

Я читал и перечитывал книги Кастанеды на протяжении последних 10 лет, и никак не мог совместить изложенную в них «теорию» с реальной жизнью. Меня увлекало повествование, но понять — как же применить все это на практике — у меня не получалось. Теперь эта проблема решена, как будто пазл сложился, все недостающие детали заняли свое место — после прочтения этой книги и выполнения психологических упражнений я наконец-то понял, о чем на самом деле идет речь в книгах этого знаменитого «воина-мага»!

*Олег Б.,
Москва*

Прочел книгу и передо мной как будто распахнулась дверь в мир Карлоса Кастанеды! Дверь, в которую я стучался столько лет!

*Николай К.,
Петрозаводск*

Замечательное изложение удивительной системы великого мастера, доступное, но не примитивное. Да, кто-то доходит до такого понимания и сами, интуитивно, но — далеко не все. Эта книга дает толчок, помогает переключить что-то внутри себя и решиться на поиски нового пути, пути к лучшей жизни, к настоящей жизни!

*Ольга С.,
Днепропетровск*

Наконец-то появилось достойное, проработанное «пособие» по освоению пути воина! Сам я давно практикую систему Кастанеды, и небезуспешно, но часто сталкиваюсь с тем, что объяснить многие вещи (понятные мне самому) кому-то из своих знакомых оказывается очень трудно. Теперь я просто дам им почитать эту книгу и думаю, мы сможем в дальнейшем лучше понимать друг друга.

*Сергей Н.,
Южно-Сахалинск*

Честно сказать, имя Карлоса Кастанеды меня всегда несколько настораживало. Я несколько раз пыталась читать его книги, но быстро «вязла» в необычных образах, путалась в терминах... С интересом и удовольствием прочла эту книгу-тренинг и убедилась, что все не так страшно, как мне казалось — чувствую, что теперь я смог прочесть и оригинальные книги и разобраться в них.

*Анна К.,
Саратов*

Эта книга на самом деле меняет все — образ мыслей, взгляд на мир и саму жизнь! Стоит только начать читать и решиться сместить точку сборки!

*Елена Р.,
Санкт-Петербург*

Практики, меняющие жизнь

Марк БАКНЕР

ОБРЕТИ СИЛУ
**КАРЛОСА
КАСТАНЕДЫ**

**50 практик
для развития
сверхспособностей**



Издательство АСТ
Москва

УДК 133.4
ББК 86.42
Б19

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Бакнер, Марк

Б19 Обрети силу Карлоса Кастанеды. 50 практик для развития сверхспособностей / Марк Бакнер. — Москва: Издательство АСТ, 2015. — 285 с. — (Практики, меняющие жизнь).

ISBN 978-5-17-084047-2

Карлос Кастанеда — преподаватель антропологии, лектор и писатель, доктор философии, могущественный маг, загадочный нагваль, глава целой магической династии, создатель уникальной системы знаний. Системы, которая оказалась поистине спасительна для всех, кто оказался в трудных обстоятельствах, кому приходится выживать в сложных условиях подавления личности, неприятия со стороны окружающих, одиночества, или просто ситуаций, когда все дороги кажутся тупиковыми, ничего не ладится и теряется ощущение смысла жизни.

Эта книга — тренинг на основе системы Карлоса Кастанеды, разработанный именно для тех, кто хочет не только читать его книги, но и начать действовать, обретая власть над своей судьбой и окружающим пространством. Упражнения, которые вы найдете в книге, органически вытекают из текстов Кастанеды. И вместе с тем тренинг построен с учетом законов психологии и современных наук о человеке. Все упражнения протестированы на предмет безопасности. В них не используются приемы, потенциально способные причинить какой бы то ни было вред.

Макет подготовлен редакцией



ISBN 978-5-17-084047-2

© Бакнер М., 2014

© ООО «Издательство АСТ», 2015

Оглавление

ВСТУПЛЕНИЕ.

Путь воина духа.

Как обрести смысл существования

и начать жить в полную силу11

Маги — те, кто сами творят свой мир, свою
жизнь, самих себя.....18

Если вас тянет на этот путь — значит, вас
выбрала Сила!.....19

Будьте готовы и к тому, что при тренировках
по системе Кастанеды у вас могут
открыться некоторые «особые» способности....21

Эта книга для тех, кто хочет наполнить
смыслом каждый миг своего бытия.....23

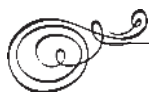
ГЛАВА 1.

Мир как он есть.

Прорыв к подлинному видению24

Мир совсем не таков,
каким мы привыкли его видеть.....25

Мир — скопление энергетических полей.
Человек — светящееся яйцо28



Тональ и нагуаль:
мир видимый и мир реальный.
«Неделание» как способ прикосновения
к реальности31

Левостороннее и правостороннее внимание.
Точка сборки и безопасные способы
ее смещения38

ГЛАВА 2.

«Остановка мира».

Жизнь здесь и сейчас48

Прекращение внутреннего диалога49

Слушание звуков мира56

Разрушение привычек и распорядков60

Освобождение от власти щитов внимания64

ГЛАВА 3.

Освобождение от чувства

собственной важности72

Изменение привычного образа самого себя ...73

Каждый из нас не более важен, чем все
остальное в мире.....79



Принятие своей судьбы84

Стратегическая инвентаризация88

ГЛАВА 4.

Освобождение от жалости к себе94

Жалость к себе — плохой помощник95

Тот, кто не ждет помощи и утешения,
становится сильнее.....99

Жалеть других — значит причинять им вред.. 105

«Место без жалости»..... 110

ГЛАВА 5.

Освобождение от страха смерти.

Смерть как советчик 116

Бездарная мелочность — удел тех,
кто забывает о скоротечности жизни 117

Избавление от страха смерти.
Символическая смерть 123

Принятие смерти как равноправного
партнера, друга и советчика 128

Каждый ваш шаг как «последняя битва» 134



ГЛАВА 6.

Безупречность воина.

**Отрешенность и контроль над эмоциями,
желаниями и потребностями 140**

Отказ от индальгирования —
потакания своим слабостям 141

Настроение воина: отрешенность 148

Безупречность и недоступность.
Что значит бережное отношение к себе
и к другим. 154

Анализ желаний и потребностей.
Все, что вам нужно, у вас уже есть 162

ГЛАВА 7.

«Стирание» личной истории

и «переписывание» прошлого 171

Территория души нуждается
в защищенных границах. 172

Личная история: ботинки, которые жмут 179

Перепросмотр:
возвращение силы и свободы 188

Альтернативный вариант перепросмотра:
сжигание прошлого. 195



ГЛАВА 8.

Искусство «контролируемой глупости».

Сталкинг 200

«Игра в жизнь»

как способ пополнять энергию
и действовать более эффективно 201

Четыре настроения сталкинга 207

Сталкинг на практике:
принцип айкидо 215

Как победить «мелкого тирана» 222

ГЛАВА 9.

Охота за силой.

Как ухватить «хвостик удачи» 240

Воин постоянно накапливает
личную силу 241

Воин принимает неприятности
как вызов 246

Воин во всем находит
счастливые шансы 250

Воин никогда ни о чем
не жалеет 256



ГЛАВА 10.

Искусство намерения.

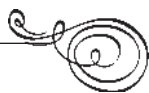
Управление реальностью 262

**Возможно все, на что у нас есть
несгибаемое намерение 263**

**«Путь с сердцем» — единственно верная
дорога к мечте 270**

**Концентрация на намерении: достижение
точки «безмолвного знания» 276**

**Управление намерением при помощи
сияния глаз 280**



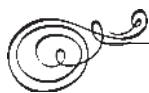
Вступление.

Путь воина духа.

Как обрести смысл
существования и начать
жить в полную силу

Карлос Кастанеда — это имя окутано ореолом тайны. Кто он — преподаватель антропологии, лектор и писатель, доктор философии, или могущественный маг, загадочный нагваль, глава целой магической династии? У этого необыкновенного человека множество лиц. В своей жизни он выступал в различных ипостасях, и даже известен был под множеством имен.

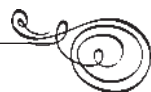
Рассказав о себе так много в своих книгах, Кастанеда все же остается загадочной, непостижимой фигурой, словно бы окутанной мистическим туманом. Но могло ли быть иначе, если загадочность и непостижимость мира, в котором мы живем, а также непостижимость человека в этом мире — одна из сквозных тем всех написанных им произведений.



**Мир — это великая и прекрасная загадка,
и не менее великая загадка — человек.**

Мы подчас забываем об этой загадке в своих повседневных делах и хлопотах. Но однажды, остановившись на мгновение, вдруг осознаем, что теряем самих себя и упускаем свою единственную жизнь, которая проходит в пустой бессмысленной суете. Мы останавливаемся и начинаем искать ответы на вопросы: кто мы и зачем живем, как вырваться из бесконечной полосы проблем и страданий, как найти себя, как обрести смысл существования и начать жить в полную силу, как научиться быть счастливыми, как победить обстоятельства и взять свою жизнь под собственный контроль... И вот тут нам на помощь может прийти Карлос Кастанеда, профессор антропологии и маг, ученик индейского мага дона Хуана, писатель, ученый, и нагваль...

Казалось бы, что нам Кастанеда и его учение — нам, жителям России второго десятилетия XXI века? Что нам нагвали и мексиканские шаманы, со всеми своими почти фантастическими приключениями, превращениями, полетами в иные реальности, общением с бестелесными неорганическими существами? Но сколько бы ни было в книгах Кастанеды того, что кажется подчас фантастикой, порождением неумного воображения талантливого



писателя-мистика, — за всем этим ясно просматривается очень четкая, разумная, а главное — действенная система самовоспитания и саморазвития, приводящая к совершенно новому качеству жизни.



Карлос Кастанеда (настоящее имя Карлос Арана) родился, по одним данным, в 1925 году, по другим — в 1931, по третьим — в 1935. Такая путаница в датах и именах (и не только в них) связана, возможно, с тем, что Кастанеда, согласно заветам своего учителя дона Хуана, не афишировал свою личную историю, а иногда и намеренно окутывал ее туманом.

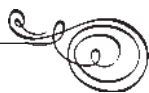
Достоверно известен лишь факт, что интерес к этнографии и антропологии привел его в Калифорнийский университет в Лос-Анджелесе, где в 1968 году он получил степень магистра, а в 1972 году — доктора философии за свои книги о системе знания мексиканских магов, переданной ему доном Хуаном. Эти книги практически сразу стали знаменитыми. В нашей стране они были впервые опубликованы в конце 80-х годов XX века и до сих пор остаются в списке бестселлеров.



Именно система, описанная в книгах Карлоса Кастанеды, позволила не только выжить, но и продолжить род, сохранив свою самобытность и культуру, многим представителям индейских племен во времена нашествия конкистадоров, не щадивших местное население и местные обычаи. Способ выжить для большинства был лишь один: перейти на сторону завоевателей, отказавшись, по сути, от самих себя. Сломив свой дух и превратившись в рабов. Иным способом выжить не могли даже герои.

Но те, кого Кастанеда называет магами — выжили. В условиях, в которых выжить, казалось бы, невозможно. А главное — сохранили себя, не только не позволили сломить свой дух, но даже стали крепче и сильнее, а также обрели множество невероятных способностей, о которых обычные люди и мечтать не могут.

И до сих пор эта система знания поистине спасительна для всех, кто оказался в трудных обстоятельствах, кому приходится выживать в сложных условиях подавления личности, ограничения прав и свобод, моральной и физической угнетенности, отверженности и неприятия со стороны окружающих, одиночества, или просто ситуаций, когда все дороги кажутся тупиковыми, ничего не ладится и теряется ощущение смысла жизни.



Конечно, обстоятельства жизни большинства из нас не сравнимы с теми, что были у индейцев во времена конкистадоров. Но и легкой нашу жизнь уж точно не назовешь. Действительность то и дело бросает нам вызов. А потому неудивительно, что книги Карлоса Кастанеды не утрачивают своей привлекательности и продолжают пользоваться популярностью у российских читателей в течение вот уже не одного десятилетия.

Но найти в книгах Кастанеды то, что способно стать поистине вашим спасением, не так-то легко. Для этого нужно быть, по меньшей мере, очень внимательным и вдумчивым читателем. Эти книги таковы, что к ним требуется возвращаться неоднократно, читать и перечитывать, вновь и вновь докапываясь до истины.

Представляя собой детальный, подробнейший отчет об уроках дона Хуана, а затем о самостоятельных шагах Карлоса Кастанеды на пути нагваля — главы партии магов, книги вовсе не содержат четкой методики, которую читатель мог бы самостоятельно применять на практике. Кастанеда и не ставил цели создать такую методику. Он просто описывал все то, что было с ним, стараясь не упустить ни одной детали. Чтобы все это осмыслить и по-настоящему понять, ему самому потребовалось время, и немалое.