

Йоги Бхаджан

*Фантазии
и Реальность*

Лекции
и
Медитации
Кундалини йоги

ISBN 978-5-903084-51-7

ББК 88.53

УДК 159.964.3

Йоги Бхаджан,
Сири Сингх Сахиб Бхай Сахиб
Харбаджан Сингх Хальса Йогиджи

Фантазии и Реальность

издание второе

перевод с англ.: Алла Сливкова

редакция: Жанна Волкова (Прокошина)

© пер. с англ. – ООО «Йога Экс-Пресс», 2008

макет обложки: Александра Бегиашвили,

Анна Доронина, Дмитрий Волков

вёрстка и иллюстрации: Дмитрий Волков

корректорская правка: Людмила Мельникова

© оформление и иллюстрации ООО «Йога Экс-Пресс»

© ООО «Йога Экс-Пресс» 2008-2016

Фантазия очень и очень безболезненна и в то же время крайне болезненна. В фантазии вы выходите за свои пределы, но она болезненна, потому что вы уходите от реальности, и от этого задыхается ваше праническое тело. В чём различие между фантазией и реальностью? На самом деле никаких различий нет.

Реальность – это практическое равновесие между фантазией и нереальностью. Реальность – это промежуточная ступень. Для того чтобы понять реальность, вы должны понять и фантазию, и нереальность.

– Йоги Бхаджан

ОГЛАВЛЕНИЕ

Внутренние способности и взаимосвязанные реакции	7
Внутренние способности и внутренние проекции – ваши друзья	27
Человеческое ядро и аспекты ментального темперамента	45
Ядро вашего «я» и место идентичности	67
Бог и я, я и Бог суть одно	83
День и его психическая энергия	99
Звёзды, равновесие и основная психическая структура человека	119
Контроль ума	127
Фантазии и Реальность	145
Достоинство, целостность и жизненное испытание	161
Сфера целостности	183
Целостность и давление личности	205
Живите согласно своей целостности	217
Духовный опыт и физическая целостность	235
Медитация «Руководство жизни»	251
Буджунг крийя	253
Дыхание для победы над временем, пространством и судьбой	255

Техника выполнения	
Обратной Молитвенной мудры	258
Благословляйте себя	259
Медитация благословения	261
Наука Нуля	265
Медитация Шунии	267
Медитация Шивы	
для активизации Третьего глаза	269