какими-либо определенными свойствами. Это место магического отбора тех проявлений, которым найдется место в земном мире.

47. Произнесите: «Шаддаи Эль Хаи» (что значит «всемогущий Бог живет вечно»), — и визуализируйте фиолетовую сферу Йесод в области половых органов. Это изливание последнего потока творческой силы в сотворенный физический мир. Это место осуществления магических актов.

48. Произнесите: «Адонай Мелех ха-Арец» (что значит: «Господь — царь Земли»), — и визуализируйте у себя под ногами сферу Малкут, окрашенную в цвета Земли. Это сотворенный физический мир.



Сефирот Древа Жизни

10, 20, 30 или 40 медитаций на соответствующее количество дней

Общие указания

Если вы хотите провести все 40 медитаций, начните с части IV. Выполните эти десять заданий в последовательности от 10 до 1. Затем выполните задания части III — по

одному в день. Затем переходите к части II. Уделите каждому вопросу достаточно времени и запишите свои ответы. В общей сложности это должно занять не меньше десяти дней. Затем осмыслите десять утверждений, перечисленных в части I, и сравните их с тем, что вы переживали при выполнении соответствующих заданий в частях II, III и IV. На это тоже отведите десять дней.

Если вы не хотите выполнять все 40 заданий, выберите какую-то одну из частей и проделайте описанные в ней 10 медитаций в указанном порядке.

Вариант: выполните пункты IV-10, III-10, II-10 и I-10. Затем — IV-9, III-9, II-9 и I-9. Продолжайте в том же духе, пока не проведете все 40 медитаций (или столько, сколько сможете).

I. Медитации для мира Ацилут

Испытайте десять уровней сознания, продвигаясь от земли вверх, к чистому духу:

10. Физические ощущения.
9. Сновидения, мечты, фантазии.
8. Рассуждения о материальных вещах.
7. Эмоциональные реакции на материальные вещи.
6. Жизненные перспективы.
5. Рассуждения о правильном и неправильном.
4. Чувство духовного благополучия.
3. Совершенно абстрактные рассуждения.
2. Беспричинное возбуждение.
1. Чувство покоя и осознание единства всего сущего.

II. Медитации для мира Брия

Ответьте на следующие вопросы:

10. Что мне дают мои физические ощущения?
9. Что мне дают мои сновидения, мечты и фантазии?
8. Чему я учусь на своих ощущениях и фантазиях?
7. Какие удовольствия и какие неудобства доставляют мне мои физические ощущения?
6. Что можно сказать о моем образе жизни на основании ответов на вопросы 10—7?
5. В чем моя жизнь не соответствует моим представлениям о правильном и неправильном?
4. Как я меняю свои представления о правильном и неправильном, чтобы жить хорошо и счастливо?
3. Что я понимаю?
2. Во что я верю, не понимая?
1. Как я отношусь ко всему сущему?

III. Медитации для мира Йецира

Сосредоточьтесь на следующих цветах и местах:

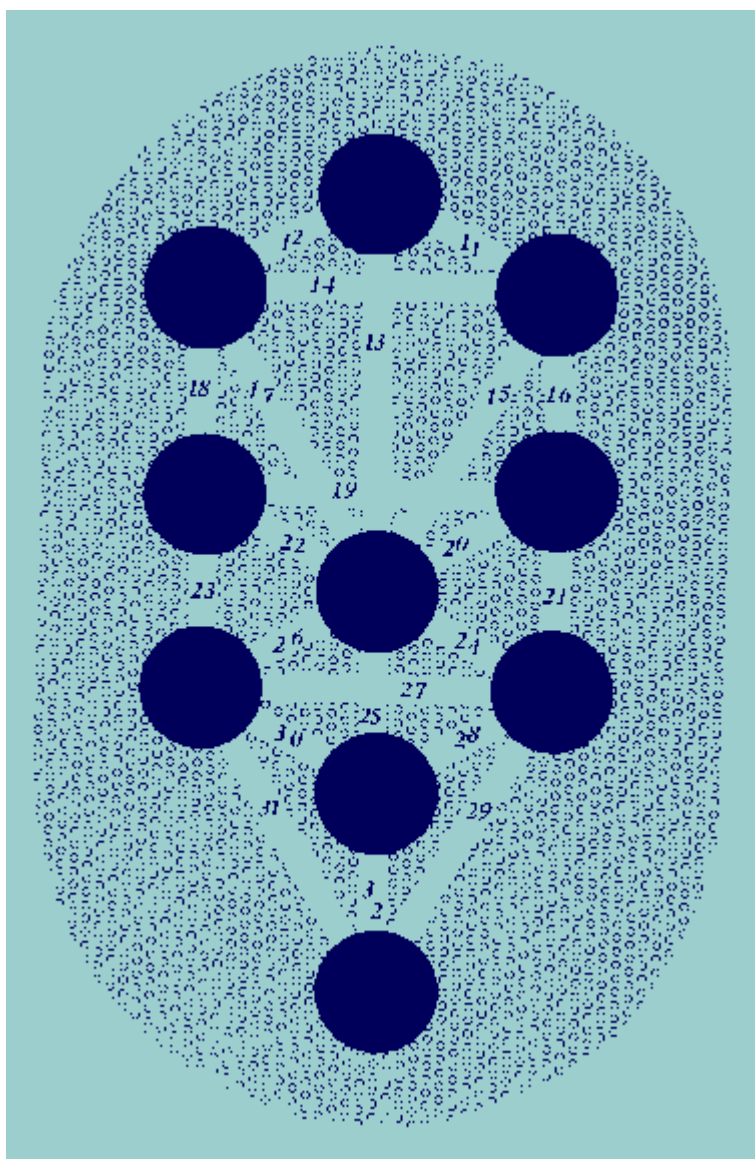
10. Цвета земли и место, где вы живете.
9. Фиолетовый цвет и место, где вы отдыхаете и играете.
8. Оранжевый цвет и место, где вы работаете.

7. Зеленый цвет и место, где вы жили в детстве.
6. Желтый цвет и место, где вы чувствовали себя очень успешным.
5. Красный цвет и место, где вы испытывали потребность показать с себя самой лучшей стороны.
4. Синий цвет, и место, где вы чувствуете себя любимым.
3. Черный цвет и место, где вы усердно учились.
2. Серый цвет и место, где вы чувствовали себя уверенным и компетентным человеком.
1. Белый цвет и место, где вы чувствуете, что с миром и с вами все в полном порядке.

IV. Медитации для мира Асия

Выполните следующие задания:

10. Совершите долгую прогулку.
9. Сходите в кино.
8. Смастерите какую-нибудь полезную вещь.
7. Позаботьтесь о растении или животном.
6. Объясните кому-нибудь, почему вы занимаетесь этими медитациями.
5. Прочитайте книгу, которая вам не нравится.
4. Напишите книгу (или рассказ) лучше прочитанной.
3. Выучите что-нибудь новое и сложное.
2. Делайте физические упражнения почти до полного изнеможения.
1. Просидите в темной комнате в течение часа или дольше, не заснув.



22 буквы древнееврейского алфавита

22, 44, 66 и 88 медитаций на соответствующее количество дней

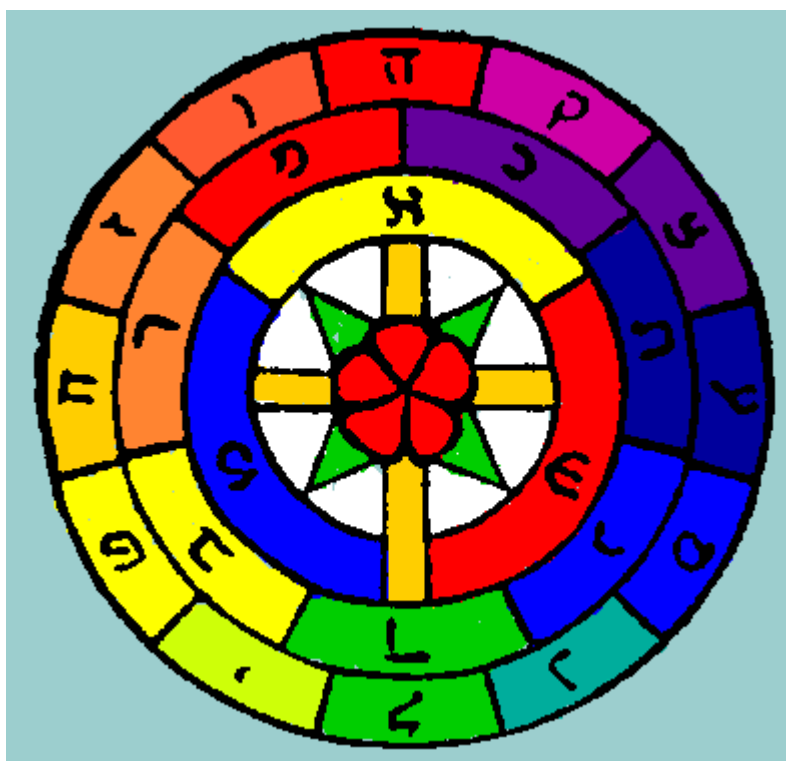
Общие указания

Если вы хотите провести все 88 медитаций, начните с части IV. Выполните эти задания в последовательности от 32 до 111. Затем выполните задания части III, затем — части II. В части I можете осмыслить результаты соответствующих медитаций из частей II, III и IV — или же попытайтесь медитировать на абстрактные идеи и формы еврейских букв. Для каждой медитации следует отводить отдельный день. Таким образом, минимальный срок, за который можно выполнить всю программу, — 88 дней.

Если вы не хотите выполнять все 88 заданий, выберите какую-то одну из частей и проделайте описанные в ней 22 медитаций в указанном порядке.

Вариант: пункты IV-32, III-32, II-32 и I-32. Затем — IV-31, III-31, II-31 и I-31. Продолжайте в том же духе, пока не проведете все 88 медитаций (или столько, сколько сможете).

Совет: чтобы легче было медитировать на цвета, выполняя задания части III, можете нарисовать соответствующими красками какие-либо фигуры на бумаге. Для этого сгодится обычный набор акварельных красок. Цвета букв Хе, Вав, Зайин, Хет, Тет, Йод, Ламед, Нун, Самех, Айин и Цадди составляют радугу: от чистого красного цвета Хе до сине-фиолетового цвета Цадди. Цвет Пе, багряный, получается из смеси цветов Хе и Цадди в равных количествах, но в него следует добавить немного белого или просто разбавить водой, чтобы он не получился темнее двух исходных цветов. Если вы хотите узнать, как в точности выглядели цвета, которыми пользовались в Герметическом ордене Золотой Зари, можете купить акварельные краски в тюбиках производства британской фирмы «Виндзор энд Ньютон». Члены ордена Золотой Зари в конце XIX века использовали набор красок, выпускавшийся этой фирмой под названием «Оформительская гуашь». Приобрести их можно в большинстве специализированных магазинов в США и во многих других странах, но имейте в виду, что эти краски недешевы.



I. Медитации для мира Ацилут

Буквы древнееврейского алфавита в обычном порядке.

Название	Начертание	Числовое соответствие
Алеф	א	1
Бет	ב	2
Гимел	ג	3
Далет	ד	4
Хе	ה	5

Вав	Г	6
Зайин	Г	7
Хет	Г	8
Тет	В	9
Йод	Г	10
Коф	Г	20
Ламед	Г	30
Мем	Г	40
Нун	Г	50
Самех	Г	60
Айин	В	70
Пе	В	80
Цадди	М	90
Коф	Г	100
Реш	Г	200
Шин	Г	300
Тав	Г	400

Если вы пока не знаете точного звучания этих букв, ничего страшного. Медитируйте в основном на графические формы букв. И попробуйте научиться писать их — это не так уж трудно, если пользоваться чернильной ручкой с наклонным пером.

II. Медитации для мира Брия

Объясните, что для вас значат следующие 22 выражения (пронумерованные в порядке от 32 до 11):

32 (Тав)	Вся совокупность материального мира
31 (Шин)	Чистая, ничем не ограниченная сила
30 (Реш)	Разум, способный придавать предметам смыслы и значения
29 (Коф)	Смысл, развивающийся посредством формы
28 (Цадди)	Медитация — это извлечение мудрости из предметов, переживаний или состояний сознания
27 (Пе)	Цветок опыта — осознание
26 (Айин)	Взор, видящий ограничения, сам по себе ограничен
25 (Самех)	Совершенствуйся путем проб и ошибок
24 (Нун)	Преображайся, сменяя одну форму на другую
23 (Мем)	Субстанция, не имеющая формы
22 (Ламед)	Совершенное равновесие достигается в промежутке между качествами
21 (Каф)	Формы развиваются циклами, стремясь к совершенству
20 (Йод)	Огненная сила творения
19 (Тет)	Сила, идущая от природы
18 (Хет)	Будь сдержан, но позволяй себе самовыражение
17 (Зайин)	Все, что можно разделить, разделяй
16 (Вав)	Постигни основополагающее единство всего сущего
15 (Хе)	Преобразование форм — залог порядка
14 (Далет)	Сменяющиеся образы
13 (Гимел)	Материальное существование вне форм
12 (Бет)	Образ действия

11 (Алеф)	Абсолютное, необусловленное бытие
-----------	-----------------------------------

III. Медитации для мира Йецира

Визуализируйте следующие цвета и образы:

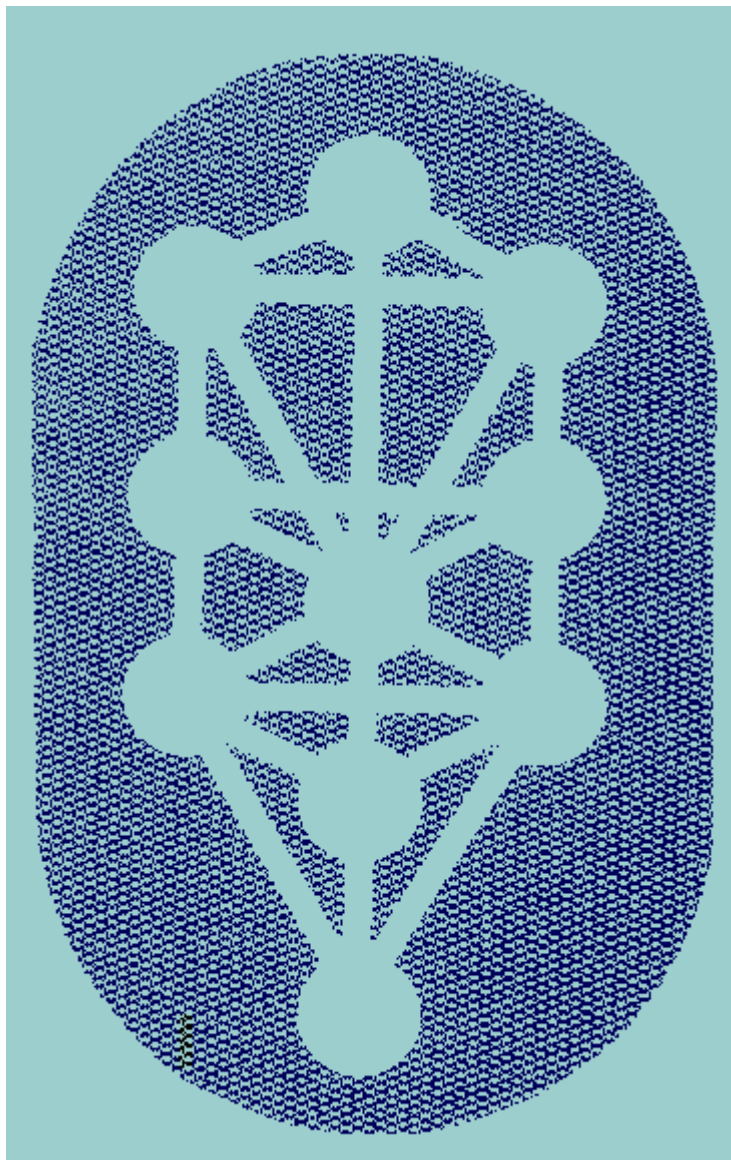
32 (Тав)	Сине-фиолетовый	Первый вдох ребенка
31 (Шин)	Красный	Жаркое лето и холодная зима
30 (Реш)	Оранжевый	Ветра осени и ветра весны
29 (Коф)	Красно-фиолетовый	Собрание духов под луной
28 (Цадди)	Фиолетовый	Стеклянные колокольчики на ветру
27 (Пе)	Красный	Звуки битвы и молитвы
26 (Айин)	Сине-фиолетовый	Внезапный холод и внезапное тепло в безветренном воздухе
25 (Самех)	Синий	Рябь на воде пруда
24 (Нун)	Сине-зеленый	Гроза с солнечными лучами, пробивающимися сквозь тучи
23 (Мем)	Синий	Туман, ползущий по склону горы
22 (Ламед)	Зеленый	Облака, собирающиеся над озером
21 (Каф)	Фиолетовый	Небо, меняющее цвета со сменой четырех времен года
20 (Йод)	Желто-зеленый	Гром
19 (Тет)	Желтый	Пар, бьющий из-под земли
18 (Хет)	Желто-оранжевый	Ветер, дующий в пещере
17 (Зайин)	Оранжевый	Ветер, воющий между домами и большими валунами
16 (Вав)	Красно-оранжевый	Камень, источенный ветром
15 (Хе)	Красный	Пыльная буря
14 (Далет)	Зеленый	Легкий ветерок, напоенный ароматом цветов
13 (Гимел)	Синий	Центр циклона
12 (Бет)	Желтый	Самум или смерч
11 (Алеф)	Желтый	Легкий порывистый ветер, постоянно меняющий направление

IV. Медитации для мира Асия

Выполните следующие задания:

32 (Тав)	Составьте список людей, которые слушаются вас, и список людей, которых слушаетесь вы
31 (Шин)	Примите решение по какому-нибудь вопросу, которого вы долго избегали
30 (Реш)	Примите солнечную ванну
29 (Коф)	Запишите какой-нибудь из своих снов
28 (Цадди)	Посетите место, в котором вы еще никогда не бывали
27 (Пе)	Посмотрите, как восходит солнце
26 (Айин)	Посмейтесь над собой

25 (Самех)	Вспомните что-нибудь такое, что вас сердит и раздражает
24 (Нун)	Посадите семечко
23 (Мем)	Вспомните случай, когда вы изменили свою точку зрения
22 (Ламед)	Попробуйте уравновесить монету на ребре
21 (Каф)	Заклучите пари
20 (Йод)	Обойдите темную комнату, двигаясь ощупью
19 (Тет)	Съешьте что-нибудь такое, чего вы никогда раньше не ели
18 (Хет)	Прочитайте кому-нибудь стихотворение вслух
17 (Зайин)	Попробуйте какой-нибудь новый для вас запах
16 (Вав)	Послушайте музыку, которой вы никогда раньше не слышали
15 (Хе)	Посмотрите на что-нибудь новое
14 (Далет)	Нарисуйте картину
13 (Гимел)	Запишите самое раннее из своих воспоминаний
12 (Бет)	Вызовите перед внутренним взором лицо какого-нибудь умершего человека
11 (Алеф)	Сделайте что-нибудь новое и красивое



32 Пути Мудрости

32, 64, 96 или 12 медитаций на соответствующее количество дней

Общие указания

Если вы хотите провести все 128 медитаций, начните с части IV. Выполните эти задания в указанном порядке. Затем выполните задания части III, затем — части II. После этого возьмите 32 описания из части I и соотнесите их с соответствующими по номеру медитациями из частей II, III и IV. Не нарушайте последовательности медитаций.

Если вы не хотите выполнять все 128 заданий, выберите какую-то одну из частей и проделайте описанные в ней 32 медитации в указанном порядке.

Вариант: выполните пункты IV-10, III-10, II-10 и I-10. Затем — IV-32, III-32, II-32 и I-32 и так далее. Продвигайтесь вверх по Древу Жизни, прорабатывая все пути, восходящие от каждой из сефирот в порядке убывания номеров.

Второй вариант: составьте другую последовательность из 128 медитаций, выбрав соответствующие пункты из разделов «Сефирот Древа Жизни» и «22 буквы древнееврейского алфавита».

Третий вариант: возьмите книгу «777» Алистера Кроули и составьте собственный набор медитаций на основании соответствий, приведенных в таблицах.

I. Медитации для мира Ацилут

Десять уровней сознания (сефирот) соединяются между собой двадцатью двумя промежуточными состояниями сознания (путями, или буквами древнееврейского алфавита). В совокупности они составляют традиционную схему Древа Жизни, которая впервые была обнародована в данной форме Афанасием Кирхером в 1653 году, а впоследствии принята в Герметическом ордене Золотой Зари и в магической системе Алистера Кроули как основа для «путешествий», для работы с Таро и классификации соответствий во многих других областях оккультизма и мистицизма.

10	Осознание физических ощущений
32	Развитие осознания, достигнутого в п. 10
9	Сновидения, грезы, астральные путешествия
31	Рациональный анализ осознания, достигнутого в п. 10
30	Рациональный анализ осознания, достигнутого в п. 9
8	Логическое практическое понимание того, как следует обращаться с физическими (10) и мифическими (9) явлениями
29	Эмоциональная реакция на осознание, достигнутое в п. 10
28	Эмоциональная реакция на осознание, достигнутое в п. 9

27	Соединение рационального материалистического понимания (8) с эмоциональной материалистической мудростью
7	Эмоциональная практическая мудрость как результат осознания, достигнутого на физическом (10), мифическом (9) и аналитическом (8) уровнях
26	Осознание пределов материалистического сознания, достигнутого в п. 8
25	Объединение компонентов сновидений, грез и астральных путешествий в целостную концепцию Жизни
24	Ощущение, что помимо простых эмоций, вызванных физическими ощущениями (7), существует и нечто большее
6	Осознание паттернов и целей Жизни
23	Размышление о способах повседневной жизни (8) и о том, какое влияние они оказывают на других людей
22	Размышление о жизненных паттернах и целях (6) и о том, какое влияние они оказывают на других людей
5	Осознание того, что существуют лучшие жизненные паттерны и цели: рациональное нравственное планирование
21	Бескорыстные устремления начинают побеждать более эгоцентрические и материалистические эмоциональные реакции пункта 7
20	Центр осознания собственной жизни (6) постепенно смещается в область жизни других людей
19	Представления о лучших жизненных паттернах и целях начинают трансформироваться в представления о том, как помочь другим людям достичь лучшей жизни
4	Удовлетворенность своим личным опытом в сочетании с любовью к другим живым существам и признанием за ними права на собственный личный опыт
18	Рациональные методы, выведенные из п. 5
17	Паттерны бытия, выведенные из п. 6
3	Наивысшее, наиболее абстрактное рациональное сознание
16	Достижение единства эмоций
15	Осознание жизни абстрагируется и превращается в осознание жизненной силы
14	Рациональное сознание (3) стремится к некоему более высокому уровню сознания

2	Осознание великой силы и жизненной энергии во всем сущем
13	Представления о личной жизни преобразуются в осознание цельности и Единства всего сущего
12	Рациональное сознание преобразуется в совершенное понимание Единства
11	Жизненная сила эмоций (2) преобразуется в принятие Единства
1	Все сущее Едино. Выше этого уровня располагаются три покрова небытия. Они выходят за пределы любых человеческих представлений о бесконечности

II. Медитации для мира Брия

Ответьте на следующие 32 вопроса в указанной последовательности. Здесь важны не столько сами ответы, сколько те состояния сознания, в которые вы погружаетесь в попытках найти ответ.

10	Если бы вы реагировали на все свои физические ощущения непосредственно, без участия сознания, на что бы это было похоже?
32	О чем вы мечтаете, когда смотрите в окно?
9	Кем бы вы предпочли стать, если бы могли превратиться в кого угодно?
31	Когда вы в последний раз допустили ошибку, чему вы на ней научились?
30	Чему вас научил какой-нибудь из ваших снов или какая-то из фантазий?
8	Как добраться от вашего дома до ближайшего пляжа?
29	Что вы чувствуете, когда срываете розу?
28	Доводилось ли вам когда-нибудь плакать при чтении книги или просмотре фильма?
27	Бывали ли у вас такие ситуации, когда голова хотела одного, а сердце — совсем другого?
7	Вспомните, когда вы в последний раз чувствовали себя счастливым безо всяких на то причин. Каково это было?
26	Известны ли вам какие-нибудь несправедливые законы?
25	Вспомните, когда у вас в последний раз исполнилось какое-нибудь желание. Что это было за желание?
24	Вспомните, когда вы в последний раз думали о чем-нибудь глубоко личном. Каково это было?
6	Что вы делаете?
23	Почему люди жертвуют собой ради своих идеалов?
22	Как вы относитесь к рабству?
5	Что такое священная война?
21	Зачем нужны парки, когда земля в городах — на вес золота?
20	Доводилось ли вам когда-нибудь объяснять дорогу незнакомцу?
19	Если бы вы могли обратиться ко всем людям на Земле, что бы вы им сказали?
4	Когда вы счастливы, как вы хотите чтобы чувствовали себя другие люди?

18	В чем разница между мышлением и Логикой?
17	Сколько вы знаете религиозных книг, которые можно назвать биографиями?
3	Что такое математика?
16	Что такое сознание толпы?
15	Доводилось ли вам выступать перед публикой, испытывая страх сцены, но все же пересилив себя?
14	Доводилось ли вам совершить ошибку, которая в итоге привела к еще лучшим результатам, чем те, на которые вы рассчитывали?
2	Доводилось ли вам когда-нибудь волноваться так сильно, что вы перестали понимать, где находитесь?
13	Думали ли вы когда-нибудь, что весь мир — ваш дом родной и все относится к вам хорошо?
12	Почему часто бывает так, что набор различных навыков классифицируют как единую область мастерства?
11	Что такое воодушевление?
1	Почему у нас в языке есть такие слова, как «вселенная»?

III. Медитации для мира Йецира

Возьмите колоду «Таро Тота», созданную Фридой Харрис и Алистером Кроули. Визуализируйте следующие образы:

10	Молодая женщина, увенчанная короной и с лицом, скрытым под покрывалом
32	Ату XXI, «Вселенная»
9	Прекрасный обнаженный мужчина, очень сильный
31	Ату XX, «Эон»
30	Ату XIX, «Солнце»
8	Гермафродит
29	Ату XVIII, «Луна»
28	Ату IV, «Император»
27	Ату XVI, «Башня»
7	Прекрасная обнаженная женщина
26	Ату XV, «Дьявол»
25	Ату XIV, «Искусство»
24	Ату XII, «Смерть»
6	Величественный король
23	Ату XII, «Повешенный»
22	Ату VIII, «Исправление»
5	Могучий воин на колеснице, облаченный в доспехи, вооруженный и увенчанный короной
21	Ату X, «Фортуна»
20	Ату IX, «Отшельник»
19	Ату XI, «Вождеделение»
4	Могучий король, увенчанный короной и восседающий на троне
18	Ату VII, «Колесница»
17	Ату VI, «Влюбленные»
3	Темнолицая беременная женщина, увенчанная короной из черного жемчуга
16	Ату V, «Иерофант»
15	Ату XVII, «Звезда»

14	Ату III, «Императрица»
2	Чернобородый мужчина верхом на огромном сером коне
13	Ату II, «Жрица»
12	Ату I, «Маг»
11	Ату 0, «Дурак»
1	Древний царь, обращенный лицом в профиль

IV. Медитации для мира Асия

Выполните следующие задания:

10	Возьмите комок влажной земли и понюхайте его
32	Внимательно слушайте телевизор на протяжении получаса, ни разу не взглянув на экран
9	Выключите звук телевизора и на протяжении получаса смотрите только на картинку
31	Позвоните в телефонную справочную и спросите свой собственный номер и адрес
30	Прочитайте детскую сказку и напишите о ней так, как если бы это была не сказка, а сводка новостей
8	Составьте подробное расписание на завтра
29	Просидите полчаса ночью в темном саду
28	Полностью разденьтесь, встаньте перед зеркалом и посмотрите в глаза своему отражению
27	Перепишите от руки страницу из какой-нибудь книги и тотчас же сожгите эту копию
7	Проведите полчаса в том же саду, что и в п. 29, но днем
26	Войдите в комнату, где есть чулан. Сядьте и медленно повторите сто раз подряд: «В этом чулане притаилось чудовище. Оно только и ждет, чтобы меня схватить». Выключите свет, закройте глаза и войдите в чулан. Пока повторяете фразу, старайтесь удерживать в руке кубик льда
25	Запаситесь своим любимым блюдом или напитком. Дождитесь, пока вы проголодаетесь или захотите пить. Затем отведайте немного еды или питья, но не ешьте и не пейте. Через час можете поесть или выпить, но только что-нибудь другое.
24	Если вы любите мясо, поставьте перед собой какое-нибудь мясное блюдо. Вообразите, как родилось животное, из которого его приготовили, и только затем съешьте. Если вы не едите мяса, поставьте перед собой вегетарианскую пищу и вообразите, как кто-нибудь в далекой стране в этот момент умирает от голода, а затем приступайте к еде.
6	Отдыхайте в течение дня и думайте о солнце, которое светит равно для всех
23	Выпейте стакан воды. Затем помойте стакан.
22	Посетите какой-нибудь судебный процесс
5	Вообразите, что судят вас
21	Прочитайте книгу, написанную каким-нибудь заключенным, который впоследствии вышел на волю (например, «Автобиографию» Анджелы Дэвис, библейскую Книгу Иова, «Мою борьбу» Гитлера или второй том «Мемуаров» Казановы)
20	Придите в какое-нибудь людное место — например, на станцию метро или на автовокзал. Изучите расписание работы этого места. Напишите полезную

	инструкцию о том, как пользоваться предлагаемыми там услугами.
19	Возьмите несколько монет. Пройдитесь по городу, бросая монеты в автоматы на парковках (или покупайте газеты в автоматах и оставляйте их там же, не читая).
4	Покормите какое-нибудь дикое животное или птицу. Домашние животные и обитатели зоопарков не годятся, но обычная домовая мышь подойдет
18	Наденьте свой лучший выходной костюм
17	Прочитайте или напишите любовное письмо
3	Купите или возьмите в библиотеке книгу советов для рожениц. Прочитайте ее
16	Покажите кому-нибудь, как делать что-нибудь, чего он не умеет
15	Что, помимо знаний и практических навыков, отличает специалиста от обычного человека? Объясните это кому-нибудь или напишите записку на эту тему
14	По меньшей мере 15 минут серьезно разговаривайте с каким-нибудь растением. Запишите свою речь на диктофон, а потом прослушайте
2	Опишите в письменном виде какой-нибудь хорошо знакомый вам предмет. Побегайте кругами, попрыгайте, покричите, потанцуйте под бодрую музыку, попросите, чтобы вас кто-нибудь пощекотал. После этого немедленно сядьте и опишите тот же предмет еще раз
13	Пару часов расслабляйтесь в теплой ванне
12	Постарайтесь представить, что требуется для того, чтобы обеспечить всех жителей вашего города пищей, водой и электроэнергией
11	Попробуйте понять, кто в ответе за все
1	На один день передайте кому-нибудь ту ответственность, которая обычно лежит на вас

Перевод © Анна Блейз, 2012