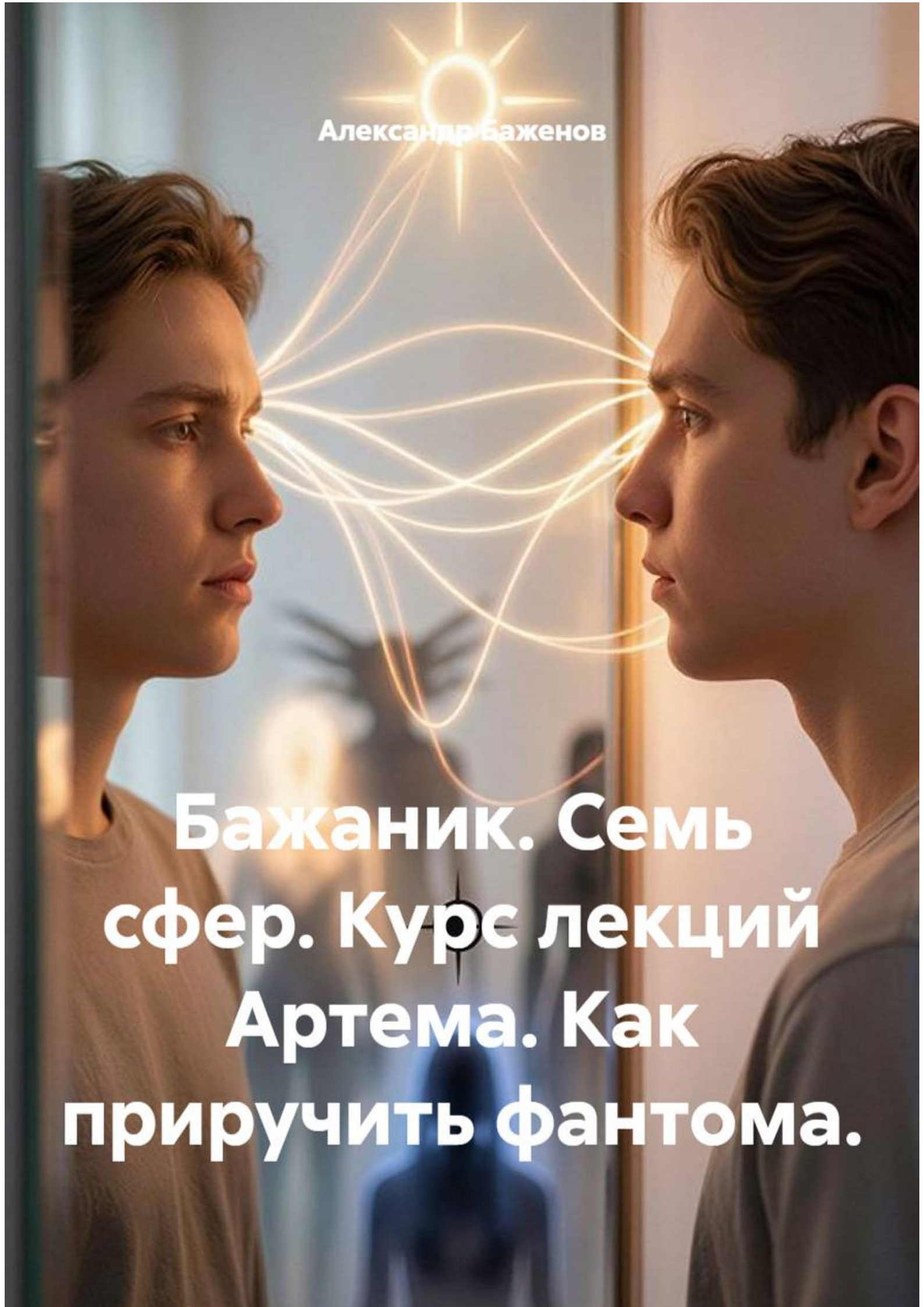

Александр Баженов
Бажаник. Семь сфер. Курс лекций Артема. Как приручить фантома.

Александр Баженов

Бажаник. Семь сфер. Курс лекций Артема. Как приручить фантома.

«Автор»
2026

Баженов А. Н.

Бажаник. Семь сфер. Курс лекций Артема. Как приручить фантома. / А. Н. Баженов — «Автор», 2026

Ученик учится различать энергию, фантомы, духов, сущности, Высшее и бесов, не превращая различение в ярлык. Ключевые темы: Свет и Тьма, имитация и боль; личный энергетический фантом; защиты как фильтр, а не стена; избыток Света как перегрев; нижние сущности и гигиена пространства; границы компетенции. Сквозные правила: без согласия — не вмешиваться; сначала люди и врач, потом тонкий план; не изгонять, не «заливать», не накачивать; не ставить диагноз человеку; говорить «я не знаю» и «я могу ошибаться». Курс завершается этикой границ: целитель — не герой и не источник, а проводник, который уважает свободу и не навредит.

© Баженов А. Н., 2026
© Автор, 2026

Содержание

Лекция первая. Вводная: карта невидимого и правила безопасности 7
Лекция вторая. Определения: энергия, фантом, дух, сущность, Высшее 14
Лекция третья. Различение: Свет, имитация, Тьма и боль 23
Лекция четвёртая. Классификация энергии Света и Тьмы 31
Конец ознакомительного фрагмента. 32

Бажаник. Семь сфер. Курс лекций Артема. Как приручить фантома.

Ученик учится различать энергию, фантомы, духов, сущности, Высшее и бесов, не превращая различение в ярлык. Ключевые темы: Свет и Тьма, имитация и боль; личный энергетический фантом; защиты как фильтр, а не стена; избыток Света как перегрев; нижние сущности и гигиена пространства; границы компетенции. Сквозные правила: без согласия — не вмешиваться; сначала люди и врач, потом тонкий план; не изгонять, не «заливать», не накачивать; не ставить диагноз человеку; говорить «я не знаю» и «я могу ошибаться». Курс завершается этикой границ: целитель — не герой и не источник, а проводник, который уважает свободу и не навредит.

Предисловие

Если ты держишь в руках эту книгу — значит, ты уже прошёл начальные ступени. Ты знаешь, как зажигать сферы, как ставить защиту, как направлять поток. Ты, возможно, уже принимал первых пациентов и видел первые результаты. И теперь, стоя на пороге настоящей практики, ты задаёшь себе вопрос, с которого начинается настоящая мудрость: «Имею ли я право?»

Этот курс родился не из желания научить. Он родился из боли. Из ошибок. Из пациентов, которым я чуть не навредил. Из ночей, когда я лежал без сна и спрашивал себя: «Почему? Что я сделал не так?» Когда я только начинал — ещё до Школы, до встречи с Алисой, до всего, — я думал, что главное в целительстве — это сила. Способность видеть сущностей, распознавать порчи, изгонять бесов. Я был молод, глуп и очень самоуверен. Я думал, что если я вижу — то я знаю. А если знаю — то имею право действовать.

За эти годы я понял: знание без этики — это оружие в руках ребёнка. Оно может выстрелить в любого — в пациента, в самого целителя, в того, кто оказался рядом. Я видел целителей, которые «изгоняли бесов» и калечили души. Я видел целителей, которые «заливали дыры» и отнимали у людей их горе. Я видел целителей, которые так боялись тьмы, что строили стены и переставали чувствовать свет. И я сам — да, я тоже — стоял на грани. Несколько раз. И каждый раз меня спасало не знание техник. Меня спасали простые вопросы: «Зачем я это делаю? Кому это нужно — пациенту или мне? Имею ли я право?»

Эта книга — не учебник. В ней нет техник активации сфер, нет описаний амулетов, нет рецептов трав. Всему этому вы уже научились или научитесь в других курсах. Эта книга — о том, что лежит глубже техник. О границах. О совести. О тени, которая есть у каждого целителя. О страхе, который может стать паранойей. О гордыне, которая может стать слепотой. И о любви — той самой, которая не привязывает, а освобождает.

Тринадцать лекций, собранных здесь, были прочитаны мной в Школе самоисцеления в Ольховке. За окнами беседки шумел дождь, падал снег, цвели яблони. Ученики приходили и уходили. Кто-то остался надолго. Кто-то ушёл, разочаровавшись. Но те, кто остались, — стали не просто целителями. Они стали теми, кто думает. Кто сомневается. Кто спрашивает разрешения.

Я не даю в этом курсе окончательных ответов. Я даю вопросы. Те самые, которые когда-то задала мне бабушка — Мария Васильевна Бажаник, чьи дневники до сих пор лежат у меня на столе. Те самые, которые задавал мне Такшака в глубинах Паталы. Те самые, которые я задаю себе каждое утро, просыпаясь и готовясь принять нового пациента.

Если ты готов не просто слушать, но и спрашивать — добро пожаловать. Если ты готов не просто видеть, но и различать — этот курс для тебя. Если ты готов встретиться со своей тенью и не отвести взгляд — нам по пути.

Помни: карта — не территория. Дыра — не поломка. Фантом — не человек. Бес — не диагноз. Защита — не стена. Свет — не собственность. А ты — не источник. Ты — проводник. И если ты научился этому — ты научился главному. Не быть героем. А быть человеком, который знает, что не имеет права.

С благодарностью ко всем, кто учил меня,

Артём Бажаник

Лекция первая. Вводная: карта невидимого и правила безопасности

«Я знаю, что ничего не знаю». — Сократ
«Не навреди». — Гиппократ
«Карта — не территория». — Альфред Коржибски
«Прежде чем назвать тень тенью, проверь, не отбрасываешь ли ты её сам». — Мария Васильевна Бажаник

Сентябрь в Ольховке стоял мягкий и прозрачный, как первый лёд на луже. Дождь шёл с самого утра, но к вечеру стих, и только редкие капли срывались с почерневших листьев старого дуба. Они падали на крышу беседки с тихим стуком, и этот звук был похож на тиканье старых часов в бабушкиной горнице. Воздух пах мокрой землёй, антоновскими яблоками и той особенной сыростью, которая бывает только ранней осенью. В саду уже желтели клёны, и их листья горели на фоне свинцового неба, как маленькие Пульсары.

Артём вошёл в беседку ровно в семь вечера. Он не стал зажигать семь свечей, как обычно, а поставил на стол одну — простую, восковую, с чуть оплавленным краем. Фитиль был чёрным и скрученным, и когда Артём чиркнул спичкой, пламя занялось не сразу. Оно дрожало, колебалось, словно не решалось гореть. Артём прикрыл его ладонью, и огонь выпрямился, окреп, стал ровным и тёплым. Ученики уже сидели в кругу и молча ждали начала. В их позах была настороженность: плечи сведены, руки сцеплены, взгляды устремлены на одинокую свечу.

Они прошли курс этики и привыкли к семи свечам, к семи сферам, к торжественному ритуалу. А сегодня на столе горела одна свеча, и это сбивало с толку. Кира первой не выдержала:

— Артём, почему одна свеча? Мы же всегда зажигаем семь.

— Потому что семь свечей — это семь сфер, — ответил он, садясь в круг. — А сегодня нам хватит одной. Первый вопрос любой карты — не «что там?», а «кто смотрит?» Одна свеча — это один вопрос. И он обращён не к невидимому, а к тебе.

Он обвёл учеников взглядом. За окнами беседки шумел сад, и ветер приносил запах мокрой листвы и дыма из дома. Алиса топила камин, и тонкая струйка дыма поднималась над трубой, растворяясь в сером небе.

— Сегодня мы начинаем курс, который я долго откладывал, — сказал Артём. — Он называется «Карта невидимого: энергия, сущности и безопасность целителя». И прежде, чем вы решите, что сейчас вам дадут список врагов и научат с ними воевать, я хочу вас разочаровать. Никакой войны не будет.

Лара подняла руку. Её лицо было бледным, а в глазах застыл вопрос, который она не решалась задать раньше:

— А зачем тогда нужна карта, если мы не собираемся ни с кем воевать?

— Хороший вопрос, — кивнул Артём. — Карта нужна не для того, чтобы нападать. Карта нужна для того, чтобы не заблудиться и вовремя остановиться. И если вы усвоите только это — считайте, что лекция уже удалась.

Он зажёг свечу и поставил её так, чтобы пламя освещало лица учеников. Огонь отражался в их глазах — у кого-то тревожно, у кого-то спокойно, у кого-то с любопытством.

— Поэтому сегодня мы поговорим не о бесах и не о духах. Мы поговорим о вас. О вашем страхе, о вашем любопытстве и о вашей гордыне. Потому что именно они будут водить вашей рукой, когда вы попытаетесь назвать невидимое.

Илья открыл тетрадь. Его ручка уже коснулась бумаги, но Артём остановил его жестом:

— Не записывайте пока. Сегодняшняя лекция — не для конспекта. Она для того, чтобы вы услышали себя.

Он помолчал, глядя на огонь. Пламя свечи дрожало, и тени на стенах беседки двигались, как живые. Где-то в саду ухнула сова, и этот звук прокатился над деревней, замер, растворился в тишине. Артём начал историю.

— Это случилось года три назад. Ко мне пришёл ученик — назовём его Р. Он давно практиковал, видел ауры, умел зажигать Пульсар. Он считал себя опытным целителем, и, честно говоря, у него были основания так думать. Однажды его позвали к женщине, которая не спала неделю после похорон мужа. Ночью ей казалось, что в углу комнаты стоит чёрная фигура. Она боялась оставаться одна и просила помощи.

Артём сделал паузу. В беседке стало тихо, только дождь шуршал по крыше.

— Р. пришёл к ней, настроился на её ауру и «увидел» за её плечом тёмное существо, похожее на беса. Он был уверен: «Это бес. Надо изгнать». И он уже начал читать запрет, когда я позвонил ему. Я задал несколько вопросов. Спросил ли он разрешения у самой женщины? Исключил ли он психиатрию, неврологию, лекарства, бессонницу, горе? Проверил ли он, не является ли это существо страхоформой, усиленной виной и недосыпом? И готов ли он нести ответственность, если после его изгнания ей станет хуже?

Кира тихо ахнула. Её рука невольно потянулась к янтарному медальону на груди.

— И что он ответил?

— Он ответил: «Я не думал об этом». И это был честный ответ. Потому что он увидел не беса. Он увидел свою собственную жажду подвига. И это — первая тень целителя, который взял в руки карту невидимого.

Михаил нахмурился и подался вперёд. Его лицо, обычно спокойное, сейчас было напряжённым:

— То есть вы хотите сказать, что целитель может принять фантом за беса и навредить?

— Именно так, — кивнул Артём. — Мы приехали к этой женщине вместе. Её дом был маленьким и тёмным, окна занавешены, на столе — немытая посуда и пустые бутылки из-под воды. Она сидела в углу дивана, сжавшись в комок, и смотрела в одну точку. Оказалось, она не ела, не спала и винила себя в том, что не успела попрощаться с мужем. «Чёрная фигура» была не гостем, а фантомом горя — отпечатком страха и невыплаканной боли. Мы просто посидели рядом, дали ей воды, вызвали врача. Она начала говорить о муже, и её голос дрожал, но становился всё твёрже. Через несколько дней фигура перестала приходить.

Он помолчал и добавил тише:

— А Р. потом долго не мог работать. Он приходил ко мне и говорил: «Я почти изгнал фантом. Я чуть не навредил женщине, которая просто хотела, чтобы её выслушали». Он не был злодеем. Он был молодым целителем, который слишком хотел быть героем. И это самое опасное — потому что герой не сомневается.

Павел тихо спросил. Его голос звучал мягко, но в нём была внутренняя сила:

— А что спасло эту женщину — ваше вмешательство или то, что вы просто были рядом?

— Думаю, второе, — ответил Артём. — И это важный вопрос для каждого из вас. Иногда самое лучшее, что может сделать целитель, — это не делать ничего.

Он встал и подошёл к доске. Мелом, который оставлял белые следы на его пальцах, он написал три слова: «Страх. Романтизация. Всезнание». Буквы получились крупными, резкими, и в свете свечи они казались высеченными в камне.

— Есть три ошибки, и все они растут из одного корня. Из нежелания признать свои границы. Первая ошибка — страх. Когда целитель боится, он всюду видит врагов. Каждый тёмный оттенок ауры кажется ему бесом, каждая боль — порчей, каждый сон — нападением. Он начинает жить в обороне и заражает страхом пациентов.

Он обвёл учеников взглядом и привёл пример:

— Одна ученица после курса рассказывала: «Я перестала ездить в метро. Мне казалось, что там слишком много тёмных сущностей». Она не врала — она действительно видела больше. Но она видела через призму страха. И метро стало для неё опасным не потому, что там было что-то, а потому, что она искала опасность.

Дмитрий хмыкнул. Его лицо, обычно замкнутое, сейчас было открытым:

— Я знаю это состояние. Когда боишься, всё вокруг кажется врагом.

— Вторая ошибка — романтизация, — продолжил Артём. — Когда целитель влюблён в тайну, он всюду ищет «высших учителей», «тайные знания» и «избранность». Он хочет быть особенным, и это желание делает его слепым. Он не видит реального человека перед собой, потому что занят собственной сказкой.

Он улыбнулся и рассказал:

— Один ученик пришёл ко мне с восторгом: «Мне явился учитель из высших сфер! Он сказал, что я избран». Я спросил: «А что он сказал о твоей жене? О твоих долгах? О том, что ты перестал мыть посуду?» Он замолчал. Потому что «избранность» не любит бытовых вопросов.

Ольга тихо засмеялась. Её глаза, обычно серьёзные, сейчас блестели:

— Это как с травами. Есть ядовитые, но их не уничтожают. Их просто не трогают без нужды.

— Именно, — кивнул Артём. — И третья ошибка — самая опасная. Всезнание. Когда ученик говорит: «Я вижу сущность», хотя должен сказать: «Я предполагаю. Я не знаю». Классификация становится ярлыком, а ярлык — оружием. И тогда целитель перестаёт быть целителем.

Он помолчал и добавил. Его голос стал тише, но в нём появилась та особая тяжесть, которая бывает у человека, говорящего о том, что пережил сам:

— Третий случай был самым тяжёлым. Целительница сказала пациентке: «У тебя бес». Она была уверена. Она «видела». Через месяц пациентка попала в психиатрическую больницу с острым психозом. Не потому, что целительница была злой. А потому, что она не сказала: «Я не знаю». Она сказала: «Я вижу».

В беседке стало тихо. Даже дождь перестал шуршать, словно прислушиваясь. Артём вернулся в круг и сел. Огонь свечи дрожал, и его отблески играли на лицах учеников.

— Узнаёте ли вы себя в ком-то из них? — спросил он. — Не спешите отвечать. Просто заметьте, какая из трёх ошибок отзывается вам сильнее.

Кира опустила глаза. Её пальцы теребили край пухового платка:

— Мне кажется, я всегда буду путать свой страх с видением.

— Это честно, — ответил Артём. — И это уже половина победы. Потому что тот, кто знает свой страх, может его остановить.

Он снова подошёл к доске и стёр три слова. Мел скрипел по дереву, и белая пыль оседала на его пальцах.

— А теперь самое важное. Прежде чем я дам вам карту, я должен сказать о том, что нельзя делать с этой картой. Это называется этика ярлыков. И она важнее всех уровней и всех классификаций.

Он написал крупно: «Я вижу качество энергии. Я предполагаю фантом. Я не ставлю диагноз человеку».

— Почему нельзя назвать человека тёмным? — спросил он.

— Потому что это ярлык? — предположила Елена. Её голос звучал неуверенно, словно она сама не была готова к такому ответу.

— Потому что это власть, — ответил Артём. — Когда ты называешь человека тёмным, ты ставишь себя выше него. Ты становишься судьёй. А целитель — не судья. Целитель — тот, кто держит фонарь. И если он начинает называть тьмой то, чего не понимает, он перестаёт светить и начинает обвинять.

Он написал ещё одну фразу: «Свет не нуждается в ярлыке. Но человек, которого ты назвал тёмным, становится слабее».

— Запомните это, — сказал он. — И не переступайте эту границу. Никогда.

Павел поднял руку. Его лицо было задумчивым:

— А как быть с теми, кто действительно одержим? Церковь знает такие случаи.

— Одержимость — это не диагноз, который ставит целитель, — ответил Артём. — Это область, где работают опытные специалисты вместе с врачами и священниками. Ученик должен уметь распознать, остановиться и перенаправить. А не изгонять самостоятельно.

Он взял мел и нарисовал на доске пять кругов. Они были неровными, но в их расположении чувствовалась система — не иерархия власти, а уровни различения.

— Первый уровень — энергия. Это качества: тепло, холод, застой, течение, ясность, туман. Это ещё не сущность. Это просто состояние. Пример: после ссоры в комнате «тяжело дышать». Это не сущность. Это качество энергии. Вопрос для различения: «Это состояние или кто-то?»

Илья быстро записал и поднял глаза. Его ручка замерла над бумагой:

— А как отличить фантом от духа, если оба не говорят?

— Через вопрос о воле, — ответил Артём. — Второй уровень — фантом. Это отпечаток, маска, мыслеформа, страхоформа, эхо. Фантом не имеет полноценной воли, но может цепляться за внимание. Пример: женщина видит умершего мужа в углу комнаты, но он молчит и не двигается. Это может быть фантом горя. Вопрос: «Есть ли у этого воля? Или это эхо?»

Он продолжил. Его голос был ровным, но в нём чувствовалась та осторожность, которая приходит с опытом:

— Третий уровень — дух. Это сознание без физического тела: предок, помощник, привязанный дух. С духами нельзя торговаться и нельзя их вызывать. Пример: Павел чувствует деда-священника, который не говорит, а просто присутствует. Это дух, а не фантом. Вопрос: «Он отвечает или просто есть?»

Павел тихо кивнул. В его глазах блеснуло что-то тёплое, и он опустил взгляд, словно боясь, что это заметят.

— Четвёртый уровень — сущность, — продолжил Артём. — Это общее слово, которое не означает автоматически «враг». Сущность может быть нижней, земной, привязанной к месту или эмоции. Пример: в старом доме «кто-то ходит по ночам», и жильцы чувствуют давление в определённом углу. Вопрос: «Это привязано к месту, к эмоции или к человеку?»

Он сделал паузу и перешёл к последнему уровню. Его голос стал тише, почти благоговейным:

— И пятый уровень — Высшее. То, что не подлежит человеческой классификации. Оно не льстит и не приказывает в обход совести. Пример: во время медитации приходит ощущение покоя и ясности, которое не требует ничего взамен. Вопрос: «Оно льстит? Оно приказывает в обход совести?»

Лара задумчиво спросила. Её брови были сведены, а в голосе звучало сомнение:

— А почему мы не можем просто изгнать? Если это опасно, почему не уничтожить?

— Потому что эти уровни — не клетки, — ответил Артём. — Одно может переходить в другое. И ваша задача — не определить точно, а понять, где вы находитесь и что имеете право делать. Уничтожать можно только то, что ты понимаешь. А понимать до конца ты не можешь.

Он стёр доску. Белые следы мела осыпались на пол, и Артём написал: «Протокол безопасности». Буквы получились крупными, жирными, словно он хотел, чтобы они врезались в память.

— Сейчас я назову пять правил, — сказал он. — Но не записывайте. Я хочу, чтобы вы проверили каждое на себе. Если правило вызывает у вас сопротивление — значит, это ваша тень.

Он назвал первое:

— Без согласия — не вмешиваться. Даже если видишь боль. Кто чувствует сопротивление?

Михаил поднял руку. Его лицо было напряжённым, словно он боролся с собой:

— Я врач. Иногда у меня нет времени спрашивать согласие, если человек без сознания.

— Хороший вопрос. В экстренной медицине — да. Но мы говорим о тонком плане. Здесь согласие можно получить через Анахату или Сахасрару. И если душа говорит «нет» — ты не имеешь права.

Он назвал второе:

— Не изгонять, не пугать, не ставить диагноз. Кто хочет возразить?

Дмитрий резко сказал. Его голос был жёстким, но в нём звучала не агрессия, а честность:

— Я не боюсь сущностей. Я боюсь себя. Потому что я знаю, на что способен.

— И это самый честный ответ, — кивнул Артём. — Тот, кто боится себя, не станет изгонять беса из другого.

Он назвал третье:

— Сначала безопасность и медицина, потом тонкий план.

Михаил одобрительно кивнул. Его плечи немного расслабились:

— В экстренной медицине есть протокол. Есть ли протокол для тонкого плана?

— Есть, — ответил Артём. — И мы его сейчас составим.

Он назвал четвёртое:

— После тяжёлого контакта — замыкание контура, соль, заземление, тишина, супервизия.

И пятое:

— Если не знаешь — не делай. Скажи: «Я не знаю».

Он раздал ученикам карточки. Они были небольшими, плотными, с шероховатой поверхностью. На каждой было написано по одному симптому. Артём попросил каждого прочитать свою вслух.

Илья прочитал:

— Острая боль неясного происхождения.

— Что делать? — спросил Артём.

— Направить к врачу, — ответил Илья.

Кира прочитала. Её голос дрожал:

— Высокая температура более трёх дней.

— Что делать?

— Не работать энергетически. Направить к врачу.

Михаил прочитал. Его голос был ровным, как у человека, привыкшего к подобным спискам:

— Суицидальные мысли.

— Что делать?

— Обеспечить безопасность. Не оставлять одного. Вызвать специалиста.

Артём обвёл учеников взглядом. Огонь свечи отражался в его глазах, и в этом отражении было что-то древнее, как у человека, который видел слишком много и научился говорить об этом спокойно:

— Запомните: красный флаг — это не ваша зона ответственности. Это зона врача. И передать пациента — тоже работа целителя. Целитель не отменяет врача. Целитель не отменяет психиатра. Целитель не отменяет священника. Целитель знает свои границы.

Он помолчал и добавил. Его голос стал тише, и в нём появилась та особая честность, которая бывает у человека, признающегося в собственной ошибке:

— Я тоже когда-то чуть не назвал человека бесноватым. Это было давно. Я был молод и самоуверен. Я увидел тёмное пятно в ауре и решил, что это сущность. А это была опухоль. Рак. Я чуть не начал «изгонять» то, что нужно было оперировать. Спасло меня то, что я вовремя остановился и сказал: «Я не знаю». И отправил пациента к врачу.

Он посмотрел на учеников. В его взгляде не было ни гордости, ни стыда — только спокойная, выстраданная ясность:

— Я рассказываю вам это не для того, чтобы вы восхищались моей честностью. А для того, чтобы вы знали: ошибки бывают у всех. И единственное, что спасает — это готовность сказать «я не знаю».

Он раздал листы бумаги. Они были слегка влажными от вечернего воздуха, и чернила на них ложились мягко, чуть расплываясь.

— А теперь практика. Она называется «Три колонны». Разделите лист на три части: «Знаю», «Предполагаю», «Не знаю». Вспомните один случай, когда вы что-то увидели у человека.

Он объяснил, что писать в каждой колонке. Его голос был медленным, почти медитативным:

— В колонку «Знаю» пишите только то, что можно проверить. Факты. «Она не спала три дня». «У неё температура». «Он сказал, что боится». В колонку «Предполагаю» пишите то, что чувствуете, но не можете доказать. «Мне кажется, у неё блок в Анахате». «Я чувствую страх в её ауре». В колонку «Не знаю» пишите всё, что не можете объяснить. «Я не знаю, почему мне страшно». «Я не знаю, что это за фигура». «Я не знаю, правильно ли я поступил».

Ученики склонились над листами. В беседке стало тихо, только капли дождя стучали по крыше да перья скрипели по бумаге. Через десять минут Артём попросил их обсудить в парах.

— Где вы перепутали факт и образ? Где вы хотели действовать из страха? Где вы хотели действовать из гордыни? Что вы должны были перенаправить?

Кира подняла руку. Её глаза были влажными, но голос звучал твёрдо:

— Я поняла, что часто путаю своё предчувствие с фактом. Мне кажется, что я «вижу», а на самом деле я боюсь.

— Это честно, — кивнул Артём. — И это уже половина победы.

Он попросил желающих ответить на три вопроса:

— В какой колонке вам было труднее всего писать? Где вы поймали себя на желании действовать немедленно? Что вы теперь сделаете иначе?

Елена тихо сказала. Её голос был почти шёпотом:

— Мне было труднее всего писать в колонку «Не знаю». Я привыкла, что целитель должен знать.

— И это самая важная колонка, — ответил Артём. — Потому что она учит смирению.

После обсуждения он перешёл к практике «Стоп-кран».

— Сейчас я дам вам алгоритм, который вы должны довести до автоматизма. Остановиться. Выдохнуть. Поставить ступни на пол и почувствовать землю. Замкнуть контур: сказать «спасибо», перерезать нить, заземлиться. Умыть лицо солёной водой. Не принимать решений двадцать четыре часа. Написать супервизору.

Ученики выполнили упражнение в парах. Один был «целителем после тяжёлого контакта», второй — «супервизором». Задача супервизора — не утешать, а задать три вопроса: «Что ты знаешь? Что предполагаешь? Чего не знаешь?»

— Как ощущения? — спросил Артём.

— Странно, — сказала Лара. — Я почувствовала, что могу остановиться. Раньше мне казалось, что если я увидела что-то, то должна действовать немедленно.

— Это и есть свобода, — ответил Артём. — Свобода не в том, чтобы всё видеть. Свобода в том, чтобы не бросаться действовать.

Он повернулся к «супервизорам»:

— А что почувствовали вы?

Илья задумчиво сказал. Его ручка замерла над тетрадью:

— Я почувствовал, что не должен давать советов. Я просто задавал вопросы. И это было труднее, чем советовать.

— Запомните это чувство, — сказал Артём. — Стоп-кран — это не трусость. Это зрелость. Трусость — это когда ты боишься и поэтому действуешь. Зрелость — это когда ты боишься и поэтому останавливаешься.

Он вернулся в круг и сел. Огонь свечи уже стал ниже, и воск стекал по её боку, застывая неровными каплями.

— Вы помните Наталью, женщину с мигренями? — спросил он. — Я тогда «исцелил» её без спроса. И это привело к новым болезням. Сегодняшняя лекция — продолжение той же темы. Только теперь мы говорим не о симптомах, а о сущностях. И правило то же: без согласия — не вмешиваться.

Он помолчал и добавил:

— Помните «Тростник»? Сегодня мы будем говорить о том, что тростник должен быть не только пустым, но и чистым. Потому что грязный тростник искажает поток. А тростник, который возомнил себя источником, перегорает.

Он раздал домашнее задание. Листы были исписаны его ровным, разборчивым почерком:

— На эту неделю у вас четыре задания. Первое: нарисуйте личную карту невидимого с пятью уровнями и отметьте, где у вас страх, любопытство и гордыня. Второе: ведите дневник «Знаю / Предполагаю / Не знаю» семь дней. Третье: составьте список красных флагов и контактов — врач, психиатр, священник, супервизор. Четвёртое: найдите человека для супервизии, не для лечения, а для честного разговора.

Он добавил:

— К концу этой недели вы должны уметь три вещи. Первое: сказать «я не знаю» без стыда. Второе: остановиться, когда хочется действовать. Третье: перенаправить к специалисту, когда видите красный флаг. Если вы умеете это — вы готовы к следующей лекции. Если нет — возвращайтесь к практике.

Он погасил свечу. Фитиль зашипел, и тонкая струйка дыма поднялась к потолку, растворяясь в темноте.

— Одна свеча — один вопрос. И ответ на него вы дадите сами, когда вернётесь домой. Свет, который мы отдаём, не гаснет. Но он не должен слепить. И не должен обжигать. Первый шаг целителя — не увидеть больше. А увидеть честнее.

Ученики расходились медленно, молча, каждый погружённый в свои мысли. Их шаги шуршали по мокрой траве, и этот звук постепенно затихал вдали. Артём остался в беседке один. Свеча уже погасла, и только тонкая струйка дыма поднималась к потолку. Он смотрел на неё и думал: «Одна свеча. Один вопрос. И ответ на него каждый из них даст сам». Он открыл дневник. Страницы были слегка влажными от вечернего воздуха, и чернила ложились на них мягко, чуть расплываясь. Он записал:

«Сегодня я снова понял: самая опасная карта — та, которую ученик считает территорией. Я дал им не список сущностей, а право сказать „я не знаю“. Если они усвоят только это — лекция уже удалась. Карта невидимого начинается не с бесов. Она начинается с вопроса: „Имею ли я право?“ И с ответа: „Не всегда“».

Лекция вторая. Определения: энергия, фантом, дух, сущность, Высшее

«Нет религии выше истины». — Елена Петровна Блаватская

«Сначала договоримся о словах — и половина споров исчезнет». — Сократ (в переложении)

«Точное слово — уже половина защиты». — Такшака, Хранитель Земли

«Не всякий образ, который зовёт, имеет право вести. Не всякий голос, который говорит, имеет право быть услышанным». — Мария Васильевна Бажаник

Октябрь пришёл в Ольховку с первыми заморозками, и по утрам трава у беседки серебрилась тонким инеем. Днём солнце ещё пригревало, и в воздухе стояла та прозрачная, хрупкая теплота, которая бывает только в середине осени. Но к вечеру небо становилось свинцовым, и холод поднимался от реки, пробираясь под куртки и платки. Яблоневый сад стоял почти голый, и только несколько поздних листьев ещё держались на ветках, дрожа от каждого порыва ветра. Старый дуб чернел на фоне бледного неба, и его ветви казались нарисованными тушью на рисовой бумаге.

Артём пришёл в беседку раньше всех. Он зажёг одну свечу, как и на прошлой лекции, и поставил её на середину стола. Рядом он положил обсидиановое зеркало — небольшое, с напылением из обсидиановой пыли, которое тускло поблёскивало в свете огня. На столе также стояла чаша с крупной сероватой солью и кувшин с колодезной водой. Вода в кувшине была ледяной, и на его стенках осел мелкий конденсат. Артём провёл пальцем по стеклу, и капля скатилась вниз, оставив тонкую дорожку.

Ученики собирались медленно, кутаясь в тёплые куртки и платки. Кира принесла термос с чаем и разлила его по кружкам, и над столом поднялся пар, пахнущий чабрецом и мёдом. Глеб принёс альбом с новыми рисунками и положил его на колени, не открывая. Лара пришла с озябшими руками и сразу сунула их к свече. Михаил, Елена, Павел, Вера, Дмитрий, Ольга и Иван Петрович расселись вокруг стола, и в беседке стало тесно — хорошей, живой теснотой. Анна Степановна пришла последней, опираясь на палку, и села в тени, откуда хорошо было видно всех. Мира стояла у входа в беседку, прислонившись плечом к столбу, и в её глазах было что-то новое — не детское любопытство, а взрослая внимательность.

Когда все расселись, Артём обвёл их взглядом и начал:

— В прошлый раз мы говорили о том, кто смотрит. Сегодня мы поговорим о том, что он видит. И первое, что нужно сделать, — договориться о словах. Потому что без точных слов любая карта превращается в кашу.

Илья открыл тетрадь и приготовился записывать, но Артём остановил его жестом:

— Не записывайте пока. Сегодняшняя лекция — не для конспекта. Она для того, чтобы вы услышали себя. А словарь вы составите сами, своими словами, в конце.

Он помолчал, глядя на огонь свечи. Пламя дрожало, и тени на стенах беседки двигались, как живые. Где-то в саду ухнула сова, и этот звук прокатился над деревней, замер, растворился в тишине.

— Слова — это не просто звуки. Это инструменты. И если инструмент неточен, он ранит. Или, что хуже, — создаёт иллюзию понимания. Я видел целителей, которые называли всё подряд «сущностями» и «порчами». Они были уверены, что знают. А на самом деле они боялись. И их слова были не инструментами, а щитами от страха.

Лара подняла руку. Её лицо было бледным, а в глазах застыл вопрос, который она не решалась задать раньше:

— А разве нельзя просто чувствовать и не называть?

— Можно, — кивнул Артём. — Но тогда ты не сможешь передать знание другому. И не сможешь проверить, не обманываешь ли ты сам себя. Определения нужны не для того, чтобы всё разложить по полочкам. Они нужны для того, чтобы честно сказать: «Я знаю», «Я предполагаю» или «Я не знаю».

Он зажёг свечу и сел в круг. Огонь отражался в его глазах, и в этом отражении было что-то древнее, как у человека, который видел слишком много и научился говорить об этом спокойно.

— Сегодня мы будем учиться различать. И начнём с истории. О девушке, которой являлся учитель. Красивый, светлый, мудрый. И очень опасный.

История: «учитель», который оказался фантомом

— Года два назад ко мне пришла ученица — назовём её Аня. Она была талантливой, чувствительной, но очень тревожной. Она видела ауры, чувствовала энергии, умела зажигать Пульсар. Но в её глазах всегда была какая-то загнанность, словно она всё время ждала удара. Однажды она сказала: «Артём, мне является учитель. Он говорит со мной каждую ночь. Он говорит, что я должна оставить семью и уйти в горы, потому что моё призвание — стать отшельницей».

Артём сделал паузу. В беседке стало тихо, только ветер шуршал в голых ветвях дуба.

— Я спросил её: «Аня, а что этот учитель говорит о твоей дочери? О том, что ей пять лет и она не может остаться одна? Что он говорит о твоём муже, который тебя любит? Что он говорит о твоих долгах и обязательствах?» Она замолчала. А потом сказала: «Он говорит, что всё это — иллюзия. Что семья — это оковы».

— Я не стал спорить. Я не стал говорить: «Это фантом». Я просто попросил её проверить. Мы вместе настроились на её Сахасрару и задали вопрос: «Ты — свет? Ты ведёшь к свободе? Или ты ведёшь к зависимости?» И знаете, что произошло? Образ учителя начал таять. Медленно, как туман на стекле. Сначала исчез голос. Потом свет. Потом осталось только ощущение пустоты. Потому что фантом не выдерживает проверки на плоды. Он не может ответить на вопрос о свободе, потому что он создан из страха и желания убежать.

Он обвёл учеников взглядом. Огонь свечи дрожал, и его отблески играли на лицах.

— Аня осталась с семьёй. Она прошла терапию. И через год сказала мне: «Я думала, что это был учитель. А это был мой страх ответственности. Мой страх, что я не справлюсь. И этот страх говорил со мной голосом учителя». Понимаете? Фантом — это не всегда страшная тень. Иногда это красивый голос, который зовёт в никуда.

Михаил нахмурился и подался вперёд. Его лицо, обычно спокойное, сейчас было напряжённым:

— То есть фантом может выглядеть как свет?

— Может, — ответил Артём. — И это самое опасное. Фантом Света опаснее фантома Тьмы, потому что он красив. Он не пугает. Он соблазняет. Он говорит: «Ты избран. Ты особенный. Ты выше других». И если ты не проверишь его на плоды, ты пойдёшь за ним. И потеряешь себя.

Он помолчал и добавил тише. Его голос стал почти шёпотом, но в нём была та особая честность, которая бывает у человека, признающегося в собственной ошибке:

— Я сам однажды попался на такой фантом. Это было давно. Я был молод и самоуверен. Мне являлся «учитель», который говорил, что я должен оставить всё и уйти в Паталу. Я почти согласился. Спасло меня то, что я вовремя остановился и задал вопрос: «А что будет с теми, кто мне доверился? С Алисой? С Мирой? С учениками?» И образ растаял. Потому что фантом не любит бытовых вопросов.

Он вернулся в круг и сел.

— Поэтому сегодня мы будем учиться различать. И начнём с определений. Но прежде, чем я их дам, запомните главное правило: определение — это не приговор. Это описание качества. И если вы используете его для власти, оно становится оружием.

Пять определений

Артём подошёл к доске и написал пять слов: «Энергия. Фантом. Дух. Сущность. Высшее». Буквы получились крупными, резкими, и в свете свечи они казались высеченными в камне.

— Сейчас я дам вам пять определений. Они не претендуют на абсолютную истину. Они — рабочие инструменты. Как скальпель: он не объясняет анатомию, но помогает хирургу не резать наугад.

1. Энергия

— Энергия — это качество. Тепло, холод, застой, течение, ясность, туман. Это ещё не сущность. Это просто состояние. Пример: после ссоры в комнате «тяжело дышать». Это не сущность. Это качество энергии.

Он написал на доске: «Энергия = качество. Вопрос: это состояние или кто-то?»

— Когда вы чувствуете тяжесть, холод, давление — не спешите называть это сущностью. Сначала спросите: «Это состояние пространства? Это состояние человека? Или это что-то с волей?» Холод в комнате — не сущность. Это может быть сквозняк и страх. Тяжесть после ссоры — не сущность. Это эхо гнева и обиды. Тепло после молитвы — не сущность. Это состояние благодати и покоя.

Он посмотрел на учеников:

— В этом курсе мы не будем оценивать энергию как «светлую» или «тёмную». Это тема следующей лекции. Сегодня мы учимся различать, а не оценивать. Оценка — это уже следующий шаг, и он требует осторожности.

2. Фантом

— Фантом — это отпечаток, маска, мыслеформа, страхоформа, эхо. Фантом не имеет полноценной воли. Он не может действовать сам. Но он может цепляться за внимание. Как эхо, которое повторяет ваш голос, но не является вами.

Он написал: «Фантом = эхо. Вопрос: есть ли у этого воля? Или это отпечаток?»

— Фантомы бывают разные. Фантом горя — фигура умершего в углу комнаты. Фантом страха — тень в коридоре. Фантом вины — голос, который говорит: «Ты плохой целитель». Фантом гордыни — голос, который говорит: «Ты избран». Фантом — это не враг. Это эхо. И с ним не нужно воевать. С ним нужно быть внимательным.

Он привёл пример:

— Одна женщина видела своего мужа каждую ночь. Он стоял в углу и молчал. Она боялась. Я спросил: «Он двигается? Он говорит?» Она ответила: «Нет. Просто стоит». Это был фантом. Отпечаток её горя и невыплаканных слёз. Когда она начала говорить о муже, плакать, вспоминать — фигура исчезла. Потому что фантом питается молчанием. А когда появляются слова, он тает.

Он сделал паузу и добавил:

— Запомните правило: с фантомом не воюют. Его замечают и переводят внимание на живое. На дыхание. На тело. На человека, который стоит перед вами. Потому что фантом — это эхо прошлого. А жизнь — это здесь и сейчас.

3. Дух

— Дух — это сознание без физического тела. Предок, помощник, привязанный дух. Дух имеет волю. Он может отвечать. Он может присутствовать. Но с духами нельзя торговаться и нельзя их вызывать.

Он написал: «Дух = воля без тела. Вопрос: он отвечает или просто есть?»

— Павел, ты чувствовал своего деда? — спросил Артём.

Павел тихо кивнул. Его лицо было задумчивым, а в глазах блестело что-то тёплое:

— Да. Он не говорил. Но я чувствовал его присутствие. Как будто он стоит рядом. И молчит.

— Это дух, — сказал Артём. — Не фантом. Фантом — это эхо. А дух — это тот, кто может ответить. Но мы не вызываем духов. Мы не торгуемся с ними. Мы просто уважаем их присутствие и не вмешиваемся без нужды.

Он посмотрел на учеников:

— И ещё одно. Дух — это не всегда «светлый» или «тёмный». Это оценка из следующих лекций. Сегодня мы просто различаем. Дух — это сознание с волей. И если вы чувствуете чью-то волю без тела — это может быть дух. А может быть сущность. И чтобы отличить одно от другого, нужно задать вопрос: «К чему это привязано? К месту? К эмоции? К человеку?»

4. Сущность

— Сущность — это общее слово. Оно не означает автоматически «враг». Сущность может быть нижней, земной, привязанной к месту или эмоции. Сущность имеет волю. Она может действовать.

Он написал: «Сущность = воля. Вопрос: к чему она привязана — к месту, к эмоции или к человеку?»

— Пример: в старом доме «кто-то ходит по ночам». Жильцы чувствуют давление в определённом углу. Это может быть нижняя сущность, привязанная к месту. Или к эмоции — к страху, который жил в этом доме годами. Или к человеку — к тому, кто не может уйти.

Он сделал паузу и подчеркнул. Его голос стал жёстче, словно он говорил о том, что не терпит возражений:

— И запомните самое важное. «Сущность» — это зонтичный термин, а не диагноз. Не называйте сущностью то, что можно объяснить страхом, болью, травмой или болезнью. Шум в старом доме — не сущность. Это могут быть трубы и страх жильцов. Голос, который слышит пациент, — не сущность. Это может быть психоз. И ваша задача — не назвать, а различить и перенаправить.

Михаил кивнул. Его плечи немного расслабились:

— Это как в медицине. Есть симптом, а есть диагноз. И нельзя ставить диагноз по одному симптому.

— Именно, — ответил Артём. — И ещё одно правило: не называйте сущностью то, что вы не можете отличить от болезни. Если вы не уверены — считайте, что это не тонкий план. Сначала врач.

5. Высшее

— Высшее — это то, что не подлежит человеческой классификации. Мы не можем его классифицировать. Мы можем только дать критерии, чтобы не перепутать его с фантомом гордыни. Оно не льстит. Оно не приказывает в обход совести. Оно не требует поклонения. Оно просто есть.

Он написал: «Высшее = то, что не классифицируется. Вопрос: оно освобождает или делает зависимым?»

— Пример: во время медитации приходит ощущение покоя и ясности, которое не требует ничего взамен. Это может быть Высшее. Но если голос говорит: «Ты избран. Ты выше других. Ты имеешь право решать» — это не Высшее. Это фантом гордыни. Или, хуже, сущность, которая играет на вашем эго.

Он обвёл учеников взглядом. Огонь свечи отражался в его глазах, и в этом отражении было что-то древнее:

— Высшее не говорит: «Ты особенный». Оно говорит: «Ты — часть». Высшее не говорит: «Ты должен». Оно говорит: «Ты можешь». Высшее не говорит: «Поклоняйся». Оно говорит: «Будь».

Павел тихо спросил. Его голос звучал мягко, но в нём была внутренняя сила:

— А как отличить Высшее от фантома Света? Оба могут быть красивыми и светлыми.

— Через плоды, — ответил Артём. — Фантом Света делает тебя зависимым. Он требует, чтобы ты следовал за ним. Он отделяет тебя от людей. А Высшее освобождает. Оно не отделяет. Оно соединяет. Оно не требует, чтобы ты ушёл в горы. Оно говорит: «Будь здесь. Будь с теми, кто тебе доверился. Будь светом там, где ты есть».

Сравнительная таблица пяти уровней

Артём раздал ученикам листы с пустой таблицей. Бумага была слегка влажной от вечернего воздуха, и чернила на ней ложились мягко, чуть расплываясь.

— Сейчас мы заполним таблицу. Не мою. Вашу. Своими словами. Потому что, пока вы не сформулируете сами, вы не поймёте.

Он написал на доске заголовки: «Уровень. Что это. Признак. Вопрос. Чего нельзя делать».

— Энергия. Что это? Качество. Признак? Нет воли. Вопрос? Состояние или кто-то? Чего нельзя делать? Называть сущностью. Фантом. Что это? Эхо, маска. Признак? Нет полноценной воли. Вопрос? Есть ли воля? Чего нельзя делать? Воевать, изгонять. Дух. Что это? Сознание без тела. Признак? Может присутствовать. Вопрос? Отвечает или есть? Чего нельзя делать? Вызывать, торговаться. Сущность. Что это? Сознание с волей. Признак? Привязано к месту или эмоции. Вопрос? К чему привязано? Чего нельзя делать? Ставить диагноз человеку. Высшее. Что это? Не классифицируется. Признак? Не льстит, не приказывает. Вопрос? Освобождает? Чего нельзя делать? Требовать знаков, поклонения.

Ученики заполняли таблицы. В беседке тихо, только перья скрипели по бумаге да ветер шуршал в голых ветвях дуба. Через десять минут Артём попросил желающих зачитать свои таблицы.

Илья прочитал. Его голос был ровным, как у человека, привыкшего к точным формулировкам:

— Энергия — это состояние. Фантом — это эхо. Дух — это тот, кто может ответить. Сущность — это тот, кто действует. Высшее — это то, что не требует ничего.

— Хорошо, — кивнул Артём. — А какой вопрос ты бы задал, чтобы отличить фантом от духа?

— Есть ли у этого воля? Может ли оно ответить?

— Верно. А если не может?

— Тогда это фантом.

Кира прочитала. Её голос был тише, но в нём звучала та особая нежность, которая бывает у эмпатов:

— Фантом — это как эхо в горах. Ты кричишь — оно отвечает. Но это не гора. Это твой голос. Дух — это как человек, который стоит рядом. Он может молчать, но ты чувствуешь его присутствие.

— Красиво, — сказал Артём. — И точно.

Михаил прочитал. Его голос был сухим и чётким, как у военного врача:

— Сущность — это не обязательно враг. Это как незнакомец в тёмном переулке. Он может быть опасен. А может быть просто потерявшимся. И моя задача — не нападать, а понять, кто передо мной.

— И это правильный подход, — кивнул Артём. — Не нападать, а понимать.

Этика определений: почему нельзя навешивать ярлыки

Артём вернулся в круг. Его голос стал тише, но в нём появилась та особая тяжесть, которая бывает у человека, говорящего о том, что пережил сам:

— Теперь самое важное. Определения — это не ярлыки. Когда вы называете что-то «сущностью» или «фантомом», вы не ставите диагноз человеку. Вы описываете качество. И это описание должно быть осторожным.

Он написал на доске: «Я вижу качество энергии. Я предполагаю фантом. Я не ставлю диагноз человеку».

— Почему нельзя сказать пациенту: «У тебя сущность»? Потому что это пугает. Потому что это ставит вас выше него. Потому что это лишает его свободы. Вы не знаете до конца, что это. Вы предполагаете. И это предположение должно быть мягким.

Кира спросила. Её глаза были влажными, но голос звучал твёрдо:

— А как говорить, если я действительно вижу что-то?

— Говорите о качестве, — ответил Артём. — Не «у тебя сущность», а «я чувствую здесь тяжесть». Не «это фантом», а «мне кажется, это эхо боли». Не «это бес», а «я не знаю, что это, но это не похоже на живую волю». И всегда добавляйте: «Я могу ошибаться».

Он сделал паузу. Огонь свечи дрожал, и его отблески играли на лицах учеников:

— И запомните: определение — это не приговор. Это инструмент. И если инструмент используется для власти, он становится оружием. А мы — не воины. Мы — те, кто держит фонарь.

Он написал на доске запрещённые слова: «Тёмный. Бесноватый. Одержимый. Порча».

— Эти слова можно использовать только в рамках традиции, с согласия и без давления. И никогда — как диагноз человеку. Потому что человек — не «тёмный». Человек — это человек. А то, что вы видите, — это качество энергии, фантом или сущность. Но не сам человек.

Блок «Это не тонкий план»: психиатрия, травма, неврология

Артём помолчал и перешёл к следующей части. Его голос стал жёстче, словно он говорил о том, что не терпит возражений:

— А теперь — самый важный блок. Я назову его «Это не тонкий план». Потому что есть вещи, которые выглядят как сущности, фантомы или духи, а на самом деле — это болезнь, травма или неврология.

Он написал на доске: «Психоз. Бред. Галлюцинации. Панические атаки. Диссоциация. Опухоли. Инфекции. Травма. Горе. Лекарства. Вещества».

— Если вы видите что-то, что не похоже на живое, — не спешите называть это сущностью. Сначала исключите психиатрию, неврологию, травму и горе. Потому что человек в психозе может видеть и слышать то, чего нет. И если вы начнёте «изгонять» это, вы навредите. Потому что ему нужен врач, а не экзорцист.

Михаил поднял руку. Его лицо было напряжённым, словно он боролся с собой:

— А как отличить психоз от тонкого плана?

— По плодам и по контексту, — ответил Артём. — Психоз обычно сопровождается страхом, дезорганизацией, нарушением сна и аппетита. Человек может быть опасен для себя или других. Тонкий план — это не диагноз. Это опыт. И если вы не уверены — считайте, что это не тонкий план. Сначала врач.

— Запомните алгоритм. Остановиться. Не спорить с реальностью пациента. Обеспечить безопасность. Направить к врачу или психиатру. Сообщить близким при риске. И только потом — если врач разрешит и душа пациента откроется — можно думать о тонком плане.

Практика «Словарь различения»

Артём раздал листы бумаги. Они были слегка влажными от вечернего воздуха, и чернила на них ложились мягко, чуть расплываясь.

— Сейчас вы составите свой личный словарь. Пять определений. Но не моих. Ваших. Своими словами. И с примерами из вашей жизни.

Он объяснил задание:

— Первое: напишите определение энергии, фантома, духа, сущности и Высшего своими словами. Не подглядывая в мои формулировки. Как вы это понимаете. Второе: к каждому определению придумайте один пример из своей практики или жизни. Третье: напишите вопрос, который помогает отличить этот уровень от другого. Четвёртое: напишите, чего нельзя делать с этим уровнем.

Ученики склонились над листами. В беседке тихо, только дождь шуршал по крыше да перья скрипели по бумаге.

Через пятнадцать минут Артём попросил желающих зачитать свои словари.

Илья прочитал:

— Энергия — это состояние. Фантом — это эхо. Дух — это тот, кто может ответить. Сущность — это тот, кто действует. Высшее — это то, что не требует ничего.

— Хорошо, — кивнул Артём. — А какой вопрос ты бы задал, чтобы отличить фантом от духа?

— Есть ли у этого воля? Может ли оно ответить?

— Верно. А если не может?

— Тогда это фантом.

Кира прочитала:

— Фантом — это как эхо в горах. Ты кричишь — оно отвечает. Но это не гора. Это твой голос. Дух — это как человек, который стоит рядом. Он может молчать, но ты чувствуешь его присутствие.

— Красиво, — сказал Артём. — И точно.

Михаил прочитал:

— Сущность — это не обязательно враг. Это как незнакомец в тёмном переулке. Он может быть опасен. А может быть просто потерявшимся. И моя задача — не нападать, а понять, кто передо мной.

— И это правильный подход, — кивнул Артём. — Не нападать, а понимать.

Практика «Три вопроса» на карточках-кейсах

Артём раздал карточки. Они были небольшими, плотными, с шероховатой поверхностью. На каждой был написан один кейс.

— Сейчас один из вас будет «наблюдателем», второй — «тем, кто видит». Наблюдатель описывает ситуацию. Задача второго — задать три вопроса: «Это состояние или кто-то? Есть ли у этого воля? Оно льстит или приказывает?»

Ученики разбились на пары. Илья работал с Павлом, Кира с Еленой, Глеб с Ларой, Михаил с Артёмом. В беседке стало тихо, только карточки шуршали в руках.

Через десять минут Артём попросил всех сесть в круг.

— Что было труднее всего?

Лара ответила. Её голос был задумчивым:

— Труднее всего было не назвать сразу. Я хотела сказать: «Это сущность». А вместо этого пришлось задавать вопросы.

— Это и есть различение, — сказал Артём. — Не спешить с названием. Сначала — вопросы. Потом — вывод. И всегда — с оговоркой: «Я могу ошибаться».

Он попросил разобрать три типичные ошибки. Илья сказал:

— Я перепутал фантом с духом. Я думал, что фигура в углу — это дух. А это был фантом горя.

— Хорошо, что ты это увидел, — кивнул Артём. — А что помогло бы тебе различить?

— Вопрос о воле. Фантом не отвечает. Он просто стоит.

Кира сказала:

— Я перепутала гордыню с Высшим. Голос говорил: «Ты избран». А я подумала, что это Высшее.

— Это самая опасная ошибка, — сказал Артём. — Потому что гордыня звучит красиво. И если ты не проверишь её на плоды, ты пойдёшь за ней.

Михаил сказал:

— Я перепутал психиатрию с бесом. Пациент говорил, что в него вселились. А это был психоз.

— И это самая частая ошибка, — сказал Артём. — Поэтому мы и говорим о ней отдельно. Если не уверен — считай, что это не тонкий план. Сначала врач.

Домашнее задание

Артём раздал листы. Они были исписаны его ровным, разборчивым почерком.

— На эту неделю у вас четыре задания. Первое: дополните свой словарь различения. Найдите ещё по одному примеру к каждому определению. Второе: ведите дневник наблюдений семь дней. Записывайте по схеме: «Что я почувствовал? Как назвал? Какой вопрос задал? Что оказалось?» Третье: найдите в своей жизни ситуацию, когда вы перепутали фантом с сущностью или гордыню с Высшим. Запишите её. И ответьте на вопрос: что помогло бы вам различить? Четвёртое: поговорите с супервизором. Спросите: «Какие слова я использую с пациентами? Не пугают ли они?»

Он добавил:

— И ещё одно. Не называйте людей «тёмными» или «одержимыми». Даже в мыслях. Потому что слова формируют реальность. И если вы называете человека тёмным, вы начинаете видеть в нём тьму. А это уже не различение. Это ярлык.

Он помолчал и добавил:

— К концу этой недели вы должны уметь три вещи. Первое: задавать вопросы раньше, чем называть. Второе: говорить «я предполагаю» и «я не знаю». Третье: перенаправлять к специалисту, когда видите красный флаг. Если вы умеете это — вы готовы к следующей лекции. Если нет — возвращайтесь к практике.

Закрытие. Дневник Артёма

Артём погасил свечу. Фитиль зашипел, и тонкая струйка дыма поднялась к потолку, растворяясь в темноте.

— Свет, который мы отдаём, не гаснет. Но он не должен слепить. И не должен обжигать. Сегодня мы учились называть вещи своими именами. Но главное — мы учились не спешить с именами. Потому что имя — это власть. А власть без любви — это насилие.

Он помолчал и добавил:

— Слова забудутся. Вопросы останутся. И если вы усвоите только вопросы — считайте, что лекция уже удалась.

Ученики расходились медленно, молча, каждый погружённый в свои мысли. Их шаги шуршали по мёрзлой траве, и этот звук постепенно затихал вдали. Артём остался в беседке один. Свеча уже погасла, и только тонкая струйка дыма поднималась к потолку. Он смотрел на неё и думал: «Одна свеча. Один вопрос. И ответ на него каждый из них даст сам». Он открыл дневник. Страницы были слегка влажными от вечернего воздуха, и чернила ложились на них мягко, чуть расплываясь. Он записал:

«Сегодня я снова понял: определения — это не клетки для реальности. Это окна. Через них можно увидеть больше. Но если ты думаешь, что окно — это весь мир, ты ошибаешься. Я дал им пять слов. И пять вопросов. Если они усвоят только вопросы — лекция уже удалась. Потому что вопрос — это не ответ. Это приглашение к честности».

«Слова — это не просто звуки. Это инструменты. И если инструмент неточен, он ранит. Или, что хуже, — создаёт иллюзию понимания. Но точное слово — уже половина защиты. И если ты научился задавать вопросы раньше, чем называть, — ты научился главному: смирению перед тайной».

Из дневника Артёма Бажаника, запись после второй лекции курса «Карта невидимого: энергия, сущности и безопасность целителя»

Лекция третья. Различение: Свет, имитация, Тьма и боль

«Кто смотрит в зеркало воды, видит сначала собственную тень». — К. Г. Юнг (приписывается)

«Свет, который слепит, — не всегда Свет. Тьма, которая кричит, — не всегда Тьма». — Мария Васильевна Бажаник

«Плоды проверяются временем, а не восторгом первой встречи». — Такшака, Хранитель Земли

Ноябрь пришёл в Ольховку с холодными туманами, и по утрам беседка стояла в молочной дымке. Туман был густой, как парное молоко, и в нём тонули и старый дуб, и яблони, и даже ближний забор. Днём туман поднимался, обнажая голые ветви, и небо становилось серым, тяжёлым, словно налитым свинцом. Яблоневый сад давно облетел, и только почерневшие стволы стояли в ряд, как старые стражи на посту. Земля под ногами твердела от первых заморозков, и трава хрустела, когда на неё наступали. Воздух пах мокрой корой, дымом из печных труб и той особенной сыростью, которая бывает перед первым снегом. Где-то вдалеке лаяла собака, и этот звук казался единственным живым в оцепеневшем мире.

Артём пришёл в беседку раньше всех. Он зажёг одну свечу, как и на прошлых лекциях, и поставил её на середину стола. Рядом он положил три камня. Обсидиан лежал слева, тёмный и гладкий, как застывшая ночь. Розовый кварц лежал справа, мягкий и тёплый, словно кусочек рассвета. Малахит лежал между ними, зелёный и глубокий, как лесное озеро. Артём провёл пальцем по каждому камню, и в этом жесте было что-то от древнего ритуала. Обсидиан был холодным. Розовый кварц — тёплым. Малахит — прохладным и шероховатым. Три разных камня, три разных качества, три разных вопроса.

Ученики собирались медленно, кутаясь в тулупы и шерстяные платки. Кира принесла термос с облепиховым чаем, и над столом поднялся пар, пахнущий кисло-сладкой ягодой и мёдом. Глеб принёс альбом с новыми рисунками, но не открыл его, а просто положил на колени и прикрыл ладонью. Лара пришла с озябшими руками и сразу сунула их к свече, и огонь на мгновение дрогнул. Михаил, Елена, Павел, Вера, Дмитрий, Ольга и Иван Петрович расселись вокруг стола, и в беседке стало тесно и уютно. Анна Степановна пришла последней, опираясь на палку, и села в тени, откуда хорошо было видно всех. Мира стояла у входа, прислонившись плечом к столбу, и в её глазах была та взрослая внимательность, которая появляется у детей, переживших слишком много.

Когда все расселись, Артём обвёл их взглядом и начал:

— Вчера мы говорили о том, что мы видим. Энергия, фантом, дух, сущность, Высшее. Сегодня мы поговорим о том, какого качества то, что мы видим. Это не другая карта. Это другой слой той же карты. Уровень — это «что». Качество — это «как».

Илья поднял руку и уточнил. Его ручка замерла над тетрадью:

— То есть фантом может быть фантомом боли, а может быть фантомом имитации?

— Именно, — кивнул Артём. — Можно увидеть духа — и он может быть духом Света, а может быть духом, который привязывает. Можно увидеть сущность — и она может быть сущностью боли, а может быть сущностью контроля. Уровень говорит нам, с чем мы имеем дело. Качество говорит нам, как с этим обращаться.

Он взял розовый кварц и положил его на ладонь. Камень был тёплым, почти живым.

— Вот камень, который многие считают камнем любви. Но он же может сделать человека мягким до беспомощности. И если ты не различаешь, ты будешь думать, что лечишь любовью, а на самом деле усыпляешь.

Он положил кварц обратно и взял малахит. Камень был прохладным и шероховатым на ощупь.

— А вот малахит. Он не жалеет. Он требует действия. И это тоже любовь. Но другая. И если ты не различаешь, ты будешь путать жалость с любовью, а действие — с жестокостью.

Он сел в круг и продолжил тише:

— Сегодня мы будем учиться различать. И начнём с истории. О наставнике, который светил так ярко, что ослепил своих учеников.

История: «светлый» наставник, от которого было стыдно

— Года четыре назад ко мне пришла женщина — назовём её Вера. Она была ученицей одного известного целителя. Он говорил о свете, любви и служении. У него были сотни благодарных пациентов, и Вера была среди них. Она пришла ко мне не за исцелением, а за советом. Она пришла с подарком для наставника — коробкой дорогого чая — и не знала, куда его деть. Она извинилась за то, что отнимает у меня время. Она извинилась трижды, прежде чем сесть.

Артём сделал паузу. В беседке стало тихо, только ветер шуршал в голых ветвях дуба.

— Я спросил: «А что он говорит, когда вы уходите?» Она ответила: «Он говорит: „Ты особенная. Таких, как ты, я больше не встречал. Только со мной ты раскрываешься. Без меня ты не справишься“». И тогда я понял: это не любовь. Это привязанность. Замаскированная под заботу.

Михаил нахмурился и подался вперёд. Его лицо, обычно спокойное, сейчас было напряжённым:

— Но он же помогал ей. Она чувствовала облегчение.

— Чувство облегчения — не всегда плод любви, — ответил Артём. — Иногда это плод зависимости. Как наркотик: сначала легко, потом нужно ещё. И если ты не проверишь плоды через день, через неделю, через месяц, ты не отличишь Свет от имитации.

Он обвёл учеников взглядом и продолжил:

— Я не стал обвинять этого наставника. Я не стал говорить Вере: «Он тёмный». Я просто предложил ей проверить. Мы вместе задали три вопроса. Первый: «Ты становишься свободнее или зависимее?» Второй: «Ты становишься честнее или удобнее?» Третий: «Ты становишься ближе к людям или дальше от них?» Она ответила не сразу. Она смотрела на чашку с чаем, и её пальцы дрожали. А потом сказала: «Я становлюсь зависимее. Удобнее. И дальше от людей». Она замолчала. Потом сказала: «Я думала, это любовь. А это поводок». И заплакала — не от горя, а от стыда, что так долго не замечала.

Кира тихо спросила. Её рука невольно потянулась к янтарному медальону на груди:

— И что она сделала?

— Она ушла от него. Не сразу. Через полгода. Первые месяцы были трудными. Она звонила мне и говорила: «Я чувствую себя предателем. Он же столько для меня сделал». А я отвечал: «Он сделал для тебя не любовь. Он сделал для тебя зависимость. И уйти от зависимости — это не предательство. Это выздоровление». И она справилась. Через год сказала мне: «Я думала, что теряю свет. А на самом деле я теряла поводок». Понимаете? Свет не привязывает. Свет освобождает. А всё, что привязывает, — это не свет. Даже если оно выглядит светлым.

Артём помолчал и добавил тише. Его голос стал почти шёпотом, но в нём была та особая честность, которая бывает у человека, признающегося в собственной ошибке:

— Я сам однажды принял имитацию за Свет. Это было давно. Один наставник говорил красивые слова о любви и служении. Он говорил: «Ты — избранный. У тебя редкий дар. Только я могу тебя научить». А потом я заметил, что после общения с ним я чувствую себя виноватым и обязанным. Я проверил плоды и понял: это не свет. Это власть. Я ушёл. Но это было трудно. Потому что имитация всегда красивее оригинала. Оригинал — скромный. А имитация — яркая.

Четыре категории: Свет, имитация, Тьма, боль

Артём подошёл к доске и написал четыре слова: «Свет. Имитация. Тьма. Боль». Буквы получились крупными и резкими, и в свете свечи они казались высеченными в камне.

— Сегодня мы будем различать не сущности, а качества. И первое, что нужно понять: это не ярлыки для людей. Это описание энергии, намерения и плодов. Человек не бывает «тёмным» или «светлым». Он бывает запутанным, испуганным, зависимым или свободным. А качество его энергии может быть разным.

1. Свет

— Свет — это ясность, тепло, свобода, жизнь, уважение, трезвость. Свет не привязывает. Он освобождает. Свет не требует поклонения. Он просто есть. Свет не льстит. Он говорит правду, даже когда это трудно.

Он написал на доске: «Свет = свобода + ясность + уважение. Вопрос: это освобождает?»

— Пример: после разговора со светлым человеком ты чувствуешь себя не «спасённым», а живым. Ты понимаешь что-то важное о себе. Ты не становишься зависимым. Ты становишься свободнее. И даже если этот человек уйдёт, ты справишься. Потому что он не держал тебя.

Он посмотрел на учеников и добавил:

— И ещё одно. Свет не требует, чтобы ты его заметил. Свет скромен. Он не кричит о себе. Он не говорит: «Посмотри, какой я светлый». Он просто светит. И если кто-то кричит о своём свете, это уже не свет. Это имитация.

Он привёл пример:

— Я знал одного старика в Ольховке. Он не был целителем. Он был пасечником. Но после разговора с ним люди уходили успокоенными. Он не говорил красивых слов. Он просто слушал. И задавал вопросы. И не требовал благодарности. Вот это — Свет. Тихий. Скромный. Настоящий.

2. Имитация

— Имитация — это красивая копия Света. Она может быть ярче оригинала. Она может быть убедительнее. Но у неё есть один признак: она привязывает. Она делает тебя зависимым. Она говорит: «Без меня ты не справишься». Она льстит. Она отделяет тебя от других. Она требует благодарности.

Он написал: «Имитация = зависимость + лесть + отделение. Вопрос: это привязывает?»

— Пример: после разговора с «имитатором» ты чувствуешь себя особенным. Ты чувствуешь, что тебе повезло. Но потом ты начинаешь бояться его потерять. Ты начинаешь искать его одобрения. Ты начинаешь чувствовать вину, если не следуешь его советам. Это не свет. Это зависимость. И чем красивее слова, тем опаснее имитация.

Он сделал паузу и подчеркнул:

— И запомните: имитация — это качество момента, а не природа человека. Человек может быть искренним и всё равно создавать имитацию. Это не делает его «имитатором». Это делает его человеком, который пока не умеет иначе.

Он написал на доске три вида имитации:

— Первый вид — имитация из страха. Человек привязывает, потому что боится остаться один. Второй вид — имитация из гордыни. Человек хочет быть нужным и незаменимым. Третий вид — имитация из незнания. Человек искренне думает, что помогает, а на самом деле связывает.

Кира тихо спросила:

— А как отличить имитацию от Света, если оба говорят красивые слова?

— По плодам, — ответил Артём. — Имитация всегда требует благодарности. Свет благодарен, но не требует. Имитация обижается, если её не благодарят. Свет не обижается. Он просто есть. И ещё одно: имитация говорит «я всегда с тобой». Свет говорит: «Ты справишься. И если что — я здесь».

Он привёл пример:

— Одна женщина пришла ко мне после сеанса у такого «имитатора». Она сказала: «Он сказал, что я должна приходить к нему каждую неделю. Иначе болезнь вернётся». Я спросил: «А что говорит ваш врач?» Она ответила: «Врач говорит, что всё хорошо. Что болезнь уходит». И тогда я понял: это не целитель. Это тот, кто держит. Потому что настоящий целитель радуется, когда пациент перестаёт в нём нуждаться. А имитатор — огорчается.

3. Тьма

— Тьма — это застой, холод, контроль, распад, страх, принуждение. Тьма не уважает свободу. Она требует. Она подавляет. Она разделяет. Она не терпит вопросов.

Он написал: «Тьма = контроль + страх + распад. Вопрос: это подавляет?»

— Пример: после общения с тёмным человеком ты чувствуешь себя меньше, чем был. Ты чувствуешь страх, вину или пустоту. Ты не хочешь задавать вопросы. Ты хочешь просто уйти. Это не боль. Это Тьма. И она не всегда выглядит страшно. Иногда она выглядит как «строгая любовь» или «справедливость». Но плод у неё один: ты становишься меньше.

Он сделал паузу и добавил:

— Но здесь есть важное различие. Тьма не просит помощи. Она требует власти. Боль просит. Тьма требует. И если ты не различаешь, ты будешь воевать с теми, кто просто страдает. Или жалеть тех, кто причиняет вред.

Михаил поднял руку и уточнил. Его голос был ровным, как у человека, привыкшего к точным формулировкам:

— А если человек в ярости кричит, разрушает, пугает? Это Тьма или боль?

— Это может быть боль, — ответил Артём. — Боль, которая не умеет говорить иначе. И если ты не уверен — считай, что это боль. Потому что с болью можно быть рядом. А с Тьмой — только держать границы.

Он привёл пример:

— Однажды ко мне привели мужчину. Он кричал на жену, обвинял её во всём, бил посуду. Все считали его «тёмным». А когда я с ним поговорил, оказалось, что он потерял работу. И не знает, как сказать об этом жене. Его крик был не Тьмой. Это была боль. Боль, которая не умела говорить словами. Когда он научился говорить, крик прекратился.

4. Боль

Артём помолчал, а потом заговорил медленнее. Его голос стал мягче, словно он говорил о чём-то очень важном:

— Боль — это не Тьма. Боль — это сигнал. Это рана, которая просит помощи. Боль может быть громкой или тихой. Она может пугать. Она может злить. Но она не привязывает. Она не контролирует. Она просто есть.

Он написал на доске: «Боль = сигнал + просьба + рана. Вопрос: это просит помощи?»

— Боль бывает разной. Боль-сигнал — тело или душа говорят: «Здесь рана. Обрати внимание». Боль-крик — человек не умеет просить иначе, поэтому кричит, злится, разрушает. Боль-маска — человек прячет боль под агрессией, иронией, контролем. Боль-привычка — человек привык страдать и не знает, как иначе.

— И запомните: боль не привязывает. Она просит. Она может быть громкой, но она не требует власти. Боль говорит: «Мне страшно. Помоги». Тьма говорит: «Ты должен. Подчинись». Боль просит. Тьма требует.

Он привёл пример:

— Женщина, которая кричит на мужа, может быть в боли. А может быть в Тьме. Различие — в плодах. После её крика он становится свободнее или меньше? Она просит помощи или требует подчинения? Если просит — это боль. Если требует — это Тьма. И ваша задача — не назвать, а различить. И если не уверены — считайте, что это боль. Потому что с болью можно быть рядом. А с Тьмой — только держать границы.

Лара тихо спросила:

— А если человек привык быть в боли? Если он не хочет выходить из неё?

— Тогда это боль-привычка, — ответил Артём. — И она требует не спасения, а присутствия. Вы можете быть рядом. Вы можете предложить выход. Но вы не можете вытащить его силой. Потому что боль, которую отняли силой, возвращается. А боль, которую человек прошёл сам, уходит навсегда.

Он добавил:

— И ещё одно. Боль не требует, чтобы ты её победил. Она требует, чтобы ты был рядом. И если ты начинаешь её «устранять», ты, возможно, устраняешь не боль, а свою беспомощность. А это уже не помощь. Это бегство.

Этика различения: как не навешивать ярлыки

Артём вернулся в круг. Его голос стал тише, но в нём появилась та особая тяжесть, которая бывает у человека, говорящего о том, что пережил сам:

— Теперь самое важное. Различение — это не ярлык. Когда вы называете что-то «тёмным» или «имитацией», вы не ставите диагноз человеку. Вы описываете качество энергии, намерения или плодов. И это описание должно быть осторожным.

Он написал на доске: «Я вижу качество энергии. Я предполагаю имитацию. Я не ставлю диагноз человеку».

— Почему нельзя сказать пациенту: «Ты тёмный»? Потому что это ярлык. Потому что это власть. Потому что это лишает его свободы. Вы не знаете до конца, что это. Вы предполагаете. И это предположение должно быть мягким.

Кира спросила. Её глаза были влажными, но голос звучал твёрдо:

— А как говорить, если я действительно вижу что-то?

— Говорите о качестве, — ответил Артём. — Не «ты тёмный», а «я чувствую здесь контроль». Не «это имитация», а «мне кажется, это привязывает». Не «это боль», а «я вижу, тебе больно, и я не знаю, что это». И всегда добавляйте: «Я могу ошибаться».

Он сделал паузу. Огонь свечи дрожал, и его отблески играли на лицах учеников:

— И запомните: различение — это не приговор. Это инструмент. И если инструмент используется для власти, он становится оружием. А мы — не воины. Мы — те, кто держит фонарь.

Он написал на доске запрещённые слова: «Тёмный. Имитатор. Привязчивый. Опасный».

— Эти слова можно использовать только в супервизии, с коллегами, для описания качества. И никогда — как диагноз человеку. Потому что человек — не «тёмный». Человек — это человек. А то, что вы видите, — это качество энергии, имитация или боль. Но не сам человек.

Он добавил:

— И ещё одно. То, что вы называете «Тьмой», может быть частью чужой традиции. То, что вы называете «имитацией», может быть ритуалом. Прежде чем различать — спросите: «В каком контексте это существует? Что это значит для самого человека?» И если не знаете — не называйте. Потому что ваше незнание — не Тьма. Это просто незнание.

Когда целитель сам — источник имитации

Артём помолчал и перешёл к следующей части. Его голос стал жёстче, словно он говорил о том, что не терпит возражений:

— А теперь — самое неприятное. Мы говорили об имитации у других. Но что, если имитация — это вы? Что, если вы привязываете пациента, потому что боитесь остаться ненужным? Что, если вы льстите ему, потому что хотите благодарности? Что, если вы отделяете его от других, потому что хотите быть единственным?

Он написал на доске три вопроса:

— Первый: «Я хочу, чтобы он стал свободнее — или чтобы он вернулся ко мне?» Второй: «Я говорю правду — или говорю то, что ему приятно?» Третий: «Я отпускаю его — или держу?»

— Самый опасный имитатор — тот, кто искренне верит, что он — Свет. Потому что он не проверяет себя. Он уверен. И эта уверенность делает его слепым. Я знал таких целителей. Они были искренними. Они действительно хотели помочь. Но они привязывали. И их пациенты становились зависимыми. А они не понимали, что происходит. Потому что не задавали себе эти три вопроса.

Дмитрий резко сказал. Его голос был жёстким, но в нём звучала не агрессия, а честность:

— Я знаю это. Я сам так делал. Я хотел быть нужным. И я привязывал людей. А потом удивлялся, почему они уходят.

— И что помогло тебе? — спросил Артём.

— Я начал задавать себе вопрос: «Это нужно ему или мне?» И честно отвечать. Иногда ответ был: «Мне». И тогда я останавливался.

— Это и есть различение, — кивнул Артём. — Не оценка себя как «плохого» или «хорошего». А видение: вот здесь Свет, вот здесь имитация. И теперь ты можешь выбрать, что усилить, а что отпустить.

Критерии проверки: три вопроса

Артём встал и написал на доске три вопроса крупными буквами:

1. Это освобождает или привязывает?

2. Это делает меня честнее или удобнее?

3. Это соединяет меня с людьми или отделяет?

— Эти три вопроса — ваш главный инструмент различения. Они работают не сразу. Плоды проверяются временем. Через день. Через неделю. Через месяц. Если после общения с человеком, после сеанса, после практики вы становитесь свободнее — это Свет. Если зависимее — это имитация. Если честнее — это Свет. Если удобнее — это имитация. Если ближе к людям — это Свет. Если дальше — это имитация.

Илья поднял руку:

— А если плоды смешанные? И свобода, и зависимость?

— Тогда это смешанное качество, — ответил Артём. — И это нормально. Мир не делится на чёрное и белое. Но вы должны видеть, чего больше. И если вы не уверены — не действуйте. Скажите: «Я предполагаю. Я могу ошибаться».

Он добавил четвёртый вопрос:

— И ещё один вопрос, который помогает проверить временем: «Это выдерживает время?» Потому что имитация ярка в моменте, а Свет проверяется временем. Через месяц имитация тускнеет, а Свет становится ярче.

— И ещё одно. Эти вопросы работают не только для других. Они работают и для вас. Когда вы хотите помочь — спросите себя: «Это освобождает его или привязывает ко мне?» Когда вы хотите спасти — спросите: «Это делает его честнее или удобнее для меня?» Когда вы хотите быть нужным — спросите: «Это соединяет его с людьми или отделяет от них?»

Практика «Спектр намерения»

Артём раздал листы бумаги. Они были слегка влажными от вечернего воздуха, и чернила на них ложились мягко, чуть расплываясь.

— Сейчас мы выполним практику, которая называется «Спектр намерения». Она поможет вам увидеть, где в вашем намерении Свет, где имитация, где Тьма и где боль.

Он объяснил задание:

— Возьмите лист и разделите его на пять колонок: «Свет», «Имитация», «Тьма», «Боль» и «Что я хочу усилить». Вспомните одну ситуацию, когда вы хотели помочь. Не важно, пациент это или близкий. Запишите в колонки: что в вашем намерении было от Света? Что от

имитации? Что от Тьмы? Что от боли? И в последнюю колонку — что вы хотите усилить в следующий раз?

Ученики склонились над листами. В беседке тихо, только перья скрипели по бумаге да ветер шуршал в голых ветвях дуба.

Через пятнадцать минут Артём попросил желающих зачитать свои записи.

Кира читает. Её голос дрожит, но она не останавливается:

— Свет: я хотела, чтобы ей стало легче. Имитация: я хотела, чтобы она была мне благодарна. Тьма: я хотела, чтобы она делала так, как я говорю. Боль: я боялась, что если не помогу, то я плохая. Что я хочу усилить? Свет. И признать боль. Потому что боль — это не Тьма. Это сигнал.

— Спасибо за честность, — говорит Артём. — Это и есть различение. Не оценка себя как «плохой» или «хорошей». А видение: вот здесь Свет, вот здесь имитация, вот здесь Тьма, вот здесь боль. И теперь ты можешь выбрать, что усилить, а что отпустить.

Михаил читает. Его голос сухой и чёткий, как у военного врача:

— Свет: я хотел спасти жизнь. Имитация: я хотел быть героем. Тьма: я злился, когда он не слушал. Боль: я боялся, что не справлюсь. Что я хочу усилить? Свет. И признать боль. Потому что боль — это не Тьма. Это сигнал. И если я её признаю, я не буду действовать из неё.

— Хорошо, — кивает Артём. — А что бы ты усилил в следующий раз?

— Свет. И признал боль. Потому что боль — это не Тьма. Это сигнал. И если я её признаю, я не буду действовать из неё.

Практика «Три вопроса» на карточках-кейсах

Артём раздал карточки. Они были небольшими, плотными, с шероховатой поверхностью. На каждой был написан один кейс.

— Сейчас один из вас будет «наблюдателем», второй — «тем, кто видит». Наблюдатель читает карточку. Задача второго — задать три вопроса: «Это освобождает или привязывает? Это делает честнее или удобнее? Это соединяет с людьми или отделяет?»

Ученики разбились на пары. Илья работал с Павлом, Кира с Еленой, Глеб с Ларой, Михаил с Артёмом. В беседке стало тихо, только карточки шуршали в руках.

Через десять минут Артём попросил всех сесть в круг.

— Что было труднее всего?

Лара ответила. Её голос был задумчивым:

— Труднее всего было не назвать сразу. Я хотела сказать: «Это Тьма». А вместо этого пришлось задавать вопросы.

— Это и есть различение, — сказал Артём. — Не спешить с названием. Сначала — вопросы. Потом — вывод. И всегда — с оговоркой: «Я могу ошибаться».

Он попросил разобрать три типичные ошибки.

Илья сказал:

— Я перепутал имитацию с болью. Я думал, что человек привязывает меня из зла. А он просто боялся остаться один.

— Хорошо, что ты это увидел, — кивнул Артём. — А что помогло бы тебе различить?

— Вопрос о свободе. Боль не привязывает. Она просит помощи. А имитация требует, чтобы ты остался.

Кира сказала:

— Я перепутала Тьму с болью. Я думала, что человек контролирует меня из зла. А он был в панике и не знал, что делает.

— И это самая частая ошибка, — сказал Артём. — Поэтому мы и говорим о ней отдельно. Если не уверен — спроси: «Это просит помощи или это требует власти?» Боль просит. Тьма требует.

Михаил сказал:

— Я перепутал психиатрию с бесом. Пациент говорил, что в него вселились. А это был психоз.

— И это самая частая ошибка, — сказал Артём. — Поэтому мы и говорим о ней отдельно. Если не уверен — считай, что это не тонкий план. Сначала врач.

Домашнее задание

Артём раздал листы. Они были исписаны его ровным, разборчивым почерком.

— На эту неделю у вас четыре задания. Первое: ведите дневник различения семь дней. Записывайте по схеме: «Что я почувствовал? Как назвал? Какой вопрос задал? Что оказалось? Что сделал?» Второе: найдите в своей жизни ситуацию, когда вы перепутали имитацию с болью или Тьму с болью. Запишите её. И ответьте на вопрос: что помогло бы вам различить? Третье: проведите практику «Спектр намерения» ещё раз — с другим случаем. Четвёртое: поговорите с супервизором. Спросите: «Какие слова я использую, когда описываю людей? Не пугают ли они? Не ставят ли ярлыки?»

Он добавил:

— И ещё одно. Не называйте людей «тёмными» или «имитаторами». Даже в мыслях. Потому что слова формируют реальность. И если вы называете человека тёмным, вы начинаете видеть в нём тьму. А это уже не различение. Это ярлык.

Он помолчал и добавил:

— К концу этой недели вы должны уметь три вещи. Первое: задавать вопросы раньше, чем называть. Второе: говорить «я предполагаю» и «я могу ошибаться». Третье: видеть в человеке не ярлык, а качество энергии и плоды. Если вы умеете это — вы готовы к следующей лекции.

Закрытие. Дневник Артёма

Артём погасил свечу. Фитиль зашипел, и тонкая струйка дыма поднялась к потолку, растворяясь в темноте.

— Свет, который мы отдаём, не гаснет. Но он не должен слепить. И не должен обжигать. Сегодня мы учились различать. Но главное — мы учились не спешить с названиями. Потому что имя — это власть. А власть без любви — это насилие.

Он помолчал и добавил:

— В первой лекции мы спрашивали: «Кто смотрит?» Во второй: «Что он видит?» Сегодня: «Какого качества то, что он видит?» И ответ на все три вопроса один: «Я не знаю. Я предполагаю. Я могу ошибаться». И это не слабость. Это честность. А честность — это и есть свет.

Ученики расходились медленно, молча, каждый погружённый в свои мысли. Их шаги шуршали по мёрзлой траве, и этот звук постепенно затихал вдали. Артём остался в беседке один. Свеча уже погасла, и только тонкая струйка дыма поднималась к потолку. Он смотрел на неё и думал: «Одна свеча. Один вопрос. И ответ на него каждый из них даст сам». Он открыл дневник. Страницы были слегка влажными от вечернего воздуха, и чернила ложились на них мягко, чуть расплываясь. Он записал:

«Сегодня я снова понял: различение — это не оценка. Это видение. И если ты видишь Свет, имитацию, Тьму и боль — ты не судья. Ты — тот, кто держит фонарь. И твоя задача — не назвать, а помочь увидеть. А для этого нужно сначала увидеть самому. И не ослепнуть от собственного света».

«Свет не требует, чтобы ты его заметил. Свет скромен. Он не кричит о себе. Он просто светит. А всё, что кричит о своём свете, — это уже не свет. Это имитация. И если ты научился различать — ты научился главному: не верить словам, а проверять плоды. Не называть, а видеть. Не судить, а быть рядом».

Из дневника Артёма Бажаника, запись после третьей лекции курса «Карта невидимого: энергия, сущности и безопасность целителя»

Лекция четвёртая. Классификация энергии Света и Тьмы

«Тьма — это не отсутствие света. Это свет, который ты не захотел увидеть в себе». — Артём Бажаник

«Свет не доказывают кулаком». — Анна Степановна

«Свет не кричит о себе. Кричит только имитация». — Мария Васильевна Бажаник

«Всё есть яд, и всё есть лекарство. То и другое определяет доза». — Парацельс

Декабрь пришёл в Ольховку с первым снегом, и к вечеру сад уже был белым. Снег шёл мелкий, робкий, ещё не зимний, и ложился на голые ветви старого дуба тонким слоем. Он таял на тёплой крыше беседки и стекал вниз редкими каплями, и эти капли падали на деревянный пол с тихим стуком. Земля под ногами уже успела подмёрзнуть, и трава хрустела, когда на неё наступали. Воздух пах свежестью, дымом из печных труб и той особенной чистотой, которая бывает только после первого снега. Где-то вдалеке лаяла собака, и этот звук казался единственным живым в оцепеневшем мире.

Артём пришёл в беседку раньше всех. Он зажёг одну свечу, как и на прошлых лекциях, и поставил её на середину стола. Пламя дрожало от сквозняка. Рядом он положил три камня. Обсидиан лежал слева — тёмный, гладкий и холодный, как застывшая ночь. Цитрин лежал справа — золотистый, прозрачный и тёплый, словно кусочек летнего солнца. Янтарь лежал между ними — медовый, с вкраплениями, словно хранящий память о давно ушедшем лете. Артём провёл пальцем по каждому камню и почувствовал разницу температур.

Ученики собирались медленно, стряхивая снег с плеч и шапок. Кира принесла термос с имбирным чаем, и над столом поднялся пар, пахнущий лимоном и мёдом. Глеб принёс альбом с новыми рисунками, но не открыл его, а просто положил на колени. Мира стояла у входа, прислонившись плечом к столбу, и в её глазах была та взрослая внимательность, которая появляется у детей, переживших слишком много.

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.