

книга для женщин

# МАТКА



Alexandra Alma  
Alex&Ra

Александра Альма

**Матка**

«ЛитРес: Самиздат»

2016

**Альма А.**

Матка / А. Альма — «ЛитРес: Самиздат», 2016

Мы погрузимся глубоко в природу женщины, начнем с самой Вселенной и дойдем до современной женщины 21 века, до ее тела, эмоций, фантазий и самых заветных мечтаний. КТО МЫ ЕСТЬ на самом деле, голос Сердца, голос женского центра, оттуда, откуда появляется сама жизнь...В этой книге я описываю эффективные практики для женщин и даю упражнения, которые помогают женщине почувствовать себя настоящей женщиной...Реализовать себя как творческая личность, найти себя, свой центр, свое предназначение в этой жизни, поднять уровень энергии, сексуальности, финансовый уровень.Из книги вы узнаете: Направления и типы личности женщин по ветрамСексуальные практикиПрактики омоложенияМесячные - как сделать их приятным периодом времяпрепровождения Бизнес и женщина, где ее место?Эффективные упражнения и дыхательные техники для тонуса тела и духаи многое другое...

© Альма А., 2016

© ЛитРес: Самиздат, 2016

## Содержание

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| В поиске четырех ветров           | 7  |
| Встреча с человеком Силы          | 8  |
| Источники знания                  | 12 |
| Извне                             | 14 |
| Иллюзии                           | 15 |
| Вселенная...                      | 18 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 23 |

**Книга для женщин МАТКА , дополненное и переизданное**

**Автор: Александра Альма Alex&Ra AlMa**

Оформление обложки: Майла Кожевникова

Рисунки и фотографии: Александра Альма

На фотографиях с упражнениями: Александра Мнай

© COPYRIGHT 2015 Александра Альма

***Благодарности***

*Мексиканским целителям, которые обучали меня, наставникам: Juan, Paco, Marisol, Margarito, Crow Edgar.*

*Я благодарна всем тем, кто в меня верил и тем, кто в меня не верил.*

***О книге***

Несколько лет тому назад по воле удачного случая мне удалось встретить людей Силы, хранительниц древней женской мудрости, которые взяли меня в свою группу и поделились со мной сакральными женскими техниками. У меня был проводник в этот мир, незабываемая личность, человек, который долгое время работал и учился у Карлоса Кастанеды, пока судьба не свела его с группой мексиканских целителей, и он пошел своим путем.

Я почувствовала, что прикоснулась к Источнику Знания, и все то, что они мне дали, не могло сравниться ни с одной книгой, ни с одним семинаром, ни с одним тренингом, в котором я принимала участие до. Это было что-то настоящее, живое, целостное...

Время, проведенное с ними, перевернуло все мои представления о том, кто такая женщина, и о том, что сегодня навязывает нам современное общество, перевернуло всю мою жизнь, личные отношения, раскрыло во мне те ресурсы, которые так долго спали во мне.

Я чувствовала: «Вот оно! Что я так долго искала сквозь все свои скитания, встречи и расставания!.. Вот оно, действительно, женское знание! Пазл сложился!»-

Перед тем, как вернуться в Москву, мои наставницы дали мне магическое задание – написать книгу для женщин, в которой я смогла бы поделиться практиками и опытом, который получила, живя с ними.

И вернувшись, эта книга вышла из меня как-то сама, откровенным и динамичным потоком Энергии.

И сегодня я дарю ее Вам!

*от автора*

**Наш сайт для связи [Replege.ru](http://Replege.ru)**

**Отзывы**

\*\*\*

Наконец в России появилась Женщина, чьи книги стали для меня настоящими картами, столь необходимыми в этом удивительном путешествии по таинственному лабиринту реальности, добраться до центра которого, призывает нас Сердце! Книга "Матка" написана так просто и искренне, что даже самые сложные концепции (формулы) древних знаний, сможет понять и применить на практике каждая из нас. Пусть этот Путь длиною в жизнь, станет уникальной, осознанной Дорогой к Самой Себе!

*Российская певица, организатор и вокалист рок-группы «Маша и медведи», мать троих детей*

*Маша Макарова*

\*\*\*

Эта книга из тех, что втягивает в себя и мужчин, и женщин. Настоящая matka.

Альма делится своей историей, своим опытом очень честно, искренне. Нужна достаточная смелость, чтобы так обнажаться и делиться не только удачами, но и трудностями на пути. В процессе чтения возникает пространство доверия автору, пространство интимности общения, что поворачивает читателя к себе. Заряжает, вдохновляет на поиск собственного движения по этой жизни, на поиск своего пути. За интересным, увлекающим повествованием Альма делится смыслами, откровениями, знаниями, которые открывались ей в путешествиях и практиках. И в этом нет назидательности, есть пространство, в которое она приглашает и где каждый может взять и унести то, что нужно ему.

*Основатель и креативный директор центра развития "Вирдан", режиссер Первого канала программа "Новые Чудеса Света", психолог, инсайт терапевт, сценарист.*

*Татьяна Зайченко*

***Светлая память о папе Владимире***

***...Я не могу не писать...***

## В поиске четырех ветров

Я, как и большинство женщин, не люблю писать книги, утруждать себя этим утомительным занятием – обволакивать откровения в эту блеклость слов. Нам женщинам и так хорошо. Каждый день мы познаем мир напрямую. Мы заняты другим... Процессом. И нам нет нужды описывать все это в долгих трактатах.

Поэтому в основном известные духовные учителя – это мужчины: Кастанеда, Ошо, Гурджиев и так далее, и где-то в их рядах затесалась Блаватская. Исключение, подтверждающее правило. Это мужчины любят организовывать, писать, рассуждать, строить концепции, быть лидерами.

Но что делать, если я получила задание духа – написать книгу для женщин, для тех, кто, как и я, сумасшедшая и необузданная, полная жизни, искательница приключений. Для тех, кто настолько любит жизнь, что способен договориться со смертью.

Мы вместе с Вселенной, не знаем, что такое свобода, и где она обитает. Но ищем ее яростно и дико, выслеживая ее нежно и терпеливо.

Я не знаю, где эта планета, но я безумно хочу достать хотя бы маленький кусочек с неё. Это как запустить пальцы в прибрежный океанский песок, зачерпнуть горсточку, и сжать со всей силы в кулаке эти золотые песчинки, как взять чашу с эликсиром бессмертия и пригубить ее... Возможно ли испить её, и даже до дна? Дерзость... Вызов... Безумие... Но, по крайней мере, есть надежда...

\*\*\*

Я сидела в суицидальной Москве и блуждала мыслями о том, что мне всё давно известно, и что я здесь вообще делаю. Но, как оказалось, жизнь всегда преподносит сюрпризы. Как многого мы даже не представляем себе, насколько непредсказуемо многолика реальность. Лишь стоило проявить хоть немного напора, и я попала на другой конец света, затерялась в стране брухо.

## Встреча с человеком Силы

Все началось с того, что меня пригласили в Мексику... И не просто кто-то... А самый настоящий человек Силы... Можно его назвать и сумасшедшим авантюристом, и отшельником, и шаманом, и целителем, и экспериментатором жизни, и даже беспредельщиком, в общем, как ни назови – суть одна... Этот человек обладал Силой, Живой, Энергией, его глаза светились так, как мало у кого я встречала в этой жизни, и самое главное для меня лично, он из тех, кто был посвящен в Знания предков, в то, что идет от источника, от хранителей мудрости нашей великой планеты, которая намного старше всех нас и всех наших учений и моралей вместе взятых...

Зачем? Куда? Как?.. Я не заставила себя долго ждать, купила билет до Мехико, сделала визу, и вот после долгого межконтинентального перелета через океан, я стояла вся готовенькая в дверях аэропорта.

Хуан, тот самый человек Силы, в нашей совершенно случайной и в то же время совершенно не случайной, а скорее судьбоносной или называйте кармической встрече, да еще где, в Кремле... Ха-ха-ха... Одной единственной фразой зацепил меня так, что я сразу внутри себя согласилась ехать, он сказал: «У тебя особая энергия, но что за энергия я расскажу, если ты приедешь в Мексику»...

Мое тело, мое сердце, все мое нутро жаждало приключений, и вот, вот, вот он шанс почувствовать себя живой!!!

Хуан встретил меня в аэропорту, но я прилетела не одна, со стихами, пока я летела и смотрела на Атлантику с борта самолета, мне навеялись строки...

\*\*\*

*The airplane is following the sun,  
We lost the hours in the sky.  
My choice of freedom has already done,  
Though price of it is very high...  
My phone is blocked and I at last forget  
The world, the chains, the people who expect...  
I let them go away my mind.  
And throw at emptiness the sight.  
Oh! It's a private war, I know...  
Today you're high, tomorrow low...  
There is no reason for the lie -  
You know that every goes to die.  
Among the millions doors to find  
The door of freedom... it's so tight!  
I lost myself in paradise?!  
Look at my eyes!  
You'll find in them the ocean storm...  
Maybe I start to leave my form?..  
Today I land another ground.  
Another birds awake by sound.  
Another smells excite my tongue...  
Another flyers make me fun...*

**Перевод**

*Летит за Солнцем самолет  
Мы Время в небе потеряли.  
Свободы выбор уже сделан,  
Хоть ставки были высоки.  
Я отключила телефон,  
и, наконец, могу забыть  
Весь мир и всех людей, что были в нем записаны  
Я позволяю всем уйти из потерпевшего ума.  
Свой взгляд, бросая в пустоту.  
Я знаю – это битва между мной и мной!  
Сегодня – на вершине,  
а завтра можешь быть внизу.  
Нет никакой причины лгать,  
О том, что каждый смертен и бессмертен.  
И среди тысячи дверей, найти единственную ту,  
Ведущую к свободе,  
Может, я потеряла себя в раю?  
Посмотри в мои глаза!  
Ты найдешь в них штормы океана.  
Может, я начала терять свою старую форму?  
Сегодня я приземляюсь на новую землю.  
Сегодня другие птицы  
будут будить меня по утрам,  
Сегодня другие вкусы  
будут возбуждать мой язык,  
И другие Духи веселить мое сознание.*

\*\*\*

Мы сели на мексиканское метро, самое веселое метро, которая я видела в жизни, и очень дешевое – всего 3 песо, потом на автобус, потом на его машину и вот, наконец, добрались до ранчо, откуда началась моя новая жизнь.

Это было сказочное место в горах, где точно находится оно – секрет, который Хуан просил меня не открывать, огромная территория с фруктовыми садами, с футбольным полем, лес и что самое красивое – вокруг дома плотным кольцом стояли многовековые деревья.

У Хуана дом делился на 2 части: женская и мужская.

Мне показали мою часть, там была уборная с большим зеркалом, ванной, туалетом, спальня, зал для занятий спортом.

Еще один холл, где стояла машина Хуана, затем кухня – была общим пространством, и потом начиналась мужская сторона дома. Туда только по приглашениям и наоборот...

В мужской стороне был роскошный камин, магические предметы Хуана, журнальный столик, полки с книгами и огромная кровать, как он говорил для него и четырех женщин.

Именно здесь, на ранчо Хуана, я почувствовала такой сильный как яд и такой сладкий как эликсир – **вкус Свободы**.

Именно там я, наконец-то, перестала слушать всех вокруг, перестала быть тем самым ветерком, который дует то в одну, то в другую сторону, а встала на рельсы своего предназначения, поймала, как в серфинге, *свою волну*.

\*\*\*

*Мой наставник Хуан мне всегда говорил: «Свобода стоит дорого». – Да, это так, данная нам от рождения и отнятая всеми вокруг, она снова становится ценной, когда обретаешь способность мечтать...*

В этой книге я опишу историю – приключение одной женщины, которая хотела быть честной с собой, со своим Сердцем, хотела познать в себе истинную женщину, такой, какая она есть на самом деле...

Такой, какой ее создала Она-Вселенная...

И пусть какие-то вещи, описанные в этой книге, возможно, могут сильно пошатнуть сознание читателя. Но все это нужно воспринимать лишь как часть пути, через который пришлось пройти женской душе, ради того, чтобы обрести себя – обрести настоящую любовь.

Но каковы бы ни были эти падения или взлеты, все эти опыты в своей сути служили одной целью, сквозь тысячи скитаний, путешествий и встреч, открыть в себе истинную женщину, раз Вселенная дала такую возможность – родиться в теле женщины, так почему бы не заинтересоваться, а каков ее настоящий путь. Путь женщины...

Не то, что нам пытаются подsunуть все вокруг: реклама, мода, авторитетные мнения, а с тем, **что действительно ТВОЕ, с чем ты родилась, и то, что можешь развить.**

Я просто хочу понять себя, дойти до сердцевины. Я больше не хочу себе лгать, притворяться «хорошенькой» или «плохой девочкой», лгать своей природе, я не хочу от нее отрекаться, я лишь хочу гармонии между своим миром и миром, в котором живу сейчас.

\*\*\*

Я знаю, что описывая сейчас эти идеи, одновременно со мной в чьих-то головах, как минимум еще в двух, созрели те же самые плоды. Это энергетический закон трех. Если есть один, два, обязательно будет и три. Идеи приходят к нескольким людям одновременно.

Вопрос в скорости, кто первый их выразит, реализует в дело, тот и будет иметь успех. А кто-то предпочтет оставить их внутри себя, как сокровенный интимный клад.

К тому же, в своей книге, как и во всех произведениях, я в который раз опишу старые истины этого мира. Возможно, да, пусть так! Но я опишу их по-своему, и это будет еще одно уникальное самовыражение частички Вселенной, того, что было или будет открыто. Того, что рвется наружу, а мы лишь проводники...

\*\*\*

Все, о чем пойдет речь в этой книге, пришло ко мне в тот период, когда я жила в природе со своими наставницами.

Это было волшебное время жизни, когда я, глубже сливаясь с чистыми вибрациями Земли, открывала в себе новые органы чувств, новые центры сознания, новые вкусы, запахи, новые ключи взаимодействия с этим миром.

И когда мне пришлось снова вернуться в городскую жизнь, я больше не была прежней, во мне, как в детстве снова забурили творческие мотивы, которые были заблокированы московской суетной жизнью и некоторыми мужчинами, с которыми я тогда взаимодействовала.

Такое часто случается с женщиной, когда она еще не познала свой центр – матку, не нашла своего направления, и вот она барахтается от одного к другому, и не знает, где же во всем этом она... Но об этом чуть позже.

Большая мозоль на указательном пальце говорила мне о том, что тетрадь была полностью исписана, пока я пребывала в своем путешествии.

Теперь мне лишь оставалось перенести все в компьютер и издать книгу...

\*\*\*

Я раньше думала, что мы живем в то время, когда все доступно и открыто. Любое изобретение, сенсация, скандал становятся известными в считанные минуты. Время интернета, когда в сети, если постараться, можно откопать практически все. Ешь, не хочу.

Но как теперь, в этой гряде информации оделить зерна от плевел. Если раньше разные сорта семян лежали каждый по своим мешкам, то сегодня их высыпали все в одну кучу. И мы как курицы клюем все подряд.

Действительно, настолько все открыто? Не будем уж совсем наивными. Любой символ можно чуть-чуть подправить, любое движение чуть-чуть изменить, и практика уже не будет так работать.

Ничего особо не изменилось. Как и раньше знание закодировано. Как и раньше школы доступны лишь посвященным. Может, это и к лучшему, ведь знание – это очень опасная вещь. Знание – может убить. Если оно попадает в руки неподготовленного. К тому же мало, просто найти знание, его нужно впитать в себя, им нужно овладеть.

Никто не поведает вам истину мира и суть Вселенной. Это личная битва. Только вы сами можете познать ее. Даже если вам попытаются объяснить что-то из своего опыта, для вас эти слова будут пустым звуком, красивой сказкой, тренировкой фантазии. И проснувшись утром, вы забудете их как чей-то сладкий сон. И в тоже время Вселенная выражает себя и в этом, во всем, в каждом, ежесекундно. Реальность для одного – сказки для другого могут послужить импульсом начать действовать самой, начать своё собственное исследование. Идеи из книг могут настолько вдохновить читателя, что внутри него вспыхнет пламя жажды открытий. Поэтому я пишу книги.

В сравнение с личным опытом, все заключения из книг – просто «бла-бла». Но, как я уже описала, они имеют свою ценность, как и всё во Вселенной. Они зажигают мозг, заставляют включать воображение. А воображение, в свою очередь, является первым шагом на пути в неизвестное, нашей платформой, помогающей переживать невероятные эзотерические опыты.

Попав в Мексику, я окунулась в настоящий мир шаманов, целителей, курандерос с головой. О да... Это было глубокое погружение. Но я осталась жива. И всё, что я оттуда вынесла – все же не высказывания умных дяденек и тетенок, записанных на диктофон, а мое личное интимное исследование, за которое я заплатила высокую цену.

## Источники знания

Знания, как книги в огромной библиотеке Вселенной, берутся с полочки одними цивилизациями, потом благополучно кладутся обратно, забываются или теряются. Пока новые цивилизации снова не потревожат запылившиеся фолианты. Поэтому все было уже открыто, потеряно, забыто и открыто снова... Но мы не перестаем дерзать, так как это природа Вселенной.

Когда люди только вскрывают знание, это подобно тому, как кладоискатель раскапывает ценный клад, как ребенок с предвкушением распечатывает долгожданную коробку с подарками, тогда оно несет в себе мощный заряд, это как глоток свежего воздуха. Практики работают, движения вибрируют, все происходит по щелчку пальцев, но вскоре появляются разделения, трактовки, течения, проповедующие свои понимания пути, и струя начинает дробиться на множество маленьких струек, тем самым теряя былой напор. Знание рассеивается... Магия ослабевает. Так, к примеру, произошло с йогой, когда в ней появилось много школ и направлений. И вообще, многие элементы из йоги, цигуна, тайцзы-цуань, каратэ, тенсегрити и других дисциплин поразительно совпадают. Создается впечатление, что все это ветки одного дерева.

Когда мы делаем раскопки, натываясь на знания, мы не всегда понимаем, что с ними делать, и как их применять. Подобно тому, как другие цивилизации вдруг нашли нашу посуду – какие-нибудь тарелки, из которых мы едим. И не зная их практического применения, надели бы себе на головы и стали носить как шляпы. Так и ученые порой натываясь на древние иероглифы, статуэтки, барельефы, не ведают об их происхождении и делают выводы, совершенно далекие от их изначального предназначения. Если, конечно, предметы сами не захотят рассказать о себе.

Знание – это ответственность. Поэтому прежде, чем совершать какую-либо практику, нужно давать себе полный отчет в том, что вы делаете, нужно ли это вам вообще, и главное, что или кто за этим стоит. Чем выше вы поднимаетесь, тем сильнее спрос за то, что вы делаете. Одно дело ответственность за действия, совершаемые в материальной жизни, и совсем другой уровень ответственности в духовной практике. Наивысший.

Сейчас появилось много эзотерических школ, сект, каждая из которых проповедует свое. Но прежде, чем соглашаться и вступать во все это, нужно быть очень внимательной к тому, что они предлагают. Какой силе они служат? Какие цели они ставят? Битва за души продолжается. Ибо после того, как вы ввязались в кумитэ, приняли их предложение, вы переступаете определенную черту. Теперь вы берете ответственность за ваши дальнейшие действия на себя.

Поэтому, все же самый мягкий вариант, когда у вас есть преемственность знания, когда у вас есть наставник, а для женщин лучше наставница, духовная сестра, которая присматривает за вами. Мы, женщины, склонны к крайностям. Делать, так делать! Если мы за что-то беремся, мы делаем это тотально, быстро набираем обороты, и порой, если нас вовремя не остановить, все это может закончиться фатально.

*Практики, которые будут описаны в этой книге, если вы не уверены и не понимаете их, настоящая просьба не пытаться повторять без прямой передачи знания.*

\*\*\*

Я очень рада, что в последнее время все больше женщин начинают выступать и говорить о духовном развитии.

Но зачастую я в них узнаю тех школьных отличниц, которые прочитали от корки до корки «умную книжку», а теперь демонстрируют свое умение пересказывать близко к тексту, раскладывая такой цветной и красочный мир на белое «можно» и черное «нельзя», придавая жизни серость однозначности.

Строгие «учительницы начальных классов» грозят пальцем с экранов ютуба: «Это правильно, а это неправильно».

Я чувствую, что жизнь намного сложнее и многограннее, чем мы порой о ней думаем... чем даже мы можем представить себе, какие бы знания и опыт не пришли бы к нам, какими бы стройными они не казались, жизнь всегда готова преподнести новые сюрпризы.

Как было бы легко все заключить в правила и просто пользоваться ими... Но Вселенная никогда не останавливается. Вы находите для себя какую-то формулу, например: «The best or nothing», («Лучшее или ничего»), и она, действительно, начинает работать для вас месяц, год, два. Но потом нужно что-то новое. Движение. Обновление. Upgrade себя. Может, через какое-то время вы снова вернетесь к старым принципам. Но динамика. Вот что поддерживает жизнь.

\*\*\*

Когда вы выходите в *чистое восприятие*, в *другое измерение* или «*нагваль*». Там такие понятия, как «может быть», «возможно, так или иначе» «если..., то...» и другие ментальные мастурбации сами собой отпадают, как мох отваливаются от дерева истины. Если знание приходит, вы просто это **знаете**... Clearly (чисто). Ведайте.

Правда, когда вы возвращаетесь обратно – «с небес на землю», то можно даже не вспомнить то, что вы *знали* в тот момент, и что было открыто вами, из-за большого разрыва в восприятии. Еще сложнее выразить полученный опыт. Слова, рисунки, музыка делают титанические усилия для этого.

*Нагваль*...Его запах... Вы просто смотрите на вещь и *ведаете*, что она и для чего она. Вы представляете событие, человека, и вам показывается его нутро.

Мир *нагваля* непредсказуем. Оказаться в нем впервые – это равноценно ситуации, когда вы совершенно не умеете плавать, и вас вдруг бросают в открытый океан, в шторм. Волны накрывают, бьют в лицо, а вы барахтаетесь, пытаясь не задохнуться. Но постепенно, если вы выживаете, океан начинает приоткрывать вам свои тайны, он учит вас, как ориентироваться в нем, как грести, как плыть. Ударами своих волн он формирует ваше тело. Тоже проделывает с вами *нагваль*...

Знание – оно всегда ускользает. Оно переливается красками мира. Это как ухватить дракона за хвост. И вдруг вы получаете его. Вот она! Истина, которую вы познали на собственном опыте. Вы начинаете применять это знание – оно срабатывает раз, два, три. Уау! И тут вас охватывает сила, вы чувствуете уверенность в себе. И вот, когда вы уже уверены в себе на 100, на 200%! В этот самый момент, что-то случается. Жизнь проделывает с вами такую штуку, что вы снова оказываетесь ничего не понимающей и незнающей. Все ваши некогда великие теории и догадки в один момент крушатся, как елочные игрушки падают с новогодней елки и разбиваются. Все было так красиво и стройно. И хоп... Руки в крови, и вы сидите, разбитая, в полном ступоре и, как обычно в таких случаях, никого нет рядом. И снова стучит в мозг: «Почему?» -

*Вся эта жизнь дерзание за дерзанием, поиск за поиском. Пока вы на стороже, пока вы можете прислушаться к миру, осмотреться, задуматься, засомневаться. Вы развиваетесь. Хотя бы барахтайтесь, стучите лапками по воде. Как только вы все поняли, вы замираете – и жизнь вычеркивает вас из своего списка. Ну, если вы все поняли, зачем тогда дальше жить...*

## Извне

*Мои самые верные наставники -  
мое сердце, мое тело, мой дух..*

В чем заключается суть работы эзотерических семинаров, психологических тренингов и прочих такого рода мероприятий: вы платите им деньги, они дают вам пинок. Многим людям в некоторый период их жизни он просто необходим. Им нужен импульс извне. Свежий ветерок. Гораздо сложнее развиваться самой и каждый день перепрыгивать через свою собственную голову. Но и результаты этой работы нельзя переоценить.

Суть Вселенной в том, что она сама себя исследует, саморазвивается и претя сама от себя. Такова и наша судьба.

Когда вы будете уходить, когда госпожа Смерть будет нависать перед вашим лицом, никакой агент, инструктор не будет толкать вас, никто не вытащит вас из этого. Только вы и Она. Тет-а-тет. Private. (Приватно).

Около моего отца всегда было много людей, друзей, поклонниц, но когда смерть пришла к нему, почему-то никого не оказалось рядом, даже меня, его любящей дочери...

Это личная битва всегда. Но у людей развит шаблон поведения ждать знания откуда-то со стороны. Нас приучают к этому с детства.

## Иллюзии

### **Все начинается с родителей. Иллюзия номер один.**

Многие родители воздвигают для своих детей искусственные замки. Они их успокаивают, внушая, что все О. К., все под контролем, мама, папа все знают, все вопросы решат.

Меня кидало в такие глубокие воспоминания себя малышкой, что я чувствовала, как я видела в те дни, как лежала в люльке – и тогда я ВСЁ знала, реально, ВСЁ понимала. Передо мной раскрывалась горловина бездны с огромным длинным языком, которая вот-вот достанет до меня и заглотнет меня в свою бездонную пасть, вот-вот... Но мама поет песню, мама согревает, укутывает, убаюкивает своими сказками, вешает паутинку мне на глаза и мое видение становится не таким острым...

В детстве мне создали защитную оболочку: «Папа всё знает». – И я была уверена в этом. Он был моим Солнцем, центром. Светом в окне. Просто: «Иди за ним!» – Если что, за всеми вопросами обращаться к нему. Это был искусственный мир, где так уютно и надежно, и, казалось бы, легче дышать.

Но я стала подрастать. Все больше задавать вопросов, на которые не поступало ответов. А вместо ответов все больше запретов и правил. Они окружали меня, как взятого в плен беглеца, который долго спасался, ускользал, но все же был обнаружен и окружен беспощадным войском. Легкая паутинка защитной оболочки превратилась в тяжелые металлические доспехи, удушающие меня.

И вдруг, бах! В один прекрасный день вы снова открываете, что никто реально ничего не знает и ни в чем не уверен. И мнимая, такая удобная стена, ограждающая вас от бездны Вселенной, в момент обрушивается на вас. Пустота поглощает иллюзии и вас вместе с ними. Это порой приносит боль, разочарование, это опустошает. И наполняет... После того, как это произошло со мной – мое зрение ухудшилось, и мне понадобились годы восстановить его. Разочарование порождает близорукость. Мне больше не хотелось смотреть вдаль, вперед. Теперь мое будущее было туманным, призрачным, расплывчатым. Я не знала, что ждет меня завтра, где я окажусь... Больше никакой ясности, больше никаких гарантий.

Когда я стала работать учителем в школе, я поняла для себя, что надо быть честной с детьми. Проводя каждый день по много часов с 6-10 летками, я вдруг осознала, что они уже давно, на самом деле, взрослые личности. С ними нужно говорить на равных. Да, может, их тела меньше, какие-то физиологические функции пока недоразвиты, да, может, у них меньше IQ – набор зазубренных правил. Но... это они учили меня, а не я их. Они неожиданно выдавали такие фразы, вспышки осознания, от которых я просто входила в ступор. Все же они ближе к этой бездне, чем мы со своими теориями. Да, иногда они пытаются скопировать своих родителей, но эти маски так забавно и нелепо смотрятся на их детских личиках. Маски еще не приросли к ним и часто отклеиваются, и оттого это больше напоминает спазмы лицевых мышц. Когда как у взрослых все эти образы отработаны годами. Часто мне хочется вернуться в детство и быть как они. Прозрачной... Легкой...

Однажды я сидела на лавочке, а рядом была женщина с 2-х летним ребенком, и в течение 5 минут, она ему, наверно, раз 100 подряд практически без пауз сказала: «Нельзя! Нельзя! Нельзя!» – Мне стало немного не по себе, и я ушла. Запреты – это тоже некая защита для ребенка, замки на дверях, ведущих в пропасть... Но иногда этих замков становится слишком много, что личность просто не может полноценно раскрыться.

Следующим этапом идут школы, университеты. Нас приучают сидеть тихо за партой, не высовываться и списывать с доски, меньше думать, больше списывать, копировать, запоминать, заучивать.

Эти нескончаемые лекции в университете... Мои друзья из МГТУ им. Баумана говорили: «На парах парятся».— В этом есть доля истины. Где вы в течение многих часов подряд сидите, сопите и пишете, пишете... Хочется что-то возразить, высказать, хочется элементарно двигаться.

Да, нам преподносят на блюдечке знания, добытые потом и кровью за многие столетия, но с другой стороны, какое это подавление революционного духа искателя... Вы с каждым днем становитесь смиреннее и пассивнее. Если вы не согласны с системой, лозунг которой: «Всех под одну гребенку!» – Система сломает вас, и вы станете серостью. Вечно спешащей на работу, вечно смятой в метро, отсиживающей целлюлит в пробках... Либо вы как-то изловчитесь и выживете.

Мне всегда больше нравились семинары, чем лекции, на них хотя бы можно было вести диалог с преподавателем, быть активной участницей в этой ментальной игре, в этих фейерверках разума.

А еще больше мне нравилась сессия. Вот здесь начиналось творчество и настоящий адреналин. За 3 дня проглотить книгу. Особенно, если вы пропускали монотонные лекции, то она для вас как полная неизвестность, а завтра нужно разбираться и понимать суть предмета... Вы приходите на экзамен и выступаете как на арене цирка. Вот это импровизация и... лотерея! И снова бессонные ночи, вы погружаетесь в тему и для вас, как для самого первооткрывателя начинают вырисовываться эти зависимости, законы, а из них так красиво вытекают следующие. Вы сидите в своей студенческой комнатке общежития и открываете очередные попытки описаний правил Вселенной. Это так будоражит дух... Хочется жить! Но сессия заканчивается, и опять наступают депрессивные дни.

Как и везде есть обратная сторона луны. В итоге, мы перестаем самостоятельно работать над собой.

**Мы ждем подачек извне. Сначала от родителей, потом от педагогов, из книг, в вечном поиске духовных учителей...**

Многие мои знакомые-композиторы рассказывали мне следующие истории. Что до поступления в консерваторию ноты шли легко, сами собой, и муза не покидала их, как верная любящая жена.

После же его окончания ситуация кардинально менялась. Нагруженные правилами, схемами построения музыкальных предложений, они больше не могли писать. Вместо этого, они начинали вымучивать из себя партитуры. Да, теперь они знали тонкости сольфеджио, законы многоголосных инвенций, аспекты музыкальной литературы... Но больше так не искрило.

\*\*\*

Было бы замечательно, дать возможность детям выбирать самим, что им интересно. Демонстрируя перед ними опыт взрослых, предлагая разные темы, заметить и развить их талант. Это как разложить перед носом различные игрушки и сделать приглашающий жест. К чему потянутся руки малыша, на что загорятся его глаза, на том и сфокусироваться в его развитии.

Это не значит, что другие дисциплины нужно оставить совсем без внимания, но главный упор сделать именно на том, где есть интерес и талант.

Когда же детей грузят таким большим количеством предметов в школе, наскоками переключая с одной дисциплины на другую, не давая, в итоге, серьезно погрузиться ни в одну из них.

Мы выходим из школ такими вот «всезнайками», которые вроде и там, и там эрудированы, но в итоге, не блещут нигде, обо всем по немного, но без проникновения...

Так много лет из такого прекрасного возраста в жизни человека, когда он юн и светел, когда его ум такой гибкий и пытливый, мы отдаем школе, вместо того, чтобы заниматься рас-

крытием своих потенциалов, мы тратим гигантское количество энергии на ненавистную зуб-  
решку нелюбимых предметов.

А тот самый, неповторимый, природный дар продолжает спать, возможно, приговорен-  
ный быть нераспознанным до конца дней.

## Вселенная...

*...Только мы с тобой  
Вселенная и я,  
И бумага между нами...*

Солнце воистину светит для женщин. Мужчины получают лишь сотую часть его тепла. Вся энергия у женщин. Женщины уплетают сладкий пирог, а упавшие крошки с него подбирают мужчины. Женщины имеют соглашение с Вселенной. Они едины с ней, тождественно равны.

Но почему же вся власть, все позиции в этом мире у мужчин?..

Можно принять, что Вселенная – это женщина, которая любит себя в зеркалах. И в своем отражении она видит себя мужчиной, воплощение ее любопытства. Поэтому мужчина и женщина отражения друг друга, противоположности, разные миры, которым до конца никогда не понять друг друга. И с этим остается смириться.

**Можно достичь гармонии без слов.**

Как только мы, мужчина и женщина, начинаем слишком много говорить друг с другом. Зачастую, все это заканчивается скандалами и размолвками. Ох, уж эти длинные и утомительные разговоры на кухне. Может быть, вместо этого, лучше подарить взаимный массаж, попить элитный чай, посмотреть интересный фильм, наконец, заняться любовью. Мужчине и женщине нужно больше чувствовать друг друга, чем разговаривать. Да, общение между мужчиной и женщиной важно, но оно не должно превращаться в бесконечное выяснение отношений, ведь все равно вы их никогда не выясните. Оставьте место для загадки. Он и она...

\*\*\*

Мне нравится один красивый четкий образ, с помощью которого можно зарисовывать Вселенную, образ Кетцалькоатля или змеи.

В таком ключе ко мне пришли знания, когда я оказалась в Мексике.

Ведь там этот символ очень силен, на нем помешаны практически все мексиканские шаманы. И не только они. Культ змей, Драконов, змей-Горынычей известен и почитаем во многих цивилизациях, Адам и Ева и змий-искуситель...

Как я *видела*, драконы реально существовали и когда-то рассекали земное небо, вдохновляя и внушая благоговение древним цивилизациям. И они стали использовать этот красивый образ для описания существ из других миров. Также как использовали мощный образ Орла для описания силы смерти и рождения.

Когда змея свернута в кольцо, она находится в таком приятном, стабильном, замкнутом на себе состоянии, это женщина. Это дыра. Глубокая, бездонная, таящая в себе все.



Вот почему женщины особо ничего не хотят делать, создавать какие-то шедевры, открывать новые законы физики. Потому, что им уже хорошо. Зачем ей куда-то двигаться, если она в гармонии, она дремлет, пригревшись на солнышке, и хранит в себе все знания мира.

Женщина – это мудрость, потому, что она в балансе с самой собой. Она в кольце. Она защищена и неподвижна. Безмолвие, покой, пассивность.

Она начинает скучать, и змея поднимает голову. Вдруг ей становится любопытно, а что там?..

Вселенная изобрела мужчину потому, что Ей надоело заниматься мастурбацией. Ей захотелось узнать свою обратную сторону. Шиворот-навыворот. Влагалище наизнанку – член. Алхимия!

Она размыкает кольцо и отправляется на поиски, на исследования самой себя, на риск, авантюру, приключения. Это мужчина... Поднятая голова змеи, рубящий меч, война, стоячий член, удар, прорыв, открытие. Перемены...



В антропологии считается, что мужчины – это авангард эволюции. Желание что-то создавать, классифицировать, доказывать рождается от дисгармонии, что-то не так, что-то непонятно...

Мужчина – это метод. Маяк-стояк... Ушки на макушке. Он приносит факел. Он для нас женщин – наша палочка-выручалочка.

Во многих сказках мы знаем образ богатыря, мечом отрубаящего голову змеи или копьем протыкающего змея. Пример, Георгий Победоносец, изображенный на российских монетах.

Мужчина – меч, пронзает женщину – знание. Кровь как символ добычи, открытия, познания, вторжения, лишения девственности, замкнутости на себе, самовлюбленности.

Кровь – как святая печать контракта. Союз, скрепленный кровью.

Мужчина – это действие. Лидерство. Сила. Но в тоже время дисбаланс. Поэтому он всегда в поиске.

Посмотрите на космическую ракету. Она тоже имеет фаллическую форму. Старт, рев двигателей и ракета взлетает, пронзая небо, входит в пустоту Космоса. Как член входит во влагалище женщины. Мужчина кидается в неизвестность женщины. В ее страшную бездну. И она поглощает его.

Суть этого мира – война. А война – это и есть любопытство, движение, встряска.

Сильное пожирает слабое. Это энергетический факт. Мужчины физически сильнее женщин. Они склонны к насилию и любят подчинять. Поэтому еще с древних времен мужчины подчиняли женщин, брали их и были внешними лидерами. Конечно, сейчас мы стали более цивилизованными. Но, если вдруг случится какая-то катастрофа, то все вернется на круги своя. Хотя мы, женщины, знаем, что всем крутим мы. Неофициально. И каждый мужчина знает и чувствует это, но не признается. По крайней мере, не афиширует.

Женщина крутит мужчину на своем кольце, когда хочет, обводит его вокруг пальца. Но с другой стороны зачастую и мы – женщины оказываемся у мужчин на крючке. Кольцо на крючке. Взаимная игра.

За каждым выдающимся политиком, ученым, музыкантом стоит безумно талантливая женщина, которая вдохновляет его на эти подвиги. Но она в тени.

Женщина направлена на внутреннее, мужчина на внешнее, женщина – это ночь, мужчина – это день.

День пожирает ночь, ночь пожирает день. Мы видим за окном эту игру. Как закат уступает рассвету, а рассвет – закату.

Женщина – это круг, подобно изображению солнца с лучиками.



Вокруг неё всегда много мужчин-лучиков, поклонников. Она может выбрать лучшего из них. Они хотят попросить у неё энергию. Мужчины-попрошайки. Но в то же время без мужчин, женщина становится как луна, холодна и мистична, если убрать лучики, солнце превращается в луну.



С мужчинами рядом она снова начинает светиться, греть как солнце.

Лед – это оцепенение, предоргазмическое состояние женщины перед тем, как растаять. Мурашки по коже, игра, возбуждение, сначала надо съежиться, чтобы потом отжаться и стать водой.

Все эти танцы, наряды, косметика – все для привлечения внимания мужчин, чтобы они зажгли нас, как трамплин подбросили вверх.

Вселенная любит себя познавать, смотреться на себя в зеркалах под разными ракурсами. Она настоящая кокетка. Так змея охотится за своим хвостом.

Ей любопытно узнать, что представляет собой её хвост, её конец, её другая сторона, её противоположность. Змея сбрасывает старую шкуру и меняет окрас.

Так образуются новые миры, слои миров, луковицы миров. Каждый слой – её новая шкура, её новый цвет, подобно радуге.



Можно представить миры как лабиринты, вложения аквариумов, один за другим.

В одном таком аквариуме обитаем мы – светящиеся шарики, яйца, которые откладывают и выращивают существа второго порядка, *неорганики*. Мы их нежные слюнявые детки, такие хрупкие, полуслепые и почти беззащитные, которым они помогают, если от нас есть толк, если мы имеем силу прорваться дальше, или же мы – их еда, вкусные светящиеся, наивные лапочки-лампочки.



*«Аквариумы миров», Alex&Ra*

Вот в таком рисунке выразилось это видение.

Стенки аквариумов изображены в виде концентрических кругов. Наш мир – один из этих бесчисленных кругов, и от других миров нас отделяет лишь иллюзорная стена – ограниченности нашего восприятия. У кого-то она загрязнена или заставлена полками книг и правил, и ее нужно хорошенько протереть, чтобы увидеть соседние «аквариумы».

## **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.