

ARCHAEUS SAMOLECZENIA

Oryginał angielski © Rawn Clark
Wersja polska © 2006 FranzBardon.pl

Pełne lekcje audio 1-9

Spis treści

~ Lekcja pierwsza ~.....	2
~ Lekcja druga ~.....	7
~ Lekcja trzecia ~.....	12
~ Lekcja czwarta ~.....	18
~ Lekcja piąta ~.....	27
~ Lekcja szósta ~.....	34
~ Lekcja siódma ~.....	38
~ Lekcja ósma ~.....	43
~ Lekcja dziewiąta ~.....	47

ARCHAEUS SAMOLECZENIA

~ Lekcja pierwsza ~ Całkowita świadomość i integracja ciała fizycznego

Oryginał angielski © 2002 Rawn Clark
Wersja polska © 2004 FranzBardon.pl

WPROWADZENIE:

Witam w pierwszej lekcji *Archaeus samoleczenia*.

Nazywam tę technikę 'archaeus', gdyż jest ona ułożona na podobieństwo alchemicznego dzieła, znanego jako *archaeus wody*. W tej alchemicznej pracy bierze się pewną ilość wody i dzieli ją na jej elementy poprzez proces destylacji. Kiedy części zostaną oddzielone i oczyszczone, łączy się je ponownie, reintegruje, co skutkuje wzmocnioną wodą, która posiada właściwości, jakich nie posiadała wcześniej. *Archaeus samoleczenia* idzie tym samym wzorem alchemicznej separacji, oczyszczenia i późniejszej reintegracji, lecz zamiast wody, naszym przedmiotem jest trzyczęściowe ciało ludzkie.

Podobnie jak system Bardona, Archaeus definiuje trzy „ciała”, które odpowiadają trzem „sferom”: mentalne, astralne i fizyczne. Efekty leczenia Archaeusa są osiągnane poprzez świadomą manipulację tymi trzema ciałami, a zwłaszcza poprzez ich integrację.

Na każdym kroku Archaeusa pracuje się w świadomej współpracy ze ścieżkami wpływów i mocą, które zapewnia sama Natura. Ta technika naśladuje jeden z najistotniejszych procesów Natury: integracja + separacja + reintegracja... sam rytm życia. Do tego podstawowego równania dodana jest magiczna wola osoby praktykującej, razem ze skupieniem na leczeniu.

Lekcja pierwsza, druga i trzecia zajmują się całkowitą świadomością każdego ciała i ich wspólną integracją. Lekcja pierwsza dotyczy całkowitej świadomości, relaksacji i integracji ciała fizycznego, lekcja druga – całkowitej świadomości ciała astralnego i jego świadomej integracji z ciałem fizycznym, a lekcja trzecia – całkowitą świadomością ciała mentalnego i jego świadomą integracją z ciałem astralnym i fizycznym.

Lekcja czwarta i piąta dotyczą biernej separacji tych ciał i ich późniejszej reintegracji. Podczas separacji, każde z ciał naturalnie osiąga stopień odpoczynku niedostępny żadnymi innymi środkami. Archaeus w pełni wykorzystuje ten leczący skutek ich regenerującego odosobnienia.

Lekcja szósta dotyczy oczyszczania i równoważenia każdego z ciał i późniejszej reintegracji ciał już zrównoważonych. Jest to osiągnane poprzez ładowanie czterema elementami odpowiednich regionów każdego ciała.

Ostatnia lekcja dotyczy wyższej formy integracji – zintegrowanego wyrażania samego siebie poprzez świadomie zjednoczone i elementowo zrównoważone fizyczno-astralno-mentalne ciało.

Archaeus jest tak zaprojektowany, by wykonywać go w połączeniu z pracą nad *Wtajemniczeniem do Hermetyzmu*. Lekcja pierwsza, druga i trzecia, które skupiają się na integracji, pasują do każdego z kroków Bardona.

Jednakże lekcja czwarta i piąta, które skupiają się na separacji, powinny być wykonywane po ukończeniu kroku drugiego, czyli po osiągnięciu podstawowej równowagi elementów.

Lekcja szósta, która zawiera manipulację czterema elementami, powinna być praktykowana jedynie po dużych postępach z krokiem czwartym i jego pracą gromadzenia elementów.

Natomiast lekcja siódma, ósma i dziewiąta nie powinny być wykonywane, aż nie rozpocznie się pracy z krokiem piątym.

Zatem przejdźmy już do praktyki lekcji pierwszej i pełnej świadomości, relaksacji i integracji ciała fizycznego.

PRAKTYKA:

Przyjmij wygodną pozycję i zamknij oczy. Najlepiej, jeśli będziesz siedział wyprostowany, z rękoma lekko opartymi na udach, gdyż taka pozycja pomoże oprzeć się pokusie zaśnięcia podczas fazy relaksacji.

Oczyść swój umysł ze wszystkich niechcianych, przyziemnych trosk i myśli. Teraz skup swoją uwagę na stopach. Stań się świadomy tego, jak odczuwasz swoje stopy. Wycuj palce, podeszwę i wierzch swoich stóp. Rozluźnij wszelkie napięcie w stopach.

Przenieś uwagę w górę, do łydek. Podobnie, stań się świadomy tego, jak odczuwasz swoje łydki i uwolnij wszelkie napięcie zgromadzone w ich mięśniach.

Teraz skup się na swoich udach. Zwróć uwagę jak je odczuwasz i zrelaksuj ich mięśnie.

Teraz przenieś się na pośladki i krocze i zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze.

Uwolnij całe napięcie z miednicy i brzucha.

Z krzyża.

Z pleców.

Uwolnij całe napięcie z klatki piersiowej.

Rozluźnij barki, ramiona i dłonie.

Rozluźnij wszystkie mięśnie w swojej szyi.

Rozluźnij szczękę i usta.

Rozluźnij nos.

Oczy.

Policzki.

Uszy.

Teraz rozluźnij czubek głowy.

Skup się na tym, jak w tej chwili zrelaksowane jest twoje ciało.

Teraz skup swoją uwagę na obszarze ognia w swojej głowie, od podstawy szyi do czubka głowy. Poczuj wszystkie części, które składają się na ten region. Poczuj skórę, która pokrywa twoją głowę i twarz. Poczuj oczy, lewe i prawe, nos i zatoki, uszy, lewe i prawe, język, zęby i usta. Poczuj szyję i gardło. Teraz poczuj te wszystkie części obszaru głowy na raz. Złóż razem te wszystkie odczucia i poczuj cały swój region głowy jako jedną całość.

Teraz przenieś swoją uwagę w dół, do regionu powietrza w klatce piersiowej, od szczytu barków do splotu słonecznego, plus ramiona, lewe i prawe, do łokci. Poczuj wszystkie różne części, które tworzą ten obszar. Poczuj skórę, która pokrywa twój tors. Poczuj skórę, mięśnie

i kości twojego prawego ramienia i barku. Poczuj skórę, mięśnie i kości lewego ramienia i barku. Poczuj oddychające płuca i bijące serce. Poczuj kręgosłup, żebra i piersi. Teraz poczuj te wszystkie części obszaru swojej klatki piersiowej na raz. Złóż razem te wszystkie odczucia i poczuj cały swój region klatki piersiowej jako jedną całość.

Teraz przenieś swoją uwagę w dół, do regionu wody brzucha, od mostka do miejsca tuż nad genitaliami, plus twoje przedramiona, lewe i prawe, od łokci do nadgarstków. Poczuj wszystkie różne części, które tworzą ten obszar. Poczuj skórę, która pokrywa twój brzuch i krzyż. Poczuj skórę, mięśnie i kości swojego prawego łokcia i przedramienia. Poczuj skórę, mięśnie i kości swojego lewego łokcia i przedramienia. Poczuj żołądek, jelita, nerki i wszystkie inne organy wypełniające brzuch. Poczuj dolną część kręgosłupa i wszystkie mięśnie, które wspierają twój brzuch. Teraz poczuj wszystkie części obszaru brzucha na raz. Złóż razem te wszystkie odczucia i poczuj cały swój region brzuszny jako jedną całość.

Teraz przenieś swoją uwagę w dół, na obszar ziemi w twoich nogach, od góry bioder do podeszew stóp, plus twoje nadgarstki i dłonie, lewa i prawa. Poczuj wszystkie różne części, które tworzą ten obszar. Poczuj skórę i mięśnie swoich pośladków i kość miednicy. Poczuj genitalia. Poczuj skórę, mięśnie i kości twojego prawego uda, prawej łydki i prawej stopy. Poczuj skórę, mięśnie i kości twojego lewego uda, lewej łydki i lewej stopy. Teraz poczuj wszystkie części obszaru nóg na raz. Złóż razem te wszystkie odczucia i poczuj cały swój region nóg jako jedną całość.

Poczuj solidną, wspomagającą ziemską naturę tego obszaru jako całości. Jest to solidna podstawa, na której stoisz.

Teraz zachowaj świadomość ziemskiego obszaru nóg i dodaj do niej świadomość wodnego obszaru brzucha. Poczuj obszar nóg i obszar brzucha równocześnie. Poczuj płynną, trawienną, wodną naturę twojego obszaru brzucha i pozwól mu pływać na górze solidnego ziemskiego obszaru nóg. Poczuj jak wodna natura obszaru brzucha przenika najwyższe warstwy ziemskiej natury obszaru nóg, wiążąc te dwa obszary razem.

Teraz zachowaj świadomość połączonych regionów ziemi i wody, rozciągających się od spodów twoich stóp do mostka, i dodaj do tego świadomość obszaru powietrza. Poczuj swój obszar nóg, brzucha i klatki piersiowej równocześnie. Poczuj oddychającą, lekką, powietrzną naturę twojego obszaru klatki piersiowej i pozwól mu unosić się nad płynnym, wodnym obszarem twojego brzucha, który pływa na górze solidnego ziemskiego obszaru twoich nóg. Poczuj jak powietrzna natura obszaru klatki piersiowej miesza się z najwyższymi warstwami wodnej natury obszaru brzuszego, łącząc je razem. Poczuj jak te trzy obszary się łączą i tworzą jedną całość.

Teraz zachowaj świadomość połączonych regionów ziemi, wody i powietrza, rozciągających się od spodów twoich stóp do szczytów twoich barków, i dodaj do tego świadomość obszaru ognia. Poczuj swój obszar nóg, brzucha, klatki piersiowej i głowy równocześnie. Poczuj aktywną, ekspresywną, ognistą naturę twojego obszaru głowy i pozwól tańczyć mu na powietrznej naturze twojego obszaru klatki piersiowej, który unosi się nad wodną naturą obszaru brzucha, który z kolei pływa na górze solidnej ziemskiej natury twojego obszaru nóg. Poczuj jak ognista natura obszaru głowy konsumuje najwyższą warstwę powietrznej natury obszaru klatki piersiowej, łącząc je razem. Poczuj, jak te cztery obszary łączą się razem, tworząc jedno ciało.

Poczuj całe swoje ciało jako jedną, zjednoczoną całość.

Teraz wizualizuj korzenie wyrastające z podstawy kręgosłupa, dłoni i podeszew stóp. Spraw, by zagłębiły się one głęboko w glebę pod twoimi stopami. Z gleby pod tobą przeciągnij te energetyczne składniki, których twoje ciało potrzebuje, do obszaru ziemi twojego ciała. Poczuj, jak obszar wody przekazuje te energetyczne składniki obszarowi powietrza i jak powietrze żywi nimi obszar ognia. Poczuj, jak obszar ognia, nakarmiony, wysyła powrotną energię do obszaru powietrza, który przekazuje ją obszarowi wody. Poczuj jak ta energia przepływa z obszaru wody do regionu ziemi i z powrotem, poprzez twoje korzenie, do gleby pod twoimi stopami.

Uwolnij wszelki nadmiar energii, jaki możesz czuć w swoim ciele, wysyłając go poprzez korzenie do gleby. Uwolnij wszelką negatywność, jaką nosisz, poprzez korzenie do gleby.

Teraz odwróć uwagę od swoich korzeni i powróć do odczuwania całości swojego ciała. Poczuj zjednoczenie czterech obszarów.

Teraz zacznij powracać do normalnej świadomości. Zanim otworzysz oczy czy poruszysz ciałem, przez chwilę posłuchaj odgłosów dookoła ciebie, powąchaj powietrze etc. Teraz weź głęboki oddech i zrób delikatny wydech. Teraz przemieść swoje ręce wzdłuż swoich ud, w górę brzucha i klatki piersiowej, w górę, do twarzy, i z powrotem na dół, rozbudzając ciało do normalnych odczuć. Teraz łagodnie otwórz oczy i zacznij się powoli ruszać fizycznie.

To kończy pierwszą lekcję *Archaeus samoleczenia* opisującą całkowitą świadomość, relaksację i integrację ciała fizycznego.

Sugeruję, by używać tego przewodniego nagrania tak długo, ile będzie trzeba do nauczenia się tej techniki. Gdy już zapamiętasz kolejność pracy i uda ci się kilka razy podążać za tym nagraniem, to powinieneś użyć samej techniki, bez używania nagrania. Jeśli będziesz chciał przejść do następnej lekcji, konieczne jest nauczenie się wykonywania tej techniki bez mojego prowadzącego głosu.

Kiedy ta technika stanie się łatwa do wykonania, możesz przejść do lekcji drugiej, całkowitej świadomości i integracji ciała astralnego.

Wszystkiego dobrego!

ARCHAEUS SAMOLECZENIA

~ Lekcja druga ~

Całkowita świadomość i integracja ciała astralnego

Oryginał angielski © 2002 Rawn Clark

Wersja polska © 2004 FranzBardon.pl

WPROWADZENIE:

Witam w drugiej lekcji *Archaeus samoleczenia*. Naszym tematem będzie całkowita świadomość i integracja ciała astralnego.

Ciało astralne jest złożone z energii emocjonalnej, będącej przeciwieństwem energii fizycznej. Nie da się jej zmierzyć przyrządami naukowymi. Zatem ciało astralne nie powinno być mylone z aurą, gdyż aura da się zmierzyć i jest złożona z fizycznej energii, chociaż o wysoce rozrzedzonej naturze. Aura jest naturalnie generowana przez żywe ciało fizyczne i o ile odzwierciedla naturę ciała astralnego, to nie jest ona samym ciałem astralnym.

Ciało astralne jest ciałem pośredniczącym powstałym przez zejście ciała mentalnego na płaszczyznę fizyczną i jego istnienie jest zależne od tego połączenia pomiędzy mentalnym a fizycznym. Jeśli przepływ mentalny jest odcięty albo fizyczny wehikuł zostanie zniszczony, wtedy ciało astralne zaczyna się rozpadać. Surowa astralna substancja jest krystalizowana w ciało astralne tylko wtedy, kiedy istnieje zejście mentalności w fizyczność.

Każde ciało astralne odzwierciedla schodzący mentalny przepływ, który je formuje, zatem twoje własne naturalne ciało astralne jest tak samo wyjątkowe jak twoje ciało fizyczne. Nie istnieją dwa dokładnie takie same ciała.

Ciało astralne działa jako dwustronny łącznik pomiędzy ciałem mentalnym a fizycznym. Wszystko, co zachodzi w twoim ciele mentalnym, jest odzwierciedlane w twoim ciele astralnym i przechodzi przez nie, by oddziaływać na ciało fizyczne. I odwrotnie, to, co dzieje się z twoim ciałem fizycznym, wpływa na ciało astralne i dalej, na ciało mentalne.

Siedzibą postrzegania jest ciało mentalne, lecz siedzibą odczuć jest ciało astralne. Kiedy doświadczasz jakiegoś wrażenia, to postrzegasz je początkowo swoimi zmysłami mentalnymi. Jest to postrzeganie podstawowego znaczenia, które leży u podstaw wrażenia. To podstawowe znaczenie jest następnie personalizowane przez twoje ciało astralne i wrażeniu nadane jest znaczenie. Znaczenie jest kwestią emocjonalnej zawartości, jaką zwiążemy z konkretną rzeczą, ideą, zdarzeniem etc. To, które emocje połączymy z czym, zależy od naszego wychowania, jak również od własnych przemyśleń i doświadczeń. Przypisywanie emocjonalnego znaczenia do naszego postrzegania jest bardzo złożonym i głównie nieświadomym procesem. Wzór nawyków, za którym osoba podąża w swym przypisywaniu emocjonalnego znaczenia jest znany jako osobowość. Dlatego właśnie ciało astralne jest generalnie utożsamiane z osobowością. Jednakże, ciało astralne jest czymś więcej niż tylko zbiorem emocjonalnych reakcji. Jest również naszym łącznikiem do sfery astralnej.

Pierwszą pracą we wtajemniczeniu hermetycznym jest analiza osobowości i następująca po niej jej transformacja. Zrozumienie dynamiki własnej osobowości pozwala wtajemniczonemu

dużo wyraźniej postrzegać podstawowe znaczenie, które leży u podstaw każdego odczucia, zdarzenia, rzeczy czy idei. Kiedy potrafisz przejrzeć przez instynktowne emocjonalne interpretacje i zrozumieć dlaczego reagujesz w ten konkretny sposób, to jesteś wtedy w pozycji, z której możesz zareagować **świadomie**, zamiast reagować nieświadomym nawykiem. Ta reforma osobowości pozwala wyjść ze sfery czysto nieświadomych, nawykowych reakcji i zmienia ją w świadome narzędzie wyrażania samego siebie. Mając te narzędzie w rękę, wtajemniczony próbuje jasno wyrażać swoje podstawowe znaczenie poprzez medium świadomych emocji.

Jednym z zadań tej lekcji Archaeusa jest poczucie swojego ciała astralnego. Dodaje to nowy wymiar do pracy z analizowaniem i transformowaniem osobowości, zapewniając zmysłowy punkt odniesienia do procesu, który jest głównie intelektualny.

Ciało astralne odczuwa się bardzo podobnie jak ciało fizyczne, lecz ma ono wibrację, której fizyczne odczucia nie posiadają. Uczucie to jest podobne do fizycznego odczucia gęsiej skórki albo tego mrowienia z innego świata, które pojawia się, gdy napotykasz coś bardzo ważnego.

Skoro ciało astralne jest tak blisko związane z ciałem fizycznym, to obecność ciała astralnego czuje się poprzez fizyczne nerwy, tak jakbyś był podłączony do lekkiego przepływu elektryczności. To jest tak, jakbyś czuł czubki każdego włosa na ciele, gdy prąd elektryczny zmusza je do wstania. Lecz jest to tylko sposób, w jaki twój mózg naturalnie interpretuje świadome wyczuwanie ciała astralnego.

Tak jak powiedziałem wcześniej, ciało astralne nie jest złożone z fizycznej energii, więc to, co czujesz swoim ciałem fizycznym, to nie jest samo ciało astralne. Zamiast tego jest to fizyczne odczucie stworzone przez nawyk twojego mózgu do tłumaczenia świadomej uwagi ważności na fizyczne odczucia. Skoro twój mózg otrzymuje bodźce ważności i podstawowego znaczenia, które naturalnie przypisuje fizycznym odczuciom, to reaguje on wystrzeliwując kilka neuronów do stworzenia fizycznych odczuć, które opisałem.

Ten fakt może prowadzić do dużego zamieszania, gdyż wielu wywnioskuje, że ciało astralne jest ciałem energetycznym lub eterycznym. Więc proszę podczas wyczuwania swojego ciała astralnego być świadomym tego, że to, co czujesz jako odczucie fizyczne, jest jedynie skutkiem stawania się świadomym swego ciała astralnego. Nie identyfikuj tego z samym ciałem astralnym, lecz raczej spójrz poza fizyczne odczucia i spróbuj postrzegać ważność, która leży u podstaw odczucia. Tam właśnie znajdziesz prawdziwe ciało astralne.

Fizyczne ciało odpowiada elementowi ziemi, a ciało astralne - elementowi wody. Ciało astralne jest bardzo płynne i rytmiczne w swej naturze i ma tendencję do dostosowywania się do takich wibracji, jakie napotka. Z tego powodu wszystkie rzeczy postrzegane przez słuch mają wyjątkowo bezpośredni wpływ na twoje ciało astralne. Na przykład bardzo poruszająca piosenka bezpośrednio manipuluje twoim ciałem astralnym, przywołując konkretne, przewidywalne emocjonalne reakcje poprzez dźwięk i rytm.

Skoro muzyka jest prawdopodobnie najlepszym przykładem efektu, jaki dźwięk i rytm wywiera na twoim ciele astralnym, czyli emocjonalnym, to jako pomocy będę używał kilku stosownych muzycznych fragmentów podczas samego ćwiczenia.

Przejdźmy więc do praktyki drugiej lekcji i całkowitej świadomości i integracji ciała astralnego.

PRAKTYKA:

Każda lekcja Archaeusa zaczyna się relaksacją i świadomością ciała fizycznego. Zakładając, że opanowałeś lekcję pierwszą, przejdziemy przez początkową fazę relaksacji dość szybko.

Przyjmij wygodną pozycję, siedząc wyprostowany, z rękoma opartymi łagodnie na udach, i oczyść swój umysł ze wszystkich niechcianych, przyziemnych trosk i myśli.

Teraz skup swoją uwagę na ziemskim obszarze swojego ciała fizycznego i szybko zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do obszaru wody i zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do obszaru powietrza i zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do obszaru ognia i zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz poczuj cały obszar głowy jako całość.

Dodaj do tego swój obszar klatki piersiowej i poczuj je razem.

Dodaj do tego swój obszar brzuszny i poczuj wszystkie trzy razem.

I ostatecznie, dodaj swój obszar nóg i poczuj całe fizyczne ciało jako jedność.

Wyślij swoje korzenie w dół, do gleby pod spodem i uwolnij każdą odrobinę negatywności, jaka się w tobie znajduje.

Teraz ponownie skup się na odczuwaniu całego ciała fizycznego jako jedności. Poczuj stałość obszaru ziemi, płynność obszaru wody, lekkość obszaru powietrza i elektryczność obszaru głowy. Poczuj jak te cztery obszary przenikają się nawzajem i są jedną, niepodzielną całością.

Teraz skup swoją uwagę na skórze, która przykrywa całe twoje ciało. Poczuj powierzchnię całego fizycznego ciała.

Teraz wypchnij swoją uwagę na zewnątrz, na około 5 centymetrów. Poczuj wibrującą energię, która istnieje, gdy wypchniesz swoją uwagę na zewnątrz w tak małym stopniu.

Utrzymaj odczucie tej energii. Skup swój umysł wyłącznie na odczuwaniu tej energii. To jest twoje ciało astralne.

Teraz skup swoją świadomą uwagę na obszarze otaczającym region ziemi twojego ciała fizycznego. Poczuj energetyczną stałość tego obszaru ciała astralnego. Tutaj są twoje fundamentalne emocje. Podstawowe emocje i wierzenia, z których wychodzą wszystkie twoje pozostałe emocje. Poczuj ich solidną, pulsującą energię w ziemskim regionie twojego ciała astralnego.

[Muzyka ziemi]

Teraz skup uwagę na obszarze otaczającym region wody twojego ciała fizycznego. Poczuj energetyczną płynność tego obszaru ciała astralnego. Tutaj są twoje emocje, które przystosowują twoje fundamentalne emocje, by pasowały do zewnętrznego świata. Te emocje i wierzenia, które przekładają twoje fundamenty na działanie. Poczuj ich płynną energię pulsującą w wodnym regionie twojego ciała astralnego.

[Muzyka wody]

Teraz skup uwagę na obszarze otaczającym region powietrza twojego ciała fizycznego. Poczuj energetyczną lekkość tego obszaru ciała astralnego. Tutaj są twoje emocje, które przekazują twoje fundamentalne emocje do zewnętrznego świata. Powierzchniowe emocje i wierzenia, które wyrażasz każdego dnia. Poczuj ich zmienną energię pulsującą w powietrznym regionie twojego ciała astralnego.

[Muzyka powietrza]

Teraz skup uwagę na obszarze otaczającym region ognia twojego ciała fizycznego. Poczuj energetyczną ekspansywność tego obszaru ciała astralnego. Tutaj są twoje najbardziej ulotne i najbardziej żarliwe emocje. Potężne emocje, których ekspresja jest transformująca. Poczuj ich promienistą energię pulsującą w ognistym regionie twojego ciała astralnego.

[Muzyka ognia]

Teraz do świadomości obszaru ognia twojego ciała astralnego dodaj świadomość obszaru powietrza. Poczuj, jak energia tych regionów zlewa się jedna z drugą. Poczuj te dwa obszary jako jedną całość.

Teraz do połączonej świadomości obszaru powietrza i ognia twojego ciała astralnego dodaj świadomość obszaru wody. Poczuj jak energia obszaru wody zlewa się z energią połączonego powietrza i ognia i tworzy jedną całość. Poczuj jedność tych trzech regionów swojego ciała astralnego.

Teraz do połączonej świadomości obszaru wody, powietrza i ognia twojego ciała astralnego dodaj świadomość obszaru ziemi. Poczuj, jak energia obszaru ziemi zlewa się z połączoną energią wody, powietrza i ognia. Poczuj jak obszar ziemi zestala twoje ciało astralne, utrzymując je razem jako jedną całość.

Skup się na wibrującej energii całego ciała astralnego.

Teraz skurcz swoją świadomą uwagę z powrotem do skóry i poczuj, jak pokrywa całe twoje fizyczne ciało. Ściągnij energię ciała astralnego do wewnątrz i pozwól, by przeniknęła ona całe ciało fizyczne, do jego rdzenia. Ściągnij energię ciała astralnego do samego szpiku kości.

Poczuj jasną energię, która wypełnia całe fizyczne ciało. Poczuj ognistą energię przenikającą obszar głowy twojego fizycznego ciała. Energię powietrzną przenikającą obszar klatki piersiowej fizycznego ciała. Wodną energię przenikającą brzuszny obszar fizycznego ciała. I ziemską energię przenikającą obszar nóg fizycznego ciała

Teraz wyślij swoje korzenie głęboko w glebę pod sobą i uwolnij wszelki nadmiar energii, jaki czujesz. Po prostu wypuść wszystko to, co musi przepłynąć w dół, do ziemi. Nie wymuszaj tego, po prostu pozwól temu płynąć. Twoje fizyczne ciało wie jak dużo zostawić i jak dużo uwolnić, więc zaufaj jego mądrości.

Teraz skup swoją uwagę ponownie na odczuwaniu swojego fizycznego ciała. Poczuj stałość twojego obszaru nóg, płynność obszaru brzucha, lekkość obszaru klatki piersiowej i elektryczność obszaru głowy.

Poczuj wszystkie cztery obszary równocześnie, jako jedną całość.

Teraz zacznij powracać do normalnej świadomości. Zanim otworzysz oczy czy zaczniesz się ruszać, przez chwilę posłuchaj odgłosów dookoła siebie, powąchaj powietrze etc.

Teraz weź głęboki oddech i delikatnie wypuść powietrze.

Teraz przemieść swoje ręce wzdłuż swoich ud, w górę brzucha i klatki piersiowej, w górę, do twarzy, i z powrotem na dół, rozbudzając twoje ciało do normalnych odczuć.

Teraz łagodnie otwórz oczy i zacznij się powoli ruszać fizycznie.

To kończy lekcję drugą *Archaeus samoleczenia* opisującą całkowitą świadomość i integrację ciała astralnego.

Sugeruję, by używać tego przewodniego nagrania tak długo, ile będzie trzeba do nauczenia się tej techniki. Gdy już zapamiętasz kolejność pracy i uda ci się kilka razy podążać za tym nagraniem, to powinieneś użyć samej techniki, bez używania tego nagrania. Konieczne jest nauczenie się wykonywania tej techniki bez mojego prowadzącego głosu, jeśli będziesz chciał przejść do następnej lekcji.

Kiedy ta technika stanie się łatwa do wykonania, możesz przejść do lekcji trzeciej - całkowitej świadomości i integracji ciała mentalnego.

Wszystkiego dobrego!

ARCHAEUS SAMOLECZENIA

~ Lekcja trzecia ~

Całkowita świadomość i integracja ciała mentalnego

Oryginał angielski © 2002 Rawn Clark

Wersja polska © 2004 FranzBardon.pl

WPROWADZENIE:

Witam w trzeciej lekcji *Archaeus samoleczenia*. Naszym tematem będzie całkowita świadomość i integracja ciała mentalnego.

Ciało fizyczne wyczuwa rzeczy, a ciało astralne odczuwa je, lecz to ciało mentalne postrzega te wrażenia i odczucia. Twoje ciało mentalne jest twoją świadomą uwagą. Gdziekolwiek jest skupiona twoja uwaga, tam jest twoje ciało mentalne. Na przykład, jeśli twoja uwaga jest skupiona na stopach, to twoje ciało mentalne koncentruje się wokół twoich stop. Kiedy świadoma uwaga obejmuje całe ciało, twoje ciało mentalnie podobnie rozszerza się na całe twoje ciało. W poprzednich dwóch lekcjach całym ćwiczeniem kierowało twoje ciało mentalne.

Ciało mentalne jest najbardziej elastyczne i płynne ze wszystkich trzech ciał. Może ono przybierać dowolny kształt, rozmiar, kolor, dźwięk i może przenieść się w każde miejsce czy czas. Może nawet być wszystkimi tymi rzeczami równocześnie i istnieć wszędzie i zawsze, równocześnie. Ciało mentalne, czyli świadoma uwaga, jest naszym połączeniem z wyższymi poziomami jaźni i z Jednością wszystkich jaźni.

Ciało mentalne ma dwa aspekty: pierwszy – doczesny, i drugi - wieczny. Nasze doczesne ciało mentalne jest tym, czego używamy tutaj i teraz, w sferze czasu i przestrzeni. Jest to mentalne ciało, które się inkarnuje i które, poprzez powtarzane inkarnacje, ewoluuje. W swej najczystszej formie, jest to jaźń Indywidualności, czy też słoneczna jaźń Tiphareth. To jest ten poziom jaźni, który schodzi do sfery fizycznej i jest przyczyną formowania się ciała astralnego. Innymi słowy, nasza świadoma uwaga, czyli ciało mentalne, przenika nasze ciało fizyczne i astralne równocześnie. Doczesne ciało mentalne jest tym, co daje życie naszemu ciału astralnemu i fizycznemu.

Z drugiej strony wieczne ciało mentalne jest tym, co daje życie naszemu doczesnemu ciału mentalnemu. Jest to nasza Większa jaźń, czyli jaźń Binah, która istnieje w wiecznej, czyli wyższej sferze. Istnieje nieskończona liczba tych Większych jaźni, a każda z nich wysyła niezliczone doczesne ciała mentalne do sfery doczesnej. To dokonywanie projekcji Indywidualnych jaźni, czyli doczesnych ciał mentalnych, do sfery doczesnej jest tym, co stale tworzy naszą doczesną rzeczywistość.

Nasze doczesne ciało mentalne jest ciągle karmione i podtrzymywane przez przepływ schodzący z naszej Wyższej jaźni. Jest to najłatwiej postrzegane jako wewnętrzny głos sumienia. W literaturze okultystycznej świadoma uwaga tego przepływu jest często nazywana *Świętym Aniołem Stróżem* (*HGA – Holy Guardian Angel*). Jego doradztwo jest zawsze z nami niezależnie od tego, czy je rozpoznajemy, czy nie.

Paul Foster Case najlepiej opisał ten związek pomiędzy wiecznym Binah, czyli Większą Jaźnią, a doczesną jaźnią Indywidualności w swoim *Pattern On The Trestleboard*, w stwierdzeniu numer trzy, odpowiadającemu Binah. Zacytuje: „Trzy. Wypełniony Zrozumieniem jej doskonałego prawa, jestem prowadzony, chwila za chwilą, wzdłuż ścieżki wyzwolenia”.

Skoro ta lekcja Archaeusa dotyczy tylko doczesnego ciała mentalnego, nie będę wchodził dalej w ten złożony temat wiecznego ciała mentalnego. Jeśli chcesz dowiedzieć się na ten temat więcej, to polecam przeczytanie artykułu, jaki napisałem kilka lat temu zatytułowanego „Sowantha”.

Wracając więc do głównego tematu tej lekcji – naszego doczesnego ciała mentalnego. Jest to nasza świadoma uwaga.

Nasza świadoma uwaga składa się z czterech elementów, tak jak nasze astralne i fizyczne ciało. Cztery obszary ciała fizycznego odpowiadają fizycznym funkcjom i odczuciom tych obszarów ciała fizycznego. Obszar nóg wspiera nas, obszar brzuszny jest tam, gdzie zachodzą rytmiczne i płynne procesy trawienia, klatka piersiowa jest miejscem, w którym zachodzi oddychanie, a w głowie mieszczą się subtelniejsze zmysły i mózg. Z drugiej strony, w ciele astralnym obszary odpowiadają jakości emocjonalnej energii i znaczeniu, jakie przypisujemy do postrzegania fizycznych zmysłów.

Podział ciała mentalnego na obszary elementów jest jeszcze bardziej subtelny niż emocjonalne znaczenie. Tutaj obszary elementów odpowiadają jakości uwagi i postrzegania. Tak jak powiedziałem na wstępie, to ciało mentalne postrzega odczucia. Bez postrzegania odczucie nic nie znaczy. Chodzi o to, że każde postrzeganie naszych zmysłów coś znaczy. Postrzeganie znaczenia, które ukryte jest w odczuciach, zachodzi na czterech podstawowych poziomach i właśnie to definiuje obszary elementów ciała mentalnego.

Obszarowi ognia odpowiada bezpośrednio postrzeganie podstawowego znaczenia. Jest to postrzeganie uniwersalnego, obiektywnego i bezosobowego znaczenia leżącego u podstaw każdego wrażenia.

Obszarowi powietrza odpowiada postrzeganie idei i myśli. Jest to pierwsza warstwa nakładanego na podstawowe znaczenie ubrania poprzez nasz proces kognicji. Jest to początek naszej subiektywizacji i personalizacji podstawowego znaczenia.

Obszarowi wody odpowiada postrzeganie osobistego znaczenia bądź emocji. Jest to serce naszej personalizacji podstawowego znaczenia i jest najbardziej subiektywizującym składnikiem naszego mechanizmu postrzegania. Tutaj również istnieje podświadomy aspekt psyche, sfera, gdzie podstawowe znaczenie jest gęsto ubierane w wysoce personalizowane symbole.

I ostatecznie, obszarowi ziemi odpowiada przyziemna uwaga. Ten poziom uwagi jest aktywnym połączeniem aspektów ognia, powietrza i wody, przetworzonych przez fizyczny mózg, umieszczonych mocno w czasie i przestrzeni. Jego skupieniem jest przede wszystkim sfera fizyczna. Tutaj również istnieje wpływ podstawowej biologicznej świadomości samego fizycznego ciała – odziedziczonej, komórkowej pamięci ludzkiego instynktu.

W praktycznej części lekcji trzeciej będziemy eksplorować elementowe obszary naszego ciała mentalnego w szczególny sposób. Zaczniemy jak zwykle od relaksacji i całkowitej świadomości ciała fizycznego, mocno osadzając nas w ziemskim obszarze naszego ciała

mentalnego. Tutaj skupimy się na postrzeganiu emocjonalnego znaczenia ukrytego w naszym postrzeganiu fizycznych odczuć.

Następnie rozszerzymy naszą świadomość na zewnątrz i wyczujemy nasze ciało astralne, mocno osadzając się w wodnym obszarze naszego ciała mentalnego. Tutaj skupimy się na postrzeganiu myśli i idei ukrytych w naszej percepcji emocjonalnego znaczenia.

To poprowadzi nas do powietrznego obszaru myśli i idei, niezależnego od astralnych i fizycznych odczuć. Tutaj skupimy się na postrzeganiu podstawowego znaczenia ukrytego w naszym postrzeganiu myśli.

To poprowadzi nas do ognistego obszaru naszego ciała mentalnego, gdzie skupimy się na bezpośrednim postrzeganiu nagiego, nie przefiltrowanego podstawowego znaczenia. Będzie to forma ćwiczenia pustki umysłu z pierwszego kroku III.

Przejdźmy więc do praktyki lekcji trzeciej, całkowitej świadomości i integracji ciała mentalnego.

PRAKTYKA:

Usytuuj się wygodnie, siedząc wyprostowany, z rękoma opartymi łagodnie na udach, i oczyść swój umysł ze wszystkich niechcianych, przyziemnych trosk i myśli.

Teraz skup swoją uwagę na ziemskim obszarze swojego ciała fizycznego i szybko zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do obszaru wody i zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do obszaru powietrza i zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do obszaru ognia i zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz poczuj cały obszar głowy jako całość.

Dodaj to tego swój obszar klatki piersiowej i poczuj je razem.

Dodaj do tego swój obszar brzuszny i poczuj wszystkie trzy razem.

I ostatecznie, dodaj swój obszar nóg i poczuj całe fizyczne ciało jako jedność.

Wyślij swoje korzenie w dół, do gleby pod spodem i uwolnij każdą odrobinę negatywności, jaka się w tobie znajduje.

Teraz ponownie skup się na odczuwaniu całego ciała fizycznego jako jedności. Poczuj stałość obszaru ziemi, płynność obszaru wody, lekkość obszaru powietrza i elektryczność obszaru głowy. Poczuj jak te cztery obszary przenikają się nawzajem i są jedną, niepodzielną całością.

Skup się uważnie na fizycznym odczuciu całego ciała. To postrzeganie czystych odczuć fizycznych jest ziemskim regionem twojego ciała mentalnego.

Teraz porzuć postrzeganie samych fizycznych odczuć i skup się na emocjonalnym znaczeniu przekazywanym twojej świadomości przez te odczucia. Jak się pod ich wpływem czujesz? Szczęśliwy? Smutny? Neutralny? Naenergetyzowany? Zmęczony?

2 minuty ciszy

Teraz przenieś swoją uwagę na ciało astralne. Poczuj ziemski obszar swojego ciała astralnego. Jego obszar wodny, powietrzny i ognisty. Poczuj ciało astralne jako całość. Skup swoją świadomość na bezpośrednim postrzeganiu emocjonalnego znaczenia. To postrzeganie czystego emocjonalnego znaczenia jest obszarem wodnym twojego ciała mentalnego.

Teraz porzuć postrzeganie emocjonalnego znaczenia i skup się na myślach i ideach, które składają się na to znaczenie. Jakie myśli i idee służą za elementy budowy emocjonalnego znaczenia, jakie postrzegasz?

2 minuty ciszy

Teraz przenieś swoją uwagę z dala od postrzegania odczuć jakiegokolwiek rodzaju. Wyizoluj same myśli i idee, które wypełniają twoją świadomość i postrzegaj je bezpośrednio. Ta percepcja czystej myśli i idei jest obszarem powietrznym twojego ciała mentalnego.

Teraz porzuć postrzeganie myśli i idei i skup się na podstawowym znaczeniu, jakie one wyrażają. Spójrz za to ubranie myśli i szukaj perły podstawowego znaczenia, która rodzi tę myśl i ideę.

2 minuty ciszy

Teraz uwolnij wszystkie myśli ze swojego umysłu i zanurz swoją świadomość w samym podstawowym znaczeniu. To bezpośrednie postrzeganie podstawowego znaczenia jest obszarem ognistym twojego ciała mentalnego.

3 minuty ciszy

Teraz łagodnie pozwól swojej percepcji podstawowego znaczenia przybrać formę myśli. Postrzegaj, jak powietrzny obszar twojego ciała mentalnego jednoczy się w obszarze ognia, nadając mu pierwszy stopień substancji.

1 minuta ciszy

Teraz łagodnie pozwól, by myśli, które wyrażają twoje postrzeganie podstawowego znaczenia, przybrały formę emocjonalnego znaczenia. Postrzegaj, jak wodny obszar twojego ciała mentalnego naturalnie przywiera do połączonego ognia i powietrza, jednocząc się z nimi, by nadać osobistą wagę twojemu postrzeganiu podstawowego znaczenia.

1 minuta ciszy

Poczuj całe ciało astralne i łagodnie pozwól, by emocjonalna waga, jaką postrzegasz, przeszła w odczucie całego ciała fizycznego. Postrzegaj, jak ziemny obszar twojego ciała mentalnego jest naturalną konsekwencją zjednoczenia ognia, powietrza i wody.

1 minuta ciszy

Poczuj całe swoje fizyczne ciało.

Rozszerz swoją świadomość, by objęła ciało astralne i fizyczne równocześnie.

Rozszerz swoją świadomość, by objęła twoje postrzeganie podstawowego znaczenia w jego trzech postaciach: myśli, emocjonalnej wagi i fizycznego odczucia. Postrzegaj normalne połączenie podstawowego znaczenia, które jednoczy twoje trzy ciała.

2 minuty ciszy

Teraz ogranicz swoją uwagę do wyczuwania jedynie swojego ciała fizycznego. Poczuj obszar ognia swojego ciała fizycznego. Jego obszar powietrzny, wodny i ziemny. Poczuj zjednoczenie tych czterech obszarów.

Teraz wyślij swoje korzenie głęboko w glebę pod sobą i uwolnij wszelki nadmiar energii, jaki czujesz.

Teraz odwróć uwagę od swoich korzeni i skup ją ponownie na odczuwaniu swojego fizycznego ciała.

Teraz zacznij powracać do normalnej świadomości. Zanim otworzysz oczy czy zaczniesz się ruszać, przez chwilę posłuchaj odgłosów dookoła siebie, powąchaj powietrze etc.

Teraz weź głęboki oddech i delikatnie wypuść powietrze.

Teraz przemieść swoje ręce wzdłuż swoich ud, w górę brzucha i klatki piersiowej, w górę, do twarzy, i z powrotem na dół, rozbudzając twoje ciało do normalnych odczuć.

Teraz łagodnie otwórz oczy i zacznij się powoli ruszać fizycznie.

To kończy lekcję trzecią *Archaeus samoleczenia* opisującą całkowitą świadomość i integrację ciała mentalnego.

Sugeruję, by używać tego przewodniego nagrania tak długo, ile będzie trzeba do nauczenia się tej techniki. Gdy już zapamiętasz kolejność pracy i uda ci się kilka razy podążać za tym nagraniem, to powinieneś użyć samej techniki, bez używania tego nagrania. Konieczne jest nauczenie się wykonywania tej techniki bez mojego prowadzącego głosu, jeśli będziesz chciał przejść do następnej lekcji.

Kiedy ta technika stanie się łatwa do wykonania, możesz przejść do lekcji czwartej.

Wszystkiego dobrego!

ARCHAEUS SAMOLECZENIA

~ Lekcja czwarta ~

Pasywna separacja i odpoczynek ciała astralno-mentalnego

Oryginał angielski © 2003 Rawn Clark

Wersja polska © 2004 FranzBardon.pl

WPROWADZENIE:

Witam w czwartej lekcji *Archaeus samoleczenia*. Naszym zadaniem w tej lekcji jest pasywna separacja ciała astralno-mentalnego.

Ta lekcja jest odpowiednia tylko dla osób, które ukończyły drugi krok III. Głównym powodem tego wymogu jest to, że dla dokonania pasywnej separacji ciała astralno-mentalnego od ciała fizycznego konieczna jest podstawowa równowaga elementów. W przypadku jej braku, separacja ta wymaga nagromadzenia dużych ilości energii, by pokonać naturalny opór, jaki napotyka dana osoba, gdy próbuje oddzielić niezrównoważone ciało astralne od swej fizycznej powłoki.

Drugim powodem dla tego wymogu jest to, że po ukończeniu drugiego kroku, twoja mentalna wola osiągnęła poziom ogromnej siły dzięki ćwiczeniom koncentracji zmysłowej. Pasywna separacja twoich trzech ciał jest całkowicie kierowana przez twoje ciało mentalne i jej powodzenie wymaga odpowiedniej ilości siły woli i skupienia.

Korzyścią pasywnej separacji ciała astralno-mentalnego od jego fizycznej powłoki jest to, że zapewnia ciału fizycznemu głęboki poziom odpoczynku. Ma to bardzo uzdrawiający skutek, który rzadko jest osiąganym w ciągu normalnego życia. Efekt jest podobny do spania, lecz głębszego, z uwagi na fakt, że podczas normalnego snu ciało astralno-mentalne nie opuszcza fizycznej powłoki.

Zauważysz, że mówię o ciele astralno-mentalnym, a nie o samym ciele astralnym. Używam tego określenia, by podkreślić fakt, że bez ciała mentalnego ciało astralne jest nieświadome, bezwładne i niezdolne do jakiegokolwiek aktywności. Wszelkie podróżowanie astralne, jakiegokolwiek rodzaju, jest dokonywane przez połączone ciała astralne i mentalne, a skoro działają one w zjednoczeniu, to nazywam te połączone ciało – ciałem astralno-mentalnym.

Pierwszym krokiem w separacji ciała astralno-mentalnego od jego fizycznej powłoki jest świadomy akt wycofania ciała mentalnego z jego regionu ziemi. Świadomość jest odwracana od bezpośredniego postrzegania fizycznych odczuć i skupiona na wodnym obszarze ciała mentalnego oraz na bezpośrednim postrzeganiu emocjonalnego znaczenia.

Kiedy świadoma uwaga zostanie wycofana z ziemskiego obszaru ciała mentalnego, to ustaje świadome odczuwanie fizycznych wrażeń. Bez składnika naszej świadomej uwagi, ziemski obszar ciała mentalnego schodzi na dalekie tło uwagi. Równocześnie, skupiając całą uwagę na obszarze wodnym, zwiększamy siłę ciała astralnego i wysuwamy je na pierwszy plan świadomej uwagi.

Te dwa równoczesne działania ograniczają i kondensują ciało mentalne na jego obszarze wodnym, powietrznym i ognistym oraz umieszczają skupienie ciała mentalnego wewnątrz ciała astralnego. To połączenie astralnego i mentalnego ciała, w którym ciało mentalne skupione jest na powłoce astralnej zamiast na fizycznej, jest prawdziwym ciałem astralno-mentalnym.

Pierwszym krokiem w pasywnej separacji będzie więc jednopunktowa medytacja, w której skupimy świadomą uwagę wyłącznie na doświadczaniu ciała astralnego.

Drugi krok jest przestrzenny. Tutaj musimy stanowczo wysunąć nasze ciało astralno-mentalne trochę poza przestrzeń zajmowaną przez fizyczną powłokę. Łatwość, z jaką jest to dokonywane, zależy od tego, jak całkowicie skupiłeś swoją świadomą uwagę wewnątrz ciała astralnego. Jeśli oczekujesz **wyłącznie** fizycznych odczuć ruchu albo też myślisz o tym w tym znaczeniu, to może być to dla ciebie na początku bardzo trudne. Pamiętaj, że jedyną rzeczą, która może przeszkodzić w tej separacji, jest twój umysł, więc jeśli masz z nią problem, to popracuj nad wyzbywaniem się swoich koncepcji odnośnie tego, jak to **powinno** być odczuwane. Bądź obecny w danej chwili, zamiast eksplorować beczasową strefę spekulacji i oczekiwań.

W *Archaeusie* będziesz stał prosto tuż obok swojej fizycznej powłoki. Na początku będziesz się skupiać wyłącznie na astralnych odczuciach separacji i stania. Zbadasz swoje ciało astralne od jego ziemskiego regionu w górę. Kiedy twoje ciało astralno-mentalne będzie już mocno i całkowicie oddzielone, skieruj swoją uwagę na zbadanie twojej pustej fizycznej powłoki. Tutaj będziesz mieć okazję bezpośrednio postrzegać emocjonalne wrażenie własnej fizycznej powłoki i dalej zwiększać pełnię swojej separacji.

Pozwolimy fizycznej powłoce odpocząć w całości kilka minut, zanim powrócimy do niej ciałem astralno-mentalnym. Proces powrotu jest łagodnym zejściem i pełną świadomą reintegracją.

Pierwszym krokiem reintegracji jest zajęcie tej samej przestrzeni co fizyczna powłoka. Wykonuje się to powoli i wymaga kontroli nad sobą, by uniknąć chęci do prostego wskoczenia z powrotem.

Drugim krokiem jest reintegracja ziemskiego obszaru ciała mentalnego. Jest to dokonane przez przeniesienie świadomej uwagi od bezpośredniego postrzegania ciała astralnego i skupienie jej na bezpośredniej percepcji odczuć fizycznych. To również jest wykonywane powoli i łagodnie oraz, jak zazwyczaj, będzie dotyczyło czterech elementowych obszarów ciała fizycznego.

Podczas doświadczania obserwowania swojej fizycznej powłoki z perspektywy odseparowanego ciała astralno-mentalnego będziesz poinstruowany, by zauważyć srebrny sznur bądź nić, która łączy twoje ciało astralno-mentalne z fizyczną powłoką. To jest wszystkim, co pozostaje z ziemskiego obszaru ciała mentalnego, gdy twoja świadoma uwaga skupiona jest wyłącznie wewnątrz twojego ciała astralno-mentalnego i gdy twoje astralno-mentalne ciało zajmuje inną przestrzeń niż jego fizyczna powłoka. Ziemski obszar pozostaje zakorzeniony w fizycznej powłoce i jest tym, co utrzymuje wystarczające funkcjonowanie ciała fizycznego, by podtrzymać jego życie. Można powiedzieć, że jest to linia życia twojej fizycznej powłoki.

Chociaż ten sznur ostatecznie jest zdolny do prawie nieskończonej elastyczności, to na początku jest bardzo kruchą rzeczą, którą można łatwo uszkodzić. Dlatego ważne jest, by

traktować linię życia swojej fizycznej powłoki z troską i szacunkiem. Musisz przecież wrócić do tej powłoki i cierpieć wszelkie negatywne konsekwencje, jakie twoje poczynania mogły wywołać.

Rzeczy, które uszkadzają tę linię życia i których należy unikać, to, przede wszystkim, zbyt nagłe wtargnięcie do swojej fizycznej powłoki. Taki gwałtowny powrót napina sznur i omija proces świadomej reintegracji, co sprawia, że będziesz się czuł poza sobą. Więc kiedy wracasz, mądrze jest wracać łagodnie i z pełną świadomością całości procesu reintegracji.

By uniknąć efektu przeskakiwania z powrotem, sugeruję, byś upewnił się, że nikt nie będzie przeszkadzał, gdy wykonujesz *Archaeus*. Powiedz swoim domownikom, by nie przeszkadzali ci pod żadnym pozorem, zamknij drzwi, odłącz telefon i wyłącz światło. Będzie to mniej ważne, kiedy już będziesz biegły w procesie separacji i reintegracji. Z praktyką, będziesz w stanie efektywnie reintegrować swoje astralno-mentalne ciało z fizyczną powłoką w przeciągu chwili, z pełną świadomością i bez złych skutków. Więc jeśli ktoś ci przeszkodzi, to twój powrót pozostanie pod **twoją** kontrolą i nie wyrządzi szkód.

Rzeczą numer dwa, której należy unikać, to zbyt wczesne oddalanie się zbyt daleko od swojej fizycznej powłoki. Skoro jest to tylko ziemski obszar twojego mentalnego ciała, to jest to najbardziej sztywna część, a zatem najbardziej podatna na złamanie. Wyobraź sobie plastyczną, podobną do gliny substancję, która na początku jest twarda, lecz gdy obrabiasz ją i pracujesz z nią swoimi palcami, to zaczyna się ona poluźniać i staje się coraz bardziej elastyczna. Z czasem rozciągnie się ona bez zerwania tak daleko, jak tylko zdołasz rozciągnąć swoje ramiona. Lecz jeśli będziesz próbował ją natychmiast rozciągnąć na całą długość, gdy dopiero zaczyna się poluźniać, to rozerwie się ona na dwie części.

Twój srebrny sznur, linia życia pomiędzy tobą a twoją fizyczną powłoką, ma takie same właściwości. Ona **może** zostać zerwana. W 99% przypadków gdy się to stanie, astralno-mentalne ciało natychmiast wskoczy do swojej fizycznej powłoki. Jest to prawie niepokonywalna manifestacja instynktu samozachowawczego. Sposób Natury na upewnienie się, że się nie zabijemy. Lecz konsekwencje są dalej raczej nieprzyjemne, chociaż zazwyczaj nie śmiertelne.

Głównym skutkiem zerwania sznura jest to, że ciało astralno-mentalne nie może w pełni reintegrować się z fizyczną powłoką, dopóki sznur się nie uleczy. Innymi słowy, obszary ognia, powietrza i wody w ciele mentalnym nie są w pełni zintegrowane z obszarem ziemi. Bardzo łagodnym tego przykładem byłoby silne poczucie odłączenia od zdarzeń i własnego życia, mentalna i emocjonalna dezorientacja. Fizycznymi skutkami byłoby wyczerpanie i zaostrzenie wszelkich istniejących schorzeń.

Krótko mówiąc, dobrze się troszcz o swój srebrny sznur! Jeśli zawsze traktujesz go uważnie i z łagodną troską, to nie masz się w ogóle czego obawiać.

Czwarta lekcja *Archaeusa* wymaga, byś posiadał już silną wolę i kontrolował siebie w takim stopniu, że jeśli kusi cię, by odejść zbyt daleko bądź też masz ochotę zrobić coś, co mogłoby uszkodzić linię życia fizycznej powłoki, to **będziesz** w stanie odrzucić tę pokusę i trzymać się określonego zadania. Jeśli, będąc ze sobą absolutnie szczerym, jeszcze nie posiadasz tej zdolności kierowania sobą w obliczu pokusy, to **bardzo** odradzam dalsze podążanie z *Archaeusem*, aż nie posiadasz tej umiejętności. Pierwsze trzy lekcje bardzo pomogą w procesie osiągania tej zdolności, więc proszę, byś skupił się obecnie na nich i powrócił do lekcji czwartej w przyszłości.

Ostatnią kwestią, jaką chcę poruszyć przed przejściem do praktyki, jest to, co powinieneś zrobić, jeśli masz na początku problem z samą separacją oddalania się od swojej fizycznej powłoki. Jeśli moje nagranie będzie szło z prędkością nieodpowiadającą twojej własnej i nie będziesz mógł odseparować się równocześnie z nagraniem, sugeruję, abyś spędził ten czas - w którym mówię o tym, co zrobić, gdy już się oddzieliłeś - na skupianiu się na odczuciach ciała astralnego i bezpośrednim postrzeganiu emocjonalnego znaczenia. Użyj tego czasu, by pogłębić swoje poczucie separacji ziemskiego obszaru ciała mentalnego. To pomoże przygotować cię na następne wykonywanie tej lekcji.

Teraz przejdźmy do samej praktyki.

PRAKTYKA:

Zanim zaczniemy, upewnij się, że nikt ci nie przeszkodzi. Jeśli jeszcze tego nie zrobiłeś, to zatrzymaj odtwarzanie i zamknij drzwi, odłącz telefon i wyłącz światło.

Usytuuj się wygodnie, siedząc wyprostowany, z rękoma opartymi swobodnie na udach i oczyść swój umysł ze wszystkich niechcianych, przyziemnych trosk i myśli.

Teraz skup swoją uwagę na ziemskim obszarze swojego ciała fizycznego i szybko zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do obszaru wody i zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do obszaru powietrza i zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do obszaru ognia i zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz poczuj cały obszar głowy jako całość.

Dodaj to tego swój obszar klatki piersiowej i poczuj je razem.

Dodaj do tego swój obszar brzuszny i poczuj wszystkie trzy razem.

I ostatecznie, dodaj swój obszar nóg i poczuj całe fizyczne ciało jako jedność.

Wyślij swoje korzenie w dół, do gleby pod spodem i uwolnij każdą odrobinę negatywności, jaka się w tobie znajduje.

Teraz ponownie skup się na odczuwaniu całego ciała fizycznego jako jedności. Poczuj stałość obszaru ziemi, płynność obszaru wody, lekkość obszaru powietrza i elektryczność obszaru głowy. Poczuj jak te cztery obszary przenikają się nawzajem i są jedną, niepodzielną całością.

Skup się uważnie na fizycznym odczuciu całego ciała. To postrzeżenie czystych odczuć fizycznych jest ziemskim regionem twojego ciała mentalnego.

Teraz wypchnij swoją świadomość lekko na zewnątrz, aż poczujesz wibrującą energię ciała astralnego. Skup się na samym ciele astralnym i na bezpośrednim postrzeganiu emocjonalnego znaczenia. Stanowczo odwróć uwagę od ziemskiego obszaru swojego ciała mentalnego i skup się wyłącznie na wodnym obszarze ciała mentalnego.

Skup się na emocjonalnym znaczeniu stałej energii, jaką postrzegasz w ziemskim obszarze ciała astralnego.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do wodnego obszaru ciała astralnego i poczuj znaczenie płynnej energii, jaką tam postrzegasz.

Teraz przenieś swoją świadomość w górę, do powietrznego obszaru ciała astralnego i poczuj znaczenie lekkiej energii, jaką tam postrzegasz.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do ognistego obszaru ciała astralnego i poczuj znaczenie promienistej energii, jaką tam postrzegasz.

Utrzymaj tę świadomość obszaru ognia swojego ciała astralnego i dodaj do niej świadomość obszaru powietrza. Poczuj te dwa obszary twojego ciała astralnego jako zjednoczoną całość.

Utrzymaj tę świadomość połączonych obszarów ognia i powietrza twojego ciała astralnego i dodaj do niej świadomość obszaru wody. Poczuj te trzy regiony ciała astralnego jako zjednoczoną całość.

Utrzymaj tę świadomość połączonych obszarów ognia, powietrza i wody twojego ciała astralnego i dodaj do niej świadomość obszaru ziemi. Poczuj te cztery regiony ciała astralnego jako zjednoczoną całość.

Skup całą swoją uwagę na odczuciach całego ciała astralnego. Skup się na bezpośrednim postrzeganiu emocjonalnego znaczenia.

Utrzymaj tę świadomość wodnego obszaru ciała mentalnego i dodaj do niej świadomość powietrznego regionu ciała mentalnego. Dołącz bezpośrednio postrzeganie myśli i idei do bezpośredniego postrzegania emocjonalnego znaczenia i poczuj te dwa regiony ciała mentalnego jako zjednoczoną całość.

Utrzymaj tę świadomość połączonych obszarów wody i powietrza ciała mentalnego i dodaj do niej świadomość ognistego obszaru ciała mentalnego. Dołącz bezpośrednio postrzeganie podstawowego znaczenia do swojej percepcji myśli, idei i emocjonalnego znaczenia i poczuj te trzy regiony twojego ciała mentalnego jako zjednoczoną całość.

Skup całą swoją uwagę na odczuciach i percepcjach całego astralno-mentalnego ciała. Poczuj płynną emocjonalną energię obszaru wody, lekką energię myśli obszaru powietrza i promienistą energię podstawowego znaczenia w obszarze ognia. Poczuj, jak te trzy jakości percepcji penetrują się wzajemnie i tworzą zjednoczoną całość.

Teraz poczuj parametry swojego astralno-mentalnego ciała i wyobraź sobie, że jest to twoja astralno-mentalna skóra. Twoja astralno-mentalna skóra jest niezależna od twojej skóry fizycznej i jesteś w stanie poruszać swoim astralno-mentalnym ciałem niezależnie od swojej fizycznej powłoki. Bez poruszania ciałem fizycznym wznies prawą rękę i ramię astralno-mentalnego ciała, by było w pełni wyprostowane przed tobą.

Teraz obniż je z powrotem, zgodnie z twoją fizyczną pozycją.

Ponownie skup się na odczuciach i postrzeganiu całego astralno-mentalnego ciała. Poczuj astralno-mentalną skórę, która definiuje kształt i rozmiar twojego astralno-mentalnego ciała.

Teraz, nie ruszając w ogóle ciałem fizycznym, powoli wstań swoim astralno-mentalnym ciałem. Jeśli siedziałeś na krześle, to będziesz teraz stał tuż przed krzesłem plecami do fizycznej powłoki. Jeśli leżałeś, to powinieneś teraz stać tuż przy stopach, tyłem do leżącego ciała fizycznego.

Stój idealnie bez ruchu w swoim astralno-mentalnym ciele i skup swoją uwagę na odczuciach, jakie postrzegasz. Poczuj stałą energię ziemskiego obszaru ciała astralnego, płynną energię jego obszaru wody, lekką energię jego obszaru powietrza i promienistą energię jego obszaru

ognia. Poczuj wszystkie cztery obszary swojego ciała astralnego jako zjednoczoną całość, stojące prosto i niezależne od fizycznej powłoki.

Utrzymuj tę świadomość wodnego obszaru ciała mentalnego i dodaj do niej świadomość powietrznego obszaru ciała mentalnego. Poczuj ich jedność.

Utrzymaj tę świadomość połączonych obszarów wody i powietrza ciała mentalnego i dodaj do niej świadomość ognistego obszaru ciała mentalnego. Poczuj zjednoczenie całego astralno-mentalnego ciała.

Teraz spójrz przez swoje astralno-mentalne oczy i bezpośrednio postrzegaj emocjonalne znaczenie tego, cokolwiek jest bezpośrednio przed tobą w pokoju, w którym stoisz. Gdy będziesz badał swoimi astralno-mentalnymi oczyma, postrzegaj również bieg myśli i idei, które leżą u podstaw tego bezpośredniego postrzegania emocjonalnego znaczenia. Teraz spójrz głębiej i postrzegaj podstawowe znaczenie, któremu te myśli i znaczenie emocjonalne nadają kształt.

Teraz powoli obróć się w prawo, aż będziesz patrzył bezpośrednio na swoją pustą fizyczną powłokę. Zbadaj swoją fizyczną powłokę astralno-mentalnymi oczyma i bezpośrednio postrzegaj emocjonalne znaczenie jej formy. Całą swoją mentalną siłą woli opieraj się wszelkim chęciom ponownego wejścia do fizycznej powłoki.

Poświęć teraz chwilę na ponowne poczucie astralno-mentalnej skóry i utwierdź swoją oddzielność i niezależność od fizycznej powłoki.

Teraz powróć do badania fizycznej powłoki. Ponownie, astralno-mentalnymi oczyma bezpośrednio postrzegaj emocjonalne znaczenie wyrażane przez twoją fizyczną formę.

Teraz spójrz głębiej i postrzegaj bieg myśli i idei, które leżą u podstaw bezpośredniego postrzegania emocjonalnego znaczenia. Teraz spójrz jeszcze głębiej i postrzegaj podstawowe znaczenie, któremu te myśli i znaczenie emocjonalne nadają kształt.

Teraz znowu poświęć chwilę na poczucie swojej astralno-mentalnej skóry i utwierdź swoją oddzielność i niezależność od fizycznej powłoki.

Teraz odnotuj, swoimi astralno-mentalnymi oczyma, srebrny sznur, który łączy twoje astralno-mentalne ciało i twoją fizyczną powłokę. Jest to podtrzymująca życie pępowina, która utrzymuje autonomiczne funkcje twojej fizycznej powłoki, by nieprzerwanie działały pod nieobecność twojego astralno-mentalnego ciała. Obserwuj subtelny energię, która płynie wzdłuż tego sznura i utrzymuje bicie twego serca i proces oddychania. Bezpośrednio postrzegaj jego emocjonalne znaczenie. Teraz spójrz głębiej i postrzegaj bieg myśli i idei, które leżą u podstaw tej bezpośredniej percepcji emocjonalnego znaczenia. Teraz spójrz jeszcze głębiej i postrzegaj podstawowe znaczenie, któremu te myśli i znaczenie emocjonalne nadają kształt.

Teraz ponownie, poświęć chwilę na poczucie swojej astralno-mentalnej skóry i utwierdź swoją oddzielność i niezależność od swojej fizycznej powłoki.

Teraz, swoimi astralno-mentalnymi oczyma, zauważ wypoczęty stan swojej fizycznej powłoki. Obserwuj powolne, zrelaksowane tempo jej oddechu i miękkie mięśnie twarzy. Bezpośrednio postrzegaj znaczenie emocjonalne wyrażane przez ten stan fizycznej relaksacji.

Odnotuj również wszelkie myśli, idee i podstawowe znaczenie leżące u podstaw twojej percepcji emocjonalnego znaczenia.

Teraz ponownie, poczuj swoją astralno-mentalną skórę i utwierdź swoją oddzielność i niezależność od fizycznej powłoki. Poczuj całe swoje astralno-mentalne ciało. Poczuj stały ziemski region ciała astralnego. Dodaj do tego płynny obszar wodny, lekki obszar powietrzny i promienisty obszar ognia twojego ciała astralnego. Poczuj swoje ciało astralne jako zjednoczoną całość i dodaj do tej świadomości wodnego obszaru swojego ciała mentalnego, świadomość powietrznego obszaru ciała mentalnego. Poczuj połączone obszary wody i powietrza twojego ciała mentalnego i dodaj do tego świadomość ognistego obszaru ciała mentalnego. Poczuj zjednoczenie tych trzech obszarów. Poczuj astralno-mentalne ciało jako zjednoczoną całość.

Teraz ponownie obracaj się w prawo, aż znowu będziesz odwrócony tyłem do swojej fizycznej powłoki. Teraz powoli wróć do ciała fizycznego i ponownie zajmij to samo miejsce co twoja fizyczna powłoka.

Poczuj swoją astralno-mentalną skórę, niezależnie od twojej skóry fizycznej. Teraz zamknij swoje astralno-mentalne oczy i rozluźnij się do swojej fizycznej powłoki. Niech twoje astralno-mentalne ciało wypełni całe fizyczne obramowanie i łagodnie przenieś świadomość z powrotem do ziemskiego regionu swojego ciała mentalnego i na bezpośrednią percepcję fizycznych odczuć. Stań się świadomy swojej fizycznej skóry, mięśni i kości. Zintegruj wibrującą energię astralno-mentalnej skóry z każdą komórką swojego fizycznego ciała.

Przenieś uwagę na ziemski obszar ciała fizycznego i zintegruj z nim stałą energię ziemskiego obszaru ciała astralnego. Rozprzestrzeń tę energię na cały obszar nóg.

Przesuń swoją świadomość w górę, do wodnego obszaru swojego ciała fizycznego i podobnie, zintegruj płynną energię wodnego obszaru ciała astralnego z tym regionem ciała fizycznego. Rozprzestrzeń tę energię na cały obszar brzucha.

Przesuń swoją świadomość w górę, do powietrznego obszaru swojego fizycznego ciała i zintegruj lekką energię powietrznego obszaru ciała astralnego. Rozprzestrzeń tę energię na cały obszar klatki piersiowej.

Teraz przenieś swoją świadomość w górę, do ognistego obszaru ciała fizycznego i zintegruj promienistą energię ognistego obszaru ciała astralnego. Rozprzestrzeń tę energię na cały obszar głowy.

Utrzymaj swoją świadomość połączonego astralnego i fizycznego obszaru ognia i dodaj do niej świadomość połączonego, astralnego i fizycznego, obszaru powietrza. Poczuj te dwa elementowe obszary jako zjednoczoną całość.

Utrzymaj świadomość połączonych, astralnych i fizycznych, obszarów ognia i powietrza i dodaj do niej świadomość połączonego, astralnego i fizycznego, obszaru wody. Poczuj te trzy elementowe regiony jako zjednoczoną całość.

Teraz utrzymaj świadomość połączonych, astralnych i fizycznych, obszarów ognia, powietrza i wody i dodaj do niej świadomość połączonego, astralnego i fizycznego, obszaru ziemi.

Poczuj te cztery elementowe regiony jako zjednoczoną całość.

Poczuj swoje całe fizyczno-astralno-mentalne ciało jako zjednoczoną całość.

Teraz wyślij swoje korzenie głęboko w glebę pod sobą i uwolnij wszelki nadmiar energii, jaki czujesz.

Teraz odwróć uwagę od swoich korzeni i skup ją ponownie na odczuwaniu swojego fizycznego ciała.

Teraz zacznij powracać do normalnej świadomości. Zanim otworzysz oczy lub zaczniesz się ruszać, przez chwilę posłuchaj odgłosów dookoła siebie, powąchaj powietrze etc.

Teraz weź głęboki oddech i delikatnie wypuść powietrze.

Teraz przemieść swoje ręce wzdłuż swoich ud, w górę brzucha i klatki piersiowej, w górę do twarzy i z powrotem na dół, rozbudzając ciało do normalnych odczuć.

Teraz łagodnie otwórz oczy i zacznij się powoli ruszać fizycznie.

To kończy lekcję czwartą *Archaeus samoleczenia* opisującą pasywną separację astralno-mentalnego ciała.

Sugeruję, by używać tego przewodniego nagrania tak długo, jak będzie trzeba do nauczenia się tej techniki. Gdy już zapamiętasz kolejność pracy i uda ci się kilka razy podążać za tym nagraniem, to powinieneś użyć samej techniki, bez używania tego nagrania. Konieczne jest nauczenie się wykonywania tej techniki bez mojego prowadzącego głosu, jeśli będziesz chciał przejść do następnych lekcji.

Kiedy ta technika stanie się łatwa do wykonania, możesz przejść do lekcji piątej i pasywnej separacji samego ciała mentalnego.

Wszystkiego dobrego!

ARCHAEUS SAMOLECZENIA

~ Lekcja piąta ~

Pasywna separacja i odpoczynek ciała mentalnego

Oryginał angielski © 2003 Rawn Clark

Wersja polska © 2004 FranzBardon.pl

WPROWADZENIE:

Witam w piątej lekcji *Archaeus samoleczenia*. Ta lekcja, podobnie jak poprzednia, jest przeznaczona jedynie dla osób, które ukończyły drugi krok IIIH.

W tej lekcji będziemy się zajmować pasywną separacją **samodzielnego** ciała mentalnego. W lekcji czwartej oddzieliliśmy ciało astralno-mentalne od naszej fizycznej powłoki, a w tej lekcji dokonamy dalszej separacji, gdyż opuścimy naszą astralną powłokę. Oznacza to zawężenie naszego skupienia jedynie do powietrznego i ognistego obszaru naszego ciała mentalnego. Nazywam to „samotnym ciałem mentalnym”, gdyż w tym stanie ciało mentalne jest pozbawione swojego astralnego i fizycznego stroju. Jest to najbardziej wszechstronne i elastyczne z naszych trzech doczesnych ciał.

Samodzielnne ciało mentalne, złożone jedynie z obszarów powietrza i ognia, jest dwoiste w swej naturze i równa się jaźni Indywidualności, czyli kabalistycznej jaźni Tiphareth. Ten szczególny poziom jaźni jest w stanie bezpośrednio postrzegać niższą jaźń osobowości **oraz** bezpośrednio postrzegać wyższą jaźń. Wiesz już, że powietrzny obszar ciała mentalnego reprezentuje bezpośrednio postrzeganie myśli i idei. Jest to skierowany w dół aspekt jaźni Indywidualności - ta część, która jest zaangażowana w osobiste i fizyczne aspekty istnienia. Z drugiej strony, obszar ognia reprezentuje bezpośrednio postrzeganie podstawowego znaczenia, które zachodzi bez trwałej formy myśli i idei. Obszar samodzielnego ciała mentalnego jest skierowanym do góry aspektem jaźni Indywidualności - tą częścią, która ciągle otrzymuje wpływ z Większej jaźni.

W tej lekcji będziemy używać tych samych technik, które były zaprezentowane w lekcji czwartej. Po pierwsze ograniczymy nasze ciało mentalne wyłącznie do jego wodnego, powietrznego i ognistego obszaru i tym samym odseparujemy nasze ciało astralno-mentalne od jego fizycznej powłoki. Tak jak wcześniej, odsłoni to srebrny sznur odpowiadający temu, co zostało z ziemskiego regionu ciała mentalnego. Następnie, jeszcze dalej ograniczymy nasze ciało mentalne, do samych obszarów powietrza i ognia, i odseparujemy je od jego astralnej powłoki. To odsłoni drugi sznur, koloru lawendowego, zakorzeniony w powłoce astralnej, który odpowiada temu, co zostało z wodnego obszaru ciała mentalnego.

Powodem, dla którego wykonamy tę konkretną formę separacji, jest fakt, że w ten sposób całkowicie oddzielimy nasze trzy ciała i damy im odpocząć. Gdy każde z ciał odpoczywa, to naturalnie wracają one do bardziej pierwotnego i zdrowego stanu. Akt pozwalania im na oddzielny odpoczynek znacząco zmniejsza przekaz z jednego poziomu na drugi, zatem zwiększa *głębokość* ich odpoczynku. Bez aktywnego działania energii astralnej, ciało fizyczne odpoczywa dużo spokojniej i pełniej niż podczas snu. Podobnie, ciało astralne, oddzielone zarówno od **fizycznych**, jak i **mentalnych** bodźców, odpoczywa jak rzadko kiedy w biegu normalnego ludzkiego życia. A ciało mentalne, uwolnione w ten sposób od astralnych i

fizycznych ograniczeń, może zostać sprowadzone do bardzo głębokiego stanu odpoczynku przepełnionego spokojem.

Normalnie, kiedy samodzielne ciało mentalne jest oddzielone, ciało astralne pozostaje w ciele fizycznym, zamiast być od niego odseparowanym. To oznacza, że połączenie pomiędzy astralnymi i fizycznymi poziomami świadomości nie zanika i tym samym oba ciała pozostają względnie zintegrowane. Normalna separacja ukazuje tylko *pojedyńczy*, **purpurowy** sznur, zamiast dwóch sznurów, które ukazują potrójną separację. Powodem, dla którego sznur ma ciemniejszy kolor jest to, że jest on pozostałością wodnego **oraz** ziemskiego obszaru ciała mentalnego, które pozostają zakorzenione w astralno-fizycznej powłoce. Jednakże przy potrójnej separacji purpurowy sznur staje się dwoma sznurami: srebrnym odpowiadającym obszarowi ziemi i lawendowym odpowiadającym obszarowi wody. Sznur lawendowy, ze względu na to że jest **wyłącznie** wodnym obszarem, od razu jest płynny i może się z łatwością rozciągać w nieskończoność.

Odcień, długość i stopień przezroczystości, jakie przedstawia lawendowy sznur, będą zależeć bezpośrednio od stopnia skupienia danej osoby. Na przykład, kiedy uwaga jest skupiona wyłącznie na ognistym obszarze samodzielnego ciała mentalnego, to lawendowy sznur będzie cienki jak włos i przezroczysty jak woda. Nie będzie też innej percepcji niż bezpośrednie postrzeganie podstawowego znaczenia. W tym stanie nie ma przetwarzania percepcji w słowa, myśli, znaczenie emocjonalne czy jakiegokolwiek rodzaju odczucia. W takim stanie nie będziesz mógł słyszeć mojego głosu ani nie będziesz czuł, jeśli dotknę twojego fizycznego ciała.

Z drugiej strony, kiedy świadomość jest skupiona wyłącznie na obszarze ognia **oraz** powietrza, to myśli i słowa będą towarzyszyć postrzeganiu. W takim stanie lawendowy sznur będzie miał grubość żyłki i przezroczystość lawendowej galaretki.

Jednakże w lekcji piątej, nawet jeśli będziesz głównie skupiony na powietrznym i ognistym obszarze swojego ciała mentalnego, to część twojej świadomości wciąż będzie otrzymywać bodźce z fizycznych uszu w postaci mojego prowadzącego głosu i będzie ona przetwarzać twoje postrzeganie przez ciało astralne, nadając im formę jako kształt i kolor. Skoro tak dużo informacji będzie przekazywanych przez lawendowy sznur, to będzie miał on grubość palca, przezroczystość mleka i będzie lśnił wyraźnym jasnoławendowym kolorem.

Aby osiągnąć głębsze stany separacji samodzielnego ciała mentalnego, w których nie będzie postrzegania poniżej gęstości myśli, będziesz musiał wykonywać tę lekcję bez słuchania prowadzącego nagrania. Niemniej to nagranie wystarczająco wprowadzi cię w technikę i nawet posiadając te ograniczenia, umożliwi ci osiągnięcie określonego stopnia separacji, odpoczynku i korzyści zdrowotnych.

Przejdźmy zatem do samej praktyki.

PRAKTYKA:

Zanim zaczniemy, upewnij się, że nikt ci nie przeszkodzi. Jeśli jeszcze tego nie zrobiłeś, to zatrzymaj odtwarzanie, zamknij drzwi, odłącz telefon i wyłącz światło.

Usytuuj się wygodnie, siedząc wyprostowany, z rękoma opartymi łagodnie na udach i oczyść swój umysł ze wszystkich niechcianych, przyziemnych trosk i myśli.

Teraz skup swoją uwagę na ziemskim obszarze swojego ciała fizycznego i szybko zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do obszaru wody i zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do obszaru powietrza i zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do obszaru ognia i zrelaksuj wszystkie mięśnie w tym obszarze. Uwolnij każdą odrobinę napięcia.

Teraz poczuj cały obszar głowy jako całość.

Dodaj to tego swój obszar klatki piersiowej i poczuj je razem.

Dodaj do tego swój obszar brzuszny i poczuj wszystkie trzy razem.

I ostatecznie, dodaj swój obszar nóg i poczuj całe fizyczne ciało jako jedność.

Wyślij swoje korzenie w dół, do gleby pod spodem i uwolnij każdą odrobinę negatywności, jaka się w tobie znajduje.

Teraz ponownie skup się na odczuwaniu całego ciała fizycznego jako jedności.

Teraz wypchnij swoją świadomość lekko na zewnątrz, aż poczujesz wibrującą energię ciała astralnego. Skup się na samym ciele astralnym i na bezpośrednim postrzeganiu emocjonalnego znaczenia. Stanowczo odwróć swoją uwagę od ziemskiego obszaru swojego ciała mentalnego i skup się wyłącznie na jego obszarze wodnym.

Skup się na emocjonalnym znaczeniu stałej energii, jaką postrzegasz w ziemskim obszarze swojego ciała astralnego.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do wodnego obszaru swojego ciała astralnego i poczuj znaczenie płynnej energii, jaką tam postrzegasz.

Teraz przenieś swoją świadomość w górę, do powietrznego obszaru ciała astralnego i poczuj znaczenie lekkiej energii, jaką tam postrzegasz.

Teraz przenieś swoją uwagę w górę, do ognistego obszaru swojego ciała astralnego i poczuj znaczenie promienistej energii, jaką tam postrzegasz.

Utrzymaj tę świadomość obszaru ognia swojego ciała astralnego i dodaj do niej świadomość obszaru powietrza. Poczuj te dwa obszary twojego ciała astralnego jako zjednoczoną całość.

Utrzymaj tę świadomość połączonych obszarów ognia i powietrza twojego ciała astralnego i dodaj do niej świadomość obszaru wody. Poczuj te trzy regiony ciała astralnego jako zjednoczoną całość.

Utrzymaj tę świadomość połączonych obszarów ognia, powietrza i wody twojego ciała astralnego i dodaj do niej świadomość obszaru ziemi. Poczuj te cztery regiony ciała astralnego jako zjednoczoną całość.

Skup swoją uwagę na odczuciach całego ciała astralnego.

Utrzymaj tę świadomość wodnego obszaru ciała mentalnego i dodaj do niej świadomość powietrznego regionu ciała mentalnego. Dołącz bezpośrednio postrzeganie myśli i idei do bezpośredniego postrzegania znaczenia emocjonalnego i poczuj te dwa regiony ciała mentalnego jako zjednoczoną całość.

Utrzymaj tę świadomość połączonych obszarów wody i powietrza swojego ciała mentalnego i dodaj do niej świadomość ognistego obszaru ciała mentalnego. Dołącz bezpośrednio postrzeganie podstawowego znaczenia do swojej percepcji myśli, idei oraz emocjonalnego znaczenia i poczuj te trzy regiony ciała mentalnego jako zjednoczoną całość.

Teraz poczuj parametry swojego astralno-mentalnego ciała i poczuj swoją astralno-mentalną skórę.

Teraz, nie ruszając w ogóle ciałem fizycznym, powoli wstań swoim astralno-mentalnym ciałem.

Stój idealnie bez ruchu w swoim astralno-mentalnym ciele i skup swoją uwagę na odczuciach, jakie postrzegasz. Poczuj płynną energię jego obszaru wody, lekką energię jego obszaru powietrza i promienistą energię jego obszaru ognia. Poczuj wszystkie trzy obszary swojego ciała astralno-mentalnego, stojącego prosto i niezależnego od fizycznej powłoki, jako zjednoczoną całość.

Teraz powoli obróć się w prawo, aż staniesz naprzeciwko swojej fizycznej powłoki i obserwuj jej stan odpoczynku.

Teraz usiądź u stóp swojej fizycznej powłoki. Obserwuj srebrny sznur, który łączy cię z fizyczną powłoką.

Teraz zamknij astralne oczy i skieruj swoją uwagę do wewnątrz. Stanowczo odwróć uwagę od wodnego obszaru ciała mentalnego i skup się wyłącznie na obszarze powietrza i ognia. Poczuj lekką energię myśli i idei obszaru powietrza i promienistą energię podstawowego znaczenia z obszaru ognia. Poczuj, jak te dwa obszary są zjednoczoną całością.

Poczuj, jak forma zapewniana przez myśli i idee tworzy pewien rodzaj mentalnej skóry, która zawiera i wyraża promienistą energię podstawowego znaczenia. Poczuj swoją mentalną skórę. Poczuj, jak jest wolna i niezależna od twojej astralnej i fizycznej skóry.

Wypełnij swój obszar powietrza i ognia ciała mentalnego myślą, że jesteś teraz wolny od swojej astralnej powłoki.

Teraz, w ogóle bez poruszania astralną powłoką, łagodnie wznies się w górę, aż będziesz kilkanaście centymetrów nad swoją powłoką astralną. Skup swoją uwagę wyłącznie wewnątrz zjednoczonych obszarów powietrza i ognia samodzielnego ciała mentalnego.

Poczuj swoją mentalną skórę i skup się na swojej niezależności od astralnej powłoki.

Teraz otwórz swoje mentalne oczy i spójrz w dół na pustą powłokę astralną i fizyczną.

Poczuj oddzielność i niezależność od nich.

Obserwuj lawendowy sznur, który łączy cię z astralną powłoką. Obserwuj również srebrny sznur, który łączy twoją astralną i fizyczną powłokę.

Obserwuj zrelaksowany stan obu powłok.

Teraz zamknij swoje mentalne oczy i skieruj uwagę do wewnątrz. Skup się na myślach i ideach, które bezpośrednio postrzegasz w tym momencie.

Teraz odwróć uwagę od obszaru powietrza i skup ją na obszarze ognia. Zanurz się w bezpośrednim postrzeganiu podstawowego znaczenia.

Cisza . . .

Teraz łagodnie powróć do świadomości myśli i idei. Pozwól swoim bezpośrednim percepcjom podstawowego znaczenia przeniknąć powietrzny obszar twojego ciała mentalnego i przybrać formę.

Poczuj swoją mentalną skórę i poczuj zjednoczenie powietrznego i ognistego obszaru twojego samodzielnego ciała mentalnego.

Teraz otwórz swoje mentalne oczy i obserwuj bardzo zrelaksowany stan swojej astralnej i fizycznej powłoki. Stanowczo zejźdź w swoją astralną powłokę i łagodnie przywróć świadomość wodnego obszaru ciała mentalnego i bezpośrednio postrzeganie emocjonalnego znaczenia.

Rozprzestrzeń swoje samodzielne ciało mentalne w całym astralno-mentalnym ciele i poczuj swoją astralno-mentalną skórę. Poczuj całe astralno-mentalne ciało jako zjednoczoną całość.

Przenieś świadomość do ziemskiego obszaru swojego ciała astralnego i zintegruj z nim energię samodzielnego ciała mentalnego.

Przenieś świadomość do powietrznego obszaru swojego ciała astralnego i zintegruj z nim energię samodzielnego ciała mentalnego.

Przenieś uwagę do ognistego obszaru swojego ciała astralnego i zintegruj z nim energię samodzielnego ciała mentalnego.

Poczuj wszystkie cztery regiony swojego ciała astralnego jako zjednoczoną całość. Dodaj do tego świadomość powietrznego obszaru swojego ciała mentalnego i poczuj wodny i powietrzny obszar ciała mentalnego jako zjednoczoną całość.

Teraz do tej świadomości dodaj ognisty obszar swojego ciała mentalnego i poczuj wszystkie trzy regiony astralno-mentalnego ciała jako zjednoczoną całość.

Teraz otwórz swoje astralno-mentalne oczy i obserwuj głęboko wypoczęty stan swojej fizycznej powłoki. Poczuj swoją astralno-mentalną skórę, niezależnie od skóry fizycznej.

Teraz zamknij swoje astralno-mentalne oczy i rozluźnij się w swoją fizyczną powłokę. Niech twoje astralno-mentalne ciało wypełni całe fizyczne obramowanie i łagodnie przenieś swoją świadomość z powrotem do ziemskiego regionu ciała mentalnego i na bezpośrednią percepcję fizycznych odczuć. Stań się świadomy swojej fizycznej skóry, mięśni i kości i zintegruj wibrującą energię swojej astralno-mentalnej skóry z każdą komórką fizycznego ciała.

Przenieś swoją uwagę na ziemski obszar ciała fizycznego i zintegruj z nim stałą energię ziemskiego obszaru ciała astralnego.

Przesuń swoją świadomość w górę, do wodnego obszaru swojego ciała fizycznego i podobnie, zintegruj płynną energię wodnego obszaru ciała astralnego z tym regionem ciała fizycznego.

Przesuń swoją świadomość w górę, do powietrznego obszaru swojego fizycznego ciała i zintegruj lekką energię powietrznego obszaru swojego ciała astralnego.

Teraz przenieś swoją świadomość w górę, do ognistego obszaru swojego ciała fizycznego i zintegruj promienistą energię ognistego obszaru ciała astralnego.

Utrzymaj swoją świadomość złączonego astralnego i fizycznego obszaru i dodaj do niej świadomość złączonego astralnego i fizycznego obszaru powietrznego. Poczuj te dwa elementowe obszary jako zjednoczoną całość.

Utrzymaj świadomość tych połączonych astralnych i fizycznych obszarów ognia i powietrza i dodaj do niej świadomość połączonego astralnego i fizycznego obszaru wody. Poczuj te trzy elementowe regiony jako zjednoczoną całość.

Teraz utrzymaj świadomość tych połączonych astralnych i fizycznych obszarów ognia, powietrza i wody i dodaj do niej świadomość złączonego astralnego i fizycznego obszaru ziemi.

Poczuj te cztery elementowe regiony jako zjednoczoną całość.

Poczuj swoje całe fizyczno-astralno-mentalne ciało jako zjednoczoną całość.

Teraz wyślij swoje korzenie głęboko w glebę pod sobą i uwolnij wszelki nadmiar energii, jaki czujesz.

Teraz odwróć uwagę od swoich korzeni i skup ją ponownie na odczuwaniu swojego ciała fizycznego.

Teraz zacznij powracać do normalnej świadomości. Zanim otworzysz oczy i zaczniesz się ruszać, przez chwilę posłuchaj odgłosów dookoła ciebie, powąchaj powietrze etc.

Teraz weź głęboki oddech i delikatnie wypuść powietrze.

Teraz przemieść swoje ręce wzdłuż swoich ud, w górę brzucha i klatki piersiowej, w górę, do twarzy, i z powrotem, na dół, rozbudzając ciało do normalnych odczuć.

Teraz łagodnie otwórz oczy i zacznij się powoli ruszać fizycznie.

To kończy lekcję piątą *Archaeus samoleczenia* opisującą pasywną separację samodzielnego ciała mentalnego.

Sugeruję, by używać tego przewodniego nagrania tak długo, jak będzie trzeba do nauczenia się tej techniki. Gdy już zapamiętasz kolejność pracy i uda ci się kilka razy podążać za tym nagraniem, to powinieneś użyć samej techniki, bez używania tego nagrania. Konieczne jest nauczenie się wykonywania tej techniki bez mojego prowadzącego głosu, jeśli będziesz chciał przejść do następnych lekcji.

Kiedy ta technika stanie się łatwa do wykonania, możesz przejść do lekcji szóstej i leczenia poprzez elementowe równoważenie swoich trzech ciał.

Wszystkiego dobrego!

ARCHAEUS SAMOLECZENIA

~ Lekcja szósta ~

Elementowe równoważenie i reintegracja trzech ciał

Oryginał angielski © 2003 Rawn Clark
Wersja polska © 2004 FranzBardon.pl

Witam w szóstej lekcji *Archaeus samoleczenia*. Ta lekcja jest odpowiednia jedynie dla osób, które uczyniły duże postępy w czwartym kroku IIIH i są już biegłe w kumulacji elementów.

Naszym zadaniem w tej lekcji jest elementowe równoważenie każdego z naszych trzech ciał. Do wykonywania tej lekcji jest absolutnie wymagane opanowanie lekcji piątej, gdyż elementowe równoważenie wymaga separacji trzech ciał.

Ta lekcja Archaeusa jest rozszerzeniem ćwiczenia, które można znaleźć w czwartym kroku „Wtajemniczenia do Hermetyzmu” na końcu kształcenia astralnego. W wersji Bardona, uczeń gromadzi elementy w odpowiadających im regionach fizycznego ciała, by osiągnąć ich harmonię. Jednakże w Archaeusie będziemy gromadzić elementy we wszystkich trzech ciałach i tym samym osiągniemy głębszy stopień harmonii elementów.

Zacniemy od ciała mentalnego, następnie przejdziemy do ciała astralnego i skończymy na ciele fizycznym. W procesie reintegracji mentalnego i astralnego ciała oraz w reintegracji ciała astralno-mentalnego i fizycznego zachowywana jest wielka ostrożność. W ten sposób harmonia elementów z ciała mentalnego jest sprowadzona z mentalnego na astralne i następnie potwierdzona przez gromadzenie elementów w ciele astralnym. Następnie astralno-mentalna harmonia jest sprowadzana z astralności na fizyczność i ponownie potwierdzona przez gromadzenie elementów w ciele fizycznym.

Skoro praca lekcji szóstej wymaga bardzo głębokiego poziomu koncentracji i separacji trzech ciał, nie będę prowadził cię przez ten proces, jak robiłem to w poprzednich lekcjach. Zamiast tego, opiszę ten proces, a od ciebie będzie zależało jego praktykowanie.

Przejdźmy zatem do opisu praktyki.

Zaczynasz jak zazwyczaj i przechodzisz przez Archaeus aż do momentu, w którym trzy ciała są oddzielone, i skupiasz swoją uwagę wyłącznie na samodzielnym ciele mentalnym. W tym miejscu zaczyna się lekcja szósta.

Odwracaj swoje samodzielne ciało mentalne, aż będziesz widział odpoczywające ciała astralne i fizyczne. Zwróć uwagę na sznur łączący twoje samodzielne ciało mentalne z odpoczywającym ciałem astralnym oraz sznur łączący twoje ciało astralne z fizycznym. Skup się na sznurze łączącym ciało astralne z fizycznym. Jak wiesz, jest to ziemski obszar ciała mentalnego. Twoim pierwszym zadaniem jest wypełnić ziemski obszar swojego ciała mentalnego elementem ziemi. Nie gromadź dużej ilości elementu – tylko by wypełnić sznur. Nie chcesz kondensować elementu, więc jest to tylko łagodne wypełnienie ziemskiego obszaru elementem ziemi.

Teraz skup uwagę na sznurze łączącym odpoczywające ciało astralne i samodzielne ciało mentalne. Jak wiesz, jest to wodny obszar ciała mentalnego. Zatem twoim następnym zadaniem jest wypełnić wodny obszar ciała mentalnego równą ilością elementu wody. Tak jak poprzednio, nie gromadź zbyt wiele elementu – tylko wypełnij sznur, bez kondensowania elementu wody.

Kiedy obszary ziemi i wody ciała mentalnego zostały już wypełnione odpowiednimi elementami, skieruj swoją uwagę na powietrzny obszar samodzielnego ciała mentalnego. Twoim następnym zadaniem jest wypełnienie tego obszaru równą ilością elementu powietrza, w ten sam sposób co poprzednio. Ponownie, tylko wypełnij obszar powietrza elementem powietrza; nie kondensuj elementu.

Następnie skieruj swoją uwagę na ognisty obszar samodzielnego ciała mentalnego i wypełnij go równą ilością elementu ognia, tak samo jak wcześniej.

Kiedy wszystkie cztery obszary twojego ciała mentalnego są już wypełnione równymi ilościami odpowiednich elementów, to rozszerz swoją świadomość na całe ciało mentalne (równocześnie na wszystkie cztery regiony). Spędź kilka chwil na medytacji w tym stanie zintegrowanej równowagi.

Kiedy czujesz, że medytacja jest już zakończona, uwolnij zgromadzone elementy w odwrotnej kolejności, zaczynając od ognia, a kończąc na ziemi. Kiedy skończysz, spędź kilka chwil, odczuwając harmonię i równowagę elementów w swoim ciele mentalnym.

Teraz skieruj swoją uwagę na rozluźnione, w pełni wypoczęte ciało astralne. Delikatnie zanurz się w nie i odzyskaj jego pełną świadomość. Świadomie przeniknij je jak zwykle, łącząc swoje astralne i mentalne ciała, zwracając baczną uwagę na połączenie się ze wszystkimi astralnymi odczuciami.

Stój nieruchomo i blisko zintegruj swoje astralne i mentalne ciało. Świadomie ożywiaj swoje ciało astralne *równowagą* elementów ciała mentalnego. Mocno sprowadź równoważący wpływ na nowo ożywionego ciała mentalnego, do wszystkich aspektów swojej wypoczętej astralnej energii. Musisz zwrócić specjalną uwagę na tę reintegrację. Nie spiesz się i bądź jak najbardziej dogłębny.

Kiedy w pełni odzyskasz ciało astralne, skup swoją uwagę na jego ziemskim obszarze i wypełnij go elementem ziemi. Tak jak przy wypełnianiu ciała mentalnego, nie chcesz kondensować elementu, a jedynie wypełnić nim ten obszar.

Następnie skieruj swoją uwagę do wodnego obszaru ciała astralnego i wypełnij go równą ilością elementu wody. Następnie wypełnij obszar powietrzny ciała astralnego elementem powietrza i potem ognisty obszar elementem ognia.

Kiedy wszystkie cztery obszary twojego ciała astralnego będą wypełnione równą ilością odpowiednich elementów, rozszerz swoją świadomość na całe ciało astralne (równocześnie na wszystkie cztery regiony). Spędź kilka chwil na medytacji w tym stanie zintegrowanej równowagi.

Kiedy czujesz, że medytacja jest już zakończona, uwolnij nagromadzone elementy w odwrotnej kolejności, zaczynając od ognia, a kończąc na ziemi. Kiedy skończysz, spędź kilka chwil, odczuwając harmonię i równowagę elementów w swoim ciele astralnym.

Teraz skieruj swoją uwagę na odpoczywające ciało fizyczne i reintegruj swoje astralno-mentalne ciało z odpoczywającym ciałem fizycznym. Spędź kilka chwil nad procesem reintegrowania swojego fizyczno-astralno-mentalnego ciała. Świadomie zintegruj harmonię elementów ciała astralno-mentalnego z każdym aspektem ciała fizycznego. Musisz zwrócić szczególną uwagę na tę reintegrację. Nie spiesz się i bądź jak najbardziej dogłębny.

Kiedy w pełni odzyskasz swoje ciało fizyczne, skup uwagę na jego obszarze nóg i wypełnij go elementem ziemi. Tak jak poprzednio, nie chcesz kondensować elementu, a jedynie wypełnić nim ten obszar.

Następnie skieruj swoją uwagę na brzuszny obszar ciała fizycznego i wypełnij go równą ilością elementu wody. Następnie wypełnij obszar klatki piersiowej swojego fizycznego ciała elementem powietrza i potem obszar głowy elementem ognia.

Kiedy wszystkie cztery obszary twojego ciała fizycznego będą wypełnione równą ilością odpowiednich elementów, rozszerz swoją świadomość na całe ciało fizyczne (równocześnie na wszystkie cztery regiony). Spędź kilka chwil na medytacji w tym stanie zintegrowanej równowagi.

Kiedy czujesz, że medytacja jest już zakończona, uwolnij nagromadzone elementy w odwrotnej kolejności, zaczynając od ognia, a kończąc na ziemi. Kiedy skończysz, spędź kilka chwil, odczuwając harmonię i równowagę elementów w swoim ciele fizyczno-astralno-mentalnym. Skoncentruj się na odczuciach wywołanych przez tę na nowo ożywiającą *równowagę* zjednoczonych trzech ciał. Zintegruj każdą możliwą cząstkę astralno-mentalnej energii z fizyczną strukturą, świadomie prowadząc je do każdej komórki twojego fizycznego ciała. A następnie uwolnij jakikolwiek istniejący nadmiar energii.

Wizualizuj swoje ciało mentalne jako aktywnie rozjaśniające ciało astralne i stanowczo nadające mu kierunek. Wizualizuj również fizyczność przystosowującą swoją strukturę w zgodzie z tym odnowionym astralnym szablonem. Ta końcowa integracja i równoważenie powinno być wykonywane z najwyższą troską i koncentracją.

Zakończ swoją medytację tak jak zazwyczaj, absolutnie upewniając się, by w pełni powrócić do normalnej, obudzonej świadomości.

Zatem, podsumowując proces:

Najpierw wykonujesz Archaeus do miejsca, w którym wszystkie trzy ciała są oddzielone i twoja świadomość jest mocno zakorzeniona w twoim samodzielnym ciele mentalnym.

Następnie ładujesz każdy z elementowych obszarów odpowiednim elementem, zaczynając od ziemi, a kończąc na ogniu. Po kilku minutach w tym stanie uwalniasz elementy w odwrotnej kolejności, od ognia do ziemi. Gdy to skończysz, reintegrujesz swoje samodzielne ciało mentalne z odpoczywającym ciałem astralnym.

Następnie powtarzasz to samo ćwiczenie z ciałem astralnym, wypełniając każdy obszar odpowiednim elementem. Po kilku minutach uwalniasz elementy w odwrotnej kolejności i reintegrujesz swoje astralno-mentalne ciało z fizycznym.

Tę samą pracę powtarzasz z ciałem fizycznym. Ponownie, wypełniasz każdy obszar odpowiednim elementem, a następnie, po kilku minutach, uwalniasz elementy w odwrotnej kolejności.

Osiągnięcie w pełni zintegrowanego i elementowo zrównoważonego fizyczno-astralno-mentalnego ciała jest najbardziej uzdrawiającym poziomem Archaeusa. Cytując Bardona: „Jeśli mag kiedykolwiek uzyska dysharmonię poprzez jakieś konkretne okoliczności, wszystko co musi zrobić, to praktykować te ćwiczenia, a natychmiast odzyska harmonię. Doświadczy pogrzejającego wpływu całej uniwersalnej harmonii, która tworzy i utrzymuje w nim uczucie spokoju i szczęścia, nie tylko przez godziny, lecz przez całe dni”.

To kończy lekcję szóstą *Archaeus samoleczenia* zajmującą się elementowym równoważeniem i reintegracją trzech ciał. Życzę ci wiele spokoju, radości i elementowej harmonii!

Wszystkiego dobrego!

ARCHAEUS SAMOLECZENIA

~ Lekcja siódma ~ Wędrowka astralno-mentalna

Oryginał angielski © 2003 Rawn Clark
Wersja polska © 2004 FranzBardon.pl

Witam w siódmej lekcji *Archaeus samoleczenia*. Ta lekcja jest odpowiednia jedynie dla osób, które opanowały czwarty krok IHH i uczyniły znaczące postępy z krokiem piątym.

Tematem tej lekcji jest wędrowka astralno-mentalna. Opanowanie lekcji szóstej tego Archaeusa jest **absolutnie** konieczne dla wykonywania niniejszej lekcji, gdyż równowaga elementów jest tym, co uwalnia ciało astralno-mentalne z jego więzów i pozwala na prawdziwą wędrowkę.

Jednym z moich podstawowych motywów stworzenia tej serii lekcji audio było wiele próśb, jakie otrzymywałem od osób studiujących IHH, pytających o bezpieczną i rozsądną metodę projekcji astralnej, którą można byłoby stosować przed osiągnięciem dziewiątego kroku. Pragnienie projekcji astralnej stało się bardzo silną częścią obecnej kultury magicznej i wiele osób jest chętnych podjąć ogromne ryzyko, by ją osiągnąć. Faktycznie, podczas moich lat bycia *kompanem* dla niezliczonych studentów IHH, miałem do czynienia z wieloma przypadkami, w których uczeń dokonał znacznych szkód na swoim astralnym i mentalnym ciele poprzez swoje próby opanowania projekcji astralnej przy użyciu obecnie popularnych technik. Widzę więc, że sprostanie tej potrzebie w bezpieczniejszy sposób, niż jest obecnie dostępny i szybszy niż sugerowany przez Bardona, stało się ważne dla dobra wielu studentów IHH.

Na początku czułem ogromny opór przed ukazaniem poniższej techniki, gdyż mocno wierzę, że system Bardona jest **najlepszą**, najbardziej korzystną drogą do kroczenia. Planowałem jedynie przedstawić te aspekty Archaeusa, które są **najbardziej uzdrawiające** dla trzech ciał, w nadziei, że to zmniejszy szkodę dokonywaną przez podążanie za najnowszym obecnie kaprysem. Tak naprawdę, lekcja siódma miała pierwotnie przedstawiać korzyści ze zintegrowanego samowyróżnienia się poprzez świadomie zjednoczone i elementowo zrównoważone ciało fizyczno-astralno-mentalne, a nie miała dotyczyć astralno-mentalnej wędrowki. Tym, co powstrzymało mnie przed tym, było otrzymanie kilku informacji wskazujących, że ludzie zdali sobie sprawę z możliwości projekcji zawartej w lekcji czwartej i piątej, które zajmują się z pasywną separacją trzech ciał. Zatem konieczne stało się, bym wytłumaczył **właściwy** sposób używania Archaeusa do osiągnięcia astralno-mentalnego podróżowania.

Aby bezpiecznie wędrować astralno-mentalnie, musi istnieć stan równowagi elementów w trzech ciałach. Na przykład spontaniczna, czyli nieintencjonalna, separacja ciała astralno-mentalnego zachodzi w momentach, gdy istnieje **naturalna** równowaga elementów pomiędzy wszystkimi trzema ciałami. Kiedy wszystko jest w równowadze i wszystkie właściwe czynniki pojawiają się w danym momencie, to ciało astralno-mentalne spontanicznie wychodzi z ciała fizycznego. Warunkiem koniecznym, ale niewystarczającym, jest stan, w którym trzy ciała osiągają tymczasowy stan równowagi elementów. Istnieją również dodatkowe warunki, które muszą być spełnione w tym samym czasie, takie jak: rozkaz z

wyższych poziomów Jaźni, karmiczna potrzeba etc. Więż, która wiąże astralno-mentalne ciało z ciałem fizycznym nie jest *naturalnie* poluźniana, aż te warunki się nie spełnią. Niemniej, wiele popularnych technik poszukuje przekroczenia tych naturalnych uwarunkowań poprzez intensywną kumulację i wysyłanie surowej energii. I w tym leży największe zagrożenie związane z tymi technikami, gdyż naruszają i ignorują bariery bezpieczeństwa, które Natura uznała za konieczne.

Jednakże, jak Bardon obrazuje to w IIIH, kiedy elementowa *równowaga wszystkich trzech* ciał zostanie osiągnięta, separacja ciała astralno-mentalnego staje się kwestią świadomej intencji, zamiast spełnienia określonych warunków. Jest to powodem, dla którego Bardon umieścił wędrówkę mentalną w kroku ósmym, a wędrówkę astralną w kroku dziewiątym – do kroku ósmego, wszystkie trzy ciała zostaną sprowadzone do stanu *równowagi* elementów.

Archaeus od samego początku dąży do wytworzenia tej równowagi. Najpierw w ciele fizycznym w procesie, który prowadzi do zrozumienia jak uniwersalne jakości elementów ukazują się w ciele fizycznym. Potem w ciele astralnym poprzez podobny proces z takim samym skutkiem. I na koniec, w ciele mentalnym w ten sam sposób. Kiedy już jakości zostaną rozpoznane w określonym stopniu i ta realizacja zostanie zintegrowana w trzech ciałach, to *separacja* – NIE wędrowanie czy podróż – staje się możliwa. To pokrywa się z pracą kroku trzeciego, w którym to miejscu osoba osiągnęła już to, co nazywam „ogólną astralną równowagą elementów”, czyli że największe negatywne cechy osobowości zostały już przekształcone.

Następnie, kiedy osoba dobrze radzi sobie z krokiem czwartym, jest lekcja szósta Archaeusa, która kieruje się na równoważenie elementów, poprzez akumulację w każdym z trzech ciał, po czym następuje dogłębna reintegracja. W tym miejscu szkolenia IIIH, astralna równowaga elementów jest w zasięgu ręki, jeśli jeszcze nie istnieje. Lekcja szósta wzmacnia więc narodziny astralnej równowagi i przyspiesza jej dojrzewanie u osoby praktykującej.

W porównaniu do tempa określonego przez Bardona, jedynym elementem, którego brakuje do bezpiecznej wędrówki astralno-mentalnej, jest kwestia *mentalnej* równowagi elementów. W IIIH Bardon zaczyna bezpośrednio zajmowanie się równowagą mentalną dopiero w kroku siódmym (jest to kolejnym z powodów, dla którego wędrówka mentalna jest dopiero w kroku ósmym), lecz tutaj, w lekcji szóstej Archaeusa, istnieje ćwiczenie, które bezpośrednio zajmuje się równowagą mentalną, pod koniec kroku czwartego.

Na przełomie kroku czwartego i piątego istnieje już mentalne *zrównoważenie*, więc ćwiczenia lekcji szóstej wzmocnią to zrównoważenie i przyspieszą jego ewolucję ku prawdziwej równowadze. To, co czyni to przyspieszenie bezpiecznym, jest ostrożna integracja harmonii elementów kolejno w każdym z ciał. To „uziemia” harmonię i jest tym, co przekształca przejściową ‘harmonię’ w coraz mniej przejściowe zrównoważenie i ostatecznie, w równowagę.

Jak już powiedziałem, by bezpiecznie wędrować astralno-mentalnie, musi istnieć stan równowagi elementów w trzech ciałach. Ten stopień zrównoważenia może zostać stworzony przez proces Archaeusa i w obecnej lekcji siódmej będę objaśniał metodę, dzięki której można to osiągnąć.

Tak jak poprzednia lekcja, szósta, niniejsza lekcja wymaga tak głębokiego poziomu koncentracji i separacji trzech ciał, że byłoby niepraktyczne, gdybym prowadził cię przez praktykę tak jak we wcześniejszych lekcjach. Zamiast tego, ponownie będę po prostu opisywał proces, a ty samodzielnie będziesz go praktykował.

Przejdźmy zatem do opisu praktyki.

Lekcja siódma zaczyna się całkowitym powtórzeniem lekcji szóstej. Jest to podstawa, która ustanawia zrównoważenie elementów wszystkich trzech ciał.

Więc najpierw odseparujesz swoje trzy ciała i następnie stworzysz harmonię elementów w swoim samodzielnym ciele mentalnym. Następnie zintegruj tę mentalną harmonię z ciałem astralnym i stwórz harmonię elementów w swoim ciele astralno-mentalnym. Następnie, zintegruj tę astralno-mentalną harmonię z ciałem fizycznym i stwórz harmonię elementów w swoim fizyczno-astralno-mentalnym ciele.

Cała ta procedura musi zostać wykonana bardzo uważnie i dogłębnie, ze zwracaniem szczególnej uwagi na udane integracje.

W tym miejscu musisz spędzić kilka minut głębokiego skupiania się na jedności swoich trzech ciał i na ich wspólnym zrównoważeniu elementów.

Kiedy czujesz, że ta medytacja jest zakończona, skup się na swojej intencji wędrowki astralno-mentalnej. Musisz zbudować bardzo mocną siłę woli w tej intencji.

Teraz ogranicz swoją świadomość do ciała astralno-mentalnego w taki sposób jak zazwyczaj i oddziel swoje elementowo zrównoważone astralno-mentalne ciało od swojego elementowo zrównoważonego ciała fizycznego. Na początku musisz stać nieruchomo, tuż obok swojej pustej fizycznej powłoki. Skup się ponownie na zrównoważonym stanie swoich ciał i na normalnych odczuciach ciała astralno-mentalnego. Skup uwagę wyłącznie wewnątrz ciała astralno-mentalnego.

Obserwuj srebrny sznur, który łączy ciało astralno-mentalne z twoją fizyczną powłoką. Zobacz, jaki jest cienki i elastyczny. Zauważ, jak bardzo zwiększył swoją elastyczność od czasu, gdy oddzielałeś swoje astralno-mentalne ciało przed osiągnięciem elementowego zrównoważenia wszystkich trzech ciał.

Teraz odwróć swoją uwagę od ciała fizycznego i od srebrnego sznura. Skup się wyłącznie na ciele astralno-mentalnym i potwierdź jego elementowe zrównoważenie, delikatnie gromadząc cztery elementy w odpowiadających im regionach, a następnie wypuszczając je.

Teraz skieruj swoją uwagę na zewnątrz, do fizycznego otoczenia. Prawdopodobnie będziesz czuł ogromne poczucie swobody, razem z chęcią do natychmiastowego odlecenia, lecz **musisz** to hamować. **Ty** musisz kontrolować to odczucie, zamiast pozwolić, by ono kontrolowało ciebie. Stój idealnie bez ruchu, aż poczujesz, że ty wszystkim kierujesz i że jesteś w stanie oprzeć się pokusie odlecenia.

Twoja zdolność kierowania sobą w obliczu tak silnego pragnienia zależy od dojrzałości twojej mentalnej dyscypliny i twojej równowagi elementów.

Kiedy jesteś pewien, że masz władzę nad sobą, przejdź kilka kroków po pokoju, w którym znajduje się twoje fizyczne ciało. Zbadaj szczegóły fizycznego otoczenia środkami istniejącymi w twoim astralno-mentalnym ciele.

Po kilku minutach zatrzymaj się i ponownie stój bez ruchu. Skup się do wewnątrz i ponownie potwierdź zrównoważenie elementów swojego ciała astralno-mentalnego. Jeśli jest to konieczne, na krótko zgromadź i uwolnij elementy.

Kiedy to ukończysz, skieruj uwagę na srebrny sznur i na odpoczywające ciało fizyczne. Obserwuj zmiany w srebrnym sznurze odnośnie jego cienkości i elastyczności. Ponownie, skieruj uwagę z powrotem na swoje fizyczne otoczenie i ponownie je zbadaj. Tym razem wybierz kilka małych szczegółów pokoju i zapamiętaj je. Później porównasz te wspomnienia z fizycznym obrazem tych samych szczegółów.

Po kilku minutach skieruj swoją uwagę z powrotem na ciało fizyczne. Potwierdź zrównoważenie elementów swojego astralno-mentalnego ciała i wejdź do ciała fizycznego.

Dogłębnie zintegruj astralno-mentalne ciało ze swoim ciałem fizycznym w sposób przedstawiony w lekcji szóstej, włączając w to gromadzenie czterech elementów w odpowiadających im obszarach. Uwolnij elementy i powróć do normalnej, rozbudzonej świadomości w znany już sposób.

Natychmiast po odzyskaniu swojej normalnej, fizycznej świadomości i zmysłów, musisz zbadać swoje fizyczne otoczenie i określić, jak bardzo twoje astralno-mentalne percepcje odpowiadają fizycznej rzeczywistości. Szukaj specyficznych szczegółów, które zapamiętałeś podczas astralno-mentalnej podróży i porównaj te wspomnienia z tym, co widzisz teraz.

Powtarzaj tę praktykę badania swojego bezpośredniego otoczenia, jakie zajmujesz swoim astralno-mentalnym ciałem, i następnie porównuj je ze stanem faktycznym, na okrągło, aż dojdiesz do tego, że twoje astralno-mentalne percepcje są zgodne z fizyczną rzeczywistością. Z tej praktyki nauczysz się, jak odróżniać faktyczną rzeczywistość od wytworów podświadomości.

Kiedy osiągnąłeś ten punkt, gdzie astralno-mentalne percepcje twojego bezpośredniego otoczenia są wiernie dokładne, to możesz zacząć zapuszczać się dalej. Kiedy jest to możliwe, miejsca, które odwiedzasz astralno-mentalnie, odwiedzaj potem ciałem fizycznym, by upewnić się, że twoje astralno-mentalne percepcje na odległość są prawidłowe.

Z czasem zapuszczaj się coraz dalej od fizycznego ciała, lecz zostawaj w doczesnej chwili obecnej. Postępuj w ten sposób, aż staniesz się adeptem odwiedzania dowolnego miejsca w obecnej chwili czasoprzestrzeni.

Metoda, dzięki której przenosisz się z miejsca twojego fizycznego ciała do jakiegokolwiek miejsca w przestrzeni, jest bardzo prosta. Jest to jedynie kwestia uformowania silnej intencji, by odwiedzić to właśnie miejsce. To tworzy mentalny rezonans, który, ze względu na prawo płaszczyzny mentalnej ‘podobne przyciąga podobne’, natychmiast ściąga nas do wybranego miejsca. Jeśli na przykład chcesz astralno-mentalnie odwiedzić jakiegoś znajomego, to jedynie musisz stworzyć silną mentalną intencję do zrobienia tego, a to przeniesie twoje astralno-mentalne ciało do miejsca jego fizycznego przebywania.

Praktyka opanowania wędrowności astralno-mentalnej w fizycznej chwili obecnej przygotowuje ciało astralno-mentalne na wejście do bardziej efemerycznych warstw sfery astralnej. Nawigacja w tych warstwach jest trochę inna i dotyczy, poza formowaniem silnej intencji, akumulacji pojedynczego elementu dla zwiedzania sfer elementów i akumulacji określonych częstotliwości kolorowego światła dla zwiedzania strefy otaczającej Ziemię. Innymi słowy, te eksploracje wymagają zmiany twojego ciała astralno-mentalnego z jego stanu naturalnego.

To kończy lekcję siódmą *Archaeus samoleczenia* dotyczącą wędrówki astralno-mentalnej. Mam nadzieję, że dla własnego dobra będziesz korzystał z tej wiedzy mądrze i zastosujesz ją do posunięcia naprzód własnej magicznej ewolucji.

Wszystkiego dobrego!

ARCHAEUS SAMOLECZENIA

~ Lekcja ósma ~ Techniki wędrówki mentalnej

Oryginał angielski © 2002 Rawn Clark
Wersja polska © 2004 FranzBardon.pl

Witam w ósmej lekcji *Archaeus samoleczenia*. Ta lekcja jest odpowiednia jedynie dla osób, które opanowały wcześniejszą lekcję szóstą.

Istnieją trzy stopnie czy rodzaje mentalnej wędrówki. Pierwszy jest wtedy, gdy samodzielne ciało mentalne jest oddzielane od astralno-fizycznej powłoki. Drugi - kiedy ciało astralno-mentalne jest najpierw oddzielane od powłoki fizycznej, a następnie samodzielne ciało mentalne jest oddzielane od powłoki astralnej. Trzeci i ostatni stopień jest wtedy, gdy po wykonaniu oddzielenia ciała astralno-mentalnego od fizycznego, a następnie po oddzieleniu samodzielnego ciała mentalnego od powłoki astralnej, ognisty obszar ciała mentalnego jest oddzielany od powietrznego obszaru samodzielnego ciała mentalnego.

Pierwszy stopień wędrówki jest tym, co Franz Bardon opisywał w VIII kroku *Wtajemniczenia do Hermetyzmu*. W metodzie oddzielania samodzielnego ciała mentalnego bezpośrednio od astralno-fizycznej powłoki, uzyskuje się purpurowy sznur, który reprezentuje to, co zostało z połączonych obszarów ziemi i wody ciała mentalnego. W tej metodzie, postrzeganie może przechodzić od czysto mentalnego do astralnego, a integracja percepcji przez samodzielne ciało mentalne w emocjonalnym kontekście jest bardzo łatwa. Ten stopień najbardziej pasuje do mentalnej wędrówki po chwili obecnej, po fizycznym otoczeniu, do zwiedzania miejsc na Ziemi etc. Jest to stan poprzedzający technikę wędrówki astralnej, której Bardon naucza w dziewiątym kroku *Wtajemniczenia do Hermetyzmu*.

W drugim stopniu wędrówki najpierw oddziela się ciało astralno-mentalne od formy fizycznej, odkrywając srebrny sznur, który jest opuszczonym obszarem ziemi ciała mentalnego. Następnie oddziela się samodzielne ciało mentalne od formy astralnej, odkrywając fioletowy sznur (zamiast gęstszego purpurowego), który jest opuszczonym obszarem wody ciała mentalnego. To zapewnia głębsze oddzielenie samodzielnego ciała mentalnego i jest bardziej adekwatne dla czysto mentalnych percepcji, które dotyczą integracji bezpośredniego postrzegania podstawowego znaczenia z myślą. Możliwe jest szybkie zintegrowanie mentalnych percepcji z poziomem emocjonalnym, lecz nie jest to automatyczne i tym samym wymaga intencji. Łatwo jest również ściągnąć formę astralną do samodzielnego ciała mentalnego i przejść z tego stanu do wędrówki astralnej.

Ten drugi stopień jest najbardziej odpowiedni dla subtelniejszych mentalnych badań obecnej chwili i fizycznego środowiska, a także, co jest dużo ważniejsze, jest najlepszy do zwiedzania wyższych płaszczyzn, czyli stref planetarnych. Jednakże połączone obszary powietrza i ognia samodzielnego ciała mentalnego nie mogą podróżować daleko poza strefę Jowisza i mogą jedynie przeniknąć do „krawędzi” Otchłani. Innymi słowy, samodzielne ciało mentalne jest tworem sfery sekwencyjnej i jako takie nie może wejść do niesekwencyjnej sfery wieczności. Jedynie obszar ognia ciała mentalnego może przekraczać Otchłan pomiędzy sekwencyjną a wieczną sferą.

A to sprowadza mnie do trzeciego i ostatniego stopnia wędrówki mentalnej – jest to separacja obszaru ognia samodzielnego ciała mentalnego. Zaczyna się od drugiego poziomu i następnie oddziela się obszar ognia ciała mentalnego od jego integracji z obszarem powietrza. To odkrywa krystalicznie przejrzysty sznur, który jest wszystkim, co pozostaje z powietrznego obszaru, kiedy świadomość jest całkowicie skupiona jedynie w obszarze ognia. Przy tym stopniu istnieje jedynie bezpośrednie postrzeganie podstawowego znaczenia i BYCIE. Te percepcje mogą być okresowo integrowane z powietrznym obszarem myśli, lecz to wymaga aktu woli, który oddala cię od pełności skupienia na obszarze ognia. Obszar ognia jest jak ogień, zawsze sięga w górę i na zewnątrz. Zatem integracja bezpośredniego postrzegania obszaru ognia z obszarem powietrza wymaga odwrócenia się od tego, co się bezpośrednio postrzega. W konsekwencji, to przerywa ciągłość percepcji i osoba musi wtedy powrócić do skupienia na obszarze ognia i oddzielenie go.

Jedynie obszar ognia ciała mentalnego jest w stanie bezpośrednio postrzegać i scalać świadomość z wiecznym ciałem mentalnym.

Jest to najwyższy stopień bardonowskiego ćwiczenia pustki umysłu z pierwszego kroku *Wtajemniczenia do Hermetyzmu*. Na poziomie kroku pierwszego uczeń skupia swoją uwagę na obszarze ognia swojego ciała mentalnego. Jest to obszar bezpośredniego postrzegania podstawowego znaczenia i stan najlepiej opisywany jako BYCIE. Tutaj nie ma myślenia – jedynie postrzeganie i BYCIE. Jednakże w ćwiczeniach kroku pierwszego to wszystko odbywa się, gdy wszystkie trzy ciała są wciąż połączone. W rezultacie, obszar ognia jest połączony przez bardzo gruby, gęsty sznur, który reprezentuje połączone obszary ziemi, wody i powietrza ciała mentalnego. To tworzy dużo, pewnego rodzaju, hałasu w tle, z którego nie zdajemy sobie sprawy, dopóki nie doświadczymy głębszej ciszy i większej kontroli, która przychodzi przy wcześniejszym oddzieleniu ciała mentalnego.

Gdy uczeń pogłębia swój stan pustki umysłu poprzez praktykę, sznur łączący obszar ognia staje się cieńszy i czystszy, odkrywając sukcesywnie różne poziomy umysłu. Najpierw warstwy umysłu związanego z mózgiem, następnie umysłu związanego z emocjami, potem umysłu związanego z myślami i ostatecznie umysłu postrzegającego. Możliwe jest, przy wytrwałej praktyce i prawdopodobnie wyjątkowym naturalnym talencie, by osiągnąć stan, w którym sznur łączący obszar ognia z połączonymi obszarami ziemi, wody i powietrza uzyskuje krystaliczną przejrzystość. Jednakże dla większości osób zajmuje to **dużo** czasu.

Poprzez oddzielenie najpierw trzech ciał, a następnie oddzielenie obszaru ognia od obszaru powietrza, osoba może osiągnąć najgłębszy możliwy stan pustki umysłu. Jednakże mniejszy stopień pustki, lecz taki, który wciąż jest większy niż ćwiczenie kroku pierwszego, może być osiągnięty poprzez wcześniejsze oddzielenie ciała astralno-mentalnego od fizycznej powłoki i przez oddzielenie obszaru ognia od ciała astralno-mentalnego, pozostawiając astralno-mentalną powłokę połączonych obszarów wody i powietrza. To skutkuje przezroczystym złotym sznurem, poprzez który obszar ognia może szybko integrować swoje bezpośrednie postrzeganie z wodnym i powietrznym aspektem ciała mentalnego. Chociaż oznacza to okresowe przerywanie stanu pustki i bezpośredniego postrzegania, to oczyszczenie przezroczystego żółto-złotego sznura do stanu krystalicznej czystości zajmuje znacznie mniej czasu.

Skoro z oczywistych względów niemożliwe jest, bym przeprowadził cię przez te praktyki, to teraz po prostu zarysuję metody osiągnięcia każdego ze stopni wędrówki mentalnej. Z pewnością będziesz w stanie zastosować ten zarys w swojej własnej praktyce.

Stopień pierwszy: zacznij od elementowego zrównoważenia i integracji wszystkich trzech ciał, tak jak zostało to opisane w lekcji szóstej. Gdy twoje trzy ciała są w pełni zreintegrowane, oddziel swoje samodzielne ciało mentalne od astralno-fizycznej powłoki. Postrzegaj purpurowy sznur i następnie zbadaj swoje otoczenie. Tak samo jak przy instrukcjach odnośnie wędrówki astralno-mentalnej w lekcji siódmej, musisz sprawdzić dokładność swoich percepcji po każdej sesji. Zacznij, wędrując bardzo blisko swojej astralno-fizycznej powłoki, a z czasem zapuszczaj się coraz dalej. Podczas wędrówki praktykuj integrację percepcji swojego samodzielnego ciała mentalnego z ciałem astralno-fizycznym. Po skończeniu podróży mentalnej ostrożnie i dogłębnie reintegruj się ze swoją astralno-fizyczną powłoką.

Podróż z jednego miejsca do drugiego jest powodowana przez sformułowanie jasnej intencji, by przenieść się do wybranego miejsca. Na przykład, jeśli chcesz odwiedzić przyjaciela w innym kraju, to sformułuj silną intencję, by to zrobić. Podróż do innych płaszczyzn czy stref jest dokonywana poprzez intencję oraz przez świadome zharmonizowanie samodzielnego ciała mentalnego z wibracją wybranej strefy. Na przykład, jeśli chcesz zwiedzić królestwo elementów, to sformułuj taką intencję i wypełnij swoje samodzielne ciało mentalne odpowiednim elementem.

Stopień drugi: zacznij od elementowego zrównoważenia i integracji wszystkich trzech ciał, tak jak zostało to opisane w lekcji szóstej. Kiedy twoje trzy ciała są w pełni zreintegrowane, oddziel swoje ciało astralno-mentalne od fizycznej powłoki. Postrzegaj srebrny sznur i następnie oddziel swoje samodzielne ciało mentalne od powłoki astralnej. Postrzegaj fioletowy sznur i następnie zbadaj swoje otoczenie. Tak jak zawsze, musisz później sprawdzić dokładność swoich percepcji po każdej sesji. Zacznij od wędrówki bardzo blisko astralnej i fizycznej powłoki, a z czasem zapuszczaj się coraz dalej. Podczas wędrówki praktykuj integrowanie percepcji swojego samodzielnego ciała mentalnego w ciele astralnym. Po skończeniu mentalnej podróży ostrożnie i dogłębnie reintegruj się ze swoją astralną i fizyczną powłoką. Do podróży stosuje się te same metody co przy stopniu pierwszym.

Stopień trzeci: zacznij dokładnie jak przy stopniu drugim. Kiedy twoje trzy ciała są oddzielone, skup uwagę wyłącznie na obszarze ognia twojego samodzielnego ciała mentalnego. **Postrzegaj** podstawowe znaczenie swojej separacji od obszaru powietrza i **postrzegaj** podstawowe znaczenie krystalicznie przejrzystego sznura, który cię z nim łączy. Wyizoluj swoją świadomość jedynie do obszaru ognia – tylko do postrzegania i BYCIA.

Podróż obszarem ognia ciała mentalnego również jest kwestią intencji i wykorzystania prawa sfery mentalnej „podobne przyciąga podobne”. Jednakże tę intencję należy ukształtować **przed** oddzieleniem obszaru ognia od obszaru powietrza. Intencja celu, do którego chcemy podróżować, jest bardzo silnie formułowana w samodzielnym ciele mentalnym tuż przed skupieniem uwagi wyłącznie wewnątrz obszaru ognia. W tym miejscu można wewnątrz samodzielnego ciała mentalnego skondensować element, fluid czy kolorowe światło. Wszystkie te działania tworzą silnie skupioną krystalizację materii mentalnej, która służy za punkt kotwiczny, do którego przyciągany jest twój cel; i vice versa, który jest tak samo przyciągany **do** i **przez** twój cel. Gdy ty i twój cel zbiegacie się na płaszczyźnie mentalnej, skupiasz się wyłącznie na obszarze ognia i oddzielasz od obszaru powietrza. To umieszcza twój obszar ognia w twoim mentalnym celu. Innymi słowy, **wcelowujesz** swój obszar ognia i uwalniasz go.

Jeśli eksplorujesz poziom płaszczyzny mentalnej swojego bezpośredniego fizycznego otoczenia jedynie obszarem ognia, to potrzeba będzie sporej ilości doświadczeń, by

„sprawdzić” je później swoim fizycznym wzrokiem, lecz w tym miejscu powinieneś być już bardzo pewny prawidłowego działania swoich mentalnych zmysłów.

Podczas eksperymentów z samym obszarem ognia powinieneś okresowo integrować swoje percepcje w obszarze powietrza. Jeśli jest to konieczne, całkowicie zjednocz obszar powietrza, a następnie z tego miejsca zintegruj swoje myśli z obszarem wodnym, gdyż to da większą pewność, że później będziesz je pamiętał. Ostatecznie, przejście pomiędzy przebywaniem w samym obszarze ognia, a następnie integrowanie go z obszarem powietrza i dalsze oddzielenie samego obszaru ognia, powinno stać się bardzo płynne i szybkie.

Z praktyką nauczysz się również, jak napędzać sam obszar ognia **po** jego oddzieleniu od obszaru powietrza. Jest to dokonywane poprzez proces otwierania się na to, co jest **postrzegane**, w przeciwieństwie do wyrażania intencji tego, co się **wyobraża**. Na przykład, osoba celowała i przybyła do strefy księżycowej, lecz teraz chce wznieść się stamtąd do strefy Merkurego. Potrzeba do tego **otworzenia się na** bezpośrednie postrzeganie podstawowego znaczenia wibracji strefy Merkurego.

Ostatecznie, można **otworzyć się** na strefy, w które zsekwencjonowane samodzielne ciało mentalne nie jest w stanie wycelować, gdyż nie jest w stanie ich sobie w pełni wyobrazić. Jednakże sam obszar ognia jest w stanie **postrzegać** to, czego zsekwencjonowana świadomość nie może sobie wyobrazić. Na przykład, kiedy samodzielne ciało mentalne jest wypełniane akaszą przed oddzieleniem obszaru ognia i bardzo silnie sformułowana jest intencja scalenia się ze swoją Większą jaźnią, to kieruje to obszar ognia **ku** wiecznemu ciału mentalnemu. Gdy już obszar ognia jest oddzielony, **postrzega** on Większą jaźń i następnie musi on **otworzyć się na** Większą jaźń i w pełni wykorzystać swój ogień jako promienistość, która wypełnia i staje się jednym z Większą jaźnią. Tej samej metody można użyć do scalenia się z wybraną formą Bóstwa, do badania konkretnych oblicz Pierwotnej Przyczynowości etc.

Kiedy dokonywana jest jakakolwiek wędrówka samym obszarem ognia, należy zwrócić szczególną uwagę na następujący po niej proces reintegrowania czterech obszarów i trzech ciał. Spędź kilka chwil, czy nawet minut jeśli to konieczne, integrując bardzo dogłębnie obszar ognia i powietrza. Nie spiesz się z tą integracją percepcji do swojego myślącego umysłu. Podobnie, dogłębnie zintegruj samodzielne ciało mentalne z astralną powłoką i pozwól, by wszystkie te myśli ułożyły się na poziomie twoich percepcji emocjonalnych. I tak samo dogłębnie reintegruj swoje ciało astralno-mentalne z fizycznym. Dołącz pamięć percepcji, myśli i uczucia ze swojej mentalnej podróży do swojej ziemskiej świadomości.

To kończy lekcję ósmą *Archaeus samoleczenia*. Mam nadzieję, że te techniki pomogą odkryć Wieczny Splendor Bezgranicznego Światła, ułatwiając i zachęcając cię do własnych eksploracji naszego nieskończonego wszechświata, ze wszystkimi jego cudami.

Wszystkiego dobrego!

ARCHAEUS SAMOLECZENIA

~ Lekcja dziewiąta ~ Sztuka integracji

Oryginał angielski © 2003 Rawn Clark
Wersja polska © 2004 FranzBardon.pl

WPROWADZENIE:

Witam w dziewiątej lekcji *Archaeus samoleczenia*. Ta ostatnia lekcja jest odpowiednia jedynie dla osób, które opanowały lekcję szóstą.

Jak powiedziałem na samym początku, *Archaeus samoleczenia* naśladuje podstawową alchemiczną zasadę: „solve et coagula”, czyli oddzielania i ponownego jednoczenia. Separacja na części oczyszcza je, a ponowne połączenie oczyszczonych części skutkuje ogólnym polepszeniem się materii. Jest to ewolucja w działaniu, pierwotny proces mocy przybierającej formę, a następnie formy uwalniającej swą moc, by mogła ona przyjąć nową formę.

W lekcji pierwszej proces oczyszczania zaczął się od całkowitego rozluźnienia każdej części fizycznego ciała, co naturalnie wymagało skupiania świadomości kolejno na każdej jego części. Następnie było skupianie świadomości na kolejnych obszarach elementów. To skupianie świadomości na indywidualnej części jest ważnym, pierwszym aspektem oczyszczania. Sprowadzając naszą świadomą uwagę w pełni do jakiejś części, wzmacniamy astralno-mentalny szablon, na którym ta część ciała lub obszar jest osadzony. Innymi słowy, zwiększamy czystość mocy, która ukazała się jako ta konkretna forma.

Po takim oczyszczeniu każdej części, następnym krokiem w *Archaeus* jest świadome zjednoczenie każdej z części i złożenie ich razem w świadomość całości. Świadomość jednego. Jeden obszar elementu jest dodawany do drugiego i świadomość dwóch połączonych dodawana jest do trzeciego i tak dalej, aż wszystkie cztery regiony są zjednoczone w pojedynczej uwadze. Jest to podstawowy proces integracji, gdzie każda oczyszczona część jest na nowo łączona z wszystkimi pozostałymi oczyszczonymi częściami i świadomość każdej oddzielnej części jest utrzymywana równocześnie jako nowa, holistyczna uwaga.

W lekcji drugiej ten sam proces stosowany był wobec ciała astralno-mentalnego. Rozpoczął się od skupiania uwagi na ciele astralno-mentalnym, odróżnianiu go od ciała fizycznego i skupianiu się kolejno na każdym z jego elementowych obszarów. Gdy oczyszczenie części zostało dokonane, wszystkie regiony ciała astralno-mentalnego były na nowo łączone w holistyczną astralno-mentalną świadomość. Następnie, holistyczna świadomość ciała astralno-mentalnego była integrowana z holistyczną świadomością ciała fizycznego, co skutkowało jeszcze bardziej kompletną holistyczną świadomością.

W lekcji trzeciej powtórzony był ten sam proces, lecz tym razem na ciele mentalnym. Rezultatem była holistyczna fizyczno-astralno-mentalna świadomość.

Oddzielenie części w pierwszych trzech lekcjach zachodziło w pewnym sensie *in situ* i było wyłącznie kwestią przenoszenia i zawężania skupienia uwagi. Jednakże w lekcji czwartej i

piątej ta separacja części szła krok dalej i stawała się również separacją przestrzenną, chociaż wciąż zakorzenioną w skupianiu i zawężaniu własnej uwagi. W konsekwencji, otrzymane oczyszczenie było dużo głębsze niż to wytwarzane *in situ*. Właściwa pasywna separacja trzech ciał pozwalała na głębsze, bardziej ekskluzywne skupienie w każdym ciele i na bardzo głęboką relaksację astralnego i mentalnego poziomu, która nie była możliwa *in situ*.

Następny krok w zwiększaniu głębi oczyszczania każdej części ciała przyszedł w lekcji szóstej i pracy z równoważeniem elementów w każdym z trzech oddzielonych ciał. Rozwój elementowej harmonii wykładniczo zwiększał oczyszczanie każdej części i, z powodu harmonizującego skutku na każdej części, następująca po tym integracja tych części była wykładniczo bardziej pełna.

Pierwsze sześć lekcji przygotowywało do lekcji siódmej i ósmej, które były następnym krokiem w oczyszczaniu – wędrówką. Wędrówka astralno-mentalna i mentalna są narzędziami edukacyjnymi. Rozszerzają jaźń poprzez bezpośrednie doświadczenie. I chociaż wciąż są zakorzenione w skupianiu uwagi, to wymagają własnej ekspresji tak samo jak pasywnej percepcji. Innymi słowy, ćwiczą one skupioną uwagę na nowe sposoby, które powodują jej gwałtowną ewolucję.

Jak zwykle, nowo oczyszczone części muszą być reintegrowane w holistycznej fizyczno-astralno-mentalnej świadomości. Lecz gdy dochodzi do integrowania oczyszczenia sprowadzonego przez astralno-mentalną i mentalną wędrówkę, to stawiamy czoła większej pracy niż ta, jaką napotykamy we wcześniejszych lekcjach. Osoba musi rozwinąć nowe umiejętności integracji, by prawdziwie korzystać z subtelnych doświadczeń, jakie napotyka podczas wędrówki mentalnej i astralno-mentalnej. Przede wszystkim nowe umiejętności muszą integrować te doświadczenia z ziemską świadomością i pamięcią. Po drugie muszą one świadomie integrować lekcje, jakich uczysz się z tych doświadczeń w trzech ciałach do tego stopnia, że opanowane lekcje oczyszczają i udoskonalają każde z ciał.

Zatem tę ostatnią lekcję w serii *Archaeus samoleczenia* zatytułowałem „Sztuką integracji”, gdyż naprawdę jest to jedna z ważniejszych *sztuk magicznych*.

Każda odrobina wzrostu *musi* być integrowana z ziemskimi poziomami jaźni, gdyż inaczej nie będzie nic warta. Oddzielenie bez reintegracji staje się destrukcją, podobnie jak integracja bez okresowej separacji staje się stagnacją. Wtajemniczenie hermetyczne jest zakorzenione w budowaniu mocnego fundamentu, a następnie postawieniu na nim własnej budowli, zawsze upewniając się, czy budowla jest bezpiecznie przymocowana do tego fundamentu, by cała struktura nie zaważyła się. Integracja jest tym, co zapewnia znaczny i stały wzrost, zatem jest *sztuką* wartą opanowania. I najlepiej jest zacząć tak wcześnie jak to tylko możliwe, gdyż im dalej zajdziesz ścieżką wtajemniczenia, tym trudniejszym wyzwaniom będą stawiać czoła twoje umiejętności integracji.

Praktyczna część tej ostatniej lekcji podzielona jest na trzy sekcje: integracja wędrówki astralno-mentalnej, integracja wędrówki mentalnej i integracja własnej ekspresji.

Ostatnie jest tym, co Bardoni opisuje jako „magiczne działanie” w szóstym kroku *Wtajemniczenia do Hermetyzmu*. Ja lubię o tym myśleć jako o wędrówce fizyczno-astralno-mentalnej. :)

Przejdźmy zatem do części praktycznej...

INTEGRACJA WĘDRÓWKI ASTRALNO-MENTALNEJ:

Integracja wyższych percepcji i stanów świadomości w niższych poziomach świadomości jest delikatną sztuką. Tak jak mistrz malarstwa używa koloru i kształtu, by równocześnie wyrazić wiele głębokich warstw znaczenia, tak samo artysta integracji formuje kolory myśli i kształty emocji, by uchwycić ich najbardziej subtelne doświadczenia w symbole, które niższe poziomy świadomości mogą zachować i zrozumieć. Do opanowania tego potrzeba czasu i praktyki.

Pierwszym krokiem każdej integracji w ziemskiej świadomości jest dołączenie wyższych percepcji i myśli do pamięci. Drugim krokiem jest aktywne zastosowanie realizacji, które powstają z tych wspomnień, czyniąc je podstawą swoich działań.

Mówi się, że fizyczny mózg chwyta wszystko, co widzą oczy i co słyszą uszy, lecz stanie się świadomym tej zgromadzonej informacji wymaga czegoś więcej niż jedynie organicznej funkcji mózgu. Składnikiem, który czyni konkretne fragmenty tej niepojmowalnej ilości przechowywanych danych świadomie pamiętanymi, jest emocjonalne znaczenie, które im przypisujemy. Jeśli są to dane całkowicie emocjonalnie neutralne, jak ilość samochodów, które przejechały przed twoim oknem pomiędzy południem a godziną trzecią w sobotę, to pozostaje ona poza zasięgiem świadomej uwagi. Lecz jeśli posiada emocjonalne znaczenie, np. jaki rodzaj samochodu przebił się przez twoje okno o 15:15 w sobotę, to z pewnością będziesz to pamiętać.

Przy wędrówce astralno-mentalnej kwestia pamiętania nie jest tak wielkim problemem, gdyż doświadczenia są postrzegane poprzez filtr ciała astralnego, czyli obszaru wody ciała mentalnego, *wtedy*, gdy zachodzą. Innymi słowy, doświadczenia wędrówki astralno-mentalnej zachodzą w środowisku emocjonalnego znaczenia i wszystkie astralno-mentalne percepcje mają to samo zabarwienie. Percepcja zachodzi w formach symbolicznych – kształtach, kolorach, dźwiękach, odczuciach i tak dalej, a wszystko to są treści emocjonalne. Wewnątrz tej emocjonalnej zawartości leży podstawowe znaczenie, które jest bezpośrednio postrzegane mentalnymi zmysłami równocześnie z postrzeganiem astralnym. Zatem symboliczne formy materii astralnej wyraźnie przekazują swoje podstawowe znaczenie astralno-mentalnemu wędrówcowi.

Jednak u wspomnianego wędrówca główne skupienie jest na astralnym poziomie postrzegania. Astralna percepcja sama w sobie nie odkrywa od razu całości poziomu mentalnego - *bezpośredniej* percepcji podstawowego znaczenia – ona jedynie *symbolizuje* bezpośrednie postrzeganie. Zatem astralno-mentalny wędrowiec powinien spędzić trochę czasu na końcu swojej podróży, przeglądając swoje doświadczenie i *zapamiętując* astralne symbole, aby poprzez nie, mieć dostęp do całego mentalnego poziomu *bezpośredniej* percepcji.

Kiedy astralno-mentalna wędrówka dobiegnie końca, powróć do miejsca swojej fizycznej powłoki i stań obok niej. Spędź następne kilka chwil – tyle ile potrzebujesz – przeglądając swoje doświadczenie. Zaczynij od początku i przejdź przez całe doświadczenie chronologicznie, próbując przywołać każdy szczegół. Gdy wróci pamięć, zwróć uwagę na to, jak różne części twojego doświadczenia rezonują z konkretnymi obszarami twojego ciała astralnego.

Kiedy skończysz przegląd, powróć do swojej fizycznej powłoki i dogłębnie zreintegruj swoje trzy ciała. Natychmiast po tym jeszcze raz przejrzyj swoje doświadczenie i spisz szczegółowe notatki o swoim doświadczeniu, byś mógł później odzyskać wspomnienia zdarzeń.

W dniach i tygodniach następujących po twojej sesji wędrówki, medytuj nad swoim doświadczeniem. Wróć do swoich notatek, by odświeżyć pamięć, jeśli będzie to konieczne, i spisuj dalsze notatki o kluczowych punktach, które odkryjesz podczas swoich medytacji.

Celem tych medytacji jest odkrycie i dogłębne zrozumienie lekcji zawartych w twoim doświadczeniu wędrówki. Kiedy lekcje są zrozumiane, musisz stosować je w swoim życiu w taki sposób, który wydaje ci się najbardziej właściwym. Musisz integrować je w doświadczaniu swojej jaźni na takim poziomie, jakiego wymaga ta lekcja.

INTEGRACJA WĘDRÓWKI MENTALNEJ:

Mentalna wędrówka jest oczywiście najbardziej wszechstronną formą wędrówki, jednakże może ona sprawiać wiele trudności już na etapie pamiętania własnych doświadczeń i percepcji, a co dopiero podczas integrowania i stosowania wypływających z nich lekcji. Lecz skoro ciało mentalne samo w sobie jest tak wszechstronne, to daje nam ono również doskonałe narzędzie, będące w stanie sprostać każdemu wyzwaniu. Wszystko, czego potrzeba, to odrobina kreatywności i wyobraźni. :)

W lekcji ósmej zdefiniowałem trzy stopnie mentalnej wędrówki, więc dla niniejszej dyskusji użyję tej samej struktury i opiszę niektóre z możliwości dla każdego stopnia.

1. Separacja samodzielnego ciała mentalnego bezpośrednio od ciała fizycznego.

Skoro ten rodzaj wędrówki mentalnej dotyczy połączonych obszarów powietrza i ognia, percepcja zachodzi równocześnie w formie myśli i podstawowego znaczenia. Jednakże tym percepcjom brak emocjonalnego znaczenia w momencie ich zachodzenia. Przy głębokim stopniu oddzielenia, jedyną gęstością symbolicznej formy, jaką te percepcje posiadają, są myśli. Nie ma astralnego kształtu, koloru, dźwięku etc., więc by uzyskać emocjonalne znaczenie i astralną formę, te percepcje muszą być przetworzone przez ciało astralne, czyli wodny obszar ciała mentalnego.

Skoro ten stopień mentalnej wędrówki odkrywa gęstszy, purpurowy sznur będący skompresowanymi, połączonymi obszarami wody i ziemi, bardzo łatwo jest stworzyć przepływ bodźców pomiędzy samodzielnym ciałem mentalnym a obszarem wody.

Prędkość przepływu pomiędzy nimi może być regulowana przez wolę. Na początku sugeruję, byś eksperymentował z otwieraniem i zamykaniem przepływu. Na przykład spędź kilka chwil w głębokiej separacji samodzielnego ciała mentalnego od astralno-fizycznej powłoki, a następnie lekko rozszerzaj swoją świadomość wzdłuż purpurowego sznura, stopniowo, aż poczujesz w swoich myślach wpływ emocjonalnego znaczenia i astralnej formy. Niech twoje myśli ułożą się na tym poziomie świadomości, a następnie przywróć swoje skupienie na głębokiej separacji samodzielnego ciała mentalnego od astralno-fizycznej powłoki.

Kiedy już się tego nauczysz, to bardzo łatwe będzie momentalne przenoszenie się pomiędzy tymi dwoma stanami i szybkie integrowanie wędrówki samodzielnego ciała mentalnego ze świadomością astralną. Przy dużej praktyce możliwe jest stałe przekazywanie swoich samodzielnich mentalnych percepcji do świadomości astralnej, bez żadnej przerwy w skupieniu wewnątrz samodzielnego ciała mentalnego. Dzieje się to poprzez lekkie rozdzielenie świadomości, by niewielka część twojego skupienia była skoncentrowana na

poziomie astralnym. To tworzy subtelny most przez purpurowy sznur do wodnego obszaru ciała mentalnego.

Kiedy skończysz swoją wędrówkę samodzielnym ciałem mentalnym, powróć do swojej astralno-fizycznej powłoki i unos się obok niej. Zanim w nią wejdiesz, przejrzyj swoją wędrówkę. Następnie rozszerz swoją świadomość w dół, wzdłuż purpurowego sznura, aż ponownie dotkniesz obszaru wody. Ponownie przejrzyj swoją wędrówkę, lecz tym razem w jej astralnej postaci. Następnie w pełni zreintegruj się ze swoim astralno-fizycznym ciałem. Natychmiast spisz szczegółowe notatki, byś mógł później odzyskać swoje wspomnienia.

Tak jak w komentarzu o wędrówce astralno-mentalnej, po samodzielnej wędrówce mentalnej muszą nastąpić medytacje i implementacje nauczonych lekcji. Właśnie to jest tym, co kończy proces integracji.

2. Separacja samodzielnego ciała mentalnego od ciała astralno-mentalnego.

Z tego powodu, że całkowita separacja wszystkich trzech ciał skutkuje znacznie głębszym i bardziej komfortowym skupieniem wewnątrz samodzielnego ciała mentalnego, to potrzeba większej ilości uwagi, by zintegrować wyłącznie mentalne percepcje w obszarze wody. Tak jak wcześniej, sugeruję byś eksperymentował z otwieraniem i zamykaniem przepływu bodźców wzdłuż fioletowego sznura pomiędzy samodzielnym ciałem mentalnym a powłoką astralną. Skoro obszar wody nie jest połączony z obszarem ziemi, to będziesz potrzebował użyć trochę więcej wysiłku dla utrwalenia astralnego przetworzenia twoich wyłącznie mentalnych percepcji. Wraz z doświadczeniem staje się możliwa tak szybka sekwencyjna wymiana pomiędzy nimi dwoma, że jest to prawie ciągle, lecz wymaga to większej podzielności uwagi niż wcześniej.

Na początku głównym problemem jest ciągłość. Jeśli będziesz zbyt często przerywał swoją samodzielną wędrówkę, by integrować doświadczenie w świadomości astralnej, to ryzykujesz utracenie wszelkiego poczucia ciągłości. A jeśli będziesz przerywać zbyt rzadko, ryzykujesz utratę zdolność późniejszego pamiętania swojego doświadczenia. Lecz z praktyką nauczysz się, jaka częstość jest właściwa i będziesz się również stawał coraz bardziej biegły.

Na koniec samodzielnej wędrówki mentalnej przejrzyj swoje doświadczenie, a następnie reintegruj się ze swoją mentalną powłoką. Wewnątrz astralno-mentalnego kontekstu ponownie przejrzyj swoje doświadczenie i mocno dołącz jego formę astralną. Następnie reintegruj swoje astralno-mentalne ciało ze swoją fizyczną powłoką. Natychmiast przypomnij sobie wszystko i zrób notatki. Jak zwykle, medytuj nad swoimi doświadczeniami, ucząc się z nich i stosując te lekcje.

3. Separacja samego obszaru ognia od samodzielnego ciała mentalnego.

Percepcje tego stopnia wędrówki mentalnej są być może najtrudniejsze dla całkowitego ich zintegrowania, gdyż ze względu na swoją naturę są bezpośrednimi percepcjami nieskończoności. Niemożliwe jest również kontrolowanie częstotliwości, z jaką będzie zachodzić ich integracja z obszarami powietrza i wody, gdyż w samym obszarze ognia ciała mentalnego nie istnieje *myśląca* wola. Innymi słowy, gdy już oddzieli się sam obszar ognia od powłoki obszaru powietrza, nie istnieje *myśl* o konieczności powrotu. Istnieje jedynie *intencja*, która, jak pisałem w lekcji ósmej, jest tym, co kieruje obszarem ognia. Możliwe jest więc wejście w separację, niosąc intencję okresowego powracania do obszaru ognia, by integrować jego percepcje.

W jakikolwiek sposób by się to nie stało, kiedy odkryjesz, że twoje percepcje zaczynają przybierać formę myśli, spędź kilka chwil w tym stanie przejścia i bardzo uważnie pozwól pełni swoich percepcji samego ognia ułożyć się w twojej świadomości myślenia. Pozwól im skondensować się do delikatnej powietrznej mgiełki.

Mądrze jest w tym momencie zejść jeszcze niżej z tymi myślami i integrować je w obszarze wody swojej świadomości, nadając im pewien stopień formy astralnej. Następnie powróć do samodzielnego ciała mentalnego, ponownie odseparuj obszar ognia i kontynuuj wędrówkę samym obszarem ognia.

Schodzenie swoimi myślami całą drogę do obszaru wody bardzo przeszkadza ciągłości wędrówki samego ognia. Tak naprawdę w niektórych przypadkach skrajnie niemądrym jest zaprogramowanie intencji okresowego powracania do świadomości myślenia, a co dopiero do świadomości astralnej. Niektóre podróże samego ognia muszą być pozostawione samym sobie, by odnalazły swoją własną długość i zakres; a następująca po nich jakościowa integracja do pamięci musi być pozostawiona Boskiej Mądrości.

Niemniej ważne jest, byś eksperymentował z tą okresową integracją, po której następuje powrót do samego obszaru ognia. Z praktyką możliwe jest okresowe integrowanie samego powietrznego obszaru myśli i przechowanie w nim kilku fragmentów doświadczenia przed dokonaniem większego zejścia do obszaru wody. O ile schodzenie jedynie do obszaru powietrza mniej przeszkadza ciągłości wędrówki samego ognia, to prawdziwą sztuką jest przechowywanie fragmentów percepcji samego ognia w obszarze powietrza. By dokonać tego przechowania, musisz zdać się na wodę, która jest nieodłączna w powietrzu.

Kiedy wędrówka samego ognia jest ukończona, musisz ostrożnie reintegrować swoją świadomość z powłoką obszaru powietrza. W kontekście samodzielnego ciała mentalnego przejrzyj wszystkie myśli, które połączone są z twoją wędrówką samego ognia. Bądź *bardzo* dogłębny i cierpliwy z tym krokiem, gdyż może on trwać dużo dłużej niż sama wędrówka.

Następnie reintegruj się z astralną powłoką i utwórz wszystkie swoje myśli w formie astralnej. Niech powietrzne myśli kondensują się jeszcze bardziej, aż staną się jedną płynną masą, wszystkie połączone, jedna z drugą. Zauważ różnice i podobieństwa w tym, które z tych idei układają się w których obszarach twojego ciała astralnego.

Kiedy astralna integracja jest ukończona, reintegruj się ze swoją powłoką fizyczną. Natychmiast spisuj swoje notatki i uziem te bardzo efemeryczne doświadczenia w swojej rozbudzonej świadomości.

Doświadczenia wędrówki samego ognia są najważniejszymi z wszystkich doświadczeń wędrówek. Ich lekcje są najbardziej odkrywcze dla twojego postępu, a zatem wymagają najbardziej dogłębnej integracji w każdym aspekcie twojego istnienia. Pełne zintegrowanie niektórych lekcji odkrytych przez wędrówki samego ognia może zająć wiele lat, a być może nawet wiele wcieleń wysiłku.

Jest to szczególnie prawdziwe odnośnie wędrówek samego ognia, które dotyczą scalania się ze swoją Większą Jaźnią, czyli wiecznym ciałem mentalnym. Te doświadczenia są nieskończenie głębokie i oczyszczające i tworzą oddźwięk poprzez całe twoje istnienie. Integracja wiecznego doświadczenia w sekwencyjnych warstwach świadomości wymaga długiej i powtarzanej medytacji. A następnie integrowanie tych aspektów wiecznego doświadczenia, których stajesz się świadomy w warstwach osobowości i fizyczności, wymaga wielkiej kreatywności i pomysłowości. Nigdy nie można rezygnować.

Chociaż te doświadczenia są z natury wieczne i niesekwencyjne, to zintegrowanie ich w sekwencyjnych warstwach Jaźni zajmuje ileś czasu. Bądź raczej *tobie* zajmuje czas zintegrowanie ich w swojej ziemskiej świadomości, która istnieje wewnątrz pojedynczej chwili czasoprzestrzeni. Jest to dosłownie jakby próbować włożyć tak dużo nieskończoności, jak tylko się da, w coś wielkości atomu. Ostatecznie, jest to kwestia całkowitego oddania się wiecznym aspektom jaźni, by mogły swobodnie wyrażać się poprzez twoją każdą myśl, słowo i uczynek. Tylko wtedy nieskończoność, która istnieje wewnątrz atomu, jest odkryta i ukazana...

INTEGRACJA WŁASNEJ EKSPRESJI:

W mentalnych ćwiczeniach szóstego kroku *Wtajemniczenia do Hermetyzmu* Bardon opisuje trzyczęściowe działanie magiczne, w którym osoba jest świadoma wszystkich trzech ciał równocześnie. Lubię nazywać to wędrówką fizyczno-astralno-mentalną, gdyż tym to właśnie jest. W tym stanie osoba jest świadoma istnienia we wszystkich trzech ciałach równocześnie: postrzega swoimi fizycznymi, astralnymi i mentalnymi zmysłami równocześnie, i każdy fizyczny ruch jest równocześnie i świadomie wykonywany połączonymi ciałami astralnym i mentalnym.

Jest to przedstawione jako ćwiczenie mentalne, gdyż jest ono całkowicie zależne od zdolności rozróżniania pomiędzy czterema obszarami ciała mentalnego i od bycia świadomym wszystkich czterech obszarów równocześnie. Kierownictwo jest przekazane całkowicie do samodzielnego ciała mentalnego. Jak już wcześniej powiedziałem, jest to generalnie jaźń Indywidualności, czyli Tiphareth – *punkt* głębi. Mając kierownictwo w rękę, jaźń Indywidualności następnie wyraża samą siebie *poprzez* obszar wody, czyli ciało astralne, i *poprzez* obszar ziemi, czyli ciało fizyczne.

Innymi słowy, jest to zintegrowane wyrażanie siebie, w którym astralne i fizyczne ciała służą jako wehikuły, poprzez które jaźń Indywidualności wyraża się i ukazuje wewnątrz sfery fizycznej. Kiedy wyciągane jest fizyczne ramię poprzez powietrze, to przecinane jest również astralne i mentalne powietrze. Bardon nazwał to magicznym działaniem, ponieważ w rytuale ceremonialnym wszystkie ruchy osoby muszą zachodzić równocześnie na płaszczyźnie fizycznej, astralnej i mentalnej.

Dla każdego, kto doszedł do szóstej lekcji Archaeusa, ćwiczenie, które teraz proponuję, nie będzie stanowiło żadnej trudności. Może się jednak pojawić trudność w podtrzymywaniu i wydłużaniu tego stanu, do czego to ćwiczenie właśnie prowadzi.

Jest to lekka zmiana lekcji szóstej i elementowego równoważenia wszystkich trzech ciał.

Oddziel wszystkie trzy ciała jak zazwyczaj. Zrównoważ elementy w ciele mentalnym, a następnie reintegruj samodzielne ciało mentalne z powłoką astralną, łącząc ognisty, powietrzny i wodny obszar ciała mentalnego. Zrównoważ elementy w ciele astralnym. Gdy to robisz, pozostań świadomy zarówno swojego astralnego, *jak i* ciała mentalnego, równocześnie. Musisz czuć *oba* ciała w tym samym czasie i w tym samym stopniu, a jednak musisz być w stanie rozróżnić je. Jest to jak oglądanie rzeczy z dwóch różnych perspektyw w tym samym czasie. Jak opisywał to Bardon: niech mentalna dłoń wślizgnie się w astralną rękawiczkę.

Utrzymując tę podwójną, astralną i mentalną świadomość, reintegruj się ze swoją fizyczną powłoką i obszarem ziemi ciała mentalnego. Zrównoważ elementy w ciele fizycznym, równocześnie pozostając świadomym swojego astralnego i mentalnego ciała. Czuj wszystkie trzy ciała w tym samym czasie i w tym samym stopniu. Niech twoja astralno-mentalna dłoń wślizgnie się w fizyczną rękawiczkę.

Utrzymaj tę potrójną świadomość swoich trzech ciał równocześnie przez tak długo, jak tylko jesteś w stanie. Po prostu stój, siedź bądź leż i bez poruszania się skup się na równoczesnym postrzeganiu swojego fizycznego, astralnego i mentalnego otoczenia. Gdy będziesz patrzył przez swoje fizyczne oczy, to tak naprawdę będą to oczy mentalne patrzące przez oczy astralne i fizyczne. Gdy poczujesz swój fizyczny oddech, to jest to naprawdę twoja mentalna wola oddychania ukazująca się poprzez twoją astralną i fizyczną respirację.

Kiedy jesteś w stanie przedłużyć ten stan do około 5 minut, to wprowadź trochę fizycznego ruchu. Poruszaj się po swojej przestrzeni medytacyjnej i skupiaj na jednoczeniu mentalnych, astralnych i fizycznych składników każdego ruchu.

Kiedy czujesz się z tym komfortowo przez co najmniej 5 minut, to wędruj dalej. Pracuj nad przedłużaniem tej potrójnej świadomości i zachowywania jej w różnych okolicznościach. Po pewnym czasie separacja i elementowe równoważenie trzech ciał przed tym ćwiczeniem stanie się niekonieczne. Wszystko, czego będzie potrzeba, to stanie się świadomym każdego ciała, a następnie trzeba świadomie jednoczyć te świadomości w jedną, potrójną świadomość.

Kiedy osobie uda się wysłać sam obszar ognia w akaszę i scalić się z wiecznym ciałem mentalnym swojej Większej jaźni, to ta osoba może wykonywać poczwórne działanie. Będzie to integrowaniem równoczesnej świadomości Większej jaźni w potrójnej świadomości. Wszystkie cztery perspektywy – wieczna mentalna, doczesna mentalna, astralna i fizyczna – są równocześnie utrzymywane w świadomej uwadze, wewnątrz jednej obecnej chwili czasoprzestrzeni. Wtedy właśnie Większa jaźń świadomie wyraża i ukazuje swoją Jaźń poprzez Indywidualny, astralny i fizyczny wehikuł.

Kiedy jest to opanowane, osoba ma możliwość ukazywania pięcioczęściowego działania – prawdziwego scalenia z Boskością. Tutaj, do poczwórnej świadomości dodawana jest świadomość *jako* Jedność i osoba istnieje wewnątrz fizycznej chwili doczesnej w pełni świadoma Jedności i swoich czterech jaźni: Większej, Indywidualnej, astralnej i fizycznej. Wtedy właśnie Boskość ukazuje swoją Jaźń bezpośrednio w doczesnej chwili poprzez wehikule Większego, Indywidualnego, astralnego i fizycznego poziomu jaźni. To, oczywiście, jest ostateczną formą integracji zapewnianą przez proces Archaeusa.

To kończy lekcję dziewiątą i wieńczy serię *Archaeus samoleczenia*. Modlę się, że te lekcje, które miałem przyjemność przedstawić, dobrze będą ci służyły na twojej drodze do doskonałości.

Wszystkiego dobrego,
:) Rawn Clark
19 grudnia 2003