

Ravenna Lea



СОВМЕСТНЫЕ СНОВИДЕНИЯ

Ravenna Lea
практикум
по Совместным
Осознанным Сновидениям

Подготовлено и издано Книжным Клубом «эМирида»

<http://emirida.eu>

Практикум проводился на уже мертвом форуме
aworld.ru

Хакеры Сновидений изредка бывают на

<http://dreamhackers.eu>

Оглавление

Настройка.....	4
Задание 1.....	19
Задание 2.....	48
Задание 3.....	68
Задание 4.....	78
Задание 5.....	104
Задание 6, Постпрактикум, Отзывы.....	116

Настройка

Vinchi >> 2007-02-11, 10:45:34, #0

Первая 20-ка записавшихся участников может пройти настройку на поток 13 февраля в период от 16.30 до 17.15.

Записавшиеся участники из второй 20-ки (и опоздавшие из первой 20-ки) могут пройти настройку на поток практикума 13 февраля в период от 22.30-23.15.

Сбор в чате Аворлда. Настройку проведет Масыня. Я прошу не задавать ей вопросов и не оттягивать ее внимание на себя. Она подключит вас к Сети. Вы почувствуете поток практикума и сетевую конфигурацию вашей группы.

Инфа для опоздавших и третьей 20-ки будет дана позже.

масяня >> 2007-02-11, 18:36:59, #1

Участники практикума.

Освойтесь с чатом Аворлда. Желаю вам силы и знания.

Sondushi >> 2007-02-12, 11:00:17, #7

Что там нужно делать в это время? Просто сидеть? Т.е. что значит не привлекать внимания.

Vinchi >> 2007-02-12, 11:06:02, #8

Процедура записи не сложная. Вы сможете пройти ее, если слегка напряжете мозги. Время настройки - московское. Сами решайте, проходить настройку или нет. Настройка введет вас в поток практикума. Есть такая аналогия - плыть в реке или наблюдать за теми, кто плывет в реке.

Соответственно, настройка даст вам кое-какие бонусы. Это полезный ритуал. Фактически, он структурирует ваше намерение, ваш волевой импульс. Если вы обламываетесь на начальном этапе - не можете найти время, сомневаетесь в необходимости - то, значит, такова сила вашего желания пройти этот практикум. И здесь никто вам не поможет. Такова правда жизни.

Во время настройки вы будете подключены к Сети. При этом у вас возникнет особый комплекс телесных ощущений. Многие глючат при подключении к Сети - в_и_д_я_т нечто странное, переживают особые состояния измененного сознания. При настройке важен интерактив с ведущей - с Масей. Просто общайтесь с ней по делу, а не задавайте вопросы, которые собьют настройку других людей. Ваша цель - открыться потоку практикума, подключиться к локальной сети практикума, почувствовать связь с этой сетью. Никаких особых подвигов совершать не придется. Все сделает сетевая магия. Здесь просто нужно придержать свой эгоизм. Нужно стать частью группы.

Vinchi >> 2007-02-12, 17:53:12, #10

Практикум Равенны не имеет никакого отношения к мероприятиям, проводимым на каких-либо других форумах и сайтах. Я могу лишь посоветовать вам сделать выбор. Либо задания Равенны, либо мандала - что-то одно. Разрываться надвое не стоит.

Сиенит >> 2007-02-12, 20:00:50, #12

А скажите мне глупому какие требования к участникам и общая цель практикума? С удовольствием присоединюсь но боюсь уровень мой слабоват- осов не было((((

Raylin >> 2007-02-12, 20:07:05, #13

поддерживаю вопрос Сиенит:)

Можно узнать поподробнее о практикуме?

если информация уже где-то выложена, буду премного благодарна за ссылку:)

sergey >> 2007-02-12, 20:31:48, #14

Raylin, а вы попробуйте. У меня тоже не было, вернее я не замечал специально эту часть человеческой природы. А когда узнал то стал целенаправленно тренироваться и принимать участие в практикумах, даже если мой уровень заведомо предполагал, что у меня скорее всего ничего не

получится.

Теперь и ОСы есть и сны запоминаются.

P.S. Хуже не станет, это точно, только лучше!

ЫрзоргЪ >> 2007-02-12, 22:22:13, #19

Вопрос: во время практикума важно ли, кто в паре “ведущий” и кто “ведомый” или оба в паре получают равный сновидческий опыт (в меру своего таланта)?

Turambar >> 2007-02-13, 08:27:48, #24

Народ, читайте форум внимательнее: было сказано, что напарник должен быть из реальной жизни. Если пробуете найти напарника (-цу) с форума, то указывайте город, в котором вы проживаете! В профиле же не у всех информация присутствует (2 Miracle, Сонный Птиц). В ином случае ваши посты - спам и не больше!!!

Vinchi >> 2007-02-13, 09:42:24, #25

Вот что я знаю о практикуме Равенны. Прежде всего, это ее последний практикум. Он посвящен совместным осознанным сновидениям. Достижение этой цели будет проводиться через 2-3 неделания. Фишка в том, что вы с партнером будете работать друг с другом (в реале в одном и том же пространстве, не через Интернет), и эта деятельность найдет продолжение в снах. Вы будете видеть сны друг с другом. Намерение практикума заставит вас осознаваться в такие моменты. Большинство из вас потратит эти возможности на индальгирование и эгоистические утхи, но будет несколько пар, которые добьются заметных результатов. Вот ради них все и устроено. Если хотите попасть в их число, то старайтесь делать то лучшее, что можете.

В крайнем случае используйте разнополюе пары. Почему необходимо половое разделение? Чтобы не было гармональных игр. Чтобы вы занимались делом, а не флиртом. Чтобы настройка на необходимые состояния была полной и открытой - чего однозначно не будет у разнополой пары. Но на безрыбье... Если у вас нет напарника, используйте напарницу. Если нет напарницы, сойдет и напарник. Просто помните о том, что в таком случае вам понадобится большая отстраненность. Просто помните, что вы сильно ограничили свои возможности.

Когда вы будете проводить парную работу, помните, что нет ни ведомых, ни ведущих. Тут трикс будет в ином - в отстранении от большинства человеческих привычек (например, быть ведущим или ведомым). Основой неделаний станет сканирование инфопространств. А для сканирования важно, чтобы ваша инфосистема не “подтекала” - не фонила своим эгоизмом и заморочками. Все это вы опробуете во время практикума.

Не забудьте настроится на поток. Расписание давалось выше в этой теме. Зная о вашей лени, повторяю:

1-я 20-ка сегодня 13 февраля 16.30-17.15

2-я 20-касегодня 13 февраля 22.30-23.15

3-я 20-казавтра 14 февраля 16.30-17.15

4-я 20-ка и опоздавшие завтра 14 февраля 22.30-23.15

Вся нужная информация уже дана. Не ленитесь, читайте эту тему.

Turambar >> 2007-02-13, 16:06:29, #31

“Фишка в том, что вы с партнером будете работать друг с другом (в реале в одном и том же пространстве, не через Интернет)”... чем телефон от Инета отличается?

зы: правила не я задаю, так что не обессудьте.

Turambar >> 2007-02-13, 16:29:17, #33

На счет правил, типа работы и “снов с мужиками”: предстоит серьезная работа, я бы вам рекомендовал по-серьезному к этому отнестись, а не заниматься, как выражается мой знакомый, “ментальной рефлексией”. Правила для того и устанавливаются, чтоб вы смогли получить максимум из практикума, а не просто повалять дурака на форуме.

Vinchi >> 2007-02-13, 18:39:27, #35

5-я 20-ка и все, кто за сотню, - ваша настройка 15 февраля с 16.30 по 17.15

Это последняя настройка, потому что вечером 15 февраля мы ожидаем появление Равенны :)

papelac >> 2007-02-14, 12:06:06, #64

можно ли участвовать в настройке с повышенной температурой

Vinchi >> 2007-02-15, 18:07:45, #74

Всем, кому понравилась сетевая магия. Вы можете организовать в отдельные группы и подключаться к Сети самостоятельно. Кто-то просто возьмет на себя роль ведущего, и вперед к звездам. Здесь лишь нужна небольшая осторожность с намерением ведущего - что именно он закладывает в настройку! Если свои эгоистические помыслы, то будет не очень хорошо. Во-первых, у такого лидера появятся лишние тараканы в голове - например, о своей избранности и важности. Во-вторых, группа быстро поймет, что ее обманули. Поэтому нужна конкретная и честная цель настроек на Сеть. Сеть в данном случае служит усилителем и нагвальным исполнителем намерений. Имейте это в виду.

Ребята, сейчас ходит грипп и простуда. Некоторые участники практикума идут на настройку с высокой температурой. Это не очень хорошо. Участвуйте в настройке, но соблюдайте личную безопасность. Если поток энергии вызывает у вас сильную головную боль или головокружение, или уводит в трансное состояние, вставайте, уходите от монитора и омойте лицо холодной водой.

Записавшиеся участники практикума.

Сегодня в теме "Задания Равенны" для вас появится инфа по практикуму. Возможно, вы получите первое задание.

Попробуйте выполнить его, и если будет о чем написать, оставьте свой отчет в теме "Отчеты по 1 заданию". Не путайте темы. Не выписывайте свои чувства, мнения и пожелания. Отчет - это отчет по заданию. Если вам хочется пообщаться по каким-то темам, то используйте уже имеющиеся топики. Позже вы сами оцените необходимость порядка.

Если кто-то не успел записаться на практикум и пройти настройку, участвуйте потихоньку, пробуйте выполнять задания, но не отвлекайте основную группу. О практикуме было объявлено в декабре. Сейчас половина февраля. То есть, у вас было время и куча упущенных возможностей. Повторяю: участвуйте, но скромно.

Сегодня мы простились с Масей. Удачи ей и счастья. Отныне все вопросы по форуму ко мне, и все шишки на меня. Главными связями с ХС остаются Дедал и Каррас.

Vinchi >> 2007-02-26, 14:16:22, #12

Дополнительная инфа:

Практикум закончится 15 марта. Равенна показывает вам ходы, которые вы позже можете развить - элементы водной магии и настройки ОСов. Она надеется, что две-три пары все-таки смогут дойти до СОС во время практикума, и их пример одушевит остальных участников на будущие усилия.

Vinchi >> 2007-02-14, 15:45:43, #0

Эта тема для ваших интерактивных отчетов.

Arfa >> 2007-02-14, 17:16:58, #1

Незнаю, надо-ненадо ли, но уже могу добавить первый отчет.

Вчера, раз уж так получилось :), прошла настройку... сегодня, конечно, пихаться в чат не буду (поучаствую со стороны).

Собственно по делу: в последние мои ночи, когда осознавалась во сне, не могла подолгу там оставаться, так как, меня постоянно «давили» спрайты выводя из состояния равновесия и периодически подвергая меня к эмоциональному взрыву. Что ж, у них это не плохо получалось :). Так вот сегодня, во сне, со мной ходил необычный человек в образе моего знакомого. Но в отличие все от тех же «давящих» спрайтов, он светился! Поддерживал мое позитивное настроение, но не давая перегреваться. Меня охватывал неопишуемый восторг, не могу сказать эйфория, скорее какая-то сила. Это было по меньшей мере удивительно!

До этого видела четырех людей – три девушки (одна из них была с длинными вьющимися

волосами, другая худенькая, похожая на описание которое вчера давали Rit'у ...хе-хе...все же Rit мужчина или женщина?) и один довольно плотненький мужчина)). Они что-то обсуждали. Но это пожалуй к делу не относится ^_^ . Вот-ь.

масяня >> 2007-02-14, 17:32:45, #2

Когда персонаж во сне светится, он осознает себя во сне. Похоже, ты имела свидание с Ноде. Это он обеспечивает наличие потока практикума.

Arfa >> 2007-02-14, 17:43:01, #3

Буду иметь в виду.

Hrafn Tinna >> 2007-02-14, 21:28:35, #4

не знаю куда кинуть пишу сюда
для дальнейшей настройки предлагаю использовать ирк-комнату
координаты:

irc.mgn.ru

6667

#SETEVAYA_M

канал пока не зареген, но скоро)

Azazaki >> 2007-02-14, 21:48:25, #5

14.02.2007 #1

спал после настройки 5 часов, из трёх снов в двух мне снился мой напарник, в первом сне по голосу затынуло в его сон.

Осы не форсировал, попробую его наОСить...

всё круто, так держать.

Sondushi >> 2007-02-14, 23:56:25, #6

Самое главное, что ОС после вчерашней настройки все таки был. Думаю, что именно она помогла осознаться. Не совсем четкий, прерывистый, внимание ускользало, затягивало в сюжет. + в том, что не выбрасывало в реал как раньше в первые секунды осознания и эмоции сильно не мешали.

версус >> 2007-02-15, 00:20:14, #7

коммент к посту 2.

пару раз за последние дни проскакивали мысли про Ноде. я пытался себе представить, каково это быть медиумом Сети, и насколько это меняет сознание.

отчет за 14 число.

снилось футбольное поле, по краям которого сидело много народу. мне показалось это нашей локальной сетью. в кольце был небольшой разрыв. я и пара ребят придумывали, как его устранить и замкнуть кольцо.

Silence >> 2007-02-15, 00:40:59, #8

коммент Версусу

Это тебе с 13 на 14 футбольное поле снилось? Огромное кол-во народа на трибунах, причем народ этот не ограничивается пространством трибун, но и на поле присутствует, так что места свободного очень мало. Кто-то эту толпу сдерживает, но как-то не особо успешно. У меня негатив от этого зрелища шел.

XagohatX >> 2007-02-15, 01:00:44, #9

Отчёт

После настройки снился Христос как Видящий, под руководством которого я летал. Сам Христос светился так ярко, что я практически не мог на него смотреть. Ощущения полёта были вполне необычными, даже садился в позу лотоса в воздухе и так парил. Христос подбадривал меня, говорил "Накачайся энергией." "Перераспределяй энергию". Я представил, как поток равномерно распределяется по всему телу и взлетаю, на этот раз с приличным результатом. Интересно, образ

Христа как-то связан с Сетью? Тогда почему Христос - я не ортодоксальный христианин, хоть мну и крестили?....

...Потом пошла какая-то муть, если кто из сновидящих был на северо-западе с 13 на 14 - мог заметить человека в сером военном костюме с жёлтой надписью POISON на спине. :)

Dogmatic >> 2007-02-15, 03:46:51, #10

14.02.2007

Отчет

Лег в 05:00 утра не мог долго заснуть, проснулся в 13:00 всех снов не помню, помню что когда проснулся от телефонного звонка было воспоминание сна, снились мне люди в притом какой-то странной обстановке серые стены чтоли, дальше не запомнил, телефон собака помешал:(

RedHammer >> 2007-02-15, 07:37:10, #11

А меня разбудили поэтому снов вообще не помню. Помню лишь как бегал в пижаме гдет, а больше нечего.

papelac >> 2007-02-15, 09:59:38, #12

версусу и Silence

аналогичный сон, только без негатива :)

Psychonaut >> 2007-02-15, 10:08:43, #13

Отчёт. Ночь с 14 на 15-е.

Ночью после настройки - ОС-ов и обычных снов - не было. Но был хороший контакт с Сетью и ощущение насыщенности энергией, от которого я проснулся среди ночи. Посмотрел на часы - было чуть более 2 часов ночи по Москве. Тело "звенело" от энергии, хорошо чувствовался резонанс с Сетью. Минут 15-20 я находился в "пограничном" состоянии полудрёмы. Войти в сновидение мешал сильный внутренний диалог (в голове постоянно крутилась песенка "Big city life" и прочая муть). Некоторое время пытался его остановить, периодически, на какие-то мгновения, проваливаясь в какие-то "пространства" (шары восприятия?) и тут же выскакивая из них. После чего, в конце концов, заснул обычным сном.

Параллельно с попытками остановки ВД - старался сильнее прочувствовать Сеть, усилить резонанс. Мысленно представлял участников, передавая им своё ощущение насыщенности энергией и своё ощущение Сети - прежде всего своему напарнику, который не участвовал в чате, и другим участникам. После чего, как я уже сказал выше - заснул обычным сном.

BoxDevil >> 2007-02-15, 10:51:32, #14

отчет : Ночь с 14 на 15-е.

После настройки, проведения ДР в офисе, устал эмоционально, перед сном играл в сетевую онлайн стреляку: Контер-Страйк :)

За ночь, запомнил обывок люцидника когда в списке игроков значилось 5-7 человек из "клана" практикующих :)

Причем знание о том что это именно люди из практикума, было восне, а не результат анализа по прасыпанию.

Больше ничего не помню :(

sergey >> 2007-02-15, 11:03:35, #15

Отчет

Настройка прошла хорошо без отрицательных моментов. Очень понравилось четкость ощущений в ЦВ.

На счет снов сны были яркими, но без осознания, хотя моменты для этого были.

В одном сне видел существо амебоподобное излучающее голубой свет, от существа исходило чувство опасности оно появилось в пик осознанности и я применил транзит, сознательно кстати, чтобы уйти в другой шар.

Пока все.

Strelka >> 2007-02-15, 11:12:59, #16

Отчет с 14 на 15. Чувствую связь с потоком (настройка была 13-го). Снились вокзалы и аэропорты. Осозналась. Училась летать - не получилось

Zoros >> 2007-02-15, 12:14:46, #17

После вчерашней настройки, был сон.

В нём путешествовал по разным пузырям восприятия.

В каждом пузыре был один мужчина. Высокий, в длинном чёрном пальто, седые волосы но без морщин. Лет 45-50. Хотел чтобы я его называл "Дедушка". ОСов не было :-)

Mazoku >> 2007-02-15, 12:52:51, #18

[14-15]

Снился сон про прорыв нашей группы в аэропорту под предводительством одной известной девушки.

Под утро был Ос, где незнакомые парень и девушка доступно показали кому из моих знакомых непозвело быть моим напарником.

Надеюсь знать ему о практикуме необязательно :)

gamecat >> 2007-02-15, 13:17:13, #19

Отчет

Настройку прошел 14го днем. Было много необычных ощущений. Ночью - куча ярких снов, в одном из них осознался впервые за долгое время. Настройка работает :)

Tuta >> 2007-02-15, 13:40:53, #20

У меня после настройки, был очень качественный яркий ОС, и такого долгого по продолжительности я давно не помню. Я встретила там парня, он сказал что сновидящий, ник у него Nik, зовут Виктором, на вид лет 17, худой. Мы с ним вместе летали и он помогал мне выполнять задания, мы меняли погоду, местность и т.д. было круто, но он не светился не каким свечением, а был обычный. Он сказал что на этом сайте бывает, но редко, я попросила дать мне его номер телефона что бы созвониться в реале, он мне сказал телефон, но он состоял из букв, а не цифр, и парень сказал что это номер его сновиденного телефона, я записала его в свой сновиденный телефон. Если есть у нас подобный чел. отзовись. И мог ли так себя вести спрайт?

Rats >> 2007-02-15, 13:52:56, #21

После настройки ОСов не было, были просто обычные бытовые сны, хотя и более яркие.

Umaga >> 2007-02-15, 14:12:39, #22

хорошая настройка на поток осов не было приснилось в очередной раз что собираюсь и еду в путешествие

кто-нить знает почему каждый день снится путешествие?

bat >> 2007-02-15, 14:49:59, #23

коммент к посту 22

Umaga, возможно это интеграция твоего подсознания: ты всю начал воспринимать транзиты м/у шарами восприятия, сами шары потеряли значение. А быть может ты просто сам постоянно перемещаешься, в этом случае полученная инфа не успевает обрабатываться в реале и перекидывается на сон.

з.ы. А дедушка Фрейд сказал бы, что ты находишься сейчас перед выбором.

Giotto >> 2007-02-15, 14:52:00, #24

Такой вопрос к модераторам темы. Мой напарник /remdalv/ ожидает регистрации и соответственно не может присутствовать на сегодняшней настройке в чате:(. Что-то можно сделать? Спасибо

Ushummesh >> 2007-02-15, 15:42:09, #25

Сны яркие...правда без осознания, а поток чувствуется, несет...вот еще бы напарника из Москвы подобрать:(.

dremlo >> 2007-02-15, 15:59:06, #26

Только сейчас дошло до меня! За недельку до настройки я был на собрании в клубе сновидцев и рассказывал там сон, в котором Хакеры Сновидений меня чему-то учили. Я упорно пытался запомнить чему, всю ночь во сне повторял, но блин! Утром помнил только число 14 и все... В клубе я познакомился с человеком рассказавшим про сайт и практикум Равены и я зарегистрировался, а потом и на практикум и оказалось что моя настройка была 14... Совпадение ли?

dremlo >> 2007-02-15, 16:04:32, #27

Только сейчас дошло до меня! За недельку до настройки мне снился сон, в котором Хакеры Сновидений меня чему-то учили. Я упорно пытался запомнить чему, всю ночь во сне повторял, но блин! Утром помнил только число 14 и все... А 11.02 познакомился с человеком рассказавшим про сайт и практикум Равены и я зарегистрировался, а потом и на практикум и оказалось что моя настройка была 14... Совпадение ли эти числа?

Lionheart >> 2007-02-15, 16:17:50, #28

на настройку к моему дикому сожалению я не попал из-за временной поломки компьютера который недавно починил намерением. сегодня особо ничего не снилось но в институте произошел необыкновенный случай. я как раз вместо лекции читал хакеров сновидений, причем старался понять сущность текста не только разумом но и душой, то есть воспринимать инфу на уровне знания. и вдруг меня так потрясло. хм.... необыкновенное чувство как буд то ты это не ты я тут же схватил приятеля сидевшего рядом за руку в мозгу не то что бы что то щекотало аа как бы миллиарды атомов стали шевелиться чувствовал это макушкой головы. такое ощущение что меня кудато вытягивало прям из реальности, ощущение не из приятных, мне казалось что я сейчас отрублюсь. сознание как будто отделялось от тела.... верхняя часть мозга как то активизировалось. как буд то ток прошел. но это оч трудно на словах объяснить. у кого нить такое было?

Мятеж >> 2007-02-15, 16:22:52, #29

14 - 15. Осов не было. Напарника во сне упорно не вижу. Сны запоминаются. Связь с Сетью практически не ощущается.

Sanngrid >> 2007-02-15, 16:42:10, #30

Отчет:

Настройка была интресная. Сеть почувствовала. Но ОСов пока не было, даже было пара ночей, когда вообще сны вспомнить не могла. Хвост цепляю и все на этом. Для меня это странновато. Когда в норме, то вспоминаю утром 4-6 снов.

Sondushi >> 2007-02-15, 17:28:30, #31

комментарий 2 dremlo (#26). Помню тебя по клубу сновидцев и твой сон. :) Мне сегодня, кстати, снилось, что Хакеры меня учили настраиваться на Сеть и подпитываться от нее. Смутно вспоминается, саму технику не помню и чисел тоже :)).

Antares >> 2007-02-15, 18:17:43, #32

отчет.

13-14

Во всей череде ярких снов общалась с очень близким и родным человеком, незнакомым в реале (парень такой светловолосый, светлоглазый).

В последний момент осозналась и сумела получить подсказку к решению одной проблемы в виде двух слов, после чего сразу проснулась. Слова вводила в поисковик, и так, и сяк смотрела, но до сих не сумела разгадать их значения(Имен таких нет, улиц тоже, пока не знаю, что еще это может быть...

14.02 - не заходя в чат, законнектилась с сетью еще более мощно, чем накануне. В 23.10 комп завис) желеобразная субстанция за монитором превращалась то в полупрозрачный туман, за которым угадывались зыбкие силуэты, то покрывалась каскадом всплывающих окон... В общем пережила перед монитором крутейший трип)

Hrafn Tinna >> 2007-02-15, 19:06:04, #33

отчет:

13-14 снов не запомнил, единственное что с 13-го чтото было в сознании а вот 14 вообще как чистый лист проснулся
no news is good news

zeror >> 2007-02-15, 19:59:52, #34

коммент к 7,8,12.

Тоже снилось футбольное поле. Я с людьми расчищал его от песка. Негатива небыло.

Версус >> 2007-02-15, 21:48:12, #35

коммент.

Lionheart, у меня иногда появляются переливающиеся полупрозрачные светящиеся мелкие шарики вокруг головы, которые кружат повсюду и издают странный жужжащий звук, а еще оставляют за собой трек.

коммент.

Сайленс, rapelac, zeror вот мы и поймали первое совпадение.

Lionheart >> 2007-02-15, 22:09:03, #36

то Версус я тоже видел шарики полупрозрачные и переливаются как будто с огромной скоростью двигаются но ты их все видишь правда шума я не слышал никогда

look >> 2007-02-15, 23:05:34, #37

После настройки сны были обычные. Зато весь последующий день чувствовался прилив необычайной энергии ни с того, ни с сего. А вот на второй день немного стерлась грань сна и реальности (хотя ОСа не было). Один из снов был очень неприятный :(.

Ajka >> 2007-02-15, 23:53:47, #38

“2. у какой-то девушки, китаянки или узбечки (узкие глаза, рост ~160), под волосами оказалось что-то синее и светящееся“

Версус, на Востоке были не только мужчины ниндзя, но и так называемые ниндзя-ведьмы, которые хранили свою силу в волосах. Может ты во сне с такой барышней пересекся.

мой отчет.

Сеть почувствовала как праздник и хороводы. Накануне настройки (13 февраля вечером) был люцидник с полетами в коллективном шоу. После настройки активизировался Просон. Молодая женщина с длинными светло-русыми вьющимися волосами рассказывала мне о Дыхании Бесконечностью. Все тонкости этого искусства я не постигла еще, так как она не столько рассказывала мне, сколько следила за моими экспериментами в этом направлении и когда я делала правильно то я это чувствовала телом, а когда я что-то неправильно собиралась делать, то она загадочно улыбалась и это меня останавливало. В общих чертах техника завязана на Большой и Малый круги кровообращения. Там 2 круга, 4 фазы и 4 камеры сердца. Ну а 4 фазы у Луны тоже имеют к этому отношение, хотя амплитуда ритмов иная.

Sondushi >> 2007-02-16, 00:12:20, #39

коммент. к Ajka. Мое сообщ.26. В группе, которая меня учила, тоже женщина была главной. Таких подробностей не помню. Но было связано с дыханием и расширением до объема поля Земли. + сегодня вечером делала практику по раскрутке анахаты, что в конечном итоге должно было привести к ощущениям единства с Землей. Вот как все переплетается...

Ajka >> 2007-02-16, 00:35:01, #40

Sondushi, ты и я, мы видимо, отражаем определенные аспекты целой области знания о том как человек своим дыханием может соединить Небо и Землю. Удачи тебе в твоих экспериментах и мудрых учителей!

Имби >> 2007-02-16, 02:38:02, #41

коммент к Lionheart и Версус

“переливающиеся полупрозрачные светящиеся мелкие шарики“ часто появляются вокруг (или становятся видимыми обычным зрением?) во время энергетических практик, у нас (не первый год этим занимаемся) даже есть фотографии с ними, сперва думали - артефакты, но может их быть столько и именно на этих фотках, точно не дефект.

А поле футбольное было с 11го на 12е - правда маленькое (как при школе) и почти пустое, смешной человек там стрелял из пистолета. "Бредовая петля" с этим полем повторялась много раз, в последнее же моё там появление возникла досада на этого мужика: "Мы сейчас все придем, нас много будет, ещё заденет кого-нибудь".

Arfa >> 2007-02-16, 09:34:16, #42

К первому заданию еще не приступали.

А пока мне нужен совет. Вторую ночь пытаюсь намеренно осознаться во сне (обычно это происходит спонтанно). Сегодня всю ночь ходила около одной и той же двери за которой, как мне казалось, находятся участники практикума, но как ни пыталась - безрезультатно, словно есть какой-то блок. Под утро сон сменился, ко мне пришел(было ощущение что он плывет) какой-то отвратительный мужик, приблизился ко мне вплотную, меня аж затрясло, в прямом смысле этого слова, и выкинуло из сна. Что это за блок и как его пробить?

Vinchi >> 2007-02-16, 10:48:45, #43

Arfa, "отвратительный мужик" может быть стражем. Наличие стража всегда предполагает, что рядом находится место с бонусом. Бонусы бывают нескольких видов - часть твоей утраченной светимости, кусок знания, хорошее знакомство. Стражи не только играют роль страшил, но и помогают сновидящему. Как только ты поймешь, почему тебя затрясло в его присутствии, проход будет открыт. И воспринимай встречи со стражами, как удачу, а не блок. Преодоление стража - это выявление своих тараканов в голове и расправа над ними. Ты выявляешь и решаешь свою проблему. Страж превращается в друга и помогает тебе советом, направлением и бонусом. Для начала всегда фиксируй вниманием тот персонаж сновидений, который чем-то выделяется и "торкает" тебя. Затрясло, удивило, испугало - это признаки особенности данного перса. Тут же фиксируй его вниманием. Не своди глаз. Все остальное побоку - страхи, предположения. Только фиксация. Вот тогда перс и раскроет себя - кто он: страж, лазутчик или обычный спрайт.

версус >> 2007-02-16, 10:56:16, #44

Талиса, загляни в приват.

коммент Имби

однажды, обдолбившись, я видел, как шлейфы от шариков образуют хиросплетение туннелей. я был одним из шариков и путешествовал по туннелям. я бы сказал, что они были зелеными. они вроде напоминают сигналы, идущие по проводам.

Сиенит >> 2007-02-16, 15:32:29, #45

Я не смог заснуть совсем. как только сон подступал, начиналось шевеление энергий в солнечном сплетении(раньше такого не было во всяком случае в состоянии покоя). И как я не пытался с этим ужиться, заснуть не получилось совсем.

Gremitok >> 2007-02-16, 15:56:23, #46

коммент к Lionheart и Версус

Подтверждаю, если интересно :) "переливающиеся полупрозрачные светящиеся мелкие шарики" типа горошенок или крупинок очень хорошо наблюдать над водой в спокойной день. Тогда видно особенно ярко и в большом количестве. Видно их и в лесу. Потом у КК где-то есть упоминание что это частички духа стихий и в "Розе мира" написано про это.

Садовник >> 2007-02-16, 18:13:54, #47

Vinchi, "настроить" как-то можно "взаимодействие" с сетью этой?

Это же невозможно "слышать" круглосуточно.

Miracle >> 2007-02-16, 20:12:01, #48

Вчера прошла настройку. Ночью был интересный момент. Как только я легла спать, по телу стало распространяться тепло, и ходили волны энергии. Я думала о настройке, потом старалась себе представить, как выглядит моя напарница. Не могу сказать, насколько я уже засыпала, но вдруг меня куда-то вынесло, вроде падения или выхода куда-то. Не могу сказать точно, что это был именно тоннель или труба, как говорили во время настройки, но что-то подобное. Я воспринимала это не зрительно, а по ощущениям. Длилось это недолго, но попадание и ощущение себя в этом

«тоннеле» было чрезвычайно ярким и приятным.

Tuta >> 2007-02-16, 21:31:37, #49

Вопрос по первому заданию Равенны: как должен располагаться цветовой оттенок? Одинаково по всему телу, или в разных частях тела, разный цвет одновременно?

Мы с моей напарницей Tilli в ходе, выполнения задания, видели по контуру тела, я у нее-зеленый, она у меня-красный вокруг плеч и голубой вокруг головы. Эмоционально мы обе были спокойны. Это инфополе? Если можно по подробней, как именно должен проявляться цвет, все ли могут его увидеть?

Vinchi >> 2007-02-17, 09:27:19, #50

Садовник, просто возьми себя в руки. Это ты распоряжаешься своим вниманием. Если тебя тревожат контакты с Сетью, то не занимайся этим некоторое время. Я знаю парня, который стал одержим Сетью. Сейчас ему очень трудно находиться в социуме. Фактически, его считают безумным. Помнишь, КК писал, что нужно не только уметь открываться силе, но и прятаться от нее.

untoleranced >> 2007-02-17, 10:39:20, #51

коммент

для защиты от внешних тонких влияний, нужно немного уплотнить стенки кокона :) хорошо помогает контрастный душ, и вообще активный спорт (исключая шахматы и карты)

версус >> 2007-02-17, 12:50:29, #52

сегодня снился огромный комплекс для сновиденных практик. некоторые по записи заходили в дверь (блин, я правильно это написал?! после этих диких снов, кажется, забыл некоторые слова!). я заглядывал за дверь из любопытства. мельком видел парты.

да. до этого я все пытался сосредоточиться на эпифизе (железа такая в центре мозга) и, каждый раз, когда я это делал, в этом месте возникало движение наподобие двух вертикальных жестких дисков на невероятных оборотах. еще страшней были ощущения (хотя я не уверен, что это были разные ощущения) от сосредоточения на мозговом стволе. но результатом их обоих была польнейшая дезориентация - все плыло, я просыпался и не мог открыть глаза, потому что я проваливался в сон. все сопровождалось страхом - что будет, если отпустить? еще до этого какой-то чел прикрутил антенну к комнатной батарее и, с другой стороны, сунул антенну в розетку. зазвучал высокочастотный писк, а вокруг этого писка начало появляться свечение - я убежал в другую комнату :) этот писк ощущался всем телом. я, помнится, уже в сновденном комплексе подумал, что этот звук был, видимо, каким-то стражем, раз меня так проняло. и еще подумал, что зря я убежал.

когда я уже был в комнате с партами и "зависал", привели какого-то совсем невменяемого парня. он упал на кресло. пел какие-то песни. казалось, он пьяный. мне говорят спокойно "иди, буди", повторяют это несколько раз, потом хватают за волосы, приводят в вертикальное положение и уже кричат "иди, буди!!". я выбегаю к дверям и начинаю будить сначала одного спящего парня, потом второго. второй - "что?". я - "начальник пришел!". он - "знаю". весь зал, гады, хихикают :)

Venator >> 2007-02-17, 14:05:14, #53

Последние 2-3 дня снов почти не помню: обычно запоминал по 3-5 за ночь, а щас 1 то с трудом вспоминается. А этой ночью снилось как меня укололи иголкой в правое запястье и после этого я стал менее осознанным, до укола были некоторые проблески осознания.

Садовник >> 2007-02-17, 16:14:50, #54

Vinchi, после того как разместил пост всё прошло. Совсем. Как будто отключилось и ничего не было. До этого бесконечные "приливы" неких ощущений, круглые сутки. Сплю или бодрствую значения не имело. А мне же ещё и работать нужно, своей эмпатии более чем хватало)). Чёткое ощущение чьей-то "маски" на лице. Совершенно спокойно могла быть реальное ощущение кого-то из первой группы.

Сон тоже был.

Кот серополосатый, сидит спокойно на пятой точке, встречаюсь с ним взглядом и в этот момент устанавливается некая привязка через глаза, после этого кот начинает меняться, прежде всего взгляд становится не "человеческий", как вообще не живого существа, увеличивается в размерах

правда несильно раза в два примерно, больше на куб стал похож и затем это прыгает мне на грудь. В общем дальше как обычно, ухажу в ОС и просыпаюсь. Самое любопытное тело было парализовано некоторое время после того как проснулся, не мог пошевелиться совсем. Произнести не мог ни слова, сделав усилие все же замычал, затем вслух сказал “ни**я у вас не выйдет”, полностью восстановил за телом контроль и, в общем, уснул дальше.

Kotenok Joker >> 2007-02-17, 19:25:08, #55

Отчёт по первому заданию.

Мы с партнёром всё делали согласно инструкции, пытаюсь произвести чтение инфополей друг друга. Я довольно легко считала цвета, он подтвердил информацию, рассказал о проблемах, всё прошло, как описывала Равенна, партнёр действительно чем дольше рассказывал, тем больше проявлял эмоциональную вовлечённость, и порывался то открыть глаза, то отказаться рассказывать подробнее, правда в результате всё получилось, и даже удалось зафиксировать тот самый глубокий вдох, который должен обозначать высвобождение энергии. Я старалась оставаться хладнокровной и отстранённой, кажется, успешно. Вообще, это состояние сохраняется до сих пор, от него не избавиться =)

А вот потом произошла небольшая проблема. Партнёр, сколько ни старался, не мог различить в моём инфополе цвета. (вообще, он сначала и само инфополе не видел). В итоге, он сообщил, что видит некое “расплывчатое, похожее на облако газа свечение”, цвет которого определить ему не удалось. Если кто столкнулся с подобной проблемой, напишите, что делать, пожалуйста! А то уже 18-е скоро, дадут второе задание, а мы с партнёром ещё первое нормально не сделали =(

Сонный Птиц >> 2007-02-17, 21:25:00, #56

коммент

Садовник (#54), у меня тоже когда-то было типа твоего кота, но не во сне. Я тока проснулся, поменял положение рук (был на спине, и положил под голову руки), и тут с закрытыми увидел в каких-то серых тонах комнату, в которой я лежал. Чуть дальше ног, немного слева, был какой-то большой устрашающий сгусток (чуть меньше метра на метр), действительно тёмный по сути и устрашающий.. И тут эта хреновина резко переместилась мне на грудь (у меня аш волосы на лобке зашевелились =))!! Тело тоже парализовалось, появились вибрации, и я “вытащил” =) из физ тела руки (точнее полностью одну - правую), и с мысленными словами “пи“Nжить муNо;ка!”, медленно повел эту руку налево чтобы скинуть эту дрянь. Потом резко открыл почему-то один глаз, и всё... Всё было ништяк. Тело двигалось, был солнечный день, а я был чрезвычайно доволен, что не растерялся в такой сумасшедшей ситуации.. =)

отчет

напарника так и не нашел, так что пока решил настраиваться на СоОС во сне (общаться с персонажами как о том говорить в книге Реутова)..

Вообще-то у меня был простой с ОСами по некоторым причинам, и с персонажами я никогда особо не общался в ОСах.. Но раз практикум, все дела, решил перед сном настроится, и всё получилось - сначала проверял Астрал это или ОС, тем что вдавливал :) стенку, и просто сувал в неё руки (всегда мне это нравилось=))..

Потом пошел искать людей, наткнулся на группу из трех человек - двое были с моей группы из универа, а ещё одного я не могу вспомнить, хоть убей кто именно там был. =(Немного пообщались (я заодно им тоже показал как руки в стенки сувать =)), но сон никуда не перекинулся, да и сами персонажи не светились. Так что ничего особого..

вопрос

Можно ли считать свечение персонажа в ОС верным признаком того, что это “настоящий” человек?

офф...

может быть я не помню что-то, но на моей памяти только раз я видел свечение человека в ОС - это год назад я видел любимую девчонку во сне. Странно, но это были самые (!) сильные и приятные эмоции за всю жизнь! Я увидел её, что-то ёкнуло и всё замерло - подобное бывало в её присутствии не раз, но здесь... Мир БУКВАЛЬНО остановился, он действительно перестал для меня

существовать - осталась только она (кстати парящая возле меня с неземной улыбкой..). Исчезли мысли обо всём, не было и слов о ней - они просто не выдерживали такого и просто тонули в чувстве...Они как атавизм, абсолютно не нужны! - всё можно было причитать по её красивым глазам.. Глазки её, но по настоящему лучистые, и это видно, хотя это мягкое свечение абсолютно не мешало любоваться её глазами.. Да и всё тело светилось какимто мягким, нежным и очень теплым светом... Он заставлял забыть о всём, кроме её присутствия, и я просто растворялся в ней!....

все это сопровождалось неописуемым чувством внутри груди и было чем-то просто потрясающим...))

Это всё наверное потому, что там, в ОСах ведь не повседневный разум, там он чище, и поэтому там легко все отбросить и выделить то, что действительно тебе важно..

И вот только вчера узнал на счёт свечения, то что это скорее всего настоящий человек. Теперь приятно думать, что это было она =), хотя она этого не запомнила..

Так это правда, на счёт свечения?

Ifxor >> 2007-02-17, 23:04:03, #57

А нет ли среди участниц девушки с крупной родинкой на груди (в районе анахаты)? Рост - 170-180, стройная, волосы светлые.

Depo >> 2007-02-17, 23:24:03, #58

В первый день обстоятельства сложились так, что задания выполнить не удалось. Выполняли задания на второй день. 1, 2 часть без проблем. Перед выполнением третьей части пошел на небольшую хитрость. Дело в том, что состояние "видения эн. слоя", ровно как и состояние свободного отзеркаливания сложно воспроизвести в первый раз тому, кто раньше этого не делал. Поэтому мы с напарником поставили хрустальный фужер с водой между нами. Стали внимательно не моргая на него смотреть. Во первых настраивали цветоощущение энергетического слоя. Во вторых ощущение в голове, как если бы в ней располагался хрустальный фужер с водой ИМХО соответствует тому типу водного зеркала, которое Равенна просила воспроизвести, т.е. кристально чистое состояние ума.

Проблемы, связанные с эмоциональной скованностью оказались на первом плане для нас обоих. Раскрыли примерно по 6-ть проблем. Проблемы уровня фиолета вскрыть пока что не удалось. Посмотрим, может завтра получится.

Hrafn Tinna >> 2007-02-18, 09:01:58, #59

извините за офтоп!

сегодня в 0 часов по ДТВ была передача про сновидцев) интервьюировалась группа Неман.

Tyrson >> 2007-02-18, 12:03:45, #60

Vinchi!Можно коммент:в этой теме о чем писать и что не стоит?

ketik >> 2007-02-18, 18:18:15, #61

Vinchi,можно ли расценивать четкий ореол по контуру тела, как желтый цвет. На самом деле он ближе к белому или просто намного светлее освещения? И что делать, если видишь маленькую радугу в раоне головы партнера?

Vinchi >> 2007-02-18, 18:21:15, #62

Да, парни, комментируйте.

Кто как не вы можете оценивать свое видение. Ореол видите? Значит, ореол!

Радуга и вихревые воронки в районе головы - это очень ценное видение. Я не хочу сбивать людей с толку и забегать вперед, но это...реальное видение!

Сонный Птиц >> 2007-02-18, 18:54:35, #63

Vinchi, а как на счёт свечения персонажей во сне?.. Если персонаж светится, то он "настоящий"?

Hrafn Tinna >> 2007-02-18, 21:24:45, #64

Вопрос по второму заданию.

Ответы-исповеди ;) строить на свое усмотрение? Или лучше все сразу темы поднимать?

Turambar >> 2007-02-18, 21:29:31, #65

2 Hrafn Tinna:

а вы осилите сразу все темы? мы вот с другом о втором задании узнали и пока в тихом шоке. у меня за 32 года жизни чего тока не было. имхо - очень непростое задание будет, понимаю на сколько оно важно для дальнейшего продвижения, но... чтож, будем топтать свои шаблоны вместе с другом. :)

Всем успеха во втором задании!

Tyrson >> 2007-02-18, 21:33:34, #66

Бывает, за головой и плечами партнера вижу некоторое время черное пятно..Как его идентифицировать..?А белое и серое свечение?

Arfa >> 2007-02-18, 21:54:36, #67

До сих пор в тихом шоке! Уже перебрала в голове все свои жизненные ситуации... и поняла что есть то, о чем говорить совсем не хочется, и ведь на что только не пойдешь...

Tyrson >> 2007-02-18, 22:24:37, #68

Вопрос по практикumu, в фак, вроде, неуместно как-то:

Те пять историй, во втором задании, повторять одни и те же все 4 дня или новые вставлять?

Sondushi >> 2007-02-18, 22:31:54, #69

А мне думается, что рассказывать о себе намного легче, чем пытаться определить проблемы другого. По крайней мере, предполагается, что себя мы должны знать лучше, чем кто либо другой. А насчет трудностей с раскрытием, представьте, что вы на приеме у психотерапевта. Тем более с закрытыми глазами это не так сложно сделать. Тем более, что по сути так и есть. Так что нам крупно повезло, что мы можем пройти бесплатную психотерапевтическую сессию.

Vinchi >> 2007-02-19, 08:43:19, #70

Сонный птиц

Иногда в сновидениях можно встретить людей с необычной внутренней яркостью. На фоне спрайтов они выглядят как новый цветной постер на фоне старых пожелтевших обоев. Издали такие светящиеся персы привлекают нас как магниты, но вблизи мы пугаемся от вида их абсолютно черных глаз - нагвальных, нечеловеческих. И тут возникает проблема. Перед нами человек, осознающий себя во сне. Вот бы поговорить и пообщаться. Но его нагвальная часть ужасно пугает на тональ. И наоборот, он тоже видит перед собой "страшного" вас, и его тональ использует привычный щит - уводит человека из сна к пробуждению. Вот в чем заковыка таких встреч. Повстречались - разбежались :)

Для подобных встреч ХС используют темные очки. Как в "Матрице". И для намеренных (договорных) совместных сновидений нужно использовать пустые пространства - программу загрузчик без лишней атрибутики. Как в той же "Матрице". Интересно отметить, что после пары встреч в совместных сновидениях тональ как-то меняет глаза и придает им подобие человеческих глаз, но они все равно другие.

Arfa >> 2007-02-19, 12:45:44, #71

Сегодня ночью осозналась во сне. Нашла себя в своей квартире. Решила что надобно бы научиться энергию смотреть. Выбралась на улицу, нашла освещенное место под фонарем и стала ждать. Встретила знакомую одноклассницу еще по школе, она шла с двумя подружками. Я на них мезинцем показала с большим намерением увидеть. Внутри подруги я заметила небольшое очень тусклое пяно и посчитав его за возможный "знак" стала трясти ее (опять прокололась в этом месте :)). Вспомнила что так не делается, а рекомендуется направить на спрайта энергию и как бы осветить его. Так я и сделала (причем ее подруги старались меня остановить). Открыла глаза и увидела в теле подруги дырку, а внутри нее свечу. Я удивилась, но продолжала вопросами будить. Она очень просила оставить ее в покое, разбудить ее в следующий раз и постепенно мы оказались у меня дома снова. Там я погасила ее свечу желанием и дыра вместе со свечей исчезли. Она обняла меня дотронувшись до шеи (по телу пробежал холодок), поцеловала и ушла. Вдруг появилась мама и пошла на меня со шприцом в руках, я не боялась этого и держала ее руки, что бы та не воткнула

мне шприц (я понимала что это не настоящая мама, поэтому особо не волновалась). Только хотела узнать почему у подруги появилась свеча? Ответить она не смогла и уже проткнула мне палец, правда прошла насквозь и решив, что здесь ловить мне больше нечего, я проснулась ушибнув себя. Почему именно свеча и почему она так не хотела светиться?

Sondushi >> 2007-02-19, 12:58:52, #72

Сегодня несколько раз осозновалась во сне. Но каждый раз, когда я это делала появлялась женщина с большими черными глазами, пристально на меня смотрела, приближаясь ко мне. И сильно меня этим пугала. Что бы это могло быть? В принципе, я почти весь сон помнила, что сплю. Но старалась не привлекать к себе внимания.

zeror >> 2007-02-19, 15:03:57, #73

Сегодня ночью видел во сне напарника. Мы были в том месте, где пробовали практиковать в первый раз. Во сне мы тоже практиковались (играли в бадминтон при толпе народу), а неподалеку еще одна пара играла в ту же игру. Правда осознания не было и не могу связаться с напарником, что бы узнать, что ему снилось?

Miracle >> 2007-02-20, 17:32:11, #74

Сегодня под утро настроилась заняться сновидением. Но в этот раз получилось что-то не очень похожее на ОС. То есть осознание было, но ощущения были скорее как при отделении тонкого тела. Возникло изменённое состояние, пошли волны, и вдруг я оказалась в квартире своего хорошего знакомого в другом городе. Но в отличие от ОСов, я очень плохо видела и очень плохо себя чувствовала - каждый шаг давался с большим трудом и почти не удавалось смотреть вокруг. Судя по всему, комната была всё же не такой, какова она в реале, то есть это всё-таки были картины сна. Но было осознание и очень странные ощущения.

Ifxor >> 2007-02-22, 11:47:27, #75

=Вопрос к Равенне или Винчи=-

Есть в голове (где-то между ушами) точка, если давить на нее вниманием, то тебя быстрыми темпами выкидывает в сновидение. Знаете ли вы что-нибудь о ней? Меня интересует, как ей пользоваться, потому что у меня она сработала пару раз, а в произвольный момент не работает или работает слабо. Наткнулся на нее случайно.

Лирическое отступление. Вошел в осознанный сон напрямую седня (за счет этой точки как раз). Видел странную картину - меня было двое (я и еще "я"). Я подумал, что это мои правая и левая половина. Я был правой, левая была слева. Напротив был парень, его так же было двое. Наши левые половины о чем-то переговаривались, а у "нас" - правых - не получалось говорить. Лет 16 на вид (могу ошибаться). Где-то 170 рост, достаточно худой. Темные волосы, почти черные, пару сантиметров длиной. Мне показалось, что он хочет сказать, что его зовут Дима. Нет ли таких среди участников практикума?

Потом были еще шары восприятия, менял их по желанию (но не сюжеты). Потом проснулся по собственному желанию.

Miracle - Arfa >> 2007-02-22, 20:37:57, #76

Miracle: Произошла интересная вещь. Сегодня днём позвонила Arfe - моей напарнице, она собиралась спать, и я пожелала ей осознанных сновидений. Через некоторое время я зашла в книжный магазин посмотреть подарок одной подруге и мне в глаза сразу бросился стенд с серией книг хакеров сновидений, а именно мне бросилась в глаза книга с названием ИБИ. Я задумалась о том, что это значит, и взяла посмотреть эту книгу (ИБИ - институт биохимических исследований). Вечером ко мне приехала напарница и сразу рассказала, что она днём спала после моего звонка, и у неё действительно был ОС. В этом ОСе она увидела на стене на кухне надпись ИБИ, и она спросила меня, не знаю ли я, что это такое. Тогда я рассказала ей про этот случай днём.

Талиса >> 2007-02-24, 23:54:31, #77

Нда....Сегодня было интересно.

Сниться мне что я проснулась и записываю сны.

Всплывают какие-то схемы лабиринтов и т.д. и тут я вспоминаю что заснула во сне ;)

Воспользовшись ситуацией, выхожу в ОС---осознанность так-себе,затягивает сюжет.Дело доходит до развязки,решаю проснуться.Оказываюсь в следующем сне(слегка измененный реал) и.... наконец-то возвращаюсь.

Ощущалось что кто-то вел-учил.

Талиса >> 2007-02-26, 16:05:33, #78

Утром вышла в ОС и оказалась на практикуме:)

Работали группой,вела женщина(стойная,с короткой стрижкой,приятной внешности)

Она читала лекцию,а потом включила аудио настройку на сновидение и ушла.

Слушая ее я вышла как при ВТО и вылетела в окно.

Все выполняли задание на изучение пространства.Я исследовала дом в котором мы были.Вдруг, почувствовала что кто-то держит меня за руку.Мы вылетели во двор.Это был молодой человек с короткой стрижкой,скорее темными волосами,он вел себя очень спокойно,но не как спрайт.Я тут же подумала о Версусе,но внешне они были не похожи.Конечно, в сновидении мы выглядим не как в реале,но здесь не было ничего общего.Несмотря на это,я стала насыщать его энергией и призывать Версуса:)

Нисходящим потоком и повторяла имя.

На что этот персонаж мне сказал,что он не Версус и не нужно пытаться его в него превращать.Да, это было энергозатратно.

На правой стороне груди у мол.человека был прикреплен зелено-коричневый камень в виде металлической заколки.

Если с кем-то есть сходство, напишите,расскажу подробно.

Слегка разочаровалась,что он не Версус и улетела;)

Выполняла задания из других практикумов Равенны,нашла артефакт сновидения.Несколько раз меня возвращало "в тело" в том классе где шел практикум,но я начинала снова.

версус >> 2007-02-27, 17:16:33, #79

эльфсор, возможно именно об этой штуковине писал Джоул в "Посланце". он ее называл мозговым стволем и с ее помощью выходил в сновидение. еще это может быть эпифиз - железа в середине мозга. в одном фильме я видел карту активности мозга человека в обычном состоянии сознания. если разделить мозг на четыре части (левая+правая лобная доля и задняя мозга часть тоже разделенная пополам), то были активны правая задняя часть и левая передняя. в измененке все было наоборот. а эпифиз тут при том, что поток нервных импульсов сильно сужался, подходя к этой точке. может, это какой центр мега-абстрагированности, иначе как

Venator >> 2007-03-04, 15:47:37, #80

Какая-то ерунда: с пятницы до утра воскресенья не было осознания даже в реале - как во сне каком-то действовал. Последнюю неделю войти в состояние Водного Мира почти не получалось. ВД разгулялся так, что его почти не возможно остановить. Снов по прежнему не помню. Такая вот ерунда.

Задание 1.

Ravenna >> 2007-02-15, 20:39:05

ОЖ.

Цель практикума – достижение СОС (совместных осознанных сновидений).

Для достижения цели используем хакерский трюк: воздействие на процесс сновидения через реал с помощью особого вида активности. Таким «видом активности» будет освоение двух измененных состояний сознания. Первое из этих состояний называется «водный мир». Данное состояние является основой «Магии воды», которую мы рассматривать не будем. Я ознакомлю вас только с измененным состоянием сознания.

Мой практикум – это адаптированная версия курса военной парапсихологии -- курса, во время которого людей обучают считыванию информационных полей с так называемых «ведомых объектов». Мы пропустим техники активного сканирования и перейдем непосредственно к пассивному отображению инфополей. Для этого нам как раз и понадобится состояние «водного мира».

Возможно, вы нашли мои пояснения слишком сложными и непонятными. Не пугайтесь. На практике все будет очень просто. Вы с партнером будете учиться считывать информацию друг с друга. Это интересное и поучительное занятие, в конце концов, приведет вас к тому, что в одном из сновидений вы найдете себя осознанными, а рядом будет ваш партнер. И вот тогда, используя второй хакерский трюк, о котором мы пока говорить не будем, вы проведете совместное осознанное сновидение.

Если у вас возникнут вопросы по процедуре, изложите их в отчетах.

Задание 1.

Вы и ваш партнер садитесь напротив друг друга. Расстояние между вами – 1-2 метра. Спины прямые. Колени расставлены в стороны, ноги и руки не скрещены, кисти рук покоятся на коленях ладонями вверх.

1.1. Ваш партнер закрывает глаза. Он некоторое время учится сидеть перед вами с закрытыми глазами. Это не для всех просто. У него возникает сильное желание открыть глаза и осмотреться. У него трепещут веки. Он нервничает. Он обучается релаксации в этом положении.

1.2. Затем вы меняетесь ролями. Ваш партнер смотрит на то, как вы обучаетесь сидеть перед ним с закрытыми глазами.

1.3. Ваш партнер закрывает глаза. Вы расслабленно наблюдаете за его телом – не за лицом, а за всем телом. Вы не фокусируете взгляд на чем-то в частности. Старайтесь уловить цветовой оттенок на периферии его тела (Ауру? Нет! Это расцветка наиболее активного слоя информации!)

Разъяснения: Для этого упражнения мы делаем два вольных допущения:

1. Тело партнера хранит слои информации. Некоторые из них более активны, чем другие.

2. Эти инфополя окрашены в свои оттенки. Для их интерпретации мы используем две системы – чакорную и радужную. Соответственно, получаем:

1) муладхара – красная – проблемы и темы личной безопасности

2) свадхистана – оранжевая – сексуальные проблемы

3) манипура – желтая – проблемы и темы волевых взаимоотношений

4) анахата – зеленая – проблемы и темы симпатии, антипатии, принятия и отторжения

5) вишудха – голубая – проблемы и темы эмоциональных выражений (от обид до творчества)

6) аджна – синяя – проблемы и темы интеллектуальных выражений (от планирования до прозрений)

7) сахасрара – фиолетовая – проблемы вашей связи со сверхсознанием

Для упрощения мы будем оперировать пятью первыми чакрами.

1.4. Выявив расцветку инфополя, начинайте расспрашивать партнера о проблемах в данной сфере (например, о сексуальных проблемах). Он по-прежнему сидит с закрытыми глазами и отвечает на ваши вопросы – отвечает честно и откровенно.

Например: А) Я вижу оранжевый окрас. Что за проблемы у тебя на сексуальном фронте?

Б) Разрыв с моей прошлой девчонкой. Мы встречались почти год.... и т.д.

Пока Б. раскрывает активированное инфополе, А. видит новые цветовые блики (допустим, голубые и желтые). Он начинает поворачивать тему на анахатные и манипурные темы – в чем суть неприятия, почему промелькнула инфа о перегибе и насилии в отношениях? Возможно, А. увидит голубой оттенок и тогда он начнет опрос про обиду.

Если вы правильно вскроете активированное инфополе, оно отдаст энергетику, захваченную данной ситуацией. Ваш напарник станет эмоциональным, он попытается прервать общение или открыть глаза. Вы должны быть четко настроенными на его информационно-энергетическое поле. Вы напоминаете ему о том, что это ваше обоюдное решение пройти мой практикум. При выходе энергии, захваченной в данном инфополе, ваш партнер обязательно сделает неосознанный глубокий вздох (или долгий слышимый выдох). Это знак, что энергия вышла и абсорбирована телом.

При сильных реакциях партнера вы начинаете чувствовать в себе эмоциональные резонансы. Гасите их на корню. Состояние «водного мира» начинается с тихой «поверхности пруда» в вашем восприятии партнера. Вы становитесь зеркальной поверхностью, которая отражает только вашего партнера. Ничего от вас лично. Никакой помощи и эмоциональной поддержки («Да наплюй на эту девушку! Она тебя не стоит!»), никаких реакций. Вы спокойный пруд, в котором отражается хаос энергетических возмущений в теле вашего партнера.

1.5. Поменяйтесь ролями с партнером.

1.6. Если в вашем сознании будут возникать мимолетные образы или картины, используйте их для своих опросов. Не мысли с потолка, а искры интуитивного восприятия. Они тем и особенны, что внезапны – как прозрения. Чем тише «поверхность пруда» вашего восприятия, тем чаще и ярче будут возникать моменты считанной визуальной информации.

Итак, основная цель этого задания – чтение расцветок инфополей и попытки их интерпретации. Практикуйтесь минимум 1 раз в день по часу. Максимум на ваше усмотрение.

Даю на это задание три дня. 18 февраля вечером получите 2-е задание.

Ваши отчеты важны в первую очередь вам. Поэтому не ленитесь в их написании. Но и не пишите больше 1 отчета в день.

Splank >> 2007-02-16, 01:35:24, #1

Отчет.

К выполнению задания приступили через пару часов после его проявления в Сети. На практику ушло чуть более часа.

Сидеть с закрытыми глазами было легко. Открылся по-максимуму. Постарался остановить ВД. Сидя с закрытыми глазами смутно ощущал на себе что-то типа “луча сканирования”,

движущегося вверх-вниз вдоль тела.

Когда сканировал сам - никаких цветовых эффектов не наблюдал. Информация приходила в виде слов, мыслей, либо

в виде “кусочков” знания. Обнаружив зажим, проблему, сразу пытался скорректировать поле партнера, задавая вопросы

и подводя к корню проблемы (естественно, на уровне своего понимания),

иногда стараясь советом несколько изменить мировоззрение, устоявшийся взгляд

на проблему. (Например - у тебя проблемы в волевой сфере? Тебе кажется, что на тебя давят,

оказывают давление? - Да! Мне кажется, это началось в детстве с действий моей матери... - Реши

для себя, что ты уже взрослый человек, и сам в состоянии эффективно решать свои задачи и нести за это всю полноту ответственности.) Старался почувствовать какой отклик в теле партнера производят мои слова, как его тело “отзывается” на предложенные мной “корректировки”. Чувствовал положительный эффект в виде облегчения на уровне своего тела (как бы войдя в этот момент в шкуру партнера, отождествившись с его чувствами и ощущениями)

Во время сканирования меня партнер очень четко определил у меня ряд зажимов и заморочек именно по цвету энергополя.

У меня был при этом ряд инсайтов - осознал собственные комплексы и зажимы. За этим действительно следовал спонтанный глубокий вдох, чувство легкой радости и облегчения. Закончилось, правда все тем, что мы начали спорить - “Кто на кого давит” и пришлось закончить, так как настрой стал сбиваться - было уже очень поздно и стало сказываться утомление.

После конца практики у меня стала “ныть” правая сторона тела - сначала в районе сердца, затем - поджелудочной железы, это те места, которые напарник охарактеризовал как “темные, затемненные участки”. На его вопрос “Что это?” пришел ответ - дырки в светимости из за рождения детей (хотя на уровне трезвой логики и анализа своих ощущений сейчас - я в этом сомневаюсь).

Дискомфортные ощущения в нижней части правого бока все еще сохраняются, но постепенно стихают.

Giotto >> 2007-02-16, 13:48:47, #2

Отчет.

Проснулся в 5 утра, свежий и выспавшийся, хотя лег после 12 часов. Минут через 15 лег сновидеть быстро уснул. ОС - а не получилось, но преснился яркий сон в котором я кого то искал и потом понял, что ищу людей из моей вчерашней настройки. Место напоминало кафе или ресторан хорошо освещенный было много народа и я из всех находил и выбирал “Своих” подсаживался к ним перекидывался пару слов. В мыслях красной нитью шла мысль: а где “Главный?” и почему не могу его найти? Потом нашел: в центре зала сидела компания из 3-х человек а по бокам стояли еще два человека абсолютно похожих друг на друга, как две капли воды (они не были близнецами) я понял что это стражи и охраняют “Главного”. Главный сидел спиной ко мне. Я всячески пытался его разглядеть, но стражи не давали и всячески заслоняли “Его”. Они не вели себя агрессивно, но настроены были решительно и к Главному не подпускали, а он не хотел показывать своего лица и говорил со мной со спины. Стражников звали “Нино” - обоих одинаково. Из Своих я нашел человек 9 - 12. Когда проснулся было ощущение общности и такого же потока, что и вчера при настройке которую проводила Масыня.

В 7-30 утра с партнером преступили к практикуму. Сначала прочитали еще раз задание сели друг против друга. Первым закрыл глаза я, а партнер по практикуму сканировал. Вначале было неуютно под его взглядом. Мысленно стал доверять партнеру и когда было ощущение полного доверия - сразу стало легко. Он задал вопрос и чем больше отвечал тем больше “зажимов” спадало с меня и тем больше стало всплывать воспоминаний связанных с моим прошлым. Ощущение было активного и сжатого во времени перепросмотра! После короткой тишины в руках было ощущение большого магнетического шара. Он был желтого цвета. Пространство стало вязким, на руки что-то давило (типа магнита - плюс минус - и руки - то прижимались, то отталкивались слегка) потом было ощущение, что между нами большой шар который держим на наших руках.

Вторым сканировал я партнера. Цвета не видел, но видел “напряги” в теле партнера на которые указывал ему. Поначалу был он напряжен, но постепенно напряги уходили. Когда при ответе на вопросы партнер выдыхал я чувствовал его облегчение и как будто, что-то (т.е эта проблема) растворялось в нем. Цветов не видел, но при ответах было ощущение, что что-то становится ярче, легче. По окончании практикума оба отметили, что получили хороший заряд со знаком плюс)

ЗЫ На книги “Хакеров” с партнером вышли месяц назад и сразу поняли, что надо продвигать совместные сновидения. Недели две до практикума каждый день намеревались найти друг друга во сне. Так что этот практикум Равенны пришел прямо в ТОЧКУ! Я приятно удивлен) Силы притягиваются - это реальность!)

Strelka >> 2007-02-16, 19:32:28, #3

Отчет.

1.1.

Strelka

Сели первый раз ближе чем нужно, когда это поняла, было уже поздно менять.. Наблюдала за напарницей, обе были абсолютно спокойны (доверяли друг другу) У меня приостановился ВД, комната поплыла (глаза я расфокусировала). Видело белое неяркое свечение в районе ее живота. Сидели 15 минут, поменялись.

Revers

Исправив ошибку (сев подальше), начали релаксацию. При наблюдении за напарницей сложилось впечатление доверия и открытости. Сидели 15 минут.

1.2. S.

Когда наблюдали меня, было ощущение что нахожусь где-то не здесь) Видела себя разделенной на 2 половины прозрачной стеной, бесконечной во всех направлениях. Правая сторона “дневная”, левая - “сумеречная”, темная.. Чувствовала давление на ладони, потом покалывание в них, которое распространилось дальше на руки.

1.2. R.

Когда наблюдали меня чувствовала спокойствие и расслабленность... Пыталась остановить ВД.... Получилось не очень...

1.3. S.

Цвета не видела, они приходили как слова. Просто появлялось слово в голове, например “синий”.. Вопросы с цветами тоже не очень получилось связать. Появлялось знание какой-нить проблемы, я озвучивала и спрашивала: так? Угадала 2__3-х. Руки как бы придавило к коленям.

1.3.R.

Видела четко выраженный желтый цвет. Попыталась сформулировать проблему, спросить так или нет... Угадала все, но ситуацию вести не смогла. Было давление на ладони.

ЗЫ: После выполнения задания обеих немного потрясывало около полчаса.

Miracle - Arfa >> 2007-02-16, 20:03:33, #4

Отчёт Arfy – Miracle по первому заданию за 16 февраля

Miracle: Я смотрела на Arfy и стала замечать свечение по контурам её тела. С цветом было трудно понять, но потом мне показалось, что я вижу едва различимый зелёный оттенок этого свечения. Я стала задавать вопросы по анахате (симпатия, антипатия, принятие, отторжение). Arfa стала отвечать, и зелёный цвет стал восприниматься отчётливее. Я видела наплывы зелёного цвета в районе её плеч. Потом я увидела жёлтое свечение в районе её головы. Разговор плавно перешёл от проблем, связанных с зелёным цветом, к вопросам, связанным с манипурой (проблемы и темы волевых взаимоотношений). У Arfy была сильная эмоциональная реакция в связи с нашим разговором. Что касается неосознанных вздохов или выдохов, я не уверена, но вроде один раз Arfa вздохнула так, что я это как-то выделила. Было ощущение, что делаю правильно, когда я смотрела на цвета и слушала Arfy, и при этом не допускала собственных эмоций, а отстранённо созерцала. Потом мы предприняли вторую попытку, во время которой я снова наблюдала свечение по контурам тела Arfy, выделить в нём какой-то оттенок было труднее, но мне показалось, что оно было желтоватым.

Arfa: Вот мой отчет. Наблюдала действие вторая, в два этапа.

Первая попытка моего созерцания представлялась в виде трех пятен на теле моей напарницы. Первый замеченный цвет зеленый, затем оранжевый, плавно переходящий в голубой. Причем первых два цвета можно было наблюдать в виде четырехугольников неправильной формы

расположенных в области груди. По мере вопросов нашлось сходство с двумя сливающимися пятнами, которые были выделены более четко.

Вторая попытка созерцания прошла с интересным феноменом. Конкретных цветов не наблюдалось. Тело как будто бы обволакивал легкий голубоватый оттенок, но в дальнейшем был замечен шар голубоватого цвета, исходивший из рук Miracle (точнее как бы зависал над ладонями). Было ощущение, что эта сфера подпитывалась выходящей из рук Miracle энергией. Могу отметить еще одно: в комнате было достаточно темно и я не сразу заметила положения рук напарницы уже после того, как она открыла глаза, и до тех пор наблюдала сферу с полной уверенностью, что ловлю глюк! Мы начали анализировать, и выяснилось, что руки находятся в перевернутом положении. Решили поэкспериментировать и пока я наблюдала, Miracle перевернула руки ладонями вниз. Сфера погасла.

nigel >> 2007-02-16, 20:22:06, #5

отчет: с напарником сначала попробовали просто сидеть поочередно с закрытыми глазами, сперва немного нервозно, потом успокаиваешься, из всех ощущений в ходе занятия достойных внимания считаем следующие, мои: тело напарника, в ходе моей визуализации, как-бы растворялось с фоном за его спиной, спустя какое-то время сильно активизировалась чakra в области солнечного сплетения. Ощущения напарника: глядя на меня он расфокусировал глаза и увидел в районе шеи отчетливое желтое свечение, но вопроса из желтой сферы не задал т.к. мы не совсем понимаем значения "проблем в области волевых взаимоотношений".

Tuta >> 2007-02-16, 21:41:36, #6

Вопрос по первому заданию Равенны: как должен располагаться цветовой оттенок? Одинаково по всему телу, или в разных частях тела, разный цвет одновременно?

Мы с моей напарницей Tilli в ходе, выполнения задания, видели по контуру тела, я у нее-зеленый, она у меня-красный вокруг плеч и голубой вокруг головы. Напарница, при выключенном свете видела лучше, чем при включенном. Эмоционально мы обе были спокойны. Это инфополе? Если можно по подробней, как именно должен проявляться цвет, все ли могут его увидеть? Влияет ли наличие освещения на проявление цветовой оттенка?

Turambar >> 2007-02-16, 22:41:51, #7

Всем добрый вечер!

Мы с другом решили, что каждый выложит результаты нашего первого опыта самостоятельно. Далее моя версия.

Первым делом постарались потренировать состояние наблюдаемого с закрытыми глазами. Наблюдали за мной. Выйти на состояние полного спокойствия удалось в течении пары минут, первоначально было несколько необычно и было желание улыбнуться. Друг тоже довольно быстро справился с эмоциями.

На следующем этапе выбрали место в комнате так, чтоб человек сидел спиной к однородному светлomu фону. Наблюдали за мной. Первоначально я стрался максимально раскрыться для своего партнера и даже формировал некое подобие эмоционального канала. Партнер отметил наличие зеленого инфополя. Я стал объяснять причину его существования. Немножко отвлекшись от практикума, мы решили, что намеренное формирование настройки лишнее. Возобновили тренинг. Я стал просто "плыть по ощущениям и мыслям", партнер отметил наличие зеленого инфополя когда я думал о своей бывшей девушке. В ходе моего рассказа цвет инфополя сменился на голубой, смена произошла в момент, когда я испытывал противоречивые чувства и решал кому стоит помочь в первую очередь - девушке или семье. В процессе проговаривания данной перемены цвета у меня был "выдох" :), после которого пришло понимание, что я сдела выбор и те проблемы, которые у меня были связаны с данной девушкой, я "отпустил" и их больше нет. Стало очень уютно. Пока был "подопытным" заметил за собой необычное чувство - мое тело, верхняя его половина, как буд-то вытянулось вверх, причем очень значительно, так что я наблюдал себя сидящим как бы свысока. В руках ощущалось тепло и чувство тяжести. В какой-то момент своего рассказа прочувствовал тонкую и длительную (порядка 10 сек) вибрацию в левой части тела. Поменялись с другом местами, сейчас уже я был в качестве "зеркала - озера". Сразу для себя

отметил сложность в попытках увидеть цвет инфополя, т.к. свет обоев был легкого-желтого цвета, и провести различие между инфополем и игрой освещения было не просто. Попытки просто расфокусировать зрение тоже давали неверный результат. Результат был достигнут в момент, когда я старался увидеть друга целиком, не фиксируя взгляд на конкретных частях тела. Тем не менее, цвета наблюдались только с одной части тела, которая была затененной. Хорошего результата (контакта) удалось добиться всего один раз. Я отметил наличие оранжевого цвета (плотный контур), друг начал рассказывать ситуацию, которая "была с ним" в момент наблюдения цвета. В ходе его рассказа я заметил смену цвета на красный (легкий шлейф, почти на грани восприятия), как раз в тот момент когда друг прешел к ситуации, угрожавшей его безопасности. Далее был еще переход цвета на желтый, но друг не смог увязать ход его рассказа с переменной цвета. Мы решили сделать перерыв, пили чай, вели беседу. Так получилось, что я стал рассказывать случай из своей жизни, друг в это время меня "сканировал". Оба мы были с открытыми глазами. В какой-то момент он отметил у меня красное инфополе, мы тут же плавно переключились на задание. Я закрыл глаза, расслабился и стал рассказывать причину данного цвета, со временем цвет изменился на синий, на что друг отметил, что скорее всего я просто стараюсь рассуждать, что было действительно так. :) Через некоторое время наш первый тренинг подошел к концу.

После тренинга оба отметили очень приятное чувство спокойствия и доверия друг к другу. По моим ощущениям друг мне стал несколько ближе, чем был раньше, появилось какое-то "братское" чувство, привязанность, комфорт.

Есть вопрос к Vinci: как лучше расположиться партнерам во время практикума, чтоб было проще наблюдать инфополе, какого цвета фон больше приветствуется? (не все участники являются продвинутыми, для кого-то увидеть инфополе явно по началу сложно)

Rit - Lenw >> 2007-02-16, 23:06:21, #8

Отчет

Выполняли задание по пунктам, как было написано.

Сначала настраивались друг на друга. Было немного смешно, но мин через 5-7 прочувствовали всю серьезность момента. Расслабиться было легко так как давно знаем и доверяем друг другу.

Далее Lenw закрыл глаза и я (Rit) начал его сканировать:

Во-первых: Через определенное время почувствовал твердую капсулу энергии в руках. Взгляд расфокусировался и появились цветные пятна, сначала по контуру тела потом внутри. Начал задавать вопросы. Правильность задаваемых вопросов регулировалась угасанием цветных пятен. Более того через определенное время ком энергии в руках начал таять и к концу сеанса сошел на нет. Было пару раз подтверждение выдохом.

От Lenwa. При настройке на партнера, при открытых глазах было ощущение чужого человека, стаж, который быстро пошел, связано со световыми пятнами в области головы. При закрытых глазах был эффект проваливания, вглубь. При сканировании партнера и расфокусировки глаз наблюдалось изменение цветных пятен тоже в области головы, которые менялись в связи с парельными вопросами и ответами. Слова и эмоции в ответах меняли цвета. Структура цвета была похожа на структуру лазера, каждое пятно состояло из маленьких вкраплений световых пятен. Правильность задаваемых вопросов было подтверждено глубокими выдохами Рита.

ulis >> 2007-02-16, 23:26:49, #9

Отчет.

Настройка и релаксация прошли спокойно и ровно, без дерганий. Под конец первому показалось голубое свечение по бокам рук второго. №2 сказал, что именно в этот момент захотел «засветиться» синим..

При сканировании №1 (лучше глаза расфокусировать, так воспринимается всё тело) заметил сначала один вид цвета вокруг тела от локтя к локтю вокруг головы, потом оттенок другого около левого уха. В конце третий цвет каёмкой, несколько тоньше первого.

При текущем опросе выявилась достаточно прочная связь цвета и его проявления с процессами, проходящими с №2.

При сканировании №2 было замечено два вида свечения, связанных между собой по смыслу.

Когда № 1 начал задавать вопросы -- одно стало более насыщенным и расширилось.

В конце, и во время обсуждения появилась глубокая зевота

Талай >> 2007-02-17, 00:09:16, #10

Доброе время суток.

Мой отчет по первой попытке выполнения первого задания Равенны.

К практикуму настраивались давно – с самого первого сообщения масяни на нашем форуме.

Проблем с взаимным доверием мы не испытываем, поэтому первичная настройка друг на друга затруднений не вызвала.

В принципе, Tugambar в посте #7 описал все достаточно подробно.

Добавлю вот что. Что бы увидеть инфо.поле методом научного тыка удалось формализовать 2 способа (допускаю, что это одно и то же, только «вид сбоку»):

- расфокусировка (мы делаем это, когда хотим увидеть 3D-картинки)
- установка фокуса далеко за партнера и фиксация контуров периферическим (шут его знает, как это правильно называется) зрением.

В обоих случаях очень устают глаза - приходилось прерываться.

Удерживать возможность видеть инфо.поле и одновременно «вести» партнера напомнило мне времена, когда я учился водить автомобиль. 8)

Айка >> 2007-02-17, 01:27:24, #11

Цвет проявился в виде тонкой оранжевой вертикальной кривой полоски в районе солнечного сплетения партнерши. С распросами как-то не очень получалось. Выходило на уровне констатации фактов. Когда она меня сканировала, я ощущала вибрации в центре воли. Вообще мы наверное не совсем правильно поняли задание. И вместо того чтобы сосредоточиться на поиске основных блоков и проблем, мы пытались выяснить о чем думал партнер в последнее время.

Орхон >> 2007-02-17, 06:22:40, #12

Отчет

Посидели мы с напарником, настроились, поболтали. Стали закрывать глаза по очереди. Он во внутреннем пространстве увидел красный глаз, который не видел уже много лет (опытный сновидящий, имеющий опыт пассивных СОСов – к нему приходили по договоренности). Я в связи с этим также вспомнил опыт про который давно забыл и не связывал его со сновидениями – видение красного разумного и заинтересованного глаза закрытыми глазами.

Далее по очереди сканировали. Я у партнера определил желтый цвет – поговорили о решительности в жизни. Он у меня выявил желтый и зеленый – обсудили волевые и сердечные проблемы.

Достаточно весело все прошло. Сказать, что выявили мы что-то там друг у друга сильно травмирующее нельзя – вся эта поверхностная фигня давно пересмотрена (и продолжает перепросматриваться =) Но думаю, что реальный энергообмен, позволяющий установить хорошие энергоинформационные связи для СОСов у нас произошел. Будем так сказать углубляться в этом направлении.

Umaga >> 2007-02-17, 08:58:16, #13

Отчет

Mahamuddha: вечером посидели с напарником(Umaga). Вопросов не задавали, просто сканировали друг друга. Я использовал периферическое зрение. Ощущение цветового оттенка появилось минут через 15. Ночью мне снилось, что я выхожу на кухню, а там стоит Umaga и молча смотрит на меня. Я показываю мизинцем на него и пытаюсь изменить цвет его майки(она серая) Он не меняется и я думаю, что это не сон а реальность и ухожу спать обратно. Просыпаюсь через пол часа и опять иду на кухню, там сидит Umaga, естественно ни какой серой майки у него нет и я понимаю, что прошлый раз был сном. Вопрос: а как привлечь внимание напарника во сне?

Uma: при сканировании отчетливо видел у напарника желтый цвет, кратковременные остановки вд, ночью не мог заснуть, постоянно ворочился, сон был поверхностным, толи спал толи не спал.

Vinchi >> 2007-02-17, 09:23:54, #14

Что такое волевые отношения?

Это когда вас давили волей - родители что-то заставляли. Старшие парни принуждали что-то отдавать - например, деньги. Хулиганы наезжали на вас, выставляя в присутствии девушки трусом. У кого-то были случаи, когда он побоялся заступиться или вмешаться в ситуацию. И наоборот, были случаи, когда вы давили кого-то волей и принуждали к каким-то действиям.

Как лучше видеть цветовые оттенки инфополей?

По контуру тела. Они действительно кучкуются на плечах и за спиной. Но видны на лице, по контурам головы, у ног, в середине тела. Интересно отметить, что цветовая гамма одежды часто соответствует активированным полям человека. Мы то ли маскируемся так, то ли неосознанно выделяем свои проблемы. Живой пример - свитера с полосой на груди (явные проблемы с симпатией). Высокие воротники у обиженных и эмоционально взвинченных людей.

Как лучше располагаться?

Лучше проводить занятия в полутемном помещении с естественным освещением из окон. Электрическое освещение мешает восприятию оттенков. Когда идет инфоопрос в паре, то сидеть лучше на дистанции 1-2 метра. Когда идет групповая работа, то ведомого сажают в 2-3 метрах от пары сканеров. Обычно пара сканеров разнополая. Они сидят бок о бок лицом к лицу с ведомым, а за их спинами в 3-5 метрах создается полукруг из остальных участников группы. Их внимание собирается "линзой" полукруга и фокусируется через пару сканеров на ведомом. При таком расположении ведомого просто "уносит" от энергии воздействия. Проблемные слои высвечиваются яркими пятнами. Он имеет огромные трудности держать глаза закрытыми. У многих дергаются руки. Эмоциональные всплески максимальны.

Однажды я видел, как группа решала проблемы девушки. Активированное поле было связано с свадхистаной. И девушка вдруг начала мастурбировать - в трансом состоянии, перед 20-25 людьми. Все были в шоке. Наш наставник велел нам сохранять "зеркальное отношение". Как там зеркальное! Она возбуждала себя на наших глазах, а затем мощно кончила. И мы были настроены на нее. Почти все женщины едва не кончили. У пацанов едва глаза не вываливались из орбит. Вот тогда я понял, как трудно держать "зеркальное отношение". А еще мы однажды работали с женщиной, потерявшей сына в аварии. И мы проходили этот момент. Групповое поле ввело женщину в транс, она буквально заново переживала аварию и гибель сына. Тоже было трудно выдерживать "зеркальность".

Еще в парной работе, но в группе, мне довелось работать с парнем, которого в детстве трахнули два пьяных мужика. Он всю жизнь скрывал этот факт, а я его увидел в образах, и в конце концов мы начали решать эту проблему. Вот тут было очень трудно вести опрос - по самой кромке лезвия. Я попросил его сначала убить этих людей в своем воображении. Он почикал их топором. Затем мы снова прошли через эту ситуацию, и я попросил его избить этих людей, но оставить живыми. А потом мы еще раз подчистили ситуацию, и он смог простить их. Потом был глубокий вздох. Еще один, и парень заплакал. Минуты две рыдал, а я был "зеркалом". После потока слез этот парень заулыбался. Мы сидели в большом клубе у сцены, и за кулисами лежал сломанный стул. И вот он взял ножку этого стула - крепкую, как железо - и скрутил ее в жгут. Я такого никогда больше не видел. Энергия релакса была такой огромной, что он скрутил ножку стула в подобие веревки. И рукам хоть бы хны - даже кожу с ладоней не сорвал. Вот какие энергии заперты в наших проблемах.

Psychonaut >> 2007-02-17, 11:48:37, #15

Отчёт.

Пока мой напарник временно вне зоны доступа, чтобы не терять время, мы решили провести упражнение втроём: я, Аталия и её напарница. (Тем более, что Аталия с напарницей уже поработали вдвоём, и им было тоже интересно попробовать такой вариант).

Схема была такой: один человек расслабляется - двое других на него смотрят. И так по очереди с

каждым.

Первая часть упражнения - простое расслабление, вторая часть - считывание инфополей.

По первой части:

а) Расслабиться под взорами двух девушек - было довольно легко. Каких-то побочных эффектов и беспокойства - практически не испытывал. Периодически улавливал небольшие "всплески" и подёргивания в разных частях тела. Под конец, когда расслабление стало довольно глубоким - перед глазами начали плавать какие-то пятна разных оттенков. На этом остановились, потому что это уже, судя по всему, пошли "инфополя".

б) А вот смотреть на человека - вызвало определённые трудности, по крайней мере, по началу. Видимо, это связано с какими-то блоками и запретами смотреть на других людей. (Типа "Чего уставился?" и т.п.) Постоянно хотелось отвести взгляд. Фиксация взгляда вызывала беспокойство. Хотя почему бы и не посмотреть на симпатичных девчонок? ;-) Когда, наконец, удавалось зафиксировать взгляд, возникало беспокойство уже другого рода: облик созерцаемого человека - начинал трансформироваться, порой до неузнаваемости. Это как если долго смотреть на себя в зеркале - примерно похожий, порой даже пугающий, эффект.

По второй части:

а) При считывании инфополей особых цветовых эффектов я не видел. Лишь несколько раз было мимолётное ощущение цвета, но я не уверен, что это не было каким-то оптическим эффектом, вроде отблеска от занавесок, ламп и т.п.

Тем не менее, да, это было ощущение голубого сияния - и когда мы начали вскрывать тему выражения эмоций, чувствовались всплески у "ведомого объекта". Вот тут сложным было - сохранять состояние "поверхности пруда". Я чувствовал, что меня "затягивает" в состояние того человека. Вскрылась тема какой-то обиды. И, как мне показалось, пошёл уход в синюю часть спектра. Но в основном, ощущения были на уровне тела. То есть, я не могу сказать, что чётко видел какой-то цвет.

б) Когда считывали меня, девчёнки затронули тему "заставлять себя делать нелюбимую работу". Вскрылись довольно болезненные моменты, уходящие корнями в детство. Как они сказали, было чёткое ощущение жёлтого цвета. Затем, по их словам, были какие-то проблески красного и оранжевого, но они не стали углубляться в эту тему. Вообще, по их словам, было сложно сформулировать нужный вопрос, который бы соответствовал тому или иному цвету.

в) При считывании другого человека, ощущения были другие - чётко видно, что у разных людей - разные инфополя. Цветовых ощущений - тоже практически не было. (Если и было видение "ауры", то оно почему-то было белого цвета). В основном - тоже, ощущения на уровне тела. В какой-то момент всплыло слово "понимание", и мы немного проработали тему непонимания, которая, видимо, чем-то волнует ведомую. Затем она начала уходить в какой-то образ, и я почувствовал, что меня туда "затягивает". Попытка сосредоточиться привела к довольно интересному изменённому состоянию. Контур ведомой стали чётче, а пространство вокруг - словно начало меняться. Нет, всё было такое же - комната, мебель, и в то же время не таким. Не таким привычным. В какой-то момент у меня возникла мысль, что "Наверное, если бы я её встретил в сновидении, у меня были бы такие же ощущения".

На этом мы закончили. По времени всё заняло примерно 2 часа.

Rats >> 2007-02-17, 12:21:00, #16

Отчет:

В ночь после получения задания был сон, в котором приснился партнер, но просто обычный, бытовой, без осознанности.

При выполнении задания - не было сложности расслабиться и спокойно сидеть, но цветовых оттенков не углядели, хотя пробовали смотреть и по периферии и расфокусировав взгляд, возможно нужно попробовать без света, может будет легче..

У меня никаких ощущений при сканировании не было, а партнер сказал что чувствовал потоки.. Вот пока и все результаты..

Venator >> 2007-02-17, 14:36:47, #17

Отчет за 16.02.07

Вопрос: Как увидеть эту расцветку вокруг тела?

Пример. когда смотрю на партнера:

1) Пробовал вначале стоя(невнимательно прочитал задание): смотрел за него - ничего, на контур его тела - ничего, представил себя зеркальным - мир поплыл - в прямом смысле слова - сознание металось в голове - необычное, непонятное, но всё же оч. приятное состояние движения - жаль, что сознание не вышло за пределы головы.

2) Сидя (как сказано в задании) - вообще ничего - Расплываются черты лица, контур тела становится не ясным - и всё! - никакого окраса - только лёгкая белая дымка. Что я делал не так?

Соображения в перемешку с отчетом наблюдаемого:

Насколько я понимаю:

1) это ни в коем случае не должно превращаться в консультацию психолога, т. е. увидел окрас - задал вопрос - слушаешь ответ. наблюдая за изменениями окраса - окрас изменился (Что делать если окрас не меняется, а наблюдаемый закончил говорить и спрашивать вроде не о чем?) - задаешь след. вопрос только если видишь окрас и никакой тебе логики(вопрос вытекающий из предыд. ответа) и ни каких советов, т.е. главное, чтобы наблюдаемый сам говорил - закончил говорить - тема исчерпана.

2) Вздох/выдох делать не обязательно - я не делал - мне просто стало легче/хорошо, в первой ситуации я ощутил накатывающийся шар - то как он принес мне облегчение, как бы вернул часть меня, во втором случае я почувствовал шар и вращение и ещё у себя на руках гигантский приятный шар - класс! Ну а дальше партнер не увидев / услышав вздоха продолжил опрос - и стало хуже - давление на аджду.

Venator >> 2007-02-17, 14:42:39, #18

Отчет за 17.02.07

Я - наблюдатель: увмдел черный шар вокруг напарника диаметром 1,5-2 метра; желто-зеленую полосу, проходившую через уши - и все - только белое свечение вокруг - смотрел на все тело партнера.

Я - наблюдающий: почувствовал как левую часть тела буквально закручивает/кружит влево, апотом шар, который вошел в солнечное сплетение - ощущения хорошие.

Оч. беспокоит то, что практически не помню снов, а раньше запоминал хорошо.

Hrafn Tinna >> 2007-02-17, 16:29:08, #19

Отчет.

15-го числа снились поезда, видел себя в зеркале

16-го попрактиковаться не смогли по тех. причинам, наверстываем сегодня.

17.02.2007

Начали все по порядку: сели, перед друг другом посидели, пообвыклись, вроде не сложно.

Потом начали зеркалить. Ощущения у «сканируемого» – вокруг пустота. Голос ведущего и рядом и где-то далеко. Открываешься душой нараспашку. Коренных проблем вроде бы не открылось ;) но текущее состояние человека по отблеску на уровнях чакр и – реже – по цвету отслеживалось.

На втором этапе были замечены инфополя ;)

==По контуру тела. Они действительно кучкуются на плечах и за спиной. Но видны на лице, по контурам головы, у ног, в середине тела.==

Их и видели)

Коменты и отчеты читали после и были приятно удивлены полужившимся.

При попытках как-то взаимодействовать с риалом у «сканируемого» наблюдались всполохи в сахасраре и аджне, а также в манипуре.

Ощущения от практики очень приятные. На определенном этапе «сканируемому»

казалось что, взгляд (под веками) находится немного выше, чем голова, что смотришь на окружающее свысока)

nigel >> 2007-02-17, 17:41:07, #20

После того как мы с todesky вчера мы проделали упражнение я, когда ложился спать, расслабился и через какое-то время почувствовал себя им, лежу и думаю: а почему todesky лег спать в мою кровать? Я, реально, на какоето время стал им, мое тело стало телом todesky, я почесал глаз и при этом я почесал глаз todesky, и еще не так просто было вернуть ТС в «стойло»

Отчет по второму дню: сегодня все пошло гораздо лучше, по крайней мере у напарника. Я же, особого цветового свечения не заметил, было что-то зеленое, и я развивал эту тему вопросами, но активности в цвете не заметил, было одно интересное ощущение: в сумеречном свете тело напарника почти полностью растворялось в пространстве.

Отчет todesky выложу позже.

konste >> 2007-02-17, 18:22:59, #21

Отчет.

Снами пока не замораживаюсь вообще.

Сегодня впервые встретился с напарником.

Первым сканировали меня.

Расслабился легко, рассказывать тоже было легко.

Я убеждаю себя давно в том, что с моей точки зрения какая - либо откровенность с моей стороны проблема того кто получает сведения. - С подобной открытостью напарник не смог добраться до тем на которые мне бы не хотелось говорить.

Однако, рассказывая о вполне будничных своих проблемах, я чувствовал моменты эмоциональной активности. Успокаивался - легко. Разволновался после окончания сеанса.

Вздых скорее издаю я до начала рассказа.

Мы не пытались с напарником как либо вообще реагировать на информацию - только задавали вопросы по цветам и слушали (давали выговориться.)

Потом я стал наблюдателем.

Как и думал - мне это тяжелее. Во первых, я явно комплекую задавать вопросы оранжевого цвета)) Это просто мешает, (не важно - есть такой цвет у партнера или нет). Во вторых "не удобно" себя чувствую, когда на мой вопрос человек делится своими переживаниями.

Когда слушаю рассказ - возникает (с эмоциями, я, кажется, справлялся легко - временами меня вообще не волновало о чем говорит партнер, просто слушал что говорит) - возникает масса ассоциаций, мыслей, с тем что знаешь уже о человеке - (вопросами не проверял куда ведут такие ассоциативные вспышки) так и ассоциации с собственной жизнью. При втором типе ассоциаций возникает ощущение, что я как бы понимаю способ мыслей партнера, то есть способ, как он оказывается в подобной ситуации. Возможно я проецирую свой опыт. - Не стал обращать на это все внимание.

Партнер тоже, вздыхает перед рассказом, чем после.

Цвета проявлялись как мне показалось разные в разных частях контура тела партнера.

Какой либо новой информации в обход рассказа партнера я не узнал, как мне кажется.

Сильно беспокоящих партнера тем кажется не задел. Так сказать, мы ознакомились с текущим состоянием дел друг друга в некоторых областях цветов.

Есть мысль, что все же надо было задавать вопросы по теме возникающих в голове воспоминаний о моментах в жизни партнера (повторюсь - моменты эти я знал заранее, либо они были очевидны на фоне таких знаний + рассказ партнера), и - посмотреть куда ведет этот поток.

Так как эти вещи не проистекали логически из монолога коллеги.

В общем грань между "интуитивным восприятием" и "мыслями с потока" мне пока проводить рано. Возможно придется проверять этот момент экспериментально, если партнер согласится.

Вывод: -

пункты 1.4 в плане ведения диалога, задавания вопросов партнеру уточняющих и пункт 1.6 - не выполнены, выполнены слабо.

Остальная часть задания в этот выполнена неплохо.

Результаты подробно, как здесь - не обсуждали. Поделились несколькими мыслями, наблюдениями и разошлись.

Планируется встреча завтра.

Miracle - Arfa >> 2007-02-17, 18:30:07, #22

Отчет Miracle – Arfa по первому заданию за 17 февраля:

Arfa: Каких-либо особенностей в моем созерцании Miracle выявлено не было. Хотя было ощущение легкой дымки голубого цвета при второй попытке.

Мои личные ощущения при том, когда созерцали меня, легкое покалывание в руках, их сдвиг во внутрь ближе к телу и покалывание вокруг головы с левой стороны.

Вчера, кстати, почувствовала сильную усталость, но сны как потом оказалось, были четкие, но к сожалению обошлось без ОСов. Снились две интересных особы (они знают ;)).

Miracle: Трудно было отличить, где инфополе, где свечение от окна или тени, связанные с предметами, на фоне которых сидела Arfa. Видела некоторые оттенки (тоже голубоватую дымку), но в целом ощущение, что созерцать было труднее, чем в первый раз. Arfa заметила то же самое. В связи с этим вопрос: может быть, это как-то связано с затратами энергии?

P.S. Arfa: ИМХО, в комнате стало холоднее...

Petri >> 2007-02-17, 19:10:23, #23

Отчет.

Вначале я была наблюдателем. Цвета видеть я тренировалась накануне на прохожих. И тут я применила такой же способ - угадывание/чувствование цвета. Я его не вижу, а просто как бы чувствую. Хотя мы обе с партнершей были в черном. Я «увидела» желтый, зеленый и голубой. Т.к. мы перед этим активно обсуждали свои проблемы, и я попросила ее рассказать свои сны, то тут я просто продолжила задавать углубляющие вопросы, т.к. мне было непонятно, почему цвета продолжают оставаться, если мы уже довольно подробно разобрали все проблемы. После некоторых обсуждений были вздохи, хотя она удивлялась, зачем я об этом спрашиваю, если ее это совсем не беспокоит. Тут она сказала, что ее беспокоит на самом деле - необходимость принять решение - и тут я задумалась - к какой сфере это отнести. Мне показалось, что наверно это д.б. манипура (волевое действие), хотя КК говорил, что центр принятия решения находится где-то в районе вишудхи?

Потом меня наблюдали. Подруга увидела у меня много голубого цвета, мы стали это обсуждать, она прониклась моей проблемой и обещала ею заняться. Тем более, что она лежит в сфере наших общих интересов.

И еще сегодня у меня был сон с проблемой взаимоотношений. Мне приснилась моя напарница. Во сне мы договорились с ней встретиться. Потом я иду по своим делам и встречаю ее среди большой компании наших общих знакомых, которая направляется в гости к общей знакомой, чтобы отметить знаменательное событие. Она рассчитывала, что я в присутствии такого количества общих знакомых не посмею отказаться от визита. и поэтому заранее меня не предупредила. Но я была так этим возмущена, что громко объявила, что никуда не пойду. Ну и потом была занята переживаниями по этому поводу.

Этот сон мы тоже обсудили. В нем была проблема, связанная с другим человеком, но вместо этого человека во сне была она? Тут непонятно. Такой вот перенос получился. Хотя если покопаться, варианты этого сюжета у меня с ней тоже недавно проигрались.

sergey >> 2007-02-17, 19:31:13, #24

коммент дополнение для konste

Еще пару моментов, которые я отражу со своей стороны для уяснения.

Во-первых, цвета как у предполагалось видны по контуру тела иногда я видел их в местах энергетических центров. Смотрел я на партнера расфокусировав взор как при выполнении упражнения для остановки ВД. В других случаях цветов инфополей не было видно.

Я раскрыл только два цвета вначале синий, он привалировал очень сильно по контуру головы, потом зеленый. Этот цвет вытеснил все остальное. Мысленно я знал о некоторых проблемах партнера, но не пытался использовать это знание т.к. это бы нарушило чистоту эксперимента. А

зеленый цвет уже доминировал настолько, что ничего другого я не видел. В некоторые моменты в которых по голосу и рассказу партнера можно сказать, что он чувствует обиду и несправедливость по отношению к себе, я ощущал схожие эмоции, но старался их гасить.

sergey >> 2007-02-17, 19:34:06, #25

Комент Petri

Petri не забывай партнер не должен активно отражать твои эмоции и проникаться проблемой!

Turambar >> 2007-02-17, 20:14:46, #26

Всем привет!

Сегодня с другом повторно проводили занятие. Несколько обеспокоенные тем, что нам (или по крайней мере мне) было затруднительно читать инфополе, сменили место проведения занятия - цветовая гамма фона была иная (как позже выяснилось из поста Vinci опять не совсем удачно! :). Основной акцент в упражнении делали на то, чтоб видеть инфополе и видеть смену цветов. Оба пользовались несколько разными техниками. У меня результат был достигнут при следующем сочетании: акцентируюсь на лице партнера, а потом привожу себя в состояние водной глади, водного зеркала, торможу все мысли, стараюсь "отразить" друга в себе. В этот момент изображение становится "как бы трехмерным" (как в картинках), фон за партнером начинает "плыть", и начинает проявляться инфополе. Периодами оно было устойчивого цвета (в области плеч и головы), но периодами было похоже на "ауру" (как плывущая дымка), которая к тому же меняла цвет. Не совсем понятно почему, но доминирующими цветами у нас являются желтый-зеленый-синий. Я один раз видел красный шлейф на "ауре", причем вторым цветом - за основным синим, примерно как на газовой камфорке.

Заметил, что когда читаю друга, его несколько "потряхивает" - временами одна из половинок тела начинает гулять волнами, периодически вздрагивает. За собой (когда меня читали) заметил, что тело начинает регировать буквально на любой звук, как буд-то данным звуком стучат по телу, а оно соответствующим образом реагирует (сжимается, как при ударе).

После практикума полезли в инет читать отчеты и были несколько обескуражены постом Vinci. :)

Наши попытки похожи на детские шалости, по своему результату. Но ничего - дорогу осилит идущий! :)

XagohatX >> 2007-02-17, 20:16:02, #27

Отчёт

1. Я –наблюдатель. Напарник учится сидеть с закрытыми глазами, но поначалу просто сидит и ржёт. Постепенно он успокаивается и мы начинаем задание. Я концентрируюсь на пространстве вокруг, на поле зрения шум («Noise») + эффект, как от фильтра Sharpen в Фотошопе. Начинаю фокусировать внимание на цветах вокруг напарника, сразу подмечаю жёлто-зелёный фон. Я начинаю его расспрашивать, и он рассказывает мне о своих проблемах в данной области, т.е., всё совпадает. Через некоторое время на напарника начало накладываться изображение то ли панды, то ли медведя, и я предположил, что это его личное тотемное животное. Вокруг летала всякая хрень типа мелкой мошки (или что-то в этом роде J)) (типа, если на небо долго глядеть – тоже можно это увидеть =)))

Собственно, так посидели ещё, я его попутно решил ещё раз к Сети подсоединить.

Сначала всё было нормально, потом напарник начал жаловаться на сильное головокружение,его «бросало» туда-сюда, будто его по волнам шатало, наблюдал «атомный суп» J)). Теперь перехожу к роли наблюдаемого.

2.Я – наблюдаемый.Когда закрыл глаза – передо мной «разлился» атомный суп. Напарник начал фокусироваться на цветах, увидел зелёный, после – жёлтый цвет. В принципе, совпало. Передо мной энергия с светлой на тёмную переходила сначала справа налево (будто ходит кто перед носом), а потом начала вертеться кругами. Напарник отмечает схожий эффект и у него во время наблюдения.

У мну лично звенит в ушах, довольно резкий шум. Шум в голове также присутствует.

Petri >> 2007-02-17, 20:50:43, #28

Коммент Sergey.

Да, наверно. Просто когда начинаешь выяснять с партнером является какая-то ситуация проблемой или нет, увлекаешься. Но в то же время такое обсуждение помогает самому как бы разобраться в том, что именно не нравится в ситуации. И в чем именно заключается проблема. А когда тебе предлагают помощь, и ты чувствуешь при этом облегчение, то понимаешь, из чего состояла проблема. Что она состояла не в самой сложности ситуации, а что тебя кинули один на один с ней. Может так?

И еще один момент - мою партнершу вовсе не интересует видение инфополей, я ее заинтересовала как раз решением ее проблем в ходе этих занятий. И то, что в процессе сновидений мы будем решать эти проблемы. Ну а у меня, немного другие задачи.

Robinson >> 2007-02-17, 21:27:12, #29

Первое задание, суббота вечер.

Расслабление даётся легко «позой кучера» пользовался и раньше....

Цвета по контуру, так же как и слои «прозрачной оболочки», видны хорошо. Правда, партнёр светится всеми цветами (жёлтое свечение, рядом зона синего и т.д.). Интенсивность тоже разная....

Мысли партнёра по схеме задания №1 видны мимолётным изменением цветов свечения, но настолько мимолётным и быстрым, что я не успеваю их прочесть. Буду пытаться завтра.....

Вчера поработать с партнёром не удалось, поэтому тренировался на своей собаке – стафорде. У неё поле не такое насыщенное, как у человека и не такое сложное. Преобладают жёлтые (волевые) тона, зелёные и немного голубого, очень немного тёплой (оранжевой ?) гаммы. Собака лежала спокойно на диване, зато, когда настораживалась, сразу менялись интенсивность и цвета свечения..... Пошёл жёлтый цвет, насторожилась, решает залаять или не стоит..... сине-зелёный - прислушивается, не несут ли её покушать....

С партнёром намного сложнее, я в лучшем случае успеваю заметить, что как -то меняется свечение его контура, и то далеко не всегда..... Чаше вообще ничего не замечаю – у него пронеслась сильная, эмоциональная мысль, а я даже не замечаю изменения свечения....

Буду стараться....

Ваш Робинзон Крузе.,

gildar >> 2007-02-17, 21:41:22, #30

Отчет.

Сегодня собрался с напарником выполнять первое задание.

Сначала пробывали рассматривать цвета инфополя. Блики разных цветов стали появляться через пару минут. У напарника преобладали багровые и фиолетовые тона. Потом поменялись ролями. У мну были желтые и зелёные цвета. По ходу выполнения задания появлялись мысли-вирусы (вызванные по ходу ЧВС :)) и эмоциональные всплески, но по совету Равенны я их пресекал. А так в общем всё прошло хорошо.

Не думал что с первого раза получится увидеть инфополе. Постараюсь вскоре ещё разок повторить сонастройку.

Ifxor >> 2007-02-17, 22:22:18, #31

отчет.

Второй день пробуем первое упражнение. Особых результатов нет (у меня), оттенки увидеть не удастся. Пару раз ловили друг друга на одинаковых одновременных мыслях (это касалось внешних событий, мы потом сверялись; совпадений было больше). Иногда возникало ощущение цвета (не визуальное). В этих случаях спрашивал “по наитию” вопросы. Но никаких “вздохов” не добился =)

Когда меня сканировали, было ощущение расширяющейся сферы от партнера, которую я мог пропустить за свои пределы (оказаться внутри вместе с партнером), а мог воспротивиться.

И еще было ощущение в первый день под конец сканирования (меня сканировали), что тело непропорциональное - верхняя половина больше чем нижняя, особенно голова.

ulis >> 2007-02-17, 23:18:30, #32

Отчет второго дня по первому заданию Равенны.

Пишу от себя, tyrson добавит свое видение позже .

В этот раз практиковали в полумраке . Первым смотрел tyrson . Свое состояние могу охарактеризовать , как близкое к трансовому. Казалось, что мы находимся внутри воздушного шара , который время от времени сжимают . Совпадение цвета и проблемы были очень достоверны. Tyrson о проблеме не знал -- она всплыла на первый план только сегодня, хотя существовала давно. Вторым смотрел я. В самом начале настройки у tyrsona посредине лба вспыхнул яркий луч (я списал это на свой глюк). В дальнейшем ярких цветов не наблюдалось.

Были перекаты цвета близкого к желтому с одной стороны головы к другой . При расспросах постепенно выяснили в чем проблема . Вывод о том , что «попали» сделали основываясь на зевоте tyrsona J .

В ходе практикума возникает много вопросов , но я так понимаю, что пока лучше их оставить при себе ... J

Грейя >> 2007-02-18, 00:23:16, #33

Отчёт.

Всё визуализируется хорошо - зажимы и блоки. При нащупывании проблем напарника ощущается тянущее, колющее чувство у меня в теле.

При сканировании мне проще видеть не сгущение определённого цвета, а точки тёмного цвета, сгущение тумана, серости на определённой чакре-цвете. Я автоматом сканирую чела по цветам снизу вверх, а увидеть цветовые эффекты не могу, но это связано, наверное, с прудыдущим опытом, переучить себя привычку, наработанную за годы, наверное, не получится - шлейф только первоначальный могу увидеть разом.

Turambar, позволю дать себе совет: когда сканируете друг друга, старайтесь не внедряться глубоко, а как бы сканить слегка поверхность - иначе человек на подсознательном уровне закроется, а потом очень трудно его не только расслабить, но даже и поверхностно сканировать. А то, что вас колбасит, свидетельствует скорее о чрезмерном усердии, не продавливайте силком, у многих людей очень тонкая грань дистанции, не слишком напирайте на неё, постепенно пробуйте степень открытости друг другу, скорее всего вы еще слегка зажаты.

Еще некоторым людям может быть тяжело видеть ауру на свету, в силу особенностей психики, и с этим ничего не поделаешь, можно расшибиться, но они при свете её не увидят... (Не знаю, критично ли это, мне кажется, им тогда можно попробовать сканировать и с закрытыми глазами, тогда это у них влёт получается; а потом уже пробовать на фоне смотреть с открытыми глазами). Практиковать оказалось проще всего вечером, когда наступает "ментальная тишина" и напарник уже решил все дневные проблемы. Самым трудным остаётся "сохранять зеркальность", приходится подавлять желание разрулить самому блоки партнёра.

Rit - Lenw >> 2007-02-18, 01:44:15, #34

Отчет

Я (Рит) сначала сразу хотел перейти к сканированию, но решили что лучше пройти еще раз предварительную настройку и действительно это оказалось правильным шагом. Для меня это выглядело как разгон, перед тем как действительно начать работать.

Теперь о сканировании:

На этот раз шарика энергии между руками не было, зато видение инфополя пришло быстрее чем вчера. Видел темно-сине-зеленую "шаль" на плечах партнера. Честно говоря не знаю как трактовать. Внутренне мне казалось что воспоминания, связанные с этим находятся довольно глубоко, но не знал в какую сторону копать. Сегодня впервые увидел фиолетовую вертикальную полосу от в-образной впадины до солнечного сплетения. Вопрос о связи с сверхразумом оказался верным. И после ответа - полоса исчезла.

Когда сканировали меня - ощущения тела смешались. Ощущал руки не на коленях, а на пятках, корпус вообще не чувствовался.

От Ленва.

Настройка прошла мягко, и просто. При сканировании довольно сложно было уловить цветовые линии, при правельных вопросах и открытии тем ощущалось расслабление зажимов на теле.

Dogmatic >> 2007-02-18, 05:30:08, #35

Отчет за 17.02.07

- 1.Выполнение первой части не составило труда,что я,что Меег сидели спокойно.
- 2.Первый скан начал я,при сканирование наблюдались несколько определенных цветов,увидив которые я стал по ним проходитея то есть расспрашивать о проблемах и т.д.Наблюдалось,что когда я Меегу задавал вопрос касаемый его личной жизни он слегка напрягался и по нему прбежали полоски красного видно не нравилось:),а потом продолжалось дальше и в конце концов он выдыхал,и данного цвета неоставалось.(Вопрос:то есть когда человек рассказал тебе свою проблему и как бы отключился от нее то получается она уходит из его поля или это намерение скрыть проблему?)
- 3.Когда начал Меег я поначалу настораживался было все таки не очень приятно потом расслабился и почувствовал,что как будто меня сканят притом по оброзу сканяра который сканирует определенную страницу,наблюдалось легкое покалывание и вспышки цветов.

Turambar >> 2007-02-18, 10:42:35, #36

Коммент к №33

Грейя, с партнером у нас очень хорошие и доверительные отношения. Очень много беседуем на довольно таки откровенные темы, так что в задании никто не старался умышленно закрыться. Про себя скажу, что при сканировании я ставил перед собой задачу быть водной гладью, только лишь отражая состояние партнера. Попыток давить не было. Когда же меня сканировали, старался максимально открыться. В первый день, несмотря на сумбурность наших попыток, определенный результат был. Я четко почувствовал снятие блока и ощущение чувства легкости. Бурного выплеска энергии, как в посте Vinci не было, но и сама проблема была не столь глубокой и тяжелой.

За совет с закрытыми глазами - большое спасибо! :) Сегодня обязательно постараемся его опробовать на себе. Точно так же, как и попытаемся читать инфополе в полутемном помещении.

Tyrson >> 2007-02-18, 11:37:49, #37

Отчет за 17.02. не было И-нета.

Днем , в супермаркете тренировался , стоя в очереди , настраиваться на разных людей на предмет быстрой настройки на видение их свечения . Результаты очень эпизодические..
Вечер.Темновато было.. Периодически Uis просто исчезал . Сегодня меньше наблюдалось свечение по контуру , больше по поверхности тела .Сначала цвет распознался как голубой по всему туловищу , потом каемка желтоватого по рукам .Пятном появлялся смуто-зеленоватый , позже , пятно голубого от шеи к руке .Связывая с событийным рядом , отмечая соответствия , пришли к вопросам : как появление того или иного цвета , его конфигурация , соотносятся с отклонением «в проблему» или в «достижение» ? Или : как интерпретировать ту или иную форму светимости у «не напарника» ?

Аталия >> 2007-02-18, 11:45:18, #38

Отчет.

- 1-й день. Первая часть задания не вызвала у нас никаких затруднений. Мы настроились. Расслабиться под зорким взглядом друг друга было довольно легко (может быть из-за того, что мы подруги и хорошо знаем друг друга). Сначала сканировала я, и уловить смогла лишь один оттенок инфополя – зелёный и только над верхней частью тела. Стала задавать вопросы, и оказалось, что сохранять зеркальную поверхность и не проявлять никаких реакций трудновато. Моей партнерше это удалось лучше, она уловила два оттенка, сначала голубой, а потом желтый.
- 2-й день. Так как напарник моего друга Psychonauta был занят, мы решили поэкспериментировать втроем: я, моя напарница и Psychonaut. Расслабиться под взором двух людей, даже если из них один парень, мне удалось легко. Моей напарнице тоже.

Это оказался интересный опыт: очень чувствовалась разница, «энергия» взгляда Psychonauta очень отличалась от «энергии» взгляда моей напарницы.

При сканировании в этот раз настройка оказалась сильнее, и ещё при выполнении первой части задания можно было уловить оттенки, цветовые пятна. Первым был Psychonaut, я уловила у него желтый цвет в районе манипуры, даже проверяла, не показалось ли мне, отводила глаза, а потом снова настраивалась. Желтый цвет шел в виде не широкой горизонтальной полосы. Я задала вопрос, который видимо, застал его врасплох, потому что он встrepенулcя и не сразу начал отвечать на вопрос, при этом почувствовался всплеск энергии и руки у меня стали очень теплыми и кончики пальцев слегка покалывали. Позже стали проявляться проблески еще двух оттенков: красный и оранжевый, но вопросы мы не стали задавать.

Второй была моя напарница, у неё удалось уловить два оттенка: зелёный и голубой – всплыла тема обиды и неприятия.

Третьей была я. Очень чувствовалась связь между нами. Моя напарница уловила фиолетовый оттенок. На вопрос: «Что меня беспокоит?» Всплыла тема «понимания» того, что происходит, т.е. на подсознательном уровне что-то происходит, но сознательно не в курсе дела. Потом у меня возникло странное ощущение в груди, возникла картинка мутного стекла в окне, как кто-то его протирает, и вдруг я оказалась в совершенно другой комнате, которая совершенно отличалась от той комнаты, где мы находились. В этой комнате присутствовали ещё двое людей: мужчина и женщина. Может это плод моего воображения, но картинка была очень четкой и яркой. Это состояние уловил и Psychonaut. Это ощущение для меня было ново, я не стала углубляться и открыла глаза.

На этом мы закончили.

Strelka >> 2007-02-18, 12:27:38, #39

Отчет 2

Strelka. Сегодня делали при выключенном свете. При первой части напарница превратилась в черное пятно, увеличилась в размерах. То обретала четкость, то снова, напротив сидело черное большое пятно. Потом ВД совсем остановился все стало серым, не осталось очертаний предметов, только темное пятно на сером фоне - я сказала что хватит. Вопрос: что это? При сканировании - опять пятно, иногда проблески цветов, больше вела разговор ориентируясь на какое-то внутреннее знание. Все подтвердилось. Когда наблюдали меня - правильно выявили большую проблему связанную с личной безопасностью.

Revers. При наблюдении напарницы ощущала явное давление на грудную клетку. Вопрос: что это? Когда меня наблюдали, то ощущала, будто из грудной клетки шел луч энергии и в какой-то момент поняла что меня стало что-то тянуть вперед, очень сильно и я не могла этому припятствовать. При сканировании я видела четко выраженные цветовые пятна и начала вести диалог... но не смогла удержать его течение под контролем... эмоционально втянулась. как оказалось ощущение присутствия пятна было и у напарницы, при том именно в том месте где я увидела. Когда скарвали меня я расслабилась и не надолго остановила ВД (что для меня очень сложно). Были выявлены проблемы, которые действительно меня беспокоят.

look >> 2007-02-18, 12:46:34, #40

Отчет.

Задание оказалось труднее, чем я представляла до самого практикума.

1 этап. Сидя с закрытыми глазами, очень хотелось снять напряжение, например, высунуть язык, скривить рожицу, в общем, хоть как-то перевести на шутку, что вот я тут сижу и позволяю себя исследовать.

Мне назвали те области, которые на мой взгляд у меня не главные. Хотя как знать. Но старалась честно взглянуть в саму себя.

2 этап. Тоже как-то странно было сидеть перед партнером, который закрыл глаза и видимо что-то от тебя ждет, а ты сидишь смотришь на него и не понимаешь, что же именно. Цвета... Либо начинаешь обращать внимание на цвет одежды, или цвет обоев и прочее, понимаешь в итоге - не

то! А что то? Все что смогла сделать - это вспомнить, что мой партнер (ещё ранее) у меня ассоциировался с определенным оттенком желтого цвета. Начала расспрашивать про это. Хотя вначале долго колебалась, а стоит ли вообще узнавать то, что человек возможно не хочет открывать другим, ведь можно коснуться каких-то очень тонких вещей, в таких случаях, даже если захочешь все равно вслух не скажешь как оно на самом деле.

Сны. Один раз за эти неск. дней снилась моя партнерша, но сна толком не помню, просто слабое ощущение-воспоминание.

Я снилась партнерше тоже один раз, причем она назвала одежду, в которой я хожу по дому. Этого она знать не могла, мы встречаемся либо у неё дома, либо на каких-нибудь мероприятиях.

nigel >> 2007-02-18, 12:48:03, #41

отчет todesky от 17.02. пары todesky-nigel:

Провели вторую практику, было значительно легче, в том плане, что не возникает никаких проблем в расслаблении с закрытыми глазами перед партнером. На этот раз, пытался сфокусироваться на каком-нибудь жизненном событии, которое меня беспокоит, с мыслью усилить тем самым цветовой инфополе. В один момент, когда я раскручивал одну из своих проблем, партнер заметил слабую цветовую активность, в области шеи и кистей рук. Цветовой оттенок, был блекло-зеленого цвета и получается, что тем самым он попал в точку. В тот момент я действительно рассматривал некую неопределенность во взаимоотношениях с близким мне человеком.

При моем сканировании партнера, некоторое время концентрировался, в определенный момент смотря на своего партнера, как бы, вскользь, появился цветовой контур его тела, в виде тонкой, красной окантовки. Я начал задавать вопросы, касающиеся личной безопасности, в этот момент, при разборке проблемы возникло желтое свечение, очень четкое и стало усиливаться. На протяжении всего, не очень длительного, периода времени данное свечение не пропадало, усиливаясь в некоторые моменты. Что касается дыхания, лично, ничего особенного не заметил, каких-то глубоких и интенсивных вдохов и выдохов не наблюдалось. При сканировании, ощущалось некоторое тепловое ощущение в ладонях.

--

Hrafn Tinna >> 2007-02-18, 13:56:22, #42

отчет 18.02.07

практика прошла в целом удачно оба смогли считывать информацию и задавать вопросы "в точку". Словили некое состояние зеркальности.

Но вот что интересно стало: как отличить сиюминутное переживание от наболевшей проблемы, слегка не понял?

Umaga >> 2007-02-18, 15:37:40, #43

Отчет

Mahamuddha: второй раз оказался легче. Релаксация глубже, внимание более целенаправлено. Оттенки цвета воспринимаются в области лица и верхней части тела. Во время разговора оттенок менялся с синего на зеленый пока я не начал воспринимать их одновременно (возможно ли такое?). С какими проблемами связана аджна?

Umaga: видел у напарника все тот же желтый цвет, сформулировать вопрос не получилось, при сканировании меня серьезных проблем раскопать не удалось, при расспрашивании ладони налились и окаменели, при окончании вопросов это ощущение прошло

Umaga >> 2007-02-18, 17:53:24, #44

Отчет 3

Umaga: попытка при дневном свете, в очередной раз увидел у напарника желтый цвет, получилось раскопать некоторые вещи, при общении напарник вздрагивал, по окончанию настроение обоих значительно улучшилось.

Mahamuddha: сегодня были ощущения напоминающие перепросмотр. Появлялись боли, подергивания и напряжение мышц. Вопросы напарника вывели меня к воспоминаниям детства. Восприятие цвета в сумерках при естественном освещении намного легче.

Имбу >> 2007-02-18, 19:05:16, #45

Отчёт

Восприятие цвета происходило не реальным физическим, а “внутренним” зрением, поэтому работа происходила нередко при закрытых глазах у обоих. Мой партнер видел цвета на “внутреннем экране”, ко мне же приходило какое-то “знание”, что это такой цвет, виделась на внутреннем экране скорее его светлость - темность, некоторые фигуры (круги, ломаные линии, границы цветовых пятен). У меня сперва был страх, что я ничего не увижу либо увиденное будет фантазией-иллюзией, однако, партнер часто подтверждал мои ощущения.

Когда вёл партнёр, у меня быстро возникли яркие эмоциональные переживания, сопровождавшиеся затруднением дыхания и комком в горле, слезами. В конце пришло облегчение с тихой улыбкой и стало очень холодно, аж затрясло. Всё время происходило хождение по кольцу из трех цветов - стало более очевидно, чем раньше. что, собственно, мной движет.

Работа с моим партнером проходила в два приёма (была прервана важным звонком), в первой части чётко была представлена определенная конфигурация цветов, после перерыва и краткого обсуждения - уже другая, происходил более глубокий уровень проработки.

Raylin >> 2007-02-18, 19:24:23, #46

ОТЧЕТ (15.02-18.02) Raylin + напарник

15.02.2016

Вечером прошли сонастройку с сетью. Сначала чувствовали себя хорошо, но к ночи оба как будто заболели. У меня болела голова, казалось, что катастрофически не хватает воздуха. Спала ужасно – несколько раз за ночь просыпалась, весь следующий день чувствовала себя разбитой, хотя в принципе болею крайне редко. Напарник утром проснулся уже в хорошем самочувствии.

В тот же день, 15.02, приступили к выполнению первого задания. Мой напарник, кажется, уловил цветовые вариации, тогда как мне это давалось с трудом. Иногда казалось, что над плечами вспыхивает красный или что по периферии плеч и предплечий тускло светит темно-фиолетовый, но в целом было сложно. Улавливались скорее ощущения присутствия того или иного цвета, нежели сам цвет. Так что вполне допускаю, что это были больше мои фантазии.

Сны: ни у меня, ни у напарника ОСов не случилось. Мне снились лабиринты супермаркета, думаю в таком виде предстала передо мной сеть. В одном из закутков встретила знакомую девушку, с которой планировала проходить практикум, пока не уехала из города. Напарника во снах не видела или не помню. По его словам – он всю ночь ощущал мое присутствие во сне, в каких-то бытовых сценах, но содержания снов не запомнил.

16.02.2016

Практиковались минут 45, снова при электрическом свете, вечером. Первой на вопросы отвечала я. Через несколько минут сидения с закрытыми глазами я начала чувствовать усиливающееся напряжение, дышать стало очень тяжело, в центре лба и переносицы ощущалось очень сильное давление. При попытке отвлечь внимание с точки на лбу напряжение накатилось тяжелой, непреодолимой волной и из глаз хлынули слезы, я не выдержала и заплакала. Занятие прервали. Почему заплакала, понять не могу, напарник не успел задать еще ни единого вопроса. Уже через минуту я почувствовала значительное облегчение, и мы продолжили. Напряжение со лба спало, казалось, вся энергия мирно стекает в раскрытые ладони, ощущаясь там теплыми, приятно упругими и немного вибрирующими шарами. Вибрация слегка покалывала ладони. Похожее ощущение через некоторое время возникло и в подошвах ног, стоящих на полу. Словно

множество маленьких ниточек потянулось из ступней в пол. Напряжение в переносице вскоре снова появилось, но уже не было столь мучительным, Напарник отметил, что эта область отмечена светлым или желтоватым пятном. Уже почти две недели как напряжение там ощущается постоянно и почти не подчиняется моему контролю. Для меня это довольно тяжело.

В очередной раз убедилась, что мой напарник довольно четко улавливает цветное поле. Звон разбитой на улице бутылки отозвался в моей голове резкой, болезненной неприязнью и он мгновенно отметил это как вспышку зеленого.

Когда наблюдала я – снова столкнулась с проблемой различения цветов. Не могу отделаться от ощущения, что мне они только кажутся.

Сны: ситуация со снами практически не изменилась – напарник все время ощущал меня, но снов не запомнил. Я запомнила несколько ярких и интересных снов, но в них не было напарника. На всякий случай опишу парочку персонажей, вдруг кто узнает себя: 1) девушка Юлия (фамилия кажется на В-й), волосы светлые, волнистые, строила или пыталась строить сети и объясняла что это такое; 2) девушка по имени Лера, высокая, с черными, окрашенными волосами, собранными в хвост, на голове кажется, была кепка. У меня таких знакомых нет.

Снова во сне промелькнул магазин, на сеть так же был похож огромный странный развлекательный парк с множеством петляющих дорожек. Дорожки приводили в обособленные участки разного назначения.

17.02.2016

На третий раз решили попробовать выполнить задание в темноте (вечерние сумерки в течение задания перешли в ночь). Первой наблюдала и спрашивала я. Напарник располагался спиной к окну так, чтобы его силуэт четко вырисовывался на фоне светлых жалюзи. Различать цветовые оттенки в темноте сначала оказалось ненамного легче, чем при свете. Долгое время мне казалось, что я не вижу никаких цветов, кроме легкого, белесого тумана, который лучше всего было видно по контуру головы. Этот туман основательно привлек мое внимание, так как раньше я его не замечала, а сейчас видела вполне отчетливо. Я пристально смотрела на изменяющийся дымок над головой напарника в надежде, что он наконец приобретет какой-нибудь оттенок. В какой-то момент я заметила периферическим зрением, что темный силуэт моего напарника стал вполне явно окрашиваться в различные цвета, немного перекрывающие темный фон. Сначала я решила, что это просто «засветы» от контраста свет-темнота, но, похоже, что оттенки вполне соответствовали текущим мыслям и ощущениям напарника. А вот белесый туман цвета так и не изменил.

Когда я сама сидела в роли «исследуемого» - ничего особенного не чувствовала. Иногда, правда, казалось, что почти не ощущаю пальцы на руках, которые самопроизвольно подрагивали и сжимались. В какой-то момент я почувствовала резкий энергетический «тычок» и услышала как напарник тяжело выдохнул. Напарник отметил, что лучше различал цвета при свете.

В целом, на третий день занятий мы оба явно испытывали трудности с вопросами-ответами, так как все вопросы и проблемы, приходившие в голову, уже обсудили за предыдущие дни.

Сны: ОСов не было. Сны были яркие и интересные. Снова видела подругу, с которой собиралась практиковаться, но напарник в моих снах так и не появился. Напарник сказал, что сегодня я так же отсутствовала в его снах.

sergey >> 2007-02-18, 19:33:47, #47

Отчет 2

Сегодня встретились еще раз с Konste и хоть выполняли большей частью 2 задание, но я бы хотел сделать несколько заметок по первому. Konste расположился на фоне относительно белой стены, я на этот раз сел дальше чем в первый раз, так что тело Konste виделось полностью.

Фокус на стену. Теперь что виделось.

1. Контур тела желтого цвета, затем переходы в виде ореола вокруг головы в основном зеленого цвета (одежда Konste была серой с без ярких цветов).

2. Если расслабиться относительно полностью появлялась радуга над головой.

Все динамически меняется по ходу опроса.

Комент на второе задание понадобится намного больше времени, чем на первое. Заранее подготовьтесь к этому.

ulis >> 2007-02-18, 20:11:58, #48

Отчет по первому заданию Равенны – день третий . ulis-tyrson

Первым смотрел я (ulis) . Особо ничего увидеть не удалось.

Возможно не смог настроиться . По правой стороне tyrsaona было свечение бело-желтого ??? цвета иногда с переходом в темно-зеленый (ближе к телу). Внятно интерпретировать не удалось .

Вторым смотрел tyrson. Я быстро впал в состояние похожее на обкуренного наркомана. Было чувство ОВД . Ответы давались с большим трудом . Отчет печатается тоже с напрягом (на ручнике) J ...Все. Остальное напишет tyrson....

Turambar >> 2007-02-18, 20:49:29, #49

Отчет 3 по первому заданию.

Решили поэкспериментировать с видением цветов в полностью темной комнате. Наблюдали интересные глюки, когда тело полностью растворяется. :) Добавили искусственного света в коридоре, так что основное помещение для занятия было как бы в сумерках. Тут же появился результат. Первоначально так же как и многие наблюдал бело-серый ореол вокруг тела партнера. После настройки на зеркальность и небольшой расфокусировки четко видел оранжевый, красный и желтый цвета. Задавал наводящие вопросы партнеру, при этом отметил, что поддерживать состояние зеркальности в этот момент не могу - терял ощущение цветопередачи. :(Отметил, что очень четко видно инфополе когда происходит инверсия партнера - он сам становится абсолютно темным, а вокруг него видно яркие цветовые поля, как устойчивые всполохи.

Когда был наблюдаемым четко пережил те же ощущения, что и во время настройки на Сеть, попробовал “законнектиться” к Сети :) В этот момент партнер видел тонкую белую нить, выходящую из головы куда-то вверх. :) Во время наблюдения за собой отмечал непроизвольное подрагивание в правой руке, было желание сжать руку в кулак, может после тренировки (йоги) чего в мышце осталось. :) Когда наблюдал партнера заметил как его вдруг резко стало клонить в одну сторону, вздрогнув, он выпрямился.

В первые с настройки сегодня ночью у меня были яркие динамичные сны, до этого у меня все было как в серой пелене, просыпался тяжело. Несколько дней во сне ощущается присутствие партнера, один раз был сон с его участием, но не осознанный, к сожалению. :)

gamecat >> 2007-02-18, 21:02:53, #50

Отчет

Пробовали выполнять задание три раза. Поначалу было тяжело настроится, но с каждым разом становилось все легче и легче заметить цветную каемку вокруг силуэта партнера. Особенно хорошо она была видна над головой и плечами. Цвет желтый и один раз голубой. Кроме того иногда можно было заметить овальные цветные пятна в области плеч и горла, они имели обычно темный цвет, синий, красный или зеленый. Изменений цвета в ходе каждого “подхода” замечено не было. Также в ходе наблюдения были замечены эффект полного пропадания тела перед фоном (становилась видна только стена) и также эффект когда все тело приобретало черный цвет. Вопросы не задавали ввиду сложности обнаружения самих цветовых полей.

nigel >> 2007-02-18, 21:08:39, #51

Отчет №3: сегодня начали упражняться после заката при минимальном искусственном освещении, это оказалось гораздо сложнее, чем в закатные сумерки.

При сканировании в моем теле появилась мелкая дрожь, переходящая в волны вибрации ЭТ, проходящие по всему телу. Источником волн были пульсации в центре живота, как перед ВТО. Я сообщил об этом нарастающем чувстве напарнику, он подтвердил, сказав, что именно в это время смотрел мне в эту область, когда он перевел взгляд, пульсации прошли. При дальнейшем сканировании todesky заметил голубое свечение, я объяснил это возможным переживанием от недавно просмотренного фильма «Полет над гнездом кукушки», поговорили об этом, об отождествлении себя, по жизни, с героями этого фильма и т.д.

Когда я начал сканирование, долго не мог увидеть цвета, но в последствии, не то чтобы увидел

желтый, а скорее ясно осознал его присутствие вокруг тела напарника, при этом в ладонях ощущалось движение энергии, мне кажется, что именно ладони служат приемником информации. Свои ощущения todesky изложит чуть позже.

Tyrson >> 2007-02-18, 21:27:46, #52

Tyrson-Ulis. При "осмотре" меня-ощущение воздушного раздвинувшегося тела. Ulis сразу увидел почти белую вспышку в моем правом ухе:)

Освещение: уличные фонари и свет в коридоре..

В этот раз, когда тело партнера расплывалось, не волновался, а смотрел, что дальше.. Дальше появлялся желтоватый контур, потом опять возвращалось тело:)

Как и Ulis у меня, сразу определил у него желтое нимбообразное свечение вполголовы справа. Особое внимание в этот раз уделял своему состоянию "спокойная гладь озера". Желтоватые контуры сменялись зеленоватыми пятнами, потом пошли светиться, как флуорисцент, салатные кольца вокруг шеи и беспорядочные полосы по телу.. Желтизна от правого уха на грудь.. Все тело залил фиолетовый цвет, облако фиолетового, большое пятно почти красного.. Опять салатные полосы..

Сегодня обоим было непросто связать свечение с чем-то в жизни:)

Strelka >> 2007-02-18, 21:55:13, #53

Отчет 3

Revers

Сегодня ничего особенного не выявила, ни при наблюдении, ни при сканировании. Было постоянное ощущение покалывания на кончиках пальцев.

Strelka

Ощущения тепла и давления в руках, особенно в центре ладони. При сканировании напарница сливалась с темнотой, видела ее как контур окруженный белым неярым свечением. Поговорили о проблемах немного.

В целом, сегодня все прошло как-то спокойно..

zeror - BoxDevil >> 2007-02-18, 23:35:00, #54

Отчет:

(zeror – BoxDevil)

Пробовали два раза.

Первый раз выбрали не совсем удачное место (было шумно, много людей вокруг и искусственное освещение, которое не позволяло разглядеть цвета). Так что посидели друг перед другом с закрытыми глазами, что не составляло особого труда, немного поговорили и разошлись.

Во второй раз встретились в парке. Первым сканировал я напарника. Увидел красные пятна с примесью синего и оранжевого, поговорили на соответствующие темы. Цветов больше не видел, поэтому пробовал сканировать щупальцами. Почувствовал пару ярко выраженных ситуаций, которые и обсудили.

Напарник четко выявил во мне синие цвета, связанные с работой и примесь красных тонов, как продолжение рабочих взаимоотношений. Потом также сканировал меня щупальцами, выявив некоторые проблемные места.

При сканировании щупальцами были сложности выражения в словах полученной информации, хотя такое чувство, что глубоко влез в сущность сканируемого.

Орхон >> 2007-02-19, 09:02:04, #55

Отчет

После первого дня настройки напарник видел меня в обычном сне, а потом пытался отыскать в ОСе. У меня после второго дня выполнения упражнений был сон, подробностей которого я не помню, но он был связан с напарником. Так что настройка видимо идет. Партнер у меня обнаружил золотой и голубой на уровне плеч. Я у партнера голубой на уровне груди. В интерпретации мы не углублялись – видение цвета не сопровождалось информационными инсайтами и фиг знает что означал золотой. Параллельно мы с напарником обсуждаем разные проблемы осознанных

сновидений, учения тольтеков, хакерские техники поиска спрайтов и СОСов. Думаю, что это не в меньшей степени настраивает на совместное сновидение.

Rit - Lenw >> 2007-02-19, 10:30:27, #56

Отчет

(за 18.02.07)

Сначала как обычно - настройка. Потом сканирование. Некоторые из замеченных цветов приобрели объемность и стали похожи на облака. Расценил это как указание на проблемы закопанные в прошлом. И действительно несколько вопросов попало в цель, что было подтверждено и дыханием и угасанием пятен. Еще был замечен такой момент, когда промахивался с вопросом или ответ не затрагивал требуемое цветочное пятно на инфополе - возникла (загоралась) другая область, видимо отражающая ту проблему, к которой обращался напарник. Заметил мерцание цвета, когда напарник отвечал на вопрос. Снова появилась сфера в руках, причем во время (имхо) самого серьезного из всех заданных до этого вопросов. Видимо она как-то отражает комок энергии, которую держит событие. В процессе упражнения было пойманы эмоциональные всплески, исходящие от напарника. Они помогли лучше почувствовать ощущение "водной глади".

Когда Lenw начал сканировать и задавать вопросы - ответы всплывали сами собой. А жизнь предстала внутри этакой мозаикой, паутиной, на которой висят старые листья и мусор. Еще было очень сильное ощущение, что я рассказываю не ему, а самому себе и переживания отличались сильными эмоциями. Lenw также заметил сполохи жетого цвета у меня вокруг головы, полагаю это как раз было связано с воспоминаниями, сидящими глубоко в прошлом.

Psychonaut >> 2007-02-19, 11:20:46, #57

Отчёт.

18 февраля.

Наконец появился мой напарник, и мне удалось с ним поработать. Всё-таки, есть смысл в том, чтобы работать в однополюсной паре. По некоторым вопросам можно быть более откровенным. Расслабиться и у него, и у меня - получалось достаточно легко. Разве что, когда расслаблялся я - вначале меня периодически пробивало на смех.

а) При считывании инфополей, цветов я опять практически не видел. Хотя пару раз увидел несколько довольно ярких вспышек. В целом, хоть и по едва уловимым оттенкам, но достаточно неплохо провёл напарника по его проблемным темам. Фактически, делал всё он сам - я только время от времени задавал наводящие вопросы. Типа "Вижу синий цвет. Какие-то проблемы с интеллектуальным выражением?" "Голубое свечение - эмоции? Обиды?" "Красная вспышка - чувство опасности?" и т.д. Эффект получился довольно мощный. Под конец ему хотелось прыгать от радости и даже кричать.

б) При считывании меня - мой напарник, наоборот, очень хорошо видел цвета, причём цвета - хорошо соответствовали моим проблемным вопросам. Опять всплыл довольно яркий жёлтый цвет. И я стал снова углубляться в эту проблему. Всплыло два наиболее ярких негатива, связанных с темой волевых взаимоотношений.

Первое - это принуждение к еде, уходящее корнями в глубокое детство. Типа "Иди ешь! Бросай всё. Почему не ешь? А ну ешь! Не выдумывай." и т.п. Причём особенно болезненно это воспринималось, когда тебя при этом отрывали от любимого дела, которым ты увлечённо занимался.

Второй "жёлтый" негатив с оттенками "синего" - это когда меня заставляли одевать совершенно дурацкую (на мой взгляд) одежду. Причём тоже - в довольно принудительной форме. Оттенки синего здесь, судя по всему, отражают навязывание через одежду тех или иных социальных ролей. Типа "Оденься приличней, как люди. Ну что ты на себя напялил!" и т.п.

Кроме жёлтого - прошлись по вспышкам красного, зелёного, оранжевого, голубого - практически, по всему спектру. Но они уже были более второстепенными, логически вытекающими из. Под конец я сделал глубокий вдох-выдох. На этом закончили.

В целом, эффект получился довольно сильный. Более сильный, чем в предыдущий раз. И у меня, и

у напарника - высвободился довольно приличный заряд энергии.

Ночь с 18 на 19 февраля.

Снова проснулся посреди ночи от энергетической насыщенности, когда тело буквально “звенит” от энергии. Вероятно, впоследствии выполненного накануне упражнения. Хотя, возможно, что кто-то через ОС - дополнительно “подкачивал” меня энергией. Тем не менее, вместо ОС-а, я проснулся. Хотя краем сознания подумал, что энергии у меня - достаточно, чтобы войти в ОС. Проскакивали какие-то мимолётные образы, я периодически пытался войти в пространство этих образов. Но как только я начинал смещаться в ОС, начиналось неприятное ноющее ощущение в районе печени, и чем сильнее я пытался, тем сильнее было это ощущение. Как только я прекращал попытки - прекращалось и это неприятное ощущение.

В верхней части живота - между пупком и солнечным сплетением - я ощутил сильный энергетический блок, который, судя по всему - и не давал мне уйти в ОС. Некоторое время я пытался понять причину этого энергообразования, но безуспешно. Вероятно, это тоже как-то связано с “жёлтыми”, “манипурированными” инфополями, но тем не менее, преодолеть этот блок у меня так и не получилось. В конце концов я заснул обычным сном.

Silence >> 2007-02-19, 13:00:09, #58

Отчет по 1 заданию.

1.1, 1.2 Сначала Амаранта училась сидеть передо мной с закрытыми глазами, потом я перед ней. Веки подрагивали, но т.к. подобный опыт у нас уже имеется, то абстрагироваться от наблюдающего получилось довольно быстро.

1.3 Пыталась уловить инфополе Амаранты. Цвета располагались неравномерно, пятнами.

1.4 При расспросе цветовые оттенки менялись, но видимо правильно вскрыть инфополе так и не удалось, потому что не произошло высвобождения энергии. По всей вероятности это произошло из-за того, что вопросы были поверхностными. Амаранта во время расспросов все время порывалась открыть глаза.

1.5 Амаранта испытала трудность при чтении моего инфополя, был выявлен только один цвет, вопросов практически не было, результат аналогичен 1.4.

Сиенит >> 2007-02-19, 13:41:00, #59

После настройки ночью уснуть не смог совсем.

При выполнении задания контакт с напарником наши быстро, однако с попыткой увидеть инфополя у меня были проблемы, когда проглючило с каким то цветом начал беседу на “Больные темы” оказалось что узлы такие все таки были и в результате вроде напарнику полегчало. Была проблема с зеркальностью и настройкой “Отображения партнера”.

Мои поля напарник увидел и больные темы увенчались раскрепощением энергий и вздохом. На следующий день сканить вроде стало легче четко различил дымку явно не оптического происхождения, но тема оказалась не раскрыта, выдоха не случилось. Меня отсканили и цвета оказались снова “эмоциональные” и снова нашлись у меня проблемы и снова облегчение.

На крайний день начитавшись отчетов, настроился стать зеркалом и полностью синхронизироваться с партнером но при сканировании это по моему ничего не дало, однако взглянув на него одним глазом и как бы сквозь четко различил Дымку по контуру но она была светлая и определенного цвета я с ней не сопоставил и обсуждать ничего не пришлось. У меня снова нашлись голубые поля и снова обсуждали мои траблы.

После настройки сны почти пропали, видел только короткие отрывки, внутри помещений и однажды внутри поезда. никого знакомых или близких не встретил(((боюсь что я пока не готов к этому .

Sondushi >> 2007-02-19, 13:48:19, #60

Сидеть с закрытыми глазами было несложно. Когда я отвечала на вопросы, порой чувствовался комок в горле. Когда проблема раскрывалась чувствовалось некоторое облегчение.

Цвета видела не прямым зрением, а на внутреннем экране, хотя глаза не закрывала. Преобладали в основном зеленые цветовые пятна, переходящие в голубой. Один раз очень ярко мельнул желтый цвет. Чувствовалась эмоциональность партнерши. В районе головы так же был фиолетовый

цвет. В какой-то момент явно видела небольшой вихрь в районе манипуры (смещенный чуть вправо), наблюдаемый не как цвет, а скорее, как движение воздуха, довольно статичный. Но через некоторое время заметила, что он сместился еще правее уже ближе к спине. Sanngrid так же видела у меня фиолетовый цвет, но не четко.

Vinchi >> 2007-02-19, 13:54:25, #61

Сиенит, оценки тут никто не ставит. Попробуй несколько раз, и все получится. А признаваться в неготовности - это только лишний таракан в голове. Знаешь, у меня был период жуткой неудачи - во всем, тотально, до обид и мыслей о суициде. Но был один человек, который решил мою проблему. Он сказал, что многие описывают володором и так и эдак. А они и есть то, что мы называем иногда проверкой вшивость. Когда жизнь давит и гнет нас. И я спросил у него, а как тогда бороться с летунами? Не надо бороться, ответил мужик. Просто делай то лучшее, что можешь в данный момент и отмечай, как загадочный мир навязывает тебе свою каторгу. А ты не гнись под этим натиском неудач. Делай лучшее, что можешь, и хрен с ним - с результатом, оплатой твоих трудов и неисполненными ожиданиями. Вот это "делай лучшее, что можешь" является единственным средством отпугивания летунов. Такое состояние трудно достижимо. Мир сильно гнетет. Однако сначала разок, потом другой, потом третий ты ведешь себя как воин. А потом ты уже знаешь, как себя вести. И тогда гнет мира, рок судьбы, летуны и все остальное уже не имеют над тобой власти. Ты становишься невкусным для хищников сознания. И они оставляют тебя в покое. У тебя возникает шанс на быстрое восстановление и набор личной силы. Вот почему ДХ говорил, что главное - это путь воина. А остальное приложится.

Сиенит >> 2007-02-19, 14:37:12, #62

Спасибо Винчи!!!

собственно я не рассчитывал на быстрый результат, и сворачивать не собираюсь. Ведь тут главное ПУТЬ а не результат.

По СОС я просто имел ввиду, что по горячим следам сонастройки прорыва не получилось. Я уверен что намеренье свою работу рано или поздно сделает и тогда мне вспомнится контакт с сетью.

Талай >> 2007-02-19, 14:53:36, #63

Спасибо, Винчи!

Твоё сообщение #61, как глоток свежего воздуха.

nigel >> 2007-02-19, 15:05:26, #64

отчет todesky, пары todesky-nigel за 18.02

Провели заключительную практику по первому заданию. На этот раз практику проводили в полных сумерках,

освещением служил только небольшой искусственный источник (как показала на практика, он был лишним).

Со настройку производить уже фактически не приходится, при встрече с партнером, она уже ощущается в

активированном состоянии.

При сканировании в сумерках, в один момент партнер стал только тенью, с ярко выраженной цветовой

окантовкой, по всему контуру тела (желтого цвета), вопросов в данной области задавать не стал.

Далее

возникло свечение по контуру, блекло-голубого цвета, в области затылка и плеча, свечение было сильнее и четче. Сообщил партнеру об ощущении данного цвета, услышал ответ, что в данный момент он

думал о фильме, как бы сопереживая (эмоционально), моменты фильма. Я начал расспрашивать, не возникало

ли у него похожих моментов в жизни, которые он сравнивает с фильмом!? При разборе

выяснились схожие

обстоятельства, при обсуждении четкие цвета затухали, в один момент партнер сделал вдох, на

много

глубже, чем при обычном дыхании, трактую это, как небольшой, но успех :).

Когда сканили меня, в один момент партнер сказал, чтоб я не открывал глаза, ему слегка неудобно и он хочет передвинуться, после того, как он передвинулся меня стало качать, будь-то у меня убрали

опору, самое интересное, что качать меня стало в сторону, которую сдвинулся партнер. Далее, возникла

ноющая боль в области плеча, я спросил, не смотрит ли он на данный участок, партнер подтвердил, что

смотрит. После мы разобрали некоторые мои проблемы, на этом закончили.

P.S: В целом практика прошла, считаю, благополучно, двигаемся далее+Всем, успехов!!!

Azazaki >> 2007-02-20, 00:36:55, #65

Азазак сегодня-таки добрались до сонастройки, было круто и волшебно, цветов не видывали, но были глюки всяки-разны.

Для начала решили они пасьянс разложить, вдвоём, сложный, а он взял и разложился, один из них при этом осознал принцип пасьянса в жизни – вещь рабочая. Другой не верил, говорил, что всё-таки у него есть некоторые сомнения про пасьянс. Он

все-таки не должен был сойтись... И что-то они с реальностью подмужлевали, кажется... Ну да ладно.

Потом стали смотреть поочередно друг на друга.

Пока один Азазак сидел на зеленом фоне, другой его рассматривал. Сначала пытался просто смотреть, в принципе можно сказать успокаивался и настраивался сам. Дальше начал водить взглядом по всему телу - от головы до ног, потом снова вверх, по рукам и т.д. Тут возникло некое чувство радости именно не смеха, а радости какой-то беспричинной. Потом прошло, снова вернулось спокойствие. Подумал о своем зрительном восприятии, начал пытаться менять фокусировку зрения, сосредотачиваться на отдельных деталях. Смотрит Азазак на лицо друга и видит, что мир вокруг улетает куда-то назад и в пространство, голова становится намного объемнее, чем

обычно, меняются черты лица. Становится объект наблюдения больше похож на какого-то славянского светловолосого молодца. Сложно сказать - не воина, но некоего молодого кудесника. Приятное лицо, ему верится.

Попытался наблюдающий снять очки, сразу показалось, что наблюдаемый открыл глаза и очень пристально смотрит, испугался, одел очки Азазак – ан нет, глаза закрыты. Больше очки не снимал. Наблюдаемого в это время крутило и вертело, пришлось расслабить и довериться, а это дело не всегда простое. Ходили волны по телу, колыхания мелкие и крупные, потом вокруг оси в одну сторону стало крутить, затем в другую. Хорошо. Сидим, вертимся. Сказка.

Поменялись.

Закрыв глаза Азазак, а другой смотрит. Несколько некомфортно и кажется, что глаза сейчас сами откроются. Сам себе внушил, что все вокруг очень хорошо и нет никакой необходимости открывать глаза, можно расслабиться. расслабляюсь. Помогает некая мягкая живая поверхность с кучей мелких волосинок, только это не волосинки - это живые прозрачные стебельки, каждый из которых оканчивается маленьким шариком жидкости. Ощущение поверхности какого-то мягкого насекомого под микроскопом. Расслабился наблюдаемый дальше, перед глазами сначала летит колибри, машет крыльями, потом шмель, колибри, шмель, а сам начинает чувствовать, что сильно сутулится. Плечи начинают постепенно распрямляться вместе со

взмахами крыльев колибри. Кажется, что спина уже выгнулась вперед, что больше уже просто некуда, но она продолжает распрямляться...

Наблюдающий сказал, что осталось пять минут, решил наблюдаемый Азазак, что

достаточно расслаблен и надо попробовать почувствовать напарника, тянусь своими ощущениями вперед. Кажется, что он чуть правее. А он вдруг спрашиваешь... Ой, забыл, что спрашиваешь. Помнит задает напарник непонятный вопрос, на который логикой не ответишь. А вопрос был: «Что видишь?» Сначала потерялся, а потом начал улыбаться и понимать, что он где-то далеко - впереди и чуть правее, но где-то метрах в 20-30 от себя, а сам сидит на вершине пологого холма и вокруг раскидываются огромные просторы степи и у подножия холма стоят китайские домики, а на крыльце одного из которых сидит друг.

Наблюдающий в это время чуть из тела не вывалился, когда увидел как закрытые веки стали глазами полными молний, черты лица изменились и в одном лице был и он, и брат наблюдаемого, и его отец.

Так далеко...

Приятно, что там далеко был напарник, но по большому счету не важно и не играет никакой роли, дует мягкий ветерок, светит солнце, счастье кругом. Нет места плохому.

Наблюдающий решил закончить и выйти: "далее я считаю от десяти до одного и мы выходим из этого состояния". Он считаешь, а другому приходится заставлять себя как-то следовать за ним - и не бежать впереди и не отставать....

Азазаки.

Мятеж-mriks >> 2007-02-21, 15:17:55, #66

День 1ый.

Мятеж :

Сиделось спокойно. Цвета виделись слабо, постепенно прояснились. Удалось довести партнера до эмоционального всплеска после чего последовал глубокий вздох, цвет ушел, осталось прозрачное поле. В руках ощущалось тепло.

mriks:

Толком ничего на перефирии не видел. После показалось что что-то увидел, в процессе того как задавал вопросы два раза партнер глубоко вздохнул, после чего я почувствовал в руках холодный поток.

Когда меня сканировали: сидел спокойно, руки потяжелели, было ощущение что вокруг большое пространство и оно растянуто немного. Тяжесть в голове. Потом я неосознанно вздохнул и стало немного смешно а потом эмоциональная тяжесть ушла и стало легко и спокойно.

День второй:

мятеж:

Как только происходит настройка(ощущается как потепление в руках и темнота в глазах приобретает глубину) открываю глаза ничего не вижу потом постепенно контуры тела становятся расплывчатыми и проступают цвета. Задаю вопрос, но партнер ничего не может вспомнить, затем цвет меняется на другой дальше оба глаза по очереди погружаются в серую пелену, комната исчезает, смотрю как сквозь туман, видно только цветные контуры человека. После опыта слабость и зевота. *когда смотрят на меня ощущаю тепло в руках и становится трудно дышать.

mriks: когда меня сканировал партнер: ощущения те же плюс еще заметил что меня как будто кто-то толкает и я соответственно шатаюсь немножко в разные стороны. В процессе опроса появлялись болезненные ощущения в разных частях тела.

* когда я сканировал: настраивался. потом смотрел на партнера в целом стараясь не фокусироваться ни на чем и расслабить максимально фокусирование. Постепенно изображения расплывалось, но оставался четкий контур вдоль которого начинались виднеться цветовые оттенки.

День 3 :

мятеж: опять чувствовала тепло в руках. очень странный вид: тело полностью расплывалось оставалось четко видно только голову и колени, цветов не было. затем при фокусе на голове проявились цвета по плечам, при вопросе цвет сменился, при втором эмоции, вздох и опять прозрачность окружающей плечи.

mriks: при сканировании меня ощущал боль в руках, при эмоциях из рук выходил холодный поток, после : разбитость усталость, зевота.

День 4 :

Мятеж: ничего не смогла увидеть, хотя настройка была (тепло в руках и т.д) после головная боль и зевота, при сканировании меня боль в солнечном сплетении.

mríks: при сканировании меня набор ощущений тот же. Когда я сканировал: получалось улавливать слабые оттенки цветов. Но интерпретировать их не удалось. После усталость, зевота.

ketik >> 2007-02-21, 16:08:40, #67

посылаю отчет за моего партнера:

По ощущениям мне показалось, что цвет зеленый и стала пытаться найти подтверждение на инфополе. Но увидела на левом плече треугольник голубого цвета. Пошла в этом направлении. Результата не было. Хотя потом опять увидела этот цвет в другом месте – на светлом силуэте за спиной в области головы. После прекращения выполнения задания мне кажется, что это был не голубой, а цвет морской волны: в центре он был более сконцентрированный, а ближе к краям терял яркость.

При второй попытке выполнять задание решили попробовать в темноте, так как другого естественного освещения не было. После долгого сосредоточения с левой стороны по всему контуру увидела россыпь красных светящихся точек. Стала интуитивно задавать вопросы. Был не большой прогресс.

ketik >> 2007-02-21, 17:57:02, #68

теперь мой отчет:

практиковали первое задание несколько раз в день. Никаких трудностей с расслаблением перед партнером (хотя мы познакомились специально для практики), веки дрожжали всего несколько минут, а потом стало очень спокойно. Во время второго раза, когда меня сканировал партнер, перед закрытыми глазами в темноте расходились яркие круги в стороны от центра, это было похоже на концентрационные круги на воде от брошенного камушка. Они были очень устойчивы и даже, когда я сосредотачивалась на них никуда не исчезали. Казалось, что если открыть глаза, то круги расходятся и по пространству помещения. У партнера с закрытыми глазами было подобное же видение, только у нее раскрывался цветок, исчезал и снова раскрывался. Увидеть цветочные инфополя не удавалось, один раз видела небольшую радугу слева над головой партнера. Она была яркая в центре и расплывалась с краев, так, как будто что-то вытягивало ее цвет. Видение было не долгим. Не пыталась спровоцировать его вопросами, т. к. слегка растерялась, к какому из цветочных инфополей его отнести (радуга ведь все-таки). Каждый раз во время сканирования партнера четко видела ореол по контуру ее тела, он был на несколько тонов светлее естественного фона, как буд-то за ее спиной стоял фонарик. Как определенный цвет интерпретировать не удалось. Видение ореола было очень устойчивым и каждый раз возникало буквально через несколько минут после начала сканирования. Ярких физических ощущений не было: пожалуй, только небольшая тяжесть в ладонях и “потрясывание” в конце сеансов.

версус >> 2007-02-23, 00:43:17, #69

моя напарница наконец-то вернулась из Египта. вот запоздавший отчет по первому заданию.

пруха была нереальная. я знал несколько ситуаций, определивших мою жизнь на многие годы, в каком-то смысле я подготовился. но нужно отдать должное Талисе. она грамотно вела. итак.

Талиса задала вопрос по манипуле. я рассказал ей о том, как в детстве меня избил отец.

чувствовалась колющая боль в районе манипулы.

другой вопрос касался моего страха (муладхара) перед старшими пацанами. тоже в детстве. один из примеров - парень, угрожавший мне вырезанной из металла звездочкой. Талиса спросила, что бы я сделал сейчас, окажись я там. я ответил, что стоял бы и улыбался. сейчас я знаю, что звездочку он бы не кинул.

свадхистана. в третьем классе я уговорил свою подружку заняться сексом. мы разделись, но в последний момент я струсил. мне было непросто об этом рассказывать, но в каком-то смысле я ощутил удовлетворение, рассказав это. к тому же Талиса попросила перенестись в ту ситуацию и закончить ее так, как я бы сейчас хотел. думаю, вы знаете, что я сделал :)

мы скакали по чакрам манипула-вишудха-свадхистана. я ощутил, как свадхистана растет и

становится большим пузырем, охватывающим мое тело. в манипуре - боль. мы добрались до анахаты. я испытывал неприязнь к тому парню из детства, что тыкал в меня звездочкой. не боялся, но он был мне противен. я сказал Талисе, что не пожал бы ему руку. по ощущению все пацаны из детства, к которым я чувствовал неприязнь, соединились как бы в одно целое. я живо представил себе всех их скопом на одной из улиц, где я провел детство. и когда Талиса спросила: "хочешь их порубить?" - ответ был уже готов - "нет, я их просто спалю!". я поднялся на толпой и опустил столб адского пламени на одного из них. из каждого пальца обеих рук выходили языки пламени. я ощущал, как все они горят, и испытывал садистское наслаждение от их страданий. я обнимал их горящими ладонями и смеялся дьявольским хохотом, а мое тело дрожало крупной дрожью. через некоторое время я ощутил потребность выпрямить спину, отвести назад плечи и поднять высоко подбородок. снизу в район самого выступающего позвонка сзади шеи ударило тепло. мышцы шеи спереди и сзади свело, я испытал небольшое удушье. это кажется (даже мне самому) невероятным, хотя я читал о том, что подобное происходит, например, на сессиях холотропного дыхания (и друг мне рассказывал о таком случае с ним), но я не мог убрать эти напряжения. шею как будто скрутило помимо моей воли. я мог бы с этим справиться, приложив большие усилия, и справился чуть позже, но сейчас меня волновало одно: смогу ли я дойти до передела и убрать этот блок? сознание искало зацепки, ответ на вопрос "как?". а Талиса, как она потом рассказывала, из последних сил удерживала зеркальность, потому что опасалась за мое состояние. мне так и не удалось сделать то же, что на анахате, так что осталось еще чем заняться. что касается моей части, я вел первым и у меня получилось не так хорошо. я был полностью сосредоточен на верхних двух чакрах и как бы обнимал ими Талису, пытался создать вокруг нее зеркало. мои руки в это время дергались сами по себе. кажется, нашли манипурно-вишудховую ситуацию из ее детства. на пике воспоминания я постарался многократно отразить исходящую от напарницы волну. короче, вот.

Талиса >> 2007-02-25, 00:38:28, #70

Вчера получился сплав из 1-3 задания.

Прорабатывали ситуации по чакрам глубже. Удалось войти в состояние воды-зеркальности. Вроде бы слетели блоки с вишудхи и манипуры. Ярко ощутился поток горячей энергии. Когда партнер меня сканировал, отметила как четко ему удается проследивать мои ощущения. Ядра событий всплывали сами, просто появлялись образы перед глазами, мы их моделировали. Внутренний дискомфорт сменялся легкостью. В общем, как камень свалился, и с плеч и не только:)

При каждом выдохе задавали намерение о встрече в сновидении.

bat >> 2007-02-28, 11:34:46, #71

Всвязи с отъездом, одновременно со всеми практики начать не удалось, однако т.к. настройку на поток я прошел, считаю, что догнать поток вполне в моих силах.

Отчет за 27.02

выполняли с напарником задание №1, настройка на цветовые оттенки у меня прошла на удивление просто, и даже мысль о том, что это может быть лишь эффект плацебо меня абсолютно не смутила. Однако при раскрытии проблем напарника мною напроць была утрачена инициатива и ведущая роль в тренинге: практикуясь уже 1.5 недели, напарник сам выкладывал все свои соображения, я лишь наблюдал за изменением цветов вокруг его тела.

При смене ролей произошла похожая ситуация: выслушав меня напарник принялся озвучивать сам возможные варианты восприятия ситуации, на что я опять отреагировал пассивностью.

Отследив что момент взаимодействия на психотерапевтическом уровне еще не созрел, за задание №2 мы сразу же братья не стали.

Задание 2.

Ravenna >> 2007-02-18, 14:00:08

ОЖ

Второе задание еще проще первого. Оно заключается в соприкосновении с сильными инфополями.
2 задание.

1. Вы садитесь в прежнюю позу, с расставленными коленями, ладонями на коленях и закрытыми глазами. Вам требуется вскрыть в себе и рассказать партнеру пять историй или проблем, поочередно связанных:

а) с ситуацией, где вы реально могли погибнуть.

б) с ситуацией, где вы совершили сексуальную измену или стали жертвой таковой

в) где вы были жертвой волевого давления (насилия)

г) где вы предали кого-то или были преданы

д) где вы пережили сильную обиду.

Найдите самые мощные эпизоды – те ядра, к которым вам всегда было страшно прикасаться, которые вы оправдывали долгое время или пытались объяснить себе. И будьте смелыми и честными.

2. Вы меняетесь местами и выслушиваете истории партнера. Ваша задача заключается в детализации истории: расспрашивайте, уточняйте детали, заставляйте партнера несколько раз проходить через момент кульминации. Затем начните предлагать ему альтернативы с другими концовками, где жертва сначала расправляется с обидчиком, а затем смягчает наказание и, в конце концов, меняет отношение к ситуации – прощает врагов, просит прощение у обиженных и прощает себя.

Прощение – это дань психотерапии. Это свисток паровоза, средство выпуска энергии и ее рассредоточения в теле. Нашей главной задачей является сохранение «тихой поверхности пруда вашего сознания» - не должно быть эмоциональной ряби, не должно быть со-чувствия, со-переживаний. Только полное отражение в себе партнера – вы как зеркало. Все, что партнер выпускает на вас, должно возвратиться к нему. Это напрочь ломает нашу привычку межличностного общения. Главное, добиться такой «эмоциональной тишины». Все задание нацелено на вас. Рассказы о самом личном не должны вызывать у вас ни тени сопереживания. И в то же время это упражнение оказывает психотерапевтический эффект на того из партнеров, который рассказывает свои истории.

Просто делайте это честно. Находите самые личные, самые эмоционально насыщенные моменты своей жизни. И выпускайте их с помощью партнера. При этом партнер выполняет основную задачу упражнения – тренируется особому состоянию зеркальности.

В какой-то момент вы можете почувствовать, как мир вдруг станет зыбким и текучим, вязким, насыщенным качествами воды. Они неопишуты словами и не физические на вид, но вы точно поймете эту «водянистость», когда почувствуете ее. Мир вдруг станет стихией воды. Вот именно это измененное состояние сознания нам и необходимо для следующих магических действий. Оно достигается само по себе. Не нужно заморачиваться или провоцировать его. Оно близко и похоже на «чувство внимательности». Та же восприимчивость, чуткость и пассивное сканирование пространства. Но оно отличается особыми визуально-слуховыми и кинетическими качествами.

Даю на это упражнение четыре дня. Третье задание получите 22 февраля.

konste >> 2007-02-19, 10:22:31, #1

Отчет.

Вчера второй раз встречались с партнером. Так как второе задание уже было предложено, и

первое задание мы хотели продолжать как раз в русле второго задания, то перешли сразу ко второму заданию. (я взял с собой распечатку обоих заданий).

Итак, в этот раз истории рассказывал только я.

Успел рассказать три истории из пяти. Мои наблюдения - почувствовал желание жестикулировать руками, даже сделал жест, в процессе рассказа. Временами волновался, соответственно. Желания открыть глаза не возникало. Когда рассказывал забывал где нахожусь, то, что на меня смотрят. на очень сильные эмоции так сказать, к катарсису партнер меня не подвел. Возможно сказывается мой прошлый опыт участия в подобных сеансах, и у меня толи нет больших проблем(?), то ли меня сложно "зацепить". Скорее второе...

Хотя я честно выполнял задание.

Одна из тем изначально не вызывала у меня особых эмоций, и рассказ о ней, оказался в целом бессмысленным, с моей точки зрения. Нам он ничего не дал.

Когда испытываешь облегчение, после рассказа - действительно вздыхаешь.

По словам партнера первая тема, (в которой я испытывал волнение, и в которой я все же ощутил некоторое облегчение своего отношения к событиям, во время этого сеанса) - не вызвала у него никаких эмоций, резонанса и он объяснил это тем, что у него нет в жизни никакого подобного опыта. Для меня немного неожиданный факт.

Вторая тема - партнер испытывал резонанс, блокировал, мы потратили много времени, наверное можно с ней еще работать, - точно не знаю.

Четвертая тема (третью случайно пропустили) - не вызывала эмоций у меня, и видимо, это чувствовалось.

Strelka >> 2007-02-19, 19:33:17, #2

Отчет

Revers. Сегодня проработала только первую ситуацию. Я смогла освободиться от своего негатива, проработали проблему, заменили концовку, убрали чувство вины.. Никаких ощущений не заметила из-за погружения в ситуацию... При рассказах напарницы смогла выдержать зеркальность. Напарница в конце рассказов делала резкие выдохи. Результатом довольна.

Strelka

Рассказывала по 2-м ситуациям. По первой катарсиса не было, история была не совсем подходящая, но хорошо проработали эмоцию страха.. Удалось войти в ситуацию, вспомнить все детали. Сбился ритм дыхания..

По второй истории получилось лучше. Вошла в какой-то полутранс, рассказала все, что думала никогда никто не узнает. Попросила прощения у двух людей, участвовавших в ней и простила себя. Приняла то что было, и нельзя уже поправить и.. оставила это в прошлом. Стало очень легко. Когда рассказывала напарница, зеркальность выдержать удалось (ИМХО). Опять было ощущение сильного давления на ладони. Мешало немного спонтанные остановки ВД, из-за чего иногда теряла контроль над происходящим..

ulis >> 2007-02-19, 22:44:53, #3

Отчет по второму заданию Равенны

ulis-tyrson

Первым говорил я , tyrson слушал.

Вспоминать и рассказывать было не трудно. Всплыли некоторые подзабытые нюансы

Проблема возникла на теме «обид» -- не смог вспомнить ни одного эпизода где эта проблема оставалась бы нерешенной (где отомстил и забыл, а где-то простил)).

Слушать было сложнее. Не всегда получалось сохранять зеркальность и при этом задавать вопросы (или одно или другое) . Сильные выдохи партнера были практически после каждой темы.

После сеанса было состояние облегчения, но я не уверен , что это есть цель задания.

Tyrson >> 2007-02-19, 23:37:27, #4

Tyrson-Ulis:

Во время "смотрин":) Ulis, по нему пробежали полосы, пятна цвета, соответствующего теме, иногда

добавлялись другие. Некоторые пункты закончил выдохом. Состояние текучести не поймал.. Некоторые “мои” пунктики оказались незначительными по причине детского восприятия, другие наоборот по той же причине..

Измена. Воспоминание оказалось занятным. Очередной раз, вспомнив далекое событие, почувствовал благодарность:) В какой бы заднице мне пришлось бы оказаться, если б тогда все было бы благополучно:))))

Обидчик.. Много раз, еще давно, убивал его, резал, прощал, вставлял в раздел причин, серьезно повлиявших на мой духовный рост.. Казалось-все, не трогает, отжило. Торкнуло, конечно. Сильно.. Вообще, этот перепросмотр изменил что-то внутри. Что-то всплыло, что-то улеглось... Ничё! Поймаю состояние воды и текучести и дам всему уплыть:)

Tilli >> 2007-02-20, 09:43:03, #5

Tutta - Tilli

Провели еще раз занятие по 1-му заданию и так получилось, что плавно перешли ко второму. Не знаю. Мы очень давно друг-друга знаем, и казалось, что нет таких ситуаций, которые бы уже не обсуждались. Но как выяснилось - есть.

Состояние текучести не достигли и и вздохов не было.

У меня практически нет воспоминаний травмирующих ситуаций, я их достаточно глубоко закопала и очень долго над захоронением работала. Не хочу вскрывать. И от этого возможно, даже просто не могу их вспомнить. Но интересный момент. Я совсем недавно узнала что Tutta осознается во сне (значит тайны были!). И в конце сеанса она вдруг начала рассказывать о Кастанеде, о первых хакерах и т.д. У меня мурашки шли по телу и Tutta очень ясно увидела надо мной радугу.

Но задание придется отрабатывать, чтобы достичь следующего этапа.

P.S. Со дня выдачи задания, пока я прокручивала его в голове и после его проведения меня мучают сильные головные боли, лекарством не снимаются и оч. напрягают. Как теперь от них избавиться?

Psychonaut >> 2007-02-20, 09:50:58, #6

Комментарий ко второму заданию.

К выполнению пока ещё не приступил. Но возникли некоторые мысли. Вчера вечером прошёлся по своим проблемным инфополям (без напарника) и попытался сформулировать некоторые моменты. В частности, по поводу “оранжевых” вопросов. Думаю, данная тема - для многих тут актуальна. В общем, мне кажется, что в постановке задания немного неверно расставлены акценты на проработку оранжевого инфополя. Сексуальные проблемы, измены - безусловно, являются мощными составляющими данной проблемной зоны. Но более фундаментальной функцией оранжевой чакры, я думаю, всё же, является продление рода - в более широком смысле слова. Соответственно, наиболее сильные оранжевые инфополя будут касаться не только и не столько секса как такового (хотя и его, конечно, тоже), сколько проблем продления рода: нежеланный ребёнок, страх забеременеть, выкидыши, аборты и т.п.

Но пока это только моё предположение. Надо будет проверить на практике.

Rit - Lenw >> 2007-02-20, 12:56:44, #7

Rit.

Второе задание пошло ударно. Сначала как обычно настройка, потом начали прорабатывать ситуации. Каждое событие тянуло за собой цепочки других. И действительно в процессе выполнения задания ощущение “водной глади” усилилось, более того размылась окружающая обстановка. Сначала действительно поднимаемые из глубины партнера эмоции ощутимо цепляли, но потом появилось ощущение какого-то потока, или даже можно сравнить цепной реакцией. Убираешь небольшой камешек и потихоньку образуется ручеек из породы, потом потихоньку переходящий в более крупный камнепад. Вот точно так же было с событиями. Причем энергия высвободившаяся из первых 2-х пунктов, имхо, позволяла отыскать и раскрыть события, которые следовали далее. При вскрытии событий, держащих в себе энергию было подтверждение выдохом. У себя помню, при вскрытии некоторых событий, на лицо налезала улыбка, а внутри по груди поднималась теплая волна вверх.

Lenw.

При долгом сидении и просмотре мир потерял окраску стал как фольга, самые выпуклые части стали подсвечеными. При некоторых событиях со стороны Rita дергались определенные участки тела у меня, колено, икра ладонь.

Суенит >> 2007-02-20, 13:10:10, #8

С психологией в общем получилось, и облегчения мне удалось достичь.

Когда на меня смотрел партнер -говорит, что видел переливы и изменения цвета, и мучал прохождениями ситуации вновь и вновь, вплоть до белого цвета.

Когда расспрашивать стал я, мне кажется что также с психологией прошло все ОК, однако свечения я не видел, хотя чувствовал физически выплески энергии партнера. Что касается отзеркаливания, удалось в большинстве случаев удержать спокойную эмоциональную окраску, не сопереживая с партнером, правда выплески все-таки доходили энергитически (я настраивался что я гладь озера и выплески энергии не мои - меня и не заденут) однако в этом я сомневаюсь. Возможно я не правильно понял Состояние зеркальности, да я могу стать холодным и невосприимчивым, однако как я могу отражать? или отображать партнера и его состояние не меняясь сам?

Arfa - Miracle >> 2007-02-20, 18:02:12, #9

Отчет Arfa-Miracle по второму заданию за 19.02.07:

Arfa:

Встретились вечером. В этот раз освещением служили две свечи поставленные с моей стороны и стороны Miracle. На мой взгляд было очень комфортно, хотя Miracle посчитала, что так как мы пытаемся достичь состояния «водного мира», огонь может быть излишним.

По времени удалось выслушать только мои истории по первому и второму пункту. И как ни странно, первый пункт вызвал бурную реакцию, хотя на мой взгляд история не представляла ни какой такой сильной особенности. Проработали возможные варианты, появилось чувство благодарности и облегчения.

По окончании опять было замечено понижение температуры в комнате не только нами, но и другом Miracle.

После занялись созерцанием в обыденной обстановке, сидели бок о бок и пытались считывать инфополя человека занятого обыденными делами. В одно из мгновений по правой стороне моего тела пробежала волна теплого покалывания (с этой стороны сидела Miracle в попытке остановить ВД).

Miracle: Я слушала истории Arfy по первым двум пунктам. Одна из них вызвала у Arfy сильную эмоциональную реакцию. В комнате мерцали свечи. Эмоционального резонанса у меня не было, но и сказать, что пространство вокруг воспринималось именно «водным» не могу. Хотя оно определенно изменилось (возможно, оно так менялось и в прошлые разы – вообще это близко к предтрансовому состоянию): казалось более зыбким и проницаемым что ли... Но подобное ощущение вообще часто бывает в жизни. Внимательно и отстраненно слушаешь и смотришь, и как бы погружаешься во что-то.

Потом сидели и вместе с Arfой созерцали моего друга, но он сидел в свете электрической лампы, поэтому я быстро переключилась с разглядывания свечения по контуру его тела на спокойное созерцание с попыткой остановить ВД. Мне стало очень спокойно, очень приятно и тепло, возникло ощущение, что я могу так просидеть вечность.

Tuta-Tilli >> 2007-02-20, 18:34:19, #10

У меня как и у Tilli сильные головные боли после задания, чего то не так что ли сделали?

nigel >> 2007-02-20, 18:55:15, #11

Отчет пары todesky- nigel от 20.02:

начали с выявлением ситуаций у напарника, в которых заложено эмоциональное ядро, выявили, начали заседание. В процессе выполнения задания я очень сильно замерз, особенно ладони.

Оказалось, что ситуация напарником в свое время уже решена, все прощены и любят друг друга, но я сдаваться не стал, придумал развитие этой ситуации, которое напарник, в принципе, не

рассматривал, прошлись по кровавой расправе и опять прощению. Очень сложно выдерживать зеркальность, спецэффектов не ощутил.

В процессе моего «изливания» замерз окончательно, «ядро» было вытащено наружу, детально проработано и растворено полностью, стало легко: «камень с плеч».

Главной цели, считаю, не достиг, но ниче, какие наши годы.

Свой отчет todesky выложит чуть позже

Strelka >> 2007-02-20, 19:13:52, #12

Отчет 2

Revers

Проработала 2,3,4 ситуации. Ощутила состояние воды. Она соприкасалась с телом, особенно сильно чувствовалась влажность на лице. Было ощущение, что поток идет вниз, смывая негатив. После окончания занятия поднялось настроение, смеялись)

Strelka

Сегодня рассказывала по 3,4 ситуациям. Проработали их достаточно качественно (ИМХО).

Получилось войти в состояние которое было, когда они происходили. Вспомнила свое детское восприятие (обе ситуации были из детства)

Когда слушала 2-й рассказ Revers оощутила состояние воды, будто воздух в комнате стал влажным, в ладонях чувствовала как бы прикосновения “мокрого ветра” (не могу лучше сформулировать :))

Когда рассказывала сама, вдруг особенно сильно ощутила воду вокруг.. и радость, которая немного сбила настройку.

После занятия мы стали как-то ближе. И легче :)

Vinchi >> 2007-02-20, 19:16:59, #13

Tuta-Tilli, скорее всего, вы наткнулись на психосоматическую проблему - проблему, в которой эмоциональное и энергетическое содержание соединено с физической болью. Здесь есть два решения: выявить рассматриваемую ситуацию, приносящую боль - обычно жизненные ситуации, связанные с потерей сознания, удушьем, подавленной болью - и решить ее полностью и окончательно. То есть, пересмотреть с помощью партнера, а затем самостоятельно. И есть второй вариант - бегство, игнор, “возможно позже, но не сейчас“. Не бойтесь боли во время пересмотра ситуаций. Если вы находите ее, то это явный знак на большой кусок прошлого беспамятства. Если вы выпустите его из себя, это будет большая победа.

Tuta >> 2007-02-20, 20:32:43, #14

Vinchi, у нас боль началась на следующий день. Т.е вчера мы делали вечером задание, а сегодня умираем от головной боли, обе и весь день. Может это и не связано, а просто совпадение. У меня ночью были кошмары, после которых я и проснулась разбитой и с головной болью, которая до сих пор не отпускает

Tyrson >> 2007-02-20, 22:36:34, #15

Tyrson-Ullis:

Проработали уже с новыми ситуациями..

Во время наблюдения особое внимание уделял невовлечению,зеркальности.Периодически ощущения в груди давали понять,что нужно зеркалить и не вовлекаться:)несколько раз Ullis вздохами обозначался,а одну ситуацию пришлось разбирать до мелочей и потом переигрывать конец.Несколько раз ловил весьма устойчивое состояние

волн(?),колебания(?),течения(?).Ощущения очень похожи на те,что получались когда-то при выполнении медитативного упр. “Океан“.Там нужно было представить себя океаном в натуре:)

В опросе старался “распаковать“ энергию,заклученную в события,связанном с эмоциональным,беспокоящем воспоминании.Глубокие вздохи напарника подтвердили результат..

После опроса меня появился озноб,потом колотило еще некоторое время..

Талай >> 2007-02-20, 23:17:31, #16

Turambar-Талай.

Я был водой.

Историй было 4. Представляю сводное описание своего состояния.

Ничем подобным раньше не занимался, поэтому легкий мондраж.

Сели, настроились.

Поехали.

Сначала просто отстраненно слушаю описание ситуации, отслеживая и отстреливая все случаи, когда начинал сопереживать услышанному. Хорошо различаю контуры и базовые цвета инфополя. Неожиданно начинаю воспринимать звуки речи всем телом. Появляется четкость видения ситуации (важно отбрасывать, как мусор, свои собственные мысли и дорисовки истории - только слушаем). В какой-то момент начинаю воспринимать эмоции, которые в данный момент испытывает партнер. В совокупности это дает неожиданный эффект - становится видна суть проблемы! Это как камень, брошенный в воду и спровоцировавший расходящиеся во все стороны затухающие волны. Указываю на находку. Прошу партнера описать свои эмоции и чувства и пройтись по эпизоду еще раз. Происходит, как бы, захват цели. А вот дальше включается интуиция, потому как однозначного решения по извлечению ядра (камня) нет. В одном случае это была переоценка самой ситуации, в другом ключом оказалось работа с образами и их подмена, в третьем - перепросмотр жизненных ценностей. Вообще работа ни в коем случае не ремесленная, а исключительно творческая.

Каждый раз, заканчивая проработку очередной ситуации, наблюдал у партнера глубокий вдох и выдох. Ну и конечно надо было видеть его физиономию! =8) Наверное, если бы я погасил лампы, освещенность помещения ничуть бы не изменилась. =8)

После окончания практики, понял, что, во-первых я реально замерз и меня всего колотит, а во-вторых, меня кресить (у славян эта техника так называлась) сегодня - это преступление по отношению к Turambar-у. =8)

Попили чаю для сугреву и довольные друг другом разошлись.

ulis >> 2007-02-20, 23:23:01, #17

Ulis-Tirson

Второе задание. День второй.

Как же это тяжело словами передать образы и ощущения...

Мне так и не удалось полностью разобраться с одной ситуацией.

Зеркалить в этот раз было немного проще, но трудность осталась в своевременном задавании вопросов и вариантами развития ситуации. В моменты рассказа партнером видел «фильм» и наблюдал проявление зеленого цвета вокруг головы (это соответствовало рассказу). Когда перешли к теме волевого давления лицо партнера изменялось очень сильно-- (сходство с фильмами про оборотней).))

Практически все ситуации заканчивались глубоким выдохом.

У себя наблюдал покалывание в ладонях и пальцах. Связано ли это с заданием – не знаю.

Turambar >> 2007-02-20, 23:27:01, #18

Сегодня с партнером “слушали” меня, мои 5 историй. До этого на работе я сидел и прислушивался к себе, отыскивал в прошлом своих “демонов”, которые и хотел проработать. Был один момент, рассказать о котором решился уже на самом практикуме, очень непростой сюжет из детства. При рассказе первой истории произошло то, чего я никак не ожидал - у меня непроизвольно полились слезы. И это была история, отдачи от которой я чуть ли не менее всего ожидал. Но в процессе рассказа удалось довольно четко погрузиться в ощущения пережитого, что и вызвало соответствующую реакцию. Партнер очень умело помог “прожить” ситуацию еще раз, рассмотрев те проблемы и шаблоны, что “держали” ее. По окончании был не просто вдох-выдох :) а просто какой-то супер-вдох-выдох! :) И четкое ощущение того, что более данной проблемы, этого “узелка” из прошлого, нет. Чувство свободы и радости. Сделали паузу, т.к. я был несколько ошарашен своим бурным проявлением чувств :) Проговорили проблему №2, решили заморочки, которые были с ней связаны. По окончании опять ощущение свободы, радости, глубокие вдох-выдох (как гора с плеч).

Переходим к самой болезненной проблеме №3, у меня было два варианта рассказа и в самый последний момент я решаюсь заговорить о самом непростом для себя. В ходе рассказа опять буря эмоций, опять слезы (блин, мужик, 32 года :), партнер еще раз проводит меня через кульминационный момент ситуации, возвращает меня в прошлое. И вместо меня там, в прошлом, я вдруг вижу ужасную огромную темную Сущность, со скрюченными когтями. Воплощение ненависти и злобы. Огромная благодарность моему партнеру, ибо более она не имеет места для существования. Мы решили данную ситуацию из прошлого. На “выходе” чувство благодарности к партнеру, слезы уже радости от пережитого, эмоциональный подъем, глубокие вдох-выдох. Открываю глаза и “вижу”, вернее ощущаю вязкость пространства, на самом деле как в воде. Какое-то время успокаиваюсь после пережитого, плыву в ощущениях. Переходим к 4-му рассказу (4 и 5 проблемы). Проговариваем все ключевые места, находим узелочки и развязываем их раз и навсегда. Все, мои истории закончены. Меня и друга “колбасит”! Меня переполняет энергия, я почти вспотел, внутри как буд-то волны гуляют. Друг почти замерз, но его тоже потряхивает. :) Решаем попить чаю. И тут меня начинает просто “колотить”. Мне одновременно жарко, но пробирает дрожь как при сильном переохлаждении, когда себя уже не можешь сдерживать. “Отпустило” только минут через 10 пока беседовали с другом. Оглядываюсь назад на свои проблемы, о которых повествовал другу, и уже не могу понять, что же меня в них цепляло ранее. Они для меня превратились в пустое место. Еще раз приношу слова благодарности другу за пережитое совместно со мной и за его помощь! С его слов, четкий контакт между нами во время прохождения практики позволил ему добиться именно тех ощущений, которые были поставлены в виде задачи для “слушателя”.

Depo >> 2007-02-21, 08:01:04, #19

Вчера с партнером по очереди с небольшим перерывом слушали друг друга. В начале я его слушал. Сохранять спокойствие было трудно. Особенно по первому пункту во время пересказа всех кровавых подробностей. По ощущениям, мое состояние можно было ассоциировать скорее с медленно текущей водой, нежели с гладью озера. Зеркальную поверхность отобразить не удастся – сразу возникает образ “темной воды”.

Когда рассказывал партнеру по первому пункту, вспомнил некоторые подробности. Ситуацию удалось разобрать. Другие истории, которые рассказывал, были перепросмотрены ранее, и при рассказе вызывали внутреннюю ухмылку. С пунктом про измену ничего не удалось вспомнить ни партнеру, ни мне. В тот момент, когда рассказывал свои истории, непроизвольно двигалась правая рука.

Depo >> 2007-02-21, 09:05:05, #20

Коллеги, у напарника во время его рассказа непроизвольно двигались веки. Можно ли, если сил нет терпеть непроизвольные движения век, взять и глаза потерять например? Или с силой зажмуриться? Может еще к.л. с подобным явлением сталкивался?

Hrafn Tinna >> 2007-02-21, 12:27:08, #21

Пока только слушал. Вернее зеркалил. Да, в неторых местах было довольно трудно сохранять гладкую поверхность, но вовремя вспоминал об этом. Не скажу что было что-то уж из ряда вон выходящее, но под конец появилась некая текучесть, хоть и не очень надолго. После практики я начал жутко мерзнуть а напарник был заряжен энергией и оч. весел))) Завтра приступим к моим историям.

Silence >> 2007-02-21, 13:03:08, #22

Отчет по 2 заданию

1. Сначала я рассказывала Амаранте свои истории. Оказалось очень сложно вспомнить события по каждому из 5 пунктов. По ходу вскрытия ядра эмоциональный накал возрастал. Сначала рассказ шел легко (главное было начать), но вслышавшие подробности добавляли масла в огонь. Т.к. психологи из нас, мягко говоря, никакие, разрешения ситуаций так и не наступило, несмотря на переживание момента кульминации несколько раз и предложений по разрешению проблем. Амаранта вовлекалась в ситуацию, ей было сложно зеркалить меня. Но несмотря на это, когда я открыла глаза после рассказа, мир “плыл”, “рябил”, как будто меня окружали не материальные предметы, а

рисунки на колышущейся занавеске.

2. Я выслушивала истории Амаранты. Ее рассказ, как и в моем случае, был очень эмоциональным. Я помнила о состоянии тихой поверхности пруда и когда удавалось этого добиться, мир терял четкие очертания, будто я погружалась куда-то. Взгляд фокусировала на Амаранте, при этом на периферии зрения все теряло четкость, появлялась рябь и какие-то образы. Но когда я стала предлагать пути решения конфликта, то потеряла состояние "невовлеченности".

nigel >> 2007-02-21, 13:41:21, #23

отчет todesky пары:nigel-todesky от 20.02

Провели первую практику по второму заданию. Я начал первый, рассматривали мою проблему по одному из

пунктов. После проведении предыдущей практики, Лизливать! свою душу оказалось проще, чем казалось.

Как было выше сказано, действительно, при таких необычных для себя рассказах, эмоции переполняют,

дико охота жестикулировать. При рассмотрении своей проблемы, сидя в Лоткрытой позе!, чувство того,

что ты сидишь в квартире, пропадает полностью, в момент пересмотра ситуации с различными кульминационными и итоговыми исходами, фактически воображаешь все L Real time! и соответственно,

после таких ярких переживании проблема испаряется. Лично, после стало легко и даже возникло чувство

радости!!!

Партнер зеркалил, я считаю, очень хорошо, сопереживании не ощущалось, считаю выложил свою проблему на

все 100%. После моего рассказа, мне было тепло и комфортно, мой партнер ужасно замерз, сделали паузу,

партнер сидел греясь у батареи в кофте, мне было тепло сидя в центре комнаты в футболке.)

Далее рассматривали проблему партнера, та же схема, выслушивание проблемы, нахождение (действительного) ядра, раскручивание альтернативных решении ситуации. Сдерживать состояние зеркальности несложно пока просто выслушиваешь, а вот в момент разбора и альтернатив,

начинаешь замечать за собой некое сопереживание, стараясь укротить его. Когда все рассмотрели, я ощутил, что мои руки стали холодные.

В плане терапии, все прошло на ура, чувство водянистости не ощущал, скорее всего

слишком углубился в рассмотрение самих проблем, отойдя от сути практики, на след. буд стараться ставить акцент на достижение окружающих меня в данный момент ощущения.

После практики был легки озноб у обоих.

Psychonaut >> 2007-02-21, 16:00:30, #24

Отчёт.

20 февраля.

С самого начала решили пройти сразу по пять ситуаций, причём непременно по порядку: красный - оранжевый - жёлтый - зелёный - голубой (КОЖЗГ).

Наверное, зря. Хотя, отрицательный опыт - тоже опыт.

Во-первых, 5 - это слишком много. Сложно за один заход проработать столько ситуаций достаточно глубоко. Работа заняла часа 2 и была достаточно утомительной. Причём периродически я, вместо прохождения ситуаций - ударялся в какие-то совершенно ненужные умствования.

Во-вторых, на то, чтобы любой ценой выдерживать порядок КОЖЗГ - тоже уходило немало совершенно бесполезных усилий. Поскольку ситуация одого цвета - непременно вызывала целый букет других оттенков, и приходилось периодически одёргивать - себя и напарника, возвращаясь к исходному цвету. Вероятно, тоже - зря.

(Позже разговаривал с Аталией. Они с напарницей прорабатывали цвета в более вольном порядке, по мере того, как проявлялись ситуации. В результате у них получился более сильный эффект, чем у нас. Впрочем, надеюсь, Аталия напишет свой собственный отчет по этому поводу.) Тем не менее, прохождение ситуаций строго по порядку КОЖЗГ (пускай, временами, и притянутое за уши) тоже дало свой эффект. Была выявлена определенная закономерность. Которая состоит в том, что каждый более высокий уровень - содержит в себе ключ к преодолению ситуаций более низкого уровня. В частности, можно увидеть цепочки примерно следующего вида: Опасность для жизни (красный) --> угроза продлению рода, секс (оранжевый) --> насилие, в т.ч. над собой (жёлтый) --> симпатия/антипатия (зелёный) --> обида (голубой) --> несправедливость (синий) --> ну, и так далее (фиолетовый).

Ночью мне ничего не снилось. Зато напарник сказал, что поймал за ночь аж три ОСа. В одном из которых видел меня. И он позвонил, чтобы уточнить, не снилось ли и мне что-нибудь. Увы, мне ничего не снилось. Или, по крайней мере, я ничего не помню.

Впрочем, у напарника - достаточно богатый опыт ОС-ов и, вероятно, некоторая предрасположенность. У меня же последний ОС, который я помню, был достаточно давно, несколько лет назад.

(Интересно, это потому, что он - "сновидящий", а я - "сталкер"? Или просто я нашёл для себя такую удобную отмазку, мол, "раз у меня ничего не получается, значит я - сталкер"? ;-)

Думаем продолжить работу - с акцентом на более глубокую проработку ситуаций.

PS. Заметил сегодня утром сильный внутренний диалог. Летуны хрумкали, аж за ушами трещало. Картина Репина "Жрачи прилетели". :-) Причину пока не понял. Возможно, это как-то связано с православным эгрегором (Великий Пост и всё такое), либо с семейным эгрегором моего напарника (мы занимались у него в квартире). Возможно - причина в чём-то другом, не знаю. К обеду - немного разогнал летунов мухобойкой. :-)

Arfa - Miracle >> 2007-02-21, 16:25:46, #25

Отчёт Arfy - Miracle по второму заданию за 20 февраля

Miracle: Пишу пока от себя, Arfa, если захочет, что-то добавит позднее. Успели прослушать только одну - мою - историю. После рассказа и иногда во время него были разные энергетические ощущения. Хотя я уже сто раз сама пересматривала историю, о которой я рассказывала, всё равно после разговора стало легче, благодарна Arfe. После предложенной Arfой проработки энергетические ощущения стали очень сильными: по всему телу, особенно в ладонях и макушке.

sergey >> 2007-02-21, 17:23:17, #26

Комент для всех

Ужасный скрип тонналя. За последние 2 дня ниразу не удалось встретиться с напарником.

Впервые раз перед самой встречей, жене понадобилось в поликлинику и у ребенка температура 38. Сегодня уже почти приехал к напарнику звонит мама у устраивает мне истерику, обвиняя меня во всех тяжких.

Столь сильный натиск со стороны мира лишний раз доказывает силу нашего потока.

Ссориться не стал с родственниками, решил обойти их мягко, слегка обманув. Пусть остаются в сладком неведении...

Жаль, придется немного сместиться по графику заданий. Но это задание для меня очень важное.

Strelka >> 2007-02-21, 18:52:28, #27

Отчет

21 февраля

Revers

Доработали последнюю историю... Рассмотрели несколько ситуаций... Ощущение водянистости пространства было слабее, чем в прошлый раз, но после выполнения задания появилось состояние легкости.

Strelka

Сегодня закончили все темы. Проработали несколько историй по 5-й ситуации. Состояние воды

поймала, но несколько слабее чем при вчерашнем занятии. Немного изменили схему: не прогоняли ситуацию снова и снова с разными вариантами концовок, а просто пытались посмотреть на нее с т.з. вечности. Получилось, обиды растворялись и уходили в небытие) Когда закончили стало очень легко, радостно..

Splank >> 2007-02-21, 21:32:29, #28

Отчет.

21 февраля. Splank.

После первого задания с напарником возникли проблемы - сказал, что, видимо, не будет далее участвовать в практикуме... Сделали на два дня перерыв. ...И все-таки возобновили занятия.

Первый истории рассказывал я. Выбирал на мой взгляд - самые цепляющие. Сначала мне казалось, что самые энергоемкие и глубокозапрятанные должны быть родом из детства (ну кроме измены по 2-й чакре). С этого и начал - в результате напарник стал говорить, что это все несерьезно, и никак меня не цепляет сейчас действительно "за живое". В результате вытащил из меня действительно по одной истории красного и желто-зеленого спектра из уже вполне взрослой жизни, где цвета в моем поле действительно полыхали. Ни катарсиса, ни какого-либо заметного эмоционального эффекта не испытывал - либо все было очень глубоко запрятано за непробиваемыми щитами, либо сказался эффект длительного (в течение последних 10 лет с перерывами) перепросмотра.

За историями напарника наблюдал, на этот раз (во время первого задания - при электрическом свете) в полумраке. Пытаясь войти в отрешенное состояние добился эффекта, при котором иногда слова напарника воспринимались вообще как "шум" при моей полной сосредоточенности на желании Видеть. Наблюдался ряд необычных "световизуально-телесных" эффектов.

1. Лицо партнера, его силуэт, на какое-то время становились размытыми, почти исчезали.
2. Мои руки, лежащие ладонями вверх на коленях, а потом и я весь, вдруг начинали подсвечиваться как-бы изнутри, потом свечение нарастало, усиливалось.
3. Видел размытое свечение, в основном - вокруг головы и плеч партнера.
4. Иногда свечение вокруг приобретало довольно резкие границы по контуру.

Никакой связи с "эффектами" и тем, что говорилось и делалось зафиксировать не удалось.

Отрешенность сохранить удалось, но вот что такое "водянистость" - не вполне понял. То ли я давно так живу - особо ни во что не вовлекаясь и не соперечивая, то ли это просто недостаток моей чувствительности и восприимчивости.

Буду признателен за коммент.

Robinson >> 2007-02-21, 21:54:05, #29

Отчёт.

Второе задание выполнено. Оно напоминает мне работу в цехе - ситуации, когда рабочие что -то требуют, "качают права", буря эмоций, а ты как вода.... всё впитываешь, всё выспрашиваешь, направляешь ситуацию в другое русло (что бы погасить эмоции или недовольство) и при этом делаешь всё это абсолютно отстранённо, стоит только поддаться эмоциям и всё пропало, ты больше не начальник цеха, контроль над людьми утерян....

В понедельник попробовал ощутить общий фон инфополя напарника.... и у меня получилось. Всё прошло так, как было написано в первом задании. Инфополе раскрылось, напарник стал эмоциональным, потом появились другие тона и т.д.

К сожалению, тренироваться с напарником удаётся не каждый день. Пробую считывать инфополя у людей в метро и на работе.... но здесь, без обратной связи.....

Я вижу разноцветные пучки света, и пытаюсь поймать общий фон.

ulis >> 2007-02-21, 21:58:41, #30

Ulis-Tyrson Второе задание Равенны. День третий

Особенно проблемные ситуации были проработаны в предыдущие дни, так что по некоторым темам ничего нового вспомнить не смогли. Все прошло очень спокойно. Эмоции и образы были как в предыдущие дни только значительно слабее.

Можно сказать что было состояние воды, в которую иногда падает маленький камушек

Rats >> 2007-02-21, 22:15:47, #31

Отчет.

Выполнена только часть задания по темам, потом не удалось встретиться - заболели.. Первая же тема вызвала длинную цепочку распросов и уточнений-обобщений, так что отклонились на обсуждение поведенческих проблем в глобальном смысле, может не надо было этого делать.. Но зато по ходу дела обнаружили неосознанные заморочки.

При рассказе была некоторая эмоциональность, но проблем вроде не было, зеркалилось тоже вроде нормально, хотя отчасти неудобно спрашивать человека по таким темам..

Tyrson >> 2007-02-21, 22:18:14, #32

Tyrson-Ulis:

Сегодня прошлись кто по чем, подгребая непересмотренные и, в общем, не особо яркие темы.. Вроде как, собирали остатки.

Наблюдая Улиса замечал легкое желтоватое свечение по контуру плеч, иногда вокруг шеи. Для описания состояния лучше всего подходит слово Гладь (воды в смысле:), в которую изредка падают капли, и, от них, расходятся легкие волны.. Иногда ветерок взволнует поверхность почти не заметно..

Не знаю, состояние ли это воды, никакой мокроты ни на.., ни под.. не ощущал:), и, при этом, ассоциации именно с гладью тихого пруда. Периодически ощущение волнообразного движения, как на пароходе, похоже. Воспринималось больше через грудь.

И, все же, когда прошелся по своим темам, этапы вздохами обозначались.. Хотя морозило сегодня гораздо слабее.

P.S. Сейчас только ушел с сайта, читаю на другом, а вокруг ощущение как плывет все, аж головой дернул. При этом не засиделся, и никакие сосуды не передавливались:)

zeror - BoxDevil >> 2007-02-21, 23:42:05, #33

Отчет:

zeror - BoxDevil

boxdevil side: вспомнил(рассказал) 2 истории с опасностью смерти, после первой ничего не почувствовал,

на счет второй, она была неоднократно пересмотрена, но что-то в ней было, был предложен нестандартный ход ситуации,

который как нестранно дал ощущение освобождения очередного солидного пласта энергии.

Что то все-таки получилось

История напарника была очень личной и очень эмоциональной, старался следовать аллегории я спокойный зеркальный пруд,

но лично для меня это было ощущением/настроением что никакие человеческие страсти не смогут поколебать мою поверхность,

и я не поддавался на эмоциональные позывы, хотя пару раз очень солидная тень чувства сострадания нависала,

это чувство навязывалось правилами поведения в социуме, во всяком случае это я могу сказать сейчас тогда я об этом

не думал, а просто слушал, пытался максимально высвободить тот пласт который отложил напарник

чувство водянистости мира не возникало видимо нужен еще опыт...

zeror side: зеркальность при рассказах напарника сохранить получилось. При рассказе 1 истории пересмотреть ситуацию не получилось или она не являлась особо проблемой. 2 ситуация уходила поглубже и ее мы немного подкорректировали, пересмотрев.

Моя история оказалась большим гнойником для меня (не ожидал, что настолько сильно она засела) касалась больше взаимоотношения родителей и чуть не случившейся трагедии.

Рассказывая ее, выплескивал в виде слез, скрежета зубами все загнанное глубоко внутрь.

Вернулось давно упрямое чувство обиды. Кое-как закончить рассказ, получилось только отвечая, сквозь рыдания, на вопросы напарника. Все тело изнутри колото иголками, а в солнечном сплетении собрался огненный шар, который сильно жег изнутри. Напарник провел меня по другому пути развития событий, с прощением в конце. Жжение уменьшилось, но полностью не исчезло. После того, как расстались, сделал (как нестерпимо хотелось) несколько резких выдохов так, что аж легкие скрутило. После этого около часа зевал не переставая. Видимо чистился. При этом было состояние очень глубокой отрешенности. Ничего не волновало, звуки накатывали и обволакивали, было очень спокойно.

Напарник отлично справился со своей задачей. По крайней мере голос был очень ровный, без нотки сочувствия и сопереживания.

Rit - Lenw >> 2007-02-21, 23:43:55, #34

Rit

Упражнение прошло на ура. Настроились. Первый начал я. Прошлись по детству, где наиболее сильные эмоции. Но самого ядерного еще не раскопалось. Чувствовал себя в спокойном потоке воды...

Lenw

Прошло отлично, раскопали не так много как у Рита, но при некоторых моментах было видение дежавю. Изображение партнера сдвинулось на некоторое расстояние и затем перескочило покадрово обратно. Опять ощущение спокойствия и видение ярких участков вокруг выступающих частей окружающих объектов.

zeror - BoxDevil >> 2007-02-22, 10:51:15, #35

Отчет: 2 часть

zeror - BoxDevil

boxdevil side: вспомнил(рассказал) истории по пунктам б,в,г. Так как большинство из них были пересмотрены то, заметного облегчения это не дало. Во время рассказа напарника сосредоточился на ощущении пруда, и попытался увидеть те инфополя которые активированы в момент рассказа. Но удалось только наблюдать параллельность потоков восприятия, одновременно слушал напарника, наблюдал периферию его тела, слышал эмоциональный разговор за соседним столиком, видел движение в противоположном конце зала, все это представлялась как потоки чего-то, одновременно текущие в пространстве, но это ощущение довольно быстро ушло, говорить о чувстве водянистости не могу, возможно это было приближение еще на одну ступеньку.

zeror side: в историях напарника особых проблем не было. Чувствовалось просто повествование, поэтому и зеркалить было не сложно.

Мои истории по остальным темам не затрагивали никаких переживаний, проблем. Рассказав их, вернулся к той теме которая задела. В этот раз рассказал ее всю, сохраняя спокойствие, будто она происходила не со мной.

мятеж-mriks >> 2007-02-22, 12:19:56, #36

допрос мятеж`а:

мятеж: Сиделось спокойно, пыталась вспомнить ситуации те ситуации которые меня всегда задевали, однако оказалось что я абсолютно не испытываю к ним эмоций. начать рассказывать было трудно проблемы казались смешными, пришла к выводу что про некоторые темы вообще нечего рассказывать.(1 и 2) Во время опроса никаких особых ощущений не было.

mriks: Опрашивать или сохранять зеркальность выслушивая рассказ было легко. Проблемы возникали при попытках вывести партнера на более эмоциональный уровень и при этом сохранить зеркальность. - подолгу полчал и не мог придумать нужный вопрос. Мир вокруг изменился, ощущался как будто волнами. Изображения в глазах плавало искажалось, менялся контраст и общая цветовая палитра. При этом когда я терял зеркальность эффекты пропадали и это давало мне сигнал о моей незеркальности. Руками чувствовал холод при глубоких вдохах/выдохах напарника.

Допрос mriks:

мятеж: Цветов никаких не видела. очень мешал ореол который видела. Чувствовались потоки энергии, мир становился серым, изображение расплывалось. После возникло ощущение давления на меня воздуха сверху. Зеркальность соблюдать было легко. Когда начиналась новая тема ощущался холод в курах, а в остальное время было тепло в руках.

triks: заранее продумал примерно темы на которые буду рассказывать с некоторыми вариантами. Во время опроса некоторые темы изменил даже не ожидая для себя что буду о них говорить. После переработки каждой темы становилось все легче и легче, появлялось чувство невесомости. Хотя и слабо но чувствовалось облегчение. По одной теме даже прослезился.

Hrafn Tinna >> 2007-02-22, 14:37:31, #37

Отчет.

В этот раз мну был на "горячем стуле" ;) Рассказывалось легко, ничего не скрывал, полное доверие напарнику. Несмотря на то, что все проблемные ситуации я перепросматривал раньше, после рассказа появилась легкость и ситуации "отпустились" полностью. Ловил зеркало напарника и чувствовал себя "в своей тарелке". Немного присутствовало чувство "водянистости". Но кажется, что недостаточно глубоко. Good practice!

nigel >> 2007-02-22, 15:15:40, #38

отчет todesky, пары todesky-nigel от 22.02:

Провели еще одну практику по второму заданию. Начали, как обычно с меня, рассматривали ситуации поочередно по двум пунктам. Сперва с ситуации волевого давление, где в последствии выявились фрагменты предательства, далее рассмотрели ситуацию обиды. Обе ситуации прекрасно разобрали.

В момент, когда я рассказывал проблемы, полностью дезориентировался, где нахожусь, ощущение, что нахожусь с партнером, полностью исчезло. Партнер представлял собой лишь голос, ничего больше, никакого присутствия другого индивида.

Причем аудиально воспринималось, что голос исходил не с места, где сидит партнер, а находится максимум в 5-10 см. от меня (очень странное ощущение).

По завершении того, как меня зеркалил мой партнер, он спросил, нет ли у меня ощущения водянистости и только в этот момент я обратил внимание, что руки и ноги, будь-то, обволакивает влага, некий поток прохладной энергии стекает в ступни ног. У моего партнера были подобные ощущения, которые он опишет.

Когда пытался зеркалить сам, представлял, что комната, где мы находимся, полностью заполнена водой и разделена на две части.

Одна часть, где сижу я (тихая гладь), а во-второй части комнаты, где сидит партнер (по его совету), представлял, что при повествовании от него исходят волны направленные в мою сторону, доходят до границы, где начинается территория с моей спокойной водой и отражается обратно на него, не нарушая моего спокойствия.

Эффект получился отличный, вот только в момент, когда приходится предлагать альтернативные варианты решений проблем, чувство зеркальности, становиться очень трудно удерживать и моментами я просто его терял.

P.S: Считаю, наткнулись на необходимый эффект, будем совершенствовать-)

nigel >> 2007-02-22, 16:15:34, #39

отчет nigel, пары nigel-todesky от 21.02:

вчера провели второе занятие по второму заданию, эффект для меня был самый неожиданный: во время проведения, когда я зеркалил, появилось ощущение, что по спине, рукам.. всему телу стекают струи холодной воды, оч. отчетливое ощущение, но этим не ограничилось, после проведения, через полчаса примерно, восприятие сменилось: будто я под толщей воды, стало оч. спокойно и отрешенно, в ушах звон. Сегодня после пробуждения с моей кровати встал не я, вернее не совсем я, восприятие расслоилось на две части: в одной я «обычный», в другой непонятно кто: спокойный, ко всему безразличный и какой-то «водянистый» что-ли, ночью по ощущениям, я был где-то очень глубоко.

Arfa - Miracle >> 2007-02-22, 20:21:15, #40

Отчет Arfa - Miracle по второму заданию за 21 февраля:

Arfa: Снова начали с меня как в первый день по второму заданию. Вспомнила вещи, которые вспоинать совсем не хотелось, но периодически всплывали в моей памяти. Меня преследовало постоянное чувство вины перед собой и случившимся...рассказав мне стало легче, но отпустив я простила себя и простила других. В качестве физических ощущений было чувство что меня окатили водой из ведра (очень грубый пример) и словно Это просачивалось сквозь ноги и шло прямо. Когда же наблюдателем была я, закружилась голова и снова чувство наступающих на тело волн и проходящих сквозь меня пульсирующих полей.

Инфополя я пока не различила, но казалось, что за плечами Miracle был легкий дымок красного цвета резко переходящий в зеленый, с опережением в рассказе напарницы. Что соответствовало ходу рассказа.

Miracle: Каких-то новых ощущений не было. Заметила, как Arfa по ходу своего рассказа глубоко вздыхала.

Giotto >> 2007-02-22, 20:58:14, #41

отчет

Очень важным, оказалось, делать все в том порядке, которое описано в задании, то есть истории соответствуют их центрам.

После первой истории, касающейся смерти, получилось “история в обмен на историю”, а в остальном очередность и порядок были соблюдены.

Эмоциональность изменялась в зависимости от истории – чем выше, тем было легче вспоминать и рассказывать. В процессе рассказа появлялось состояние отстраненности и в то же время соединенность с историей – взгляд с двух фокусов. После пересказа становилось легче, и как будто история открывалась с новой стороны, которую раньше не замечал. Наблюдалась возбужденность в переживаниях, хотя казалось, что с этими темами уже давно покончено.

Когда смотрел на людей, было ощущение что они все “вскрыты “ и “прозрачные” со всеми своими проблемами и чувствами. После упражнения как-то потягивало левую руку и область сердца пришлось заняться расслаблением этой области и быстрым скольжением по историям в обратном порядке (от последней к первой). Это успокоило. Но перед сном истории вспыхнули с новой силой, так и уснул.

На следующий день была головная боль, таблетки не помогали. Полностью прошла голова после прослушивания звуков чакр и хорошего заземления.

У напарника были хорошие Осы ночью, и болезненных явление не наблюдалось.

Giotto

gamecat >> 2007-02-22, 21:10:59, #42

Отчет

Проработали с партнером несколько ситуаций. В ходе работы отметили увеличение инфополей в ходе рассказа. Особенно появлялся большой ореол над головой. Некоторые из этих ситуаций вызвали большой эмоциональный всплеск у рассказывающего и затем решение проблемы привело к удовлетворению. Также были заметны выдохи и изменение состояния партнера. Полной зеркальности не получилось сохранять в одном случае - в нем были задействованы мы оба. Хотя в одном из рассказов был замечен интересный эффект - сначала все вокруг приобрело фиолетовый

оттенок, затем изображение “поплыло” на какое-то время какбудто волнами. Этой же ночью мы с партнером приснились друг другу, но осознаний в этих снах не было.

Аталия >> 2007-02-23, 00:48:30, #43

Отчет.

Мы с напарницей решили потренироваться еще раз по первому заданию. Второе задание мы не планировали выполнять, решили отложить на следующий день. Настроились. Первой была моя напарница. Сначала я не увидела никакого оттенка (как мне сказала напарница, она почувствовала себя в этот момент очень маленькой, а потом совсем растворилась), появился синий оттенок, во время её ответа увидела другие цвета, но синий не пропал, наверное, тему, которую мы затронули, охватывала ещё и другие области. По мере углубления в эту тему начали всплывать «проблемные» моменты и события. Начались слезы, эмоции, мы проработали эту тему, потом всплыл оранжевый оттенок, ну и т.д. Мы прошли почти по всей цветовой гамме. Во время рассказов моя напарница постоянно делала глубокие выдохи, как буд-то ей тяжело было дышать, потом она сказала, что грудь её что-то сжимало, и она пыталась это выдохнуть. Состояние тихой «поверхности пруда» держать мне не всегда удавалось, а когда удавалось, именно в такие моменты, моя напарница наиболее раскрывалась (мне так кажется).

Моей партнерше удалось вскрыть у меня три ядра, три проблемы, одна из которых для меня оказалось новостью. Ощущения и эмоции были очень сильные, хотелось открыть глаза, тоже были слёзы. Появилось чувство легкости, но и в то же время чувство наполненности. Дальше продолжать не хотелось, возможно, потому что у меня наступило ощущение полнейшей внутренней тишины, не хотелось ни думать, ни разговаривать, а только вслушиваться в своё внутреннее состояние. Такое состояние было и у моей напарницы или просто она уловила моё состояние.

На следующий день это состояние сопровождало меня целый день, только немножко слабее. При выполнении второго задания мы строго придерживались списка, у меня не было сильного выхода чувств, как в прошлый раз, всплыли несколько «моментов», которые мы проработали спокойно. У моей напарницы было все, наоборот, в этот раз она позволила выпустить себе все волнующие её проблемы.

Трудно сказать, что мы добились цели упражнения, но то, что мы избавились от нескольких «дорогих» нош это точно.

Айка >> 2007-02-23, 02:30:56, #44

Для разминки решили минут 10 просто посозерцать друг друга по очереди, а потом уже приступить к 2 заданию. Я увидела слева около головы партнерши желтый ореол, а потом в районе вишудхи голубую с желтым отливом звездочку. когда задалась вопросом что это за обида, на лице партнерши увидела как бы темную маску какого-то грубого некрасивого и не ее лица. Сам собой возник вопрос - Ты в детстве(перед этим я видела пляшущую девочку) считала себя некрасивой? Мой вопрос ее потряс. Надо сказать, что партнерша моя очень обаятельная девушка, и хотя сильной красавицей ее не назовешь, у нее совершенно очаровательная улыбка чем-то напоминающая французскую актрису Бинош. А вот личная жизнь у нее как-то не складывается. Оказывается в детстве у нее был дефект - один глаз полностью не открывался. В общем бедняжка страдала и уговорила родителей сделать операцию. Глаза у нее открываются теперь нормально. а вот комплекс неполноценности остался. Дальше мало по малу вытащили мы целую кучу ее оранжевых проблем. За чувством зеркальности старалась следить. Но вот когда мы занимались перепрограммированием ее комплекса, я иногда увлекалась, эмоционально старалась ей помочь и в один момент вдруг ощутила резкую головную боль. Сразу поняв, что подхватила отрицательную энергию, побежала помыла руки и лицо холодной водой. Боль тут же ушла.

В общем мы конечно размялись, но полностью 2-е задание так и не выполнили.

Орхон >> 2007-02-23, 04:19:49, #45

Напарник грипповал, поэтому второе задание выполнили только один раз. Настроились и стал рассказывать свои истории. В принципе оба эмоционально среагировали на тему сексуальной измены и проблему мужского эго. Темы насилия, смерти, обиды и предательства особых эмоциональных всплесков не дали. Напарник выявил у меня голубой, золотистый и горчичный

цвета (смесь желтого и зеленого). Я у напарника голубой и желтый. Выполнение упражнения дало сильное желание поучаствовать в реальных сеансах гештальт в ближайшее время.

Depo >> 2007-02-23, 13:32:34, #46

Отчет

Вчера напарник пришел ко мне сильно подвыпившим. Зеркалить в таком состоянии человека оказалось несколько сложнее, особенно когда он открывал глаза. Но зато с разговорчивостью проблем не возникало. Мурыжил его в общей сложности два часа. Добрались до уровня инстинктов, и души. Выявили фундаментальные проблемы. Кое что разрешить удалось. По иным вопросам удалось сместить равновесие.

В последние дни напарник жаловался на “бредовые сны”, коих раньше у него никогда не было. Как раз в это время мне тоже снились бредовые сны, обусловленные гриппом и высокой температурой (сейчас уже в норме). У меня тоже странность определенная в сновидении. Во вчерашнем сне не осознавался, но прошагал рекордные для себя непрерывно воспринимаемые расстояния в черте города. Объединил восприятием многие сновиденные пространства. Причем сюжета как такового не было - было простое исследование. Возможно появляются первые признаки синхронности

lfxor >> 2007-02-23, 14:04:01, #47

отчет.

Рассказали истории. Получилось чуток меньше чем по 5, и не все сильно важные. Когда я рассказывал, пару раз сделал вздох. В целом подъем если и был, то небольшой. После сеанса сделал стойку на голове, но скорее из-за того что все затекло, чем из-за прилива сил. Напарник, впрочем, другого мнения на этот счет.

Когда я сканил сложно было невовлекаться эмоционально, особенно на первой чакре. Потом вроде бы стало получаться. Особой водянистости не заметил, но какое-то изменение было. Потом уже подумал, что это состояние похоже, как будто на дне пруда смотришь вверх через толщу воды на собеседника (пруд вертикально получается). Но это ощущение было не особо четким.

sergey >> 2007-02-23, 16:44:08, #48

Отчет Sergey-Konste

Сегодня обошел все неприятности и встретился с напарником. Мы продолжили.

Во время рассказа Konste, я вначале перед самым началом немного волновался, ощущение похожее на то как чувствует себя студент перед экзаменом. Первое время рассказа это ощущение чувствовалось, затем оно заменилось волной тепла, то которое преходит после того как событие уже прошло и все осталось позади. Чувство спокойствия, по мере рассказа я ощущал движение второго тела, в терминах Монро, мне то казалось что я стою слева, то просто удлинился и теперь смотрю на собеседника сверху.

Иногда эмоциональная передача вызывала у меня какие-то воспоминания, это я так понимаю отрицательный момент.

После сеанса я некоторое время чувствовал опустошенность в эмоциях, как после долгих переживаний срабатывает механизм и перестаешь испытывать эмоции.

В общем-то Konste то ли действительно не имеет скрытых центров, которые сильно отягощают и от которых он бежит, то ли он стеснялся в них себе признаться. Тем не менее вздохи выдохи были...

Venator >> 2007-02-23, 20:27:03, #49

Отчет за 19.02.07

Я – наблюдаемый:

После проживания ситуации – я вроде как простил человека/людей – могу свободно смеяться нас/с ними или над собсной глупостью, но остается тяжесть в голове, какое-то давление. И нет такого мощного возврата энергии как после первого задания.

Я – наблюдатель:

Видел свечение вокруг партнера на уровне левой руки – 15-20 см. от неё – желтое; голубое – на уровне шеи, потом оно перетекло к голове и стало белым; однажды почти вся левая сторона тела партнера стала желтой; улавливал некие образы ситуаций. Поймал состояние когда пространство

становится как бы плотным – 1) В голову сами пришли строки и состояния их отражающие:

Я уже отдан Силе,
Что правит моей судьбой,
Я не за что не держусь –
Поэтому мне нечего защищать;
У меня нет мыслей ...

2) я пытался как бы отразить эмоции партнера ему обратно – этому очень способствует упражнение «Обнуление», описанное в книге Fiery, а также «Замирание» из «Базового курса» с убитого/закрытого сайта alterinfo.ru

Venator >> 2007-02-23, 20:27:22, #50

Отчет за 20.02.07

Я – наблюдатель:

Свечение увидел на уровне сердца – желтый круг – ситуация №1. Испытывал эмоции партнера, старался не поддаваться, но получалось плохо.

Я – наблюдаемый:

Вскрыть события почти не получилось – не было сильной эмоц. реакции и возврата энергии; после упр. осталось неприятное сильное ощущение в районе шеи-лица, как буд-то мышцы судорогой сводит.

В состояние «Водного Мира» войти не удалось.

Яна >> 2007-02-25, 15:39:15, #51

Отчет

Я не регистрировалась, для участия в практикуме, у меня были проблемы с выходом в интернет, но в настройке я участвовала.

Партнером я выбрала своего брата Костю, он недавно очень сильно заинтересовался ХС.

Упражнения у нас с ним получились довольно легко, наверное потому что мы сним давно знакомы

Antea-tor-Deriu >> 2007-02-26, 11:19:30, #52

Отчет за все дни (23.02.07)

Я зарегистрировалась, но никак не могла встретиться с партнерами. Первая отказалась в последний момент, вторая - поссорилась, взяла третьего - проверенного боевого товарища Great, но сначала он забыл, потом не дошел, на третий день я задержалась на работе, пришла домой и все-таки выдернула его. Решили работать, как получится.

Начали с инфо-поля. Грит видел все в цвете, пошел снизу вверх и стал отмечать, где какое свечение, пятна. По мере его подсказок сначала становилось почти больно, потом легче, легче, и я сама стала отмечать цветность чакр и всего поля. Поменялись. Сидели без света, и я не видела цветов, зато четко было видно, что есть его левая половина, а правая вся в “перистых” черных облаках.

Прошли несколько раз, и он засветился. Передохнули и решили взяться за 2е задание, дело привычное, за исключением нюансов. Начала я. Те истории, о которых я думала, совершенно не цепляли, поэтому пошла по методу простого перебора. И зацепила! По мере моего рассказа голос становился хриплым, а внутри между Мул и Свадх “зрела” большая гнойная опухоль. Грит сказал, что в этот момент я практически погасла, а в комнате появился запах неприятный. И вместе со слезами - бах - взрыв, Грит сказал, что это напоминало фейерверк, выдох глубокий, и прорыв горячей энергии вверх. Состояние из подавленного мгновенно перескочило в эйфорическое.

Поменять в сторону позитива стало очень легко. И т.д. по всем ситуациям. Могу заметить, что все ситуации перекликались по всем чакрам: секс-обида-предательство, волевое давление -обида, это было хорошо слышно даже по движению энергии вверх-вниз, и Грит отмечал колебание свечения. На последней 5 ситуации я чуть не потеряла сознание, хотя история казалась простой и много раз проработанной. Спасло дыхание по Ребефингу. После работы со мной появилось ощущение, как будто трубу восходящего потока прочистила Мистером Мускулом, такой жар пошел по телу, руки стали тяжелыми и горячими, а снаружи в комнате как будто замерз лед. Перешли к Гриту. Ему было тяжелее, а я не могла его сильно давить - надо было сохранять зеркальность. Он тоже то пропал

ксками вообще, сливался с темнотой комнаты, то вдруг вспыхивал по мере выдоха очередной истории. Его истории были настолько живописны по ощущениям, по запахам, по краскам, но я твердо зеркалила и сохраняла лояльность. При отработке истории с волевым давлением он “закуклился”: вместо него появился светящийся эмбрион, из которого я еле вытолкала Грита. Как только раскрутили ситуацию, эмбрион пропал, и вместо него снова сидел Грит. Вообще было интересно наблюдать метаморфозы с его телом.

После работы по 2му заданию мы были настолько удовлетворены, что решили приступить к 3му заданию. Сил было море, энергии через край, проработали всего 2 часа. Поле внимания - это уже давно рефлекс. Стали работать со смертями, у Грита не так давно умер отец. Начали с него. Сначала шел сплошной негатив, потом он плавно перешел к констатации фактов и затем из него полились благодарности отцу просто за то, что он был. Я отмечала сначала сильное давление на Анахату, как только он закончил, резко отпустило и стало легко. Мне было потяжелее, я разбирала три смерти: деда, бабули и отца в произвольном порядке, перескакивала с одного на другого, слова выпрыгивали, было больно, потом резкий глубокий выдох и стало просто светло. Стало еще жарче, но ощущения льда в комнате еще больше упрочилось.

Перешли ко второй части. Договорились, что место встречи в моей комнате, в ней все знакомо.

Через полчаса стал бить озноб, согрелась чаем. Пишу отчет (в дневник) в состоянии ОВД.

Ощущения, что эфирка здорово уплотнилась за 2 часа такой результативной работы. Ощущения, что процесс раскрутки продолжается.

Antea-tor-Deriu >> 2007-02-26, 11:25:53, #53

За вчера.

Решили передохнуть, но вчера проснулась с сумасшедшей головной болью. Прошлась по ощущениям в чакрах, зацепила снова секс и предательство. Звать Грита было не очень удобно, поэтому дернула его в эфирки, посадила на другую сторону дивана. Вот тут я четко ощутила состояние воды. Меня накрыло прохладой и покоем. Сказала “Сиди и смотри и помогай”, а сама принялась за раскрутку ситуации. Вырыдала, повыдыхала (где-то задним умом поняла, что эту ситуацию я кручу уже 3 года под разными соусами), глубокий выдох, и боль ушла. Осталась прохлада и покой. Отпустила Двойника Грита. Но, оказалось, рано. К обеду накатила еще одна волна сумасшедшей боли, оказалось, всплыла еще одна давнишняя ситуация. Тут уже пришлось обращаться за помощью. Не буду описывать, но хочу сказать, что только предыдущая недельная работа смогла обнажить такие застарелые проблемы и успешно с ними справиться. Сегодня состояние разбитости, а не легкости, но тем не менее - победа. Будем продолжать практикум, становится все интересней и интересней.

konste >> 2007-02-26, 16:48:57, #54

Отчет Sergey-Konste (23-02-2007)

Дело в том, что те вещи которые меня волнуют - видимо лежат за рамками тем предложенных к обсуждению. Из пяти тем второго задания, по настоящему меня тревожит только одна.

Сергей рассказывал историю, которая явно влияет на его поступки сейчас, но я не волновался практически. Однако отмечал сходство мыслей с партнером, порой я мог “угадать” некоторую часть его рассказа. И еще - очень трудно было задавать вопросы.

Встречи у ydc проходят реже, чем требуется, поэтому, наметилось отставание...

версус >> 2007-02-28, 12:39:15, #55

вчера выполняли с Талисой второе задание. получилось похоже на первое. выяснили, что мой дядя при смерти, а я отношусь к этому факту довольно прохладно. видимо, я стараюсь не принимать ничего близко к сердцу, чтобы не испытывать боли. а еще нашлось несколько противоречий. я одновременно хочу быть независимым от родителей и делать то, что посчитаю нужным. в то же время я боюсь делать выбор самостоятельно, ибо в этом случае я сам буду отвечать за последствия. например, я не решаюсь устроиться на работу, в то же время мне очень неприятно жить за счет родителей. у Талисы нашли похожие повторяющиеся ситуации.

bat >> 2007-03-01, 10:50:45, #56

Отчет за 28.02

Провели настройку по первому заданию, после этого сразу перешли к историям, первым рассказывал я. Всплыл эпизод, когда я тонул, он мне показался значительным, потому что в нем мог остаться страх перед водой, и могла возникнуть блокировка водянистости, которая используется в практикуме. Во время раскрытия ситуации заметил что дыхание стало более глубоким. После рассказа напарник «залил» в сознании комнату водой, и мне пришлось учиться дышать в ней. Часть страха ушла, появилась зевота. После рассказа вдыхали предметы в комнате. Поменялись, при рассказе напарника на удивление просто расширял сознание до размеров комнаты, смотрел на него со всех сторон, заметил на спине между лопаток и вдоль позвоночника перманентное синее, чуть фиолетовое свечение. Однако постоянно удерживать восприятие «раздутым» не удавалось, и приходилось расширять его снова и снова в течение отзеркаливания ситуаций. Попытка избавиться от пассивного свидетельствования, на мой взгляд, удалась. Будучи активным, в развитии темы я напроць отсекал любые эмоциональные резонансы и собственные мнения. Получилось подвести напарника к изменению отношения к ситуации. Однако после этого предложил пересмотреть другую ситуацию, которая всплывала во время рассказа, но не обратил внимания на подступающую истощенность. Тут-то и пришлось все силы тратить на отзеркаливание «упаднических» настроений. Сдвинув восприятие ситуации, вновь продышали комнату.

Ajka >> 2007-03-02, 02:37:30, #57

Появилась моя исчезающая напарница. Отстали прилично. Попытаемся догнать. Повторили для сугреву 1-е и 2-е задание. Я больше стала видеть конкретные образы и поэтому раскручивать ситуации мне было проще. У нее лучше получалось видеть цвета, но распросы вела скованно.

sergey >> 2007-03-02, 10:45:59, #58

Отчет Sergey-Konste

Это своего рода отчет о снах т.е. какой прогресс

Во время практикума было 2 ОС.

В-первом я искал Konste, но в рамках второго задания это делать было рано. Я в результате поисков столкнулся с человеком, по видимому спрайтом, который меня заинтересовал, он старался увильнуть от меня держаться вне области восприятия. Мне его удалось зафиксировать перед собой. Тогда он мне предложил встретиться, или я ему предложил - не помню. Он согласился, для проверки я назвал ему кодовое слово и попросил его тоже что-нибудь назвать, что знает только он. Он быстренько скрылся.

Во-втором, я столкнулся с тем, что не мог покинуть свой дом, стекла не выбивались, стены не проходились. Поэтому я не смог поискать Konste.

bat >> 2007-03-02, 21:38:20, #59

Отчет за 1.03

После настройки перехожу к рассказу, рассмотрели 2 истории. Первая была проработана 2 года назад, однако шлейф то нее я ощущаю и по сей день. Ее ядро оказалось настолько размытым, что уловить его не удалось: я скакал с одной ситуации на другую, пока не вышел к настоящему моменту. Попытавшись сосредоточиться на исходной ситуации не нашел ни йоты страданий или какой-либо обиды.

Очевидно, что сработала психологическая защита, и сознание потеряло доступ к ядру, но ядро существует, т.к. последствия я сам высказал в течении проработки.

Вторая история в итоге привела к бурному обсуждению и обмену мнениями с напарником, в т.ч. и по поводу самого задания. Ядро не растворено, но произошел сильный эмоциональный выплеск, который попытался направить на формирование намерения на сновиденье в этой комнате.

Талиса >> 2007-03-07, 00:34:37, #60

Работали вчера с моей новой напарницей,объединили 1-2 задание.

Проработали ситуации по вишудхе,анахате,манипуре у меняУ нее по вишудхе,анахате.Настроились друг на друга, была видна рябь на поверхности ЭТ.

Небольшое текучее пятно на уровне солнечного сплетения.

У меня ушел блок с вишудхи, вскрыли давнюю задевающую ситуацию. Хотя я и перепросматривала ее несколько раз, ядро было. Сплыло!
В общем работаем, догоняем всех.

Задание 3.

Ravenna >> 2007-02-22, 15:55:12

ОЖ

3 задание

Здесь мы продолжаем выполнять второе упражнение, но модифицируем его.

В качестве проблемных инфополей рассматриваем смерть родителей, родственников и близких людей. Тот партнер, который слушает и ведет опрос «расширяет себя» до размеров комнаты, захватывая собеседника в свое «поле внимания». Это делается на вдохах. Вы как бы вдыхаете пространство комнаты в себя, одним рывком, помещая партнера в зону большего внимания. На словах кажется трудным, на деле – очень просто.

а) Когда партнер решает проблему и испускает глубокий вздох, используйте этот момент «выхода энергии» для настройки своего совместного осознанного сновидения (или для создания намерения). В этом упражнении вы должны «настроить» место, где будет происходить ваше совместное сновидение. Лучше всего выбрать место, где вы встречаетесь для выполнения этих практических упражнений.

Итак, партнер на «горячем стуле» издает вздох, ведущий предлагает ему открыть глаза, и они оба производят настройку места – осматривают комнату, фиксируют вниманием различные предметы, «натягивают струны внимания» к ним, вдыхают в себя пространство и выдыхают его.

б) При следующих встречах вы должны «настроить» время совместного осознанного сновидения. Так же используйте моменты выхода энергии, хранившейся в негативном эпизоде жизни. Партнер издал вздох облегчения, вы твердо и согласно друг с другом «объявляете миру свое решение». Лучшее время -- ночь, когда вы оба будете спать. Не надо точности до минут. «С двух до трех часов ночи!»

День встречи в сновидении пока не назначайте. Конец февраля нам не годится. Просто настройте место и время встречи в сновидении. Я попросила вас рассмотреть моменты смерти родственников по той причине, что они очень эмоциональные. Чем больше энергии вы вложите в настройку момента сновиденной встречи, тем лучше для вас.

На выполнение задания отводится 4 дня (по два дня на А и Б). Продолжайте выискивать цветовые оттенки инфополей и состояние «зеркальности». 4 задание получите 26 февраля.

Miracle - Arfa >> 2007-02-22, 22:25:29, #1

Отчёт Arfa - Miracle по третьему заданию за 22 февраля

Miracle: Взяли на себя смелость использовать истории не обязательно связанные с темой смерти, но касающиеся эмоционально напряжённых моментов, как во втором задании (историй на тему смерти не так много, и ещё не все истории по второму заданию были разобраны, к тому же они могут быть и напряжённой связанных именно со смертью). Сегодня рассказывала только я. Во время рассказа ощутила сильную вибрацию в ладонях. Собственного выдоха сама не заметила, но Arfa его услышала. После выдоха оглядывали комнату, цепляясь взглядом за разные детали. Я представляла выходящие из меня нити, обхватывающие и прикрепляющиеся к разным предметам в комнате. Потом представляла себе эти предметы с закрытыми глазами, хотя это моя комната, и я здесь когда-то уже осознавалась.

Arfa: Постаралась полностью остановить ВД. Удалось отловить момент погружения в атмосферу. Почувствовала сильное давление по всему телу, вибрацию и тяжесть в руках. Слушала и старалась стать зеркалом моей напарницы и поглотить комнату и ее внимание. Попросила открыть глаза и осмотреть комнату. Осматривались, появилось тянущее ощущение, потом попросила закрыть их снова. Miracle пыталась представить комнату и те элементы которые были ей уже знакомы, в этот момент я старалась отловить ее эмоции и создать намерение на нее, что бы зафиксировать и по возможности настроиться на нее перед сном.

Psychonaut >> 2007-02-23, 17:29:37, #2

Отчёт.

22 февраля.

Решили вместо второго - сразу перейти к третьему заданию. Так как после его прочтения у меня уже фактически сразу всколыхнулись сильные инфополя, поскольку не так давно умерла бабушка, и воспоминания об этом - довольно свежи. Ещё до выполнения задания меня начало довольно сильно колбасить, что отражалось и на реале. Когда подходил к месту выполнения (это была больница, где работает мой напарник), то эти ощущения - ещё больше усилились, когда шёл по коридору и видел на дверях надписи типа "Реанимация" и т.п. В общем, к месту занятий я пришёл в уже довольно "накрученном" состоянии, и мне хотелось поскорей всё это выплеснуть.

Прозанимались мы не очень долго, минут 40-45, но довольно продуктивно. По крайней мере, лично я высвободил довольно мощный заряд угнетавшей меня энергии. Проработку ситуаций - дополнили расширением сознания на вдохе и охватом окружающей обстановки. (Хотя выбор комнаты для дальнейшей сонстройки - пока ещё не окончательный. Больница - довольно своеобразное место. Не уверен, что оно подойдёт для дальнейших заданий.)

Ночь с 22 на 23-е была довольно интересной.

Проснулся среди ночи. Попытался понять, почему не вижу снов. Почувствовал, что видеть сны - мешают некие инфополя, которые как бы обволакивают меня и комнату, где я сплю - некой "ватой", которая "забивает" сознание и не даёт видеть сны. Соответственно, поскольку это - "инфополя", то и работать с ними можно точно также, как и в упражнениях. Что я и сделал. Поначалу это давалось с трудом. Было сложно локализовать источник этих полей. Сами поля - были достаточно "размытыми". Тем не менее, я понял, что эти поля - генерируют спящие люди, в частности - спящие за стенкой родители, а также соседи и вообще - жители города. В том числе - и я сам. Фактически, весь город покрыт густым "туманом" подобного инфополя.

Далее я попробовал абстрагироваться от этих инфополей, переходя в состояние "водного мира". В какой-то момент у меня это начало более-менее получаться. После чего, я заснул.

Приснился сон (обычный), где я ходил по коридорам своего института, встречал там своих старых знакомых, помню, что должен был попасть там на какой-то семинар, то ли что-то в этом роде. В какой-то момент, я уже просто летел по коридору. В конце коридора встретил... напарницу Аталии, которая там левитировала в позе лотоса. :)

Проснулся. Было около 4 часов утра. (Интересно, что я потом разговаривал с этой девушкой, и она сказала, что тоже проснулась непонятно отчего в 4 утра и долго не могла заснуть.)

Затем попытался войти в ОС. Было уже знакомое мне ощущение звона-вибрации во всём теле. Я

начал усиливать ощущение, и этот звон стал переходить в какой-то пронзительный свист. Судя по всему, в какой-то момент - чпок - должен был произойти "выход из тела" (по крайней мере, об этом мне рассказывал мой напарник, у которого уже был такой опыт). Но я испугался и не стал идти дальше. Заснул обычным сном. После этого снился ещё какой-то сон, который сейчас уже не помню.

Утром проснулся в состоянии приятной лёгкости в теле.

Strelka >> 2007-02-23, 19:53:37, #3

Отчет по 3-му заданию

Strelka

Рассказала 2 истории, одну связанную со смертью и еще одну из темы обид. Когда рассказывала ощущала сильный холод и покалывания по контуру тела. Были какие-то вибрации в верхней части головы. Когда слушала Revers пыталась включить ее и комнату в свое внимание. Вроде бы получилось (только про нити забыла) и просто пыталась растянуть внимание до размера комнаты. Между рассказами, когда мы открыли глаза и стали настраиваться на место - то увидели что все как в тумане, контуры предметов размыты..

После историй, вслух намеревали комнату как место для СОС.

Revers

Когда рассказывала, ощущала холод и покалывание в пальцах. Когда я открыла глаза, то пространство вокруг было искажено. Когда слушала Strelka, то достаточно легко включила ее и комнату в свое внимание.

nigel >> 2007-02-23, 20:57:35, #4

Провели первое занятие по третьему заданию, совместив его со вторым. Todesku рассказывал оставшиеся истории из второго задания, а я, в это время, работал уже по третьему. Зеркалить было значительно проще чем раньше, одна из плоскостей моего восприятия со вчерашнего дня какая-то «водянистая», переносишь внимание на нее и превращаешься в беспристрастного созерцателя. Когда зеркалили меня я представил и рассказал о смерти очень дорогого мне человека, что дало, как мне кажется, немалый выброс энергии.

Вопрос: можно ли так, представлять смерть живых?

А так, ровно все, разве что состояние в последние дни оч. странное, часто болит область в районе пупка. На эмоциональном уровне- полное безразличие ко всему происходящему.

со снами полная неразбериха: мало, что помню, если сознаюсь, то на ряду с очень четким осознанием полная неспособность удержания картинки сновидения (никакие известные мне трюксы не помогают), и действия(просто тупо лежишь): намерение на нуле. Давненько такого не было.

Орхон >> 2007-02-24, 09:43:53, #5

Третье задание совместили со вторым, снова отработав по пяти пунктам. Словили несколько интересных инсайтов. Интересно конечно - многие вещи я вообще никому никогда не рассказывал. Хотя сказать, что идет какой-то интенсивный выброс энергии нельзя.

Запоминали с напарником образ помещения кафе в котором встречаемся. Сегодня полночи его визуализировал перед засыпанием, но пока безуспешно.

Petri >> 2007-02-24, 19:04:07, #6

Т.к. мы с партнершей уже много раз обсуждали эти вещи (чувства, которые были связаны с темой смерти родственников) и в связи с праздниками было сложно заставить себя в это погружаться, то я придумала обсудить сны, связанные с этой темой, т.к. как оказалось, мы это не обсуждали. Ну и как ни странно, попала в точку. Оказалось, что у моей партнерши это целая серия очень болезненных снов, эти воспоминания привели ее в очень расстроенное состояние. Общий смысл этих снов в атмосфере безысходности, беспомощности и большого чувства вины от этой беспомощности. Такой разворот событий застал меня врасплох, и поэтому я просто ее выслушала и забыла про то, чтобы постараться проиграть эти сюжеты в положительном ключе. Правда потом мы все-таки попытались осмотреть и как бы запомнить комнату и озадачиться ее потом увидеть во сне для разрешения этих

проблем. Но это было как-то поверхностно. Т.е. сказывается полное отсутствие опыта у меня в таких вещах.

Сны почти не снятся. Только ощущения похожи на те, что описывает Psychonaut - это ощущения погружения в некую "вату", которая "забивает" сознание и не даёт видеть сны.

Strelka >> 2007-02-24, 21:58:10, #7

Отчет за 24.02.

Strelka

Проработала еще одну ситуацию связанную со смертью очень близкого человека, посередине рассказа разрыдалась, не могла успокоиться.. Снова вернулось состояние утраты, боль, печаль. Ощущала жар по всему телу, и вибрацию на макушке головы.

Когда рассказывала Revers, постоянно останавливался ВД и в ушах появлялся шум, приходилось делать усилие, чтобы не потерять нить рассказа и сохранить контроль. Между рассказами снова выражали вслух намерение встретиться в этом месте в Ос, стремились запомнить ощущения присутствия в этом месте вдвоем.

Revers

Проработали ситуации, которые вызывали сильные эмоции. Чувствовала жар по всему телу. Ненадолго смогла остановить ВД.

Когда рассказывала Strelka, ощущала вибрацию на макушке.

Tyrson >> 2007-02-24, 22:06:49, #8

Tyrson-Ulis:

Сегодня только приступили к 3 заданию..Вчера не смог я,завтра не может Ulis.

Блин!Сложновато уже находить что-то будоражащее:) Смерти с детства рядом проходили,а воспринимались весьма отстраненно и не особо цепляюще..

Взял,все же несколько воспоминаний о бабушках и дедушках и об одном случае,зацепившем скорее не фактом,а нелепостью.Точнее:фактом по нелепости.Хотя,Ulisa это,похоже,проняло..

На вдохах,вылившихся в продолжительную зевоту,начали хватать и фиксировать взглядом обстановку,объекты,детали,некоторые несуразности в интерьере.

Когда наблюдал Ulisa,обратил внимание на разность толщины слоев свечения и их месторасположение по отношению к телу.В общем,для напарника,в них (параметрах) есть некоторое постоянство.Пару раз немного выпадал из зеркальности.В какой-то момент лицо напарника покрылось пятнами,их не было при проверке наведением резкости,потом правая часть засветилась фосфоризируя.Лоб,скула,челюсть напоминали очертаниями просто череп без мышц,кожи..И светились:)

После настройки помещения зафиксировал в себе ощущение,как если бы тело легко,мягко и прочно было сдавлено,точнее:охвачено некой субстанцией.Не текущей,а как бы перемещающейся.Ну,если представить течение воды и течение не очень густого киселя,а потом, по вязкости, нечто между ними и более воздушное...Однако:)!

Кстати,после предыдущих заданий,перемещаясь в транспорте ловил несколько раз ощущение течения вокруг.Помогала настройка на восприятие проявлений стихий из упр.,выложенных Каррасом.

nigel >> 2007-02-25, 00:15:17, #9

провели 2е занятие: в целом все прошло ровно, после проведения, todesky рассказывал одну интересную историю из своей жизни, в какой-то момент в комнате все поплыло, картинка восприятия то резко удалялась, то приближалась (изменялось пространственное восприятие, как будто расстояния от меня до напарника и от него до стены плавало), у меня в детстве так часто было и вот теперь.

Psychonaut >> 2007-02-25, 00:33:23, #10

Вопрос.

Есть ли какие-нибудь более либо менее предпочтительные места для сонастройки на совместные ОСы?

В частности, какие плюсы и минусы имеют следующие места:

1. Общественные заведения, где бывает много людей. Кафе, спортзалы и т.п.
2. Природа, лес.
3. Жилые помещения.

ulis >> 2007-02-25, 01:17:43, #11

Ulis-tyrson

Отчет по третьему заданию.

В принципе третье задание выполнялось как и второе, плюс добавились остановки и осмотры. Из-за этого, наверное не получается видеть цвета (у меня). Замечено, что несмотря на перепросмотр негативных ситуаций, потом чувствуется облегчение и прилив сил. Остальное tyrson написал...)

Аталия >> 2007-02-25, 01:19:12, #12

Отчет по заданию 3а)

Так как у моей партнерши не было момента, где она присутствовала при смерти родственника, я решила, что буду действовать по обычной схеме – выявлять расцветку инфополя и делать опрос. Выявив голубой оттенок, начала задавать вопросы, при этом на вдохе увеличивала себя до размеров комнаты, пытаясь одновременно сконцентрироваться на партнерше. Поняв свою ошибку, я при вдохе стала просто увеличиваться до размеров комнаты, внимание при этом как-бы само концентрировалось на моей партнерше, вернее на её силуэте и сама комната ощущалась по-другому: чётко чувствовалась каждая вещь, находящаяся в ней. При вздохе, я сказала, чтоб моя партнерша открыла глаза, и мы стали осматривать предметы в комнате, при этом особых ощущений у меня не было.

У меня два года назад умер дедушка, начали прорабатывать эту тему, при этом я почувствовала, что пространство вокруг меня изменилось - оно стало плотнее. Закончив свой рассказ, при вздохе я открыла глаза и стала фокусировать внимание на предметах, при этом предметы на секунду становились ярче и ближе, возможно это эффект того, что концентрируешься на том, что вдыхаешь пространство и выдыхаешь его.

При опросе меня произошла интересная вещь, моя партнерша уловила присутствие ещё одного человека, вернее она увидела расплывчатый женский силуэт в шляпе, правда это длилось лишь пару минут.

Petri >> 2007-02-25, 11:24:21, #13

Коммент к моему же посту #6.

При засыпании представляла комнату, где обсуждали сны моей партнерши. Пыталась при визуализации придумывать сценарий нашей встречи во сне. Комната хорошо представлялась, но потом в центре (где во время беседы сидела партнерша, она была в черном) появлялось темное туманное пятно, оно увеличивалось в размерах и меня уносило в другое место - место ее сна, о котором она рассказывала. Я увидела ту комнату и вверху что-то похожее на шкафчик. На след.утро спросила ее, она подтвердила наличие там скрытого за дверью шкафчика. Я делала визуализацию несколько раз и каждый раз это повторялось - т.е. появление облака и потом меня куда-то уносило в какие-то воспоминания. Вот только непонятно, мои это воспоминания или ее или что-то общее, перемешанное. Потому что там было еще что-то похожее на фрагмент ее сна и еще зимний холодный день. В такой день были похороны и у нее и у меня и сейчас такой же день (??).

Revers >> 2007-02-25, 19:32:34, #14

Отчет по заданию 3б.

Revers

Проработали 2 ситуации. Намеревали время встречи в ОСе, которое обозначили между 5 и 6 часами утра. При проработке ситуации ощущали воду. Когда рассказывала Strelka, видела вокруг нее светящийся контур желто-зеленого цвета и светлое пятно в районе солнечного сплетения.

Strelka

Когда рассказывала историю, увидела сквозь веки свое тело, как контур фосфорного свечения.

Сказала это напарнице, она, оказывается видела тоже самое.

В перерывах между рассказами, визуализировали себя в месте где должны будем встретиться и настраивались на запланированное время.

nigel >> 2007-02-25, 22:09:30, #15

отчет пары nigel-todesky

провели настройку на время СОС.

в последнее время при встречах все сложнее заставляя себя прорабатывать ситуации, хочется потянуть время, поговорить о более мирных вещах. Еще стал замечать, что какие-либо последние события в реале, тут же имеют отклик в снах, что есть очень хорошо для достижения цели практикума.

Rit - Lenw >> 2007-02-26, 09:02:46, #16

Отчет по предыдущим дням.

Rit. Продолжали шерстить прошлое. Иногда цели попадались очень энергозатратные, иногда "пустые". Чаще всего могли проследить почти всю линию от события породившего определенные навыки в поведении, до коренных изменений в жизни. Вчера мир перед глазами поплыл, возросло состояние отстраненности. При каждом сеансе через определенное время теряется чувство тела. Заметил, что после вскрытия особенно "сильных" событий - трудно заснуть. Цветовая гамма вокруг Ленва начинала активно мерцать и видоизменяться при рассмотрении событий. При объявлении намерения почувствовал легкий спазм в животе.

Lenw.

Как и в прошлые разы поймал ощущение затухания мира. Был четкий ореол вокруг одной из сторон лица Рита, многоцветный. Фиолетовый у головы и желтоватый с лучами далее. Намерение объявили.

Silence >> 2007-02-26, 11:43:58, #17

Отчет по 3 заданию

Очень сложно было вспомнить наиболее эмоциональные ситуации. Смерть близких таким событием не являлась ни у меня, ни у моей напарницы Амаранты. Аме так и не удалось толком вспомнить ни одной сильной истории (все уже были рассказаны до этого), а я вспомнила одно событие, которое по началу казалось уже не хранило каких-либо эмоциональных привязок, но в конце рассказа у меня непроизвольно произошел глубокий вздох. Запоминали обстановку той комнаты, где мы делали предыдущие упражнения, назначили время. Во время "расширения" себя до размеров комнаты перед глазами все плыло, и якорем служила Амаранта, которую я держала в центре внимания.

Antea-tor-Deriul >> 2007-02-26, 11:50:17, #18

Я хочу добавить к своим отчетам по 2му заданию, что события реала практически перетекают в сон, но там, как сегодня было много смертей, мне это не понравилось, и намерилась всех оживить. Так и произошло. Но и в реале появилось состояние текучести. Как будто специальности идут "давятельные" ситуации одна за одной и потом - раз - и ощущение прохлады, спокойствия, и ситуация поворачивается в мою сторону. Или не могу дозвониться до человека, надо, хочу - а не могу. Оказывается - не надо. Думаю, что практикум меня уже сильно перетряхнул, это при том, что я активно работаю уже лет 5, но мы с Гритом отметили и легкость техник, и их огромную эффективность.

По заданию 3б - во сне готовлю комнату к приему в ОСе, уже которую ночь "хожу дозором" во всем уровням своей большой комнаты.

Hrafn Tinna >> 2007-02-26, 15:24:45, #19

отчет.

провели все как положено. были интересные ощущения во время очень эмоциональных рассказов напарника. четко настроили время сновидения. теперь будем напоять место особым "совместносвиденным" намерением.

после практики - легкость и энергичность.

Psychonaut >> 2007-02-26, 17:51:22, #20

Отчёт.

25 февраля.

Видеть цвета получилось гораздо лучше. Если раньше это были едва уловимые мимолётные оттенки, то сейчас увидел довольно ярко - в сумерках, на фоне окна, при естественном освещении. При искусственном освещении - хуже. Сначала поработали вдвоём с Аталией. Затем, когда пришли наши напарники - вчетвером. По схеме: один выговаривается, трое - зеркалят. Нашёл в этом как плюсы, так и минусы. Из минусов - сложнее сфокусироваться, внимание периодически рассеивается. Видимо, потому, что пока ещё мы не достаточно освоили состояние "водной глади", а также потому, что проработка "ведомого" - периодически переходила в простую беседу, и внимание всех четверых - начинало "гулять" с друг на друга, сбивалась настройка. Вдвоём - проще сконцентрироваться на собеседнике и не отвлекаться.

В моменты "выхода энергии" - настраивали пространство сновидения, вдыхая и осматривая детали комнаты.

В конце занятия - договорились о времени: с двух до четырёх.

Ночью просыпался в 3 с копейками - видимо, настройка работает. Снов не видел (не помню).

Strelka >> 2007-02-26, 19:36:26, #21

Отчет 26.02

Strelka

Закончили третье задание. Так как особо "заряженных" моментов в этот раз выявить не удалось, просто рассмотрели большее количество ситуаций со средней степенью эмоциональной насыщенности. В основном из темы обид. Вместо знакомого состояния воды поймали новое состояние "живой темноты" - похоже на завихрения потоков воздуха. (от состояния воды отличается меньшей плотностью). Намеревали время и визуализировали себя в комнате где должны будем встретиться на конкретных выбранных местах (я на кровати, смотрю на Revers, она со стороны двери). Визуализация удалась хорошо (ИМХО)

Revers

Ночью в Ос увидела напарницу, осозналась в момент разговора с ней, вспомнив о задании. Мы прошли какое-то расстояние вместе и разошлись, после чего я перешла в обычный люцидник. (Напарница ничего не помнит.)

По сегодняшнему заданию: к вышеизложенному могу добавить - в какой-то из моментов видела голубоватое свечение вокруг Strelki. По физ.ощущениям ничего необычного не было.

Robinson >> 2007-02-26, 21:49:35, #22

Провели всё, как предписано....

ulis >> 2007-02-26, 22:25:54, #23

Закрепляли настрой на место выуживая новые эпизоды. Состояние свое в слова перевести трудно -- было что-то похожее на черный шар , большой и мы внем , а шар наполнен как отработкой машинного масла... бред получается...))))). Снов нет или не помню , а вот утром , только проснулся и увидел "место встречи" наяву. глюк.)))

Tyrson >> 2007-02-26, 23:07:56, #24

Tyrson-Ulis:

Отрабатывали тему обид на родных и близких..При наблюдении так и не смог связать некоторые увиденные цвета с темой рассказа напарника.Возможно,там какие-то еще механизмы замешаны.. И при опросе и после своего рассказа ловил ощущение не течения,а,скорее переливания чего-то, необъяснимого с позиции зрения ,слуха,обоняния.кинестетики или вкуса:)) Вот переливается нечто вокруг меня,и всё тут:))!

Буду ложиться-выдохну все..:)))

Сиенум >> 2007-02-27, 09:58:31, #25

Проработали очередную ситуацию, яркого выброса уже не было, странное чувство возникло при

заполнении комнаты (пробило на хх хх когда фиксировался на партнере внутри комнаты заполненной мной) пытался перед сном выдыхать пространство где мы "работали" правда быстро уснул мертвым сном(((

ярких цветов на партнере по прежнему не вижу.

Tilli >> 2007-02-27, 10:47:06, #26

Tutta - Tilli

Из-за гриппа, мы чуть отстали. Но сегодня выполнили 3-е задание. Я не знаю, но мы оч. быстро настраиваемся друг на друга. Второе задание было сложновато выполнять, но третье... Наверное оно просто ждало нас, а мы созревали.

Ситуации были действительно болезненные и крайне сложно было слушать, фиксироваться и находиться в спокойном состоянии.

Когда я была на "горячем" стуле, сильная боль в области сердца сформировалась шариком (рассматривалась ситуация вины), но по мере продолжения этот шар буквально продвигался, пусть и тяжело, вверх, по горлу (достаточно физиологичные ощущения) и ...вышел. Голова стала как скафандр, большая и абсолютно - пусто - светлая, легкая, вот-вот взлетит.

При смене ролей, у меня получилось поместить Tuttu в зону внимания.

Комната стала прозрачной, все предметы оч. четкими и я замерзла, воздух стал влажным.

Настроили время. Завтра продолжим. Интересно...

Antea-tor-Deriu >> 2007-02-27, 12:52:10, #27

Отчет.

Решили с Great"ом проработать еще раз 2 и 3 задание, а сейчас читаю, получилось и 4е захватили.

Мы вчера дорабатывали всплывшие пятна.

Сначала я. Уже спокойней, без надрыва и слез, выдыхала новые "нашлепки". Эта работа напомнила мне "очистку несуществующего пятнышка на рукаве светлого костюма Сантьяги" (помните "Тайный город" Панова?). Т.е я дочищала глубинные ситуации в объемном пространстве с выдохами. Грит заметил, что как только я погружалась в ситуацию, цвет вокруг чакры становился грязно-красно-оранжевым или грязно-болотно-зеленым. я только отслеживала выдох, взрыв и яркость цвета и мощь идущего восходящего потока. Чуть тяжелее пошел верх - обида, захлестнувшая меня, с корнями в Свадхистане. Грит вел очень хорошо, внутри жар, а комната наполнилась тишиной и запахом капель после дождя.

Поменялись. Я вела, а Грит работал. Заскрипел и провалился. Все чакры оказались вдавлены внутрь. Ситуации в возрасте от полгода до года, связанные с ближайшими родственниками. Я стала видеть цвет. С каждым проходом хорошо видно было изменение от грязно-оранжевого со всполохами красного и желтого до оранжевого со всполохами красного. Следующая - то же самое: желтое со всполохами серых оттенков. Как только прорабатывали, чакра выдвигалась и он начинал на меня давить, а в комнате становилось все прохладнее и прохладнее. Дошли до Вишудхи, и тут его плечи засияли таким ярким цветом морской волны. Стал развивать ситуацию с бывшей любимой девушкой, цвет стал пропадать, выдвинулось правое плечо для защиты, сгорбился и стал прятаться. Я таким механическим голосом его "потянула" и вытянула. Снова засиял, распрявился. Последняя ситуация и вокруг головы появился сиреневый ореол. даже ростом выше стал!

Объем мы сохраняли, это было нетрудно. Решили закрепить привязки к предметам. Грит прошелся взглядом вокруг и я почувствовала удар от его паутины! "Ну, ты как у себя дома!" Он уже приходил в мою комнату, но пока сам. Самое интересное, что видимо мы хорошо прокачали наше место, что уже "в гости" стали приходить другие ребята из нашей группы, в практикуме не участвующие. Это уже становится интересней.

nigel >> 2007-02-27, 15:37:43, #28

отчеты todesky по 3-му заданию:

Провели первую практику по третьему заданию. Начали с со настройки, сперва рассмотрели мою жизненную проблему, партнер зеркалил, с последующими действиями плана данного задания.

Проблему рассмотрели отлично стало легче, никаких особенностей не почувствовал, кроме того, что после того, как партнер попросил меня открыть глаза, по мне, будь-то пробежал огонь, резко

бросило в жар, это продолжалось не долгий период времени, после чего мы обменялись зеркальностью начал я.

Партнер начал рассказывать, у меня в этот момент начинает активироваться зеркальность (автоматически) параллельно с момента начала рассказа. После этого начинаю раздувать свое сознание до размеров комнаты, далее вдыхать (выдыхать) пространство через партнера. Данное действие очень помогает оставаться на уровне зеркальности, потому как, само по себе требует определенной концентрации, даже бы сказал, очень сильной. Никаких особенностей, кроме облегчения зеркальности не ощутил, чувства водянистости, на данном этапе не возникало. После рассмотрения проблемы, попросил партнера открыть глаза, вдыхали пространство, Лнатягивали струны внимания¹ к предметам.

P.S: Уходит много энергии, не высыпаюсь, не помню снов, только короткие фрагменты.

Вторая практика, третье задание.

Было очень недомогающее состояние. Начали, как обычно с концентрации, после чего рассматривали проблему партнера, снова прорабатывал зеркальность, раздутие сознания, вдохи/выдохи пространства, акцентируясь на партнере. Никаких особенностей, кроме закрепления предыдущего опыта не ощутил. После попросил открыть глаза, оба выразили намеренье того, чтобы данное место явилось нашим пунктом встречи в ОСе.

После просто сидели беседовали, обсудили одну эмоционально положительную, для меня, историю, после разошлись. После данной практики, у меня ушло чувство усталости, которое было до.

P.S: Начал замечать такие вещи, как, стал очень чувствителен к различного рода выплеска на себя эмоции со стороны окружающих меня близких и нет, людей в повседневности. Последним примером явилась моя беседа с одной девушкой, будучи в нетрезвом состоянии, она очень ярко пыталась высказать свои эмоции, у меня пошла детонация в области солнечного сплетения, в сопровождении с холодом идущим изнутри. Начал зеркалить, все разом прекратилось!

Третья практика, третье задание.

Было прекрасное самочувствие, начали, все как обычно.. Сперва зеркалили меня. После открыл глаза, выразили намерение на время встречи в ОСе. Далее обменялись, когда зеркалил сам, раздувая сознание и в/выдыхая пространство, видел разделение у партнера инфополя на два цвета блеко-голубой с одной стороны и зеленый с другой, разобрали проблему. После, вновь настраивались и намеревали на время и место встречи.

Яна >> 2007-02-27, 16:23:44, #29

Отчет .

Яна-Константин.

Так как Костя мой брат и все родственники у нас общие, то рассказы были у нас об одних людях. Сначала мы стали с ним рассматривать смерть нашей мамы, у меня все получалось как надо, когда он за мной наблюдал, а когда мы поменялись местами я ничего кроме желтой энергии вокруг него не видела. Может он просто плохо помнит , потому что был маленький, а может просто проявил волевое усилие и не захотел это вспоминать , а уменя не получилось из него ничего вытащить. Потом , я предложила ему вспомнить что-нибудь из недавних случаев, он при вспоминании его такое инфополе выдал! Оно было всех цветов радуги, но быстро исчезло. Из наблюдений : у Кости лучше получается видит инфополе на темном фоне и при заженной свече, а у меня при обычном свете на белом фоне.

ketik >> 2007-02-27, 18:49:51, #30

Провели третье задание. Лично для меня тема смерти родных оказалась самой сложной для озвучивания. С большим трудом инициировала словами эмоции пережитые в той ситуации. Видимо, это был как раз тот случай, когда сознание задвинуло все переживания в раздел запретных тем. По сути, могла рассказать только факты. В процессе рассказа с закрытыми глазами очень плохо чувствовала себя как физически (кружилась голова и все время клонило влево), так и на энергетическом уровне (казалось, что пространство высасывает из меня силы). В конце рассказа сама заметила, что сделала глубокий выдох. После стало легче, когда открыла глаза было

ощущение, что только что рассказывала совсем не я. Попытались использовать энергию выдоха для «всасывания» пространства.

Поменялись ролями. «Зеркалить» становится все легче и легче. В середине рассказа партнера очень четко видела радугу, в которой желтый спектр был в несколько раз шире, чем др. цвета. Вся радуга тоже была на фоне этого цвета, причем тема партнера совпадала с «символикой» данного инфополя.

А вообще все труднее и труднее даются занятия практикой. И дело не в самих заданиях, а почему-то стало находиться множество причин, для того чтобы отсрочить их выполнение.

Miracle - Arfa >> 2007-02-28, 20:15:45, #31

Отчёт Miracle-Arfa по третьему заданию за 28 февраля

Совмещаем все задания с 1-го по 4-ое. Ощущения в общем те же, что и раньше. Объявили миру время встречи во сне и старались протянуть нити друг к другу, при этом Arfa почувствовала пучки, выходящие из анахаты, и со стороны спины, а я - тепло в солнечном сплетении и в области спины, вибрации в пальцах. Arfe опять стало холодно во время занятия... И когда она пытается остановить ВД, у неё появляется звон в ушах.

gamecat >> 2007-03-01, 20:53:27, #32

Отчет.

Так как у нас с партнером не было сильных переживаний связанных со смертью близких, то взяли самые мощные события из списка второго задания, связанные с сексуальными изменами. Изменили исход этих событий, замечали выдохи. Пробывали вдыхать пространство комнаты. У одного из нас получилось как описывалось в задании. Настроили место и время. Так же в ходе рассказа мы подмечали моменты наибольшего эмоционального напряжения, они обычно отмечались либо усилением полей, либо как у меня - потемнение всего изображения фиолетовым цветом и картинка “плыла” какое-то время. В итоге мы почувствовали, что проблемы эти нас больше действительно не мучают. В туже ночь после практики я встретил партнера в комнате (правда не в той) и пытался себя там уговорить осознаться (и на руки смотрел и вертел ими и про практику думал) но не получилось :)

sergey >> 2007-03-04, 07:33:18, #33

Отчет 1 Sergey-Konste

Провели встречу. Как и говорилось начали со смерти родственников. У меня такая история была, причем со смерти бабушки прошло еще совсем мало времени и все помнится хорошо.

Я начал рассказ, через некоторое время я почувствовал как удобно находиться в позе на стуле с прямой спиной, не хотелось шевелиться, физ тело перестало ощущаться. Konste примерно то же чувствовал.

За время рассказа я сделал более пяти произвольных выдохов. Первый выдох был так внезапен, что мой партнер пропустил его.

Я думаю что мне удалось выдать максимум энергии из этого рассказа.

Konste отказался продолжать в этот день, действительно очень нелегко выдерживать отток идущий от этого рассказа. И хотя закончился рассказ на положительных эмоциях, у меня сложилось впечатление, что Konste не смог достичь эмоциональной тишины т.к. мой рассказ вызвал у него воспоминания и видимо смену настроения.

Ifxor >> 2007-03-06, 20:48:32, #34

отчет Ifxor-Нос

Немного поотстали, несмотря на дополнительное время. Догоняем.

Все вроде идет нормально, сегодня наконец то удалось добиться вдоха от Носа в истории про смерть. У меня то же был небольшой. Оба использовали для фиксации комнаты. Водянистость-зеркальность особо не достиг, видимо из-за перерыва.

Задание 4.

Ravenna >> 2007-02-26, 16:50:33

ОЖ

4 задание

Мы модифицируем 3 задание. В парной работе исследуйте ситуации обид, полученных от друзей и родственников. Продолжайте обучаться «всасыванию пространства» во время вдохов.

Однако в этом задании есть новый элемент. Вечером, засыпая в своих и чужих постелях, практикуйтесь «выдыхать фиксированное пространство». Это действие будет точкой входа в осознанное сновидение.

Засыпая, визуализируйте место, в котором вы решили встретиться с партнером. Во время выдохов выпускайте те фиксированные воспоминания, которые вы создавали во время вдохов в парной работе.

Другими словами, в парной работе вы фиксируете место встречи, а при засыпании – вспоминаете эту фиксацию. Тем самым вы создаете портал, который объединит моменты засыпания с моментами сна, где вы будете встречаться с партнером.

В связи с отставанием многих участников, на это задание отводится неделя. 4 задание вы получите 5 марта.

Vinchi >> 2007-02-27, 09:56:02, #0

Сегодня понял, что сила настройки сводит нас вместе в сновидениях.

Приведу пример из этой ночи.

Сила настройки поначалу проявлялась как взрыв. Какой-то парень лет 20-25 ростом 180 затащил мен в свое сновидение. Наше общение было цикличным. То есть, в первый раз, когда я осознал себя во сне и осознал присутствие этого парня, так же находившегося в ОС, меня просто выкинуло в другой сюжет - выкинуло взрывом. Взрыв был натуральным - разворотило окно, мебель в смятку, взрывная волна. Я оказался в коридоре, а потом снова на его кухне, где происходила встреча. В этот раз мы полностью осознались. Я хотел спросить его имя, и снова взрыв. Теперь выбросило его. Я видел, как он стоял на улице перед домом - судя по высоте, квартира находилась где-то на 15-20 этаже. Затем мы снова были вместе на кухне. Его мать кричит: "вы своими взрывами окно мне испортите!" Но каждый раз мы как бы возвращались в начальную точку времени. Кухня принимала прежний целый вид. Я спросил его телефон. Он назвал 9-10-значное число, но без индекса междугородней связи.

Новый взрыв от силы настройки перенес меня в другой сюжет. Там был другой участник практикума. У него был младший брат, страдающий психической болезнью. Мальчик имел привычку издавать ртом странные щелкающие звуки. Я и его старший брат договорились о встрече в каком-то особом месте. Разговор был больше телепатическим, чем вербальным. Затем я навестил двух девушек. Одна дала телефон. Другая согласилась пойти на встречу с участниками практикума.

Позже мы с ней оказались в большом одноэтажном доме. Нас было около 10-12 человек. Было впечатление, что многие давно знали друг друга по сновидениям. Общение было очень приятным. Под конец пили какой-то красный напиток - возможно, клюквенную или малиновую настойку. Все договорились встретиться завтра. Почти никто не осознал себя. Участники находились в состоянии люцидного сна. Я несколько раз хотел выйти из дома, но сила настройки раз за разом возвращала меня в компанию.

Прошу описать, как и куда сила настройки уносит каждого из вас. Не удивлюсь, что многие уже давно тусуются друг с другом в сновидениях.

Tilli >> 2007-02-27, 10:31:40, #1

Не знаю как на счет тусуются... Но, я совершенно конкретно встретила с одним из участников в сновидении. Причем, я никогда не осознавалась и прохожу практикум по предложению подруги, но хочу достигнуть этого состояния. В один из снов (дня 3 назад), я совершенно реально очутилась в чужом городе на автостанции и буквально схлестнулась с парнем. У нас было такое взаимное чувство ненависти, что нас притянуло друг к другу как магнитом. Мы удерживали друг-друга за плечи и я сдерживала себя чтобы не причинить ему увечье. И дико его боялась, как и он меня. Он был с искаженным от ненависти лицом (хотя в обычном виде, думаю, весьма привлекательный кадр, тип Дмитрия Диброва, но лет под 30-ть и поджарый, оч. сильный) и АБСОЛЮТНО ЧЕРНЫМИ ГЛАЗАМИ (как в ужастиках показывают). И я точно знала, что выгляжу так же как и он. Потом, когда показалось, что меня сейчас разорвет, я начала говорить себе: "Дыши глубже, успокойся, дыши глубже... и начала это выполнять. Тут меня буквально вышвырнуло из сна. Но плечи, где он меня держал, только сегодня перестали болеть.

Мне интересно, это кто-то влез ко мне, или я к нему? Место не знакомое..

Меня усторили бы более мирные и приятные встречи с распитием, например, красного напитка...

Hrafn Tinna >> 2007-02-27, 11:27:32, #2

интересно) вот сейчас спал, настраивался, вдыхал пространство "места". ОСов это мне не дало, но приснился сон, в котором я был на самом начале ж__д на окраине (?) города. Подошла симпатичная девушка, сказала, что поссорилась с парнем и решила пойти со мной, спрашивал её имя, сначала не ответила, потом мы оказались в высоком здании а-ля лабиринт со сломаным лифтом и очень неприятной толстой лифтершей.

Еще раз спросил имя девушки. Сказала: Залия Шемшевич.

Может есть такая? х)

Или просто вылетело из глубин подсознания?

А ночью искали клад но уже с напарником и тоже не в ОСе

Вот так

Талиса >> 2007-02-27, 11:48:31, #3

Видимо, для меня поток отражается определенным местом во сне откуда начинается ОС и куда я возвращаюсь, а так же само перемещение внутри снов началось после настройки.

Тот парень о котором я вчера писала, так же возрастом 20-25 лет и рост сходится. Черты лица правильные, сложно описать.

Часто сняться реалистичные сны, где все мы общаемся как старые друзья.

Сегодня, например;)

Второй вечер пью концентрированный клюквенный сок:) и всем советую для поднятия иммунитета.

Талай >> 2007-02-27, 12:56:38, #4

С начала практики снятся мертвые миры. Разные. С развитыми цивилизациями и без, яркие и темные. Причины гибели у всех свои: где война планетарная, где какая-то аномалия в фундаментальных физических законах (изменение текучести воды), где природный катаклизм небывалой мощи.

Один из ярких снов был с участием моего напарника. Причина гибели мира, в котором я оказался - некая темная сущность, сожравшая все живое. Но не физически, а энергетически. Мы с моим товарищем (позже, я понял, что это был мой партнер по практикуму и друг по жизни Turambar) находимся в каком-то полуразрушенном соборе готической архитектуры. Кругом полуистлевшие предметы быта. Сумрак. Мрачно и вокруг и внутри. Вдруг я понимаю, что мы не одни - в соседнем зале находится причина гибели этого мира - Темная Сущность. Страх перед ней есть, но он не панический. Я решаюсь идти к ней. Это нечто огромное, пугающее и ... мудрое. Начинаю с ней разговаривать. О чем говорили не помню, и, видимо, достигнув некоего договора вдвоем возвращаемся в зал к Turambar-у. Среди рухляди в помещении лежали развалины старого пианино. Вдвоем с другом начинаем собирать рассыпанные по полу белые клавиши от него. Аккуратно

складываем из них горку и пытаемся разжечь огонь. Клавиши горят очень плохо, но по-тихоньку, по-немногу, огонь все же начинает разгораться. Темная Сущность находится рядом. Она не мешает и не помогает. И неожиданно я понимаю, что разжигая этот огонь, я уменьшаю её силу. И я знаю, что Сущность тоже это понимает и понимает, что мне доступно это знание. Но она безучастно созерцает нашу деятельность! Я просыпаюсь.

Вообще, это был уже второй сон с моим напарником. У Turambar-а же, по его словам уже было 4-сна с моим участием. Думаю если сочтет нужным, то он напишет. И его и мои сны неосознанные. P.S. На следующую ночь у меня была целая череда из снов про погибшие миры. В какой-то момент я проснулся от осознания истиной причины этой губительной цепочки, но в момент пробуждения это знание тут же растаяло и сколько я не старался заново его осознать, успеха к сожалению мне добиться не удалось.

P.S.S. Подозреваю, что эти сны напрямую связаны с моими внутренними проблемами, которые мы с Turambar-ом пытаемся разрешить с самого начала практикума.

версус >> 2007-02-27, 17:00:15, #5

несколько месяцев назад у меня был сон, в котором я и еще несколько человек были на кухне. кто-то бросил кусочек кремня от зажигалки в газовую плиту и она взорвалась. все вокруг разворотило. в следующую секунду восстановилось. так несколько раз. возможно, кремень, который кинул тот парень был аналогом мыслеформы или эманации или чего-то такого. потому что я помню сон, в котором мы с девушкой перекидывались шариками. проснувшись, я был уверен, что это мыслеформы.

Revers >> 2007-02-27, 19:31:40, #6

Strelka

По снам пока ничего конкретного сказать не могу, почти пропала способность их запоминать. Но часто вытаскиваю из сна какие-то фразы, обрывки разговоров, несколько раз снилась группа и что нас учат чему-то.

По 4-му заданию:

Все как обычно, хорошо визуализируется то, что рассказывает напарница. ВД минимальный, восприятие измененное, по физ. ощущениям - слабость в ногах и тепло в ладонях.

Revers

Сегодня все прошло спокойно. По физ. ощущениям ничего необычного не заметила. ВД останавливался с трудом, хорошо чувствовала напарницу.

Сны запомнились обрывочно, ОСов не было.

armil >> 2007-02-27, 22:58:36, #7

Хм. Пожалуй вставлю свои три капейки, если кому-то интересно.

Где то на прошлой неделе - с каким-то парнем зашли в оч. большой многоэтажный магазин. В отделе женской одежды нас встретила девушка, провела в одноэтажное здание, с пояснениями что в этом здании что-то было раньше. Что именно - не помню. Там уже находилось несколько человек: парни и девушки. Все стояли вокруг круглого или овального стола, пили тот самый красный напиток. Какая-то девушка вокруг меня круги наматывала, разглядывала с явным интересом. Вроде брюнетка. Глаза не помню. Потом я подошел к столу, поразглядывал напиток, но пить не стал. После того как напиток закончился все начали расходиться, меня кто-то предложил подвезти. Я вышел на улицу, там стояла белая жигули старой модели под завязку забитая народом из сей компании. Все почемуто ждали меня, помню я даже удивился, втиснулся с кемто на переднее сиденье. На улице было оч. много снега, я подумал что тронуться не сможем. Проехав некоторое расстояние я проснулся.

Хохма для Tili! Странное совпадение. Недавно - встретил девушку со светлыми волнистыми волосами. Глаза показались зеленые. Около 1.60м ростом. С кучей злобы в мою сторону. Пришлось взять её за плечи и хорошенько встряхнуть. Потом я добавил что вроде по хорошему хочу. После чего она ухитрилась укусить меня за подбородок. Даж пришлось выдергиваться из её зубов.

Ну и ещё один из тех который хорошо помню.

Оказался в помещении вроде класса. Там Каойто парень сверял несколько челов по спикю и раздавал какието карточки. Чтото вроде того - если карту получил, значит пропуск на дальнейшее участие есть. Помню как он смутился что меня не оказалось в списках. Как если бы нет в списке тогда присутствовать в том месте вообще не может. Кароче пока он думал как ему поступить, я пошел по какимто канализациям ходить. На улице был проливной дождь, И кто то упорно хотел мне новый проход показать.

Вспомнил пока описывал, самый первый из серии - я стоял в комнате где было много моих знакомых. Тех с кем сейчас общаюсь, и тех кого очень давно не видел, даже несколько одноклассников. Потом обратил внимание что один чел. похожий на моего одноклассника, дружба с которым потом переросла в ненависть, стоит и за мной наблюдает. Когда я отвернулся, он хотел взять меня за плечо, но я дернулся и сказал ему что он меня с кемто перепутал.

ulis >> 2007-02-27, 23:24:01, #8

Вчера перед сном сделал выдох и настороился ...

Осознаться не получилось но снилось наше место встречи...tyrsona там не было))) Походил, посмотрел...и все. сны запоминаются плохо. работаем..)Сегодня удалось выудить очень сильную по эмоциям ситуацию, которая раньше периодически всплывала в сознании, но какой-то защитный механизм не пускал ее. цвет опять не видел -- только бело-желтое свечение.

Tyrson >> 2007-02-27, 23:42:24, #9

После настройки сны немного просто изменились. В одном из них после долгого томления в тюрьме, при попытке побега увидел посреди пустынной улицы девушку с огромными черными глазами, идущую в мою сторону. Побег был важнее, поэтому спрятался.

Этой ночью забавный сон :

Какой-то даме, лет 25-40 (точнее не получается, лицо и фигура --это одно, глаза и повадки -- другое) удалось нанять меня для какого-то дела.

При этом :

Знал : 1.Заинтересовать меня удалось чем-то очень жирным (информацией, возможностями, огромной суммой бабла, еще чем-то).

.....2.Для этой дамы не имело никакого значения всё перечисленное и его кол-во.

.....3.Поводом для ее интереса были какие-то неведомые мне мои способности.

.....4.К собственному удивлению я взялся...

.....5.То,чем удалось привлечь меня к делу уже принадлежало мне.

С моим восприятием что-то сделали : никак не получалось дотянуться мыслями и найти ответы : Кто она? Какие способности? Что нужно сделать? И чем жеж они меня все-таки заинтересовали? Действия происходили быстрее, чем мне удавалось их обработать в голове.

У этой, теперь уже напарницы, волосы почти до плеч, темные (не показатель для женщины:)) темная юбка чуть выше колен, белая кофточка (рубашка ?), грудь-размер 3 примерно:)). Она дала просмотреть какие-то таблицы и ряды однозначных чисел, очень быстро. Потом, в месте как для прессконференций, объясняла какие-то коды.. Типа : 2или 3, для тебя будут значить 4.. И т.п. Опять быстро.

Все это время пытался сообразить : Кто, что, зачем, для чего ?Хотя, внешне, выглядело все так, вроде я в курсе дела.

Ночь, мы с ней в одной комнате с двуспальной кроватью. Встреча днем(?) прошла успешно. Она лежит одетая, я, в белой рубашке, галстук и брюках прилег рядом. Лежу на спине с закрытыми глазами. Она накрыла меня одеялом. Думаю : хочет, чтобы пригрелся и заснул. Фигушки ! Лежу в просне.

И мы уже в каком-то разваленном доме, по архитектуре как древние дома на Кавказе, с проломленной крышей. Грязь, течет сверху. Все коричневое, склизкое, темно, ночь. Она спускается в люк под землю, за ней. Низкие потолки, ходы, стены из темного мокрого кирпича, грязь. Чиркаем зажигалками и, в следующей комнате, видим двух моих одноклассников. С одним жил в доме, с другим сидел за одной партой. Они заблудились. Показали им выход.

Постепенно пришли в освещенные помещения с умывальниками , стены в кафеле . Там двое моих знакомых . Один замерший , др. льет воду из крана на лицо так , чтобы она попадала на шею и плечи . По виду – уставший от ужаса . В проем в стене вижу женщину с ребенком , вроде как уже на улице . Двигаюсь туда .

И тут : спутницы со мной нет , вместо нее перепуганный , но еще соображающий парень , лет 20-25 , рост 160-165 . С ним девушка (девочка ?) в полном шоке , не говорит , хотя и имеет слабенький нитеобразный контакт с парнем . Он , похоже , имеет инструкции выполнять всё , что я скажу . Вокруг начинают появляться призраки (?) . Весьма материальные , все больше и больше . Косятся на нас . Изнутри меня , откуда-то из живота , начинает напеваться песенка , какая-то детская . Пою , не открывая рта , и понимаю , что вся херня вокруг реагирует на страх . Кричу , из живота , о страхе и чтобы спутники пели тоже . Сам думаю : короткий вдох при пении , длинный выдох , заодно и успокоятся . Парень аж взвыл самозабвенно . Да и девченок что-то там затынула , как в последний бой..Сам спокоен , как двери:))

В одной из комнат эти твари доедают туловище женщины ..(В моей памяти снов-кошмаров не было , кроме парочки в декабре-январе).Агрессивно настроенных все больше . Чувствую – КАБЗДЕЦ пришел !

И тут , вдруг спрашиваю их невинным голоском , спокойно так , по- детски : Простите , пожалуйста ! Мы тут заблудились ! Подскажите , где здесь выход ? Они все озадачились поиском ответа .

Такая фигня ! Похоже , вышли мы ..

Прогоняя этот сон много раз , понял . что для вывода этих двоих (парня и девушки) меня и привлекали..

Отчет:настраивали время..По напарнику цвета перемещались:то с одной стороны,то с другой,то с обеих.

Поймал все-таки из прошлого раза несоответствие свечения и сюжета:правы били цвета:))))))

Сегодня по сюжету все совпало.ulis тогда просто промолчал:))

miu >> 2007-02-28, 00:47:22, #10

Так сложилось, что я одна без пары. Думала, ну и что же, буду следить за заданиями и по мере возможности выполнять их самостоятельно. Было очень много запоминающихся снов, а этой ночью ОС. Я осознала себя во сне, “поднялась” с кровати и прошла/пошла через окно летать. Когда поднялась высоко над домом пришла мысль: “и чего это я высоты боялась...”, - и давай выписывать в воздухе умопомрачительные пируэты. А потом вернулась через окно “обратно”.

палкан >> 2007-02-28, 01:05:22, #11

Это ребята еще растете вы. Поверьте. Но и потом если дух ваш молод ирве5тся навстречу знаниям , все равно летать будете .

Antea-tor-Deriu >> 2007-02-28, 12:29:24, #12

Да, сны интересные и у меня тоже. Во-первых, меня вывели из той части Лабиринта, который я осознала. А мой сон вообще чудной, даже не сон действия, потому что удивление такое! Короче, какому-то бомжику надо позвонить, и он просит у меня 10 гривен. Я денег давно уже никому не даю чужим, а тут спокойно даю эту красненькую денюжку. А он вдруг возвращается и достает из кармана полную жменю денег. “Бери!” И я беру 10, а получается 20 (та красная, а 20 - зеленая). И мы начинаем пререкаться. Самое удивительное, что я ему показываю - взяла 10, а смотрю без него - 20. И вот такое мигание цвета и номинала. А после него смотрю, купюра аж просвечивает, почти переплетение видно. Иду в банк менять - не меняют. И опять туда-сюда толкание купюры. Ну, то, что я избавилась от чего-то старого - это хорошо. Но в свете общественных “полетов” мне интересно, кто банкир? Признавайтесь

версус >> 2007-02-28, 12:52:43, #13

сегодня во сне я оказался в своей квартире. со мной за столом сидело еще два человека. мы что-то обсуждали. Талисы, по крайней мере в ее реальном облике, вроде не было.

Turambar >> 2007-02-28, 13:33:09, #14

С начала практикума уже несколько снов и ночей подряд брожу в качестве туриста по бесконечно прекрасному городу. :) Архитектура - смешение стилей, по ощущениям - фрагменты различных

городов мира, _очень_ красиво! Даже фотать пытался во сне. :) Порой, настраиваясь на встречу с кем-нибудь из нашего практикума в СОС-е, имел сны с группой людей (порядка 10-20). Один раз собирались на какой-то площадке, состоящей из квадратных плиток (вроде как каждому своя), второй раз я ходил по музею, вокруг было много народу. Вчера, когда засыпал, явно ощущал как тянусь сознанием к какому-то человеку из нашего практикума (ника не запомнил, но знаю, посты его вижу регулярно). Почему именно он - я не могу ответить. Во время данного действия на меня как бы обрушились из ниоткуда три имени: Миша, Олег и Маша. У меня аж волосы дыбом встали, и меня выкинуло из состояния полусна. :) Последние пару дней хуже стали запоминаться сны :(Хотя в перерывах между снами я стараюсь прокрутить пару раз увиденное, при пробуждении утром почти ничего не помню. :(ОС-ов тоже пока не было.

Tuta >> 2007-02-28, 19:04:32, #15

У меня после настройки был один очень яркий и качественный ОС (я о нем писала), потом на следующий день был еще Ос, странный, меня подхватил поток ветра и с огромной силой понес куда-то, я не могла видеть, перед глазами была чернота, а потом этот ветер стал меня ласкать, проникая во все части моего тела. Было очень не обычное ощущение, потом меня выкинуло. А сейчас уже вторую неделю нет ОСов, для меня это не нормально, но зато в обычных снах стала видеть напарницу Tilli, почти каждую ночь. Так же как у ребят стали хуже запоминаться сны, вижу какие то цифры.

Tigambar, мне тоже кажется что я тянусь сознанием к человеку из практикума, и почему то мне кажется что это ты, не могу себе это объяснить, причем тут ты? Но имя у меня Наташа.

Талиса >> 2007-02-28, 21:24:17, #16

Последний раз мы совмещали 2-4 задания.

Появилась легкость в настройке на партнера. Все переживания чувствуются ярко. Временами ,зеркала я ощущаю то же что и Версус.

Так определяем по какой чакре работать.

Заметила, некоторые ситуации у нас похожи.

Позитивный результат умножаем на два!

Сегодня весь сон собиралась выйти в ОС к Версусу, но была не осознана и думала что я в реале. Получала во сне от него смс, про то что сегодня не получилось выйти в совместное сновидение.

В потоке мы идем на встречу друг к другу!

Tyrson >> 2007-02-28, 21:38:46, #17

Пил вчера в одном из снов тот красный напиток:)) У меня это оказался странного вкуса томатный сок с овощами на дне.. Громко объявил присутствующим, что это скорее томатный суп , а не сок:))

umaga >> 2007-02-28, 21:59:52, (#1

выполняли 4 саданье, серкалить с каждым разом все проще, настойка на место, осов нет, ниче особенного, снится всякая бяка ;)))

Arfa >> 2007-02-28, 22:30:17, #19

Вот тока сейчас вспомнила, что в ночь с 26 на 27 мне снился сон, в котором я находилась в большой компании незнакомых мне людей. В этом сне мы попали на пир одной женщины. Она была очень толстая, пышно одетая с веером в руках и все время смеялась. На столах стояли напитки и еда (в основном мясо). Все пили и ели, а она наблюдала. Я не ела, что-то мне показалось странным. На одном из столов нашла старый ботинок, на котором были написаны слова на латинском или англ., так как текст в общих чертах я перевела, но не до конца (там были неизвестные мне слова). Но под ней я обнаружила еще одну надпись-перевод этого текста: "Лишь только ты отведаешь человеческого мяса..." И действительно, на столах было красное сырое мясо, а в стаканах красная жидкость - кровь...бр-р...

nigel >> 2007-02-28, 22:43:00, #20

Отчет 27-28.02 nigel-todesky

Все протекает оч. хорошо, при вечернем “выдыхании” комната восстанавливается оч. четко, до мелочей, снов снится много, но практически ничего не помню, утром ощущение бурной ночи и почти полное беспомыслие, групповые занятия снятся постоянно

todesky >> 2007-02-28, 23:37:06, #21

Отчет todesky-nigel

I практика IV задание.

Провели настройку, начали с истории партнера, по разрешению проблемы, он сам заметил, что хочет глубоко вздохнуть, после чего открыл глаза и мы начали вновь настраиваться на место встречи в ОС. Зеркалить получается легко, перед тем, как ложиться спать, концентрируюсь на восстановлении образа места встречи, получается очень легко и детально.

P.S: Все свои сны начинаю вспоминать, только через день или два..) Воспоминания последних снов, прояснились, вспомнил, что снятся различные массы людей, выполняющие одно и тоже занятие. Первый сон про группу выполняющую магический обряд, сопровождающийся очень гулким и резким звуком, по которому я их нашел, второй подобный, про столпотворение людей в одном месте, все одеты в деловые костюмы и разговаривали по сот. тел.

II практика IV задание.

Рассказывал я. Обсуждали историю, горькой утраты, одного родственного мне человека. В определенный момент, меня стало магнитить вверх, чувство подобное при выходе в ВТО, только оно затяжное и фиксированное. Далее было четкое ощущение присутствия чего-то третьего, похоже на сконцентрированный сгусток энергии, сперва находящийся по диагонали справа от меня на расстоянии полу метра, далее переместилось и некоторое время находилось за моей спиной, вблизи, около 5-10 см, все это ощущалось, холодной энергией с мелкой вибрацией похожей на «мурашки на теле», глаза стали раздражительны, налились слезой, будь-то я вот-вот заплачу. У меня лежал на полу тел., кто-то звонил, он завибрировал и данное ощущение пропало. Мы разобрали мою ситуацию до конца, стало легко. Открыл глаза, вновь притягивали струны внимания ко всем предметам.

Так как, торопился, на этом закончили.

Antea-tor-Deriu >> 2007-03-01, 13:52:53, #22

Работу продолжаем с Great“ом. очень активно, потому что в реале теперь встречаемся все реже, а работаем каждый день: телефон плюс он стал использовать мой метод приглашения э-Двойника, эффект еще больший. потому что мы все-таки сдвинули старые завалы, которые ну очень хитро спрятались от нашего 5-летнего пристального взора по “выдиранию” кармы (абсурд, но опыт получили колоссальный). Практически на здесь и сейчас поработали со всеми пластами, но знаем, что эта работа на всю жизнь. Если не цепляет сейчас, зацепит в самый неподходящий момент, а практикум дал нам в руки еще один ну просто гениально простой инструмент! и рабочий, что очень важно! С объективизацией пространства все просто, только вот снюсь я ему каждую ночь, а я его не вижу и не ощущаю. Здорово, что с каждым днем практики энергии прибывает все больше и больше, видимо. идет цепная работа по очистке завалов, уже не такая явная, но ощущения восходящего мощные. а зеркаливание стало естественным состоянием. Что-то зацепило, внутри как будто что-то застыло на несколько секунд, ощущение прохлады - и все смыло.

Пожелание: с огнем у меня всегда лучше отношения. Мы с этим не будем работать?

Rit - Lenw >> 2007-03-01, 14:20:01, #23

Отчеты по прошедшим дням.

Стала хорошо фиксироваться граница инфополя. Когда находится энергозатратное событие и партнер погружается в него - идет всплеск цветов, чаще всего красный или желтый. Более того через несколько минут после начала упражнения в комнате устанавливается какая-то особенная атмосфера спокойствия и сосредоточенности. Почти каждый раз ловится ощущение нереальности происходящего и окружающие объекты воспринимаются как в ярком сне. Внимание на комнате продолжаем закреплять. На этой неделе столкнулись со скрипом тоналя, пока еще не сильным, но ощутимым. Перед сном пространство выстраивается отлично и очень четко, но видимо не хватает сноровки удержать нужное количество времени. Сны у меня (Рит) первую половину недели совсем

не запоминаются. Пытаюсь найти причину. У Ленва в снах обычные сюжеты, ничего интересного.

Psychonaut >> 2007-03-01, 17:26:46, #24

Отчёт.

28 февраля.

Поработали на пару с Аталией. Всплыла одна обида на старых друзей, которая оказалась довольно сильной. Точней, это не столько обида, сколько целый комплекс инфополей с акцентом на зелёный. Проблема оказалась довольно сильной и глубокой. Не уверен, что проработал её до конца, но в целом - высвободил довольно сильные переживания. Невыраженность каких-то чувств и симпатий. Было довольно сложно, даже всплакнул. По мере проработки всплывали и другие цвета, с выходом на фиолетовый. Сам факт выхода на фиолетовый - вызвал целый комплекс чувств и воспоминаний. Хотя в чём должна была заключаться проработка этого цвета - было не до конца понятно.

Когда работали с Аталией (уже втроём, немного помогала её напарница), всплыл довольно сильный синий цвет, и было трудно её зеркалить - чувствовал сильное давление на аджна чакру. После некоторой проработки синего - также пошёл уход в фиолетовый.

Общая тенденция - по мере проработки нижних 5 чакр - идёт выход на верхние - синий и фиолетовый.

Я немного попробовал для себя сформулировать проблематику данных чакр:

- Синий. Стремление спланировать то, что не поддаётся планированию. Сложности в формулировании своих мыслей. Стремление быть умным (в соответствии с некими стереотипами).
- Фиолетовый. Проблемы духовного поиска...

В общем, с этими двумя чакрами у меня пока вопрос остаётся открытым.

Ночь с 28 февраля на 1 марта.

Снова проснулся среди ночи, ближе к утру. Попробовал войти в ОС и столкнулся с той же проблемой, что и ранее. Сильный энергетический блок в районе солнечного сплетения. С какой-то конкретной проблемой я не смог его ассоциировать, и стал прорабатывать его в режиме перепросмотра - "обмахивая" поворотами головы, на выдохе высвобождая эманации, создающие напряжение. В целом, довольно успешно. Добился ощущения лёгкости в районе солнечного сплетения, и ощущения, что там находится источник света - маленькое "солнце".

Примерно, как на этой картинке: http://www.ljplus.ru/img/k/o/komatoze_/Preobrazhenie.jpg (кстати, это Иисус Христос, кто не в курсе ;-) А вовсе не дон Хуан. ;-)

Какими-то особенными снами после начала практикума - похвастаться не могу. Но заметны изменения в реале. Вплоть до того, что мой напарник - сменил место работы, ближе к тому месту, где работаю я. Это уже не говоря о том, что совершенно "случайно" встречаю своих "коллег" по практикуму (в том числе Аталию и её напарницу) в самых разных частях города. Обстоятельства как бы сводят нас самым причудливым образом - каждый раз мы не знаем, где, когда и в каком составе пройдут наши занятия, но всякий раз находят какие-то новые интересные комбинации.

По поводу снов, пожалуй, заметил один необычный момент. Аталия уже писала, что во время одного из занятий её напарница увидела какую-то женщину (?) в шляпе. (Впрочем, это могла быть и не женщина, просто первая её ассоциация). Я же, когда видел сон, в котором гулял по своему институту (я про него тоже уже писал), вспомнил, что встретил там своего бывшего одногруппника - и он был в шляпе. Мне это показалось странным. Типа "А чего это он в шляпе? Странно."

Орхон >> 2007-03-01, 17:42:52, #25

Ммда... грипп реально мешает прохождению практикума. То напарник болел, теперь я. Да и в социуме события происходят, которые игнорировать не получается. Поэтому реально в среднем из 7 дней недели в паре работаем только три. В качестве места встреч выбрали кафе, в котором встречаемся. Потихоньку копаемся в себе по пунктам второго и третьего задания, а тема обиды в том числе и на родственников в принципе нами все время прорабатывается с самого начала практикума.

В качестве времени встречи в сновидении выбрали с 6 до 7 часов, т.к. именно в это время чаще случаются ОСы. В процессе засыпания каждый вечер, начиная с момента выполнения третьего

задания визуализируем наше помещение. Однако мне оно пока так и не приснилось. Тем не менее тема помещения в течение ночи в оперативной памяти крутится постоянно. Напарника видел во сне, но осознаться это не помогло.

В ходе практикума обычные сны стали намного ярче, но вот ОСы пропали напрочь. У напарника тоже самое. Обычные сны стали отличаться каким-то невероятным сюжетом. Тема практикума периодически во сне присутствует. В частности, приснился адрес Равенны в Питере: ул. Ваалфа, или Валфа или Вельфа (но вроде точно не Вульфа), д. 35, кв. 32.

Четвертое задание сегодня мы с напарником выполняли по тем проблемам, которые вспоминались спонтанно, без привязки именно к обидам, страхам и т.д. Периодически закрываем глаза, периодически работаем с открытыми глазами. Надеясь на успех месяцев так через 9 =)

Vinchi >> 2007-03-01, 19:10:33, #26

Орхон, угадали только номер дома.

Strelka >> 2007-03-01, 19:38:17, #27

1.03. Отчет

Strelka

Вчера сделали перерыв. Сегодня все по плану, проработали несколько ситуаций. Все также ощущаем и видим одно и то же одновременно. Заметила что один день отдыха положительно сказался на запоминании снов. (вспомнила несколько ярких снов, в которых, кстати тоже было много людей в шляпах :))

Revers

Тожe запомнила сон. Ничего необычного. Во время сегодняшней встречи ощущала тяжесть и тепло в руках. Произошла остановка ВД, что для меня является прогрессом)))

Arfa >> 2007-03-01, 22:40:41, #28

А если я скажу что встретила Равенну во сне в Торговом комплексе? Да еще и с Масыней общалась в эту же ночь. Это что же получается - клиника!

Могу еще зарисовочки кинуть: ОСов пока нет, стала очень четко и долго разговаривать когда сплю (со слов близких, т.е. луначу:))... и хоть бы один сон вспомнила о котором я сообщаю всем своим. По словам сегодня во сне выходила жамуж, а из того что помню все связано с нервными переживаниями в жизни.

Tyrson >> 2007-03-01, 22:51:03, #29

Сегодня ,в одном из снов,интересная штука происходила:по тротуару шел молодой человек в черно-красном плаще(?),и,на каком-то месте его чем-то убивало...

Мы с напарником,не уверен,что с практикума,несколько раз прокручивали сюжет сна туда и обратно,вычисляя момент и внося коррективы.То отвлекали чела разговором,то спрашивали который час.При этом один заговаривал,второй вел учет вероятностей.

Помню,что того парня в плаще что-то валило несколько раз.В конце мы его,вроде в парк затащили...

Развязка стерлась.

В другом сне тоже с Масыней имел разговор.Удивительно!Надуманно?

nigel >> 2007-03-01, 22:54:19, #30

второй день работаю с двумя напарниками, наконец-то начал отчетливо различать инфополя (в реале моя ТС гвоздями на 200 прибита к привычному месту), с воспоминанием снов пока проблема, с ОСами тоже.

сегодня во сне с обоими напарниками играл комп игру, все мы были персонажами оной

Turambar >> 2007-03-01, 22:58:58, #31

После некоторой паузы снова встречались с напарником и прорабатывали задание №4. Первого слушали меня. Рассматривали обиду на близкого человека - мою младшую сестричку. Во время предварительной настройки особое внимание уделил эмоциональному контакту с партнером, формировал образы "открытости" и некоторой "связанности" (пребывание в одном канале). Позже наблюдался интересный эффект :) Во время рассказа явно ощущал, что мое сознание, или та часть

меня, что говорит, находится существенно выше того физического тела, что сидит на стуле в комнате - перепад в высоте до 3-5 метров. В процессе перепросмотра были найдены причины моей обиды - мои собственные шаблоны, с которыми успешно и поработали. В момент моего счастливого выдоха, по словам партнера, его "чуть не смыло со стула" :) Открыли глаза и закрепляли на вдохах комнату наших будущих встреч в СОС. Озвучили место и время встреч. Работали с обидами партнера. Несмотря на знакомое, с одной стороны задание, сегодня мне было очень непросто поддерживать состояние "зеркальности" в работе с партнером. По началу довольно таки легко настроился на нужное состояние, но "бастионы" партнера оказались крепче, чем мы оба ожидали. При их преодолении в какой-то момент я "раскрылся", за что тут же получил эмоциональный "удар" - ту бурю эмоций, что была с партнером: сердце сдавило, стало тяжело дышать. Сконцентрировавшись на зеркальности удалось вернуться обратно. Кстати, партнер очень точно ощутил мой "пробой". Постепенно нам все же удалось найти ключ к решению обиды партнера, что было подтверждено глубоким вдохом-выдохом, а также его счастливым видом. :) Во время слушания партнера наблюдал изменение пространства нашей комнаты, она существенно раздвигалась во всех направлениях, проявлялась избыточная четкость очертаний многих предметов. После выдоха партнера закрепляли наше место встречи и еще раз объявили время встречи в СОС-ах.

С начала прохождения практикума с другом заметили, что у нас формируется эмоционально-чувственная связь друг с другом: совершаем примерно в одно время одинаковые поступки, в разговоре, беседе почти одновременно "выпускаем" одинаковые смысловые реплики, испытываем одинаковые ощущения, думаем об одном и том же. :) Занятный эффект.

Талай >> 2007-03-01, 23:30:28, #32

Turambar-Талай.

Уфф. Наконец-то этот февраль закончился. Как же я его не люблю.

Выполняли сегодня 2-4 задания. Прорабатывали по одной ситуации. Это заняло 3 часа времени.

Сначала зеркалил я.

Сели, настроились, поехали. Партнер рассказывает - я, как обычно, воспринимаю его рассказ всем телом. Особых успехов в визуальном восприятии инфополей у меня нет, но зато кинестетика, видимо, отрабатывает за троих. =8) 'Слушаю' партнера, запоминаю, в каких местах рассказа, чувствую наибольшее напряжение (фиксирую ядра ситуаций). Когда партнер заканчивает описание проблемы, акцентирую его внимание на раскопанных кладах и начинаю пахать плугом вопросов по этим местам, теребя больные места с разных сторон и разных расстояний. В какой-то момент обнаруживаю, то место, откуда ядра не существует как такового. Фиксирую внимание пациента на этом месте. =8) Производим замену отношения к проблеме. Тут же перепросматриваем ситуацию, смотря на нее свежим взглядом... Вообще его выдохом меня чуть со стула не снесло – на столько мощно и неожиданно накрыло волной высвободившейся энергии.

Хочу подчеркнуть вот что: каждый раз состояние зеркальности контролировать становится все легче – как только начинаю сопереживать, моментально теряется контакт с партнером, а это становится причиной того, что перестаю его 'слышать'. =8).

После выдоха начинаем 'дышать' комнатой, в которой происходит занятие.

Меняемся местами. Теперь моя очередь выпускать своих демонов. О своих ощущениях зеркальности, думаю расскажет сам Turambar. Ему со мной приходится ой как не просто, но камушек за камушком мы уверенно расчищаем мои авгиевы конюшни. =8) Огромное ему за это спасибо!

Талиса >> 2007-03-02, 02:08:29, #33

Происходят интересные совпадения в жизни.

Отклик потока? Последние дни прозрачные сны, восстанавливаю энергию. Может начать пить льняное семя?

Еще до практикума, я пробовала вызвать в сновидение одного из ХС.

И в ОСе встретила с тремя сновидищами, по сюжету они были в образе детей, но в них была и светимость и сила. Я вошла в контакт с одним из них. Мы обменялись приветствием, а потом он

спросил у меня пароль.

Я этого не ожидала, и попросила что бы он дал мне пароль первым.

В его глазах, как в зеркале, я увидила набор из букв и цифр, после чего меня вернуло в тело. Подскажите кто знает, было ли когда-то принято среди ХС при встрече в ОС обмениваться паролями?

Depo >> 2007-03-02, 07:22:55, #34

Вчера с партнером навестывали упущенное. Выполняли с небольшим интервалом времени в начале третье задание, затем четвертое. Настройка прошла хорошо. Раскрыли по одной проблемной ситуации из каждого задания. По третьему упражнению производили настройку на пространство комнаты. Четвертое совместили с актом предметного выражения намерения совместного осознанного сновидения. Был один момент, который мне не понравился. В пространство захвата "внимания" попал ковер на стене с довольно хитромудрым рисунком. Настроение это поменяло в сторону меньшего самоконтроля. Собственно, с настройкой вечером настроение воспроизводилось. Однако это не помешало запомнить сны и даже в просоночном состоянии задержаться в сюжете и спросить спрайта, кто он такой. Наверное это был просто спрайт :-)

Turambar >> 2007-03-02, 08:08:39, #35

После проработки 4-го задания ложась спать "выдыхал" помещение в котором мы с другом занимались. Все помещение "восстановилось" очень хорошо и четко. Сформировал намерение как минимум выйти в ОС, как максимум - встретиться с другом в СОС... Проснулся утром в 6-26 из-за дискомфорта, обусловленного болезнью. Снов не помню, сплошная серая пелена и обрывки образов. Скорее всего сказывается мое простуженное состояние или то, что перед самым сном я "усиленно" полечился (горчичники и т.п.). С утра встретились с другом обсудить сны. Друг проснулся в 6-30. :) Очень занятная ситуация! :)

ulis >> 2007-03-02, 08:16:24, #36

Реал забирает много сил. Снов не было или не помню .

Arfa >> 2007-03-02, 09:50:10, #37

2 Талиса - разве пароль не ОЖ, старинное приветствие сновидящих магов?

Ночь ложилась спать, сконцентрировалась на "создании" образа комнаты напарницы. ВД остановилось очень быстро, комната предстала в самых мельчайших подробностях. Тут же заснула. Осознаться не удалось. Но сны были очень плотные (по восприятию), красочные и детализированные.

Вот один из них: сон, очень странный и больно уж сюжетный. Снился Майкл Дж. ;) (хотя я и не его фанатка). Будто в одном из его клипов засняты реальные кадры со служения некоего тайного общества в которое входит сам Майкл. Там была заколдованная принцесса под чайничек с голубым рисунком... в стене притворилась дверь (ее открыла фиолетового цвета служанка:), позже она упала в обморок. В открывшейся комнате стояла женщина - императрица. Шикарно одетая, много складочек и деталей... Буквально на мгновение, потом она исчезла. Майкл зашел в открытую дверь. Комната была отделана маленькими цветными плиточками в виде мозаики. В центре был огромный бассейн со статуей Вишны черного цвета (казалось сделаного из чугуна). Над ним висел огромный фонарь. Вишну ожил, приподнялся из воды и спросил у Майкла не ищет ли тот черный камень и смеясь достает одну свою руку из воды и показывает ему камень. Майкл обманом украл его и убежал...и тут меня разбудили((

...и мне интересно, кто была та женщина и почему именно индийский бог...

Antea-tor-Deriu >> 2007-03-02, 11:25:05, #38

Вчера попыталась работать группой (вместе уже несколько лет) и почти неудача, что явилось полной неожиданностью для меня. Последние полгода "руководит полетами" Great, а вчера пришлось брать бразды в свои руки, ибо Е. уплыла онкретно в своих проблемах. Но мы-то с Great"ом пришли такие "чистенькие", такие сияющие - результат! Пришлось после бесплодных попыток убрать проблему воспользоваться техниками 1-4 задания, в первую очередь, состояние

воды и зеркальности. Только я подумала, и сразу в комнате стало сыро-прохладно, я еще воскликнула: "Смотри! Вода!" И пошло легче, перестала девица сопротивляться и поплыла. Какие там инфополя: сплошь чернота и провалы, особенно в Вишудхе. И ни в какую, все виноваты, кроме нее, любимой! Поддавили с Гритом, пошла рассказывать, пошла раскрутка, появились цвета, стало еще легче ее вести. Выпрямилась, повыдыхала, стала чистенькая-сверкающая и... собралась рвануть назад! "Стоять!" "Коридор, дверь (какая - черная!!!), в дверь, закрыла за собой и давай ее замуровывай." Пыхтела, выдыхала, мы зеркалили, состояние воды было естественным. Замуровала она свои двери. "Иди на балкон, открой двери, лови ветер!" И тут по комнате прошелся самый настоящий сквозняк, хотя до этого было жарко и душно! "Лови облако, садись и лети! Летишь? Легко?" - "Это же облако!" В общем, все закончилось благополучно, сделала круг и вернулась в физическое тело, только потратилась сильно. А мы с Great"ом остались довольные друг другом и результатом и по дороге домой намеревались встретиться в условленном месте. Комната уже не просто объемная, а просто голографическая: вспомнил деталь, и вся картинка целиком на внутреннем экране. Пора бы уж встрепенуться-то в ОСе, ну уж сильно интересно, как мы выглядим там.

Psychonaut >> 2007-03-02, 13:22:34, #39

Отчёт.

1 марта.

А мы с Аталией "выпили фанты" и пошли гулять по прошлым жизням. :) По крайней мере, всплыли некие инфополя и переживания, которым не удавалось найти подходящие события из текущей жизни, и мы подумали - а почему бы и не поискать где-нибудь поглубже. У Аталии - всплыли какие-то совсем уж фантастические сюжеты, где она в облике монаха общалась с каким-то существом - то ли драконом, то ли непонятно кем - с круглыми зелёными глазами и чешуёй вместо кожи. У меня - была сцена прощания с любимой, после которой я ухожу на какую-то битву, где погибаю, а любимая - убивается горем. В общем, какие-то довольно интересные, почти мифологические сюжеты. Причём, и я, и Аталия, в конечном итоге, выходили на какие-то очень мощные фиолетовые инфополя.

Сны вспоминаются плохо. Но если потянуть за ниточку, то кое-что можно вытащить. Сегодня, например, помню, что искал во сне дом Аталии. Но он, почему-то, был снесён. Причём я искал какой-то частный, отдельностоящий дом, хотя Аталия - живёт в многоэтажке. Наверное, это была моя попытка найти ту комнату, которую мы "вдыхали" во время упражнения, но какими-то окольными путями. Снился также поезд - а напарница Аталии сегодня ночью ехала на поезде (её три дня не будет в городе, поэтому мы пока решили поработать с Аталией).

Хм, прочитал отчёты участников, где они пили некую красную жидкость. Вспомнил, что в ночь с 26 на 27 - мне тоже снился сон, где одна знакомая женщина накрывала на стол, и держала в руках какой-то то ли кувшин, то ли кастрюлю. Мол, угощайтесь. Станным было то, что эту женщину я очень давно уже не видел, но знаю, что она очень больна - то ли болезнью Альцгеймера, то ли чем-то в этом роде. И у меня было довольно странное ощущение. Я ещё подумал "Разве она ещё не умерла?" Во сне она выглядела моложе, чем на самом деле. А на лице у неё был какой-то оттенок глубокой печали.

Arfa >> 2007-03-02, 15:00:49, #40

комментарий(точнее дополнение):

жалко нельзя более одного раза писать, так как у некоторых есть привычка еще и днем ложиться спать. А материал накапливается... поэтому все же расскажу что бы не мучиться:)

Меня свалило в сон с 11 до 13. Представила комнату (скорее уже машинально) Был люцидник с проблесками сильной осознанности. Заставила себя сконцентрироваться на руках, а потом пошла осматриваться вокруг. Вспомнила про комнату напарницы и как-то поняла, что туда попасть можно только через пол моей комнаты. Первый раз брякнулась прямо об пол и было больно. Встала. Подумала и решила закрыть глаза что бы не заморачиваться на том что пол - твердый...получилось, правда вернулась в свою же комнату. А третья попытка прошла довольно интересно. Глаза не закрывала, создала намерение и просто нырнула в пол. Интересно что поверхность разошлась

словно вода, только без брызг. Оказалась в темном “колодце” в котором я знала что плыву вниз (логично), но на самом деле движение шло вверх. Посмотрев вперед я обнаружила, что там есть выход и будто облака или просто очертания. Стены колодца напоминали многоэтажку без загораживающих стен (система тоннелей) и я могла остановиться в любой ее точке. Но до цели я так и не дошла.

Umaga >> 2007-03-02, 16:36:48, #41

01.03.2016

с каждым разом все сложнее вспомнить ситуации для проработок как-будто они спрятались ночью дважды видел во сне своего напарника сначала в квартире где я спал потом у него в квартире занимаемся в обоих местах и дважды за ночь участвовал в каких-то семинарах один на большой площади после которого все дружно куда-то поехали а я искал ручку с бумажкой хотел записать то, что услышал а второй был в большой аудитории вел его БГ и посвящен он был сновидению

nigel >> 2007-03-02, 18:22:34, #42

сегодня во сне происходили интересные события: снится подготовка к чьей-то свадьбе, мне дали задание купить к-то продукты (свадьба завтра), посидели немного, выпили и я пошел домой, шел по берегу, полоса берега становилась все тоньше и я оказался в положении между обрывом справа и стеной, метра полтора слева, под ногами узкий уступ из песка, который начал обваливаться, тут я осознался, сиганул вниз и полетел. подлетаю к к-то зданию, вспоминаю про напарника, залетаю в окно, там стройка к-то чуреки цемент месят, я прохожу мимо, выкрикивая громко имя напарника, его нет, я вижу к-то дверь и намереваю увидеть за ней свою комнату с напарником в ней, захожу-так и есть: стоит голубчик, я смотрю ему в глаза и понимаю, что он не осознан(глаза будто существуют сами по себе, «плавают»на его лице), я начинаю орать ему, что это сон и он должен проснуться, не помогает, решил, что буду бить его по щекам и громко кричать пока не осознается, в какой-то момент он будто вспоминает что-то и говорит,-«хватит я вспомнил» тут его глаза будто провалились вовнутрь, я говорю: «видел бы ты щас свои глаза красавчик», и такие теплые чувства овладели мной тогда к этому человеку. мы подошли к окну, я подхватил его и вылетел на воздух, держа его подмышкой. этот район карты был очень мрачный и я решил перейти в другой, залетаем в какой-то дом, я намереваюсь увидеть за дверью свадебный бал, тут еще одна пара была, я смотрю на напарника а это уже к-то девушка, (todesky видимо еще в полете потерял сознание), мы все заходим, а там просто дискотека к-то, я сквозь стены, выхожу в аудиторию со студентами, сел за 2-ю парту и расчистил место рядом для спутницы . потом решил проснуться, чтобы созвониться с напарником, созвонился, а он ниче не помнит :(, кстати встреча произошла ровно по графику настройки, чуть позже заснув опять видел todesky в Осе, сам он говорит, что словил этой ночью 2 оса и в это-же время, свой отчет он выложит чуть позже хочу комент Винчи, и м.б. кого-нибудь из отделения глюкоанализа. 3.Ы. седня из реала отклик получил: непонятно как въехал в «жопу» свадебной машины :), а еще зуб сломал пока пост этот писал :)

Strelka >> 2007-03-02, 19:46:41, #43

02.03. Отчет

Strelka

Сегодня очень качественно получилось проработать ситуации. Атмосфера в комнате прямо “вибрировала от энергии”. При проработке использовали дополнительно дыхательное упражнение из перепросмотра. Часто ощущали как бы волну энергии, которая начиналась за моей спиной и шла по направлению к Revers и дальше. Снова одновременно ловили одни и те же физ. состояния (ощущения).

По снам: люцидник, брожу по городу с каким-то человеком, которого не запомнила. Потом высокое здание - встретила много людей (знакомых и незнакомых)

Revers

Во время проработки ситуации видела на Strelke свечения желтоватого цвета. Слышали характерный при ОВД звук.

По снам: бредовая петля, хотя бы запомнила :)

bat >> 2007-03-02, 21:48:26, #44

Сегодня во сне произошел странный выплеск энергии: у меня произошла поллюция. Обстоятельств сна в этот момент не помню, однако уверен, что никаких сексуальных тем в сюжете не было, тема касалась каких-то магических действий! После выплеска я переношусь в другой сон, в котором предыдущий сюжет является некоей предысторией, которая в данный момент обсуждается группой людей, визуализирующих столпы энергии розового цвета. Они говорят, что за дверью опасно, но я заявляю, что мне надо в туалет, и что опасность меня не колышит, выхожу от них и просыпаюсь.

з.ы. после этого весь день на смарку, с напарником сегодня не встретился :(лед треснул

Tuta >> 2007-03-02, 22:06:13, #45

У меня вопрос к Ravenne: то чем мы сейчас занимаемся, можно назвать перепросмотром, так? Но вот я слышала такую информацию, что перепросмотр будет только в том случае если не думать о своем опыте словами, и что препросмотр событий словами (чем мы сейчас занимаемся) не имеет никакого смысла, а только путает и ослабляет человека, заставляя его впустую терять энергию через свои эмоции. Может именно поэтому многие перестали запоминать свои сны, и у многих пропали ОСы?

Tyrson >> 2007-03-02, 22:38:47, #46

Сегодня, опрашивая напарника, несколько раз отмечал некое перетекание чего-то вокруг, что фиксируется, вроде, и глазами, но ничего общего с визуальными ощущениями не имеет. По ладоням и ногам прохлада.

Вчера один из снов (несколько дней назад закончился, кстати, небольшой "запор" на сны): После некоторых событий оказался в утреннем лесу. Там встретил двух девушек. По их внешнему виду было понятно, что они тоже там "оказались" :). Пообщались и пошли искать место сбора...

Талиса >> 2007-03-02, 23:46:02, #47

Вышла утром в ОС. Настроилась на квартиру Версуса - оказалась там. Осознание было не полным, поэтому следовала линии сюжета. Общались с Версусом, он познакомил меня с другом-соседом (зовут Андрей) который в курсе наших практик. Дальше провал, вроде бы вылетели в окно. Связь с напарником потерялась и я полетела собирать светимость. Начался насыщенный по ощущениям ОС. Летала над морем, при погружении в воду ЭТ невероятно окрепло-усилилось. >ОЖ!

Талиса: Встретились сегодня (в реале) с Арфой. События складывались как намагниченные. Видимо сеть готовила что-то особенное. Так и получилось...

Arfa > мир очень и очень тесен... либо все дело рук потока. Получили интересный отклик - в реале встретили человека, который тоже занимается по традиции ХС. Случилось это чисто случайно у стелажей с книгами Хакеров Сновидений. Хотя если бы мы не зашли на обратном пути в магазин, возможно наши дороги бы разошлись. Невероятно, в большом городе Сила свела нас с этим человеком дважды и я рада, честное слово, так как не каждый способен завести беседу с незнакомыми людьми.

Талиса: Это сила намерения, мы как раз говорили о том, что в Питере нас немного, и собираясь вместе мы обмениваемся опытом, что всегда полезно и приятно:)

Талай >> 2007-03-03, 00:04:41, #48

Turambar-Талай.

Проявления связанности с партнером происходят все чаще. Мы с Turambar-ом работаем в одной организации. Уже несколько месяцев у нас существует традиция пить вместе утреннюю чашечку чая и делиться друг с другом размышлениями, инсайтами, интересными снами. Сегодня выснили, что в одно и тоже время (примерно в 6-30) обоих что-то вытолкнуло из сна. Обычно, ни он ни я в это время самостоятельно не просыпаемся, да и при выполнении заданий время встречи в ОСе проговариваем в промежутке между 5-6 утра. Сегодня вечером, перед началом тренинга на мой

вопрос «какую обиду будешь сегодня прорабатывать» Turambar задумался, через какое-то время я почувствовал направление его мыслей – «обиды на работе», что он и озвучил. Вообще мы с ним в одной упряжке скачем. Правда с ОСами дела пока обстоят плачевно.

Как обычно, первым зеркалить начинаю я.

Партнера, как обычно, чувствую всем телом, контакт нормальный. С визуализацией в этот раз получше. Возможно из-за того, что встречались после занятий йогой, энергетически были чище, чем обычно. В целом проблему (все же партнер выбрал тему обиды от друга) разобрали. Выброс энергии был не такой мощный, как в прошлый раз, но он был, что не может не радовать.

Помещение, в котором зеркалю, чувствую хорошо.

А вот со мной, когда я сел разбираться свои завалы, возникли проблемы. Разбирали тему моей безопасности. В этот раз пробиться ко мне не удалось. Оборона у меня круговая и эшелонированная. Тема оказалась очень запущенной: личной силы туда вложено невероятное количество. =8) Вернемся к этой теме позже, когда сами окрепнем.

Занятие продлилось примерно 3 часа.

Перед сном формирую намерение осознаться, «выдыхаю» помещение, в котором «тренигуемся». Несмотря на то, что кол-во личной силы по сравнению с тем, что было до начала тренинга, заметно прибавилось, результат пока нулевой. Только люцидники и то не всегда.

Ajka >> 2007-03-03, 02:41:14, #49

То совсем уж по подвалам запущенным хожу, то по крышам лазаю. В общем снятся лабиринты. Заметила, что когда партнерша просто рассказывает свои проблемы я практически ничего не вижу. Лучше получается Когда я ее сканирую и задаю наводящие вопросы.

Hrafn Tinna >> 2007-03-03, 09:11:23, #50

очень интересней эффект дала вечерняя настройка на “место” и поток.

Оказался во сне не где-нибудь а на некоем Индуистском празднестве-ритуале с кучей народу, яркими стягами со свастиками, который проходил в совершенно неузнаваемом районе карты. Мну вроде бы тоже в нем участвовал. Рядом со мной оказался некий челевече (индус), который знал русский и спросил: “Вы тоже с акции?” - “Да!”

Такой бред)))

Antea-tor-Deriu >> 2007-03-03, 11:39:17, #51

Ко мне усиленно начинает стекаться информация. зак оторой я гонялась несколько месяцев: подсказки, ответы, просто мысли. Во сне, даже в ОСе мои партнеры (уже снова 2 наконец-то) никак не могут меня найти, вместо меня в моем образе подсовывают энергообирающую штучку. Ну, это нормально. Я хочу рассказать о своем крохотном сне и попросить поделиться, что это на самом деле. Я вчера начиталась на ночь Практ.Равенны, часть2, там Белый Волк классно говорит о Цели ОСов. Вот я и решила для себя определиться на здесь и сейчас, что я хочу получить в ОСах. Лежу, перебираю, почти скатилась в сон и вдруг тело дернулось и резко расслабилось. Значит правильно перебираю. Дальше скатилась, а вот куда? Вроде ОС. Иду по своей дороге от дома, время сна, улица после дождя, сплошь лужи, я их обхожу старательно и вдруг - хрясь- подскользывают и начинаю падать. Страха нет, но падаю я во сне, а тело подпрыгивает уже в реале на моем диване. И это уже не первый раз! Спросила напарницу - раз 20 помнит такое же! Если это только инстинкт сохранения срабатывает - это хорошо. Если ВТО - нормально! Но что-то в этом есть еще. Напарники бегают в ОСах и ищут меня, никак мы не пересечемся, даже в комнату мою - место встречи попасть не могут, хотя доступ дан.

Antea-tor-Deriu >> 2007-03-03, 11:53:42, #52

Теперь я хотела бы ответить Туте и всем, кто считает зад. 1-4 лишней тратой энергии. Если что. меня поправят. Во-первых, большая часть участников находится на уровне, когда мысли легче всего выражаются словами. Если бы вам предложили работать с образами, работа забуксовала бы практически с самого начала. Во-вторых, вы потратились на эмоции, а эмоции - это и есть привязки, которые держат старые обиды, страхи, унижения и т.д. в нашем теле. Оборвете эмоциональные привязки, э-сгусток выйдет, раствориться, освободит ту часть энергии, которая была связана, и вы получаете гораздо больше, потому что, как правило, многие это заметили, что практически не было

ситуации, которая бы “держалась” на энергии какой-то одной чакры, практически все было завязано на 3, а то и 5. Умножьте это еще и на 5. Другое дело, что работать с собой - это очень тяжело, невероятно тяжело, потому что СВОЕ мы холим и лелеем, привыкли с этим жить, а без этого как? Страшно. Поэтому легче все это снова затолкать внутрь, чем выпустить джина на свободу. Дальше, если обращали внимание, проработав одну большую проблему, можно было не получить э-назад. Почему? Потому что сорвали печать с “бутылки с джином”, обнажили своеобразную дыру не только в теле, но и во времени (у кого-то был такой отчет, что потопали по карме, по образам), а это очень энергозатратно, растянуто на какое-то время, но опять это того стоит! Ведь после качественной работы практически 100% гарантия, что такого в вашей жизни и жизни ваших, как минимум детей, такого не произойдет никогда. Крючков нет, значит и привязок не будет. И в последних, еще в 2003 году Мясня писала о внимании. Самое главное - это развивать внимание. Вот мы и получили еще один инструмент для такого развития.

Arfa >> 2007-03-03, 12:26:09, #53

Сегодня попробовала технику описанную в одном из постов, а точнее прицепиться к одному из людей идущих в осознание не перекрестке. Сон помню обрывками, в небе видела три кометы с разными хвостами - огненный, ледяной и ветровой(?). Так же помню как сидели с Талисой в кафе и разговаривали, осознания не было. Потом видела себя идущий с двумя людьми - девушкой и парнем, и то она меня держала за руку, то он. Они меня водили по “своим” местам. Вокруг лежал снег. На земле проходили рельсы и постоянно шли трамваи. Правда потом девушка очень обозлилась и попросила своего спутника оставить меня. Как только он отпустил мою руку я оказалась в комнате, где за окном было лето.

todesky >> 2007-03-03, 14:24:06, #54

1/03/07 В этот день я отлично выспался. Вечером провели днем провели практику, все по плану, та же концентрация, зеркальность, намерение. В этом отношении ничего нового, только закрепление пройденного.

В ночь с 01/03 на 02/03 сон.)

Перед сном, как обычно концентрировался на восстановлении места нашей встречи в ОСе (Время 00:40). Заснул, проснулся для утренней концентрации еще раз в 5 утра, чувствовал себе выспавшимся и бодрым, просто лежал, начали возникать образы, плавно перешел в люцидник. В определенный момент возникла осознанность, возникло чувство, что мне необходимо, что-то найти. Стою на улице какой-то чел мне сказал, то, что я ищу находится «там» и указал, на подъезд в доме. Бегу к этому подъезду, когда подбежал, кто-то как-раз выходил, в этот момент я забежал внутрь. Вижу вахта, пробегаю мимо нее, поднимаюсь на первую лестничную площадку, передо мной коридор, на нем плакаты, как стенгазеты висят, на этих плакатах все объявления не актуальны, половина перечеркнуты. Я двигаюсь далее по коридору, захожу в комнату, она в виде школьного класса, сидят люди около 20-25 человек, за одиночными партами и полная женщина, с огромным бюстом и попой) проводит своего рода презентацию. Сажусь за одну из парт, в центре класса, в этот момент она включила проектор высветился какой-то график, она пару раз махнула указкой на графике, выключила проектор, один из людей сидящих за первой партой справа, задал ей вопрос, я не расслышал, что он спросил, она покраснела и быстро выбежала из класса. Потом все, кто сидели в классе заснули, я вышел из него с какой-то девушкой, после чего, у меня было чувство, что я что-то оставил в классе, хотел было вернуться и тут меня выкинуло!!! Выкинул меня тот факт, что мне звонил мой партнер Nigel, весь в эмоциях, говоря, что он только что меня нашел в ОСе и растряс и я осознался, глаза налились чернотой. Как-раз в это время у меня возник ОС. Это было наше с ним назначенное время! Только вот, он нашел моего спрайта, и расстряс его, расстрес меня, каким-то образом в моем сне, трактуя это так. Только вот нужно было, чтоб этот «мой» спрайт вывел его на меня лично.

Далее, засыпаю снова, в определенный момент вновь ОС!!! Стою, на одной из улиц нашего города, возникает мысль искать партнера, стало выкидывать из ОСа, видно от волнения, начал трогать землю, все успокоилось, но после все равно выкинуло, не успел сконцентрироваться на земле. =(После (в реале), обсуждая эти сны, выяснилось, что партнер в своем сне был в таком же классе,

просто мы там не пересеклись, видно попали в разный временной интервал! Своего партнера во сне, я так и не видел, но сам факт того, что у меня были ОСы, в момент того как он растрясывал моего спрайта которого находил, именно в том месте, где мы намечали нашу встречу в ОСе. И в первый и во-второй ОС после того как меня выкидывало, я просыпался от разрывающегося телефона!!! Это звонил мой партнер! Оба довольны такого рода успехом! Ведь это первый отголосок нашей практики!

02/03 Провели практику ближе к вечеру. Вновь повторение, закрепление! Концентрация, зеркальность, намерение.

Яна >> 2007-03-03, 15:14:05, #55

Отчет

Яна-Константин.

Задания выполняем , совмещая все 4 задания

В ночь с четверга на пятницу Косте приснился ОС: Еу приснилось, что его окружила толпа карликов и он понял что спит, после этого он хотел перейти в сон ко мне , но его подхватил вихрь и сон развеялся.

Мне тоже снился ОС, вчера , я легла после работы поспать и мне приснился сон что я гляжу в окно и вижу ,что к моему дому подходит админ с моей работы, не знаю как ноя сразу поняла что сплю и после этого как-бы проснулась, но так как я знаю что часто бывает так что после ОСа просыпаешся в другом сне , то я огляделась и поняла что сплю и тут мне яуже по настоящему разбудил Костя, он стал ко мне стучать в дверь и говорить чтобы я вставала, т.к. начался “комеди-клуб“:((

Revers >> 2007-03-03, 17:28:51, #56

03.02 отчет

Strelka

Прорабатываем все ситуации немного по другой методике (с т.з. шаблона поведения, и влияния чужеродных программ на наши реакции в каждой из ситуаций). Первый раз - входим в ситуацию, разгоняем ощущения присутствия и эмоции до максимума. Следующий заход - как бы со стороны анализируем ситуацию выявляя социальные, и личные шаблоны (программы) Затем отпускаем их (если они есть и в настоящее время) или просто забираем энергию из ситуации с помощью дых. упражнений (если шаблон уже неактуален). Результаты, ИМХО, лучше чем когда прорабатывали по первоначальной схеме, т.е. с убийством, прощением..

По снам: сегодня осозналась за рулем своей машины на шоссе уходящем к горизонту. Вспомнила о практикуме и вслух выразила намерение встретиться с другими его участниками. После этого горизонт с огромной скоростью стал ко мне приближаться и в какой-то момент наступил обрыв памяти, провал. Что было дальше вспомнить никак не могу.

Revers

Сегодня продукивно поработали. Стала еще лучше чувствовать свою напарницу. Выявили у меня встроенную программу, которая долгое время оказывала на меня влияние. Разобрали ситуацию, которая явилась точкой отсчета возникновения шаблона.

По снам: сегодня ничего не запомнила.

Psychonaut >> 2007-03-04, 12:06:54, #57

Ура. Наконец-таки, поймал ОС - впервые с начала практикума, да и вообще за последние несколько лет. :)

Всё таки, вода намерения - камень точит. :)

Но начну по порядку.

Отчёт.

3 марта.

Днём я, мой напарник и Аталия - решили прогуляться к тому месту, которое мне снилось в ночь с 1 на 2-е. Бывает, что, вроде бы знаешь родной город как свои пять пальцев, а всё равно есть неисследованные места, своего рода “белые пятна”. В общем, довольно интересно сходили.

Думаю, есть смысл в таких походах. У меня это место связано с какими-то детскими

воспоминаниями.

Вечером думали, какие бы ситуации проработать. И как-то сама собой возникла идея - проработать поглубже фиолетовый цвет. У меня возникли мысли, какую проблематику нужно копать, и мы с Аталией решили это проверить (мой напарник, опять был занят). Идея заключалась в том, что фиолетовый цвет, вероятно, связан с теми или иными вопросами философского и мировоззренческого характера - наиболее абстрактной сферы жизнедеятельности. Немного поразмышляли на тему летунов и о их притязаниях. Ведь по Кастанеде именно макушка (или сахасрара) - является местом "имплантации" летунов.

В общем, мы решили повспоминать ситуации, в которых испытывали наибольшее влияние на своё мировоззрение - будь-то после прочтения каких-то книг, будь-то после общения с кем-то и т.п. Достаточно интересные всплыли ситуации. Фиолетовый, кстати, не сразу проступил. Были вспышки красного - когда затрагивался вопрос смысла жизни, периодически проскакивали зелёный и жёлтый. Но на фиолетовый, всё же, мы вышли.

Я вспомнил, как, в своё время, впервые столкнулся с книжками Кастанеды, и как они мне сразу понравились. Но по мере чтения - как росло моё чувство отторжения и даже отвращения к этим книжкам. Поскольку я реально чувствовал, насколько рушилось моё привычное мировоззрение, и у меня это вызывало резко негативную реакцию. Некоторые вещи из этих книжек - вызывали неприятие. Лишь по прошествии нескольких лет я заново перечитал их - с уже немного иных мировоззренческих позиций. Примерно похожую реакцию у меня в своё время вызвали также книжки Лазарева - "Диагностика кармы". Сначала - восторг и интерес, затем - отторжение и неприятие. Вообще, вопросы "кармы", "рока", "судьбы" - мне кажется, напрямую связаны с фиолетовой проблематикой. В какой-то мере эти понятия - являются противоположными понятию Свободы - к которой так стремятся "новые видящие".

Затем была настройка в чате. Нас было мало, но мы были в тельняшках (по крайней мере - Hrafn Tinna). ;) Довольно неплохо, на мой взгляд, понастраивались. По крайней мере, лично я - поймал ощущение Сети. Когда народу немного - проще настроиться на каждого в отдельности. Так что в этом есть свои плюсы. Забили стрелку в сновидении на поляне возле дуба. ;)

Ночь с 3 на 4 марта.

Несколько раз за ночь просыпался, но ничего не снилось. Лишь в окно - светила полная луна. :) Всячески пытался остановить внутренний диалог.

Наконец, уже где-то под утро - снится сон (обычный). Рассматриваю карту Москвы (или Минска?). Причём, это не столько карта, сколько спутниковый снимок, с элементами картографии и 3D - типа GoogleEarth. Нет, всё-таки, Москвы. Высматриваю прежде всего зелёные массивы. На какое-то время моё внимание привлёк какой-то парк к югу от центра - если смотреть строго на юг, то примерно на пол-пути между центром и МКАД-ом. Посреди этого зелёного массива - большая проплешина круглой формы - даже не поляна, а целое поле или лужайка с многочисленными тропинками. Промелькнула фраза "Парк Такой-то" (название не запомнил). Затем внимание переместилось немного к северо-западу, где я увидел здание МГУ на Воробьёвых горах. Рассмотрел это здание с разных сторон - как в 3D-редакторе. Обратил внимание на странную пристройку в восточной части здания - готической архитектуры. Промелькнула фраза "Это новый корпус исторического факультета".

Затем снится какой-то двор, типа такого, что бывают за гастрономами (зайдите за любой гастроном - и увидите, это трудно объяснить словами). Было странное ощущение - то ли это Москва, то ли не Москва. Ок, думаю, пускай будет Москва. :) И тут я вспоминаю про трикс - нужно представить себя идущим. И вот я иду, иду... И опа! Я иду в сновидении! Я осознался! :)

Пытаюсь быстро сообразить, что делать дальше. Увидел двух человек - мужчину и женщину. Женщина в сине-голубом то ли пальто, то ли куртке. Вспомнил, что мы договорились называть свои ники. Я начинаю прыгать, махать руками и кричать "Я Психонавт!" Но вместо этого получился какой-то нечленораздельный звук. :) Эти люди как-то удивлённо на меня посмотрели, типа "Чего это он?" И меня выкинуло из ОС-а.

Какое-то время лежал в полупроснувшемся состоянии, пытаюсь визуализировать поляну, скамейку,

но войти снова в ОС уже не получалось. Посмотрел на часы - было 7 утра (по Москве).

nigel >> 2007-03-04, 12:51:38, #58

вчера занимались с батом, когда я зеркалил в спине появилось отчетливое ощущение пропиральной восходящей энергии .

вопрос остается: я могу найти в осе нужного спрайта и свою комнату, и даже, выходит, осознать самого перса в его сне через спрайта(пост 42 и 54), но как найти этого перса в осе имея только его спрайта??

Hrafn Tinna >> 2007-03-04, 12:59:39, #59

ОСов после настройки ночью не было, да и вообще снов не запомнил.

но главное, чтобы не ослабевал поток, настраиваемся дальше! самост. уже)

Psychonaut >> 2007-03-04, 13:41:28, #60

дополнение к отчёту.

Напарник прислал СМС-ку, где пишет, что видел меня во сне. Где я его чему-то учил-рассказывал. В пинжаке. :)

PS. Судя по отчётам и других участников - наблюдаю закономерность: снятся либо учебные заведения, либо учебный процесс.

Напарнице Аталии несколько дней назад снился сон, где я с ноутбуком - о чём-то рассказывал, рисовал на стекле иероглифы задом наперёд, а она их читала. :)

Depo >> 2007-03-04, 15:34:28, #61

Отчет. Производили с напарником соностройку. Вскрыли проблемы, обусловленные с обидами. Все прошло гладко и, на мой взгляд, удачно.

Вчерашней ночью "общался" во сне с персом, может спрайт, может нет. Но явно не мой напарник :-). Он появился во сне. Потом я нашел себя в состоянии близком к осознанному, но качество осознания было фиговое. Даже нашего короткого разговора не запомнил.

Во сне наблюдал мощные грязе-водные потоки, похожие на весенние талые воды. Такое уже было у меня при очищении меня одним человеком с помощью "водной магии".

Strelka >> 2007-03-04, 18:18:09, #62

04.03. отчет

Strelka

Все по плану. Прорабатываем все ситуации с т.з. шаблонов. Сегодня выявили 2 сильных шаблона "Шаблон мужчины" и "шаблон женщины", сначала в одной ситуации, а потом немного прошлись по проявлениям первого шаблона в течении жизни. (короче работы тут "непочатый край" :))

По снам: люди, общение. Не осозналась.

Revers

По снам: сегодня во время сна произошел инсайт - вспомнила много снов за прошлые дни.

Записала. Отметила, что в сюжатах фигурировали персонажи, ситуации с которыми разбирались в течении практикума.

untoleranced >> 2007-03-04, 18:53:49, #63

коммент

непроизвольно вот тоже поддался заданию Равенны по перепросмотру. решил тож определить границы своих впечатлений на всем жизненном масштабе. и распутал узел, который доставал мну уже много лет в сновидениях. некоторые сны все время выводили на близкого родственника, в образ которого рано или поздно превращались активные спрайты. с этим родственником пересмотрел всё, и много лет уже не встречаемся и нет желания с обеих сторон. тем не менее все равно во снах он фигурирует. теперь знаю точно почему. это символ моих самых сильных впечатлений, своего рода был максимум интенсивной атмосферы и поступков. такого их сочетания больше не было в моей жизни (пока). именно поэтому он и мелькает во сне, это символ запечатленной личной границы, а не какие-то нерешенные проблемы с ним. такая гора с плеч, и главное - это уже можно использовать в личных целях :)

Petri >> 2007-03-04, 20:21:25, #64

Мне снились практикующие. То помещение, где проходили занятия заняли, и мы должны были перебраться в другое. Шли по улице и что-то обсуждали на тему практик. Еще утром в просоне было футбольное поле.

Tuta >> 2007-03-04, 21:01:08, #65

У меня опять не получилось осознаться, что за фигня! После вчерашней настройки, мне снился класс, где мы нахаживались с ребятами из практикума нам дали задание провести анализ слов и дали нам какие то не понятные, очень длинные слова. Мы сидели и советовались друг с другом. Жалко плохо ребят запомнила.

Сто пудово это были Psychonaut, Hrafn Tinna, Arfa и другие, может если бы вы надели очки как в матрице, ко мне бы осознание и пришло :-)

Талай >> 2007-03-04, 21:56:18, #66

Tutambar-Талай.

Сегодня занимались как обычно.

В этот раз первым зеркалили меня. За все время практики, это был самый большой прорыв. И все потому, что в этот раз при разборе полетов мне наконец-то удалось выключить голову и работать своими чувствами - то что я не позволял себе очень давно. Отпустил и простил. Кайф! "В теле такая приятная гибкость образовалась!" (с) м/ф "Падал прошлогодний снег."

Потом зеркалил Tutambar-а. Визуализация инфополя, как обычно, на зачаточном уровне - чувствую партнера и помещение своим телом. Партнер затронул очень глубокий и фундаментальный пласт взаимоотношений "отцов и детей". Пришлось пересматривать базовые стереотипы и шаблоны, выращиваемые нами с рождения. В результате, по окончании работы, партнер таак раззевался, что дрожали стекла. =8) Такая реакция у него уже второй раз (это с учетом того, что ядра оба раза были вскрыты и пересмотр ситуаций был успешным). Конечно, у нас есть соображения на этот счет, но хотелось бы услышать мнение по поводу зевоты у сведущих людей.

ОСов как не было так и нет, - только люцидники.

Arfa >> 2007-03-04, 22:06:52, #67

Вчера проводили практику с Miracle. Изменили задачу, не стали рассматривать события из прошлого. Ловили себя на ощущениях, останавливали ВД, наполнялись энергией и полностью сосредоточились на поглощении внимания друг друга и образа комнаты. И как факт Miracle осозналась, искала меня, но я ни чего из снов не помню - заснула и проснулась. Надеюсь что М. в скором времени вывесит свой отчет. Очень интересно.

Miracle >> 2007-03-04, 22:17:05, #68

Хотела выйти в ОС, используя метод, о котором узнала вчера (мембрана между сном и явью, идущие люди). Но у меня не получилось. Зато было нечто другое. Я лежала совсем расслабленная примерно на этой грани между сном и бодрствованием. Вдруг поймала себя на странных мыслях и воспоминаниях, не имеющих отношения к обычному ходу моей жизни. Я думала о чём-то, чего днём совсем не помнила. Сейчас я тоже этого почти не помню. Возможно, я вспомнила или даже вернулась в какие-то свои прошлые глубинные сны. Когда я поймала себя на мысли об этих событиях, было ощущение резкого толчка, скачка или сдвига. Что-то изменилось в восприятии. Начался ВТО. Мои руки сами поднялись над телом, а потом и всё остальное. Я села на кровати, сошла с неё и оказалась около той её части, где ноги. Я старалась двигаться осторожно, открыла глаза и увидела комнату. Со зрением было всё нормально, но я быстро закрыла глаза и открывала их несколько раз на короткое время. Посмотрела, нет ли в комнате напарницы, но никого не было. По ощущениям всё было ничего, хотя некая затруднительность (в ощущении тела, в движениях) всё же была, но меньше, чем обычно. Болевые ощущения уже ближе к концу опыта в шее. Вернулась в тело на кровати и мгновенно ощутила себя в нём, потом быстро снова отделилась. Опыт был где-то внутри промежутка с трёх до четырёх часов ночи, когда мы с напарницей договорились встретиться, и намеревались мы именно мою комнату.

Потом, уже в утренних снах, хотела попасть на поляну в СОС с участниками практикума, но не получилось. Хотя нечто, похожее на поляну, и присутствовало. Была какая-то долгая дорога, мы проходили разные места. Был провинциальный маленький город где-то в средней России, как я

тогда думала. Там всё было лесным, сказочным и заброшенным. Деревянные дома с участками, всё сделано из ели, всюду ели, старые, с пожелтевшими иглами. Стволы елей вписаны в самую декоративную постройку домов. Потом был дом как бы одной известной деятельницы искусства, и вокруг него огромный участок со всякими беседками, скамеечками, карусельками и распивающимися напитками, и за домом луга, леса и поля, и залив.

Талиса >> 2007-03-04, 22:30:26, #69

К сожалению, мой напарник Версус вышел из практикума, так сложились обстоятельства. Сегодня днем хотели увидится с Arfa. У меня был КОС, где я искала ее спрайт, но не как не могла найти. Даже пыталась воссоздать ее энергетический двойник. что бы потом вызвать туда Арфу, но безрезультатно. Единственный отклик-появился женский голос, кот. прокомментировал мои действия, дал прогноз на будущее, советы.

Странно, до этого голос Эмиссара был мужским...

Кто это был?

Знающие разьясните, пожалуйста.

В результате нашла полупрозрачный спрайт, передала ему пароль (что бы проверить в реале) освещая и наполняя энергией. Чувствовала, что осознать не получится. Созвонились с Арфой, она сказала что в ОС не вышла, но были интересные ощущения.

Завтра встречаюсь с моей новой напарницей, волшебным образом появившейся!)

Turambar >> 2007-03-04, 22:39:51, #70

Turambar-Талай

Занимались в рамках четвертого задания, решили поменять последовательность и первым слушали напарника. Во время настройки постарался максимально погрузить напарника в "свою зону восприятия", даже образ неких протянутых проводочков промелькнул. :) Напарник наконец-то сменил разум на чувства и проблемная ситуация разрешилась очень замечательно. Думаю даже с неким удивлением для напарника. :) Вот уже где он точно не ожидал найти кореньев. ;) "Загружали в ПЗУ" комнату наших встреч.

Далее слушали меня и мою обиду по отношению к отцу. Все было не просто, и проблемка не сразу позволила себя разрешить. По ходу беседы несколько раз на ключевые слова и моменты были произвольные глубокие вдохи-выдохи, все по делу. В конечном итоге ключик был подобран, пришло прощение. Вдох-выдох... И началось :) Зевота минут на 5-7. Напарник говорит, что это уже не в первый раз со мной такое. Интересно услышать по этому поводу мнение коллег по практикуму. :)

Протягивали "нити восприятия" к ключевым объектам комнаты. В какой-то момент на меня "накатило" состояние "водянистости", комната и объекты "поплыли" по волнам. Было очень занятно, постарался не акцентировать внимание на этом явлении за что и был награжден относительно длительной его продолжительностью. Было приятно. "Повдыхал" комнату целиком в данном состоянии.

Сны: с 3 на 4 ложась спать "выдыхал" комнату наших встреч, образы были четкие, яркие, комната воспроизвелась четко. В одном из снов присутствовал напарник, осознанности не было, так что результата достичь не удалось. Постарался снова настроиться на место нашей встречи, сформировал намерение, стал "выдыхать" комнату, и тут начались приколы: выдыхаю предмет обстановки, а его сверху чем-то темным и прямоугольным - хрясь - и в дребезги! Я удивлен, но настойчив - повторяю "выдох" с тем же предметом. Тот же результат. Злюсь, вырываю "дубинку" и вышвыриваю куда подальше. Снова выдыхаю - опять ошметки :) Решаю попробовать следующий предмет - с тем же успехом. Короче, будь это все в реале - "попал" бы мой напарник на всю обстановку в своей комнате. :) Во время "борьбы за интерьер" провалился в люцидник.

Осознанности за всю ночь так и не было. Сны, правда, яркие и интересные по содержанию. Какая-то темноволосая девушка в последнем сне меня спасала, мы с ней вывалились без парашютов с самолета в затыжном прыжке, если это можно было так назвать, я стал размышлять как нас "приземлить" без травм - на воду или же под хитрым углом на снежный склон горы, но в итоге меня напроць выкинуло из сна. :)

Miracle >> 2007-03-04, 23:24:00, #71

Пересматриваю свои старые записи и нашла одну за 15 декабря, когда я самостоятельно начала проходить по книге первый практикум Равенны. Мне тогда приснился некий семинар, связанный с ХС, я там была в столовой и ела рыбный суп. Там я обратила внимание на молодого человека со странными глазами. Они не были чёрными, просто была какая-то странность. Может, есть кто-то, подходящий под описание? (может быть, косоглазие, странный взгляд, не помню, что именно, но что-то необычное)

bat >> 2007-03-05, 07:10:59, #72

Отчет:

03.03 Провели с напарником настройку, инфополя начал видеть еще до расслабления, а при захвате сознанием объема комнаты, вновь увидел на спине напарника синее пятно, только в этот раз удалось разглядеть ее форму: как бабочка между лопаток с большим хвостом почти до копчика. Перешли к историям, сперва рассказывал он. Я хотел остановить разворачивание ситуации в момент, когда у напарника начались глубокие выдохи, а ситуация, ИМХО, начала терять целостность ядра. Однако напарник сказал, что ситуация не прощена, и мы продолжили ее рассмотрение до изменения отношения к ней на ментальном уровне.

Поменялись, вспоминал похороны моих родственников. Вытащил эмоциональный заряд, но к какому-либо прощательному эффекту не пришли. Вдыхали комнату.

Вопрос: Стоит ли полностью вырывать корешок ситуации, или целесообразнее высвобождаемую энергию сразу же направлять на формирование намерения и вдыхание комнаты?

04.03 Во время настройки напарник был вынужден отойти. В это время разглядывал комнату сквозь веки. Меня интересовала ментальная составляющая, детальное разглядывание элементов, на которые, как обнаружил, не обращаю внимания в обыденности: сознание воспринимает совокупность предметов на столе, как единый энергоблок.

Я рассказывал переломные ситуации жизни пытаюсь разрядить их дискомфорт, Однако неожиданно выплыла ситуация 10-ю годами раньше, когда в школе я первый раз был выдернут из цивилизации в походные условия. Она ни разу не всплыла за 2.5 года занятий перепросмотром! Были проработаны суживающие сознание факторы "холода, голода и войны" :) По приходу в состояние крайнего воодушевления приступили к созерцанию комнаты и формированию намерения.

Коммент.

при вечернем расслаблении происходит вздрагивание (#51) и комментарии Нигеля. Сегодня ночью уловил цвет этой энергии: красно-коричневый. В буддийской медицине засыпание рассматривается как стекаие энергии от всего тела в сердечный центр, при этом подобному вздрагиванию приписывают резкое завершение этого процесса, конвульсию на энергитическом уровне: это врата, граница м/у состоянием бодрствования и бардо - переходным состоянием. Попробуйте сразу же сконцентрировать внимание на области сердца, а возможно вы уже в переходном состоянии, только не осознаете этого.

Rit - Lenw >> 2007-03-05, 08:35:21, #73

Отчет по прошедшим тренингам

Rit

Эта неделя оказалась очень удачной с точки зрения вскрытия серьезных событий. Нашли много всего как у Ленвэ, так и у меня. Во время выполнения задания заметил красные полосы-окаймление по краям тела + еще полосу (от горла до солнечного сплетения), где был вообще весь спектр, как радуга. Цвета так же отвечают сменой интенсивности при нахождении сильных событий. Ленвэ видел вокруг меня фиолетовую дымку. Присутствуем в снах друг друга каждый день. Во время объявления намерения один раз заметил как у напарника блеснул левый глаз. Смотрелось впечатляюще.

Psychonaut >> 2007-03-05, 11:10:10, #74

Отчёт.

4 марта.

Позанимались с Аталией. Я зеркалил. Она вспоминала всевозможные ситуации, связанные с духовным поиском и занятиями на всяких курсах типа йоги, ДЭИР и т.п. На слове "ДЭИР" - явно проскакивали фиолетовые вспышки. Всё остальное - шло на уровне зелёный, голубой, жёлтый, иногда синий. Ещё забавно, фиолетовый проскакивал, когда Аталия затронула тему политики и власти. Зеркалить было довольно легко и интересно. Чувствуется, что с каждым разом это делать всё легче. Особенно после прокачки аджны - там явно был какой-то блок, мешавший это делать.

Ночь с 4 на 5.

Приснился обычный сон. Я зашёл в ДК, где вёл приём какой-то то ли экстрасенса, то ли целителя. Мне сказали, что я не записывался, но, так и быть, они меня пропустят. Но этот экстрасенс (ветеран - с орденскими планками на груди) - всё равно отказался меня принимать. Люди прикладывались к каким-то артефактам (иконам?), а меня - слегка трясло от энергии, которая исходила от экстрасенса.

Осознания не было.

Утром позвонила Аталия и возбуждённо спрашивала - не было ли у меня ОС-а? Я сказал, что не было. Она сказала, что проснулась среди ночи от испуга - ей приснился кто-то с чёрными глазами. Потом она вспомнила, что именно так выглядят осознающие себя в сновидении и немного успокоилась. Собственно, её интересовало, не я ли это был. Это был не я. Когда она проснулась, то у неё было ощущение, что она как бы затащила с собой в комнату этого сновидящего. Есть предположение, что это был мой напарник, поскольку он сказал, что у него были ночью проблески осознания, а вечером накануне - он намеревал (выдыхал) комнату Аталии.

nigel >> 2007-03-05, 11:27:39, #75

отчет: достаточно продуктивно поработали с напарниками, когда зеркалил я напалада зевота, проработали мою оч. сложную ситуацию, которую, как я думал решить не удастся, но в процессе произошел перелом и ситуация предстала в виде магического ядра, как я раньше этого не понял, видного из-за сильного накала.

сны стал запоминать оч. хорошо

Antea-tor-Deriu >> 2007-03-05, 11:50:25, #76

так, я даже не знаю, как начать рассказывать то, что всплыло за вчерашний день. Что касается практикуам, то нахожусь в состоянии зеркальности, объемного восприятия и очень приятного состояния отсутствия паразитического словоблудия, иногда даже лень о чем-то лишний раз подумать. ОВД звучит не так красиво. На уровне ситуаций пока совсем тихо и решили передохнуть, пока не трогать "тишину", еще вылезет. Снов не помню, ОСов нет (хотя недавно прочитала шутку по этому поводу: "А откуда вы это знаете?") Поэтому вплотную решила еще раз проштудировать практ Равенны 1-2. 1е зад 2го практ, лежу, закрыв глаза кулаками, помню про сисадмина шутника ("не мешай!"), на всякий случай начинаю повторять: "Это сон!" и отслеживаю внутренний экран. "Это сон!" (как игра). На него выплывает маленькая девочка, похожая на мою дочь и говорит: "Давай руку. Пойдем со мной!" И я даю и иду. Открывается тоннель, сначала светлый, потом темный, и я понимаю, что это пищевод живого существа: запах, гофрированные стенки и тянущее состояние. "Это сон!" Движение усиливается, и когда я оказываюсь барахтающей в кислоте желудка, я понимаю "Это сон!" и пора принимать меры. Отращиваю бластер на руке, прорезаю раз, два, три, понимаю, что здесь надо другое - нож, прорезаю дырку и вываливаюсь в Океан. Следом за мной - целая гора слабосветящихся спрайтов. Я их хорошо вижу по головам над поверхностью воды. Дальше плывем, на лодочке, взмываем и летим, вижу Город с высоты птичьего полета (картография!) ... и т.д. Когда я вышла из этого уже ОСа (я плавно вернулась в свое тело, выполнив задания Равенны), проснулась и еще долго не могла понять, как же я туда попала-то! Когда пришла в себя часа через 2, снова взялась за практикум и прочитала, что "перед сном входите в ОС, зацепившись за образы интерфейса". Я решила еще раз попробовать и опять какой-то уже старик, но тоже с черными глазами поманил меня за собой. Ага, руки не дам. Опять классная картография, снова замок с каменным узким мостом, я оттуда благополучно выбираюсь. Пузыри, пузыри.. Еще интересный момент. Захотела посмотреть Тадж_Махал, это же сон, чего хочу, того

творю. Выкинуло. попала в Храм любви. Музыка, я стала танцевать и вспомнила о ПМ (семинар Имбециллы, можно блоки в уме обрабатывать). И я стала оттанцовывать свою цепочку, конечно, любовную. Топ ногой (танец почти индийский, а наряд испанский) и высвечивается карта. Заметила, что при складывании блока делаю круг и возвращаюсь почти в то же место. Танец закончился, ПМ сошелся, я пошла искать место сна во сне. Нюанс: там после бассейна мне делали массаж, а полегчало в реале конкретно! Вернулась благополучно в свое тело и заснула.

Кто прокомментирует такие фокусы?

Silence >> 2007-03-05, 13:59:21, #77

Отчет

Мы с Амарантой не только обстановку впитывали, но и амулетами помнялись. Перед засыпанием перед глазами четко висела картинка: Амаранта, сидящая напротив меня. Ощущение комнаты, в которой мы проводим практику, как бы протаптывало дорожку в сон. Сегодня в неосознанном сне расклеивала объявления с фотографией Амы, искала ее.

Hrafn Tinna >> 2007-03-05, 18:14:15, #78

отчет

странно, но вроде бы мы с напарником разобрали все наиболее важные и энергетически ценные моменты. хотя кажется что остались подводные камни.

сегодня ночью оказался в очень знакомом подземном городе.

до этого был в некоем доме, где меня и еще группу людей учили неким восточным единоборствам. последний прием помнил очень хорошо когда проснулся.

bat >> 2007-03-05, 23:15:52, #79

Сегодня ощущался общий подъем, однако никаких откровений и открытий нет. Работа прошла ИМХО качественно, настрились на время встречи. Все таки полностью поток нагнать не удалось, дата не выставлена, не хочется комкать работу. Но интересное наблюдение: в хвосте потока идти легче: все само собой получается, как будто сам это делаешь уже не в первый раз.

Аталия >> 2007-03-06, 01:21:42, #80

Отчет.

Сейчас прорабатываем все 4 задания в комплексе, когда моя напарница занята, я тренируюсь с Psychonautом. Как оказалось мы храним довольно много интересного, что требует к себе внимания, и дополнительное время оказалось очень кстати.

Зеркалить удается довольно хорошо.

Цвета инфополей проявляются более интенсивно и без настройки, всплывают разные темы, но эффект не такой сильный, как в первый раз. Занимаясь, как-то углубились в прошлые жизни, начали всплывать интересные картинки, я «всплыла» в теле монаха, который усиленно пытался кому-то (его собеседник выглядел очень странно, хотя и расплывчато) что-то доказать. В тот момент я чувствовала, как у меня ком стоял в горле, и трудно было говорить. Проработали эту ситуацию, следующий был Psychonaut, которому тоже было что вспомнить. Моей напарницы в это время не было в городе, но ей приснилось, что я ей рассказываю о прошлых жизнях Psychonauta. На следующий день зашла речь о фиолетовом оттенке. Решили проработать темы, которые могли быть связанные с ним. У меня всплыли вопросы, связанные с ДЭИР (я прошла несколько ступеней), потом всплыли ситуации, связанные с работой, с друзьями. Вечером, перед сном, решила попрактиковаться на выдыхании фиксированного пространства комнаты, где мы договорились встретиться в ОСах. Через некоторое время пространство комнаты, как мне показалось, стало более плотным, как-бы вязким и тут я заснула. Пробуждение было очень резким и с чувством «легкой» паники, да и во всем теле были странные ощущения. Начала вспоминать, что меня так напугало. Всплыл силуэт мужчины и глаза, вернее как-бы их отсутствие. Зрелище очень впечатляющее. Вспомнила, что так должен выглядеть «сновидящий», немного успокоилась, но долго не могла заснуть.

У меня и у моей напарницы ОСов не было, но за последнюю неделю мы друг другу несколько раз снились.

Сиенит >> 2007-03-06, 15:55:58, #81

ОСов не было были простые сны. Однако вчера проснулся среди ночи, среди прерванного обычного сна с мыслью “встретиться в ОСЕ со ,, до ,, там то” потом собственно решил что как раз время настало и хочу в СОС, затем наступило состояние которое уже было после настройки, когда во всем теле мурашки - странное состояние, но как то сознание пугается неизвестного засасывающего состояния и дальше в ОС я не загрузился - в общем долго не мог заснуть и дальше спал как обычно((((.

Орхон >> 2007-03-07, 07:43:37, #82

Отчет

Напарник поделился интересным наблюдением, что визуализация помещения в котором мы встречаемся неэффективна. В ходе визуализации мы напрягаемся и теряем энергию. Он предложил в ходе встреч ощупывать окружающие нас предметы, в первую очередь деревянный полированный стол. Надо сказать это ощущение мне оказалось очень легко в памяти воспроизвести, хотя до этого кинестетиком я себя не считал. Я поделился с напарником своим опытом ВТО, когда выкатываясь из тела, обнаруживаю себя в темной комнате и единственный канал восприятия, которым я могу пользоваться – это именно осязание. Так что возможно некоторым участникам практикума также могло бы быть проще включить осязание вместо визуализации.

Под утро, поймав ощущение полированного стола, вышел в ОС. К сожалению в ОСах я никогда не оказываюсь в знакомых местах. Полетав по незнакомому району коттеджей и промбаз в поисках кафе в котором мы с напарником встречаемся, не обнаружил никаких его признаков. Выражение соответствующего намерения ни к чему не привело. Напоследок поорал, что хочу дескать видеть энергию – никакого эффекта. Проснулся резко с ощущением, что кто-то вскочил у меня с груди. Не в первый раз уже такие глюки.

В ходе выполнения задания практикума уже трудно что-то вспоминать из прошлого – крупные события, связанные со значительными отрицательными эмоциями вроде бы разобрал. Теперь по сути обмениваемся просто рассказами о некоторых значительных событиях нашей жизни.

Petri >> 2007-03-07, 08:27:01, #83

Пост *untoleranced* # 63 напомнил об умершем давно родственнике-семейном тиране. Правда, я была пожалуй, единственной, с кем он не успел поругаться. Так вот сегодня во сне звонила ему по телефону и просила помочь с одной проблемой, чем его страшно позабавила. Проблема так меня донимала, что я даже не вспомнила, что он давно умер.

Ajka >> 2007-03-08, 01:45:03, #84

Комнату фиксировала бросая быстрые косые взгляды на предметы по разным ее углам и делая вдохи. Перед сном удалось хорошо ее восстановить.

Сон. Я в той комнате. В нее заходит со стороны балкона человек. Меня это пугает. Но потом я себе говорю что это задание , как бы успокаиваюсь и не успев осознаться кажется перехожу в другой сюжет. Дальше ничего не помню. Человека видела в виде силуэта , но это явно не моя напарница. Моя напарница снов не помнит, хотя хорошо удается выдохнуть комнату.

Яна >> 2007-03-08, 14:34:06, #85

Отчет.

Яна-Константин.

Константин:

В ночь с 4 на 5 мне снился неосознанный сон. я встретил девушку невысокого роста блондинку с короткой стрижкой.(кажется она была похоже на актрису. жаль не помню на какую именно) она сказала что она тоже потока попоросила. что бы я написал об этом случае первым. Странно . но перед сном я думал что здесь в потоке много людей каторые даже ни разу друг друга не видели . и находятся в разных городах. но все связаны потоком и в метальном смысле мы рядом друг с другом и в эту же ночь увидел человека с потока. Если есть здесь такая девушка отзовись :) Яна :

А мне на следующую ночь(с 5 на 6) приснились несколько ОСов. В первом я забыла , что мне надо встретиться с Костей , во втором я вспомнила, но у меня не получилось контролировать сон, а в третьем у меня получилось найти Костю, осознанности у меня уже почти не осталось, и нормально поговорить с ним и определить он это или нет я не смогла, утром я ему рассказала про сон ,но он ничего не помнил

Venator >> 2007-03-08, 22:24:26, #86

Ура! Запоминаются хоть какие-то сны.

Снятся в основном лабиринты. Один раз снилось что-то вроде заповедника: ох как меня шугануло от печки, где сожгли колдунью – было это на острове. Оч. Интересным был вчерашний сон, нас там чему-то учили, но я отвлёкся и увидел в окно гигантскую сетчатую воронку сотканую из энергетических линий; если привязывать её к территории, то находилась она, судя по виду из окна, где-то в районе лужников; попытался сказать о ней другим и вылетел из сна. На счет обучения, у меня такое ощущение, что учат нас манипулировать Потоками, на примере ПМ.

Сложности в выполнении заданий: сложно расширяться до размеров комнаты и я не чувствую находящихся там предметов.

sergey >> 2007-03-09, 12:21:14, #87

Отчет Sergey-Konste

В рамках практикума 3 ОС

О первых двух я писал, были они во время 1-2 задания. Третий случился во время 3 задания, мы уже зафиксировали место.

Правда результаты пока не очень. Во время ОС я прекрасно понимал, что мне нужно сделать, как и в предыдущие 3 раза. Правда вход в ОС произошел не во время засыпания, как по 4 заданию, а во время проверки во сне. И мне пришлось добираться до места.

Я сосредоточился на том месте и увидел как разрывается шар восприятия, но после он так и не собрался в комнату и я остался между шарами после чего проснулся.

версус >> 2007-03-11, 03:00:38, #88

на неделю я выпал из практикума из-за тяжелой болезни. возвращаюсь.

сегодня во сне болтал с молодой парой в кафешке. они сидели за столиком напротив меня.

внезапно я понял, что эти двое - поэты - и рассказал им о своем прояснении. они стали шутить и смеяться. я заметил, что мне больше нравится проза. плохо помню другие детали. на утро у меня в голове начали всплывать и разрастаться кусочки некоего романа.

Талиса >> 2007-03-11, 23:23:17, #89

Ура Версус вернулся в практикум!

Сегодня встречали все вместе с Арфой и Миракл.Обсуждали практику,запускали намерения на СОС.Проделили трикс с общей энергией настроения.

Версус вел,так что захочет -расскажет:)

Venator >> 2007-03-12, 09:27:47, #90

В ночь с 9.03 на 10.03 встретил напарника в назначеном месте - у меня в комнате, но не осознался.

Задание 5.

Ravenna >> 2007-03-05, 13:39:51

ОЖ

Итак, вы вознамерили и настроили место для будущего совместного ОС. Вы вознамерили и настроили время для встречи. Теперь вам осталось сделать последнее действие – выпустить стрелу намерения.

Задание 5

Во время парной работы смотрите партнеру в глаза. Он тоже смотрит вам в глаза. Делайте это около 5 минут. Добейтесь сначала состояния зеркальности, затем почувствуйте «водянистость» мира (присутствие элемента воды или водной стихии). Затем приподнимите брови, и если ваш партнер готов и тоже чувствует стихию воды, он ответит вам кивком головы. И тогда отпускайте стрелу намерения – ваш запрос на совместное ОС. Этот запрос обращен к огромному пространству, наполненному осознающей себя энергией. Это запрос к миру. Выпускайте стрелу намерения вместе с долгим расслабленным выдохом.

А затем вы начинаете ждать. Здесь фишка в том, что находиться в состоянии ожидания. Не просто сказать ЖДУ и забыть об этом, а ждать, зная, что вы ждете, и зная, чего именно вы ждете. Вы ждете СОС!

Чтобы добавить настоятельности, я ограничу вас временем.

На это задание вам дается 5 дней. 10 марта вы получите последние инструкции.

Vinchi >> 2007-03-05, 13:44:08, #0

Пишите и делитесь впечатлениями.

Tyrson >> 2007-03-05, 22:31:58, #1

Tyrson-Ulis:

Сначала внимание просто выравнивалось..Потом начало подрывать на ржачку из-за мысли:сначала двое мужчин просто уединялись для разговора,теперь уже в глаза друг другу смотрят:)))Но,вспомнив о зеркальности водной глади,быстро взял себя под контроль..

Лицо Ulisa под моим взглядом,направленным в переносицу,так легче захватывать оба его глаза,покрывалось пятнами,полосами,трансформировалось так,что казалось лицом другого чела.Глаза,то чернющие,то перекошенные..

Ловя “состояние воды“ перепроверялся и не спешил.Сначала было ощущение похожее на покачивание,потом влажная прохлада по рукам и ногам.Дальше-слева направо под веками почти видимые “переливания“.Все это в световых пятнах от объектов в помещении.

Ulis кольхнул бровями.Я решил еще подождать.Появилось знакомое уже ощущение перетекания или переливания чего-то вокруг в добавление к выше описанным.

Вдохнули-выдыыыхааааеееее.Вроде,стрелу пустили.Обоим не хотелось прерыват состояние покоя и покачивания,как на волнах.Ждем,“в чей двор упадет“ :)))

nigel >> 2007-03-05, 22:43:44, #2

сложно описать словами и поделиться впечатлениями, но попробую:сначала было сложно сохранять спокойствие, оказывается сложно смотреть другому человеку в глаза так долго,после успокоения почти сразу затормозился ВД и началось: лицо напарника менялось настолько быстро, что не успевал привыкать, то лицо птицы то волка то оборотня к-то, иногда реально было страшно, впоследствии все воспринимал спокойно, дошли до воды и послали запрос, думаю настроиться на внешнее намерение получилось неплохо , хорошо видно было инфополя

ulis >> 2007-03-05, 22:51:12, #3

Tyrson точно все описал. Можно было б добавить еще пару глюков.) . Для меня одно не совсем

понятно -- ощущение , что меня качает, как на волнах, это и есть состояние воды ? мокроты не чувствовал.

Antea-tor-Deriu >> 2007-03-06, 12:13:37, #4

Это было шикарно, скажу я вам! Рассчитывали. что позанимаемся полчаса, поэтому решили найти компромисс с помещением и пошли на ж.д. вокзал (как раз посередине между нами). Сели напротив, уставились в глаза. Начал Great. Ощущение, что из глаз протянулись два "колодца", прошили мои глаза и остановились где-то далеко сзади меня. Я попала в его объем. Где-то через пол-минуты он кивнул - связь установлена. И вслух выразил намерение: "Мы встречаемся 8 марта этого года у АтД между 4 и 7 утра" Моя очередь - практически сразу, теперь я его взяла в объем, еще раз выражаю намерение. И тут пошло! Его лицо стало плыть, как струи воды смывают одно лицо, последними исчезают глаза и новая маска - то грузин: черные брови, пронзительные глаза, усы, кепка-аэродром, снова струи, становилось все прохладней, ощущалась влажность, стояла практически тишина (на вокзале-то!), снова лицо в кайзеровском "шлеме" с характерным "хохолком", снова струи, как в сильный дождь, маска бабушки очень мудрой и интересной и опять струи. Сказали ждать - ждем отклика Духа, проговариваем намерение. Про меня - то же самое, только то циклоп одноглазый, то обезьяна, то опять циклоп. Но упорно смотрели в глаза, практически не мигая. Достаточно легко и естественно получалось, даже вошли в раж. Где-то минут через 25-30, мы уже так втянулись в процесс ожидания-созерцания, вдруг раздается объявление: "Поезд 281 ... (направление с юга на север)... 3...4" Супер! Мы аж подпрыгнули: вот он, отклик!

2 - нас двое

8 - встреча 8 марта

1 - наедине (а то ходят табунами знакомые)

направление с юга на север - от него ко мне

3...4 - между тремя и четырьмя (уточнил)!!!!

А где-то часа через 3 мы слушали диск со старыми шедеврами: Барселона(Меркьюри-Монсерат Кабалье), Паваротти, из "5го элемента", "Аве Мария" - такой объемный звук, аж мураши побежали по телу. Оторваться не могли, и с каждой нотой комната заполнялась "водой", пространство становилось все гуще и насыщенней, я пела и танцевала, поэтом движения были замедленные почти как в воде, а голос звучал... Ну как может звучать Меццо-сопрано, когда давно не распевался и вдруг такое удовольствие!

Сиенит >> 2007-03-06, 15:46:47, #5

Действительно смотреть друг другу в глаза + ОВД + зеркалить его же оказалось ой как не просто, сначала пытались сдерживать смех, потом успокоились долго привыкали в ГЛАЗАМ, особенно если смотреть в оба глаза сразу, появляется много всяких глюков вероятно оптического характера))). потом успокоились и выпустили стрелы, подождали, зафиксировали ожидание, ждать отклика реала я как то не додумался))). вчера сделали несколько повторов.

nigel >> 2007-03-06, 18:22:47, #6

отчет todesky

Практика V задание.

Для меня, начало пятого задания, было сравнимо с началом всей практики, потому как вызвало собой новые ощущения и непривычки. Смотреть в глаза друг другу сперва тяжело, в голове какие-то

мысли не понятного формата.) Далее становиться проще, пока не привыкаешь и не начинаешь воспринимать

это как нормальное явление! После происходят разные вещи. Зеркалить получается легко, далее начинаю слушать звуки вокруг себя, не вникая в их происхождение, это помогает остановить ВД. В момент когда ВД останавливается, отлично видно инфополя, глаза партнера остаются сперва такие же,

а вот лицо, точнее черты и образы лица меняются в корень, от образа животного, до образов различного

рода людей, но они действуют по циклу, по окончании повторяются предыдущие. Вот такого рода глюки видел)

Далее образы останавливаются, действия превращения переходят на окружающую обстановку, все предметы представляют собой уже не целостную структуру, а лишь образ того или иного предмета в виде ряби, все становится монотонного цвета и образа, видны лишь черты. В такой момент перестаешь понимать кто ты и что вокруг, после партнер дал знак бровями и мы явили намерение на СОС.

P.S: Для меня данная практика сказалась результативной, необычной, сильно меняющей восприятие.

Strelka >> 2007-03-06, 19:10:07, #7

Strelka

Делали в 3 подхода по 10 минут. Характерные при ОВД глюки. Лицо Revers хотя и менялось, но она оставалась собой. При первых 2-х заходах достаточно четко видела ее глаза, все остальное было размыто. Все лицо за исключением области глаз светилась белесым сеянием, стекало. Глаза были как темные пятна, тоннели. При последнем заходе лицо исчезло, вместо глаз - 2 светящиеся точки (пятна). Пространство комнаты заполнял серый туман, через него не было видно предметов. В промежутках между настройкой "ведущий" вслух выражал наше общее намерение.

Revers

Во время сосредоточения лицо Strelki менялось, но не теряло человеческих черт. На месте глаз видела темные провалы. Видела туман. Выдержать зеркальность удалось.

Turambar >> 2007-03-06, 21:09:36, #8

Отчет по пятому заданию, пара Turambar-Талай.

Несмотря на опыт 4-х предыдущих заданий (зеркальность, ОВД), первоначально было непросто (для меня) смотреть глаза-в-глаза партнеру. Почти из-за всех мелочей пробирало на широкую улыбку. :) Вспомнили о состоянии зеркальности воды, достичь его удалось почти сразу - очертания комнаты "поплыли по волнам", объем стал насыщенным, "плотным", в груди родилось ощущение схожее с тем, которое испытываю ныряя в воду. Видимо немного увлекся данными ощущениями и потерял глаза партнера. Заново сосредоточился на глазах, одновременно поддерживая состояние воды. Лицо партнера разделилось на две части (четко пополам): одна часть - это мой хорошо знакомый друг, вторая часть - сквозь кожу лица проступают кости черепа, вместо левого глаза - черное объемное НЕЧТО, не пятно, не тоннель, как пишут коллеги по практикуму, а нечто черное и объемное, во всю глазницу. Пару раз моргал, специально сбивая видение и ожидая новых "глюков", но образ четко возвращался на место. Очень интересно ВИДЕТЬ только глаза, когда все остальное лицо и тело как бы теряют свою значимость и актуальность. Ощущение - как буд-то заглядываешь куда-то в запретную область, еще немножко и тебе что-то будет открыто... Но пока не открылось :)

После совместного достижения состояния воды явили намерение на СОС, переподтвердили место и время. Сосредоточились на ожидании, как на действии, а также на результате ожидания - СОС!

На днях проработаем пятое задание еще несколько раз.

Robinson >> 2007-03-07, 08:08:16, #9

Ravenna - наша "принцесса снов"

Поздравляю Вас с наступающим Женским Днём и желаю Вам большого личного счастья !!!

Ваш Робинзон Крузе.

Turambar >> 2007-03-07, 11:09:04, #10

Первая ночь после настройки (5-ое задание), первый сон. Отчет Turambar-а.

Перед сном формирую 3 намерения: СОС с напарником (помним об ожидании и о результате данного ожидания - СОС), личный ОС, намерение при любом просыпании записывать сны (обстановка + действующие лица). Засыпая выдыхаю место нашей встречи, обстановку комнаты, уснул...

Во сне я, мой напарник, его друг со своей подругой решаем покататься на лыжах, сноубордах,

решаем куда ехать. Выбираем один из наших курортов, едем туда. Мы на месте, но горы совершенно другие - выше, круче, больше снега. И вообще - это горы, а не курорт. :) Катаемся, и в какой-то момент решаем сделать паузу - попить чайку, передохнуть. Останавливаемся. Видимо промелькнула мысль, что неплохо было бы погреться, потому как мы с напарником уже в каком-то подземелье у странного камня (obeliska), который горит золотым пламенем. Летят искры. Мы протягиваем к нему руки - погреть, огонь с обелиска перетекает на наши руки. Страха абсолютно нет, есть некое удивление. Нас с напарником обволакивает чувство "водянистости мира" (это я осознаю, что данное чувство имеется у нас обоих!!!), мы смотрим на руки, и до нас одновременно доходит, что если чуточку сместить ТС (нужно как-то иначе увидеть свои руки и пламя), то мы окончательно осознаемся, и более того - нам будет известен путь к ОС-ам. Я смотрю на свои руки - все плывет, тут я вспоминаю, что если я осознался, то нам с напарником надо встречаться в СОС. Бдышь! Я оказываюсь у себя в кровати и намереваю СОС, выдыхаю комнату (но это все происходит во сне), посылаю мыслеформу - зову друга по имени, ощупываю пространство, ищу его... И вдруг у меня рядом с кроватью, чуть слева и снизу я ощущаю такую же мыслеформу, которая ищет меня, потом до меня доходит, что она зовет меня по имени. Это напарник! Я сильно удивлен, но тянусь к ней, рывком она оказывается рядом с моей головой и уже справа, мы удивленно окликаем друг друга по именам, друг друга еще не видим. Оказываемся друг напротив друга, и я говорю напарнику (мысленно): "чтоб увидеть друг друга - надо руками ощупать голову, тогда сформируется образ, и у нас откроются глаза!". Тут же формируем свои "руки", партнер первым начинает меня "ощупывать". Вам когда-нибудь лицо таким макаром трогали?! :) Вот именно те ощущения - аккуратное потрагивание пальчиками. Я четко ощущал, как по моему лицу бродят руки. В это время я ощущаю, как мыслеформа моего друга начинает светиться ярким золотым светом! Я понимаю, что он УВИДЕЛ меня. Меня переполняют чувства радости и восторга. Я протягиваю свои руки, начинаю "открывать" для себя его лицо, проявляется его левая половина, уже вижу черный, во всю глазницу, шар его "глаза"... Бдышь! Меня выкидывает в просон. Я в шоке и не могу понять что произошло. Где-то на границе сознания еще витают обрывки этого замечательного сна. Врешь, говорю сам себе, так легко меня оттуда не выкинешь. Снова выдыхаю нашу комнату, тянусь к ней - я уже там, но комната пуста. Я "иду" в соседнюю комнату, где спит друг, зову его, но его кровать оказывается пуста. И тут я окончательно просыпаюсь.

Несколько раз прокручиваю сон в голове и встаю, что его записать. Время - 2 часа ночи и еще 9 минут (2-09). Время_очень_важно!!! (поймете из поста друга).

Записав сон, ложусь спать, снова намереваю СОС, ОС, ожидание и результат. В следующем сне мы с другом (!!!) ищем то самое место с обелиском, но нам никак не удастся его найти. Что-то мимолетное упущено: мы восстанавливаем даже помещение, но по каким-то причинам огненного обелиска там уже нет. Бродим по какому-то лабиринту в его поисках. Я просыпаюсь. Гляжу на часы - 5 часов утра. Это первая граница "нашего времени" для СОС. Вопрос коллегам по практикуму и ведущим - почему я уже несколько дней просыпаюсь по достижению точки начала СОС?!

В третий раз за ночь стал намеривать СОС, формировать комнату нашей встречи. Достиг состояния "водянистости", чувствую, как меня покачивает на волнах. ВД несколько раз меня утаскивал в сторону, я себя возвращал обратно к нашей комнате, тянулся к ней. Почти час безрезультатных попыток и я просто тупо провалился в люцидник, в котором меня обвиняют в каком-то убийстве, негр (до боли знакомое лицо, мб. голливудский киноактер?!) ведет расследование, допрашивает меня, приходит домой к моей семье, спрашивает родственников обо мне. В какой-то момент я выхожу в сад, почему-то я в облике Жерара Депардье, садовник меня ведет к кусту с виноградом и говорит, что тот как-то странно выглядит. Я его рассматриваю и понимаю, что куст странным образом дал молодые побеги. Зову садовника и даю указания ему аккуратно присадить данные побеги. Хожу по саду, подхожу к какому-то гигантскому вьющемуся растению на полсада, вижу на нем множество сухих листьев, которые начинаю аккуратно срывать. Звенит будильник, и я просыпаюсь. Времени записать сон уже нет, т.к. сегодня нужно обязательно прийти пораньше на работу, оформлять помещение и поздравлять с 8-ым Марта наших любимых женщин.

Такая вот выдалась ночь, и такие были сны.

зы: всех девушек - участниц нашего практикума, а также уважаемую Равенну с наступающим Женским Днем! Желаю отличного весеннего настроения, массу положительных эмоций, любить и быть любимыми! :) Всех целую! :)

Talait >> 2007-03-07, 11:09:49, #11

Turambar-Талай.

Вчера первый раз выполняли пятое задание.

Сели, обсудили формируемое намерение, поехали.

По началу пробивало на смех. Но потом проговорили, что в принципе сейчас тоже самое, что и предыдущие задания, только партнер, которого зеркалишь, сидит с открытыми глазами. Смех сразу пропал и пошла настройка. В какой-то момент лицо партнера стало то совсем пропадать, то меняться до неузнаваемости. Особенно выделялись глаза. Они были глубокие, темные, большие и... очень мне интересные (сложно выразить это чувство). Малейший шорох в прилегающих помещениях отзывался во всем теле. ОВД не было, но вдруг произошло изменение восприятия окружающего мира, такое же, что было при сетевой настройке, проводимой масяней. Сразу начали мерзнуть руки. Поднял брови. Партнер в ответ кивнул. Я выпустил намерение. И тут как будто с силой столкнулись две сферы: моя и партнера. Реальность на мгновение содрогнулась и по всему телу пробежала дрожь, я вздрогнул. Были очень мощные ощущения.

Какое-то время просто сидели и «слушали» мир, после чего разошлись. Свинутое восприятие сохранялись еще очень долго. Описать это сложно. Все как обычно, но в тоже время по-другому. К описанию мира добавились какие-то новые штрихи, формализовать которые я не могу.

Вечер после занятия, да и сегодняшнее утро у меня пошли кувырком. Не сказать, что мир повернулся ко мне жо..ой, но ощущение, что что-то не так, до сих пор меня не покидает.

Лег спать в районе часа ночи – сил на формирование намерения СОС не было, вырубился моментально. В 2 часа ночи (в это время Turambar пытался вытащить меня в СОС, но в своем ОСе обнаружил пустую кровать!) проснулся от звонка будильника (завел специально - необходимо было запустить выполнение одной программы на домашнем компьютере именно вы это время). Минут 10 поработал и лег спать дальше. Снов не помню.

Утром на работе традиционно обсуждали с Turambar-ом «что было интересного». Turambar-у оказывается было что рассказать, что он и изложит (или уже изложил) в своем рассказе.

Интересно, если бы не мой будильник в 2 ночи, смог бы он меня выдернуть? Мы подошли очень близко к этому! Будем повторять 5 задание еще не раз.

ketik >> 2007-03-07, 18:23:16, #12

Начали выполнять пятое задание. Все что видела и чувствовала, было для меня абсолютным откровением. Сначала возник ряд трудностей: сложновато было сосредоточиться, слишком необычны ощущения при задержке взгляда на глазах др. человека. А потом началось... Самое несложное для моего сознания было видение светящегося слепка лица партнера слева от головы (как бы ее вторая голова, только из света с затемненными местами на месте глаз), но потом эта «вторая» голова начала трястись очень быстро и с мелкой амплитудой, стало реально страшно. Еще страшнее было видеть как лицо моего партнера стареет на глазах, сначала я видела ее взрослой женщиной, потом глубокой старушкой, причем это было именно ее лицо. Затем лицо стало абсолютно другим. Передо мной сидела девочка с другими чертами лица, с другим цветом волос, глаз, прической, просто другой незнакомый и ни на кого не похожий человек. Последний образ периодически исчезал, но затем возвращался точно такой же.

Во время этих видений все в комнате было в плотном сером тумане, очень плохо различались даже контуры предметов, комната стала как-будто не моя, появилось нечто мне незнакомое и чужое, становилось очень неуютно. Я попыталась успокоиться, визуализируя водную гладь. Стало легче и все поплыло как на волнах, пространство стало плавным, и туман как-бы смывал образ партнера в сторону. Я подала знак и мы «выпустили стрелу». После практики чувствовала сильное нервное перевозбуждение. очень хотелось плакать, долго не могла согреться, даже теперь, спустя несколько часов не могу прийти в себя. Не ожидала.

Tuta >> 2007-03-07, 19:06:05, #13

Отчет по 5 заданию: Мы с Tilli сегодня выполняли задание, были очень не обычные ощущения. Когда я смотрела ей в глаза ее лицо стало постепенно расплываться и через какое то время я его вообще перестала видеть, а видела только ее глаза, которые не воспринимала как глаза. Вокруг в пространстве появились цветные вспышки, вокруг головы Tilli, так же появилось зеленое свечение, я вошла в какое то состояние из которого мне не хотелось выходить и тяжело было выйти, я как будто оцепенела что ли, ВД полностью отсутствовал. Tilli сказала, что ей жгло глаза, пока я испытывала свои не обычные ощущения. Не ожидала что от смотрения в глаза друг другу можно испытать такие странные ощущения.

Скажу пару слов про сны. С момента прохождения практикума напрочь отбило Осы (до этого частота была от 2 до 5 раз в неделю). Тут на днях в обычном сне мы с какими то ребятами выходили из тела и летали выполнять какие то задания, а сегодня мне снилась покойная подруга (мне часто сняться умершие люди и всегда когда я их вижу, я сразу осознаю, а тут не фига), мы с ней поругались во сне и разозлившись на нее, я вытянула вперед руку и проглотила ее энергию, после чего она исчезла. Вещи то делаю как в КОСах, но в полном не осознании! Ничего не понимаю...

Miracle-Arfa >> 2007-03-07, 21:21:09, #14

Отчёт Arfa-Miracle по пятому заданию за 7 марта

Miracle: Когда мы с Арфой смотрели в глаза друг другу, у меня были разные энергетические ощущения: жар, в какой-то момент движение или давление в левой части головы. Пространство было более зыбким. Когда долго смотрела не моргая, лицо Арфы разным образом менялось. Видела свечение как будто из глаз Арфы. Область вокруг глаз светилась, и свечение дальше сливалось со свечением по контуру. После того, как выпустили стрелу намерения, хотелось заснуть (впрочем, мне вечером вообще хотелось спать).

Arfa: ...в первую очередь, стоит отметить что перед выполнением задания мы поставили тазик с водой так чтобы он оказался между нами. Когда же начали выполнение, было довольно сложно взглянуть в глаза Miracle, по собственным соображениям (не люблю смотреть в глаза, кажется будто узнаешь о человеке чуть больше чем хотелось бы знать)...переступив через себя, заметила вначале искажение М. при созерцании. Но потом стало возникать чувство перенасыщения и расширения своего сознания и тела. Потекла слеза из правого глаза и стало легче. Заметила свечение левого глаза напарницы, но не так как у М., а ярким пятном на фоне общего контура глаза и всего тела. Намерение в виде мысли превратила в ощущение и отпустила...

nigel >> 2007-03-07, 22:12:06, #15

провели 2-е занятие. в целом все прошло успешно, под конец комната поплыла, все цвета и образы смешались, силуэт напарника так-же слился с предметами в комнате, постоянными остались только глаза todesky, тогда мы пустили стрелу намерения

по снам: вчера ночью уснул в 1-00, проснулся непонятно от чего в 2-30, было странное ощущение,плыли гипнагогические образы при открытых глазах, будто ТС плавает а сна при этом ни в одном глазу, у меня впервые такое состояние, вместе с этим пришло описание этого состояния в словах "купаюсь в намерении". сегодня ночью не удалось уснуть вообще, опять то-же состояние, останавливаешь ВД- плывут образы, а сна нет. во время намеченного СОС получается намеренно провалиться в ОС- спрайт напарника в ОСе мне объясняет про расщепление моего сознания, на обыденное и 2-е внимание,- выбрасывает- вхожу опять- война к-то, намереваю увидеть напарника и на меня выходит рота закомуфлированных солдат и все они с лицом todesky- я трясусь каждого, прошу провести к реальному todesky, а они только смотрят непонимающе

Tyrson >> 2007-03-07, 22:14:31, #16

Tyrson-Ulis:

Помимо трансформаций лица партнера сегодня отметил еще эффекты с глазами: в какие-то моменты то в одном,то в другом глазу появлялся еще один зрачок,выглядывающий изнутри глаза... Течение "потока" оба определили с одной и той же стороны в одном и том же направлении. Попробовали настроиться еще раз.Получилось поймать состояние текучести или воды гораздо

быстрее. При этом у меня по ладоням было ощущение Теплой влаги. Как будто руки смочены теплой водой и она не остывает, прохлады нет. Еще оба констатировали перемещение каких-то потоков. У меня они проходили в разных направлениях сквозь тело, которое не чувствовалось тяжелым и плотным. Наоборот - легким и восприимчивым к течению этих потоков.

В запуск стрелы намерения добавили еще часок на время встречи.

Strelka >> 2007-03-07, 22:31:40, #17

07.03.2016

Revers

Вчера намеревали время для СОС между 4-5 утра. Проснулась 5 утра. Не могла уснуть в течение некоторого времени - переживала что опаздаю на встречу. Незаметно для себя уснула. Снилось что опаздываю, тороплюсь к напарнице, но мне все время что-то мешало - то автобус уезжал, то отвлекали знакомые.. Однако каким-то образом все же добралась. Увидев ее - осозналась. И поняла что время больше 6 и она ушла с места где мы должны были встретиться. Я извинилась за опоздание, объяснила что не могла уснуть между 5-6 часами, сказала что рада ее видеть. Однако это был спайт. И в процессе беседы я потеряла осознанность. Место где мы пересеклись и каким образом это получилось к сожалению не запомнила.

Сегодня снова намеревали встречу. В процессе выполнения очень сильно почувствовала стрелу намерения напарницы.

Strelka

Встретила Revers в кафе нашего города, разговаривали. Хорошо запомнила местность, присутствующих там спайтов и др. детали. Суть разговора не помню.

При сосредоточении сегодня - лицо напарницы опять стекало, потом исчезло, на месте глаз - мерцающие белым светом провалы.

Psychonaut >> 2007-03-07, 22:52:14, #18

Отчёт.

Встретились с напарником вечером 5 марта. Окончательно выбрали место и время встречи в ОС-е и выразили своё намерение. Стали работать по 5-му заданию. Сначала пробивало на смех. Затем, наконец, вошли в нужное состояние. Было ну очень интересное ощущение - как будто-то между нашими глазами образовался туннель. В глазах напарника появилось какое-то синеватое свечение, в моих (по его словам) - тоже. Глаза как будто-то намагнитились - при попытке отвести взгляд или повернуть голову в сторону, взгляд возвращался на место, словно притягивался каким-то магнитом. В конце мы выдохнули стрелу намерения.

А вот отклика реала - не дождались. Я это понял на следующий день после прочтения первых отчётов. В течение дня я грузился по этому поводу, но потом успокоил себя на мысли, что мы просто по-своему поняли задание, и нужный отклик - просто-напросто будет более растянут во времени.

(В первую ночь после проработки - просыпался с устойчивым ощущением взгляда напарника перед собой. В один из таких моментов промелькнуло: Фриновский (Леонид?). Ни у меня, ни у напарника знакомых с такой фамилией нет.)

В течение всего дня 6 марта - намеревался донести мысль об отклике реала до своего напарника, а также до Аталии с напарницей (они собирались заниматься именно в этот день). При этом наблюдал довольно любопытную цепочку событий, в ходе которой совершенно случайно по дороге домой встретил а) напарницу Аталии, б) своего напарника (это не говоря уже про некоторые миноры - тоже довольно интересные). Всё это, можно сказать - на "голом" намерении, в течение каких-то 20-30 минут. Разумеется, я им поведал о том, о чём хотел поведать.

7 марта - встретились я, мой напарник и напарница Аталии. Поговорили о том, о сём. Затем мы с напарником направились в сторону его дома, чтобы ещё разок проработать 5-е задание. Придаться, так сказать, стреле намерения - дополнительный импульс. И тут я вижу вдоль улицы, по которой мы идём - след от самолёта, уходящий вдаль. Более того, вспоминаю, что уже видел сегодня в том же самом месте - точно такой же след, но от двух самолётов, и эти два следа уходили вдаль, сходясь друг с другом, по форме чем-то напоминая стрелу. В общем, тут до меня и доходит, что это

и есть тот самый отклик реала, который мы ждали. :-)

После этого, мы пришли домой к моему напарнику, и ещё разок проработали 5 задание, на сей раз уже конкретно дождавшись нужной отклик: проревела машина, словно это была не машина а целая ракета. Мы решили, что это - ракета намерения. :)

В ходе проработки добились более качественного ощущения водного мира и как бы вязкости окружающего пространства. Ещё разок хорошенько “повдыхали” помещение, добавив к зрительной картинке - ещё и кинестетических ощущений (спасибо Орхону).

Ждём...

ulis >> 2007-03-08, 00:07:17, #19

ulis-tyrson/ Сделали все как велено было. Насколько верно и есть ли к этому талант)) , скоро выясним. Как бы его намерение правильно “построить” , чтоб не перестараться или “не достараться”))) ?...вопрос риторический.

nigel >> 2007-03-08, 11:33:23, #20

сегодня опять долго не мог заснуть, и под утро подарок- качественный долгий ОС, в котором какой-то оч. прокаченный осознанный сновидящий (персонифицирован в образ умершего и любимого мною деда, я, преисполненный чувствами, постоянно лез к нему обниматься :)) отвечал на вопросы других сновидящих, я настолько увлекся, что забыл про задание Равенны, кто-то из группы посоветовал для удержания ОСа одеть капюшон, потом были полеты...

Всех женщин и девушек, участниц и наблюдающих с праздником весны

Tilli >> 2007-03-08, 15:41:40, #21

Долго не могли с Tutтой настроиться. Все на ха-ха пробивало. А затем, в ходе выполнения упражнения я испытала очень интересные и необычные ощущения. Глаза Tutты меня откровенно говоря, немного напугали. Они жили отдельно. Просто, ничего нет, а есть только глаза. Нереальное ощущение. Кстати, они у нее еще и необычного цвета, как море. И вот они жили отдельной жизнью, как будто маленькая вселенная. Да, тоннель был, но не черный, а в цвет ее глаз, как будто погружаешься в воду. Ничего не отвлекало, как в омут падала... Может это потому, что она сильнее меня энергетически. Кстати, в момент испуга, я слегка отвлеклась и увидела, вместо лица напарницы - львиную голову с золотистой гривой (а волосы у нее темные). Потом, сосредоточилась и снова - эти глаза колодцы.

Потом выразили намерение, пустили стрелу... Надеемся на положительный исход.

Будем еще работать. Увлекает.

Да, а подтверждение из реала должно поступать именно в момент проведения упражнения, или позже, в этот день.. И должно ли оно быть или это уже надуманное участниками?

Petri >> 2007-03-08, 20:30:39, #22

Встречались с напарницей, но выполнить упражнение с ней не получалось, пришлось выполнить с другой подругой. Она занимается ДЭИР, поэтому с ней оказалось проще выполнять это. Чтобы не вдаваться в слишком длительные подробности, я ей объявила, что это упражнение - тест на «приснимость», что я хочу проверить, кто из них приснится. Пришлось к этому еще сочинить теорию про энергетическое тело, которое таким образом возбуждается для совместных снов. Она чувствовала очень сильные потоки энергии, я увидела зеленоватое пятно возле головы. Ее лицо постоянно менялось, как будто она состоит из нескольких личностей.

А потом, когда мы уже сидели втроем, она вдруг стала рассказывать про себя такие вещи, что для нас с напарницей было настоящим откровением. Мы никогда ее не воспринимали таким образом, как будто она рассказывала о ком-то другом. Потом мы долго пытались ее почему, мы никогда так ее не «видели». Она сказала, что наше присутствие не делает ее такой, а некоторые обстоятельства или люди что-то в ней пробуждают и она становится такой (имеется в виду - неуверенной в себе, забитой, человеком, который не имеет права на нормальную жизнь, т.е. у нее как бы включаются определенные драматизации). Мне это напомнило инграммы у Хаббарда.

Уже который раз упражнения этого практикума дают такую необычную информацию о людях, про которых казалось, все знаешь. Повлияет ли это на сны, пока не знаю.

Revers >> 2007-03-08, 21:02:12, #23

отчет 08.03.

Strelka

Сегодня встретились с Revers в машине... Не особо качественно проработали задание. Намеревались на сегодня встречу в СОСе... посмотрим, что выйдет)))

По снам: ничего запоминающегося...

Revers

При выполнении задания было сложно остановить ВД... Думаю, завтра будет лучше)))

По снам: видела спрайт напарницы, но осознаться не удалось.

bat >> 2007-03-08, 21:31:37, #24

Отчет 08.03

С напарником 5-е задание выполняю впервые. Возникает реальная проблема отрешенного состояния... Правильнее сказать проблема в безразличии не только к результату, но и к самой практике. То, что раньше очень помогало, сейчас встает стеной: делаю все, что требуется с полной отдачей, дисциплинированно и даже проявляю намеренно эмоции, а намерение не формируется! Сознание - как инертный газ, не вступает ни с чем в реакцию. Нет желания раскрывать в себе какие-л сиддхи.

Кто-нибудь сталкивался с подобным? поделитесь соображениями плз.

Venator >> 2007-03-08, 22:20:24, #25

Отчет 05.03, 06.03

Сначала было сложно удержаться от смеха, кстати он ощущался щекоткой в солнечном сплетении, особенно ярко это ощ. было в состоянии зеркальности.

Сложно намереваться в состоянии зеркальности. Напарника в снах или Осах пока не встречал.

С 7.03 по 9.03 занятия не проводим по техническим причинам.

Depo >> 2007-03-09, 07:57:17, #26

Отчет:

Настройку прошли успешно. Намерение было сильным. У напарника во время настройки увидел абсолютно черные глаза, и немного другой профиль лица. Может быть, это было тело сновидения. В остальном, что не все идет, так как хотелось бы. Вот и сегодня немного осознал, когда прочел на небе надпись как бы из облаков - предупреждение в свой адрес. Скорее строки возникали в сознании. А визуально они казались очень размытыми. Странно, что небеса "разговаривают" на английском.

Еще смутно помню, как кто-то мне рассказывал про некоторых персонажей – врагов ХС. Да, еще

зеркала стали часто появляться в снах, чего раньше не было

Tuta >> 2007-03-09, 21:11:40, #27

А мне сон сегодня приснился, мне гадалка гадала на картах, а потом говорит: “как с твоими снами?”, я ей: “Я же в оснах осознаюсь.” Она дала мне номер телефона и имя человека, и сказала, что бы я позвонила и этот человек поможет мне с ОСами.

И ведь я то умудрилась не осознаться, во-время сна, где мы вели беседу про ОСы!!! Короче не существует такого номера в реале, я думаю позвонить ему из ОСа, может это мой учитель. Кстати, я не раз пробовала звонить из ОСа по мобильнику, очень интересные вещи происходят, попробуйте.

Revers >> 2007-03-09, 21:58:56, #28

Strelka

Сны не запомнила совсем ((. При сегодняшней встрече, происходило все как обычно. Пришла кошка Revers и улеглась между нами. При настройке были концентрические круги от меня по комнате и серый туман. Намеревали встречу в СОСе на сегодня.

Revers

Сегодня во сне осознаться не получилось. Помню, что пыталась доехать до Strelki, но меня все время что-то задерживало. В этот раз меня отговаривала мама и чтобы выбраться из квартиры надо было пролезть в форточку, при чем живу я на 9 и на мне много одежды. Каким-то образом до напарницы я добралась. Помню, что встретились, она держала в руках большой букет цветов, рассказывала, кто ей их презентовал, когда и по какому поводу. Больше ничего не помню. Во время сегодняшнего занятия видела череп и скелет напарницы. Страшновато. В остальном прошло как обычно.

Талай >> 2007-03-09, 22:13:45, #29

Turambar-Талай.

Я конечно постраюсь просто излагать, но меня сейчас переполняют сильнейшие чувства. Начну по порядку.

7 и 8 марта у нас ввиду праздников выпали напроць. 2-е занятие по 5 заданию выполняли сегодня вечером после занятий йогой. Сели поехали. У меня как обычно, состояние восприятия окружающего мира через все тело достигается без каких либо усилий. Turambar-у приходится почему-то туговато настроится. Прошли первые 5-10 минут, я уже давно готов и сигналю бровями, но партнер матает головой. Сделали перерыв, т.к. устали глаза. Поменялись на всякий случай местами. Опять начинаем. И снова fail. Я начинаю усиленно массировать через веки свои глаза и жалуюсь Turambar-у, что сегодня был какой-то яркий сон, но никак не могу вспомнить, какой. Мучительно стараюсь вспомнить, хоть какие-то детали сна, что бы зацепить за него. У вдруг неожиданно вспомнаю свой давний сон. Вернее не сон, а местность, где он проходил. С удивлением сообщаю об этом партнеру. Пробегаюсь по воспоминанию этой местности и вдруг всплывает совсем другой сон, где события проистекали в похожей местности, затем третий, четвертый, пятый. На меня накатывает волна снов. Они как будто наплывают друг на друга. В полном обалдении сообщаю обо всем этом партнеру. Решаем сделать 3-ю попытку по выполнению 5-го задания. Садимся, настраиваемся. И тут меня накрывает вторая волна воспоминаний своих снов. Примерно 5 штук. По всему телу проносится дрожь, тело вибрирует. Продолжаем настраиваться. Turambar сигналил, что готов выпускать стрелу намерения. Выстреливаем. По телу сверху вниз прокатывается волна холода и застывает где-то в ступнях. Сидим, слушаем пространство. На меня накатывает третья волна снов. Причем стоит мне зацепиться за какую-то деталь во сне, и я тут же проваливаюсь в другой “соседний сон”. Фиксирую рельеф и хлопок, новый сон. За 1.5 часа, что минули с момента первого воспоминания, я вспомнил порядка 50 снов! Даже сейчас, пишу эти строки и вспомнил уже 5 снов, связанных со скалами и водой. (Оппа, еще 2, нет, уже 3, 4...5 КРЕНДЕЦ!!!!) ЙО! Вспомнил другой, оранжевый мир! Здесь все по-другому! Вообще я не знаю, что сейчас со мной происходит, но мне это нравится!!! Мля! Я вспомнил другую, параллельную своей, жизнь, но я там другой! Это потясающе!

Как я не осознаюсь до сих пор в своих снах! Ведь там внутренние ощущения восприятия реальности все одинаковые!

Не буду перечитывать, что написал. Наверняка сплошной сумбур, но пусть будет как есть. На высвобождающейся энергии я сейчас завязываю намерение осознаваться во снах. Страхую запомнить это "чувство сна". Надеюсь поможет.

Обалдеть!

Rit - Lenw >> 2007-03-09, 22:23:56, #30

Отчет

Rit

Сначала разбирает чуток на ха-ха. Но потом приходит полутрансовое состояние и мысли уходят в сторону. Так же заметил, что в последние моменты перед тем как сказать готов бег времени замедляется, все становится каким-то вязким, недвижимым.

Во снах продолжаем встречать друг друга, но без осознания. Во снах стали хорошо чувствоваться пузыри восприятия, точнее их границы. Бывает так что просыпаюсь и помню, что сон проходит в какой-то части, но я знаю какие объекты находятся вокруг, хотя внимания на них совсем не обращал.

bat >> 2007-03-10, 09:48:22, #31

Отчет 9.03

Сделали 2 подхода по 10 мин примерно. Работали не в своем месте, во втором подходе попытался воссоздать нужное место на что, видимо, израсходовал слишком много энергии: Толком выпустить стрелу не получилось, а после выполнения ощущал слабость и головокружение.

Ночью снилось большое помещение, в котором Лама делал передачу большой группе "головорезов" на практику чёд, меня провели, и я тоже получил наставления.

Аталия >> 2007-03-10, 11:33:14, #32

Отчет.

Сначала мы обсудили место и точное время. Настроились. В глаза друг друга смотреть нам оказалось легко, постепенно начало меняться пространство комнаты, оно стало плотным и вязким, а предметы в комнате потеряли свои четкие очертания. Начали меняться и черты моей напарницы, сначала я увидела черты совсем другой девушки, потом очень пожилой женщины. По знаку мы послали запрос и стали ждать. Я увидела, как около моей напарницы несколько раз вспыхнул сначала фиолетовый, потом желтый цвета. Моя напарница позже объяснила, что несколько раз произносила запрос на СОС, и именно это я видела, только в цвете.

Похожие ощущения испытывала и моя напарница, она тоже видела измененные черты моего лица, особенно глаз и тоже почувствовала изменение плотности пространства.

На следующий день, выполняя это упражнение, на нас напала такая сонливость, что глаза просто закрывались. Но так как мы начали делать упражнение, решили выполнить до конца. Особых ощущений не было, если не считать того, что менялись только очертания глаз.

Ночью моей напарнице приснился сон, мы сидим по кругу: она, я, Psychonaut и его напарник. Над нами огромное зеркало. Моя напарница подымает глаза, зеркало как-бы втягивает её, одновременно она остается сидеть и в тоже время становится зеркалом (в этот момент она почувствовала какое должно быть «состояние зеркальности») и начала зеркалить, но по отношению к себе. Она сказала, что в эту ночь у неё всплыли ещё пару неприятных моментов. Я тоже вспомнила, что ночью мне снилось, как я прорабатываю (или анализирую) какие-то свои внутренние проблемы.

В четверг моя напарница приболела, мы решили послать запрос на СОС с Psychonautом.

Настраивались долго, трудно было удержаться от улыбки, но выпустить стрелу намеренья нам все-таки удалось, как и получить ответ реала.

Ночью мне снился не очень приятный сон, связанный с моей квартирой, но на определенном моменте вспомнила, что у меня встреча с Psychonautом. Неожиданно я оказываюсь в совершенно другом месте, где-то загородом и от неожиданности я поняла, что я сплю. Вокруг очень темно, только светит огромная луна, а на фоне луны видны очертания высоких деревьев. Рядом

сооружение, напоминающее вход в подземный переход. Я начинаю осматриваться и буквально в десяти шагах вижу Psychonauta. Я вижу его очень четко и ясно, хотя вокруг полнейшая темнота. Он стоит очень задумчивый и одет почему-то по-славянски: в льняную рубашу и подпоясан поясом с каким-то узором.

Я подхожу к нему, он поворачивается ко мне, и в этот момент я чувствую какое-то движение в воздухе. Смотрю на луну и на фоне её вижу какие-то летящие тени. Слышу голос Psychonauta: «Бежим», но тут одна из этих штук меня подхватывает, и я приземляюсь в своей кровати. Через некоторое время я снова заснула, что-то снова снилось, но я не запомнила.

Arfa >> 2007-03-10, 13:54:23, #33

Давно не писала, так как инета не было. Скидываю пару отчетов. Утром 5 марта завалилась спать и провалилась в довольно устойчивый ОС. Т.к. у меня в последнее время возникла проблема с перемещением в ОСах мы с Талисой и Miracle придумали новый метод: мел как транзит. Рисуешь дверь и проходишь куда тебе надо. Так вот, метод сработал безотказно и я прошла на договоренное место где встретила спрайта Miracle. Разбудить ее не удалось. Кстати, этого же числа ни кто из молодых людей не обнимал девушку в желании разбудить ее?

По пятому заданию встречались один раз. Но каких-либо больших достижений не видно. Сны запоминаются с трудом, ОСы случаются только между 9-10 часами утра. Использую тот же трюк с мелом. Сегодня прошла уже в комнату Miracle. Нашла ее спящей в кровати, но разбудить снова не получилось...

nigel >> 2007-03-10, 14:22:29, #34

Arfa, “Кстати, этого же числа ни кто из молодых людей не обнимал девушку в желании разбудить ее?”

а как выглядит девушка и во сколько по мск?

поводим 5-е задание: все идет хорошо, скоро будет СОС

Задание 6, Постпрактикум, Отзывы

Ravenna >> 2007-03-10, 15:48:25

ОЖ

Некоторые из вас очень близки к совместным сновидениям, но вам не хватает силы. Обычно парному пересмотру посвящают 5-6 месяцев, и только затем переходят на исследование магии воды и на совместные осознанные сновидения (СОС). Но у нас в запасе есть еще один трикс. Мы воспользуемся силой, которую собрал поток практикума.

Задание 6

Это очень трудное упражнение. Оно заключается в ожидании совместного сновидения. Я дам вам на него пять дней. Пять дней поток практикума будет направлен на те пары, которые близко подошли к формированию намерения о совместных осознанных сновидениях.

Из первоначальных ста участников в потоке осталось около 30 человек. Но поток формировался и силами вышедших людей. Мы воспользуемся их щедрым подарком и вложим отданные ими силы на реализацию поставленной цели.

Пять дней не проводите занятий с партнерами. Просто ждите, когда стрела намерения, выпущенная вами, угодит в мишень и даст вам совместное сновидение. Ваше ожидание должно быть действием, а не названием для промежутка времени, в течение которого вы сфокусируете внимание на других задачах. То есть, ваше внимание должно, как можно чаще, питать намерение, возвращаться к нему, создавать отростки второго внимания, которые и уведут вас в совместное сновидение.

Все эти пять дней поток практикума будет работать на вас.

15 марта подведем итог и попрощаемся друг с другом.

Vinchi >> 2007-03-10, 15:51:40, #0

Здесь излагайте полученные результаты и мнения о практикуме.

Arfa >> 2007-03-10, 18:00:10, #35

2nigel, под девушкой подразумеваю себя. Рост 165, примерно на голову ниже того парня, волосы русые с рыжиной. Зеленые глаза. Я подошла к нему со спины. Он смотрел в пол как будто что-то там разглядывал. Увидев меня он, присмотревшись вначале, обнял меня наполняя светом и энергией. Как ни парадоксально, мне было настолько комфортно, что мне было просто лень осознаваться ;). Было это примерно с 3-6, точнее сказать не могу.

Robinson >> 2007-03-11, 10:25:52, #36

Ravenna, у меня к Вам два вопроса.

1. Я сейчас перечитываю Карлоса Костанеду. В данный момент изучаю "Искусство сновидения". Книга по своему стилю, сильно отличается от первых книг. Например, любимые слова КК "войны", "безупречность" здесь практически исчезли. "Видящие" называются магами и т.п. Это настораживает.... Может быть КК, как и его учитель Дон Хуан, ушёл в неведомое, а эту книгу и последующие написали другие люди ?

Что Вы по этому поводу думаете ? Можно ли (с учётом возникших сомнений) пользоваться многочисленными практическими рекомендациями этой книги ?

2. Во время практикума я столкнулся со странным явлением. Уже несколько раз просыпаясь утром я с закрытыми глазами очень чётко вижу близко от лица стену....

Фактура стены разная, один раз не ней были какие-то письмена, другие разы просто узоры... Я пробовал потрогать стену. Моя рука (с закрытыми глазами она тоже видна очень хорошо) проходила сквозь стену, ощущая её как "биополе" при этом на самой стене в месте входа в ней руки возникли "круги на воде".

Когда открываешь глаза, видишь комнату где спишь, закрываешь - стену...

Что это такое ? Как к этому явлению относиться?

Ваш Робинзон Крузе.

Arfa >> 2007-03-11, 11:35:46, #37

Перед сном, буквально за несколько сек до засыпания увидела огромное сооружение состоящее из пяти-шести бивней выходящих из земли, остриями поветрнутые внутрь, между ними клубилась какая-то светлая масса. К ней очень сильно потянуло. Ночных снов не помню, но опять легла спать с 9-10 и еще на часик во второй раз) Первый раз, я искала напарницу и раза три выходила в осознание, находила ее (или она меня) и только вспомнив о том, что я хочу ее разбудить, тут же вылетала в сон и так по кругу, только в разной обстановке...

gamecat >> 2007-03-11, 12:20:44, #38

Отчет

Во время 5-го задания в какое-то время пришло сильное возбуждение, участился пульс, возникло чувство какой-то связи с партнером в виде нити или чего-то подобного. В это же время изображение было в основном все фиолетовое. В снах в последнее время много незнакомых людей (в начале практикума просто огромные толпы, потом все меньше), часто темы снов связаны с практикумом (чему-то учат). Пару раз были ОС, в одном из них нашел партнера, но он был спрайтом...

Silence >> 2007-03-11, 13:30:41, #39

Отчет

Сначала было очень сложно сосредоточиться, все время смех пробирал, то меня, то Амаранту. Но через несколько попыток, мы наконец словили нужное состояние, мир потерял устойчивость и твердость, вокруг все плыло, а передо мной лишь глаза Амаранты. Кивнули друг другу и выпустили стрелу Намерения. Удивительное ощущение- будто часть меня оправилась куда-то в пространство практикума, т.е. я видела стрелу, которая летит от нас сквозь некое наполненное пространство, пространство наполненное... намерением других людей что ли... насыщенное.

Амаранта >> 2007-03-11, 13:38:34, #40

Отчет.

Задание смогли выполнить тока вчера.

Сегодня снилась Сайленс и она мне по ходу сюжета обратила внимание на несостыковку!!!! но моя годами выработанная привычка в случае столкновения с необычными вещами говорить "не буду думать об этом сегодня, подумаю об этом завтра" победила намерение СОСа.... в этот раз... бум активно ждать дальше:)

nigel >> 2007-03-11, 13:50:45, #41

спрайт todesky перенял мимику и жесты напарника), уверял меня, что это он, глаза почернели, поэтому я ему поверил, водил его везде, учил сквозь стены проходить, когда цвет глаз у него поменялся и он признался, что он спрайт, я с досады жестоко наказал его, за это прилетели, уже знакомые 5 теток в белом с посохами и светящимися венцами (красивое зрелище) и наказывали меня

Arfa: в моем варианте девушка в черном, черные волосы, 165 см, 55-60 кг

Psychonaut >> 2007-03-11, 14:46:43, #42

Я так понял, для отчётов по 6-му заданию - отдельной темы не будет? Если по нему вообще возможны отчёты в полном смысле слова. :) Ок, пишу сюда (даже не знаю, к чему отнести - этакая смесь 5-го и 6-го заданий). :)

Отчёт.

10 марта.

Поток - чувствовался весь день, ещё до того, как прочитали 6-е задание. Когда встретились с напарником в реале - пошёл какой-то совершенно офигенный резонанс. Начало просто плющить от энергии - даже чересчур. Наверное, даже - имела место "передозировка" энергией - если можно так выразиться. В какой-то момент меня начало подташнивать, как с перепоя.

Напарник рассказывал, как на днях у него был довольно устойчивый и длинный ОС (чуть ли не час - в субъективном восприятии), где он поддерживал состояние осознанности многочисленными трюками, многие из которых придумывал прямо на ходу (например, один из трюков - смотреть сквозь "бинокль" из пальцев рук, когда указательный и большой палец соединяются в кольцо). Под конец ОС-а он вспомнил, что нужно искать меня и кухню, которую мы "вдыхали" накануне. В конце концов он нашёл кухню, но это оказалась не та кухня. После чего он вывалился из ОС-а.

Вечером проработали ещё разок 5-е задание - на этот раз с напарницей Аталии (она пока единственная из нашей четвёрки, у кого за время практикума пока не было ни одного ОС-а, но при этом - ей снятся довольно яркие, люцидные сны). После чего - решили, что пора переходить к 6-му заданию. То бишь, ничего не делать из упражнений, но продолжать "нагнетать" намерение.

Ночью пытался войти в ОС, но безуспешно. Но приснился обычный сон. Я шёл по улице возле дома Аталии - вдвоём с Vinchi. :-) В голове кружилось много мыслей типа "Так вот ты какой", "Да ведь ты, оказывается, простой парень" и т.п. При этом я даже был немного разочарован - даже слишком простой. Я спрашивал: "И как часто у тебя бывают ОС-ы?" Vinchi (или псевдо-Vinchi) отвечал что-то типа "В среднем 5 раз в неделю". Я по хорошему завидовал и говорил, что мне до него ещё расти и расти. В ответ он лишь снисходительно ухмылялся. ;)

Облик "Vinchi" был такой: невысокого роста - ниже среднего, странная стрижка, под "панка" - наголо выбритый затылок и виски, сверху - чёлка. Маленькие уши. Причём я помню, что шёл с газетой, и рассматривал портрет Vinchi на одной из фотографий в этой газете.

Орхон >> 2007-03-11, 17:34:07, #43

Отчет

Выполнение пятого упражнения сопровождалось у меня чувством глубокого интереса к визуальным переменам в лице напарника. То я видел лицо молодого человека, то старца, то интеллигента в очках, то свирепого бандита. Менялся возраст, менялась форма лица, носа, глаз, менялась доминирующая в выражении лица эмоция. Периодически напарник пропадал и фактически я мог видеть сквозь него. В принципе мы и раньше сталкивались с такими эффектами, когда например в один момент вместо напарника я вдруг увидел лицо старого морщинистого шамана, чьим тотемом как мне показалось являлся или койот, или небольшой худощавый волк. Напарник отметил, что так сильно меняется при созерцании в реале только лицо человека и это очень похоже на изменения созерцаемого в сновидении лица спрайта.

Сначала напарнику было тяжело смотреть мне в глаза, а под конец наоборот – мне было тяжело. После выполнения упражнения я чувствовал мощный энергетический подъем – улыбался, смеялся без особых на то причин.

Psychonaut >> 2007-03-11, 19:02:12, #44

Дополнение к отчёту #42

Ёжик! Это был ёжик! :) Я вспомнил. "Псевдо-Винчи" из сна - был похож на ёжика! Чёлка как у ёжика, форма ушей. Человек, и в то же время ёжик. Звучит как бред, но тем не менее, это так. :) И ещё вспомнил. Вчера вечером, когда мы проходили мимо того самого места возле дома Аталии - дорогу перебежал... настоящий живой ёжик! Вообще, бред какой-то. Обратни человеко-ёжики - наступают. У кого тотем - ёжик, признавайтесь. ;)

(Может, группа "Неман"?)

Талиса >> 2007-03-11, 23:50:23, #45

Пишу отчеты за последние 5 дней.

_____Для тех кто был на настройке в чате 3 марта! -

Был выход на поляну в ОС!(7 марта)

Супер такого насыщенного восприятием ОСа у меня давно не было.

Интересно, что попала на поляну по разработанному нами с Арфой и Миракл методу-нарисовать мелом дверь-портал. Первый раз пользовалась таким транзитом, порадовало что энергия на перемещение была существенно сэкономлена, и я тут же попала на место назначения пролетев через небольшой корридор.

Сначала прошла через красивейшее поле с высокой травой. Голос Эмиссара прокомментировал что это только начало и толи еще будет...:)

Меня встретили невероятно большие птицы-стая прошла мимо.

Раскинулся впечатляющий пейзаж. Озеро посредине, кругом деревья, подьемы и зеленые равнины-вид сверху.

Когда заходила, как мы и договаривались-выкрикнула-Привет, я Талиса:)

Вдалеке увидела кого-то назвавшегося Андрелла-Тандрелла (смутно помню)

Весь этот мир был населен мифическими животными, которые спали. При моем приближении они стали петь необычную песню из звуков и трансляции эмоций-влюбленности в жизнь и мир.

Я была под впечатлением... Нашла дуб (наш ориентир) слева от озера у входа.

Там на скамейке спал огромный рыжий кот-белка! (Привет--Hrafn Tinna:)

Так как выход был днем, на поляне никого больше не встретила.

Полетела над озером. Меня заметил обитающий там дельфин и стал петь что-то настолько приятное... Меня к нему притянуло и я проснулась.

Так же (n-го числа) на перекрестке выходил на контакт спрайт Миракл.

Вчера был люцидник про светящийся осознанием шар, который объяснял мыслеформами техники для сновидения.

Venator >> 2007-03-12, 09:25:29, #1

Вот кое-что из результатов

Наблюдения за реалом:

1) В последние дни появилось ощущение, что картинка, которую я вижу (весь окружающий мир) на самом деле не настоящая, т. е. это именно картинка - иллюзия, это как ширма, отгораживающая нас от реальности.

2) Вчера вышел на улицу и в первый раз в жизни почувствовал отстраненность от окружающих людей. Я как бы чувствовал их, их мысли и намерения. Они мне показались странными и ненужными. Ощущал себя обителем тишины и спокойствия. Это состояние продолжалось минут 40 - потом непроизвольно вошел в обычное состояние с гигантским количеством ненужных мыслей и эмоций.

3) Проследил некую зависимость: воздействуя во снах на спрайтов и события в целом - получаешь отклик в "реале" в виде реализации этих событий, взаимодействий, причем, чем сильнее воздействие на событие во сне, тем сильнее и быстрее получишь отклик в "реале".

Талай >> 2007-03-12, 11:17:36, #2

На данный момент для меня самое большое потрясение от практики - это мои сны. ОСов к сожалению нет, не говоря уж о СОСе.

Но даже без них, то что я обрел возможность вспоминать свои сны - это "бомба"! Стоит начать вспоминать какой-нибудь сон, тут же выплывают другие "воспоминания". Там целый мир. Даже не мир, а миры! Со своими обитателями и законами. А иногда, наталкиваюсь на просто невероятные вещи, например, оранжевый мир, в котором я оказывается побывал дважды - это нечто другое, отличное от уже привычной реальности сна. Все это дает мне сейчас благодатную почву для исследований. Я прикоснулся к тайне.

Перепросмотр. Это тоже оказался очень мощный инструмент. Ей богу, как минимум раз в неделю наравне с уборкой квартиры, необходимо научиться чистить свои закрома души. И жизнь станет ярче.

Конечно, я должен еще сказать спасибо за магию медленной воды. Это тоже нечто удивительное. Я чувствую, что там скрыто еще огромное кол-во возможностей.

Очень жаль, что практикум подходит к своему завершению и, что придется расставаться с ХС на полтора года.

Огромное спасибо Равенне, Vinchi, масяне за организацию этого практикума. Было тяжело, но крайне познавательно.

P.S. Сегодня рано утром проснулся от звона будильника. Передвигаясь по квартире в течение минут 3 наткнулся на все углы, потому что левый и правый глаза передавали разные картинки! Потом зрение выравнялось. Я хз что было.

Antea-tor-Deriu >> 2007-03-12, 11:26:49, #46

За последние несколько дней. Состояние крайней подавленности. 8 Марта мы оба проснулись во время встречи, но ни я, ни он не смогли даже выползти из тела, не то что выйти в ОС. И я стала замечать, что даже яркие сны и те пропали и не только у меня. но и у всей четверки, с которой я общаюсь (одна девица вообще "ходила направо и налево" и то). И всю неделю болела голова, что мне вообще-то несвойственно. В конечном итоге, все ухнуло в очередную яму, я посчитала, что опять жутко скрипит тональ, надо переждать. Вчера пошла на массаж и мне так попало! Я нигде не падала, не ушибалась, но правый бок при ее прикосновениях страшно болел. Когда уже она вытащила двух осьминожек и их хозяйку (девушка видящая, все достоверно) и подытожила: "Где ты ходила, что подцепила неорганика?" я вспомнила, что 3 раза "лазила" в замок летунов. Я считала, что это было что угодно, только не оно! В третий раз, когда я спасалась через купол, мне пришлось продраться через несколько слоев сетей, в которые меня пытались поймать снова и снова. "И вот вам результат, 10 поросят!" И сразу стало понятно, что если бы хоть кто-то из нас попал в ОС, то причина была бы сразу обнаружена и устранена, а так собрали с нашей группы энергии - мало не покажется! Так что и поток 10 марта, и мы поработали - все вместе меня вытащило, а так бы я трепыхалась еще долго! Зато после того, как "глаза" открылись, вернулось видение, кучу "глюков" в доме отправили восвояси и наконец-то сны, но в ОС я не смогла попасть. Хотя с этой точки зрения я считаю, что моя попытка была удачной. Судите сами. Я легко нашла образ, за которым поплыла - гоночная машина, но пробиралась то через завалы, то по верхушкам сухостоя на болоте, то летела на облаке, да еще подбирала еще и еще, чтоб быстрее улететь от войска, с которым бы мне пришлось сражаться и погибнуть, то в воде не знаешь что страшно зубастое и т.д. Констатация факта, что притягивает такая ситуация за неделю. Мы чуть было из практикума не вывалились - отдохнуть, но поток оказался сильнее всех. Сейчас ощущаю волны горячи внутри, прохладные снаружи, сваливаются последние чешуйки.

Arfa >> 2007-03-12, 12:25:56, #47

Во сне встретила всех пятерых участников нашей вчерашней встречи. Осознания не было. Потом встретила пожилого мужчину у которого были страшные боли в спине, когда он заметил меня мы начали общаться и проговорили с ним о том о сем практически весь сон. Правда видела еще пять маленьких деревянных статуэток, две из которых были орел и черепаха. А так же женщину и ее ребенка который только что появился на свет...бред. Могу отметить, что сон был очень четким и цветным, правда свет предполагал более насыщенные желтые оттенки.

Miracle >> 2007-03-12, 13:05:31, #48

Было ОС. Вначале в обычном сне я шла по улице напротив моего дома. Я смотрела на мой дом через дорогу, было светло, всё казалось весенним, светило мягкое солнце. Я обратила внимание на то, как солнце заливает жухлую траву на газонах вдоль моего дома. Травы было больше, чем на самом деле. К тому же пространство у моего дома было холмистым, каковым оно на самом деле не является. В районе моей парадной был небольшой холмик. Я подумала о том, что это, может быть, сон, и я могу осознаться, и тут же осозналась. Не теряя ни секунды, я стала рисовать портал на поляну, где мы намереваемся встретиться с Arfой и Талисой. Я рисовала его просто пальцем на стене дома, вдоль которого я шла. Обвела его пальцем два раза. Получился совсем небольшой квадрат. Внутри него я пальцем нарисовала дерево на поляне и написала имена девушек, с которыми назначена встреча. Потом я прошла через него. Пройти у меня получилось, но не на поляну, а непонятно куда. Была какая-то темнота и никакой внятной картинки. Ещё я слышала, как два каких-то голоса разговаривают между собой, и попросила их замолчать. В ответ один из них с насмешкой переспросил, замолчать ли им. Дальше это всё как-то оборвалось.

Талиса >> 2007-03-12, 14:04:43, #49

Всю ночь было странное состояние раздвоенности сознания. Одна часть смотрела люцидники и сны -чаты,общаясь с ХС и все в этой теме.А другая часть сознания несколько раз среди ночи будила -“Просыпайся пора выходить в ОС!”

Я просыпалась,утянув несколько воспоминаний,но в ОС похоже не вышла.

Распознала летуна.Создалось впечатление,что даже в неосознанном сне ,он может питаться моей энергией только если я его допускаю.Вот он и пытался замаскироваться.

;)

Яна >> 2007-03-12, 15:43:20, #50

Отчет

Яна-Константин

Последние 2 ночи (суббота и воскресенье) у меня было несколько ОСов, и я пыталась в них найти Костю , нашла , но на утро выяснялось , что он ничего не помнит:((

Tuta >> 2007-03-12, 21:03:49, #3

Хочу рассказать, что со мной происходит. После того как мы закончили выполнение пятого задания, мне приснился обычный сон, сюжет которого я не помню и тут неожиданно я осозналась, глядя на трех странных людей! Они были высокие, один мужчина и две женщины, они смотрели на меня и улыбались и я поняла, что это они помогли мне осознаться. Я так была счастлива, что наконец то с меня сняли этот ступор с Осами, я очень эмоционально их поблагодарила и сказала, что очень тороплюсь выполнить задание и быстрее понеслась к Tilli. Я не могла понять где нахожусь, закрыла глаза и представила наше место совместных снов и повернулась волчком, было ощущение что что - то изменилось. Когда я открыла глаза вокруг было темно и меня выкинуло в тело. На следующую ночь, я опять осозналась и полетела к Tilli (кухня у нее дома наше место совместных ОСов). У меня не как не получалось найти ее дом, на том месте где она живет, не было ее дома!? Меня опять выкинуло в тело. Я заснула и снова осозналась и потянь полетела к Tilli, на этот раз я нашла похожий дом и стала заглядывать в окна и тут я увидела Tilli, она сидела за столом и смотрела на меня абсолютно черными глазами. Я пролезла в форточку, она мне помогла, схватила ее за руку и сказала Tilli, проснись это сон и тут Tilli превратилась в какую то другую девушку и кухня была не ее. Вот теперь у меня главный вопрос: Когда я осозновалась время было с 8 до 9 утра, Tilli уже не спала в это время. Утром мы с ней созвонились и она мне сказала, что резко проснулась в 7 утра от слов «Проснись это сон». Если я вижу ОС и нахожусь в нашем месте, а Tilli в это время бодрствует, то сможем ли мы встретиться в ОС? И почему фраза которую я говорила позже, Tilli услышала раньше? Может там отсутствует время? И кто были эти высокие люди, которые помогли мне осознаться?

sergey >> 2007-03-13, 08:47:40, #4

Отчет 3 ОС за практикум, для меня это очень не плохо учитывая сильный напряг. Главной причиной провала считаю ошибку с выбором партнера, не из-за того, что он плохой человек, а из-за проблем со встречами.

Наверное здесь лучше всего выбирать кого-то кто совсем рядом живет или живете вместе. Чувствовалось какое-то сопротивление реала, видимо я не готов был в это время к такому практикуму, что же попробую позже.

Arfa >> 2007-03-13, 08:54:38, #51

Видела два люцидника и один раз ОС.

В первом л. ко мне в квартиру звонила девушка полноваятая и вся в черном, она собиралась научить меня входить в осознанку, но я ее не пустила, так как мне она показалась подозрительной и меня окутал небольшой страх и недоверие. Это кстати чуть не повлекло полное осознание. Внизу ее поджидала подруга, которая тоже знала про осознание, худенькая и невысокая с платком на голове.

Во втором, мама с кем-то переписывалась по мейлу, а когда я подошла полюбопытствовать, текст изменился. Я знала что это пишет девушка: “я знаю как входить в ОС, могу помочь.” И так до бесконечности. Одно сообщение за другим. Тогда тоже было желание осознаться, но меня

выкинуло.

А третий ОС. Опять в квартире. Пришла в себя в коридоре. Для порядка сконцентрировалась на руках. Нашла в куче барахла мел (опять как настоящий). Нарисовала дверь, изобразила на ней то куда хочу попасть (делаю вывод что это не главное. Важно ЗНАТЬ куда ты хочешь попасть.) Мел положила в карман, что бы в следующий раз не тратить на него время. Вошла в дверь и оказалась...в метро. Это явно не то что я хотела. Там на земле начертила квадрат с намерением попасть к Миракл. Но тут меня отвлекла какая-то тетка и я проснулась.

Antea-tor-Deriu >> 2007-03-13, 12:07:03, #52

Называется ни фига себе! Если описать все, то целый опус. Настроение дрянь, реал давил, теперь уже на левую сторону. Уставшая, разбитая, но жить-то хочется и хочется жить хорошо, я все-таки решила продавить реал и попасть в ОС. Пыталась я долго – с 8 до 10 точно, и вдруг чувствую, что мир вокруг как-то изменился. Поплыл, уплотнился. Лица вижу на внутреннем экране вплоть до голубых глаз, до морщинок, а никто не может повести в ОС. Еле влезла, но влезла.

Осмотрелась:»Это сон!» Злость такая взяла, куда пойти, ага, в Замок летунов. 3 раза шла по ровному мостику, а тут то трещина посеред, то чуть не выкинули из осознания, то еще что. Дошла, как баран, упертая лбом. Какие все добрые, подарки дают. Дудки:»Я ничего не оставляю себе чужого!» Кратко: подарки взяла, но внесла свои два предмета в ОС, в них Главный влил удачу финансовую и любовную, я их в кулак зажала, а назад «У нас не принято выходить так же, как и приходиться!» Вывалились! Как мне недавно подсказали, такое состояние называется «прокиснуть для летунов!» Так, надо еще партнеров вытащить. Кричу, голос слышу, нету. Вижу Great, серый – спрайт. Я его за руку, утащило в его сон, стою возле его дивана, бужу, не встает, слила ему чуть светимости, проснулся, за руку дерг на место встречи. Стою, смотрю на свою комнату, другие подтянулись. Дальше «Куда пойдём?» Дернуло к Неорганику по шнуру, такая бяка. Видела хорошо. «Это сон! Я ничего не оставляю чужого себе!» Вспомнила, что делала ТиСи в таком случае, протянула свою руку длинную, вижу такой большой ящик внутри, в нем куча планшетов-файлов, нашла свой, вытащила, вижу фамилия имя, фамилия сама уплыла, а имя большими буквами засветилось. Я! Это сон, взяла все стерла. Такой приток энергии, распирает, жарко. Можно еще, взяла и написала на планшете:»Я – здорова! Я – богата! Я.....!» Еще жарче, прямо пульсация идет в мою сторону. Еще (Это же сон!). Совсем взлетаю. И вижу, что большущая конструкция стало совсем маленькой как столбик в песке и меня начинает засасывать. Дудки! Хвать Great за руку, вывалились.

-Куда пойдём? – Учителя хочу!– Едем в Академию магии (дорога знакома)

Едем как белые люди в карете. Это сон. Все вижу, все слышу, иногда волчком кручусь для устойчивости (у Садового вычитала).

В келье встречает девушка худенькая молоденькая в белой футболке с надетым капюшоном на голову.

- Что ты хочешь? – Учителя! – Хорошо. Я – Таня из твоего любимого Питера. Я не буду учить словами, я передам опыт.

Смотрю, девушка ослепительно сияет, не спрайт. И я снова про себя бу-бу про чужое. Она кладет руки нам с G на голову и началась фантазмагория. Одна Я сажу на полу, вторая летает как радостная собачонка, нашедшая хозяйина, а третья – танцует под потолком под песню Селин Дион в диком экстазе, такие пируэты! Напоследок Таня уже была одета как мадонна во что-то белое, гораздо старше, дала серебряный медальон:»Ты теперь знаешь, где меня найти!»

Вышли в таких нарядах, снова карета, вороная четверка коней. –Куда? – В санаторий! (сердце болит).

В кабинете сидит молодая черноволосая девушка. Объясняю. Берет и ставит руки как целитель вокруг моего сердца. Чувствую такой поток и вдруг вижу, что личина девушки сползает, а вместо нее Старик седой с высоченным лбом, вьющиеся до плеч седые волосы, борода. Я его знаю!

- Здравствуй, Док! – такой хитрюга! – Пойдем! – и мы в Лабиринте. Пещера, гроб из дуба, я в нем лежу, а в сердце вот такой клещ. Док берет раскаленные спицы, тыкает, клещ отваливается и рассыпается... В общем, пещера – это череп кого-то гигантского, тоже ра

- Еще куда? – Энергия распирает. – А к Джону Ди! Хочу Пасьянс Медичи!

В общем, и туда доехали. Едем все время по спирали, притягиваем место – и сразу там. В общем, бартер с Ди. Я ему энергетический шарик, он мне костяную колоду. Уже почти ушла, вспоминаю о Колоде Судьбы и Королевском Кресте. Снова «бартер».

-Что дашь? – 10 шариков! – Беру шкатулку, решаю пойти Ва-банк и сразу же получаю красный сошедшийся королевский крест! Ура, я запустила удачу!

Довожу G до его дивана, целую на прощанье, оказываюсь перед домом. Захожу, освещаю.

Погоняла глюки, ох и много их развелось за неделю! Осознаюсь в своей комнате, так интересно, видеть все с середины комнаты, ложусь на диван и понимаю, что мне еще надо повернуться на бок. И вот тут-то до меня дошло, что это был 100% КОС!!!! Я действительно спала на боку, а тело сновидения ложилось на спину!!!! Просыпаюсь, открываю глаза и начинают проступать руки.

Подскочила в пол двенадцатого писать отчет по горячим следам. И вот уже сегодня меня поздравляют с билетом на концерт Розенбаума!

Да, утром взглянула на свои подарки из Замка, потрескивают от энергии, т.е. я внесла и вынесла эти камни из КОСа! УРА! Пусть только Great скажет вечером, что не осознался!

Antea-tor-Deriu >> 2007-03-13, 12:13:42, #5

Вчера я получила подтверждение, что я правильно поставила задачу по ОСам. И... Это как 12 на экзамене, к которому шел, переставляя ноги вопреки жуткому скрипу тоналя. Равенна, я так благодарна тебе, что ты - МАЯК! Перелопатив инфу на этом сайте, я прочувствовала, что в свое время ХС спровоцировали обидеться и уйти. Стандартный ход для торможения новых знаний. И я очень ценю, что вы с Масаей и еще несколько находите в себе силы и эмоции, чтобы светить. Примите мои виртуальные цветы в знак Благодарности за те моменты, когда я смогла прикоснуться к вашему СВЕТУ!

Tyrson >> 2007-03-13, 22:34:03, #6

Третий день ложусь спать часа на 3-4 раньше обычного, как ведет.. Реал блокирует по всем направлениям, то в лабу не попасть, то вообще И-нет пропал на несколько дней. Ща вон случайно совсем пробился, сам удивлен:) Будто носом тычет: все внимание на практикум, твою м...:)! Сегодня в одном из снов добрался до места. Там из некоторых предметов струились бело-голубые лучи света. Словно сквозь расходящуюся оболочку.

Пере просмотр - сильная штука...

Пока так.

Arfa >> 2007-03-14, 08:49:38, #53

До 3:20 бродила с кем-то во сне. В голове промелькнула мысль, когда я рассматривала стенки сна и определяла их на ощупь, что “паразитический” вход в ОС, похож на бессовестное скачивание чужого реферата. С кем была? Непомню... и вроде намеренно ни к кому не цеплялась.

Так мы шли и шли, а потом поняла что иду около метро и в одной из очередей на маршрутку стоит парень и откровенно рассматривает меня. Меня как током прошибло!, - белки его глаз застилала чернота! Я поняла, что ТАКОГО я раньше не видела. Да и сам он был привлекающий внимание. Что-то в нем было отличительное еще... Выглядел обычно, на вид лет 25-28, где-то моего роста - 165, высокий лоб, на голове то ли под панка, то ли вообще на лосы выстрижен... Как только я его просекла, собралась на концентрацию, но меня вышвырнуло из сна в реал.

Второй раз проснулась и помнила только Veravika, возможно отголосок вчерашнего общения...

Antea-tor-Deriu >> 2007-03-14, 11:27:11, #54

Great почти осознался во вчерашнем сне. Про поход за ПМ точно помнит - “было!” Подтвердил описание своего дивана и болтание в неосознанном сне. Но говорит, что мы на подходе.

bat >> 2007-03-14, 14:23:46, #55

третью ночь неосознанные блуждания по различным местам силы. Болею.

С трудом вообще вспоминаю сны. Напарник тоже вылетел.

Заметил, что с 8-го числа повсеместно пошел спад у “искателей светимости”. Некоторые до сих пор не восстановились.

Antea-tor-Deriuл, видимо весь поток ща направлен в твою сторону. Рад за тебя, удачи! Надеюсь, ты не растратишь полученный в дар опыт и силу всей толпы, а воспользуешься им как фундаментом для дальнейшего роста, ведь все мы еще в начале пути... :)

Antea-tor-Deriuл >> 2007-03-14, 14:48:33, #56

Спасибо, я отбросила амбиции, оставила упорство, послушалась подсказок и своей интуиции и ... Наверное, это смахивает на ситуацию в "Убить Билла" - тупо била в одно место. Я не думаю, что Поток работает на меня, я нашла частоту, созвучную ему, получила резонанс и воспользовалась им. Спасибо Untoleranted, он мне пару недель назад говорил о том же. И Каррасу. Я очень внимательно проработала его старый практикум. Как раз к месту идея. Ребята, давайте не будем разбегаться, а продолжим общение в какой-то теме. Тем более и в ОСе место встречи есть - полянка с якорем. Кто рассмотрел, там лежит фигурка "лежачего" Хоттейчика (у кого чего болит). Я не специально подбирала, просто старалась добиться четкости, а он и выплыл. Если с ним подружиться, пойдут интересные вещи.

Суеним >> 2007-03-14, 15:40:42, #57

По несколько раз просыпаюсь ночью со словами "Нужно встретится в СОСе.." каждый раз пытаюсь пройти через состояние "Мурашек" и каждый раз обламываюсь ((((((
Напарник сказал что я пришел к нему как и договаривались но в его обычном сне.

Hrafn Tinna >> 2007-03-14, 20:26:01, #58

отчет.

ОСов не было. воду почувствовали, намерение сформировали, питаем, наполняем.
во снах - зеркала. когда снится напарник - всегда рядом поезда, трамваи, др. ср-ва передвижения.

Талиса >> 2007-03-15, 01:14:49, #59

Вчера читала во сне статью о том почему последние дни беспокоило здоровье. Там все мне расписали, советы и ответы.

Потом оказалась в старинном зале, похожем на музей или дворец. Под стеклом на постаменте лежала книга в обложке из черной кожи, древняя ценная рукопись. Помню как я сделала символический жест-обняла ее руками и притянула. Вот, она передо мной. Голос Эмиссара говорил, и я читала одновременно.

Вступления было в стихотворном варианте. Магия и карты Таро.

Сегодня посветила всю ночь практикам, раскачалась энергитически до треска:)

Вдруг меня накрыла черная тень, я удивилась, но не придавала значения. Только утром поняла, что сисадмин захаживал.

Сразу после этого пришло особое состояние.

Точнее, почувствовала что готова к ВТО. Выхожу, состояние такое как всегда при глубоких ОСах и астрале. Стала тестить реал на всякий случай и замечаю что все слишком настоящее. А я парю, как бы, тела почти не ощущаю, (перемещаюсь намерением) все в легком тумане.

И думаю, что варианта тут два: либо тихо шифером шурша едет крыша, либо это то самое состояние когда можно переместиться всем своим физическим телом. Вот приколы! А на стене нарисован транзит, и меня словно в него затягивает. Решила так не шутить и уложила себя спать.

Был ОС в котором вытягивала Версуса, Миракл, Арфу.

Но, меня каждый раз после этого выбрасывало на перекресток и ответной реакции не было. Появлялся спрайт мальчика, с некой светимостью, смотрел мне в глаза. Особые приметы- серебрянная сережка в форме кольца.

Hrafn Tinna >> 2007-03-15, 07:43:49, #60

-Вчера читала во сне статью о том почему последние дни беспокоило здоровье. Там все мне расписали, советы и ответы. -

Процитируй, плз, тоже беспокоит ;)

Ifxor >> 2007-03-15, 08:59:38, #61

Урра! Кажись что-то получилось.

отчет Ifxor-Нос.

Последние дни снился Нос, но просто спрайт. Эхом с дневных мыслей я понимал, что мне нужно что-то сделать, но во сне никак не мог понять что. Все эти встречи были не в нужной комнате, а в других местах.

Сегодня после очередного такого сна я полупроснулся, и отметил, что нужно встретиться в нужной комнате. В следующем сне Нос неожиданно показался из одной из дверей (это был какой-то оффис). Я подумал, ну и фиг, нужно втянуть его в сон. Хотел поучаствовать с ним в сюжете, но сон стал растворяться. Поэтому я стал просто смотреть ему в глаза. Возникли симптомы в теле (вибрации, гул) как при выходе из тела (видимо это только при ОСах, а не при люцидниках?). В какой-то момент восприятие раздвоилось, и я видел двух Носов - одного - спрайта, которого я хотел втянуть, а второй - Нос, который (как я понял) настоящий. У него глаза были как у кошки =) Но не черные-нагвальные. Сон тем временем рассеялся полностью и я оказался в своей комнате (которая, кстати, и была целевой). Но я подумал, что проснулся и стал звонить Носу... А вполне возможно, что настройка нас вынесла как раз куда надо - время (темнота) совпадало с искомым. После неудачных попыток набрать номер =) я проснулся.

Напарник Нос, к сожалению, ничего этого не помнит.

Очень хотелось бы услышать мнение экспертов по данному случаю.

lfxor >> 2007-03-15, 09:07:42, #7

В середине практикума из-за болезни одного из нашей пары мы немного поотстали, некоторые упражнения прошли галопом, вышли вровень со всеми только на последнем задании.

Результатами я доволен, во время практикума осознавался во сне намного чаще, чем обычно.

Много раз видел напарника во сне, несколько раз целевую комнату. В последний день что-то было (как я понял) близко совсем к СОС.

Огромное спасибо организаторам - Равенне, Масыне, Винчи - было удовольствием участвовать в вашем практикуме. Надеюсь, увидимся в СОС.

И участникам, в особенности моему напарнику - Носу, тоже большое спасибо.

Umaga >> 2007-03-15, 09:54:04, #8

количество осов увеличилось

несколько раз видели друг друга в назначенном месте в осе но до сос чуть чуть не дошло

упражнения с перепросмотром выматывали, но были очень продуктивные, будем практиковать в последствии

всем спасибо, все свободны)

bat >> 2007-03-15, 10:26:20, #62

Вчера читала во сне статью о том почему последние дни беспокоило здоровье. Там все мне расписали, советы и ответы.

Талиса, меня тоже интересует.

Antea-tor-Deriul >> 2007-03-15, 11:40:40, #63

выложи хотя бы тезисы, нужная инфа.

Great сегодня почти добрался и осознался, да я искала во сне другого чела. Но он вообще "левый" (я его уговорила поучаствовать в практикуме числа 20: весь его опыт месяц!).

Интересный опыт на вчерашнем концерте Розенбаума в плане практикума. Ощущала всеми частичками тела, такие вибрации, звук заполнил все тело и внутри, и снаружи. Легко растеклась на весь зал, чтобы еще больше впитывать ощущения. А когда Александр Яковлевич запел песню про цыган, так захотелось танцевать! И я автоматически закрыла глаза и выпрыгнула из тела на сцену. И моя эфирка давай выплясывать именно на свободном пятачке, потом подошла к Розенбауму, обняла (почему-то оказалась выше), положила голову кудрявую на его лысину, а потом рванула под потолок и давай вылясывать дальше. Моя широкая юбка черная в лиловых и красных больших цветках так махала под потолком, что я ощущала ветер. И всю эту фантазмагорию видела сквозь закрытые глаза! Когда музыка смолкла, я бахнулась назад, тело содрогнулось, открыла глаза и все проверила. Да, пятачок свободен, двери никто не открывал. Зато под вальс-бостон под потолком было не протолкнуться! Ну, я на такой волне очень хорошо прочувствовала Поток в зале,

дотянулась до Потока практикума, очень интересные ощущения, поуправляла аплодисментами в зале, закидала розами из этой энергии музыкантов и на такой эйфорической волне пошла домой. Хотите прикол? Ноги-то болят как после настоящего танца, вот так!

Rit >> 2007-03-15, 12:05:25, #9

Стал видеть почти каждую ночь напарника во сне. Но СОС не было.

Полагаю это дело времени. Выражаю огромную благодарность Масяне, Винчи, Равенне, а так же всем кто участвовал в практикуме и поддерживал поток своим намерением. А так же большое спасибо моему напарнику Ленву, который согласился участвовать. Крупицы ценного опыта были получены. Продолжим изыскания дальше.

Vinchi >> 2007-03-15, 12:15:40

К сожалению, Равенне срочно потребовалось отбыть в таежное село, где нет Интернета. Она просила передать вам наилучшие пожелания. Вы молодцы. Вам многое удалось. Нашей общей проблемой было время.

Итак, длительная практика с парным пересмотром приведет вас к ясновидению и сделает более безупречными.

Практика с зеркальностью позволит выходить на время из повседневного мира. В такие моменты реальность будет только для вас. Остальных людей либо вообще не будет, либо они будут находиться в трансе.

Практика с водянистой текчестью мира приведет вас к магии воды. Вы сможете управлять этой стихией, и постепенно начнете соприкоснуться с другими стихиями - огнем, землей, деревом и металлом.

Выполнив самостоятельно практикум Равенны на более длительном промежутке времени, вы освоите СОС. Фактически, вам просто не хватало координации с партнером - вы приходили в назначенное место, но не в одно и то же время.

Практикум закончен. Поток будет аннигилирован сегодня в 22.00. Вся ваша энергия останется вашей. Мне ни капельки не возьмем. Все ваши новые знания останутся вашими - пользуйтесь. Я не знаю, почему это так, но наши лидеры отзывают всех ХС из инета. Возможно, это нужно для очищения от грязи, налипшей на нас после публикации книг о ХС. Если раньше нам противодействовали единицы оппонентов, то теперь тысячи мелких гуров и гур пытаются защитить свои местячковые интересы, поливая ХС грязью. Пусть этот процесс развивается до своего апогея. Мы вернемся, когда тональ отскрипит.

На срочной связи остаются уже названные люди.

Что касается практикума по деревенско магии... мне жаль его заканчивать. Я найду способ и буду подбрасывать вам ценный материал. Даузеры не соскучатся :))

Пока, ребята. Удачи вам и силы.

Hrafn Tinna >> 2007-03-15, 13:56:41, #64

сегодня на скамейке некий человек читал стихи.
худощавый с вьющимися, собранными в хвост, светлыми волосами.

nigel >> 2007-03-15, 14:00:23, #10

в течение практикума накопил высокий уровень энергии, было множество ОСов и люцидников, почти во всех видел собрания по интересам, в некоторых ОСах видел спрайта напарника, пару раз осознавал его и напарник осознавался в своих снах именно в это время, один раз осознал его и это был именно todesku, но он ничего не помнит, но все равно все шло к устойчивым СОС, 3 дня назад в реале проиграв одну битву потерял всю свободную энергию, теперь даже ОСов нет, думаю в будущем, после восстановления, воспользоваться инерцией потока, и довершить начатое
В целом, практикум понравился, большое спасибо всем организаторам и участникам

Turambar >> 2007-03-15, 14:10:11, #11

Спасибо ХС за предоставленную возможность прикоснуться к знаниям и техникам. Несмотря на то, что во время практикума так и не удалось добиться СОС, я чувствую, что был очень близок к этому. Теперь мы с напарником знаем в каком направлении нам двигаться, куда прикладывать наши усилия.

Также спасибо всем участникам практикума за ту ценную информацию, что они не пожалели выложить в своих отчетах.

Всем нам новых знаний, открытий, достижений!

И _очень_ хочется спустя некоторое время снова встретиться в инете с ХС!!!

Arfa >> 2007-03-15, 14:25:32, #12

Очень жаль что времени было отведено так мало... Спасибо всем и организаторам, и участникам. Практикум пришелся как раз кстати в моей жизни. Ведь буквально за пару месяцев до него, начала работать в паре с незнакомым мне человеком по СОС (правда через инет). Для меня было загадкой формирование намерения, а теперь я знаю от чего мне идти, ведь начало положено. И однажды Цель будет пройдена...отдельное спасибо Miracle моей напарнице, у нас все встречи еще впереди :) и молодому человеку из моих снов)

До встречи в СОС!..

Талиса >> 2007-03-15, 15:00:50, #65

Статья по персональному случаю. Думаю, вышла из за сгенерированной энергии мысли. Как подкючка к информационному потоку.

Смысл был такой, что не нужно было есть ядерный антибиотик, еще и дважды. Так как он как раз вызывает те симптомы, которые беспокоили.

А так, частенько бывает что спрайты мне что-то советуют. Попробуйте, спросите в ОС что нужно именно вам, ведь у всех разные ситуации. Естественно инфу нужно проверять;)

Всегда кроме обычных мер можно помочь себе энергитически. Это и матрица здоровья, и чистка и наполнение эфирки. Даже если шары энергии мысленно зарядить инфой на выздоровление и вложить в ЭТ -помогает.

Можем выложить методы в отдельной теме;)

Поддерживаю идею о том что бы не разбежаться.

Собралась классная команда!

Кроме разработок по СС столько тем всплыло для исследований.

Продолжаем на сайте в том же духе!

Благодарю, но не прощаюсь.

Талиса >> 2007-03-15, 15:44:31, #13

Благодарю от сердца Равенну, Масяню, Винчи за этот практикум, за доступ к знаниям!

На самом деле, для меня это были не только интереснейшие исследования и возможность заглянуть глубже в мир сновидений, но и решающий поворот в переоценке (перепросмотре) многих событий жизни.

Что тут же отразилось на реальности, в очень положительную сторону:)

Отдельная благодарность Версусу.

Возможно, встречи были. Осталось только открыть свою сновиденную память.

Думаю, что решающий толчок дан, основы в нас вложены. Теперь все завист от практики, того как мы этим распорядимся.

Да прибудет с нами сила!

До встречи на поляне!!!

Psychonaut >> 2007-03-15, 16:19:42, #66

Отчёт.

Последняя ночь практикума. Последний рывок. Всё намерение собрано воедино. Войти в СОС. Любой ценой. Все возможные триксы - наготове. С вечера - немного упражнений из тенсегрити. Раскачка точки сборки. Спать.

Проснулся среди ночи. Ничего. Время - 3:33. А у нас "стрелка" - с 3 до 4-х. Ситуация близкая к отчаянию. Время ещё есть, но оно - катастрофически ускользает. Пробую все триксы какие только можно. Кричу изо всех сил "Намерение! Хочу войти в ОС!" (правда, про себя :). Мысленно буквально прорываюсь куда-то, неизвестно куда - хоть куда-нибудь. Хватаюсь за какие-то руки, которые пытаются меня куда-то втянуть, цепляюсь за любые образы. Ворочаюсь в постели - выбираю, как лучше лечь - левый бок, правый, на животе.

Наконец, ложусь на левый бок и начинаю засыпать. Мысленно вижу, как кровать начинает опрокидываться, разворачивая меня лицом вниз - и вот так, лицом вниз, начинаю проваливаться куда-то в черноту.

Есть! Я в ОС-е. Картинка очень слабая, тусклая. Ничего не вижу. Пытаюсь рассмотреть мелкие детали, но картинка - постоянно ускользает. Что делать? Решаю посмотреть на руки. Есть! Вот они руки - вполне мои, достаточно правильной формы. Смотрю на руки - картинка вокруг начинает проясняться. Есть! Я во дворе дома своих родственников. На улице - ночь. Но хорошо видны дома вокруг, как при свете луны (хотя самой луны - не видно). Картинка периодически начинает тускнеть, но стоит только посмотреть на руки - яркость возвращается.

Вспоминаю, что нужно искать напарника. Взлетаю. Лечу в сторону его дома. Есть! Вижу напарника. Он сидит во дворе, прямо на улице, на земле (на опавших листьях). Подлетаю, сажусь напротив него. Дом, вроде его, и не его одновременно - в микрорайоне дома повторяются с определённой периодичностью, и было ощущение, что это точно такой же двор - но другой. И тем не менее, сидим, общаемся. Типа, как здорово, что мы всё-таки встретились в сновидении и всё такое. Возникла мысль полететь поискать Аталию с напарницей - чего мелочиться, раз уж встретились, нужно закрепить успех. Затем я предлагаю - всё-таки залететь в кухню - ведь мы намеревались именно кухню. Напарник немного колеблется, мол, долетим или не долетим - 5-й этаж, как-никак. Я говорю, фигня вопрос, руку вперёд, как у бэтмэна - и полетели. Подлетаем к подоконнику, попадаем в кухню. Кухня, мягко говоря, ну совсем не такая. Больше похожа на кухню ведьмы из "Ночного Дозора", причём "вид из сумрака" - куча какого-то хлама, невымытой посуды, крошки на столе - не очень уютно. :) Тем не менее - угадывались и знакомые детали. Я отметил, что всё довольно реалистично, и напарник согласился.

Затем я ему говорю, мол, слушай, если мы осознаёмся, значит глаза у нас должны быть чёрными. Всматриваюсь ему в глаза - нет, вроде обычные, нормальные глаза. Может, так тоже нормально? Снова вспоминаю о том, что мы, вроде как, собирались поискать Аталию с напарницей. Напарник начинает что-то на себя одевать, смотрю - какой-то длинный шарф и довольно нелепый, большой вязанный берет. Затем я думаю, что, наверное, для первого раза - и так достаточно. И плавно выхожу из ОС-а - тоже, довольно интересное ощущение - именно плавность выхода. Какое-то время лежу в переходном состоянии - чувствую, что могу как проснуться, так и войти обратно в ОС. Выбираю, всё-таки, проснуться. Просыпаюсь с чувством выполненного долга - напарника встретил, кухню нашли. Вполне неплохой результат. Посмотрел на часы - 4:40. После чего - заснул обычным сном.

Утром созвонился с напарником. Ну, почти! Почти СОС! Буквально чуть-чуть не хватило. :)

Всё-таки, это был спайт. По крайней мере, до того, как мы оказались на кухне. Напарнику - тоже снилась кухня. Примерно в то же время, что и мне. Причём это была как инородная вставка в другой сон, который ему в это время снился. Значит, снится ему кухня, затем - звонок в дверь, заходит... какая-то его знакомая девушка. Он ей говорит: "Валя? Привет. Давно не виделись..." О чём-то с ней общается... в какой-то момент начинает смотреть ей в глаза и понимает... что это не её, а мои глаза! :) В этот момент, по его словам, он был на грани осознания. Он вспоминает, что у него встреча со мной - на этой самой кухне. Но затем обратно уходит в свой сон - уже другой. Вокруг "Вали" было зеленоватое свечение, как от лампы.

Сегодня днём встретились в реале, чтобы обсудить события прошедшей ночи. Ещё раз посмотрели друг другу в глаза. Ну, точно - его глаза! Я раньше как-то даже не обращал внимания на цвет глаз напарника - так вот у спайта, оказывается, были точь-в-точь такие же. Напарник, в свою очередь, сказал, что мои глаза - точь-в-точь такие же, какие он видел во сне. В общем, судя по всему, в момент контакта глаз в ОС-е - мы были в каком-то миллиметре от СОС-а! Можно сказать, почти в нём! Что, наверное, тоже - не так уж и плохо - для нашего уровня. :) Будем считать, что стрела намерения - попала в цель. Ну, почти... чуть-чуть "недолёт". ;)

PS. Напарница Аталии этой ночью - тоже осозналась. Впервые с начала практикума. Хотя её ОС был довольно короткий, но в нём она вспомнила, что должна искать Аталию. Правда, после этого - довольно быстро вывалилась из ОС-а. Таким образом, за время практикума, каждый из нашей четвёрки хотя бы по разу - но побывал в ОС-е.

Antea-tor-Deriu >> 2007-03-15, 17:11:29, #14

Слушайте, я так растроилась, когда прочитала, что ХС отзывают. Я вчера прочитала "Первые врата, отследила хронологию: начал в 1990, а последние его книжные ОСы в 2001! И оценила, сколько опыта я получила в виде квинэссенции здесь, в инете, что то же самое моя группа проскочила за несколько месяцев! Я думаю, нас всех ждет еще много подарков в ПС, но держаться группой будет легче и интересней. Каждый ник для меня уже оброс какими-то личными качествами, тем более мы были в общем потоке, сдружились, можно будет устраивать в чате посиделки-обсуждалки и свои кратенькие потоки поддержки ... Идей у каждого появилось множество, можно работать и работать. Как думаете?

Hrafn Tinna >> 2007-03-15, 18:43:54, #15

присоединяюсь к благодарностям

когда прочитал последний пост Винчи кажется понял, что такое грусть воина, хотя и раньше чувствовал это... :_)

...спасибо за отчизну смелых...

Hrafn Tinna >> 2007-03-15, 18:48:00, #0

здесь - первые идеи о совместных действиях-взаимодействиях после отзыва ХС.

И вот первый намёк.

А что если развить такое состояние, когда человек будет отражать тебя без своего ведома. Т.е. какбы "активная зеркальность"

Или бред?

Arfa >> 2007-03-15, 19:30:41, #1

Может и не бред. Но как этого добиться?

Tilli >> 2007-03-15, 19:31:36, #16

За время практикума я получила необходимую мне информацию, и , вы не поверите, я ждала, что ХС уйдут. У меня было абсолютная уверенность в этом, я просто это знала. Мне горько от того, что все закончилось, но еще, есть осознание, что я нахожусь в начале интересного и трудного пути. А еще я уверена, что моя встреча с ХС не загорами.

Спасибо Tutt-е за то, что она привела меня сюда и спасибо всем участникам, за то, что делились своими наработками и идеями.

До встречи.

Arfa >> 2007-03-15, 19:47:45, #2

Кстати, предлагаю для начала вспомнить все свои попытки к СОС. Ведь главным образом является правильное формирование намерения. Что для вас было определением намерения?
Например: вчера перечитывала статью во 2-м прак.Равенны - "Трикс для встречи в сновидении".
Karras определил для себя три цели, последней из них было намерение: малое, большое и, соответственно, место силы...

Hrafn Tinna >> 2007-03-15, 20:02:30, #3

однажды была такая попыточка, наверное за месяц до начала практикума.
я осознался в какой-то комнате, которая одновременно была площадью или чем то вроде большого вокзального зала. там была огромная движущаяся толпа. из этой толпы я полуруками полунамерением вытащил своего старого знакомого, который, похоже тоже осознался и стал летать по комнате. я за ним)

Hrafn Tinna >> 2007-03-15, 20:04:39, #4

==Может и не бред. Но как этого добиться?=-
сначала придумаем зачем нам это нужно)))

Hrafn Tinna >> 2007-03-15, 20:24:23, #5

предлагаю для начала встретиться в чате. скажем в субботу в 21 по москве. обсудить, поиграть, понастраиваться
как?

Tuta >> 2007-03-15, 20:40:38, #17

Ну вот, я так надеялась, что мы в последнюю встречу пообщаемся с Ravenной и получим ответы на наши вопросы. Но все равно для нас очень много сделали и за это огромное спасибо! Ребята с практикума давайте продолжать делиться своими Осами и обмениваться информацией в чате. И до встречи на поляне!!!

Tuta >> 2007-03-15, 20:47:23, #6

Я приду

Талиса >> 2007-03-15, 22:51:24, #7

ОК встретимся в чате для еще одной настройки друг на друга.

Ведь мы вполне можем продолжить практиковать СОС,конечно, если есть желающие.

Отдохнем немного,и за дело.Правильно?

Кто с нами?

Думаю ,те кто разбился на группы,продолжат в любом случае,(не бросать же каркас полученных знаний)дело только за тем что бы выкладывать свои наработки.

Кстати,ведь многие в практикуме практически достигли СОС или были на шаг от этого.

Предлагаю выложить общие черты действий которые приближали нас к СОС,концентрат так сказать,наш опыт.

Создастся общее сильное намерение притягивающее к нам силу.

Можно начать с цитирования тех частей отчета,где СОС был практически рядом,и делать выводы- что тому сопутствовало.

gamecat >> 2007-03-15, 23:32:41, #18

За время практикума у меня были ОС гораздо чаще чем ранее. Пару раз я встретил напарника в условиях близких к СОС. Работа с воспоминаниями показала свою эффективность, некоторые вещи которые беспокоили - теперь впоминаются с улыбкой. К сожалению времени на встречи с партнером было мало, иначе думаю результаты были бы более заметные. Еще кстати получил отклик реала в виде многих неприятностей, которым пришлось учиться не поддаваться :) Спасибо всем за практикум!

Psychonaut >> 2007-03-16, 00:53:47, #19

Это было просто великолепно! Я в восторге. :)

Масяня, Равенна, Винчи, вы - супер! Очень рад, что мне выпала такая возможность - прикоснуться

к реальному волшебству в вашем исполнении. Да и всем остальным участникам тоже - большое спасибо. Как говорится, если бы не вы, то и не мы. :)

За время практикума я три раза выходил в ОС. Учитывая, что за последние несколько лет у меня вообще не было ОС-ов - это очень даже неплохо. Эффект - налицо. А последний ОС - вообще превзошёл все мои ожидания. До сих пор под впечатлением. Как говорится, то ли ещё будет! :) Очень благодарен своим друзьям - напарнику и Аталии с напарницей. За время практикума мы ещё больше сдружились - теперь ещё и вокруг такого вот общего дела. Каждый из нас хотя бы по разу - но вышел в ОС за время практикума, что тоже - можно расценивать как успех - наш общий. Ещё раз всем спасибо! До новых встреч.

Ajka >> 2007-03-16, 03:47:50, #20

Ну что еще добавить? Сказано много хороших слов и я к ним присоединяюсь.

Я рада, что прикоснулась к этому волшебному течению. Где-то даже получалось плыть. Ребята, наш Гольфстрим - он теплый.

Деро >> 2007-03-16, 07:00:12, #21

Равенне спасибо за старания. Партнеру спасибо за понимание! Всем пока! Ваш DP

Амаранта >> 2007-03-16, 08:06:30, #22

Равенне, Винчи, Ноде и всем кто помогал проводить практикум СПАСИБО!

И также СПАСИБО всем участникам дошедшем до конца за их воодушевляющие отчеты:)

ulis >> 2007-03-16, 08:12:24, #23

Присоединяюсь ко всем благодарностям. СПАСИБО! Будем работать, сдвиг хоть небольшой, но есть!

Antea-tor-Deriu >> 2007-03-16, 12:13:13, #8

я в любом случае "прилечу", не важно как. Есть идеи, но сейчас снова заскрипел тональ не в тональность, считаю "зайцев" по головам, не то что ОВД, состояние недоперепоя при условии, что внутри ни грамма, а только "чудные" диагнозы. Сейчас бы в ОС. До встречи!

Arfa >> 2007-03-16, 16:47:33, #9

Вчера поднакочала себя энергией, каждую чакру в отдельности. Получилось хорошо, в некоторых местах вроде даже переборщила. Осов не было, зато снов хватило на целых четыре страницы)) В одном из них видла Миракл, Талису, какого-то могодого человека возможно Hrafn Tinna ;)... когда мы завели беседу, среди нас появилась маленькая девочка и фотографировала.

Дальше попала в Индию или может нечто похожее. Там я нашла холм, на котором располагались шесть шестов вбитых в землю, на них были развешаны бусы сделанные из дерева и тряпки серого и коричневого цвета. Их развевал ветер. Сняла одну из них и накинула на себя.

Дальше оказалась в тропиках на реке, на берегу которого стояло много людей (похоже они все были индусы). Река была илистая, свет еле пробивался через листву деревьев. Я слышала пение птиц и ветер в деревьях. Решила что это надо запечатлеть и достала цифровик из сумки, не смогла переключить на съемку, но обнаружила там запись из какой-то пирамиды или хранилища.

Саркофаги, стены исписанные иероглифами, статуи...

Что бы это могло быть?

Hrafn Tinna >> 2007-03-16, 20:43:20, #10

Индия была в моих снах во время практикума!

это была некая церемония, действо, с длинными шестами, на которых были хоругви-стяги со свастиками. но индусы почемуто молились как арабы)))

Версус >> 2007-03-16, 21:30:59, #24

большое спасибо всем участникам и организаторам. отдельное спасибо напарнице, Талисе.

Miracle >> 2007-03-16, 21:39:39, #25

Большое спасибо всем, с кем намерение свело нас вместе на этом практикуме.

Tuta >> 2007-03-16, 22:23:12, #11

Слушайте, меня мучает один вопрос, мои ОСы приходятся на время с 8 до 10 утра (для меня сон оч.

важно, т.к. на работе сама себе хозяйка, могу позволить), в это время моя напарница давно не спит, а я то все безума ломлюсь к ней, в СОС пытаюсь вытащить! И что, может быть совместный ОС если один из нас в реале? Я читала что там время по другому течет, но конкретного ответа не где не получала, была надежда, что Равенна ответить...

И если вы читали мой Ос в " отчете о практикуме", то как это можно объяснить?

todesky >> 2007-03-17, 02:10:41, #26

Это одна из самых необычных практик которые у меня были, считаю, что практически, олицетворил много, о чем знал теоретически :) СОСов все равно достигнем, потому, как раньше их практически небыло, а сейчас стали проявляться результаты, главное совместное намеренье и сопутствие потока! Мне кажется все участвовавшие и шедшие до конца, добьются больших результатов и мы встретимся в ОСах)) Выражаю огромную благодарность за организацию!!!

Petri >> 2007-03-17, 09:26:43, #67

Сегодня пробовала упражнение Равенны из прошлого практикума по вклеиванию фрагментов из прошлых сновидений в гипнагогику. Я пыталась в всплывающие воспоминания и картинки вклеивать свою партнершу. В результате мне приснилась стена, в которой была ниша и в ней сидела моя партнерша и выполняла какое-то задание. В общем, по ходу сна мы участвовали в каком-то эксперименте, проводимом военными парапсихологами, (видимо это из вступления Равенны к этому практикуму - « Мой практикум – это адаптированная версия курса военной парапсихологии -- курса, во время которого людей обучают считыванию информационных полей с так называемых «ведомых объектов»»).

В предыдущих картинах сна и в этой тоже были каких-то два парня, которые все время нас сопровождали, как бы следили за нами. И тут, чтобы они не помешали моей напарнице выполнять задание(в нише), где она что-то передавала по какому-то устройству, м.б. мобильнику и что-то принимала, я стала их отвлекать, мы стали о чем-то общаться с одним из них, другой был в стороне. Потом набежала куча какого-то народа с междуусобными разборками.

Petri >> 2007-03-17, 10:59:09, #27

Расскажу в целом, как все у меня происходило. Так получилось, что в ходе этих упражнений нас оказалось трое, причем все редко запоминают свои сновидения. И обе мои партнерши не интересуются сновидениями, ну может быть вскоре это изменится. Так вот на протяжении всего практикума мы все пытались встретиться без лишних слушателей и нам никак не удавалось это сделать. Как будто мы были намазаны медом, к нам навязчиво клеились другие так, что было сложно отвязаться. Ну и так далее. Поэтому сложно было решить на ходу как использовать такие обстоятельства, потому что возможно это была как раз какая-то фора. И очень много было разных неожиданностей. В последней встрече, когда нам наконец-то удалось то, чего мы добивались, по-видимому созданся такой поток, что после этого был просто мощнейший отходняк. Здесь тоже это было неожиданно. Хотя кто много работает с такими практиками, наверно, уже знают все эти подводные камни. И когда мы обсуждали какую-то обиду, то видимо набрали на какую-то лею или нить или еще что-то, которая связывала мою партнершу с другой, которая не знала о наших встречах, тем не менее у нас с ней была такая волна агрессии, с которой было сложно справиться. Возможно это был как раз шанс зеркалить и применить водную технику, или исследовать эту нить, которая существует между ними, но опять не удалось сориентироваться. Теперь, когда поток схлынул, все успокоилось, но к таким вещам видимо надо быть готовым. В общем получилась масса загадок и феноменов, которые возможно будут понятнее, если делать это не один раз и с разными партнерами. Т.е нити или леи или каналы, связывающие разных людей - не знаю есть они или нет. И что с тобой самим происходит, когда ты затрагиваешь эти нити? Или это только интерпретация каких-то фактов. А может это и есть Сеть?

Поэтому я даже рада, что наши встречи были не очень частыми, возможно потрясение было бы более мощным.

А сейчас нужно время, чтобы это переварить и дальше использовать.

Так что всем спасибо за полезный практикум, организаторам - за неожиданные задания, участникам - за подсказки и поддержку. И всем вместе за мощное намерение, которое позволяло

выполнять задания и получать нужную инфу.

Talisa >> 2007-03-17, 14:37:21, #12

Tuta

На днях выложу инфу. Завтра иду на семинар по этой теме.

Кстати, в Лаборатории есть для нас отдел

Hrafn Tinna >> 2007-03-17, 15:10:13, #13

да, так что перебираемсо туда, кто зарегился

enator >> 2007-03-17, 17:27:33, #14

Arfa: Дальше оказалась в тропиках на реке, на берегу которого стояло много людей (похоже они все были индусы). Река была илистая, свет еле пробивался через листву деревьев. Я слышала пение птиц и ветер в деревьях. Решила что это надо запечатлеть и достала цифровик из сумки, не смогла переключить на съемку, но обнаружила там запись из какой-то пирамиды или хранилища.

Саркофаги, стены исписанные иероглифами, статуи...

ОЖ! У меня на карте есть аналогичное место. Там можно добыть интересные знания, но это сопряжено с некоторой опасностью (по крайней мере раньше так и было). На мой взгляд - это одно из ключевых мест на карте - особую силу там ощущаю.

Щас там не бываю. V

vivian >> 2007-03-17, 21:02:50, #15

Tuta, а где будет семинар, подскажите?

Ajka >> 2007-03-18, 01:47:43, #68

В последнем задании были какие-то тревожные сны . которые я отрывочно помнила . Но вот прочитав последний пост про нишу в стене , я вспомнила , что тоже пряталась в нише.

Arfa >> 2007-03-18, 12:14:18, #16

За эту ночь 1-н люцидник. А начиная с 8:45 до 11:11 - еще 2-ва люц. и два Оса.

Основная цель попасть на поляну.

Выбрала и испытывала на себе три способа перемещения. Через потолок, два раза. Возвращалась в кв-ру. Проходила сквозь стеклянную дверь, много раз, при этом испытывала неприятный зуд во всем теле. Решила опробовать стену, проходить сквозь нее, было больно.

И вот, в поисках различных способов, вспомнила, что можно открыть некий тоннель, который приведет в нужное место. Открывают его неорганики и соответственно как плату берут энергию.

Эх-х, думаю, была не была...

Прислонилась животом и лицом к стене, закрыла глаза, сосредоточилась на поляне. Что-то в голове подсказывало что нужна визуализация места. Представила. Почувствовала вокруг меня свет, распространяющийся от головы до пят, потом падение в светлую теплую массу. Мне не было страшно, Было ощущение присутствия кого-то рядом. По коже бежали мурашки, казалось мы занимались любовью и мне было очень приятно... В голове крутилась мысль, сколько я должна отдать своей энергии - половину или может 1/10...

Через мгновение очнулась лежащей на земле, зеленая трава. Зрение фокусировалась тяжело...встала, нашла дуб, две (?) скамейки, там сидело несколько человек. Вспомнила про хочунчика, пошла дальше, нашла озеро (потянуло посмотреть на неведомых суц-в). Дотронулась до воды. Рядом прошли мальчик со своей мамой, я отвлеклась и вылетела в реал. Однако потери энергии я не почувствовала.

З.Ы. мы будем продолжать оставлять отзывы здесь, или полностью перейдем в лабораторию?

Arfa >> 2007-03-18, 13:33:58, #17

Venator, можешь дать описание, где это место найти и как ты его определяешь, т.к. я не знаю где оно находится у меня на карте, но заметила, что со многими основные точки сходятся.

Hrafn Tinna >> 2007-03-18, 15:45:17, #18

предлагаю лабораторию все-таки не зря туда пригласили!

Talisa >> 2007-03-18, 20:50:56, #19

В лаборатории в понедельник начинается практикум.

Так что-вперед!;)

Все кто был в потоке, продолжаем!

Antea-tor-Deriu >> 2007-03-19, 18:12:20, #69

Еще в тему. Как все-таки практикум растревожил больные места, которые не болели! С пятницы повалило опять, заскрипело. Растроилась по поводу ухода, так одиноко стало и тоскливо! и процесс пошел: и то, и то, и то... Много чего даже для моей психики! Придавило в воскресенье жутко, какой инет, какая практика! И стали мы копать с напарницей, есть же где-то что-то, хотя за два дня каждый из группы высказался по-разному. Хорошо сидите? Вошла я в рабочее состояние, нашла эту мерзопакостную программу на уничтожение нашей группы, вынула, отправила по адресу (я пересиала быть доброй!), вынула все нити, еще закрутила, и тут всплывает крест такой. Больно! И он как образ затянул меня в ОС. Я в пещере, осреднение могила с крестом в изголовье, могила выложена самоцветами (вот вам мои способности, мои мужчины, мои деньги!). Достая свой светящийся фантом из глубины, такой свет залил все, принимаю в себя и выбираюсь их пещеры, а она рушится. Я бежать, а на мне резинка - не пускает. "Помогите!" и чья-то рука мужская меня держит, пока я ищу кнопочку и сбрасываю пояс! Свобода! Моя напарница в этот момент работала собственно с бабулей (она и ее родственница). Вместо скелета хорошая такая мумия, во нас объела! В общем, сжала, рассыпала в прах, собрала в коробочку и запулила подальше. Такой свет увидела (как раз в одно время со мной!). После через какое-то время я смогла войти в ОС половить себе работу, мужчину и деньги, порыбальить короче. Успешно! Сегодня мне сказали, что будет новая должность с большей зарплатой, с утра меня пригласили сниматься в сериале (хи-хи!), появился новый интересный мужчина, принесли подарок... И по списку можно продолжать. Я практик, мне важнее то, что можно потрогать руками. И вот приглашение в ДХЛаб, хоть я и опоздала, но все равно хорошо. Рада за тех, кого возьмут!

Antea-tor-Deriu >> 2007-03-19, 18:24:52, #28

Про леи, нити могу отправить к источнику "Руки света" Барбана Энн Бреннан. Она это видит и хорошо описывает. Из своей практики старой могу описать так. Я работала с девушкой, ее брат был 10 лет в разводе и его дочь с ним не общалась. Клубок был еще тот! Липкие нити, связанные, склеенные, вонючие! Когда я распутала ее клубок, ЕЕ!, впервые на день рождение дочь ее брата приняла подарок и пообщалась с отцом. Следом были похороны, я их всех увидела разом, результат был налицо. Поток был очень мощным, ребята собрались не рядовые, за себя с напарником и напарницей могу сказать, что кочегарили по привычке мощно, вылезли такие необычные вещи! И лезут до сих пор! Просто эти техники намного проще и намного эффективней!

jus >> 2007-03-19, 19:25:46, #20

где искать навый практикум по укреплению памяти?

Venator >> 2007-03-20, 18:35:01, #21

Arfa, оно у меня находится чуть южнее и восточнее города(но это не точная инфа, т. к. последние сны показывают переменчивость мест, их соотношения между собой). Там рядом был лес. Это место мне виделось в виде 1)гигантской(метров 100 в высоту) гориллы, 2)таможни с центром Силы в хранилище конфискованных вещей - из этого места можно было черпать знания напрямую, оно все время серое по цвету, но форму может менять. И там и там меня подстерегала небольшая опасность(на уровне страхов).

Ходят слухи, что есть две Библиотеки: одна опасная, другая - нормальная. Также есть Заповедник=>может опасная библиотека - это заповедник.

Tuta >> 2007-03-21, 20:03:21, #22

Не могу я попасть в лабораторию, регистрации нет. Заявку отправила по мылу, тишина. Как гость там вообще ни куда не зайдешь! Че за фигня!

Талиса, какой практикум, на какую тему?

XagohatX >> 2007-03-21, 21:57:52, #23

Tuta, вероятно, ваши результаты практикума были неудовлетворительными, либо ответ

фильтруется вашим почтовым сервером. Регистрации на лабе нет ещё с февраля, и она там ещё не скоро появится.

Tuta >> 2007-03-22, 09:07:24, #24

ХагоhatX, мои результаты даше очень удовлетворительны. Сновижу я с 10 лет

Psychonaut >> 2007-03-22, 10:39:50, #25

Tuta, а ведь ты там есть в списке. Пробуй. Там есть функция "Forgot your password?" под кнопочкой "Login".

Это просто, наверное, был какой-то глюк сервера. У Аталии - такая же ситуация как у тебя. Была. Теперь всё ок.

PS. Кстати, глянь в личку - я тебе там написал. ;)

Fashion >> 2007-03-27, 22:18:40, #26

Хочу практикум Равенны!!! Просто мечтаю о нем!!! Ночами снится))) А когда следующий намечается и намечается ли вообще?

Hrafn Tinna >> 2007-03-27, 23:00:46, #27

не отвечаю за главного, но по приблизительным подсчетам года через 1,5 ;)

Tilli >> 2007-03-30, 20:27:59, #28

Знаете что меня бесит. Что эта лаборатория, куда все практически участники практикума ушли, остается тайной за семью печатями. Это кошмар какой-то. Туда не прорваться. Попадаешь ни на что. На мультку какую-то.... Издеваются.

Psychonaut >> 2007-04-01, 00:38:50, #29

Tilli, а знаешь, может и зря ты переживаешь. Я уже и сам подумываю, чтобы оттудова - снова сюда перебраться. :) А-то у меня в лабе - комплекс неполноценности начал развиваться. Все там такие продвинутые (ну, не все, но многие). Здесь я себя комфортнее чувствовал, честное слово. :)

В общем, не скучай. Думаю, этот форум - ещё рано списывать за ненужностью. :) Вероятно, какие-то наработки из оттуда - так или иначе будут сюда просачиваться. В частности, была идея - повторить практикумы Равенны, начиная с самого первого. Вот только делать это придётся, судя по всему - сугубо своими силами. :)

. Вот только делать это придётся, судя по всему - сугубо своими силами. :)

Venator >> 2007-04-01, 14:28:26, #30

Psychonaut, предлагаю ближе к середине лета организовать подобное мероприятие.

Меня больше интересует 2й практикум.

Fashion >> 2007-04-01, 23:51:08, #31

Любой аналогичный практикум был бы манной небесной) А по поводу закрытого форума чот они темнят. Сами в книгах пишут, мол, мы готовы свою инфу давать всем и каждому... Чот несрост, 100% :)

Ajka >> 2007-04-02, 01:14:35, #32

Ничего, мы в поток организуемся. Psychonaut ,так что там за практикум по улучшению памяти?

Antea-tor-Deriu >> 2007-04-02, 14:04:24, #33

Привет, все свои люди здесь! Насчет середины лета - не согласна, зачем так далеко.

Организоваться можно, вести есть кому, я думаю, ДХ Лаб тоже вольется в виде кого-нибудь. По поводу МЕМОподготовки - все нормально, лезет ЧНеполноценности у всех, в первую очередь, у кого ЧСВ раздута. Я всегда в таких случаях вспоминаю Лао Цзы: "Хочешь стать умней - найди более умного друга". Я лично думаю работать в ДХЛабе в качестве рабочей лошади столько, сколько выдержу, опыт колоссальный. ПРактикум - это только верхушка айсберга, как и это - тоже какой-то слой, но какие подвижки, а они и есть наша ЖИЗНЬ!

Psychonaut >> 2007-04-02, 14:14:02, #34

Fashion, я думаю, сейчас просто на просто вырабатывается некая новая форма донесения этой инфы. С наплывом большого количества новичков (я, кстати, тоже отношусь к их числу) - в этом деле возникли кое-какие сложности.

Ну, попал я в dhlab, ну и что? Уверяю, там нет ничего такого супер-пупер секретного. Просто более продвинутые перцы хотят двигаться дальше, не застревая на уровне первоклашек. И не хотят, чтобы их отвлекали по пустякам.

Лично я себя в лабе именно так и чувствую - как первокурсник, которого пустили посмотреть на лабораторию квантовой физики. Прикольнo, конечно. Но не более того. Практикумы, которые там проводятся - требуют определённой подготовки. Я не уверен, что у меня таковая есть. Хотя некоторые темы там - да, я нахожу для себя довольно интересными.

PS. Такие корифеи как масяня - и вовсе ушли из инета (по слухам, года на 1.5) - их нет даже в dhlab-е. Так что в любом случае, ожидать, что кто-то будет тянуть за уши - не приходится. По крайней мере, повторить практикумы Равенны, думаю - вполне реально и своими силами.

Ајка, не вопрос. Выходи через ОС на сновиденную версию форума dhlab - там всё написано. ;) Ну что я могу поделаться, если данный практикум решили сделать закрытым. Кстати, по некоторым вполне понятным мне причинам. Возможно, Дедал уполномочит кого-нибудь делать "пресс-релизы" о его ходе - раз уж информация всё равно просачивается, судя по твоему постингу. А может, наоборот, сделает его ещё более закрытым, ликвидируя любые утечки - а он настроен весьма решительно. ;) Хозяин - барин.

Philos >> 2007-04-02, 15:14:35, #35

Оп-па... Через ОС, говоришь... Спаси-ибо...

Tuta >> 2007-04-02, 21:52:27, #36

Будете повторят практикуммы Равенны, про меня не забудьте. А то мы с Antea-tor-Deriul, уже вдвоем собрались объединиться. Раз такая тема пошла, подождем остальных.

Tilli, не переживай!

Aјka >> 2007-04-03, 01:44:14, #37

Давайте попробуем выработать стратегию нашего потока. Так сказать план самообучения. У нас есть практикумы для Реала, для мира Снов и для промежуточных состояний (просон, склейки, транзиты) Мы знаем как составлять карты сновидений и в принципе догадываемся про картографию Реала. Для того, чтобы правильно двигаться, нам необходимо научиться общению с Силами. Т.е. замечать Знаки, понимать их смысл и уметь договариваться с Миром. Есть оч интересный материал <http://dhworlds.dhlab.ru/index1.htm> на эту тему, вот как бы из него практикум сделать?

Venator >> 2007-04-07, 15:00:51, #38

Все эти практики настраивают нас на определённое(более эффективное) восприятие мира. Для начала предлагаю провести практикум по осознанности в Реале(на основе материалов альтеринфо). Это создаст базу для других техник. У кого ещё какие предложения.

Essenzionale >> 2007-04-08, 00:27:23, #39

Наверное это будет правильно - переход от простого к более сложному.

У меня вот какой вопрос: вопрос безопасности, а то на разных сайтах столько инфы про опасности, подстерегающие ХС и практикующих ОСы (лабиринты, летуны, урон здоровью, высасывание энергии и.т.д.)

А не может ли это быть ментальной установкой (невольной). Допустим, одному приснилась какая-то бяка и оочень его напугала и он поведал об этом другим, в подробностях описав ее, а потом и другие столкнулись с этой бякой, потому как получили инфу "осторожно, тебя ждет опасность" и даже как она может выглядеть и неосознанно ждали этого, ну а потом конечно ее и увидели (ну типа самовнушения что-ли).

milaust >> 2007-04-08, 00:56:40, #40

2Essenzionale

может это и ментальные установки, но действительно очень заразные,

хотя бывает сначала счем то столкнешься, а потом узнаешь что и у других такое бывало.

я тоже практикум хочу!

Ajka >> 2007-04-08, 02:49:13, #41

Опасности реальные, я с этим столкнулась когда занималась сновидениями в одиночку по Кастанеде. Где-то год назад вышла на материалы ХС в инете и мне многое стало ясно. что произошло. Вот поэтому и нужен поток, живое общение. Я готова участвовать в повторах практикумов.

Суенум >> 2007-04-09, 14:59:13, #42

Я с вами. Не охотатерять 1,5 года на ломание копий я за поток!

Philos >> 2007-04-09, 16:30:00, #43

Собственно, в чём проблема. Весь первый практикум Равенны уже есть - он вышел в "Веси". Книжку в руки - и...

Antea-tor-Deriul >> 2007-04-11, 15:20:18, #44

Так, когда начинаем? А то скоро лето

Venator >> 2007-04-11, 15:46:15, #45

Все таки решили работать с ОСами?

У меня такие предложения:

1) посчитаться(сколько нас?)

2)можно разделить на группы:

1) ОСы

2) Сталкинг

3) Осознанность(Базовый курс на alterinfo)

Потом(например, в конце лета) можно будет подвести итоги...

Antea-tor-Deriul, лично мне лето не помеха - скорее наоборот - подарок.

Essenzionale >> 2007-04-11, 19:36:05, #46

Блин, у меня проблема. Уже недели 3-4 ОСов вообще нет. Вхождение в поток через дверь, на ручки смотреть - ничего не помогает. Сны свои я отлично помню почти всегда, по несколько за ночь, так как я раз по 5 за ночь просыпаюсь (эта привычка или расстройство сна у меня уже лет 6-7). Было как-то мне даже электронная библиотека приснилась, там даже средневековые книги были, все время хотела вернуться и посмотреть, но в Ос не могу войти. Может это со страхом связано, что в Осе можно наиткнуться на подлую сущность?

Tuta >> 2007-04-11, 20:53:14, #47

Essenzionale, это скорее всего, твое слишком сильное желание попасть в Ос. Отпусти ситуацию и не зацкливайся на этом и все вернется. Просто, перестань этого так сильно хотеть, чем сильнее ты хочешь, тем врядли получишь. Равновесные силы - понимаешь ли...

Я первый практикум не давно прошла, пока не хочу возвращаться, т.к. сейчас выполняю второй, могла бы с кем объединиться. А вообще, как решит большинство

Tilli >> 2007-04-13, 14:15:49, #48

Tuta, какая ты умная. А теперь, расскажи, как это, сильно не хотеть (когда интересно и жуть как хочется), а главное - отпустить

Ajka >> 2007-04-14, 00:43:11, #49

Essenzionale, для Ос оч полезны созерцательные практики. И ничего не надо бояться, Сила как собака, если почует твой страх, то может броситься.

У меня др проблема. С некоторых пор стал глючить браузер, то я участник форума, то гость. А последнее время вообще комп виснет как только я захожу на этот форум. Поставила себе Оперу, все куки разрешила, но она упорно показывает меня гостем. Вот сейчас Эксплоером зашла, надеюсь удастся отправить сообщение

Tuta >> 2007-04-15, 15:17:12, #50

Tilli, раз не доходит, ничем помочь не могу....

podnebesnaya >> 2007-04-15, 16:26:09, #51

Возьмите меня тоже в практикум. В одиночку очень сложно. Но у меня пока получается. У меня на

руках есть сновиденный практикум Равенны ступень 1-4. Если есть кто из москвы, его можно купить в Дом книги стоит 638 рублей.

Ajka >> 2007-04-17, 02:18:50, #52

Долго раскачиваемся. Давайте каждый , кто хочет участвовать напишет с какого практикума ему бы хотелось начать. А потом посчитаемся и выберем. Я бы начала там где шары восприятия и интерфейс видения . Просон вообще. И на той неделе начнем.

Killer >> 2007-05-07, 22:27:44, #53

“практикум Равенны ступень 1-4. Если есть кто из москвы, его можно купить в Дом книги стоит 638 рублей.

rodnebesnaya“

Нельзя ли поподробней, что за книжечко, издательство, афтор? Оно позолоченое?:)

legio >> 2007-05-09, 03:26:00, #54

издательство весь автор,но очень условно балабан зайцев,на полянке в молодой гвардии 500,на проспекте мира 400.Если не поздно я бы записался на практикум

XAM >> 2007-05-12, 17:34:06, #29

когда чтото получаешь чтото и отдаешь..а что отдали вы? ;)

Antea-tor-DeriuI >> 2007-05-23, 13:41:29, #30

ЛЮБОВЬ!