



Глава первая

Каббалистические ритуалы и упражнения

22 Пути, добавленные к 10 Сефирот, образуют прославленные «32 Пути», благодаря которым Мудрость последовательно нисходит на человека, что позволяет ему, в свою очередь, возвыситься до ее Истока, поднимаясь по этим 32 Путям. Этот процесс внутреннего созерцания можно назвать раввинистическим толкованием того, что индусы знали как йогу или Союз человеческого с божественным, заключаемый посредством размышлений и погружения разума в мистические грезы.

Доктор У. У. Уэсткотт, «Введение в науку каббалы»¹

Изучение каббалы — благодарное занятие само по себе, однако теория в данном случае лишь половина дела. До тех пор пока каббалистические принципы не будут на практике воплощены в вашей жизни через медитации, визуализации, аффирмации и ритуальные упражнения, они не станут той всеобъемлющей системой духовного роста, которой, собственно, и являются. Каббалу описывают как «йогу Запада» по той причине, что она представляет собой интерактивный процесс эволюции личности. Люди, которые читают книги по каббале, не утруждая себя практической работой, рискуют стать «кабинетными магами», которые просто жонглируют именами и датами, фактами и образами, не зная, как правильно выполнить простейшее упражнение. Эти люди понятия не имеют об истинных методах и целях теургии («божественной работы»). Как и с большинством прочих человеческих занятий, практика — единственный путь к совершенству.

Слишком много людей оказалось в ловушке заблуждений, считая, что в магическом искусстве главное — обладать неким «тайным знанием». Поиск тайного знания ради него самого привел многих «будущих адептов» на путь

¹ Уэсткотт, Введение в науку каббалы, 47.

иллюзий и эгоизма. Однако истина состоит в том, что большинство магических секретов не являются тайными. Многие веками писали о них вполне открыто. Магические истины лежат буквально «у всех на виду», но постичь их можно только через личный опыт.

В своей основе магия является техникой пробуждения в человеке скрытых психических состояний. Проще говоря, магия — метод обучения тому, как повысить и сконцентрировать собственную силу воли, воображение, память и интуицию. Чем активнее человек учится тренировать эти способности, тем выше становится шанс, что действия его будут созвучны божественным силам, управляющим вселенной. Часто можно услышать, что магические принципы основаны на четырех фундаментальных истинах: 1) Физическая вселенная является лишь частью (и далеко не самой важной) всеобщей реальности; 2) Человеческая сила воли представляет собой подлинную силу, которую можно развить, и тренированная сила воли может влиять на окружающий мир и производить разного рода физические эффекты; 3) Силу воли можно направить в нужную сторону с помощью воображения; 4) Вселенная — не смешение случайных факторов и событий, а упорядоченная система соответствий (включая каббалистические); понимание моделей этих соответствий позволяет магу пользоваться ими для воздействия на реальность.

Каббалистическое учение часто именуют «Лестницей к Свету», поскольку оно не только описывает процесс возникновения космоса в результате нисхождения божественного начала в физическое, но и определяет то, как человек может использовать это учение для духовного вознесения обратно к божественному через определенные церемонии, размышления и молитву. Для подъема на многочисленные уровни сознания и внутренней реальности маги пользуются огромным количеством техник. Среди них такие, как визуализация (способность создать четкий и ясный мысленный образ), вибрирование (интонирование божественного имени, вызывающее сильную вибрацию в грудной полости, которая ощущается всем телом), использование символов для стимуляции воображения, а также как своего рода врата, ведущие на внутренние планы сознания.

На последующих страницах мы предоставили читателю несколько упражнений и направленных визуализаций, основанных на исследованиях Регарди в «Гранатовом саду». Ученики, которые воспользуются ими, смогут постичь истинное значение каббалы и подлинную цель магии, «Высшей Науки или Мудрости, опирающейся на знания и практический опыт»².

2 Франц Гартман, *Магия*, 23.

УПРАЖНЕНИЕ СРЕДИННОГО СТОЛПА

(Выполнять его можно сидя, лежа или стоя). Расслабившись, представьте у себя над головой сферу белого сияния. Провибрируйте имя ЭХЕЙЕ («Я ЕСТЬ»). Продолжайте вибрировать имя до тех пор, пока оно не станет единственной мыслью в вашем разуме. Затем представьте световой поток, нисходящий от центра Кетер к центру Даат у основания шеи.

В центре Даат сформируйте световую сферу. Провибрируйте имя ЯХВЕ ЭЛОХИМ («Господь Бог»). Интонируйте имя до тех пор, пока оно не станет единственной мыслью в вашем разуме.

Спустите световой поток из центра Даат к центру Тиферет, окружающему область сердца. Сформируйте там световую сферу. Провибрируйте имя ЯХВЕ ЭЛОА ВЕ ДААТ («Господь Владыка Знания») несколько раз, пока оно не займет целиком ваше сознание.

Представьте, как световой поток спускается из центра Тиферет в центр Йесод в районе гениталий. Сформируйте там световую сферу. Несколько раз, как и ранее, провибрируйте имя ШАДДАЙ ЭЛЬ ХАЙ («Всемогущий Живой Господь»).

Представьте, как световой поток спускается из центра Йесод в центр Малкут у ступней и лодыжек. Несколько раз, как и ранее, провибрируйте имя АДОНаЙ ха АРЕЦ («Господь, Владыка Земли»).

Визуализируйте завершённый Срединный Столп. Затем окружите этим светом, спущенным по Срединному Столпу, свое тело снаружи, чтобы усилить ауру. Повторите так несколько раз.

Техника первая: из стороны в сторону

Ритмично дыша, спустите световой поток вниз по одной стороне тела и вверх по другой от Кетер до Малкут и обратно к Кетер. Выдыхая, визуализируйте, как свет спускается по левой стороне тела. Вдыхая, визуализируйте, как свет поднимается по правой стороне тела обратно к Кетер.

Техника вторая: спереди назад

Выполнив некоторое время первую технику, представьте световую ленту, которая спускается от Кетер вниз по передней части вашего тела к Малкут и поднимается по спине, возвращаясь к Кетер.

Техника третья: Омывание Светом

Ритмично дыша, визуализируйте сферу Малкут, затем представьте, как световой поток поднимается по Срединному Столпу. Когда он достигнет Кетер, представьте, как световой поток выплескивается за пределы вашего тела, снова спускаясь к Малкут. Выполните эту технику несколько раз.

Техника четвертая: Восходящая Спираль (по желанию)

Представьте, как световая лента спиралью поднимается с внешней стороны вашего тела от Малкут до Кетер.

Закрытие

Сфокусируйте некоторое количество энергии в Тиферет, средоточии гармонии. Ритуал Срединного Столпа можно завершить Каббалистическим Крестом в знак того, что вы призвали свет Кетер и сбалансировали его в вашей ауре. Затем представьте свою ауру овальной и прозрачной, пульсирующей сиянием Тиферет.

Это простое упражнение является основой множества более сложных магических формул.

Если вам нужно навестить кого-то, кто погружен в депрессию или подавляет вас, стоит предварительно выполнить это упражнение. Можете также представить, как края вашей ауры уплотняются, и дурное влияние постороннего человека не сможет проникнуть в нее, лишив вас жизненных сил.

УПРАЖНЕНИЕ СРЕДИННОГО СТОЛПА НА ПРИМЕРЕ УРОВНЕЙ ДУШИ

Базовое упражнение Срединного Столпа, активирующее Сефирот центрального столпа равновесия в вашей ауре — основа множества иных магических формул, как простых, так и довольно сложных. Данное ниже упражнение представляет собой разновидность методики Срединного Столпа, призванную пробудить все части человеческой души, описанной Регарди в пятой главе «Гранатового сада». Важно не только пробудить эти центры, но и обеспечить их связь друг с другом.

Закройте глаза. Расслабившись, представьте, как ваше тело вытягивается вверх. Оно растет все выше и выше, голова уходит за облака, пока наконец вы не оказываетесь в окружении звезд, прочно стоя обеими ногами на Земле, крохотной сфере далеко внизу.

Представьте прямо над головой сферу белого сияния. Провибрируйте имя ЙЕХИДА (Yechidah)³. В процессе произнесения имени сфера начинает сиять все ярче. Она — ваше истинное Божественное Я и основа вашего духа, самая чистая и совершенная часть вашей личности, что находится ближе всего к Богу или Айн Соф. Интонируя имя, представьте яркую звезду в центре вашей сферы Кетер. Продолжайте вибрировать слово ЙЕХИДА до тех пор, пока оно не захватит все сознание целиком.

После этого представьте, как световой поток спускается от центра Кетер в центр Хокмы у вашего левого виска. Сформируйте там сферу белого сияния. Вибрируйте имя ХАЯ (Chiah)⁴ — это ваша жизненная сила и божественная воля, ваш внутренний принцип, приводящий в движение божественную волю. Ее символизирует маскулинный образ анимуса. Интонируя имя, представляйте мерцающее пламя свечи в центре сферы Хокмы. Интонируйте имя ХАЯ до тех пор, пока оно не займет все ваше сознание.

Представьте, как световой поток горизонтально проходит от центра Хокмы к центру Бины у вашего правого виска. Сформируйте там световую сферу, вибрируя имя НЕШАМА. Это ваша интуитивная душа, источник человеческого восприятия и духовного понимания, что позволяет вам осознать высшую волю божественного. Ее символизирует феминный образ анимы. Нешама в Бине помогает отделить уникальные и ограниченные аспекты вашей личности от архетипических и безграничных. Именно Нешама способствует тому, что вы начинаете понимать собственное предназначение в жизни. Интонируя имя, визуализируйте в центре вашей сферы Бины серебряную чашу с чистой водой. Интонируйте имя несколько раз, пока оно не заполнит все ваше сознание.

Представьте вокруг головы Высшую Триаду сфер. Каждая из трех сияющих сфер должна быть соединена с тремя световыми потоками. В итоге они образуют триединство великой Нешамы, образованной из монады, ее творящего сосуда и интуитивного «я». В целом она представляет ваше трансцендентное эго, Божественное Я или высшего гения. Она — глубочайший уровень вашего сознания, бессмертная божественная искра, присутствующая с рождения в каждом человеке. Великая Нешама охватывает высшие аспекты коллективного бессознательного всего человечества.

Представьте, как световой поток спускается от Нешамы в Бину (и Нешаму в ее триединстве). Он проходит сквозь великую границу Бездны и мост

3 Звук «ch» произносится как «ch» в слове «loch».

4 См. предыдущую сноску.

Даат. Части вашей души, лежащие ниже Бездны — преходящие, смертные и свойственные вам как отдельной личности. Представьте, как поток белого света спускается через Даат, от трансцендентного к смертному, от всеобщего к уникальному и индивидуальному. Созерцайте этот световой поток, когда он проходит границу Бездны.

Представьте, как световой поток спускается к Хесед и Гебуре у вашего левого и правого плеча соответственно. Сформируйте в обоих центрах световые сферы. Затем представьте, как световой поток продолжает спускаться к центру Тиферет в районе сердца. Представьте там пульсирующую белым сиянием световую сферу. Вибрируйте имя РУАХ — это ваш сознательный разум и способность рассуждать. Руах — средоточие низшего эго, пробужденная и сознательная часть вашей личности, которая пытается организовать и интерпретировать личный опыт. Тиферет также является средоточием вашего Высшего Я или Священного Ангела-Хранителя, посредника между Божественным Я в Высших Сефирот и низшим «я» в Нефеш. Интонируя имя, представьте в центре вашей сферы Тиферет открытую книгу, наполненную информацией и иллюстрациями. Продолжайте вибрировать имя РУАХ, активируя в процессе сферы Хесед и Гебуры. В частности, в Хесед начинают пробуждаться ваши способности к запоминанию, а в Гебуре развивается сила воли. По мере вибрирования центр Тиферет сияет все ярче, ваше воображение также наполняется силой. Продолжайте интонировать имя РУАХ и визуализировать световой поток, нисходящий из Тиферет к Нецах и затем к Ход у вашего левого и правого бедра соответственно. Сформируйте в обоих центрах световые сферы. Вместе с этими низшими Сефирот вы откроете себя собственным эмоциям и интеллекту. Энергии и способности всех сфер в Руах сосредоточены в Тиферет, где их трактует низшее эго.

Представьте, как световой поток спускается от Ход (и Руах как единого целого) в центр Йесод в области гениталий. Представьте, как там образуется световая сфера. Интонируйте имя НЕФЕШ — это ваше низшее «я»,местилище животных инстинктов, базовых потребностей и животного начала из доисторического прошлого человечества. Нефеш охватывает низшие уровни коллективного бессознательного, фундаментальные аспекты личности, связанные с выживанием, продолжением рода и рептильным мозгом. Также Нефеш отвечает за ауру и эфирное тело. Из-за того что Нефеш содержит в себе теньевую сторону личности и все подавленные примитивные инстинкты и конфликты, она всегда должна оставаться под строгим контролем Руах. Хранящийся в подсознании Нефеш подавленный психический матери-

ал следует не отвергать, а изучать в свете Руах и всегда сдерживать силами разума. Интонируя имя, представляйте в центре сферы Йесод окрашенного в яркие цвета хамелеона. Провибрируйте имя НЕФЕШ несколько раз.

Представьте, как световой поток спускается от Йесод в центр Малкут в области стоп и лодыжек. Представьте, как там образуется световая сфера. Интонируйте имя ГУФ — это самый нижний уровень подсознательной психической активности, тесно связанный с вашим физическим телом. Гуф отвечает за весь спектр психофизических функций — в частности, доносит мозгу информацию о текущем состоянии тела. Интонируя имя, представьте в центре сферы Малкут морскую раковину. Провибрируйте имя ГУФ несколько раз.

Представьте все десять Сефирот, составляющих вашу душу. Сферы, образованные каждой Сефирой внутри вашей ауры, пульсируют светом. Представьте, что световые потоки, соединяющие каждый уровень вашей души, являются проводниками энергии, открытыми и свободными от всех препятствий. Разные уровни души свободно передают информацию от Высшей Нешамы вниз к Гуф и от Гуф к Нешаме.

Вдохните и представьте, как световой шар поднимается по вашему внутреннему Древу Жизни, следуя за световым потоком, который вы создали в воображении, на пути вверх касаясь каждой Сефиры.

Выдохните и представьте, как световой шар спускается по вашему внутреннему Древу Жизни, следуя за световым потоком, который вы создали в своем воображении, на пути вниз касаясь каждой Сефиры.

Повторите этот процесс вместе с соответствующей визуализацией несколько раз.

Теперь снова обратитесь к Гуф в Малкут и нижнему уровню подсознания. Вновь визуализируйте раковину в центре сферы. Затем представьте клетки, составляющие ваше физическое тело. Представьте, как кровь омывает каждую клетку, доставляя питательные вещества и кислород и унося излишки и токсины. Химические и электрические импульсы заставляют отдельные клетки делиться и множиться, порождая новые. Другие клетки уже слишком стары. Они умирают, и их замещают новые. Лежащие в основе всей клеточной активности электрические импульсы несут вместе с ней низший уровень сознания, целиком и полностью занятый продолжением работы телесного механизма.

Теперь следуйте за световым потоком обратно вверх к Нефеш в Йесод. Вновь представьте хамелеона, который меняет цвета по мере того, как вы на