



Сома Алогос

Обряд вызова умершего для  
беседы и получения совета

Сома Алогос

**Обряд вызова умершего для  
беседы и получения совета**

«Автор»

2026

## **Алогос С.**

Обряд вызова умершего для беседы и получения совета /  
С. Алогос — «Автор», 2026

Мануал представляет собой, пошаговое руководство по проведению обряда вызова умершего для беседы и получения совета. В мануале подробно разобраны все этапы: от осознания цели и подготовки сознания до построения защитных кругов, призыва, интерпретации ответов и очистки пространства. Особое внимание уделено безопасности — распознаванию подмен, экстренному прерыванию и работе с опасными сущностями. Мануал включает методы усиления контакта, работу с горем, повторные вызовы и даже экстренный протокол, когда нет времени на подготовку. Издание предназначено для практикующих магов, медиумов и всех, кто серьезно интересуется некрмантией, но предупреждает: ритуал требует дисциплины, уважения к умершим и полной личной ответственности. Не для развлечения или любопытства.

© Алогос С., 2026

© Автор, 2026

## Содержание

|   |    |
|---|----|
| Часть 1. Подготовка к обряду: осознание цели и душевное равновесие      | 5  |
| Часть 2. Выбор места и времени: факторы, влияющие на успех беседы       | 11 |
| Часть 3. Создание ритуального круга и алтаря: физическая основа призыва | 17 |
| Часть 4. Поза и дыхание: настройка собственного восприятия              | 24 |
| Часть 5. Создание моста памяти: визуализация жизненного пути умершего   | 31 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                                       | 37 |

# Сома Алогос

## Обряд вызова умершего для беседы и получения совета

### Часть 1. Подготовка к обряду: осознание цели и душевное равновесие

Прежде чем зажечь первую свечу и произнести имя ушедшего, вы должны понять главное: обряд вызова умершего — не психологическая игра и не способ развлечься скучным вечером. Это древнее, испытанное веками таинство, которое соединяет мир живых с миром мёртвых. Оно требует абсолютной серьёзности, неподдельного уважения к умершему и, что самое важное, внутренней готовности принять ответ — даже если этот ответ окажется болезненным или неожиданным.

В этой части мануала мы разберём все шаги предварительной подготовки: от формулировки вопроса до приведения своего душевного состояния в нужный баланс. Без этого фундамента ритуал либо не сработает, либо приведёт к опасным последствиям — вплоть до одержимости или потери рассудка.

#### Осознание истинной причины вызова

Вы должны сесть в тихом месте, взять лист бумаги и ручку (не цифровые устройства — они создают лишние электромагнитные помехи) и честно записать ответ на вопрос: «Зачем мне на самом деле разговаривать с умершим?»

Возможные истинные причины бывают разными, и не все из них подходят для обряда.

Желание получить практический совет. Это самая чистая и уважительная причина. Например, умерший при жизни был инженером, а вам нужно понять, как достроить дом, который он начал. Или покойный учитель знал секрет успеха в профессии. Если вы хотите совета в сфере, где умерший был экспертом, — дух охотнее пойдёт на контакт.

Потребность в прощении или прощании. Если смерть наступила внезапно и вы не успели сказать главных слов, обряд может стать последней возможностью закрыть гештальт. Но помните: умерший не обязан вас прощать или утешать. Он может прийти холодным и молчаливым. Вы должны быть готовы к такому повороту.

Желание удостовериться, что душа покойного в покое. Многие мучаются вопросом: «А не страдает ли он там?» Спросить об этом можно, но ответ часто бывает туманным. Мир мёртвых не похож на наш, и понятие «страдания» там иное. Будьте готовы к метафорам.

Попытка узнать будущее. Умершие видят временные линии иначе, чем живые, но они не всеведущи. Вы можете спросить: «Ждёт ли меня опасность в следующем году?» — и получить знак. Но спрашивать точную дату собственной смерти или номера выигранных лотерей не только бесполезно, но и вредно. Духи презирают алчность.

Неприемлемые причины (красные флаги):

— Любопытство ради острых ощущений.

— Желание доказать кому-то (например, скептически настроенному другу), что магия работает.

— Попытка заставить умершего признать свою вину или попросить прощения (это унижительно для духа).

— Поиск романтических отношений с умершим (опасное психическое отклонение, а не магия).

Если вы обнаружили у себя любую из неприемлемых причин — честно откажитесь от обряда. Никто не осудит вас за зрелость. Перенесите ритуал на год и займитесь внутренней работой с психологом или духовным наставником.

Формулировка вопроса: искусство конкретики

После того как вы подтвердили чистоту своих намерений, нужно сформулировать вопрос, который вы зададите умершему. От формулировки зависит качество ответа. Размытый вопрос порождает размытый ответ, который вы можете истолковать как угодно — и тем самым обмануть самого себя.

Возьмите новый лист бумаги (лучше нелинованный, белый) и напишите вверху: «Мой вопрос к [имя умершего]». Затем напишите черновик вопроса. Перечитывайте его и задавайте себе следующие контрольные точки.

Конкретность вместо абстракций.

Плохо: «Как мне стать счастливым?»

Хорошо: «Стоит ли мне переехать в город N, чтобы найти работу по специальности?»

Плохо: «Что мне делать с долгами?»

Хорошо: «Нужно ли мне объявлять банкротство или лучше договориться с кредиторами?»

Чем больше конкретных имён, дат, мест, чисел — тем точнее дух сможет настроиться.

Один вопрос — один сеанс.

Не пытайтесь задать три вопроса в одном предложении. Духи воспринимают линейно. Лучше выберите самый главный вопрос, а остальные запишите для возможных будущих обрядов (но не ранее чем через 30 дней). Исключение: если умерший сам захочет продолжить беседу, вы почувствуете это по его настойчивым знакам.

Закрытые и открытые вопросы.

— Закрытые (ответ «да» или «нет») легче интерпретировать, но они дают мало информации. Пример: «Был ли ты убит?»

— Открытые (требуют развёрнутого ответа) сложнее для духа, но полезнее. Пример: «Что именно произошло в ночь твоей смерти?»

Для первого обряда новичку лучше начинать с закрытых вопросов, используя коды (например, одно дуновение ветра — «да», два — «нет»). После того как контакт установится, можно переходить к открытым.

Уважение к тайне.

Есть вопросы, на которые умерший не ответит, даже если захочет. Например, о природе загробного мира, о Боге, о том, «хорошо ли там». Завеса между мирами искажает эти знания, и дух, пытаясь ответить, может впасть в агонию или начать говорить бессмыслицу. Не спрашивайте об этом — это этически неправильно и технически бесполезно.

После того как вы сформулировали окончательный вариант, перепишите его на чистый лист красивым почерком (можно печатными буквами). Этот лист вы положите на алтарь во время обряда рядом с фотографией. Не показывайте вопрос никому из живых — энергия постороннего взгляда ослабляет канал.

Анализ душевного состояния: три дня дневника эмоций

Следующий этап — честная оценка своей психики. Сильные эмоции действуют как помехи: они или полностью блокируют вызов, или притягивают низших духов, которые питаются вашим страхом или горем. Заведите дневник (обычную тетрадь) и в течение трёх дней подряд, каждый вечер, отвечайте на пять вопросов.

Какая основная эмоция преобладала сегодня?

Выберите из списка: гнев, тоска, страх, равнодушие, радость, тревога, умиротворение, вина. Если вы заметили гнев, тоску, страх или вину — уровень опасности повышен. Равнодушие тоже плохо: оно означает, что вы не вкладываете душу в обряд.

Были ли у меня сегодня навязчивые мысли об умершем?

Если мысли были умеренными (вспомнили пару раз за день) — норма. Если они преследовали вас постоянно и мешали работе — отложите обряд. Вы можете впасть в зависимость от контакта.

Как я отреагировал на стрессовую ситуацию?

Вспомните любую мелкую неприятность (опоздали на автобус, поссорились с коллегой). Если вы взорвались или, наоборот, впали в ступор — ваша нервная система нестабильна. Спокойная реакция или лёгкое раздражение с быстрым успокоением — признак готовности.

Снился ли мне умерший за последние три ночи?

Сам по себе сон о покойном не страшен. Но если эти сны кошмарные (душит, гонится, зовёт в могилу) — ваше подсознание не готово. Если сны нейтральные или даже приятные — это хороший знак, но всё равно не спешите.

Чувствую ли я физическую усталость без причины?

Высыпаетесь ли вы 7-8 часов? Нет ли хронической боли? Обряд вызова отнимает много жизненной силы. Если вы истощены физически, дух может «высосать» вас сильнее, чем нужно, и наутро вы проснётесь с температурой.

Если хотя бы два из пяти ответов тревожны — отложите обряд на две недели и займитесь стабилизацией. Как именно стабилизировать — описано ниже в разделе «Успокаивающие практики перед обрядом».

Взаимоотношения с умершим при жизни: честная ревизия

Вы должны быть абсолютно честны с самим собой: какие отношения связывали вас с покойным, когда он был жив? Это определит тон обряда и вероятность успеха.

Тёплые, близкие отношения (родитель, супруг, лучший друг).

Это идеальный случай. Дух с высокой вероятностью откликнется, и беседа будет продуктивной. Однако есть нюанс: вы можете быть слишком эмоционально вовлечены. Ваша тоска создаст «белый шум», заглушающий голос духа. Поэтому таким практикам особенно важно выполнять дыхательные упражнения (часть 4) не 10, а 20 минут перед вызовом.

Нейтральные отношения (дальний родственник, коллега, сосед).

Умерший может удивиться вызову, но если он был доброжелательным человеком — придёт. Ответы будут сухими, краткими, но точными. Не ждите тёплых объятий. Это даже лучше для первого раза, так как меньше эмоциональных помех.

Конфликтные отношения (враги, обидчики, бывшие супруги после развода).

Это самый опасный случай. Категорически не рекомендуется вызывать того, с кем у вас были серьёзные ссоры, суды, побои, измены. Дух может прийти в гнев и попытаться навредить. Если же вы всё-таки хотите получить от врага ответ (например, где он спрятал деньги), то обряд требует отдельного, гораздо более мощного круга (уровень 3 из части 12) и присутствия помощника. Новичкам — запрещено.

Умерший, которого вы не знали лично (историческая личность, знаменитость).

Не пытайтесь. Вы не построите мост памяти (часть 5) без личных воспоминаний. Вместо реального духа к вам явится самозванец, который притворится Наполеоном или Есениным. Это опасно, так как вы не сможете проверить подлинность.

Умерший, который при жизни страдал психическим расстройством.

Требует большой осторожности. Болезнь могла исказить его личность, и после смерти остатки этого искажения могут проявиться как агрессия или бессвязная речь. Если вы всё же решаетесь, то круг должен быть двойным, а сеанс коротким (не более 15 минут). Вопросы — только закрытые, типа «да/нет».

После ревизии вы либо подтверждаете, что вызываете подходящего человека, либо честно отказываетесь от этой затеи. Помните: неудачный вызов может оставить открытый канал, и тогда вас начнут беспокоить любые бродячие духи. Защита от них описана в части 11, но лучше не доводить до такого.

Выбор времени с учётом вашего биоритма

Даже идеальная лунная фаза и час между мирами не помогут, если вы «сова», а пытаетесь провести обряд в 6 утра. В части 2 мануала описаны общие астрономические правила, но здесь мы добавим индивидуальную настройку.

Определите свой пик психической активности.

В течение трёх дней замеряйте: в какое время вы чувствуете максимальную ясность ума, лёгкость фантазии, способность концентрироваться? У большинства людей это либо 9–11 утра, либо 21–23 часа. Но обряд требует полуночного окна (23:00–03:00). Если ваш пик приходится на утро, вам будет трудно перестроиться. Тогда за неделю до обряда начинайте сдвигать режим:

ложитесь на 30 минут позже каждый день, пока не достигнете комфортного бодрствования в 23:00.

Тест на краткосрочную депривацию сна.

За два дня до обряда не спите одну ночь (или спите всего 4 часа). Следующей ночью вы будете в состоянии лёгкого транса, что облегчает вход в пограничное сознание. Однако не делайте так, если у вас проблемы с сердцем или эпилепсия. В этих случаях лучше, наоборот, хорошо выспаться.

Циклы женского организма.

Для женщин критически важно избегать обряда во время месячных и за 2 дня до них. В этот период естественная защита организма снижена, и вы становитесь слишком «проницаемой» для любых сущностей. Также не проводят обряд на 1-й, 15-й и 29-й лунные дни по лунному календарю, но это уже астрономия.

Успокаивающие практики перед обрядом (за 7 дней)

Чтобы ваше душевное состояние соответствовало требованиям, в течение недели перед обрядом выполняйте следующие три простые, но обязательные практики. Они не отнимут много времени, но радикально повысят шанс на успех.

Практика 1. Ежедневное заземление.

Каждый день проводите 10 минут босиком на земле (в парке, на даче, на балконе с ящиком земли). Если нет возможности выйти — наполните таз землёй и топчитесь в нём. Заземление сбрасывает избыточную психическую энергию, которая иначе создаст помехи.

Практика 2. Письмо умершему (не отправлять).

Возьмите лист бумаги и напишите письмо покойному. Расскажите, что вы чувствуете, зачем хотите его вызвать, чего боитесь. Пишите от руки, без цензуры. Затем сожгите письмо над раковиной или в металлической ёмкости, а пепел смойте водой. Этот ритуал очищает ваше подсознание от хаотичных мыслей и структурирует намерение.

Практика 3. Медитация «пустой стул».

Поставьте стул напротив себя. Представьте, что на нём сидит умерший. Вслух скажите ему всё, что хотели бы сказать, но в вежливой форме. Не ждите ответа. Затем скажите «спасибо» и встаньте. Это упражнение тренирует вашу способность удерживать образ и одновременно контролировать эмоции. Делайте его по 5 минут ежедневно.

Признаки, что подготовка прошла успешно.

- Вы перестали вздрагивать от неожиданных звуков.
- Вы можете смотреть на фотографию умершего без приступа плача или гнева.
- Вы спите крепко, и сны не связаны с покойным.
- Вы точно помните, какой вопрос собираетесь задать, и не чувствуете желания переспросить что-то второстепенное.

Если все эти признаки налицо — вы готовы к следующей части мануала (выбор места и времени). Если нет — повторите цикл подготовки ещё раз через две недели. Не торопитесь. Мир мёртвых никуда не убежит, а ваша безопасность и качество ответа стоят ожидания.

### Заключительная проверка перед переходом ко второй части

Итак, прежде чем листать мануал дальше, убедитесь, что вы выполнили всё следующее:

- Вы честно записали истинную причину вызова и она не относится к красным флагам.
- Вы сформулировали конкретный вопрос и переписали его на отдельный лист.
- Вы три дня вели дневник эмоций и не обнаружили опасных состояний.
- Вы провели ревизию отношений с умершим и подтвердили, что они допустимы.
- Вы сдвинули свой режим, чтобы бодрствовать в нужное время, или приняли решение обойтись без депривации сна.
- Вы в течение недели выполняли заземление, писали сжигаемое письмо и медитировали с пустым стулом.

Если хотя бы один пункт не выполнен — вернитесь к нему. Если выполнены все — с чистой совестью переходите к изучению Части 2. Выбор места и времени: факторы, влияющие на успех беседы. Там вы узнаете, как подобрать идеальную комнату, почему нельзя использовать зеркала и какую роль играет луна.

Помните: подготовка — это 70% успеха. Даже самый сильный маг потерпит неудачу, если подойдёт к обряду с неуравновешенной психикой или неясным вопросом. Вы же, следуя этому мануалу, закладываете фундамент для безопасного и осмысленного контакта с теми, кто уже перешёл грань. Уважайте их — и они ответят вам уважением.

## **Часть 2. Выбор места и времени: факторы, влияющие на успех беседы**

После того как вы осознали истинную цель, сформулировали чёткий вопрос и привели своё душевное состояние в равновесие, наступает следующий этап — создание правильного пространственно-временного контура. Представьте, что вы настраиваете радиоприёмник на слабую, далёкую станцию. Если место забито электромагнитными помехами, а время выбрано неудачно — вы услышите только шипение и обрывки чужих голосов. В этой части мы разберём все параметры идеального места и момента для обряда, от лунной фазы до погоды за окном.

### **Время суток: часы между мирами**

Самый важный временной фактор — это период с 23:00 до 03:00 по местному времени. В эзотерической традиции его называют «часы между мирами» или «волчий час». Почему именно эти четыре часа? Считается, что в это время солнечное излучение минимально, а геомагнитное поле Земли ослабевает, создавая «окно», через которое тонкие сущности могут легче проникать в нашу реальность.

Оптимальное начало обряда. Начинайте ровно за один час до полуночи, то есть в 23:00. За этот час вы успеете зажечь свечи, войти в нужное состояние, произнести призыв и дожидаться первого проявления. К полуночи канал обычно открывается максимально. Завершать обряд следует до трёх часов ночи, потому что после 03:00 начинается предрассветное уплотнение реальности, и дух может не успеть уйти, застряв между мирами.

Исключения для дней равноденствия и солнцестояния. Дважды в год — в дни весеннего и осеннего равноденствия, а также летнего и зимнего солнцестояния — окно расширяется. В эти даты можно начинать с 22:00 и заканчивать до 02:00. Особенно мощным считается период за три дня до и три дня после зимнего солнцестояния: в это время завеса между мирами истончается естественным образом, и даже новичок может добиться успеха.

Запрещённые времена. Никогда не проводите обряд в полдень (с 12:00 до 14:00) и на рассвете (с 04:00 до 06:00). Солнечная энергия в эти часы подавляет любые проявления мёртвых, и дух либо не сможет материализоваться, либо явится в искажённом, болезненном виде. Также избегайте времени сразу после захода солнца (первые 40 минут) — это часы активности неупокоенных душ, которые мешают целенаправленному вызову.

### **Лунная фаза: как луна управляет порталом**

Луна — древнейший регулятор эфирных потоков. Её фазы влияют на то, насколько легко умерший сможет покинуть свою сферу и войти в наш мир. Не пренебрегайте этим фактором, даже если вы скептик — проверено тысячелетиями магических практик.

Идеальная фаза — убывающая луна. Период от полнолуния до новолуния (убывающий серп) символизирует уход, завершение, переход. Именно такая энергия нужна для вызова мёртвых. Лучшие дни — третья и четвёртая лунные четверти, особенно за 3–4 дня до новолуния. В это время духи наиболее сговорчивы и ясно слышат призывы живых.

Допустимая фаза — полнолуние. В полнолуние канал, наоборот, перенасыщен энергией. Умершие могут явиться, но их облик будет слишком ярким, «живым», что может испугать неподготовленного практика. Кроме того, в полнолуние чаще приходят не те духи, кого вы звали, а случайные сущности, привлечённые обилием света. Если вы всё же решитесь на полнолуние, обязательно используйте двойной защитный круг (часть 12).

Запрещённая фаза — растущая луна и новолуние. При растущей луне (от новолуния до полнолуния) все эфирные потоки направлены на рост, рождение, начало. Энергия мёртвых подавляется. Вызов в эти дни чаще всего проваливается, а если и случается — ответы сбивчивы и лживы. Новолуние же даёт полную темноту, но без направляющего света луны дух теряет ориентир и может «заблудиться» по пути. Исключение — новолуние в соединении с днём поминовения предков (например, Радоница), но это требует особого мастерства.

Лунные дни (тиди). Ведическая и западная традиции выделяют 30 лунных дней. Для вызова умерших наиболее благоприятны 14-й (открывает врата), 19-й (день блуждающих душ) и 28-й (день угасания). Категорически избегайте 9-го (агрессия), 15-го (битва теней) и 29-го (хаос). Вы можете бесплатно скачать любой лунный календарь — в нём всегда указан номер лунного дня.

Место в доме: комната силы

Теперь перейдём к пространству. Не каждая комната подходит для столь тонкой работы. В идеале у вас должна быть отдельная комната, которую вы не используете для повседневных дел (спальни и гостиные не подходят). Если такой нет — выберите самую тёмную, редко посещаемую комнату.

Критерии подходящей комнаты.

— Отсутствие зеркал. Зеркала нужно завесить чёрной тканью или временно вынести. Если это невозможно, поверните зеркала к стене. Зеркальная поверхность создаёт ложные порталы и может притянуть незваных гостей.

— Отсутствие работающей электроники. Выключите и обесточьте телевизор, компьютер, роутер, микроволновку. Электромагнитные поля искажают эфирную структуру, в которой появляется дух. Мобильный телефон тоже должен быть за пределами круга (лучше в соседней комнате).

— Тёмные стены или возможность затемнения. Идеальны комната с чёрными или тёмно-синими обоями, либо комната, которую можно полностью затемнить плотными шторами. Светлые стены отражают энергию и мешают материализации.

— Окна, выходящие на север или запад. Северное окно символизирует мир мёртвых, западное — переход. Восточные и южные окна слишком солнечные, даже ночью они сохраняют память о солнце. Если выбора нет, повесьте на окно чёрную штору.

— Дверь должна открываться внутрь комнаты и плотно закрываться. Сквозняки недопустимы — они сдувают эфирную форму духа.

Если нет отдельной комнаты. Когда живёте в студии или общежитии, выделите угол комнаты и отгородите его плотной тканью (например, чёрным бархатом) от остального пространства. Внутри этого «шатра» создайте круг и алтарь. Ткань должна быть натуральной (хлопок, шерсть, лён). Синтетика накапливает статическое электричество, вредное для контакта.

Проверка комнаты на эфирную чистоту. За три дня до обряда внесите в комнату зажжённую церковную свечу (или любую белую свечу). Обойдите с ней все углы, читая «Отче наш» или просто сосредоточившись. Если свеча начинает сильно трещать, дымить или гаснуть — комната загрязнена. Проведите генеральную уборку со святой водой (или солёной), проветрите в течение суток и повторите проверку. Если проблема осталась — выберите другую комнату.

Альтернативное место — кладбище: только для опытных

Кладбище — это естественный портал, где грань между мирами почти отсутствует. Казалось бы, идеальное место. Но риски здесь многократно выше. Новичкам строго не рекомендуется проводить обряд на кладбище. Если же вы практик со стажем (не менее трёх успешных вызовов в помещении), вот правила.

Выбор могилы. Лучше всего работать на могиле именно того человека, которого вы вызываете. Его надгробие служит мощным якорем. Если могила ухожена, на ней есть живые цветы — это хороший знак. Запущенные, поросшие бурьяном могилы говорят о том, что дух либо давно ушёл, либо не расположен к контакту.

Время на кладбище. Обряд начинают ровно в полночь и завершают до двух часов ночи. Нельзя задерживаться дольше — в предрассветные часы на кладбище просыпаются «лоскутные» духи (сущности, собранные из останков разных умерших), они агрессивны и любят приоткрываться нужным вам покойным.

Защита на кладбище. Помимо обычного круга, который чертится углём на земле, вокруг могилы нужно рассыпать красный кирпич, растёртый в крошку, и разложить девять железных гвоздей остриями наружу. Также обязательно иметь при себе фонарик с красным светом (обычный белый свет привлекает нежелательных свидетелей). После обряда гвозди оставляют на могиле, кирпичную крошку сметают в сторону.

Что делать, если на кладбище вы почувствовали присутствие посторонних. Немедленно прекратите обряд, даже если вы ещё не закончили. Скажите громко: «Место занято, ухожу с миром». Трижды сплюньте через левое плечо и быстро, но не бегом, покиньте кладбище. Дома проведите полную очистку из части 15, включая мытьё пола с хлоркой. Если же вы увидели чёрную фигуру без лица — не смотрите ей в глаза. Идите спиной вперёд, читая любую защитную молитву (например, 90-й псалом). Такие фигуры — не мёртвые, а «стражи кладбища», и они не любят, когда их тревожат.

Погодные условия: небесное одобрение

Даже идеально выбранное место и время могут быть испорчены непогодой. Атмосферные явления влияют на эфирную ткань напрямую, поскольку они связаны с движением стихий.

Идеальная погода. Тихая, безветренная ночь. Небо чистое или слегка облачное (чтобы луна не светила слишком ярко, если фаза убывающая). Температура воздуха не имеет значения, но экстремальный холод (ниже  $-20^{\circ}\text{C}$ ) или жара (выше  $+30^{\circ}\text{C}$ ) ослабляют ваше тело, и вы быстрее устаёте. Оптимально — от  $+5^{\circ}\text{C}$  до  $+20^{\circ}\text{C}$ .

Допустимая погода. Лёгкий снегопад без ветра. Снег действует как акустический изолятор, заглушая посторонние шумы. Мелкий дождь без грома также допустим, но он создаёт

влажность, которая может потушить свечи. Если идёт дождь, обязательно накройте алтарь прозрачным полиэтиленом (но только вне круга).

Запрещённая погода.

— Сильный ветер или буря. Ветер разрывает эфирную структуру, и голос умершего будет прерываться, трещать, как испорченное радио.

— Гроза с молниями. Молнии создают мощнейшие электромагнитные импульсы, которые мгновенно разрушают любой тонкий контакт. Кроме того, во время грозы духи боятся выходить из своих убежищ.

— Туман. На первый взгляд туман кажется мистическим и подходящим, но на самом деле он привлекает огромное количество бродячих душ. Вы рискуете вызвать не одного умершего, а целую толпу, которая начнёт давить на вас ментально.

— Град или ледяной дождь. Физическая угроза и эфирный хаос одновременно. Отложите обряд.

Как узнать погоду заранее. Смотрите прогноз на 5 дней вперёд. Если на выбранную ночь обещают непогоду, лучше перенести на другую дату в пределах той же лунной фазы. Не пытайтесь «переупрямить» природу — это не магия силы, а магия гармонии. Вы должны плыть по течению мировых ритмов, а не бороться с ними.

Личное пространство и посторонние люди

Никто, кроме вас, не должен находиться в комнате во время обряда. Это железное правило. Присутствие другого живого человека создаёт двойной набор эмоций и мыслей, которые дух не сможет разделить, в результате чего он либо не придёт, либо придёт, но будет метаться между вами.

Домашние животные. Кошек, собак, птиц необходимо вывести из комнаты и закрыть дверь. Кошки особенно чувствительны к тонким сущностям; они могут начать шипеть на пустое место или, наоборот, слишком ластиться к невидимому гостю, что разрушит вашу концентрацию. Если животное настойчиво царапает дверь во время обряда — это плохой знак, возможно, пришёл не тот дух. В таком случае прервитесь и проверьте круг.

Соседи и уличный шум. Если вы живёте в многоквартирном доме, предупредите соседей (без подробностей, просто скажите, что будете медитировать и просите не шуметь после полуночи). Используйте беруши, если из коридора доносятся шаги. Однако помните, что беруши снижают вашу способность слышать шёпот духа. Компромисс — включить белый шум (шум вентилятора или дождя) на очень низкой громкости. Но лучше всё же выбрать время, когда в доме тихо.

Использование звукоизоляции. Если комната плохо изолирована, развесьте на стенах плотные одеяла или ковры. Они не только приглушат внешние звуки, но и создадут акустическую «камеру», в которой даже слабый голос духа будет слышен отчётливее.

Подготовка комнаты за день до обряда

Чтобы в ночь ритуала вам не пришлось отвлекаться на уборку или перестановку, выполните следующие действия за 24 часа до назначенного времени.

Генеральная уборка. Вымойте пол со средством, содержащим хлорку (убивает эфирные загрязнения). Протрите все поверхности влажной тряпкой. Вынесите мусор. В комнате не должно быть ничего лишнего: уберите книги, одежду, технику. Оставьте только то, что будет на алтаре: фотография, вещь умершего, чаша, соль, свеча, ладан.

Завешивание зеркал и окон. Используйте чёрную или тёмно-синюю ткань из натурального волокна (не синтетику!). Ткань должна быть плотной, не пропускать свет. Закрепите её булавками или скотчем так, чтобы она не шевелилась от сквозняка. Если зеркал несколько — не забудьте про маленькие и даже про зеркальные поверхности на шкафах.

Создание темноты. Задёрните шторы, заклейте щели вокруг двери полосками чёрной бумаги (чтобы не проникал свет из коридора). Вы должны добиться абсолютной темноты, когда без зажжённой свечи вы не видите собственной руки. Только в такой темноте эфирный свет духа становится заметным.

Проветривание. За час до начала обряда откройте окно на 15 минут, чтобы впустить свежий воздух, но затем плотно закройте. Свежий воздух облегчает дыхание и помогает сохранять ясность сознания.

#### Завершающая проверка перед началом

Когда вы уже в комнате, за час до полуночи, ещё раз пройдитесь по следующему списку:

— Выключен ли телефон? (Проверьте, не оставлен ли он в кармане — выньте и отнесите в другую комнату).

— Отключены ли все электроприборы? (Щёлкните рубильником в щитке, если возможно — это лучший вариант).

— Завешены ли зеркала и окна? (Потрогайте ткань — не отклеилась ли).

— Готов ли алтарь? (Стоят ли предметы на своих местах, есть ли спички, а не зажигалка).

— Не забыли ли вы лист с вопросом? (Положите его на алтарь сейчас, если ещё не сделали).

— Чувствуете ли вы себя спокойно? (Сделайте три глубоких вдоха — если сердце колотится, посидите 10 минут молча).

Если все пункты выполнены — вы полностью готовы к построению круга и алтарю (часть 3). Если что-то упущено — не ленитесь исправить. Лучше потерять 15 минут на донастройку, чем потом провалить весь обряд или подвергнуть себя опасности.

#### Символическое значение места и времени

Напоследок запомните философскую основу этого выбора. Место и время — не просто технические параметры, а отражение вашего уважения к умершему. Когда вы выбираете тёмную, чистую комнату в полночь убывающей луны, вы говорите духу: «Я готов принять тебя на твоих условиях. Я не требую, я приглашаю». Мир мёртвых темнее и тише нашего. Подражая ему, вы становитесь ближе к его обитателям.

Если же вы проведёте обряд днём в гостиной с зеркалами и включённым телевизором, вы словно кричите: «Мне плевать на твой мир, явись по моей прихоти». Такой вызов не только

не удастся, но и может оскорбить духа настолько, что он навредит вам во сне или в жизни. Поэтому следуйте инструкциям этой части с благоговением, а не с механической точностью.

Теперь, когда вы знаете, где и когда проводить обряд, переходите к части 3. Создание ритуального круга и алтаря: физическая основа призыва. Там мы создадим защитную структуру, которая удержит вашего гостя и не пропустит чужаков.

## Часть 3. Создание ритуального круга и алтаря: физическая основа призыва

Когда место и время выбраны, когда ваша душа настроена на нужный лад, а вопрос записан на листе, наступает момент создания материального каркаса обряда. Ритуальный круг и алтарь — это не просто украшения и не дань традиции. Это работающие инструменты, которые выполняют две критически важные функции. Первая — защита. Круг отсекает всё, что не должно вмешиваться в вашу беседу: случайных духов, эфирный «мусор», чужие мысли. Вторая — фокусировка. Круг и алтарь конденсируют энергию, создавая зону с особыми свойствами, где умерший может проявиться в форме, доступной вашему восприятию. Без этих конструкций вы не услышите даже шёпота.

В этой части мы подробно, шаг за шагом, разберём, как выбрать материалы, начертить круг, расположить алтарь, освятить пространство и подготовить его к приёму гостя из-за грани. Каждый элемент имеет значение, каждая деталь работает на успех. Не пренебрегайте ни одной рекомендацией, даже если она кажется вам излишней.

### Материалы для круга: что выбрать и где взять

Круг можно создать разными способами в зависимости от того, где вы проводите обряд — в доме на полу или на открытой местности. Также важна долговечность: будете ли вы стирать круг сразу после ритуала или оставите на несколько дней (последнее не рекомендуется, но бывают исключения).

#### Основные материалы для черчения.

— Мел (белый и чёрный). Самый доступный вариант для домашнего использования. Белый мел символизирует границу миров, чёрный — защиту от зла. Лучше использовать оба цвета: внешний контур круга чертите белым, внутреннюю пентаграмму — чёрным, или наоборот, в зависимости от традиции. В нашем обряде мы используем белый для круга, чёрный для звезды. Мел должен быть мягким, не крошиться. Перед употреблением подержите его в солёной воде 10 минут, затем высушите — это усилит защитные свойства.

— Уголь (древесный или прессованный). Идеален для черчения на земле или на необработанном деревянном полу. Уголь оставляет чёткий, энергетически плотный след. Вы можете использовать угли от костра, но лучше купить прессованный уголь для рисования (в художественных магазинах). Перед использованием окурите его ладаном.

— Верёвка из натурального волокна (лён, хлопок, джут). Если вы не хотите чертить линии на полу (например, у вас дорогой ковёр), выложите круг верёвкой. Толщина верёвки — не менее 5 мм. Длина окружности для диаметра 2 метра — около 6,3 метра, но лучше взять с запасом (7 метров). Перед использованием верёвку нужно замочить в солёной воде на ночь, затем высушить. Узлы на верёвке не допускаются — используйте цельный отрезок.

— Нож для черчения на земле. На открытой местности (кладбище, лес) круг чертят ножом с чёрной рукояткой. Рукоятка должна быть деревянной, без металлических вставок. Лезвие — стальное, но не серебряное (серебро отталкивает духов). Ножом прорезают борозду глубиной 2–3 см. Эта борозда потом может быть заполнена солью или золой.

#### Дополнительные укрепляющие материалы.

— Морская соль (крупного помола). Соль — природный абсорбер и защитник. Её рассыпают поверх начерченной линии или используют как самостоятельную границу. Для круга диаметром 2 метра потребуется около 2 кг соли. Соль должна быть без добавок (йодированная не подходит — йод разрушает структуру).

— Зола от костра или печи. Зола символизирует пепел прошлого, завершённый цикл. Её смешивают с солью в пропорции 1:1 и этой смесью заполняют борозду круга. Зола должна быть от сожжённой древесины лиственных пород (берёза, дуб, ясень). Зола от хвойных деревьев не подходит — она слишком смолистая.

— Четыре камня (кварц или речные). Камни ставят на пересечения круга с осями сторон света. Они служат якорями, удерживающими форму круга даже при физическом воздействии. Камни должны быть гладкими, без острых углов. Перед использованием промойте их под проточной водой и высушите на солнце. Если используете кварц, то лучше аметист или горный хрусталь.

Где взять все эти материалы. Мел и уголь — в художественных магазинах. Верёвку — в хозяйственных. Соль — в продуктовых (но берите именно морскую, не поваренную). Зола можно набрать из печи или камина; если их нет — сожгите в металлической ёмкости несколько берёзовых поленьев. Камни — в магазинах камней или найдите речную гальку сами. Нож — закажите в эзотерической лавке или изготовьте сами, но лезвие должно быть новым, никогда не использовавшимся для резки пищи.

#### Построение круга: пошаговая инструкция

Теперь, когда все материалы готовы, приступим к созданию круга. Делайте это медленно, сосредоточенно. Каждое движение должно быть осознанным. Лучше потратить 40 минут на идеальный круг, чем 10 минут на кое-как начерченный.

Шаг 1. Очистка пола или земли. Уберите всё лишнее. Если вы дома — пропылесосьте и вымойте пол в том месте, где будет круг. Если на улице — сметите листья, ветки, мусор. Никаких посторонних предметов внутри будущего круга быть не должно.

Шаг 2. Определение центра и ориентация по сторонам света. Встаньте в то место, где вы будете сидеть (центр круга). Возьмите компас (на телефоне — только в режиме полёта, без сети) и определите, где север. Отметьте северное направление маленькой меткой мелом или воткните палочку. Затем найдите юг, запад, восток.

Шаг 3. Черчение внешней окружности. От центра отмерьте радиус 1 метр (диаметр 2 метра). Можно сделать верёвку длиной 1 метр с петлёй на одном конце — наденьте петлю на палец или на колышек в центре, а другим концом с мелом чертите идеальный круг. Если вы чертите без верёвки, используйте рулетку, чтобы отметить 8–12 точек на одинаковом расстоянии от центра, затем соедините их от руки. Линия круга должна быть непрерывной, толщиной 2–3 см. Чертите по часовой стрелке, начиная с севера и возвращаясь на север. Произносите про себя (или шёпотом): «Очерчиваю границу, закрываю от чужих».

Шаг 4. Нанесение пентаграммы (пятиконечной звезды). Внутри круга начертите звезду. Её вершины должны касаться линии круга. Одна вершина строго смотрит на север — это важно. Остальные вершины — на юго-восток, юго-запад, северо-запад, северо-восток (приблизительно). Чтобы начертить правильную звезду: отметьте на окружности пять точек через каждые 72 градуса (используйте транспортир или циркуль). Соедините каждую точку с двумя

несоседними через одну. Линии звезды могут пересекаться в центре. Чертите звезду против часовой стрелки, начиная с северной вершины. Используйте чёрный мел или уголь. Произнесите: «Звезда защиты, пятеричный щит, храни меня от лжи и подмены».

Шаг 5. Установка четырёх камней-якорей. Положите камни на линии круга в четырёх местах: точно на севере, юге, западе и востоке. Камень должен лежать так, чтобы половина его была внутри круга, половина — снаружи. Он как бы «зашивает» границу. При установке каждого камня называйте сторону света и стихию: «Север — Земля, стой твёрдо. Юг — Огонь, не пропускай. Запад — Вода, смывай чужое. Восток — Воздух, храни чистоту». Если у вас нет камней, можно использовать крупные кристаллы кварца.

Шаг 6. Усиление солью или золой (по желанию). Если вы хотите очень мощную защиту, насыпьте тонкую дорожку соли (или смеси соли с золой) поверх линии круга. Делайте это из мешочка с маленьким отверстием, аккуратно, чтобы соль не рассыпалась внутрь. Дорожка должна быть шириной 1–2 см. Соль сыпьте также по часовой стрелке, начиная с севера. Во время этого действия произнесите: «Соль земли, пепел времени, замкните круг».

Шаг 7. Проверка целостности. Обойдите круг (снаружи) и внимательно осмотрите линию. Нет ли разрывов, пропусков, слишком тонких мест? Если есть — исправьте. Круг должен быть непрерывным. Разрыв в 1 см делает всю защиту бесполезной. Также проверьте, чтобы внутри круга не осталось мусора, пыли, волос — всё это притянет нежелательных существ.

После построения круга не заходите внутрь, пока не будет готов алтарь. Алтарь мы будем создавать отдельно, а затем внесём его в круг. Входить и выходить из круга можно только через специальный «проход» — разрыв линии, который сразу же восстанавливается. Обычно проход делают с восточной стороны. Ширина прохода — 30 см. После того как вы вошли, вы должны «зашить» проход, проведя по нему мелом или солью.

Алтарь: центр силы и точка фокуса

Алтарь — это не стол для украшений. Это энергетический передатчик, через который умерший получает ваш призыв и через который он посылает ответы. Алтарь должен быть расположен в северной части круга (если вы работаете в помещении) или в восточной (если на открытом воздухе). В этой части мы опишем стандартный домашний вариант с алтарём на севере.

Выбор основы для алтаря.

— Деревянный ящик или столик. Идеально — небольшой столик высотой 40–50 см, чтобы вам было удобно дотянуться рукой, сидя на полу. Подойдёт перевернутый деревянный ящик, табурет, пуфик. Главное — натуральное дерево без лака (или с матовым покрытием). Металлические и пластиковые основы не использовать — они искажают энергию.

— Покрывало. Накройте основу чёрной или тёмно-синей тканью из натурального волокна (лён, хлопок, шерсть). Ткань должна свисать до пола, скрывая ножки столика. Перед использованием ткань нужно выстирать в солёной воде и высушить на солнце.

— Размеры алтаря. Не более 60 см в длину и 40 см в ширину, чтобы он поместился в круге. Слишком большой алтарь загромождает пространство и мешает движению энергии.

Предметы на алтаре (обязательный минимум).

1. Фотография умершего в рамке. Желательно чёрно-белая, где умершему было не менее 25 лет (взрослый облик). Рамка должна быть деревянной, чёрной или тёмно-коричневой. Если нет рамки — можно просто поставить фото, прислонив его к чему-то, но рамка предпочтительнее. Фотографию протрите влажной тканью перед обрядом.

2. Личная вещь покойного. Это может быть кольцо, часы, ключи, очки, носовой платок, ручка, расчёска. Если ничего нет — кусок одежды, в которой его хоронили (например, лоскут от рубашки). Вещь положите справа от фотографии. Если вещь металлическая (кольцо, часы), её нужно на 10 минут положить в солёную воду, затем высушить — это нейтрализует посторонние энергии.

3. Свеча из чистого пчелиного воска. Цвет — чёрный или тёмно-фиолетовый. Чёрная свеча символизирует поглощение света, переход. Фиолетовая — мистическое знание. Свеча должна быть новой, недогоревшей. Если вы не нашли восковую свечу, допустима парафиновая, но энергетически она слабее. Поставьте свечу в подсвечник (медный или керамический, не стеклянный).

4. Чаша с чистой родниковой водой. Если нет родниковой — возьмите бутилированную без газа, но предварительно заморозьте и разморозьте (талая вода). Чаша должна быть керамической или стеклянной, без рисунков. Объём — около 200 мл. Вода символизирует эмоциональный мост.

5. Блюдце с солью. Соль — крупная морская. Насыпьте горкой, не разравнивайте. Блюдце керамическое или деревянное. Соль будет абсорбировать негатив, который может прийти с умершим.

6. Ладан и курильница. Ладан — сандал, мирра или копал. Запрещены синтетические ароматы. Курильница — металлическая, на цепочке или просто маленькая жаровня. Уголь для ладана — специальный, самовоспламеняющийся (продаётся в церковных лавках). Зажигайте уголь спичками, не зажигалкой.

7. Лист бумаги с записанным вопросом. Сложите его вчетверо и положите под фотографию или под свечу. Вопрос должен быть написан вашей рукой, чёрными чернилами, без помарок.

Дополнительные предметы (по желанию и при наличии).

— Колокольчик (бронзовый или медный). Звон колокольчика очищает пространство и привлекает духа. Кладите его слева от фотографии.

— Сухие травы (полынь, зверобой, чабрец). Их можно положить в маленькую чашечку или просто рассыпать горсткой на алтаре. Полынь защищает от злых духов, чабрец призывает добрых.

— Чётка или розарий (чёрный). Может помочь в концентрации.

— Старый ключ (любой). Ключ символизирует открытие врат. Положите его на цепочку или просто на алтарь.

Расположение предметов на алтаре (схема, но словами).

Представьте, что вы смотрите на алтарь с севера (то есть стоите лицом к югу). По центру алтаря — фотография. Перед фотографией (ближе к вам) — свеча. За фотографией (дальше от вас) — ладан и курильница. Слева от фотографии — чаша с водой. Справа от фотографии — блюдце с солью. Личная вещь — справа от соли или слева от воды, как вам удобнее. Лист с вопросом — под фотографией или под свечой. Колокольчик — в левом дальнем углу алтаря. Травы — в правом ближнем углу. Не загромождайте алтарь — оставьте пустое пространство вокруг свечи для циркуляции воздуха.

Очищение круга и алтаря: освящение пространства

Перед тем как начать обряд, круг и алтарь должны быть очищены от любых посторонних энергий — ваших собственных мыслей, остатков прошлых ритуалов, случайных сущностей. Очищение проводится непосредственно перед тем, как вы сядете в круг.

Очищение алтаря. Зажгите курильницу с ладаном (или сухой травой). Возьмите её в правую руку и обойдите алтарь три раза по часовой стрелке, начиная с северной стороны. При каждом обходе произносите: «Огонь и дым, очистите этот камень (или дерево) от всякой скверны. Пусть останется только чистое намерение». Затем окропите алтарь водой из чаши — пальцами, веером, трижды брызните на каждый предмет. Скажите: «Вода и соль, свяжите здесь только правду». После этого зажгите свечу (пока только на алтаре, не гасите). Свеча будет гореть до конца обряда.

Очищение круга. Встаньте внутри круга (ещё до того, как вы закрыли вход). Возьмите курильницу и обойдите круг изнутри по часовой стрелке, держа курильницу на уровне пояса. Произнесите: «Очищается пространство для встречи, уходит чужое, остаётся наше. Ни страха, ни злобы, ни грязи». Затем, взяв чашу с водой, теми же движениями окропите линию круга (но не заливайте соль, если она есть, — чуть-чуть, символически). Затем, взяв блюдце с солью, щепотками посыпьте соль на четыре стороны света внутри круга. Север — «твердь», юг — «пламя», запад — «глубина», восток — «высь». После этого поставьте соль обратно на алтарь.

Призыв стражей стихий (короткий вариант). Встаньте лицом на север, поднимите руки вверх ладонями от себя и скажите: «Страж Земли, будь свидетелем. Я призываю с уважением». Повернитесь на восток: «Страж Воздуха, настрой мои уши». На юг: «Страж Огня, освети путь умершему». На запад: «Страж Воды, сомкни круг». Затем вернитесь лицом на север и опустите руки. Это не молитва, а утверждение вашей воли. Стражи — это не личности, а принципы, но они откликаются на уважение.

Проверка готовности. После очищения постоит в тишине минуту. Прислушайтесь к себе. Если вы почувствовали внезапный холод, звон в ушах или лёгкое головокружение — очищение прошло успешно, энергии двинулись. Если ничего не чувствуете — возможно, вы сделали что-то не так. Повторите очищение ещё раз, но уже с более сильным намерением, произнося слова громче.

#### Расположение практика внутри круга

Теперь, когда круг и алтарь готовы, вы должны занять своё место. Не садитесь сразу — сначала войдите в круг через специальный проход.

Создание прохода. На восточной стороне круга разорвите линию (сдвиньте камни, сотрите мел на 30 см). Ширина прохода должна быть такой, чтобы вы могли пройти, не задевая края. Пройдите внутрь. Затем сразу же восстановите линию — начертите её заново, посыпьте солью, поставьте камень на место. Теперь вы внутри замкнутого пространства.

Выбор места для сидения. Сядьте лицом к алтарю. Алтарь у вас на севере, значит, вы сидите спиной к югу, лицом на север. Это классическая поза. Если алтарь у вас на востоке (на улице), вы сидите лицом на восток. Расстояние от вас до алтаря — примерно 50 см, чтобы вы могли рукой дотянуться до свечи и чаши, но не касались алтаря коленями. Подложите под себя подушку или сложенное одеяло, чтобы не затекли ноги.

Поза. Сядьте со скрещёнными ногами (по-турецки) или на пятках (поза сэйдза). Спина прямая, но не напряжённая. Руки свободно лежат на коленях ладонями вверх. Если скрещённые ноги вызывают онемение, можно сесть на низкую скамеечку (10–15 см высотой), поставив ноги на пол. Нельзя сидеть на стуле с высокой спинкой — это создаёт замкнутую конструкцию и мешает прохождению энергии.

Что взять с собой в круг. Никаких металлических предметов (ключи, телефон, монеты, украшения) — всё должно остаться за кругом. Исключение — медный колокольчик на алтаре. Если вы носите очки, можете их оставить, но лучше снимите — оправа часто металлическая. Также снимите часы, ремни с пряжками, бюстгальтер с косточками (для женщин). Одежда должна быть свободной, из натуральных тканей (хлопок, лён), тёмных цветов. Белое не рекомендуется — оно отражает энергию и мешает духу вас «увидеть».

Проверка удобства. Посидите 5 минут в выбранной позе. Если что-то болит или затекает — поменяйте позу сейчас, пока не начался обряд. Во время ритуала вы должны сидеть неподвижно, как статуя. Любое движение сбивает настройку. Поэтому найдите идеальное положение заранее. Можно использовать маленькую подушку под крестец.

#### Завершающая проверка и закрытие прохода

Прежде чем приступить к дыхательным упражнениям и призыву, убедитесь, что все элементы на месте и вы ничего не забыли. Пройдитесь мысленно по списку.

Алтарь: фотография стоит, свеча зажжена (или вы зажжёте её позже, но лучше сразу), ладан готов (уголь тлеет), вода и соль стоят, личная вещь на месте, лист с вопросом под фотографией. Спички (только спички, не зажигалка) лежат рядом с алтарём, но в круге.

Круг: линия непрерывна, камни-якоря стоят, соль не рассыпана внутрь (если есть). Проход с востока зашит, вы внутри.

Вы: одежда без металла, украшения сняты, телефон выключен в другой комнате, вы сидите удобно, спина прямая. Рядом с вами (за кругом, но на расстоянии вытянутой руки) стоит бутылка воды на случай экстренного прерывания — она пригодится, если вы начнёте задыхаться.

Окружающая обстановка: дверь закрыта, окно зашторено, зеркала завешены, домочадцы предупреждены и не побеспокоят. Животные за дверью. Тишина.

Если все пункты зелёные, вы готовы. Теперь можно приступить к дыхательным упражнениям (часть 4) и призыву. Но запомните: круг — это не тюрьма, а убежище. Вы можете в любой момент прервать обряд, разорвав линию ногой и выйдя. Но тогда дух, если он уже пришёл, останется в комнате. Поэтому лучше завершить всё по правилам из части 18. Если же вы чувствуете сильный страх или недомогание ещё до начала — выйдите из круга, сотрите линии и отложите обряд. Это не трусость, а мудрость.

#### Символическое значение круга и алтаря в этом обряде

Напоследок — короткое размышление, которое поможет вам глубже проникнуться смыслом. Круг — это модель мироздания: идеальная форма без начала и конца. Вы внутри — как душа в теле. Алтарь — это сердце мироздания, точка, где сходятся все энергии. Когда вы сидите в круге перед алтарём, вы находитесь в сакральном центре, где время останавливается, а пространство становится эластичным. Именно в такой точке умерший может пересечь грань.

Не относитесь к построению круга как к механической работе. Каждая линия, каждый камень, каждое слово очищения — это диалог со вселенной. Вы говорите: «Я уважаю законы жизни и смерти. Я прошу временного исключения для беседы». Если ваши действия будут формальными, ответа не будет. Если вы вложите в них чувство и понимание, то даже простой круг из верёвки на ковре станет вратами в иной мир.

Теперь, когда физическая основа готова, переходите к части 4. Поза и дыхание: настройка собственного восприятия. Там вы научитесь входить в то состояние сознания, которое позволит вам увидеть и услышать того, кого вы призвали. Без этого состояния круг и алтарь останутся просто рисунком на полу.

## Часть 4. Поза и дыхание: настройка собственного восприятия

Вы построили круг, воздвигли алтарь, зажгли свечи. Теперь самое время обратить взор внутрь себя. Материальные атрибуты — лишь внешняя оболочка обряда. Настоящая встреча происходит не в комнате и не на кладбище, а в глубине вашего сознания. Умерший не войдёт в ваш дом так, как живой человек входит в дверь. Он проявится в вашем восприятии: как тень на периферии зрения, как голос внутри головы, как внезапная мысль или ощущение. Поэтому ваша главная задача — войти в особое, изменённое состояние сознания, которое называют «сенсорным стробоскопом», «пограничным состоянием между сном и бодрствованием» или «тета-ритмом». Без этого состояния даже самый сильный дух останется для вас невидимым и неслышимым, а вы будете сидеть в круге часами, глядя на ровное пламя свечи и гадая, получилось ли что-то.

В этой части мануала мы разберём всё, что касается вашего тела и дыхания: как правильно сидеть, чтобы не затекали ноги и не засыпал мозг; как дышать, чтобы войти в нужный ритм; как визуализировать «серебряную нить», якорящую вас в реальности; как распознать момент, когда вы готовы к призыву. Это самая важная техническая часть для новичка, потому что без неё остальные ритуалы превращаются в театр.

Выбор позы: три допустимых варианта и один запрещённый

Ваша поза во время обряда должна быть, с одной стороны, максимально неподвижной, а с другой — достаточно удобной, чтобы вы могли сидеть так от одного до трёх часов. Это противоречие разрешается путём тренировок и правильного выбора положения тела.

Основная поза — сидя на полу со скрещёнными ногами (по-турецки).

Это классическая медитативная поза, принятая во многих культурах. Скрещённые голени создают замкнутый энергетический контур, который не даёт вашей жизненной силе утекать в землю и в то же время удерживает вас от перегрузки. Как правильно сесть: расстелите на полу коврик или тонкое одеяло. Сядьте на него, согните колени и скрестите голени так, чтобы левая ступня оказалась под правым бедром, а правая ступня — под левым бедром. Стопы расслаблены. Колени должны быть ниже уровня талии. Если колени поднимаются высоко и вам неудобно, подложите под ягодицы небольшую жёсткую подушку (5–10 см высотой). Это наклонит таз вперёд, и колени сами опустятся. Спина прямая, но не «армейская» — позвольте естественному изгибу позвоночника сохраниться. Плечи расправлены, но без напряжения. Голова слегка наклонена вперёд, подбородок прижат к груди — это активирует блуждающий нерв (вагус), отвечающий за переход в парасимпатическое состояние.

Альтернативная поза — на пятках (сэйдза).

Для тех, кому скрещённые ноги причиняют боль в коленях или лодыжках. Встаньте на колени, затем сядьте на свои пятки так, чтобы ягодицы касались пяток. Голени параллельны, стопы вытянуты назад (пальцы касаются пола). Если вам больно из-за жёсткости голеностопа, подложите под ягодицы сложенное одеяло или специальную подушку для сэйдза. Спина и голова — как в первой позе. Эта поза требует хорошей растяжки, но её преимущество в том,

что она позволяет дышать животом полнее, так как диафрагма не сдавлена скрещёнными ногами.

Поза на низкой скамеечке (для пожилых или физически ослабленных).

Если у вас больные суставы, лишний вес или просто возраст за 60, допустимо сидеть на невысокой (10–15 см) деревянной скамеечке, поставив ноги на пол на ширину плеч. Стопы полностью касаются пола, колени согнуты под прямым углом или чуть меньше. Спина не касается спинки стула — вы должны сидеть на краю скамеечки, чтобы спина оставалась свободной. Руки на коленях ладонями вверх. Эта поза наименее энергетически эффективна, но лучше, чем ничего.

Запрещённая поза — лёжа или полулёжа.

Не ложитесь на пол, не облокачивайтесь на стену или спинку кресла. Лёжа вы неизбежно заснёте, даже если кажетесь себе бодрим. Полулёжа (например, в кресле-качалке) создаёт опасное состояние, при котором вы можете впасть в сонный паралич: сознание проснётся, но тело не сможет пошевелиться, и тогда любая пришедшая сущность может вызвать панику. Только вертикальное положение с опорой на седалищные кости.

Как понять, что поза выбрана правильно.

Посидите в выбранной позе 5 минут в тишине. Если через 5 минут вы чувствуете острую боль (не лёгкое онемение, а именно боль) в коленях, пояснице или шее — поменяйте позу или добавьте подушки. Лёгкое онемение в ногах допустимо, оно даже помогает отключиться от телесных ощущений. Но если ноги «отнимаются» полностью — вы пережали сосуды; слегка пошевелите пальцами ног, не меняя общей позы. Если же вы чувствуете себя комфортно и можете представить, что сидите так ещё час — поза идеальна.

Дыхательная техника «четыре-четыре-четыре» как вход в тета-ритм

Дыхание — это мост между телом и сознанием. Меняя ритм дыхания, вы меняете частоту электрической активности мозга. Для вызова умершего нам нужно войти в тета-диапазон (4–8 Гц), где возможны видения, голоса и контакты с тонкими сущностями. Самая простая и безопасная техника для этого — ритмическое дыхание с равными фазами.

Базовый цикл: вдох — задержка — выдох.

Вдох носом на 4 счёта. Важно: счёт должен быть равномерным, как метроном. Вы можете считать про себя: «раз-и, два-и, три-и, четыре-и». Не спешите. После вдоха задержите дыхание на 4 счёта. Не напрягайтесь — просто прекратите движение воздуха, держа голосовую щель открытой (не зажимайте горло). Затем выдохните ртом на 4 счёта. Выдох должен быть плавным, без рывков. Между выдохом и следующим вдохом паузы нет — сразу начинайте новый цикл.

Как долго практиковать перед призывом.

Перед началом обряда (но уже внутри круга, после очищения) вы должны дышать в этом ритме не менее 10 минут. Если вы новичок, доведите до 15–20 минут. За это время ваш пульс замедлится, давление слегка снизится, и мозг начнёт генерировать тета-волны. Не форсируйте — слишком долгое дыхание (более 30 минут) может вызвать головокружение или панику. Ровно 10–20 минут — оптимум.

Типичные ошибки и как их исправить.

— Сбивается счёт. Решение: используйте визуальный метроном — например, смотрите на пламя свечи и делайте вдох на одно колебание, задержку — на второе, выдох — на третье, но это сложно. Лучше заранее потренироваться дома без свечи, записав на диктофон свой ровный голос, считающий «раз-два-три-четыре». Проиграйте эту запись тихо на фоне во время тренировок.

— Появляется зевота. Это признак того, что мозгу не хватает кислорода. Укоротите задержку до 2 счётов, а вдох и выдох оставьте по 4. Или добавьте небольшой довдох после задержки.

— Кружится голова. Вы гипервентилируете лёгкие. Удлините выдох до 6 счётов, оставив вдох и задержку по 4. Или делайте паузу в 2 счёта после выдоха.

— Начинает клонить в сон. Это хорошо, но вы не должны спать. Слегка приоткройте глаза, посмотрите на свечу. Или начните слегка раскачиваться вперёд-назад (амплитуда 1–2 см). Это вернёт бодрость.

Продвинутый вариант — дыхание с визуализацией.

Когда базовый ритм освоен, добавьте мысленную картинку. На вдохе представьте, что вы вдыхаете серебристый туман из центра круга. На задержке — этот туман конденсируется в вашей груди в светящийся шар. На выдохе — шар расширяется, окутывая всё ваше тело, и через кожу выходит наружу, формируя защитный кокон. Это упражнение усиливает вашу сенсорную чувствительность.

Визуализация «серебряной нити»: якорь в реальность

Одна из опасностей вхождения в изменённое состояние — потеря связи с собственным телом и местом. Вы можете «уплыть» так далеко, что не сможете вернуться по команде, или, что хуже, в ваше пустое тело войдёт посторонняя сущность. Чтобы этого не случилось, практикуйте визуализацию «серебряной нити» — эфирного каната, который держит вас в этом мире.

Создание нижней нити.

Закройте глаза. Представьте, что от вашего копчика (основания позвоночника) отходит тонкий, но очень прочный серебристый луч. Он проходит сквозь пол, сквозь этажи дома (если вы не на первом этаже), сквозь грунт и уходит в самый центр Земли, в её раскалённое ядро. Этот луч — ваша связь с физическим миром. Он питает вас земной энергией и не даёт улететь в астрал. Удерживайте этот образ в течение всего дыхательного упражнения. Если вы чувствуете, что «нижняя нить» истончается или рвётся — немедленно прервите обряд и заземлитесь (часть 16).

Создание верхней нити.

Одновременно представьте, что от вашей макушки (родничка) вверх уходит другой серебристый луч. Он проходит сквозь крышу дома, сквозь атмосферу и уходит в бесконечный космос, к самым дальним звёздам. Этот луч — ваша связь с высшим разумом, с информационным полем вселенной. Он даёт вам знание и защиту от низших сущностей. Верхняя нить может быть тоньше нижней, но не должна обрываться.

Вы — между двумя бесконечностями.

Когда обе нити удерживаются одновременно, вы находитесь в идеальном балансе. Вы — как натянутая струна: земное притяжение и космический полёт. В таком состоянии вы становитесь «проводником»: умерший может использовать вашу энергетическую структуру как

лифт, чтобы спуститься в круг. Если нить порвётся, дух может застрять в вас. Поэтому тренируйте удержание нитей ежедневно по 5 минут в течение недели до обряда.

Что делать, если визуализация не получается.

Некоторые люди не способны к ярким мысленным образам (афантазия). Для них есть альтернатива: не представлять зрительно, а чувствовать. Почувствуйте, как от копчика тянет вниз, как от макушки тянет вверх. Это физическое ощущение натяжения. Сделайте лёгкое напряжение мышц тазового дна (как будто хотите остановить мочеиспускание) — это активирует нижнюю нить. А напрягите мышцы свода черепа (подвигайте кожей головы) — это активирует верхнюю. Почувствовали? Значит, нити работают.

Расслабление мышц: волновой метод

Войти в тета-ритм мешает мышечное напряжение. Вы можете часами сидеть с прямой спиной, но если ваши челюсти стиснуты, а брови сведены — мозг остаётся в бета-ритме (бодрствование). Поэтому необходимо систематическое расслабление всех групп мышц.

Подготовка: осознание зажимов.

Перед дыхательным упражнением закройте глаза и мысленно пройдите по телу снизу вверх: ступни, голени, бёдра, живот, грудная клетка, плечи, шея, лицо. Отметьте каждую зону: тёплая она или холодная, чувствуете ли вы пульсацию, нет ли неприятного ощущения «камня» или «ватности». Чаще всего люди зажимают челюсти (бруксизм), плечи (подняты к ушам) и лоб (морщины). На этих зонах сосредоточьтесь особо.

Техника последовательного напряжения-расслабления.

На вдохе напрягите выбранную группу мышц на 5 секунд. На задержке удерживайте напряжение. На выдохе резко расслабьте — как будто выпускаете воздух из шарика. Почувствуйте контраст. Пройдите все зоны в таком порядке:

1. Ступни (сожмите пальцы ног, затем расслабьте).
2. Голени (потяните носки на себя, затем расслабьте).
3. Бёдра (напрягите квадрицепсы, затем расслабьте).
4. Ягодицы (сожмите, затем отпустите).
5. Живот (втяните, затем расслабьте — выдохните свободно).
6. Грудная клетка (расширьте рёбра вдохом, задержите, выдохните и обмякните).
7. Плечи (поднимите к ушам, затем бросьте вниз).
8. Шея (напрягите боковые мышцы, затем расслабьте, слегка покачав головой).
9. Лицо (зажмурьтесь, наморщите нос, оскальтесь — затем отпустите всё).
10. Челюсть (сожмите зубы, затем откройте рот, расслабляя нижнюю челюсть).

После прохода всех зон сделайте общее расслабление «волной»: представьте, что тёплая волна проходит от макушки до пяток, смывая остатки напряжения. Повторите три раза.

Как часто выполнять.

Этот цикл нужно сделать один раз перед дыхательным упражнением. Если во время дыхания вы снова почувствовали зажимы (например, от волнения свело челюсть), повторите расслабление только для этой зоны, не выходя из ритма дыхания.

Признаки готовности к призыву: как понять, что вы в нужном состоянии

Вы не можете вызвать духа по щелчку пальцев. Сначала вы должны почувствовать, что ваше сознание сдвинулось. Вот объективные (физические) и субъективные (психические) признаки, которые наступают после 10–20 минут правильного дыхания и расслабления. Если вы их не наблюдаете — продолжайте дышать.

#### Физические признаки.

— Лёгкое онемение в кончиках пальцев рук и ног, как будто они «отходят». Это связано с изменением кровотока.

— Ощущение, что ваше тело стало тяжёлым, почти неподъёмным. Если бы кто-то попытался поднять вашу руку, он бы почувствовал сопротивление, как у мешка с песком.

— Смена акустики в комнате: обычные звуки (тиканье часов, шум за окном) становятся то дальше, то ближе, как будто их модулируют.

— Появление спонтанных «мурашек» по позвоночнику или затылку, не связанных с холодом.

— Лёгкое давление в области третьего глаза (между бровями) или в макушке.

#### Визуальные феномены с закрытыми глазами.

За закрытыми веками вы начинаете видеть не просто черноту, а движущиеся цветные пятна. Сначала хаотичные (фиолетовые, золотые, зелёные). Затем они могут складываться в геометрические фигуры (круги, спирали, сетки). Это не галлюцинации, а фосфены — результат возбуждения зрительной коры. Их наличие говорит о том, что вы в тета-диапазоне. Когда пятна начнут пульсировать в ритме вашего дыхания — вы максимально готовы.

#### Изменение восприятия времени.

Вы дышите 20 минут, но вам кажется, что прошло 5. Или наоборот: 5 минут растянулись в час. Это нормально. Тета-состояние искажает временные интервалы. Запомните: если у вас есть будильник за кругом, поставьте его на 45 минут, чтобы не превысить время. Но не смотрите на часы во время практики — вы собьётесь.

#### Эмоциональный фон.

Вы должны чувствовать ровное спокойствие, без тревоги и без эйфории. Страх притуплен, но не исчез полностью — это хорошо, так как полное отсутствие страха делает вас беззащитным. Возможно, лёгкая грусть или ностальгия, но не парализующая. Если вы чувствуете панику или, наоборот, неуместную весёлость — вы не в том состоянии; прервитесь, выпейте воды и начните заново.

#### Тест на «внутренний диалог».

Попробуйте остановить поток мыслей. В обычном состоянии это почти невозможно. В тета-состоянии мысли замедляются, между ними появляются паузы. Если вы можете удерживать чистую тишину в голове хотя бы 10 секунд — вы готовы к призыву. Если же голос в голове продолжает тараторить — дышите дальше.

#### Что делать, если вы не входите в нужное состояние

Бывает, что человек сидит час, дышит правильно, но признаков нет. Это не провал, а сигнал к корректировке.

Причина 1: физическое перевозбуждение (выпили кофе, нервничаете).

Решение: отложите обряд на другой день. Кофеин блокирует тета-ритм. Алкоголь, даже в малых дозах, делает волны хаотичными. За 6 часов до обряда не пейте кофе, энергетики, чай (зелёный тоже), алкоголь. За 2 часа не ешьте тяжёлую пищу.

Причина 2: недостаточно темно.

Даже микро-свет от индикатора зарядки телефона или щели под дверью мешает. Устраните все источники света. Заклейте светодиоды чёрной изолентой.

Причина 3: вы зажаты морально.

Вы слишком стараетесь, «хотите результата». Желание — это напряжение. Скажите себе: «Я никого не вызываю, я просто дышу. Если никто не придёт, это тоже нормально». Парадоксально, но отпускание контроля ускоряет вход в состояние.

Причина 4: шум.

Если за стеной работает телевизор или лает собака, ваше внимание рассеивается. Используйте беруши. В крайнем случае — включите белый шум (шум вентилятора) на очень низкой громкости, но лучше тишина.

Причина 5: физический дискомфорт.

Может быть, вам холодно или жарко. Слегка измените одежду. Или вам давит пояс. Поправьте всё до начала. Если вы начали замерзать во время практики, положите рядом грелку.

Аварийный вариант — форсированное дыхание.

Если после 25 минут правильного дыхания вы всё ещё в бета-режиме, используйте метод «коробочного дыхания»: вдох 4 счёта, задержка 4, выдох 4, задержка после выдоха 4. Это более интенсивный ритм, который быстрее перегружает нервную систему и заставляет мозг «сдаться» и перейти в тета. Но он может вызвать головокружение, так что применяйте осторожно, не более 5 минут.

Дневная тренировка перед обрядом: как натренировать состояние за неделю

Никто не входит в глубокий тета-ритм с первой попытки. Это навык, требующий тренировки. В течение 7 дней до назначенного обряда выделяйте по 30 минут в день на отработку позы, дыхания и визуализации. Делайте это не в ритуальной комнате, а в любой тихой комнате, без круга и алтаря.

День 1-2: осваиваем позу и базовое дыхание.

Сядьте в выбранную позу, дышите 4-4-4 в течение 10 минут. Не пытайтесь визуализировать нити. Просто считайте. Отдыхайте 5 минут. Повторите ещё два раза за день.

День 3-4: добавляем расслабление мышц.

Перед дыханием делайте волновое расслабление. Затем 15 минут дыхания. Добавьте простую визуализацию: представляйте, что вы дышите через сердце (вдох — свет входит в грудь, выдох — свет выходит).

День 5-6: осваиваем серебряные нити.

Сначала нижнюю нить (от копчика в землю) в течение 5 минут. Затем верхнюю (от макушки в космос) в течение 5 минут. Потом обе одновременно — 10 минут. Дыхание 4-4-4 всё это время. Если теряете нити — не страшно, возвращайте.

День 7: полная тренировка.

20 минут: расслабление + дыхание + обе нити. По окончании отметьте, появились ли физиологические признаки (онемение пальцев, мерцание перед глазами). Если да — вы готовы к обряду. Если нет — вам нужно ещё 7 дней тренировок. Не торопитесь — лучше отложить обряд на неделю, чем провести его в бета-сознании и не получить ответа.

Переход от подготовки к призыву

Когда вы почувствовали все признаки готовности, не спешите сразу произносить призывные слова. Сделайте плавный переход.

Последняя минута тишины.

Прекратите счёт дыхания, дышите теперь естественно, но сохраняя расслабленность. Оставайтесь с закрытыми глазами. Почувствуйте, как круг и алтарь «пульсируют» в такт вашему сердцу. Скажите мысленно (не вслух): «Я здесь, я готов, я открыт». Затем откройте глаза.

Взгляд на алтарь.

Не фокусируйтесь резко, смотрите «сквозь» алтарь, расфокусированным взглядом. Вы должны видеть и свечу, и пространство за ней одновременно. Это состояние «мягкого взгляда» помогает видеть эфирные проявления.

Проверка тела.

Ноги могут быть онемевшими — это нормально. Пошевелите пальцами ног незаметно, чтобы убедиться, что кровообращение не нарушено. Если чувствуете сильную боль или полное отсутствие чувствительности — осторожно разомните ноги, меняя позу, но не вставая. Если боль не проходит — отложите обряд, у вас защемлён нерв.

Финальное намерение.

Сложите руки в молитвенном жесте (ладони вместе перед грудью), затем медленно раскройте их в стороны, как будто открываете шторы. Это символическое действие переключает ваше сознание из режима «внутренней настройки» в режим «внешнего призыва». Теперь вы готовы к части 5 (Создание моста памяти) и части 6 (Призывные слова).

Помните: ваше состояние изменённого сознания хрупко. Громкий звук, резкое движение, даже посторонняя мысль могут выбить вас из тета-ритма. Поэтому после того как вы вошли в него, старайтесь не шевелиться, не кашлять, не сглатывать слюну нарочито. Если нужно сглотнуть — сделайте это медленно и плавно. Если зачесалось — потерпите. Идеальная неподвижность — залог ясного контакта.

Теперь, освоив позу и дыхание, переходите к части 5. Создание моста памяти: визуализация жизненного пути умершего. Там вы узнаете, как восстановить в сознании яркий, детальный образ покойного и проложить эфирную дорожку, по которой он придёт на ваш зов.

## **Часть 5. Создание моста памяти: визуализация жизненного пути умершего**

Вы сидите в круге, ваше дыхание ровное, тело расслаблено, сознание вошло в пограничное состояние между сном и явью. Алтарь мерцает в свете чёрной свечи, фотография умершего смотрит на вас из прошлого. Но этого недостаточно. Покойный не явится просто потому, что вы его позвали. Ему нужна дорога — эфирный мост, сотканный из ваших воспоминаний, эмоций и знаний о нём. Чем ярче, детальнее и правдивее этот мост, тем легче душе пересечь грань миров и предстать перед вами в узнаваемом облике.

В этой части мануала мы разберём, как построить такой мост. Вы научитесь восстанавливать хронологию жизни умершего, использовать фотографию как якорь, дышать «через сердце», чтобы послать любовь, работать с личной вещью-проводником и избегать опасных ошибок, когда воображение подменяет истинную память. Без этого этапа даже самый сильный призыв останется пустым звуком.

Что такое мост памяти и почему он необходим

Мост памяти — это не метафора, а реальная эфирная конструкция, которую вы создаёте силой своего внимания и чувств. Когда вы думаете об умершем, в пространстве вокруг вас возникают тонкие вибрации, соответствующие его прижизненной личности. Эти вибрации тянутся к нему в мир мёртвых, как паутинка. Дух улавливает их и скользит по ним обратно, к вам. Если же ваши воспоминания скудны, хаотичны или ложны, мост получается рваным, и дух либо не может по нему пройти, либо сворачивает на чужой мост и приводит не того.

Почему важна именно визуализация, а не просто мысли.

Мысль — это энергия, но размытая. Визуализация — это энергия, сжатая в форму. Вы должны не просто вспомнить, что умерший носил синий свитер, а увидеть этот свитер мысленным взором, ощутить текстуру шерсти, заметить потёртости на локтях. Чем больше органов чувств задействовано, тем плотнее мост. Идеально — задействовать все пять: зрение, слух, обоняние, осязание и даже вкус (например, вкус его любимого пирога, который он пёк).

Как долго строится мост.

В среднем от 10 до 30 минут непрерывной работы воображения. Новичкам может потребоваться до часа, но тогда вы рискуете выйти из тета-состояния от усталости. Поэтому тренируйте визуализацию заранее, за несколько дней до обряда, по 15 минут в день.

Хронология жизни в обратном порядке: от смерти к рождению

Самый мощный способ построить мост — пройти по жизни умершего в обратном направлении. Почему обратном? Потому что душа после смерти помнит свой путь именно так: она возвращается к истокам. Если вы пойдёте от рождения к смерти, вы создадите встречный поток, который собьёт духа с пути. Идите от момента смерти назад к детству.

Шаг 1. Воспроизведение обстоятельств смерти (если вы их знаете).

Закройте глаза. Представьте последние дни, часы, минуты. Если вы присутствовали при смерти, восстановите всё: запах больничной палаты или домашней комнаты, звуки (писк приборов, чьи-то всхлипывания), освещение. Если вас не было, попросите у родственников подробный рассказ или используйте официальные данные. Не бойтесь боли — она часть моста. Главное — не застревать в ней. Пройдите через образ смерти и двигайтесь дальше.

#### Шаг 2. Последние месяцы и годы жизни.

Вспомните, чем занимался умерший в последний год своей жизни. Какие у него были привычки? Куда он ходил? С кем общался? Представьте его на любимом диване, за рабочим столом, на прогулке. Услышите его кашель или смех. Почувствуйте его усталость или бодрость. Не торопитесь, уделите каждому значимому событию несколько секунд.

#### Шаг 3. Пик зрелости (35–55 лет).

Это самый энергетически насыщенный период жизни. Вспомните, как умерший выглядел в эти годы: цвет волос, осанка, жесты. Представьте его на работе, на семейном торжестве, в отпуске. Какие проблемы он решал? Какие победы одерживал? Если у вас есть совместные яркие воспоминания (поездка, ремонт, праздник) — используйте их как якорные точки.

#### Шаг 4. Молодость и юность.

Вспомните его студенческие годы, первую любовь, первые достижения. Если вы не застали этот период, расспросите живых родственников или найдите старые фотографии. Важно не выдумывать, а собирать реальные факты. Даже одна подлинная деталь (например, что он играл в футбол за дворовую команду) создаёт прочную опору.

#### Шаг 5. Детство и отрочество.

Здесь мост становится тоньше, потому что вы вряд ли были свидетелем. Но вы можете использовать рассказы самого умершего. Вспомните, что он рассказывал о своём детстве: любимую игрушку, прозвище, школьного друга, наказания от родителей. Представьте его маленьким, с тем же взглядом, что и во взрослом возрасте. Это трогает душу и укрепляет связь.

#### Шаг 6. Момент рождения (символически).

Не нужно представлять физиологические подробности. Достаточно ощутить, что некогда этот человек пришёл в мир, сделал первый вдох. Вы можете мысленно произнести: «Ты родился, и твой путь начался. Теперь я зову тебя обратно, к его завершению». Это замыкает круг.

#### Ошибки при хронологическом проходе.

- Слишком быстрое скольжение. Каждый период должен занять не менее минуты.
- Фиксация на негативе. Если умерший страдал, не нужно смаковать его боль. Просто отметьте факт и идите дальше.
- Пропуски больших кусков жизни. Если вы ничего не знаете о 10 годах его жизни, не придумывайте, а просто скажите: «здесь неизвестность, но я принимаю её».

#### Фотография как визуальный якорь: смотреть и видеть

Фотография, стоящая на алтаре, — это не просто картинка. Это двумерное окно в четырёхмерную память. Вы должны научиться смотреть на неё так, чтобы она оживала в вашем сознании.

Первая фаза: рассматривание с открытыми глазами.

Возьмите рамку с фотографией в левую руку (ближе к сердцу). Смотрите на лицо умершего в течение трёх минут, не отвлекаясь. Изучите каждую деталь: форму бровей (широкие, узкие, с изломом), разрез глаз, морщины у губ и глаз, форму ушей (прижатые или оттопыренные), линию подбородка. Заметьте, куда направлен взгляд — в объектив или в сторону. Отметьте фон фотографии, одежду, освещение. Про себя называйте детали: «левая бровь чуть выше правой, на правой щеке родинка, воротник рубашки расстёгнут». Это переводит визуальный образ в вербальный, что помогает запоминанию.

Вторая фаза: воспроизведение с закрытыми глазами.

Закройте глаза и попытайтесь воспроизвести лицо в точности. Не обобщайте («у него были карие глаза»), а воссоздайте уникальность. Если образ расплывается — не страшно. Откройте глаза, посмотрите на фото снова, закройте и повторите. Так делайте до тех пор, пока не сможете удерживать чёткий, статичный образ лица хотя бы 30 секунд. Идеал — 1 минута.

Третья фаза: анимация образа.

Когда статика освоена, оживите образ. Представьте, что умерший моргает, слегка поворачивает голову, улыбается. Это не галлюцинация, а ваша воля. Анимация делает мост динамичным, духу легче войти в него. Но будьте осторожны: не заставляйте умершего делать то, что ему не свойственно. Если он редко улыбался — не заставляйте его улыбаться широко, достаточно лёгкого движения губ.

Чего нельзя делать с фотографией.

— Класть её на пол или на землю. Только на алтаре, на ткани.

— Касаться стекла рамки пальцами, оставляя отпечатки. Протирайте перед обрядом.

— Мысленно ругать или осуждать умершего, глядя на фото. Это разрывает мост.

— Использовать фото, где умерший в компании других людей (вас или кого-то ещё).

Только одиночный портрет. Чужие лица создают помехи.

Дыхание через сердце: эмоциональная подпитка моста

Визуализация суха без эмоций. Вы можете воспроизвести лицо с фотографической точностью, но если ваше сердце закрыто, дух почувствует холод и не пойдёт по мосту. Техника «дыхание через сердце» наполняет мост живительной силой любви — той самой, которая связывала вас при жизни.

Положение руки.

Положите правую руку на центр груди (область сердца). Левая рука продолжает лежать на колене или держит фото. Ладонь должна быть тёплой. Не давите, просто прикоснитесь.

Ритм.

Дышите всё так же 4-4-4, но теперь на вдохе представляйте, что вы вдыхаете не воздух, а розово-золотой свет из пространства перед собой. Этот свет проходит через вашу грудную клетку и собирается в сердце. На задержке — свет конденсируется в маленькое солнце в груди. На выдохе — представьте, что из вашего сердца выходит луч такого же света и направляется прямо в фотографию, в лицо умершего. Произносите (мысленно или чуть слышно): «Я посылаю тебе мою любовь, мою благодарность, мою память».

Как долго.

Продолжайте от 3 до 5 минут. Вы почувствуете, как грудная клетка становится тёплой, может даже жаркой. Иногда возникает лёгкое щипание в области сердца — это хорошо, значит, энергия пошла. Если вы чувствуете боль или сильное сжатие — прекратите, возможно, у вас проблемы с сердцем, и такая практика противопоказана. Вместо этого просто думайте о тёплых чувствах без визуализации.

Что делать, если вы не испытываете любви к умершему.

Бывает, что отношения были сложными. Вы не обязаны любить, но вы должны испытывать уважение или хотя бы нейтральное признание. Скажите себе: «Этот человек был частью моей жизни, его душа существует, я признаю это». Эмоционально нейтральный мост слабее, но работает. Не пытайтесь подделать любовь — дух почувствует фальшь и обидится.

Предмет-проводник: тактильная антенна

Личная вещь покойного, лежащая на алтаре, — это материальный слепок его энергии. Она хранит вибрации его рук, запах, даже микрочастицы кожи. Во время построения моста вы должны активировать эту вещь, чтобы она стала антенной.

Очистка и настройка предмета.

Если вы ещё не сделали этого, за день до обряда положите вещь в миску с морской солью на ночь. Соль вытянет посторонние энергии (чужих людей, магазина, бензина и т.д.). Утром достаньте вещь, стряхните соль (не мойте водой) и положите на солнце на 2 часа. Теперь она нейтральна и готова.

Тактильный контакт.

Возьмите вещь в правую руку (если вы правша) или в левую (если левша). Потрите её между ладонями — это создаст трение и нагреет предмет. Затем поднесите к носу и глубоко вдохните. Даже если вещь старая и потеряла запах, ваша память дорисует его. Скажите шёпотом: «Ты помнишь его (её) прикосновение. Передай мне эту память». Затем положите вещь обратно на алтарь, но теперь вплотную к фотографии.

Визуализация связи.

Представьте, что от вещи к фотографии и от фотографии к вам идёт тонкая светящаяся нить. Это треугольник: умерший — вещь — вы. Через вещь дух может «ухватиться» за материальный мир, что облегчает ему материализацию. Удерживайте этот треугольник в уме во время всего построения моста.

Если личная вещь отсутствует.

В крайнем случае используйте предмет, который умерший часто трогал, но который не был его собственностью: например, дверную ручку из его комнаты (если вы её сняли) или кусок обоев со стены его дома. Можно использовать напёрсток, вязальную спицу, любой инструмент из его мастерской. Если ничего нет — возьмите чистую бумагу и напишите на ней имя умершего 10 раз своей кровью (уколоть палец стерильной иглой). Кровь — сильнейший проводник, но этот метод допустим только для опытных и при полном отсутствии других вариантов.

Техника «одна деталь за раз» для афантазиков

Около 2–3% людей не могут вызвать мысленные образы (афантизия). Для них визуализация в привычном смысле невозможна. Но мост памяти можно построить и без картинок, используя другие модальности.

#### Аудиальный канал.

Вместо того чтобы видеть, вспоминайте звуки, связанные с умершим: его голос (высота, тембр, акцент), смех, шаги, звук его машины, скрип его кресла, мелодию, которую он напевал. Создайте в голове «звуковой портрет». Воспроизводите эти звуки мысленно или очень тихо вслух.

#### Кинестетический канал.

Вспоминайте ощущения от прикосновений: какова была его рука (сухая, тёплая, шершавая), каков был его поцелуй в щёку, как пахла его одежда. Если вы никогда не прикасались к нему, представьте, как бы это могло быть — на основе рассказов.

#### Эмоциональный канал.

Переживайте эмоции, которые он вызывал: радость, покой, раздражение, восхищение. Эмоции сами по себе являются формой энергии и строят мост. Не оценивайте их, просто чувствуйте.

#### Смысловой (вербальный) канал.

Проговаривайте про себя факты его биографии: «Ты родился в 1965 году, окончил школу в 1982, женился в 1990». Для афантизика перечисление фактов с внутренней убеждённости заменяет картинку.

Выберите тот канал, который у вас сильнее всего, и работайте только с ним. Не пытайтесь насильно видеть — это вызовет только головную боль.

#### Ошибки при построении моста: чего категорически избегать

Мост памяти — деликатная конструкция. Одна ошибка, и он рухнет, а дух, уже начавший путь, окажется в пустоте и может озлобиться.

#### Придумывание деталей.

Никогда не додумывайте то, чего не знаете. Если вы не помните цвет его зубной щётки — не придумывайте. Лучше оставьте пустое место, чем заполните его ложью. Придуманные детали создают ложный мост, который ведёт не к реальному умершему, а к мыслеформе вашего воображения. Эта мыслеформа будет льстить вам или пугать, но не даст реального совета.

#### Эмоциональная перегрузка.

Слишком сильная скорбь, рыдания, истерика разрывают мост, как наводнение размывает дорогу. Если вы чувствуете, что вот-вот заплачете, прервитесь, сделайте три глубоких вдоха и скажите себе: «Я плакал(а) раньше. Сейчас я строю мост. Слезы потом». Если не помогает — отложите обряд. Горе должно быть прожито до ритуала, а не во время.

#### Посторонние ассоциации.

Во время визуализации могут всплывать воспоминания, не связанные с умершим (например, как вы спорили с женой на его похоронах). Не позволяйте им разрастаться. Как только

заметили — мягко отодвиньте в сторону и вернитесь к умершему. Скажите мысленно: «Сейчас не об этом».

Путаница с живыми.

Иногда живой родственник очень похож на умершего. Не стройте мост на образе живого человека — это опасно. Вы можете случайно вызвать живого (астрально) или повредить его здоровье. Всегда сверяйтесь с фото: если образ, который вы видите, совпадает с живым дядей, а не с умершим отцом — стирайте и начинайте заново.

Использование фотографий, где умерший болен или изуродован.

Фото в гробу, после несчастного случая, в тяжёлой болезни — не подходят. Мост будет полон боли, и дух явится искажённым, страдающим. Используйте только здоровые, жизнерадостные (хотя бы нейтральные) фото, где умершему не больше 60 лет, если он не умер в старческом возрасте.

Проверка моста перед призывом

Когда вы закончили хронологический проход, насытили мост эмоциями и активировали вещь, проведите короткий тест на прочность. Закройте глаза и задайте себе три вопроса.

Вопрос 1. Вижу ли я лицо умершего ясно, как будто он стоит в метре от меня?

Если да — отлично. Если нет — повторите фазы с фотографией.

Вопрос 2. Чувствую ли я эмоциональный отклик (тепло, лёгкую грусть, умиротворение)?

Если вы равнодушны, мост слишком сух. Подышите через сердце ещё 2 минуты.

Вопрос 3. Есть ли ощущение, что в комнате стало теснее, как будто прибавился ещё один человек?

Это субъективный признак того, что мост построен настолько плотно, что умерший уже «на подходе». Он ещё не материализовался, но его энергия чувствуется. Если такого ощущения нет — не страшно, оно приходит не у всех. Но если есть — вы можете переходить к призыву немедленно, не дожидаясь полного завершения этой части.

Визуализация «протянутой руки».

Для финальной уверенности представьте, что вы протягиваете руку вперёд, в пространство перед алтарём. Мысленно скажите: «Вот мой мост. Ступи на него, я держу тебя». Вообразите, что невидимая рука умершего берёт вашу. Это мощный акт доверия. Не бойтесь — вы не почувствуете реального прикосновения до самого явления, но эфирная связь установится.

Переход к шестой части

Когда мост памяти построен, вы чувствуете его как реальную структуру — тонкую, мерцающую, уходящую из вашей груди вдаль. Не разрушайте его неосторожными мыслями. Теперь ваше сознание должно переключиться с визуализации на призыв. Для этого сделайте следующее.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.