

LUMINOUS HEART OF INNER RADIANCE

Drawings of the Tögal Visions



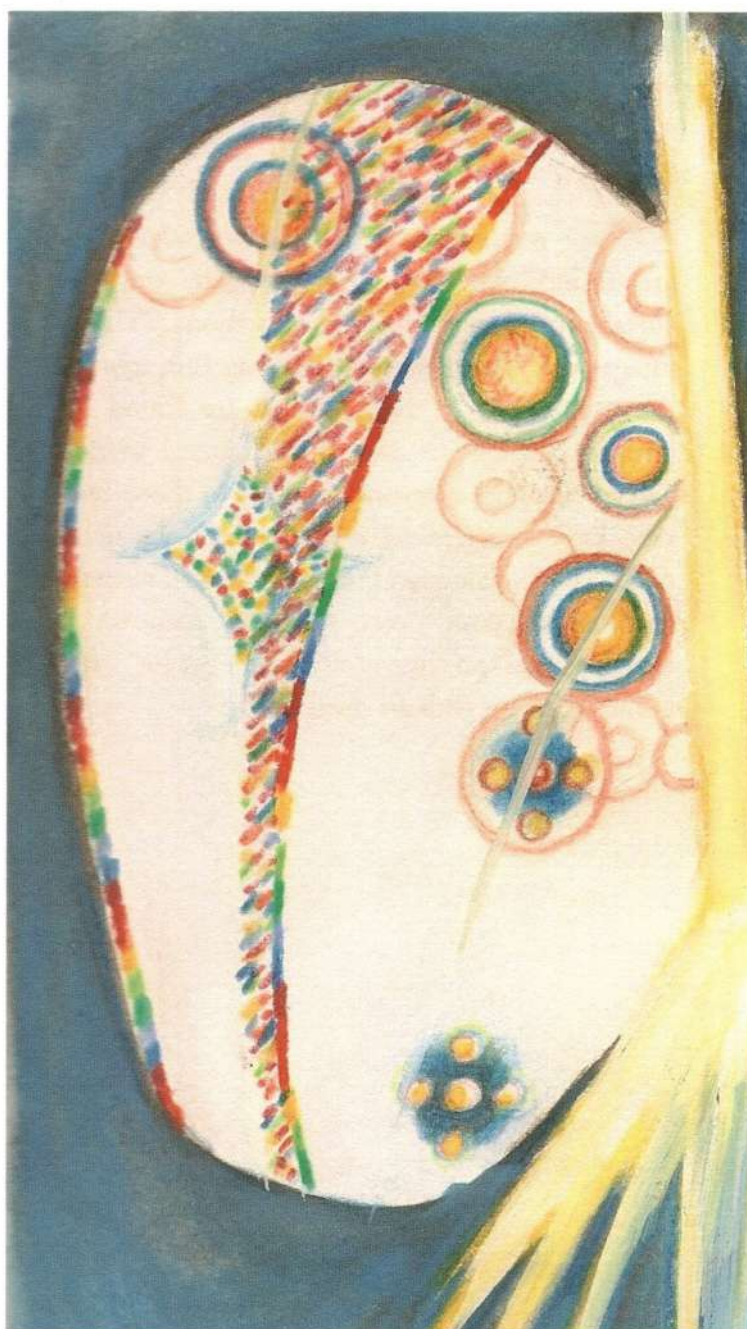
ROBERT & RACHEL OLDS

LUMINOUS HEART OF INNER RADIANCE

The rainbow-colored visions of Tögal are primordial; they are the first and most radiant aspect of manifestation closest to essence. They are a doorway to direct perception of the luminous union of essence and radiance. This union, this love, is a dynamic intent that has formed the sphere we call Earth and the visions of inner radiance. A coming together, a union of expression, produces the atmosphere we breathe, the ground we stand upon, the gravity that bonds us to the Earth, and the radiance in our hearts. There is a love, apparent and visceral, that is intrinsic to our experience of life. The images in the Tögal visions are woven throughout the very fabric of being.

Радужные видения Тогал первичны; они являются первым и самым ярким аспектом проявления, ближайшего к источнику. Эти видения - путь к непосредственному восприятию сияющего единства сущности и света. Это единство, эта любовь - действующий импульс, образовавший сферу, которую мы зовем Землей, а так же видения внутреннего света. Сближение, единство выражения, создают атмосферу, которой мы дышим, землю, на которой стоим, силу притяжения, что удерживает нас на Земле и сияние наших сердец. Эта любовь, ясная и естественная, свойственна нашей жизни. Изображения, возникающие в видениях Тогал, вплетены в саму ткань бытия.

Пожалуйста, относитесь с уважением к этим изображениям, где бы вы их не повстречали: в своем ли сердце, на поверхности озера или в этой книге. Эти изображения священны; они сотканы из самого бытия. Их можно найти в древних петроглифах и в мире природы. Они связаны не только с теми, кто пережил видения посредством практики Тогол, но с каждым из нас. Это ориентиры на пути, который уже проложен в вашем сердце. Они могут стать благословением и вдохновением для каждого, кто им откроется.





Посвящается изначальной природе, лежащей за пределами всех языков и культур, первопричине, что проявляется как реальный мир, проистекающий из концентрических сфер и линий, изгибающихся в безграничном пространстве, капле росы, падающей на поверхность озера.



ПРИЗНАНИЕ

Вы держите в руках книгу с изображениями видений Тогал. Мы решили показать их именно сейчас, потому что чувствуем, что эти видения заключают в себе аспекты, имеющие прямое отношение к данному периоду времени. Это не руководство по практике Тогал. Вы не найдете здесь особых техник или тайных сведений об эзотерическом пути. Вы обнаружите, если ваше сердце открыто, указания на неизменные естественные качества видения, называемого жизнью; море переживаний, в которое вы уже погрузились. Мы молимся, чтобы эти рисунки помогли пробудить уважение и признательность миру природы, желание чтить и хранить наш мир для будущих поколений.

Мы провели девять лет в ретрите в горах Северной Калифорнии. В течение первых 5,5 лет мы жили в простой землянке, которую сами построили в лесу у Тибетского Буддийского монастыря. У нас не было ни электричества, ни проточной воды. Но даже после переезда в небольшую хижину ближе к концу нашего ретрита, горные ручьи и крутые лесные тропы не перестали влиять на нашу жизнь и практику. Мы получали учение Дзогчен через передачу Тигле Гьячен и Chetsun Nyintik и привнесли их в свою практику. Однажды начав проявляться, видения Тогал сами становятся вашими учителями через непосредственное переживание за пределами слов.

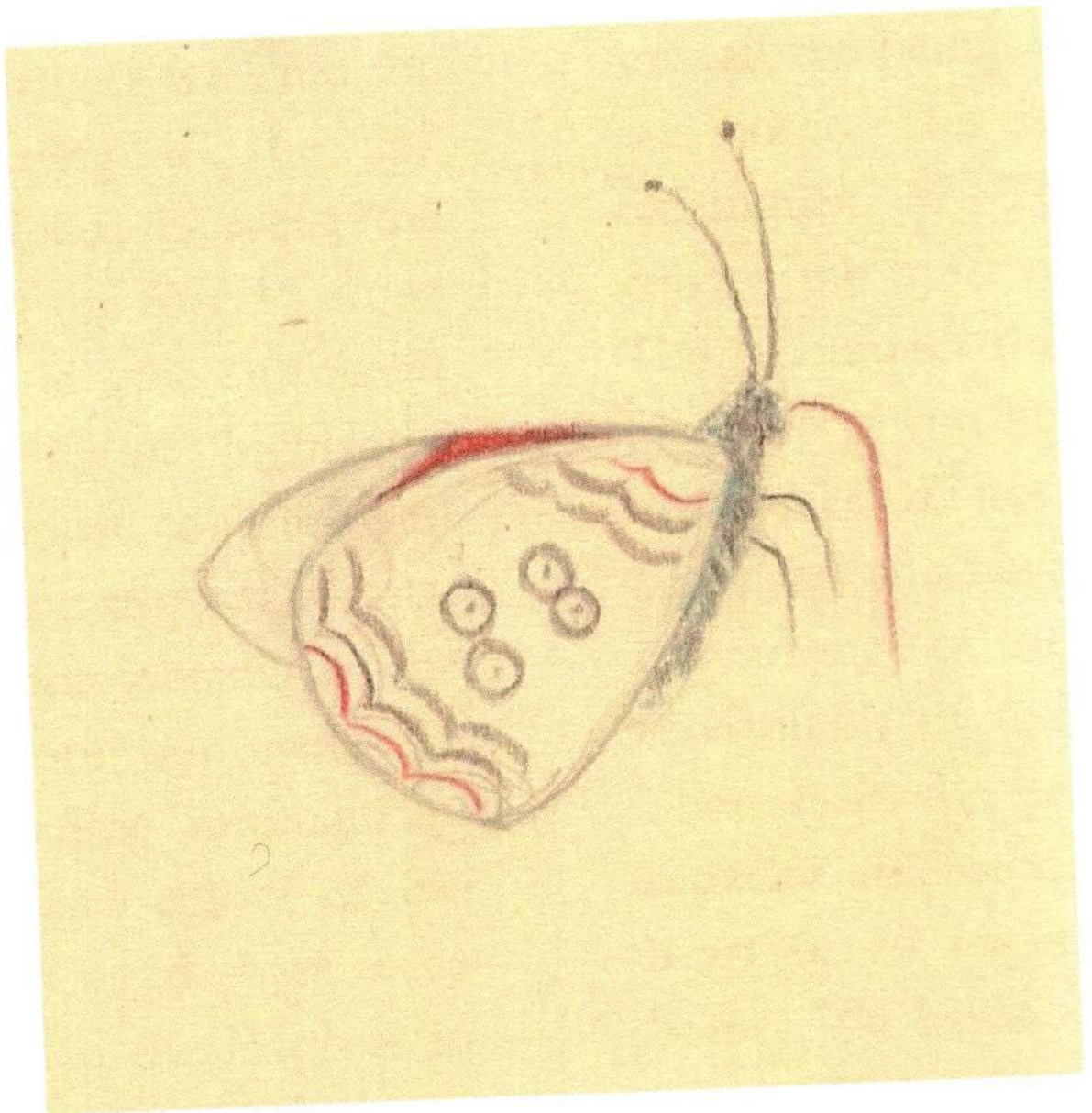
Процесс, с помощью которого Тогал преобразует само ваше существование, визуализирован. Эти визуальные элементы раскрываются красиво и необычно. Мы оба художники. Перед уходом в ретрит мы забросили свою карьеру, но годами накопленный опыт в области изобразительно искусства мы привнесли в свою практику. Экспрессия цвета, линии и формы – все это язык, на котором говорит наше сердце. Мы сохранили альбомы с набросками, чтобы поделиться с теми, кому интересны переживания открывшихся нам ясных видений. Эти изображения – послания из сердца бытия. Это молитвы истинного импульса, который изнутри придает форму жизни. Молитвы о том, чтобы все живые существа распознали свою неугасающую суть – свет и жили в гармонии с каждым проявлением видения, являющегося этой жизнью.

Мы вышли из ретрита в 2006 году по завершению пути Тогал, но вскоре обнаружили себя в другом ретрите в удаленной местности гор Коста Рики, где мы жили в течение двух лет перед тем как снова вернуться в 21 век. Соответствие видения, которым является наша жизнь с видениями Тогал, становится особенно заметно с ростом горных вершин. Но наиболее полного выражения природная жизнь достигает в тропических лесах.

Опыт переживания жизненной вибрации проявлялся на глазах. Видение этой жизни раскрывалось мгновение за мгновением в формах и цветах тропического леса, побуждая нас делиться этими рисунками именно в то время, когда Земля находится под угрозой, поскольку невежество людей возрастает, подвергая это удивительное видение опасности.

Чудеса и истина повсюду в природе, вокруг нас. Они здесь для того, чтобы мы их обнаружили и последовали их примеру. Учения вплетены в саму ткань бытия. Эти рисунки отражают величие нашей сущности, так же как и сущности камня, травы, деревьев, рыб, китов, слонов, земли, всех существ которые и составляют это видение. Это книга не о техниках Тогал, но она описывает ключевой аспект пути. Техники сами по себе довольно просты, но даже если вы получили на них передачу, они не сработают, пока вы не будете открыты и пока не отпустите все облака, затмевающие свечение вашего сердца. Это руководство к распознаванию единства жизни. В сердце каждого из нас есть возможность воссоединиться со священной сущностью бытия и вернуться домой.

Мы начнем с узоров на крыльях маленькой бабочки.



2



ВИДЕНИЕ, НАЗЫВАЕМОЕ ЖИЗНЬЮ

Мы сидели в небольшой хижине, которую построили в горах Таламанка (Коста Рика), и негромко обсуждали возможности поделиться переживаниями Тогоал с другими. Двери были открыты настежь и сквозь полуденный свет мы смотрели на проплывающие над долиной облака, которые спасали от жары. Маленькая бабочка показалась у хижины и впорхнула внутрь через открытые двери. Бабочка пролетела совсем близко и приземлилась в наших сердцах. Яркий иссиня-черный цвет на верхних крыльях бабочки эхом отзывался в глубине нашей природы, в точности как мы пережили это ближе к завершению практики Тогоал. И пока наш друг оставался в наших сердцах, мы увидели четкие формы двух соединяющихся кругов, на этот раз изображенных на тонкой поверхности сложенных крыльев бабочки.

Маленькая бабочка была одним из многих проявлений сущности. Внутри каждого аспекта сущности существует импульс. Этот импульс не является чем-то эзотерическим, тем, что сложно обнаружить, или тем, что предназначено только для ушедших в горы. Этот импульс вплетен в чистое чудесное выражение, которым является наша жизнь. Модель этого мира, энергия бытия - это любовь. Любовь настолько сильная, что может заставить вас плакать от всего сердца, и она же может забрать вашу жизнь. Это наслаждение всей полнотой жизни, это яркость солнечного света, который может ослепить, сжечь вас или же согреть и утешить; все,

что нужно знать – как с этим жить. Эта искренняя любовь, этот импульс, соединяются в изначальной сути, единении в отдаче. Единение – это два аспекта, сливающихся в один, подобно двум каплям росы плавно соединяющихся на поверхности листа. Самое главное в жизни - снова объединить нашу суть с бытием, избавиться от всего, что скрывает или мешает этому единению.

Это единство, эта любовь – действующий импульс, образовавший сферу, которую мы зовем Землей, а так же видения внутреннего света. Сближение, единство выражения, создают атмосферу, которой мы дышим, землю, на которой стоим, силу притяжения, что удерживает нас на Земле и сияние наших сердец. Эта любовь, ясная и естественная, свойственна нашей жизни. Сила притяжения, космос, время, плотность, световой спектр, единство и сферы - все в своей основе содержат безусловную любовь, которая обеспечивает поддержку, благодаря которой мы учимся и растем.

Единство намеренья, выражение мира, не является в виде иллюзии, призванной сбить вас с толку. Оно не становится заблуждением, заставляющим страдать, опускать руки и убегать. Это так же не сон, не видение, способное соблазнить. Целостное выражение существования - это видение, священное видение, жизненный импульс, вплетенный в ткань бытия, живущий в силе намеренья как формы и цвета на крыльях маленькой бабочки, коснувшиеся наших сердец, призывающие нас к откровению на закате этой эпохи. Пока бабочка покоилась в наших сердцах, мы разговаривали о том, что всё возникающее перед нами показывает путь возвращения. Всё является священным посланием к вам и всем живым существам; посланием, помогающим вернуться. Этого невозможно избежать. Родиться человеком – это уникальный дар, позволяющий распознать это послание и ответственность за видение, которым является жизнь. Это дает нам возможность сохранить ее для будущих поколений. Сейчас осознание ответственности особенно необходимо, поскольку человеческий потенциал к отдаче, к возвращению, умирает из-за неведения, незнания людей своей природы.

Видения живые; у них есть особое предназначение. Они сотканы из любви, которая приводит нас к себе с помощью красоты и радости, и эта

же любовь через боль учит нас чувствовать пламя. Видения, созданные любовью, возникают без усилий, как рассвет, капля росы, земля под ногами. Ясно и динамично мир природы заговорит с вами через камень, землю, небо, растения, животных, даже с помощью людей, которые, казалось бы, ничего не знают об этом импульсе, и все же являются посланниками этой любви.

Эта книга с рисунками – послание импульса, любви, стремящееся охватить видение этой жизни, принять весь спектр сияния этой любви. В этом наша задача – напомнить, вернуть к этому импульсу, объединиться в этой пылающей любви; следовать посланию жизненного импульса, почитая и любя его также, как и он любит нас в божественном единстве.

Нам предначертано пробудиться и жить естественно со всем проявленным, жить просто, в гармонии с этим видением, не отделяя себя от мира природы. Нам суждено охватить всю Землю, заключая в себе это видение, не путая его с умом. Нам предназначено жить с этим видением также легко и свободно, как оно возникает в наших сердцах.



ТОГАЛ

ДРЕВНЕЙШИЙ ПУТЬ РАДОСТИ

Тогал – это динамичный процесс видения, возникающий в вашем сердце из самой сути всех явлений. Это связь, практика достижения благодати. Видения внутреннего света всегда присутствуют в светящемся семени или сфере, которая покоится в сердце каждого существа. Взаимодействие с видениями – это древний Путь Радости, также известный как Тогал; глубокая связь с проявлением жизненной энергии в ее чистейшей форме, естественная практика, свободная от ограничений языка или культуры.

Радужные видения Тогал первичны; они являются первым и самым ярким аспектом проявления, ближайшего к источнику. Они не случайны; они возникают одинаково для всех и в той же последовательности. Это не зрительный образ, не творение ума; эти видения возникают за пределами слов и учений. Они очень просты и органичны. Эти видения – путь к непосредственному восприятию сияющего единства сущности и света.

С помощью этой практики вы открываете доступ к особому каналу света, который соединяет сердце и глаза, и дает начало циклу трансформации видения, которым и является Тогал. Стадии пути Тогал известны как Четыре Видения, но они более ясны для понимания как четыре аспекта одного процесса видения, который движет вами на пути к неделимому единству сущности. Четыре видения – это не отдельные явления, или снимки, которые постепенно становятся четче; они

представляют собой живой процесс видения, который распространяется на годы ежедневной практики. Цикл видений можно разделить как круг на четыре сегмента, четыре аспекта переживания, как смена времен года или стадии роста растения или человека, но они, все же, остаются частью одного круга. Это включение всех аспектов едино со всей жизнью. То, что четыре аспекта Тогоал следуют природным циклам Земли, не совпадение. Они возникают из того же источника; видения Тогоал становятся вашим учителем также как Земля остается им с вашего рождения, через непосредственное переживание сердца.

Путь Тогоал очень древний. Практика природы сердца возникла из прямого естественного переживания задолго до того, как она стала известна как Махасандхи, Маха Ати, Дзогчен, или Великое Совершенство. И хотя на западе эта практика была представлена в контексте Буддизма как Дзогчен, происходит она не из Буддизма. Смешение произошло во времена, когда одну из ветвей этой практики привезли из Индии в Тибет. Происхождение пути природы сердца намного древнее, и соответственно практика ориентирована по-другому. Первая благородная истина Буддизма о том, что этот мир есть страдание, начинает путешествие совсем не в том направлении, в котором это делает Дзогчен, отправной точкой которого является распознавание постоянно пребывающего сияющего сознания.

Это распознавание влечет за собой изменение на тонком уровне: вы видите контраст между ограниченными, но в то же время эфемерными аспектами ума и ясным небом вашего сердца, объятие всего живого, открытость, естественную и неизменную. В этом обширном как небо переживании присутствует знание, находящееся за пределами любых концепций, как открытые безграничные объятия. Это святящееся сознание ни что иное как осознанная сущность, отражающаяся из ваших сердец и всех проявлений. Наши глаза, земной шар, капля росы на кончике листа, абсолютная удивительная истина повсюду вокруг нас прямо сейчас, постоянно пребывающая и в то же время всепроникающая, касающаяся каждого и в то же время безграничная, за пределами эго.

Совершенный путь природы сердца включает единство узнавания святящейся осознанности и видения внутреннего света; это единство и

есть практика Тогал. Без Тогал не может быть Дзогчен, хотя Тогал не слишком широко практикуется и преподается на западе. Это привело к тому, что внимание стало направляться на восприятие ума и на философские рассуждения о святящемся сознании, при отсутствии прямого переживания внутреннего света, его проявлений в видениях Тогал и в мире природы. Видения Тогал и видение, которым является эта жизнь, нераздельны. Необходимо прийти к открытости сердца непосредственно через свет этого мира до того, как преступить к Тогал, открыть путь радости и позволить основе всего литься сквозь вас и направлять к безграничным объятиям источника бытия.

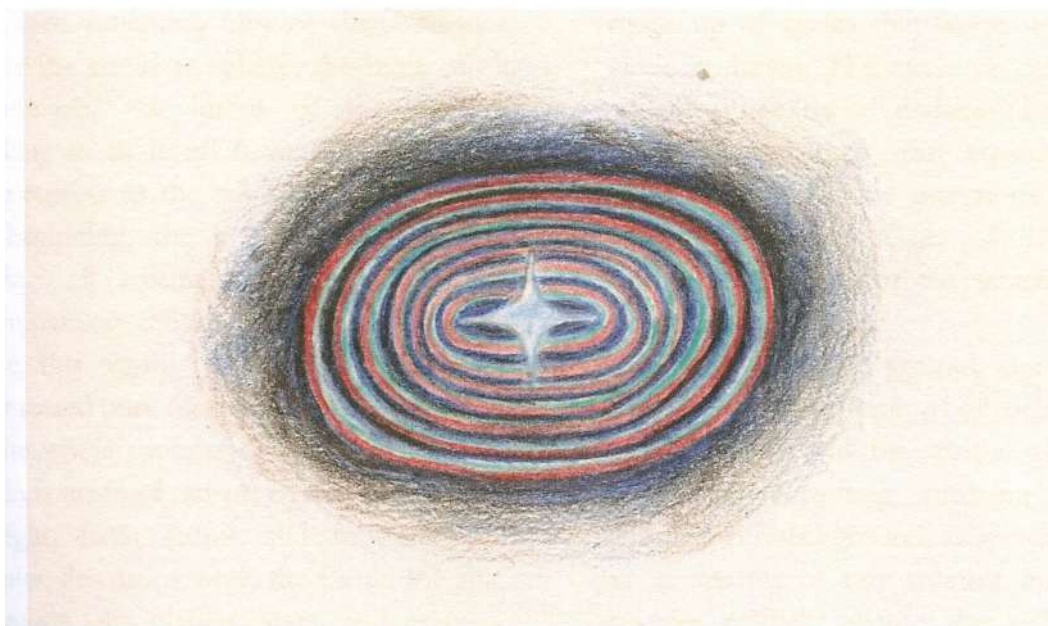
Также как рисуется круг, завершение уже присуще пути с самого его начала. Эта всеобъемлющая природа, эта любовь заключена в кольцах света на водной поверхности, в вибрациях энергий затрагивающих всю вселенную, и эта природа живет в вашем сердце как видения внутреннего света. Радость, которую вы чувствуете от этой практики – это радость неотделимого признания всех живых существ в импульсе природы. Радость – это также и глубокое внутреннее осознание того, что вы встали на заключительный путь к первичной всеобъемлющей сути. Такие слова, как просветление, освобождение, реализация, не в состоянии охватить переживание этого абсолютного единства. Эти слова говорят о добавлении чего-то или избавлении от чего-то, нежели чем о распознавании, встрече, объединении с тем, что уже пронизывает насквозь ткань бытия.

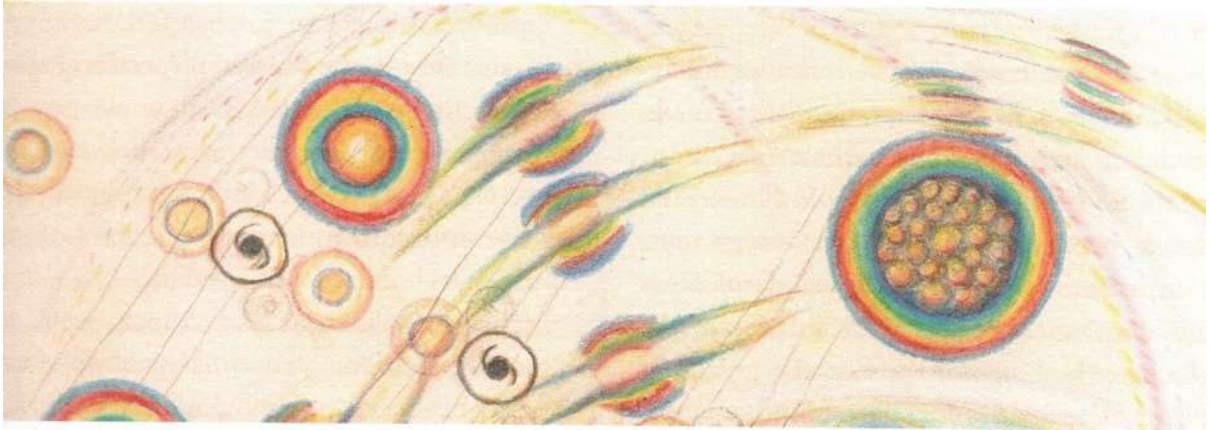
Видения возникают из чистой радости проявления, текучести света, восхищения божественным. Вы прикасаетесь к этой радости и узнаете ее в своем сердце и в мире природы. Радость, которую вы чувствуете на протяжении всего пути – это отражение радости, заключенной в самих видениях; всеобъемлющее эфемерное чистое и спонтанное свечение источника. Покоясь в святящемся сознании, воспринимая суть света и со знанием в своем сердце, что вы погружены в непосредственное священное восприятие, вы ступаете на последнюю тропу, путь света на самом краю источника, священном радостном знании.

Тогал – это путь абсолютной сдачи, сдачи вашего сердца и тела, растворение всех явлений до их истиной природы. Не существует завесы между тем, что возникает естественно мгновение за мгновением.

Переживание чистого сознания никогда вас не покидает. Совершенство Тогал - это единство, естественное также как и воздух, которым мы дышим, земля, на которой стоим. Это путь единства, объединяющего истину с истиной, также как вода соединяется с водой без границ.

Тогал - это проявление сияющего импульса природы, единого для всего, что возникает естественным образом; этот путь древний, как круги на поверхности озера. Тогал совершенствовался неизвестными забытыми учителями прошлого, задолго до того, как этому пути было дано название. Тем не менее, и в древние времена, немногие вставали на этот путь. Из стольких поколений только немногие пришли к нему, поскольку для этого необходимо долгие годы отпускать, отпускать себя и свою жизнь, свой ценный интеллект, свои убеждения, все, что препятствует процессу абсолютного единения. Эти неизвестные - истинные учителя прошлого. Они поняли через собственное совершенствование Тогал, что Тогал един со всеми проявлениями этого природного мира. Это просто, как кольца света на воде и в тоже время вы должны полностью освободиться, не только в своем уме; вы не можете просто подумать об этом, или играть в игры со своим умом. Вы должны встретить эти чистые кольца света в своем сердце; вам нужно отпустить все, даже себя, чтобы стряхнуть снег с крыши своего бытия. Это, как если бы вы снова и снова перемещались между этой жизнью и моментом после смерти, укрепляя осознание очищающего светящегося источника бытия.





РАЗВИТИЕ СФЕРЫ

Все проявления похожи на сияние белого света вокруг иссиня-черной звезды – безграничного потенциала. Из этого сияния выходит круг или сфера, являющаяся основой всех явлений, импульс бытия, говорящий с нами посредством форм. Сфера или круг представляют завершенность, присущую любому началу, импульс сущности пронизывающий все живые существа и все формы, заключающие в себе завершенность. Эта простая форма, эта органичная подвижная целостность, самая священная и безупречная из всех форм.

Все что нас окружает, создано из сияющих кругов и сфер; от атомов и молекул до капли росы, глазных яблок, Земли, Солнца, Луны, планет, звезд и галактик. Круг – это также выражение цикличности, которую легко можно проследить в нашей жизни от рождения к зрелости и затем на пути к смерти. Эта цикличность проявляется мгновение за мгновением сквозь все аспекты эфемерного видения, которое мы зовем жизнью.

Та самая планета Земля, на которой мы живем - это сфера, созданная из окружностей, которые перемещают нас в точности так, как рисуется круг. Круг или цикл также как и первая клетка эмбриона сначала делится на два, а затем на четыре равных сегмента, отражаясь в четырех направлениях, как в четырех временах года, четырех этапах жизни, во всех естественных проявлениях священного компаса, в котором мы живем.

Круг – это земля, питательная почва, яйцо, основа всего живого. В видении Тогал и в видении, называемом жизнью, присутствует активизирующая, запускающая сила, как например сперма или пыльца, которая взаимодействует с землей. Эта активизирующая энергия в момент соединения с кругом (сферой) или яйцеклеткой, рождает новый круг, расширяясь и развиваясь в качестве нового цикла жизни, возникающего из единства принятия и отдачи.

Эта священная, разнообразная жизнь соткана из света, и этот свет находит свое выражение в цветах радуги, чудесных в своей яркости, глубине и великолепии. Цвет выявляет, освещает и воплощает качества. Цвета – еще один аспект энергии источника: голубизна неба, зелень растений, охра земли; весь цветовой спектр может быть найден в цветах или радуге. Это великолепие небесного света привносит в жизнь видения Тогал, внутреннее сияние, которое можно увидеть везде, куда бы вы не взглянули и найти в своем сердце.

В начале видений присутствует серый или беловатый свет с серыми или белыми кругами, движущимися сквозь пространство. С развитием видений круги преобразуются в концентрические радужные сферы, цвета становятся все более и белее явными до тех пор, пока не стабилизируются и тогда происходит полное восприятие невероятно великолепных небесных цветов, глубину которых невозможно отобразить в рисунке.

Некоторые круги сближаются и объединяются, становясь еще одним важным аспектом существования. Это единство, когда две сферы соединяются чтобы сформировать особенное, тотальное проявление. Единство, присоединение, смешение – это нераздельность, объединяющая ткань, светящаяся сеть всего переживания, как созданные дождем сияющие круги на поверхности озера, связанные между собой в танце бесконечного единства.

Эти лучистые сферы, соединения и цвета расширяются, чтобы воплотить в себе выражение вопроса и ответа, питая и проявляя. В самой основе всех явлений, энергии, иногда называемые мирными и гневными, танцуют и сливаются в единстве изначальных активизирующих сил и начинают в особой форме проявляться в видениях.

С развитием видений появляются простые спокойные формы – четыре круга вокруг еще одного по центру. Они становятся одним из наиболее преобладающих выражений до конца переживания, приобретая более определенные качества по мере роста и созревания видений. Проявляющиеся динамичные гневные формы также появляются как простые паттерны, состоящие из четырех секторов и излучая энергию по диагоналям. Затем они тоже расширяются и развивают индивидуальные качества. И мирные и гневные проявления органичны в своей форме. Они являются выражением энергии импульса бытия и могут быть обнаружены повсюду вокруг нас в видении, которое мы зовем жизнью, от спокойных форм цветков кизил до гневных узоров на лице тигра.

Все эти энергии или аспекты проявляются вместе в пространственной сети света видений Тогал также, как располагаются семена, образующие верхушку созревающего подсолнуха. В то время как все семена подсолнуха растут в перекрывающихся друг друга круглых углублениях, каждое семя в отдельности образует свою сферу влияния; так мирное и гневное объединяется через нити света, вместе образуя светящуюся сеть, союз пространства и импульса.

Живое выражение этого импульса, иногда называемое сетью Индры, возникает во внутреннем сиянии видений Тогал, но вы также можете почувствовать энергию этого импульса в видении, называемом жизнью, открывая свое сердце другим с искренним состраданием и любовью. Жемчужиной на узелке сети может быть божество, друзья, горы, растения, ручьи, реки, океаны, капля росы, луч света на подоконнике. Основополагающий аспект сети Индры - светящееся сердце в искреннем соединении со всей сетью, узнавание изначальной природы во всем. Каждый аспект нашей повседневной жизни уже является составляющей частью этой великой сети великого сострадания. Наш выбор – открыться ему и присоединиться к великому единству. Это та же самая энергия, которая пронизывает мерцающие цвета и формы видений Тогал.

Круги, соединения, мирные и гневные проявления и светящиеся сети продолжают расти, и затем преобразуются в величественное сияние сложных узоров с жемчужинами, похожими на шары и мандалы, океанические в масштабе, за пределами времени и пространства, и все же,

как и во всех жизненных циклах наступает растворение. Лучезарное выражение источника начинает уменьшаться. Также как мы растем, достигаем зрелости и самовыражения в жизни, приходит время, когда наша энергия естественным образом начинает растворяться и двигаться к смерти. В видениях этот спад, эта внутренняя сторона, обращенная к сути, возвращается к единственной сфере, которая затем лопаются как водный пузырь, оставляя только священное пространство.

Четыре великолепных видения Тогал являются частью органичного жизненного процесса, естественного цикла, внутри которого находится весь спектр переживаний, каждый со своей текстурой преобразования. На пути есть ориентиры, ворота, через которые вы входите в другую стадию процесса видения. Самый лучший способ описать развитие сфер четырех видений – сравнить их созревание с циклом роста растения. Саженец света появляется из светящегося семени в вашем сердце, распуская первые листья, давая начало первому видению. Саженец растет, распуская еще больше листьев и первый бутон – второе видение, которое затем созревает и расцветает прекрасным сиянием третьего видения. Затем энергия обращается вовнутрь, направляя активизирующую силу источника укоренить семя в четвертом видении, которое приводит вас к полному разрешению всех явлений, как единого целого.



ГЛАЗАМИ СЕРДЦА

Тогал - глубокий визуальный процесс; видения раскрываются плавным, органичным и очень красивым способом. Чтобы быть по-настоящему открытым сути бытия, воплощенной в этой текучести и красоте, вы должны быть способны ясно видеть свет вашей сущности глазами сердца.

Большинство людей позволяют уму доминировать и используют свои глаза прямым, узконаправленным образом, слепо цепляясь за все негативные эмоции и ограничения эго, живущего в уме. Канал света, который связывает глаза с сердцем в ходе практики Тогал, делает это напрямую, не затрагивая мозг, в результате чего мы видим больше чем обычно; но пока вы не пробьетесь сквозь неконтролируемые цепляющиеся действия ума с помощью открытого сердца, видения Тогал будут направлены сквозь ум и не раскроются в подлинном виде.

Существует естественная энергия, протекающая через глаза, которая как бы «протягивает руку» и соединяется с увиденным. Эта энергия может приближать, удерживать, отталкивать или притягивать по необходимости. Если эта сила контролируется умом, она схватывает, утягивает все с собой и интерпретирует тем способом, который навязан эго. Глаза также могут видеть более ясно, от сердца, создавая связь, и с помощью такого более открытого использования зрения, восприятие превращается в объятие, как если бы вы обняли увиденное, а оно обняло вас.

В современной науке считается, что сетчатка обладает своим собственным «интеллектом», который обрабатывает цвета, контуры и

действия изображений, перед тем как отправить их в мозг. Затем мозг обрабатывает изображение на предмет расстояния, размера и деталей, присваивая значения и закрепляя информацию за определенным визуальным восприятием, к которому мы привыкли. Мозг значительно усиливает изображения, попавшие на сетчатку, так что в действительности мы редко видим то, что на самом деле видит сетчатка.

Практика Тогоал существует в сердце. В традиционных учениях говорится о светящихся видениях, пребывающих в сердце каждого существа, ожидающих момента, когда их обнаружат и распознают. В ходе недавних исследований было установлено, что сердце обладает независимым от мозга «разумом», похожим на «разум» сетчатки, но еще более сложный. Особый канал света не только позволяет видениям Тогоал протекать, обходя на своем пути мозг, но также связывает «разум» сердца непосредственно с «разумом» сетчатки.

Мы художники, так что мы приступили к практике Тогоал будучи знакомыми с абстрактным и репрезентативным стилями. Нас учили ценить линии, цвет и форму, тренируя ту область сетчатки, которая связана с чистым восприятием, а также мы тренировались точно воспроизводить детали. В отличие от художников, получавших опыт в культурах, поддерживающих иконографический способ видения и рисования, наш прошлый опыт позволяет переживать и запечатлеть в рисунках то, что сетчатка и сердце на самом деле переживают вместе в ходе развития видений Тогоал.

Когда мы впервые переживали видения, возникающие в нашем сердце, мы естественным образом начинали делать наброски, небольшие рисунки сфер, чтобы поделиться друг с другом радостью этой органичной постоянно пребывающей истины. В течение первых лет практики Тогоал мы находились в тишине (молчании), и рисование было лучшим способом общения, чем когда-либо были слова, даже если бы мы разговаривали.

До того как мы встретились, мы уже были художниками, мы оба изучали искусство в колледже. На многие годы искусство превратилось в наш духовный путь. Создание картин и скульптур было для нас формой духовного исследования и творческим процессом самим по себе, как способ взрастить ключевую степень открытости и доверия за пределами

слов. Мы смогли встретить видения Тога в чистом виде, как они возникают в нас и зарисовать их друг для друга, не отвлекаясь от практики.

Видения запоминаются не так же, как бы вы запомнили то, что происходило во время прогулки по лесу. Они из другой области переживания и запоминаются непосредственно с помощью сердца и глаз, а не с помощью ума. Изображения, которые мы рисовали друг для друга, были лишь малой частью того, что мы ощутили. Когда время и пространство начали исчезать и видения стали более сложными и заключающими все в себе, мы могли только попытаться запечатлеть базовые формы и передать чувство глубины, которое мы пережили. Даже отдельные сферы в видениях, возникают не так, как если бы мы нарисовали круг механически, с помощью циркуля; они образуются живым органичным путем в виде идеальных кругов, поразительным образом двигая вашу руку, погружая в свой ритм, плавную жизненную геометрию совершенства.

Затем были цвета. Даже на ранних стадиях видений было удивительно созерцать радужные кольца вокруг сфер. С развитием видений, цвета стали великолепны в своем разнообразии, качестве и интенсивности, выходя за рамки измерения, за пределы знакомых оттенков и уровней яркости. Самые бледные оттенки бирюзового или розового становятся пространственными и поражающими глубиной сияния и нежности, чувственный тон неотделим от цвета, и все это за пределами диапазона цветных карандашей.

Учитывая ограничения времени и пространства и доступных нам материалов, книги с нашими набросками предлагают уникальную запись того, как и что можно увидеть глазами сердца: светящуюся сущность бытия, вплетенную в видения внутреннего света и пронизывающую видение, которым является эта жизнь.

РИСУНКИ ИЗ СЕРДЦА
ВНУТРЕННЕГО СИЯНИЯ



ПРИРОДА ЯВЛЕНИЙ

Вечно цветущее сияние источника, спонтанное динамичное проявление всеми возможными способами – это и есть великое сострадание. Это сияние, это сострадание не случайно; это чистое проявление импульса источника; импульса, проявляющегося через всех живых существ и возвращающего все обратно. Этот особый сострадательный импульс, создающий все видение мира, в котором мы можем себя обнаружить, начинается со света - спонтанного объединения источника и сияния. Затем свет принимает формы бесчисленных цветов, кругов или сфер бытия, которое свободно и неопределенно, и все же они объединяют все проявленное как цвет, форму и свет. Ум дает определения и вешает ярлыки, преобразует и изменяет восприятие того, что проявляется естественным образом, на установленные модели времени и пространства. Затем эта область света появляется в виде ограниченного в пространстве и определенного по плотности знакомого мира. Когда всеобъемлющее сияние воспринимается непосредственно с помощью Тогал без обозначенных препятствующих факторов, вы чувствуете сердцем жизненный свет, свободный от границ интеллекта. Это чистое восприятие истиной природы явлений, начало видений Тогал.

ЧИСТОЕ ВОСПРИЯТИЕ

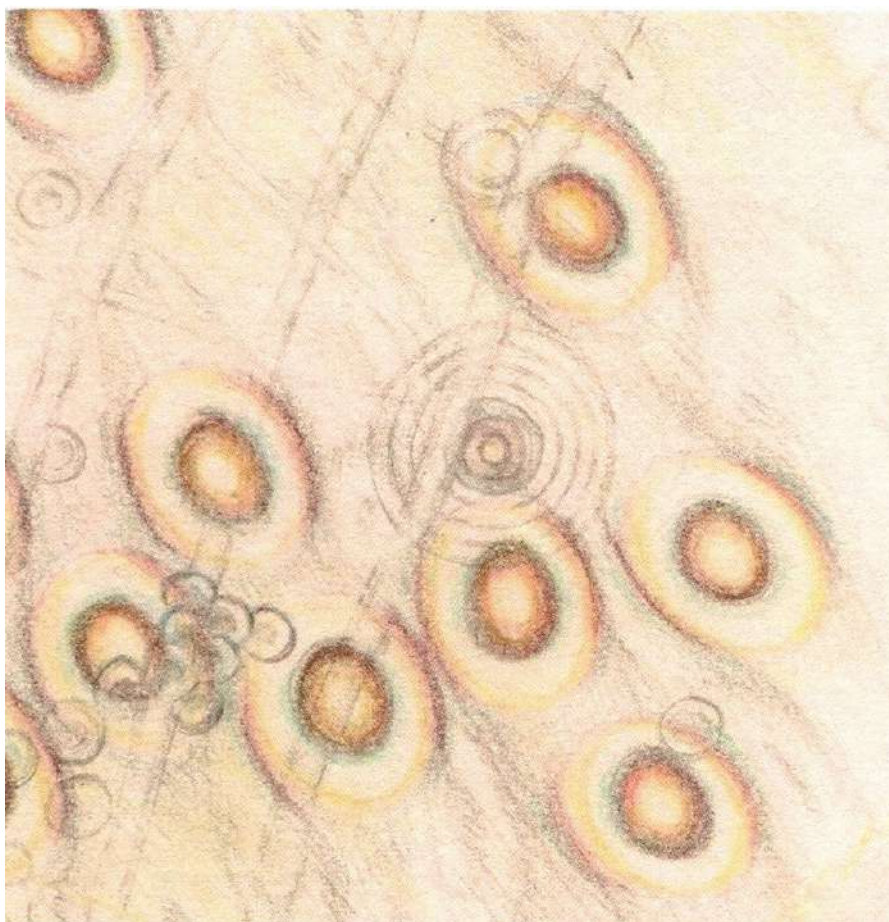
Тогал – это путь на котором нет места сомнениям, путь непосредственного переживания (опыта). Вы отдаете себя видениям. Вы не создаете видения, не визуализируете или манипулируете ими. Вы позволяете, сдаетесь, входите в глубокое взаимодействие, священное измерение в котором нет места внешнему, внутреннему, разделению на себя и остальных; только нежное легкое объятие. Это объятие позволяет видениям возникать беспрепятственно в вашем сердце и движет особым каналом света, который обходит на своем пути мозг и направляется напрямую к глазам.

Видения Тогал просты, органичны, естественны и преимущественно в начале имеют клеточную структуру. Ваше восприятие видений может быть (а может и не быть) обусловлено культурой. Те, кто имеет богатый опыт в визуализации Буддизма Ваджраяны или Христианства, могут увидеть некоторые более сложные формы, подстраивающиеся под восприятие, обусловленное верованиями. В отношении видений важно видеть разницу между восприятием, идущим от сердца и восприятием мозга. Базовые визуальные формы в своем чистом присутствии сами по себе обладают мощностью, которая как подтверждает, так и выходит за рамки любых убеждений, будь они религиозными или научными. Это редкий дар – пережить видения Тогал в их чистейшей форме; единственные способ обрести непосредственное переживание и получить естественным образом возникающие на пути знаки – это позволить видениям проявиться, не затемняя их облаками систем верований и доктрин.

Стадия клеточной структуры видений кажется ошибкой, но на самом деле является более глубоким уровнем переживания. Подлинное включение в видения приводит к осязаемому сдвигу, связи с сутью живого присутствия, которое распространяется за пределами времени и пространства и в тоже время отражается в каждом аспекте мира природы. Вы начинаете ощущать свет как источник, выражающий себя в первозданной форме в виде семян жизни. Не то чтобы видения были

похожи на клетки, а клетки похожи на видения; клетки такие, какие они есть благодаря тому, что они отражают сущностный аспект бытия.

Клеточное свойство первого видения не является чем-то, что вы должны проскочить или переждать пока не наступит более сложная и интересная часть. Круги и сферы – это непосредственное выражение порождающего импульса бытия; это семена жизненного света.



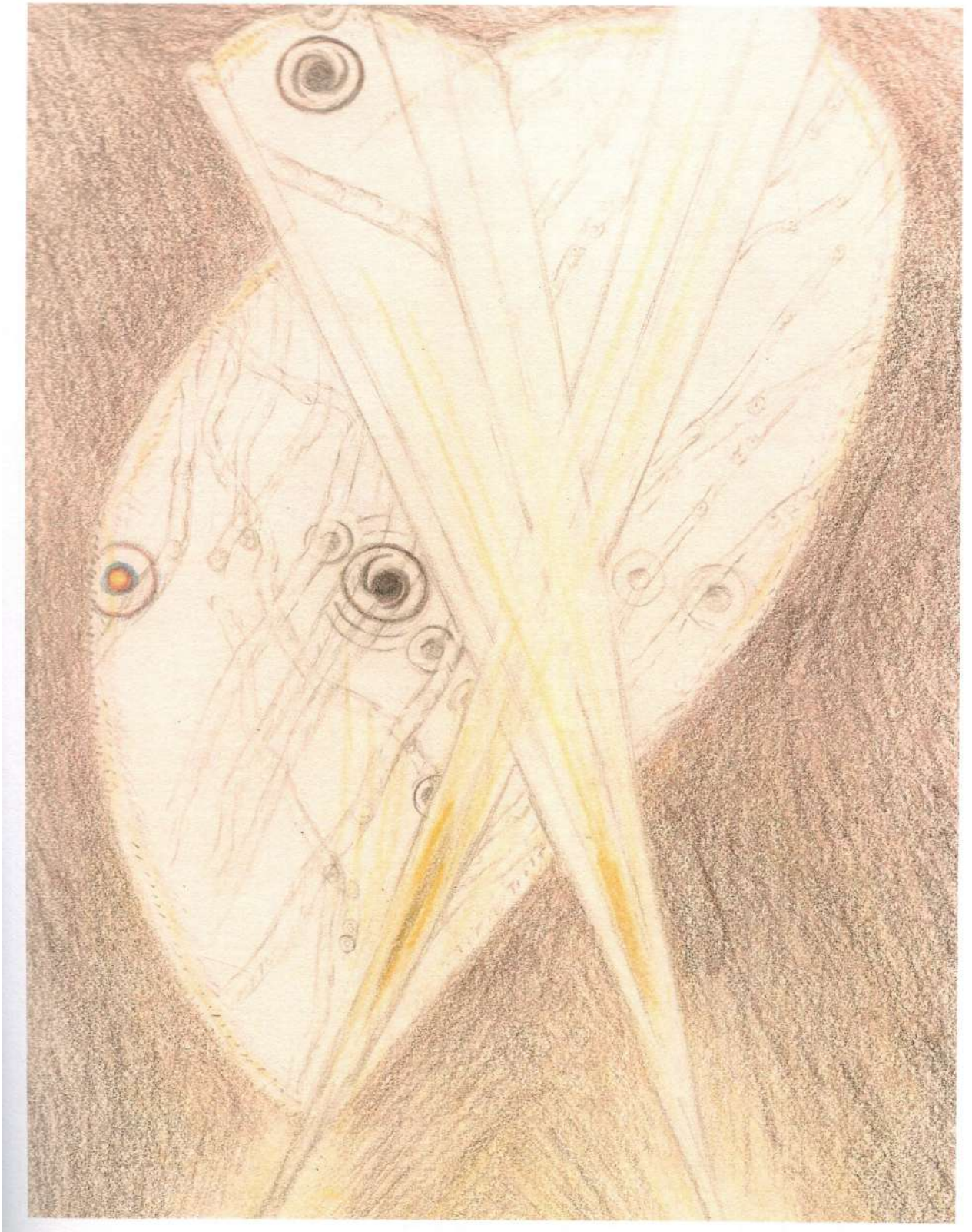
КРУГИ И СФЕРЫ

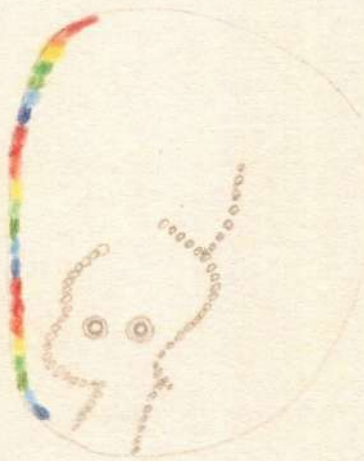
Цикл видений Тогал начинается с проявления овала или окружности, плавного недвойственного поля, похожего на раскрывающуюся вуаль света. В этом поле находятся маленькие светящиеся круги света и продолговатые «бусины» меньшего размера, похожие на прозрачные жемчужины, которые плывут через это поле, постоянно находясь в движении и никогда не останавливаясь. Постепенно в ходе длительной практики, небольшие окружности начинают замедляться и затем приземляться на один из кругов - процесс, схожий с объединением сперматозоида и яйцеклетки, который обозначает начало цикла четырех видений Тогал.

Круги обладают безграничным потенциалом; «бусины» поменьше – это проявленная энергия бытия, непрерывный импульс, который

наполняет все проявления. Эта непрерывность проявляется мгновение за мгновением во всем мире, в вашей жизни, в практике Тога. Она может проявиться в виде привычек, помрачений и безудержных эмоций или, напротив, в распознавании светящегося сознания и единства света. Импульс бытия – это единство. Все структуры поддерживают свое проявление мгновение за мгновением в кажущемся последовательным порядке, снова и снова. Импульс бытия проявляется в единстве, чтобы учить и направлять. Часть перемен, которые происходят вокруг нас, обусловлены великим состраданием, в котором присутствует чувство основополагающей стабильности мира, как основы для обучения и роста. Небо над головой, земля под ногами, смена времен года, смена дня и ночи выражают основу, позволяющую нам выбирать, священное единство намеренья за пределами личности, единство, которое всегда держит открытым путь домой, путь, чтобы вернуться, для каждого существа, и это единство проявляется напрямую через видения в виде «жемчужин» света.



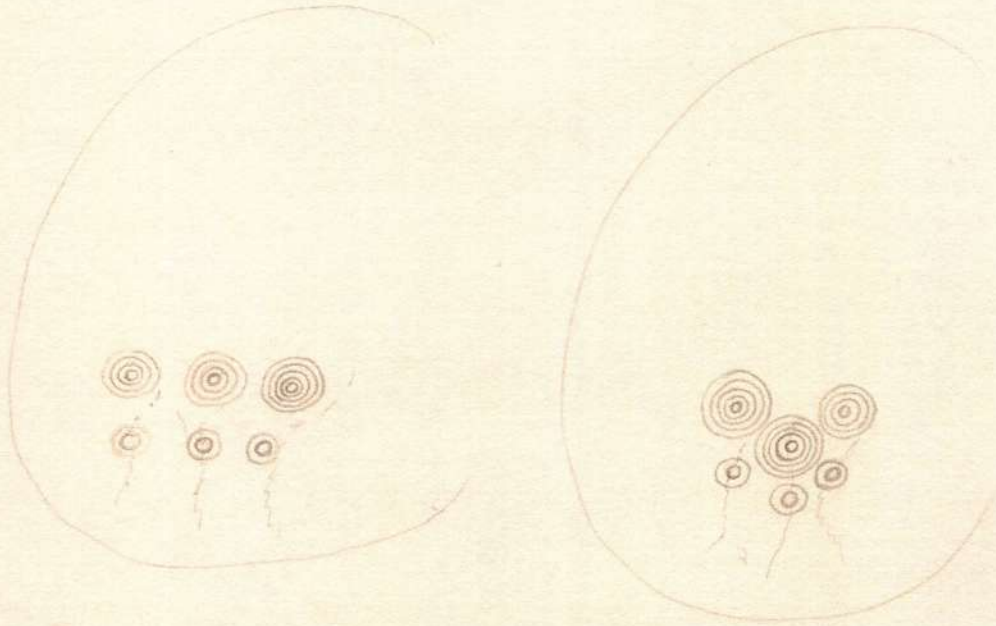




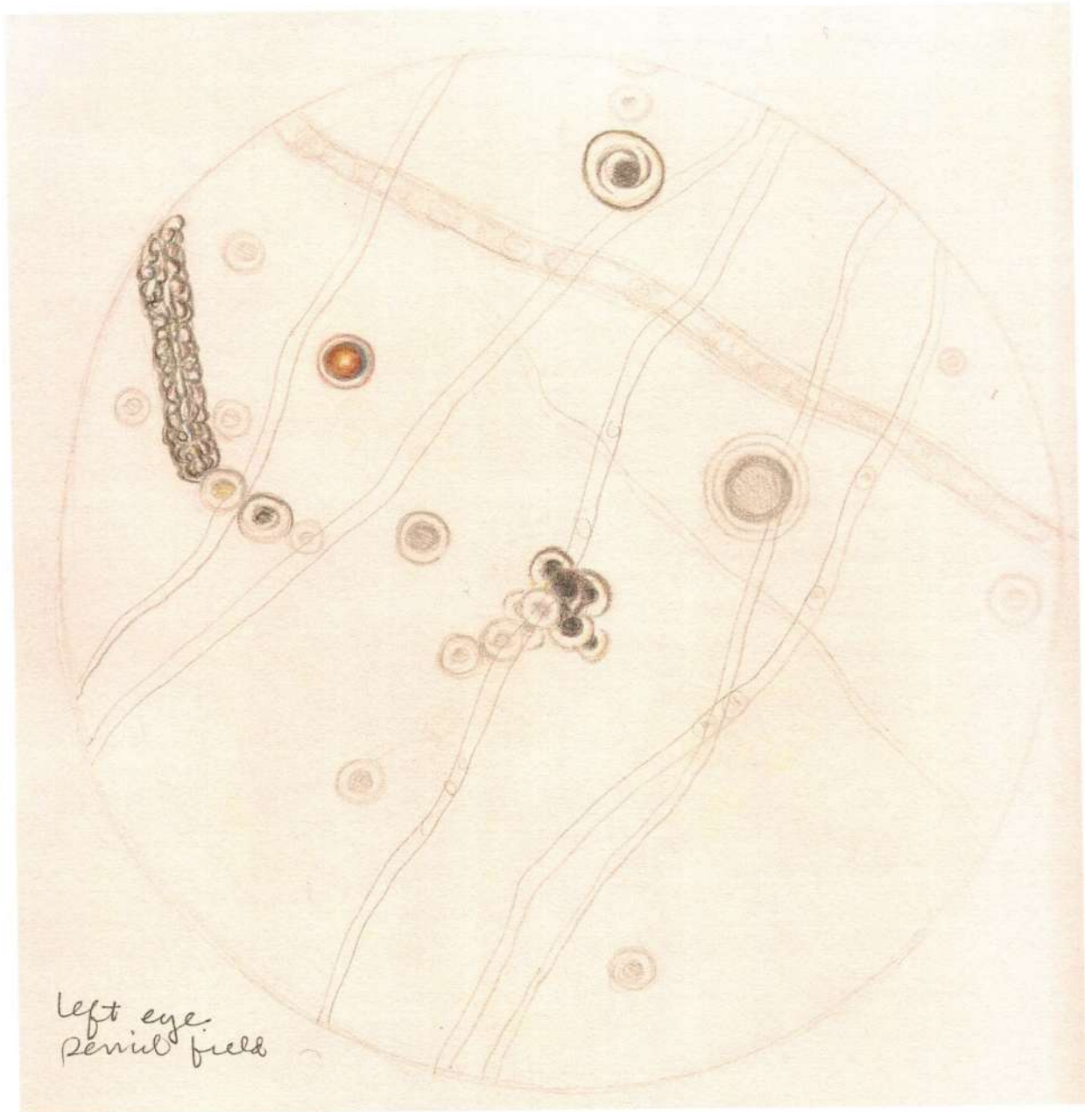
after 2nd year retreat - gazing outside
 I could see shimmering of rainbow
 color fields and rays - They could
 be the size of the whole field
 on the right eye side - drawn on
 left side of light source
 lines of rainbow colors were
 brilliant and quick to fade
 usually at the very edge of the
 field.

end of 100 day chetwarying
 retreat

8/15/02 Summer 02, in tent on the knoll - Louise drawing the vision seen on walls
of our tent at 2 weeks up.



During the winter Dec/Jan 02, while practicing the sadhana one night
in Jiva Shrine with the other retreatants - In the middle of the Yogas Vimala →
came out of his statue on his right side and stepped down off the shrine.
He then walked over to me wearing a simple one piece monks robe - reddish
blown. He knelt down in front of my pipe table - very close - His face
was white and glowing with huge high eyes - looking into my eyes
with a smile like he was about to giggle. He remained like that
for the length of the long yoga section - 15 mins or more. He then stood, →
turned and walked back to the shrine and stood.



left eye.
pericardial field

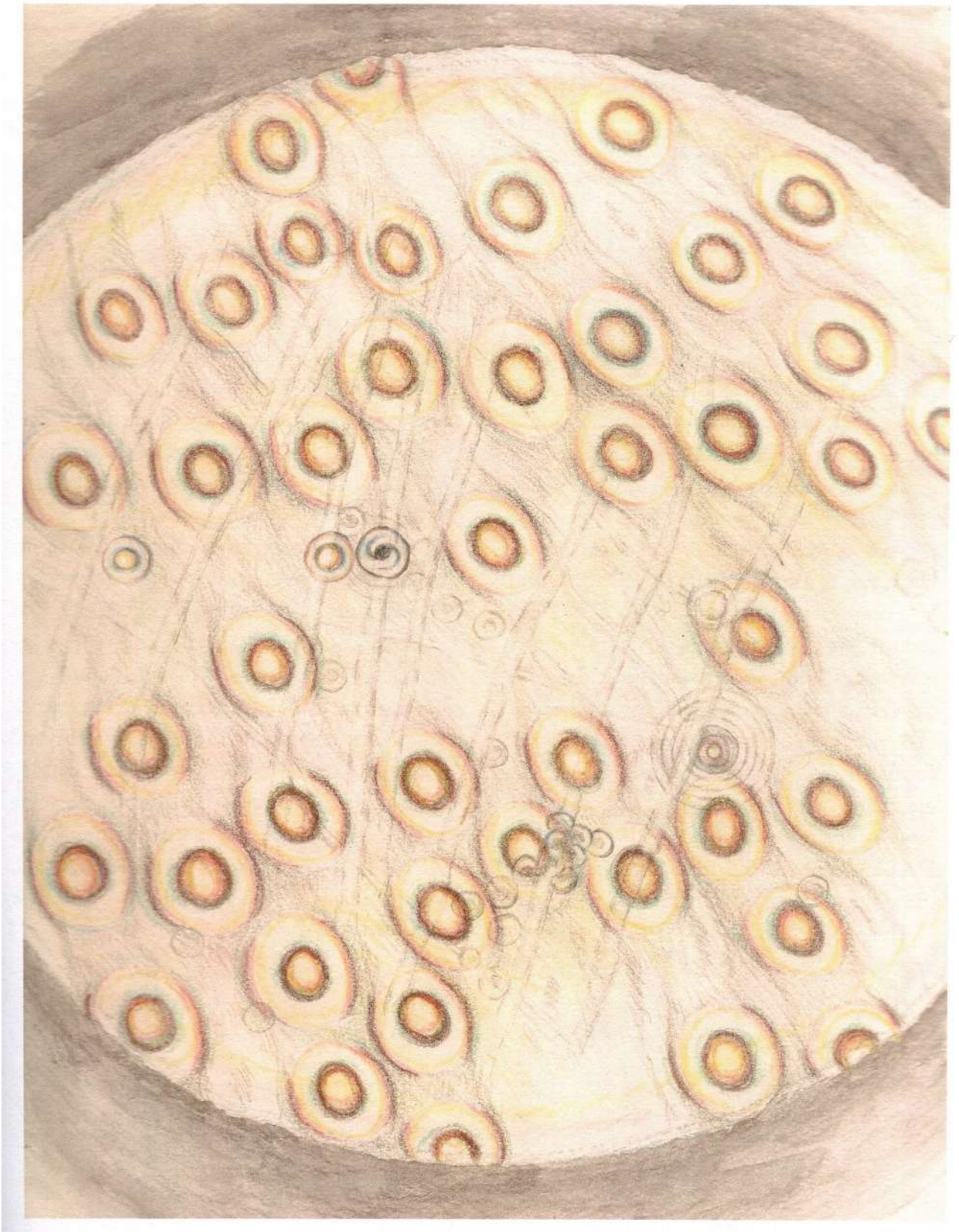


ГЛАДКАЯ ПОВЕРХНОСТЬ ОЗЕРА

Поначалу может показаться сложным окунуться в объятия динамичного внутреннего сияния, возникающего в видениях. Практика Тогоал расширяет все аспекта вашего ума. Постепенно вы начнете ощущать его плавность и лучезарность сильнее, чем в любой другой духовной практике. Если вы все еще привязаны к своему эго и цепляетесь за эго других, за эмоции и привычки, в таком случае все заботы вливаются в ваш ум, всплывают живо и ярко, затрудняя путь наверх тому, что естественно возникает в вашем сердце. Все является проявлением сущности. Ваши склонности и эмоции могут затуманивать эту истину, но усердная практика помогает этим препятствиям постепенно исчезать. Однако для того, чтобы развиваться и преобразовывать бытие истинным путем, необходимо находиться в состоянии ясной осознанности во время практики видений Тогоал. Со временем эта осознанность станет естественной частью видений.

Круги и сферы обладают умиротворяющим центрированием, почти гипнотизирующим свойством их округлости. «Жемчужины» света более беспокойны, дики и непредсказуемы; они скользят и переливаются, как если бы их подталкивала сила прилива. Это беспокойное движение на ранних стадиях видений является отражением беспокойной энергии вашего ума, которую вы приручаете с помощью практики Тогоал.

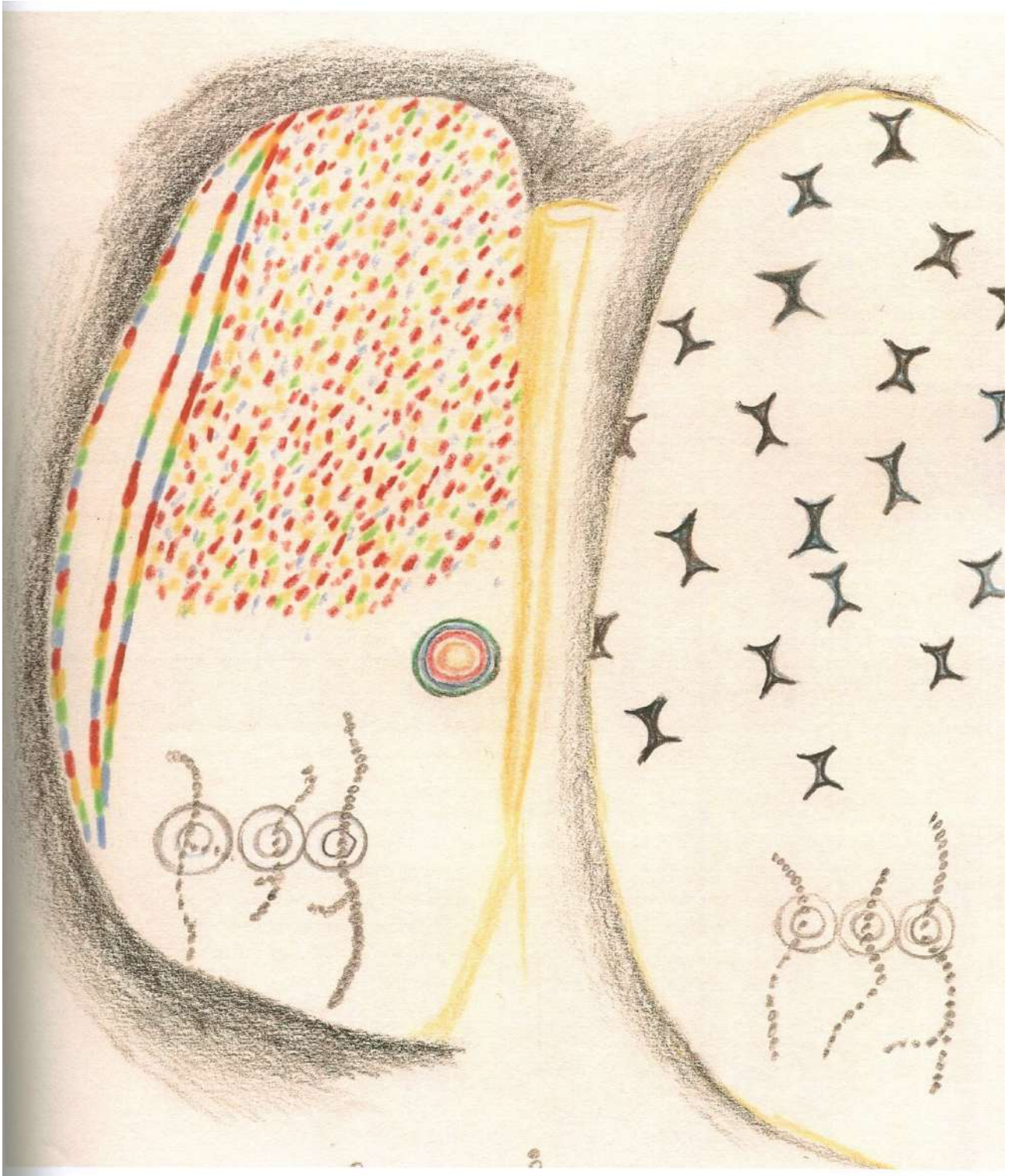
С течением практики беспокойная энергия замедляется как в видениях, так и в уме. Световая вуаль становится похожа на гладь озера. Жемчужины света замедляются и начинают естественным образом приземляться на сферы. Текучее жизненное спокойствие проникает в вашу практику; не только в то, что вы видите, но во все ваше бытие. Беспокойная побуждающая энергия объединяется с центрирующим качеством сфер. Переживание светящейся осознанности становится ярче; ваш ум спокоен, словно поверхность озера.

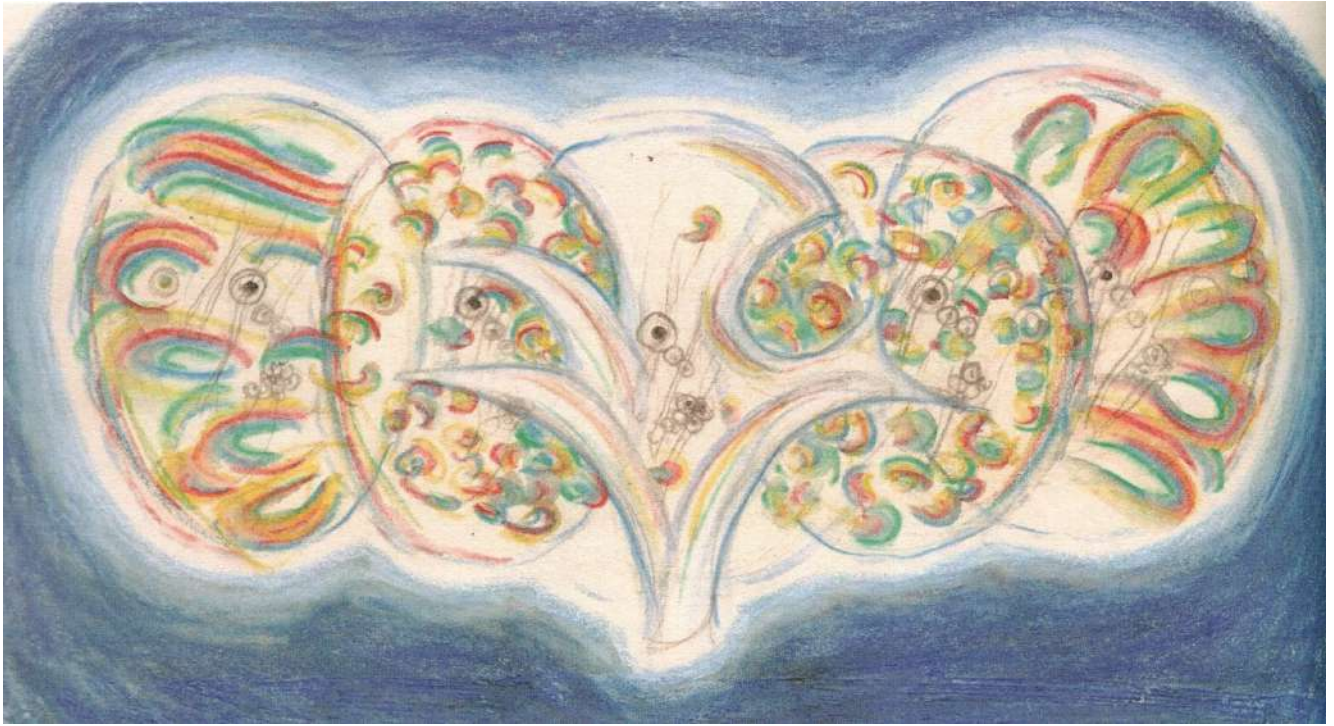


ЗАРОЖДЕНИЕ СВЕТА

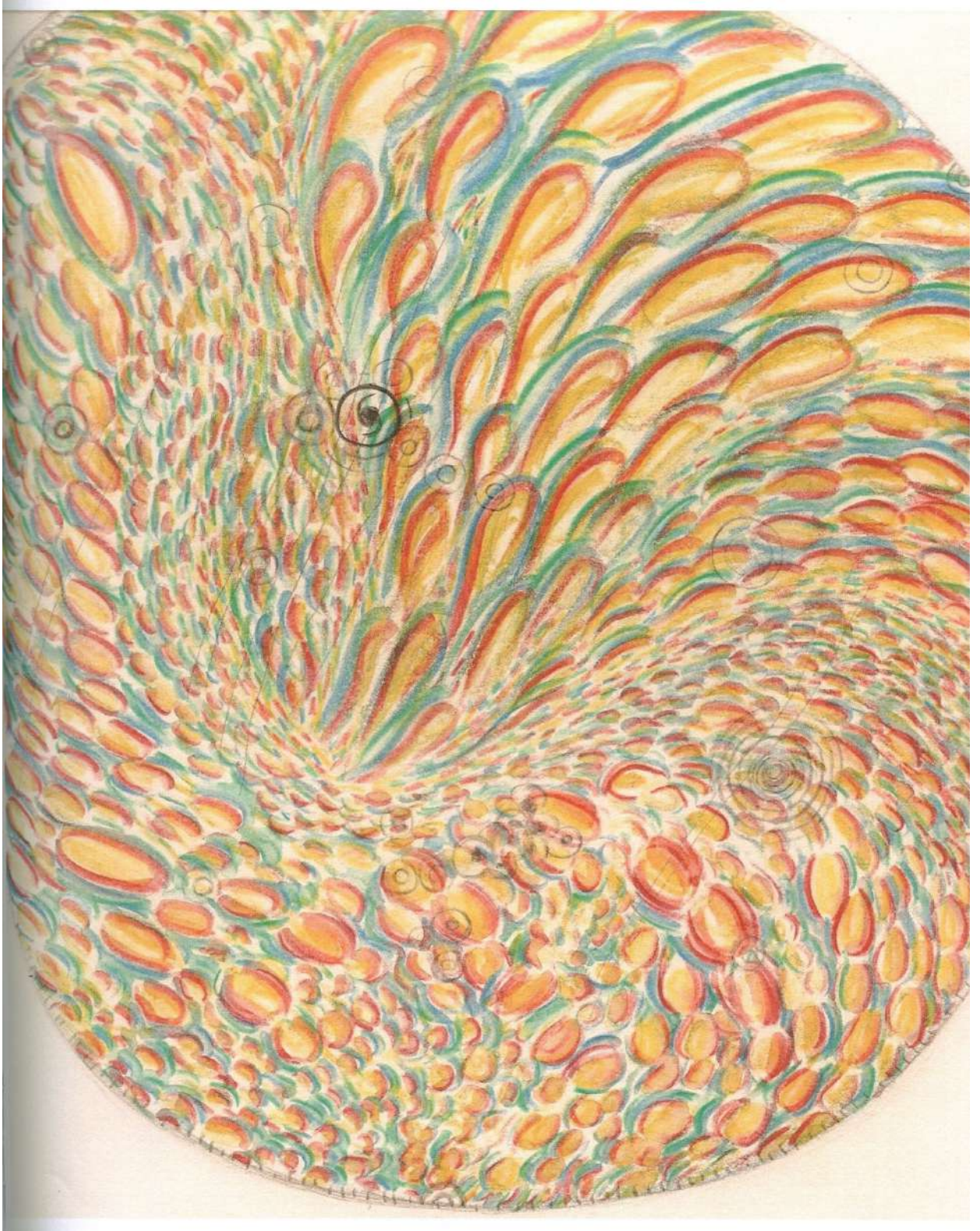
Когда жемчужины света приземляются на сферы, в ядре происходит оживление; состояние покоя было нарушено. Жизненная сила сознания в вашем сердце начинает двигаться быстрее; начинается цикл видений. Тот же процесс происходит, когда семя выходит из состояния покоя или, когда сперматозоид и яйцеклетка сливаются вместе, образуя единство потенциала и импульса. Но в видениях Тогал не просто зарождается один круг или сфера, все видимое поле начинает медленно расти и развиваться. Сферы становятся больше и многочисленнее. Появляются другие формы, сначала на короткий период времени, затем постепенно увеличивая свою численность и затем оставаясь дольше. Проявляется цветовой потенциал. Более глубокие слои поля становятся видимы, зачастую непостоянные, расплывчатые и цветные.

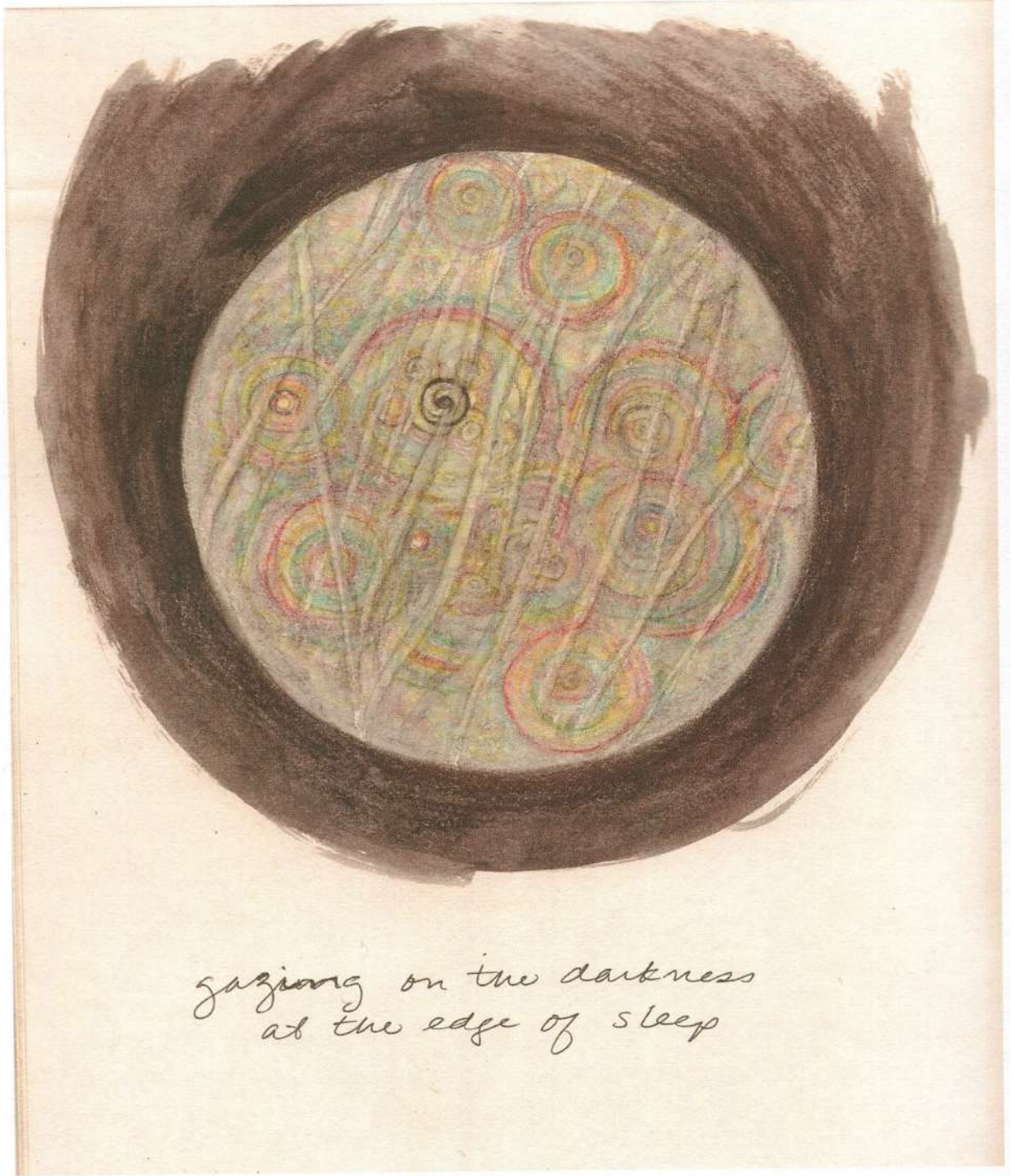
Этот естественный полный жизни слой визуальных переживаний – то, где путь Тогал преобразует вашу жизнь, ваше бытие, возвращает к самой сути, позволяя сиянию вашего сердца сливаться и смешиваться с основой в кульминации четырех видений. Весь процесс зарождается здесь, после всех тех лет, когда вашу жизнь наполняли предубеждения; сливающиеся вместе жемчужины жизненного света, круги и сферы безграничного потенциала преобразуют все аспекты вашей жизни. С ускорением процессов приходит чувство жизненной глубины, пробуждение динамичной энергии, как в видении, так и в вашем сердце. Хотя видения возникают за пределами времени и пространства, за пределами «внутри» и «снаружи», их можно почувствовать, т.к. видения возникают прямо перед вами или же вы окунаетесь в них. Это ощущение присутствия, сознания, в которое вы погружаетесь.



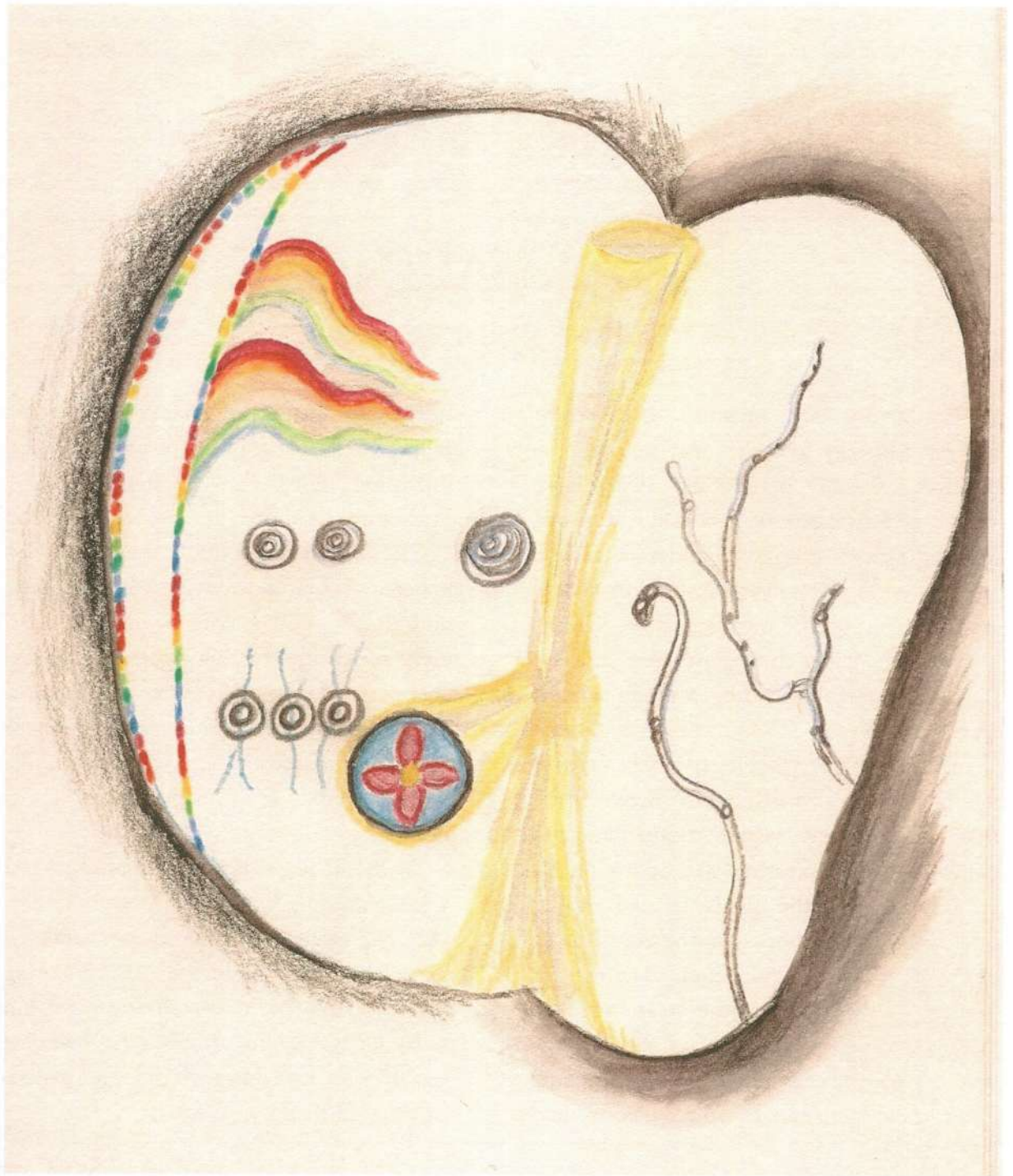


Изначальная область видений становится все более прозрачной. Вы видите один или несколько слоев цветных областей, часто нечетких и поначалу активных, с пестрыми радужными узорами или мерцающими цветными кругами и сферами, которые мчатся и заполняют это поле. На этой стадии вы переживаете пространственный сдвиг. Вы можете спонтанно почувствовать огромное расширение области видений, как если бы вдруг взглянули с вершины высокой горы, хотя круги и сферы света остаются того же размера, что и секунду назад. Вы уходите от обычных размеров и параметров, измерений и перспектив. Влияние мозга на то, что вы видите, исчезает; вы видите более ясно так, как видит сетчатка глазами сердца.





*gazing on the darkness
at the edge of sleep*



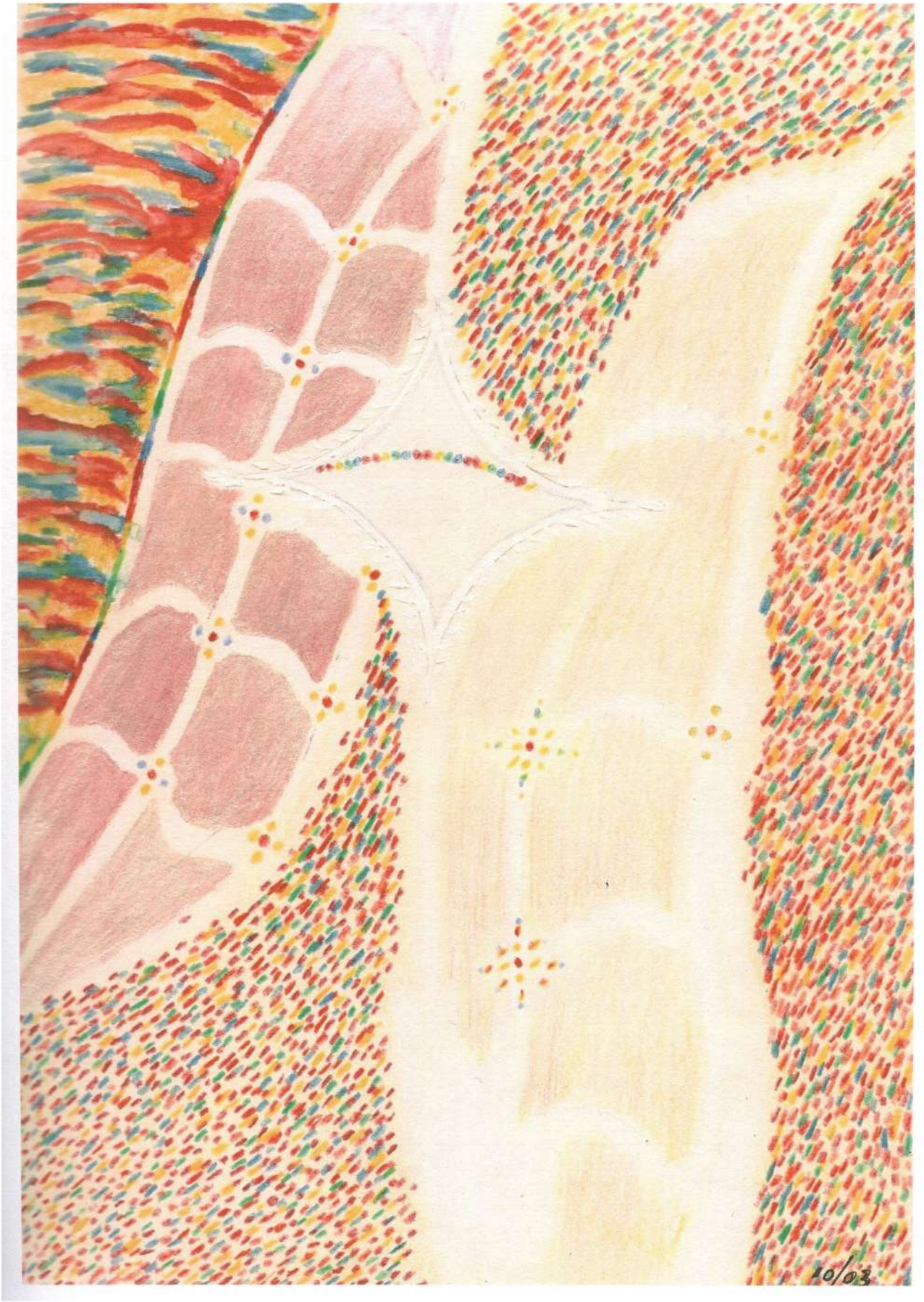
РАСШИРЕНИЕ

Видения естественны; каждое видение развивается в следующее за ним. В начале, каждый практикующий будет испытывать немного по-разному стадии трансформаций, которым тот подвергается, в то время как видения направляют к разрешению. Однако существуют специфические качества видений и определяющие их знаки, пометки, указывающие путь в этом главном путешествии.

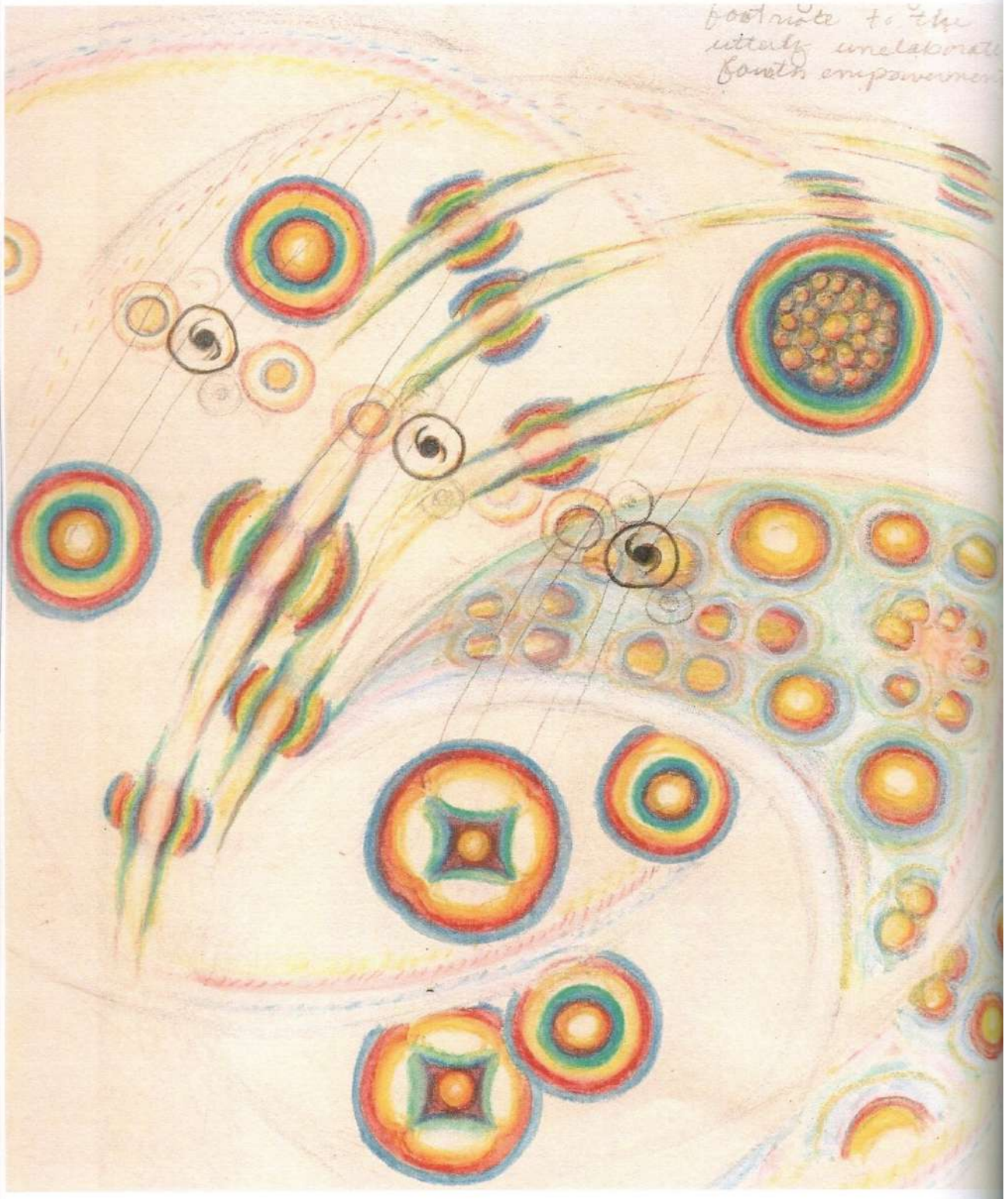
В традиционных учениях существует не мало способов, помогающих различить первое и второе видение. Некоторые линии передач подчеркивают увеличение размера кругов и сфер или целых областей видений. Другие отмечают усиления цвета или волнения ума. Это плавный и изменчивый процесс. Сердце и видения развиваются совместно, но с их развитием переживание может стать похожим на прилив волны, затрагивающей новые аспекты видений, усиливая качества открытого сердца и затем возвращаясь обратно, не слишком далеко, как волна неустанно шлифует побережье.

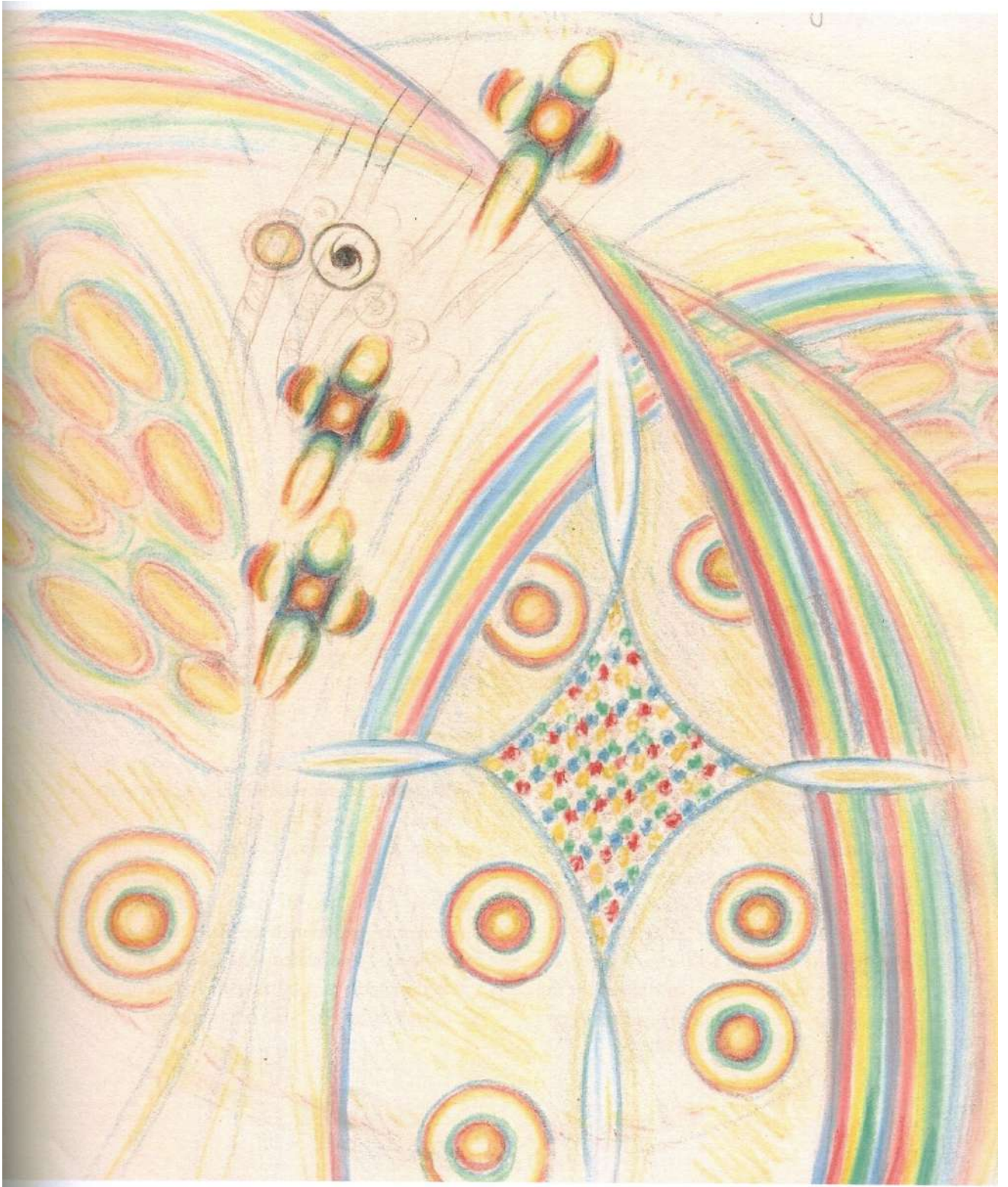
Область видений, круги и сферы, жемчужины света становятся больше и цвета начинают стабилизироваться. Вы видите больше базовых форм сияющего света, таких как концентрические окружности, скопление сфер, крестообразные формы цветов и так далее. Эти формы простые, природные и естественные.

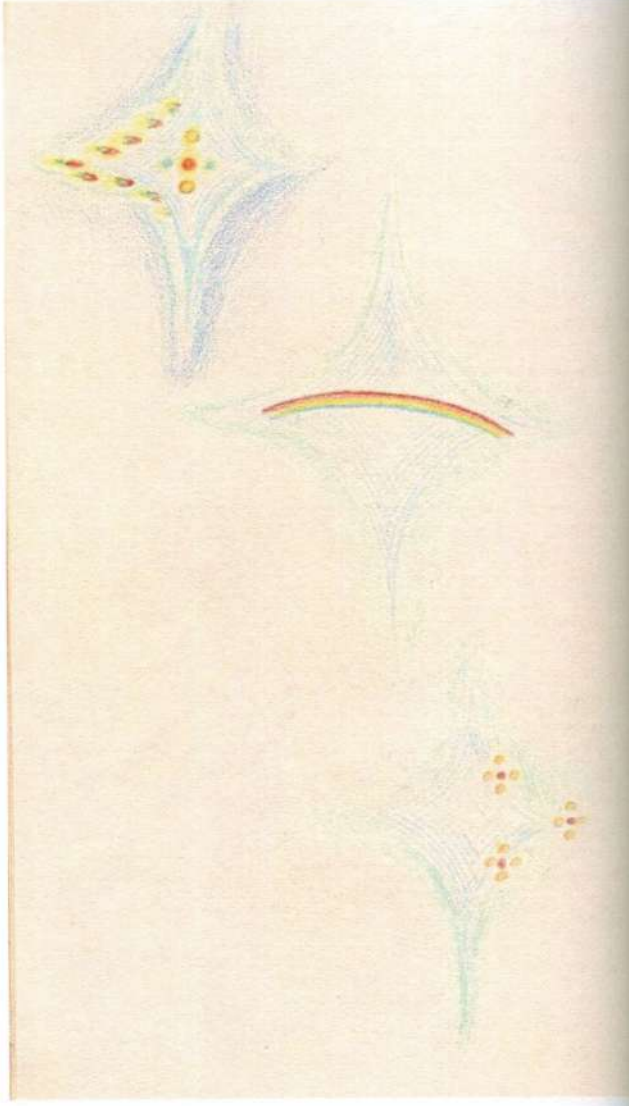
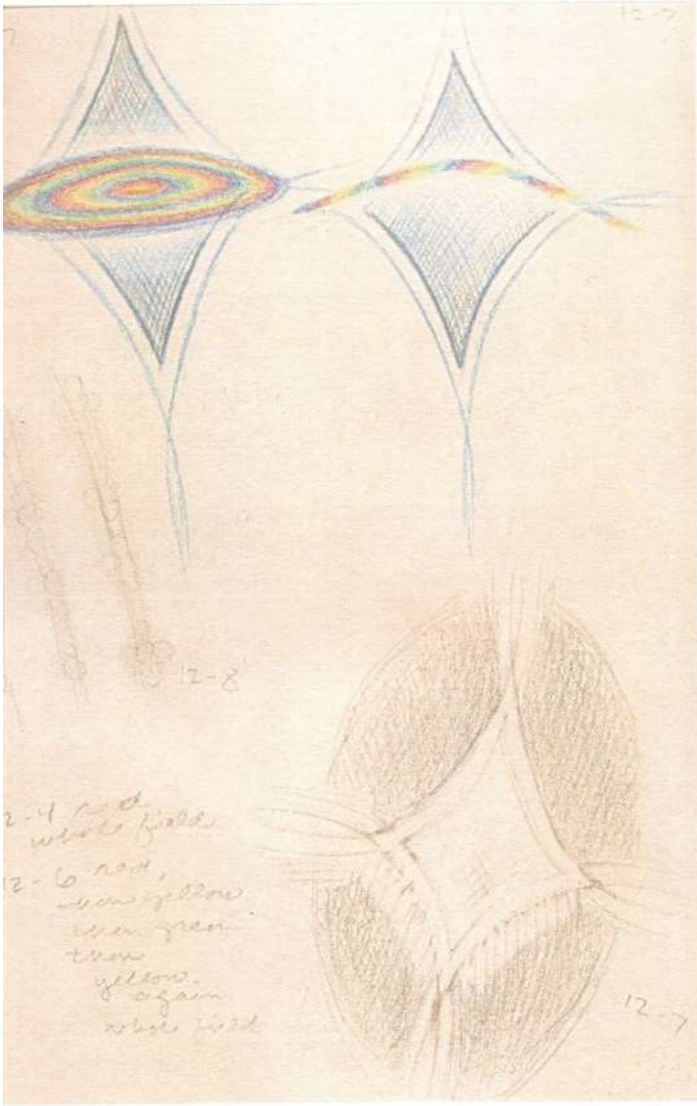
С увеличением области внутреннего сияния, ваше сверкающее сознание становится более постоянным. Переживание видений и переживание светящегося сознания объединяются. Вы приходите к пониманию того, что внутреннее сияние смотри своими глазами, распознавая и сливаясь с внутренним сиянием всех проявлений.

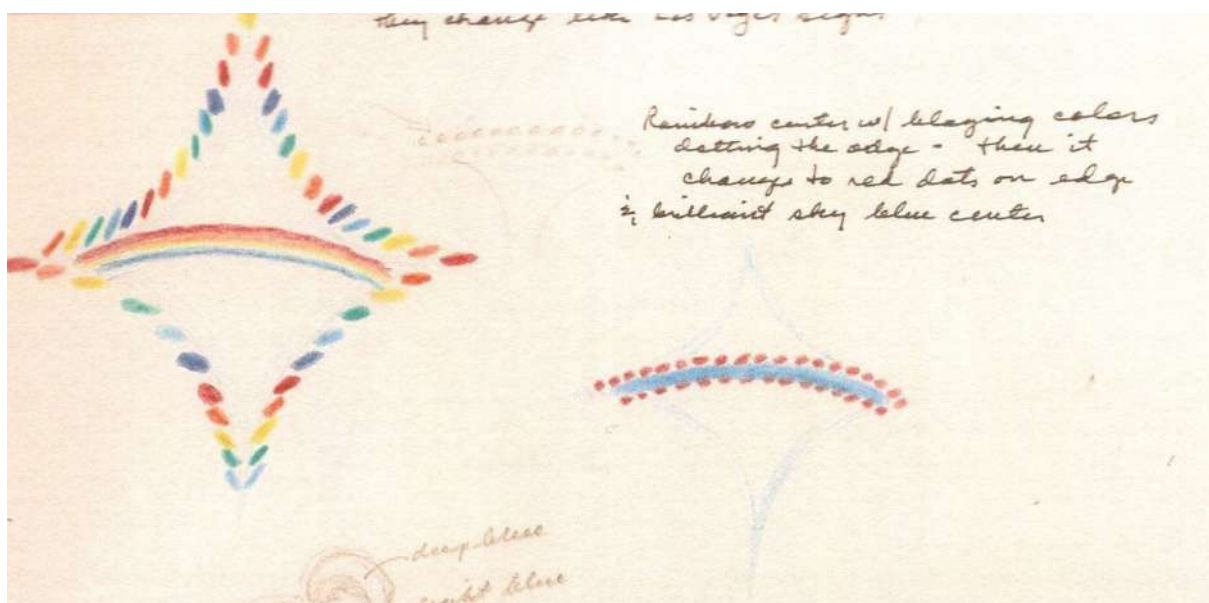


Portrait to the
utterly unelaborate
Fourth empowerment









ЗВЕЗДЫ

Проявляются формы с очертаниями звезд. Они похожи на криволинейные бриллианты, сплетенные из невероятно идеальных световых нитей, которые появляются и снова ускользают, словно колибри. Они являются чистым выражением благодати, возникающей в видениях. В то время как формы усложняются и их число возрастает, появляются полосы мерцающих радужных цветов, изменяющиеся особым образом.

Звезды также называют дворцами из-за кривых линий, напоминающих крыши пагод или зонтики от солнца, но они не несут символического значения; они – спонтанно проявляющиеся посланцы света, создающие музыку с помощью цветов в мерцающих формах и сложных ритмах быстро меняющихся форм. Они ясно передают не только послание, но также и синтаксис языка форм и цвета за пределами слов. Звезды говорят на языке присутствия, заботы и ясного намерения объединять. Они несут послание любви и преобразования, осознанного присутствия далеко за границами измерений человеческого ума, выражение сознания другого рода, сути бытия. Они представляют собой ясный образ тех моментов пространственного блаженства, когда вы неожиданно становитесь открыты сиянию, которое повсюду вокруг нас даже оставаясь невидимым.



БОЖЕСТВА

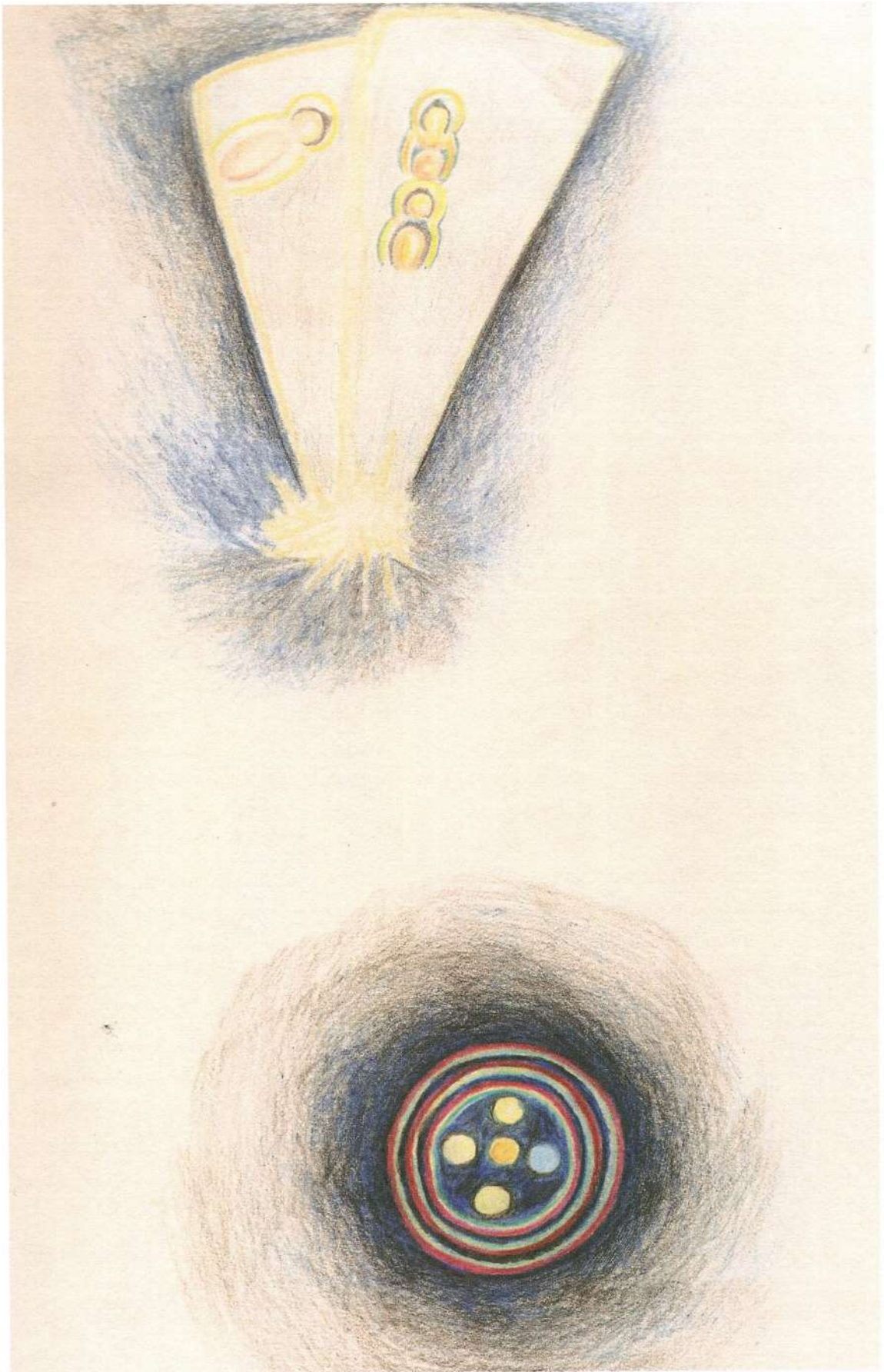
На ранних стадиях практики Тогал видения просты и имеют клеточную структуру. Видения не спеша развиваются и начинают проявляться простая физическая форма без каких-либо украшений – божество. Этот опыт может оказаться шокирующим по своему значению сильно контрастируя с органичными клеточными формами, которые ему предшествовали. Жемчужина света растет и расширяется, становясь более различимой. Внутри этой жемчужины сфера развивается в нимб вокруг головы с собранными в пучок волосами. Сначала проявляется голова божества с выступом наверху, затем верхняя часть тела, все тело и наконец еще множество форм. Божество остается до конца цикла видений, оставляя неизгладимый след в вашем бытии.

Божество, священная природа – это небо вашего сердца. Ваше восприятие проясняется, и вы принимаете в себе эту божественную природу. Плавные потоки видений продолжают появляться и исчезать вокруг, но божество остается. Небо вашего сердца проясняется в самых глубинах вашего бытия; проход открыт и свет устремляется вперед. И снова – это не результат визуализации; это естественный продукт видений Тогал, из самого сердца вашего существа.

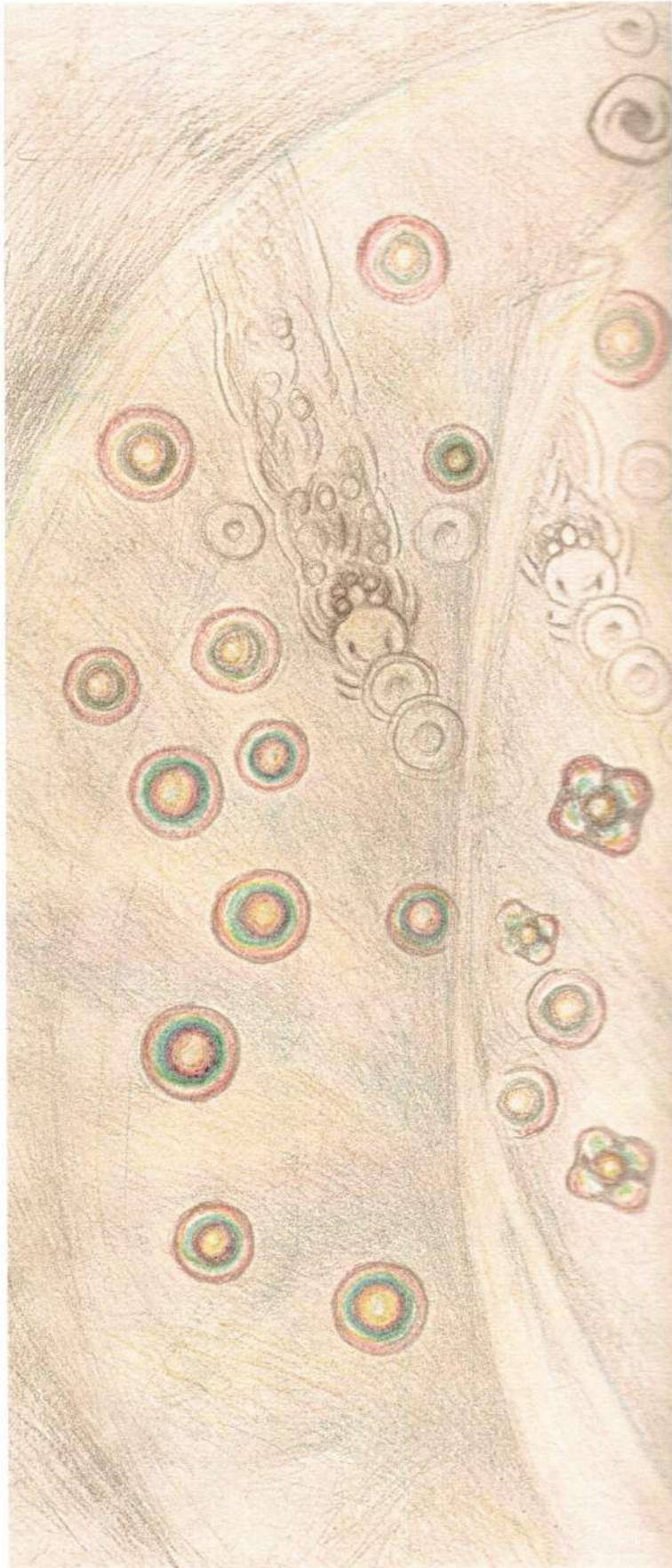
Родиться человеком – это драгоценный дар и ответственность, дар распознать эту божественную природу, присущую всему, и ответственность за обучение каждому аспекту видения, которым является

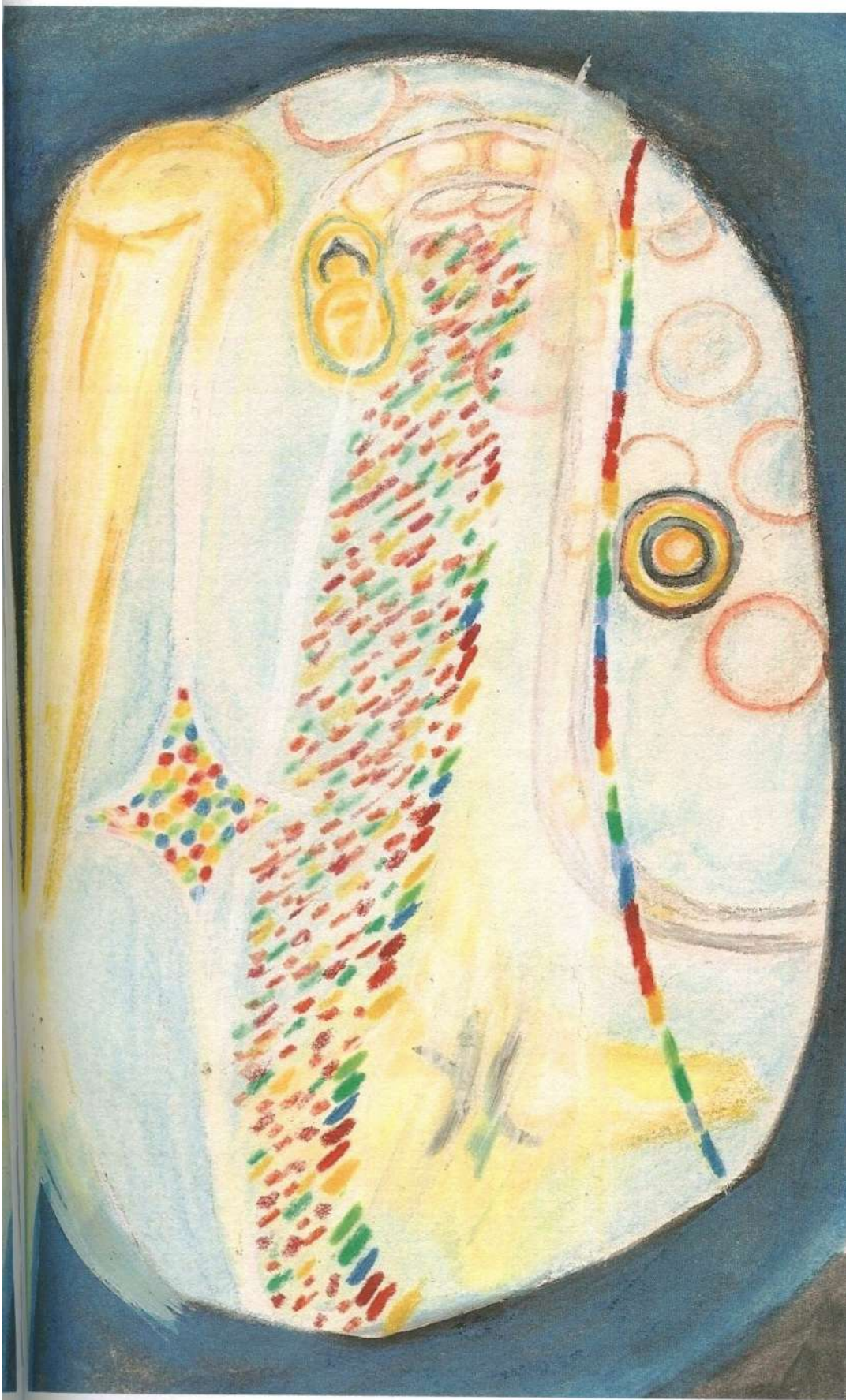
жизнь. Этот дар, как и ответственность вплетены в ткань бытия на глубочайшем фундаментальном духовном и клеточном уровнях. Божество или просветленное существо в вашем сердце взращивает семя и превращают его в бутон истины. Это и есть главный знак.

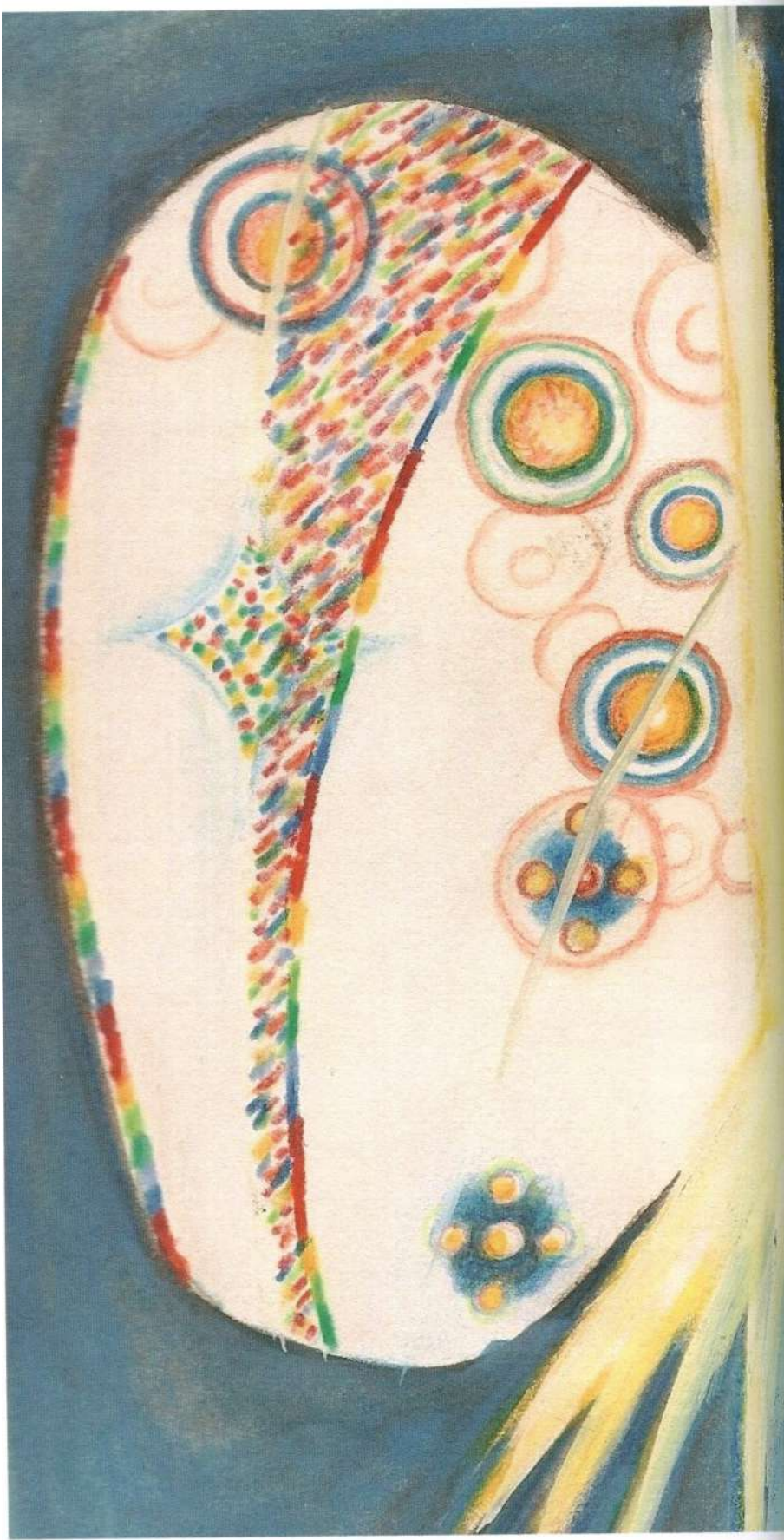




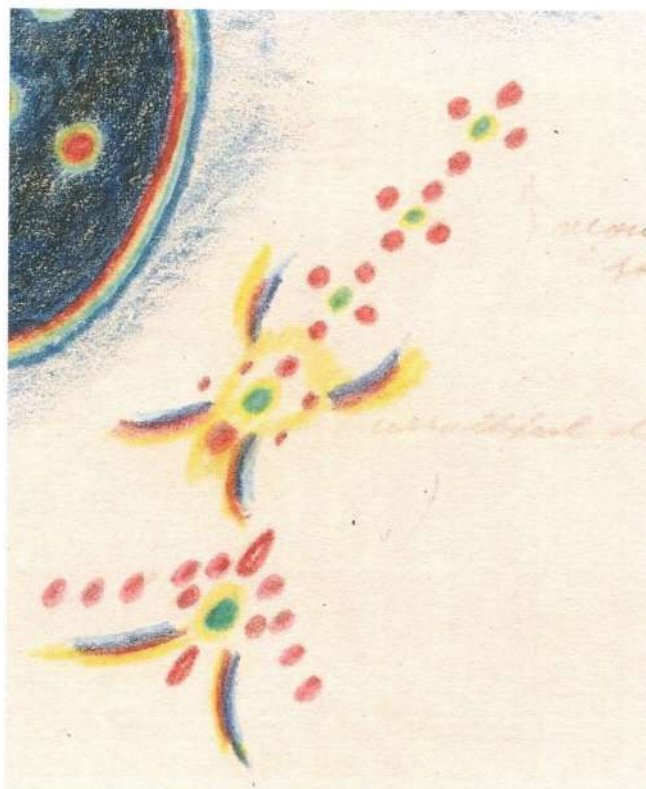












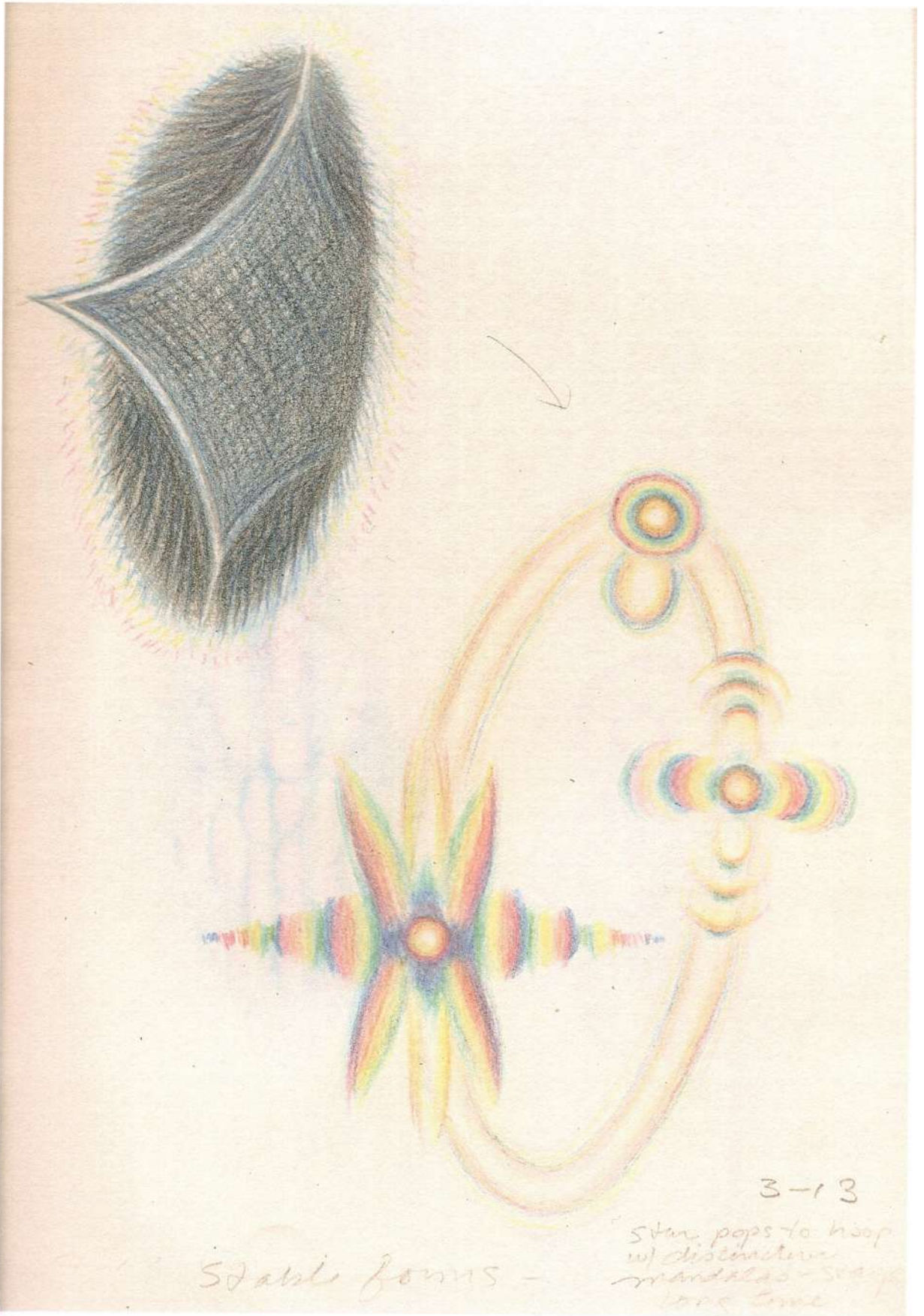
МИРНОЕ И ГНЕВНОЕ

Простые формы крестообразных цветов начинают разрастаться в области легко различимых мирных и гневных энергий, в основе которых ядро из четырех кругов света вокруг еще одного по центру. Мирные формы могут состоять из самых различных цветовых комбинаций. Они могут обрамляться одним из цветов радуги или сразу несколькими, словно круги на тихой поверхности озера. Они выражают спокойствие, концентрированную энергию потенциала равновесия; иногда они проявляются в виде креста. Гневные формы основаны на том же устройстве ядра, но эти формы более подвижные, практически взрывные, с цветными формами и полосами, появляющимися из четырех сторон света и диагоналей. Они являются проявлением, движущей энергией и их присутствие создает ощущение движения, даже если формы в статичном состоянии.

Мирные и гневные энергии вплетены в видение, которое мы зовем жизнью. Что говорить о цветах и формах, если сама наша Земля заключает мирную энергию в своей основе, которая держится на пересечении четырех направлений. Чуткие и проявляющие энергии растут и формируют сами себя в бесконечном взаимодействии вокруг нас, в мире природы и в людях. Они предназначены быть природной гармонией, которая понятна, признана и которая охватывает полный спектр выражения и взаимодействия с балансом импульса бытия.



4:4 Large lights appeared for edge of left field appearing out of the dark area about 5 min
They loomed out of deep space - remained stable for

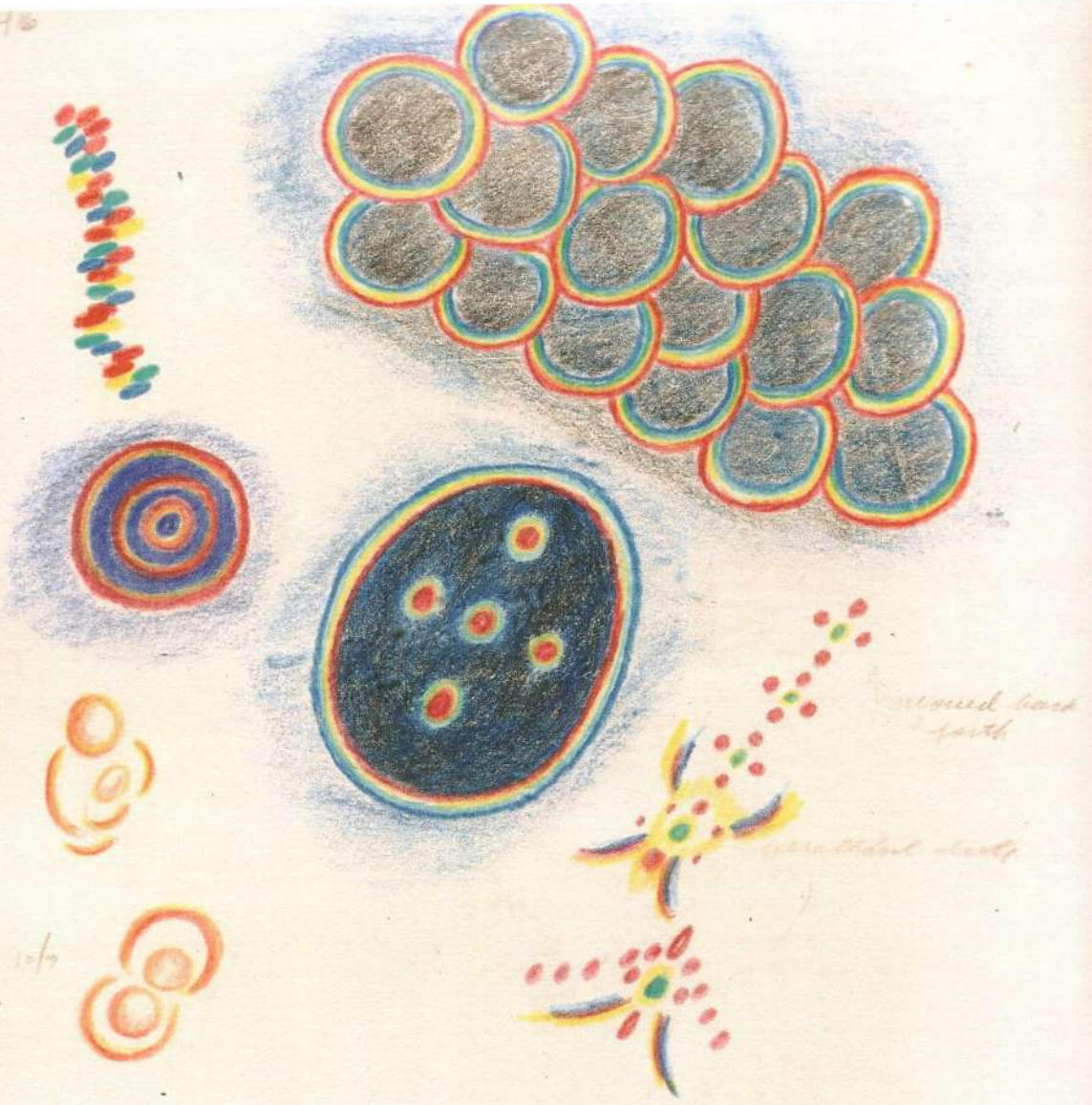


Stable forms -

3-13

Star pops to hoop
w/ discoloration
mandala - swap
love time

12/8

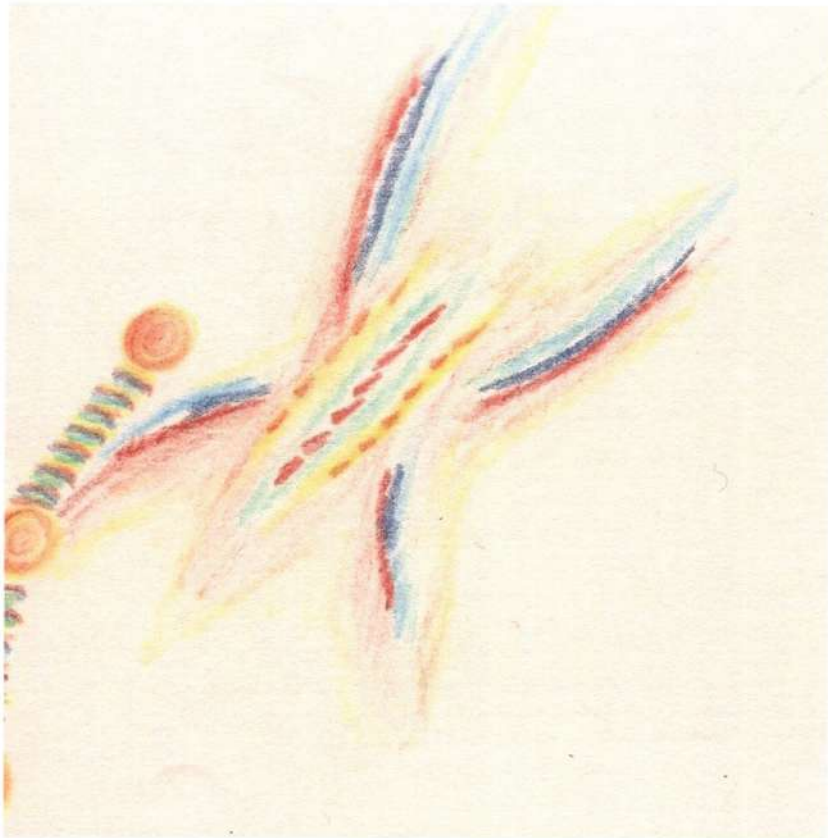


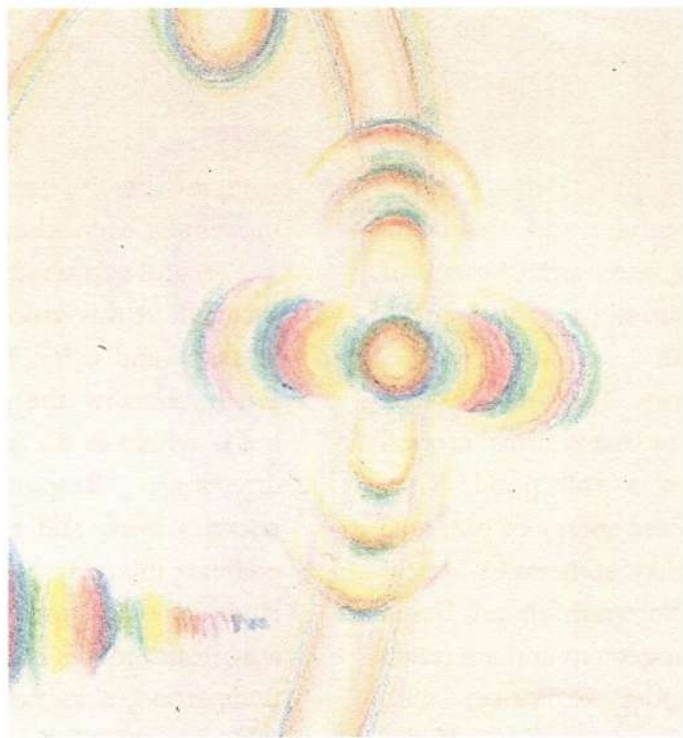
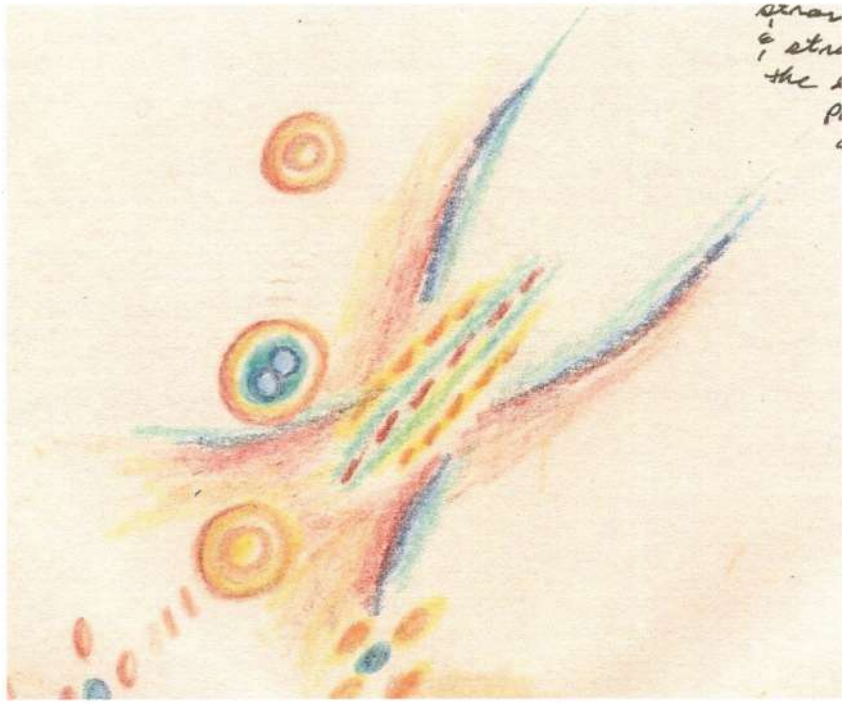
reminded back
forth

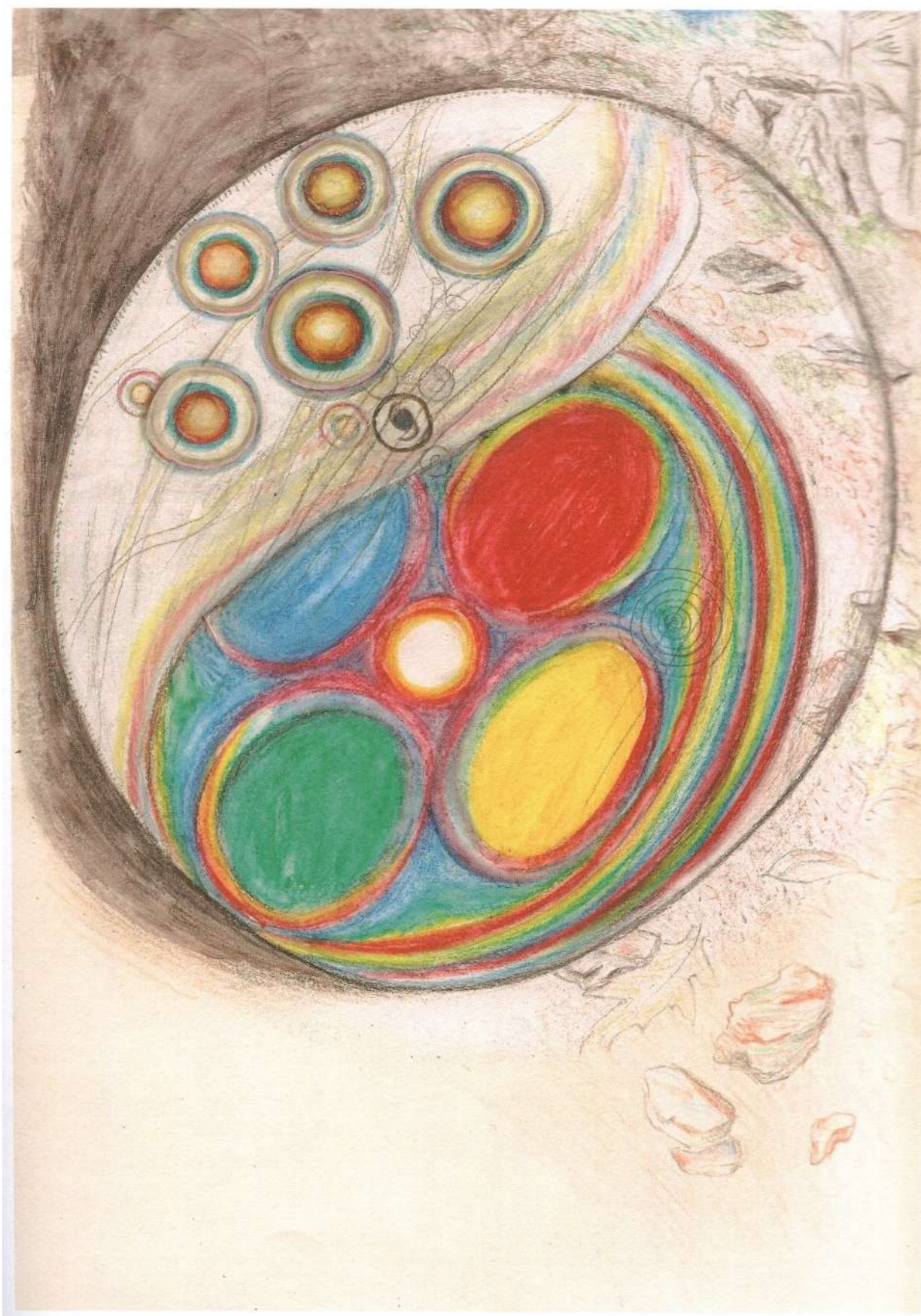
unmistakable clarity

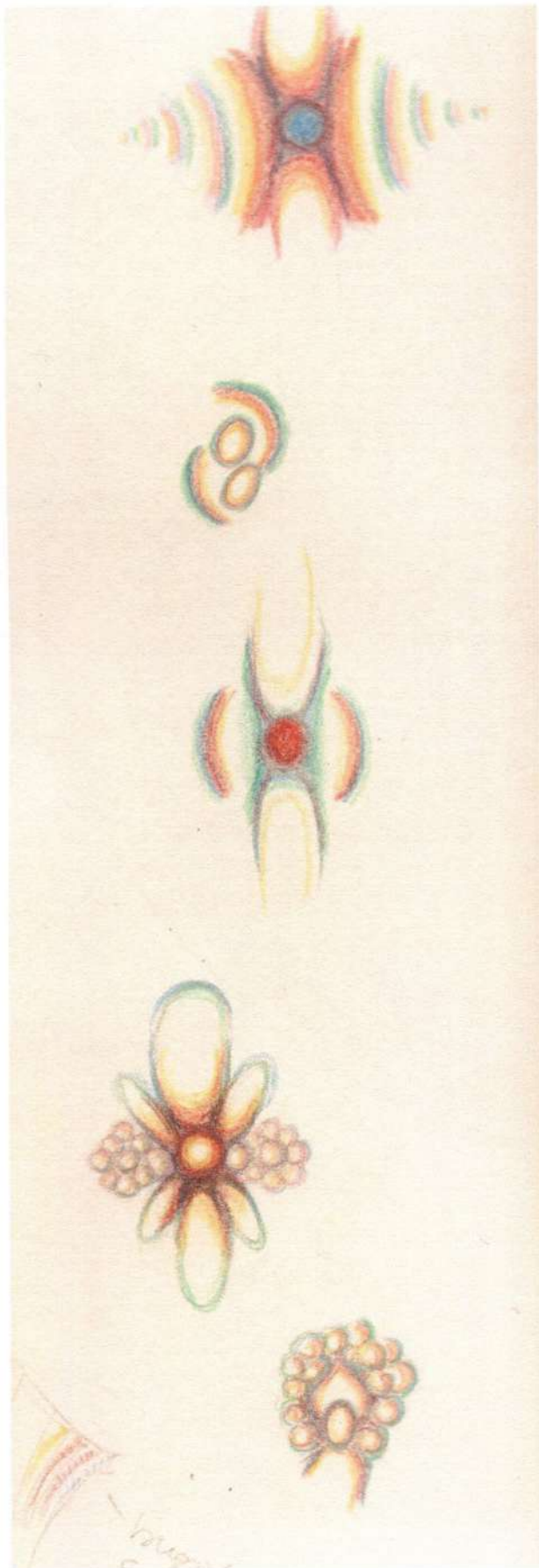
Pure open space
 a Meadow larks call
 The sun's light piercing across the plains
 Woven vast luminous clarity

12/11 In a dream I was in awareness walking through a
 street in samsara with all kinds of people wondering
 if I could find someone else in awareness.



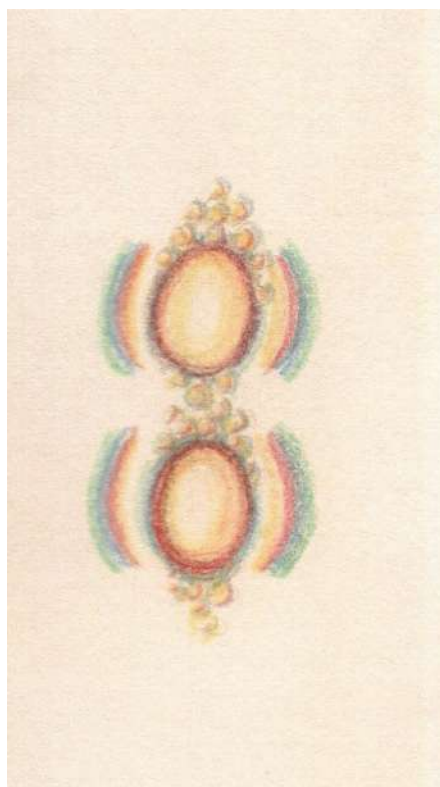


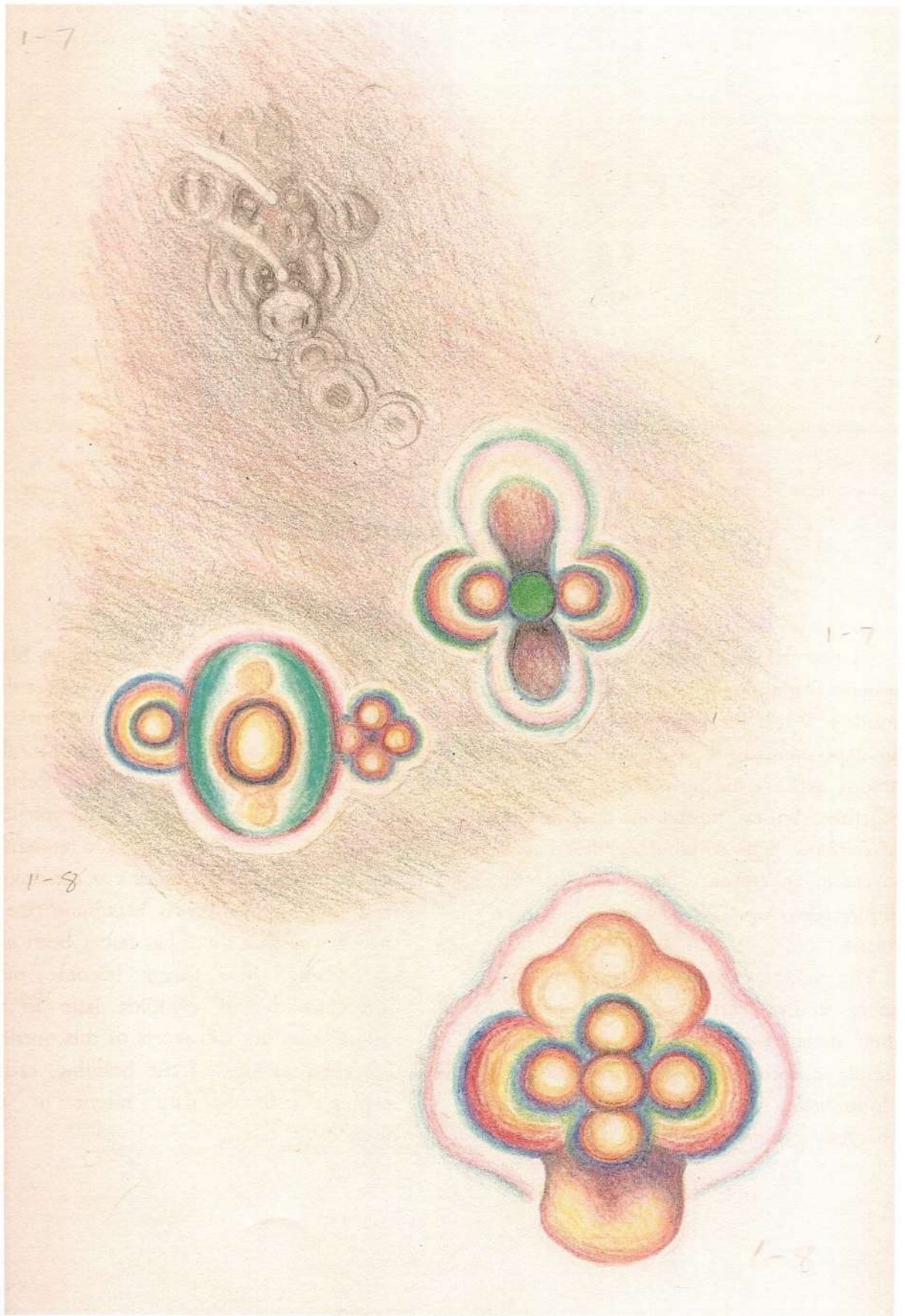


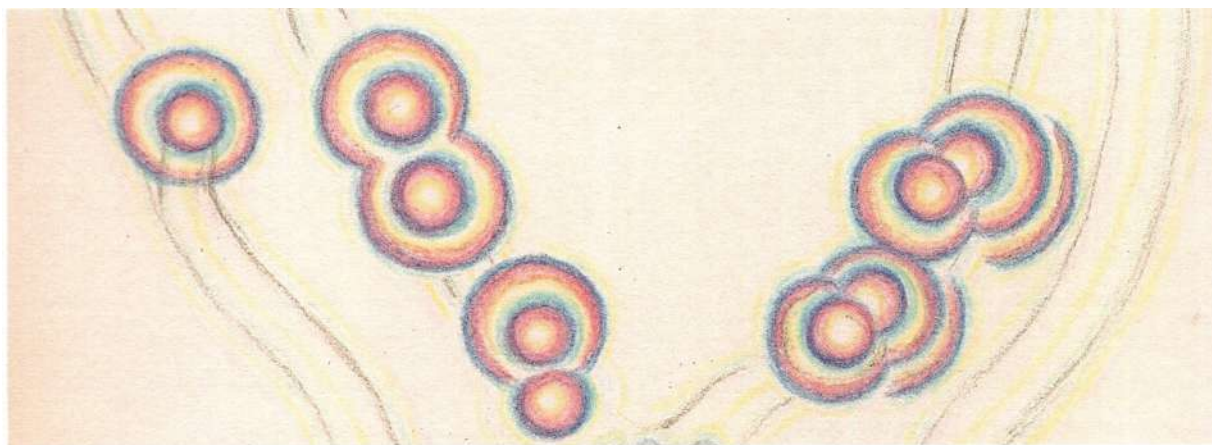


С увеличением количества мирных и гневных форм, они также становятся более легко различимы, с различными сочетаниями цветов, форм и качеств, которые очень специфичны. Они могут быть мирными, гневными, наполовину мирными, наполовину гневными, каждая индивидуальна.

В тоже время, начинают возникать простые объединения, божеств становится больше и простые формы священных существ начинают проявляться как наплывающие волны. Тога - это не ограниченное переживание; это всеохватывающее погружение в сияющее пространство проявления основы бытия.





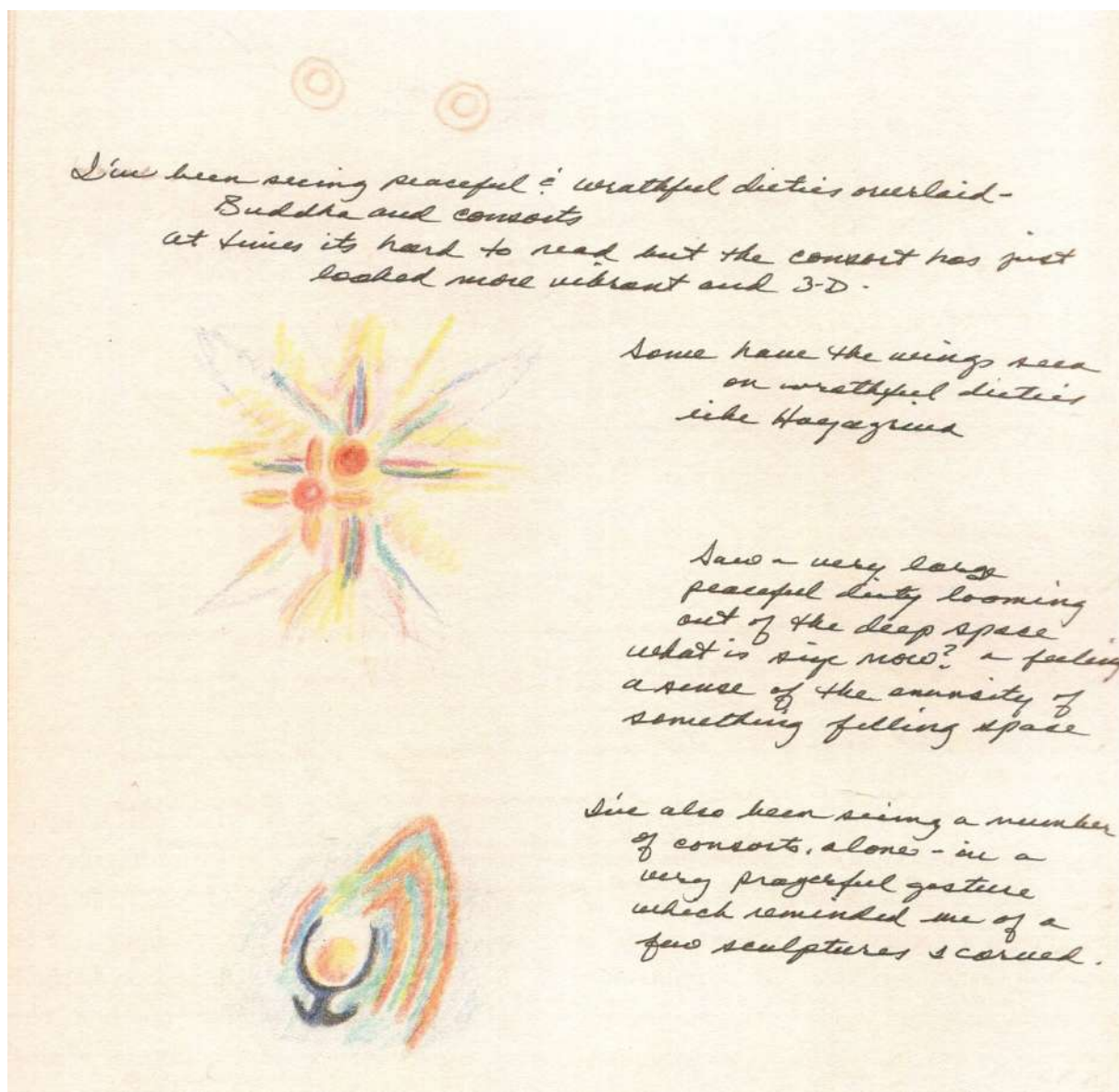


СЛИЯНИЕ

Видения продолжают развиваться - цветные сферы начинают объединяться и смешиваться друг с другом. Если мирные и гневные формы являются выражением различных энергий, то объединенные формы выражают чистую энергию слияния. Вначале объединенные формы возникают в виде радужных кругов, сливающихся словно любовники в объятиях, затем некоторые из них приобретают нимбы, ауры и физические формы.

Сливающиеся формы выражают объединяющую заботливую энергию в сердце всех явлений. В своем базовом проявлении, они обладают простой формой, хотя некоторые выливаются в разнообразие индивидуальных форм и энергетических качеств, а затем часто возвращаются к базовой форме. Две окружности сливаются с безграничной нежностью влюбленных и все же их союз за пределами сексуального, за пределами мужского и женского. Скорее это напоминает союз матери и ребенка, и все же за пределами даже этого. Взаимодействие включает как принимающую, так и проявляющую энергии, которые поддерживают рост этого ядра нежности, которую вы переживаете в видениях как энергию объединения. Эта энергия двух становящихся одним так, что кажется, они никогда и не были разделены. Даже когда позднее в видениях формы становятся более различимы и сложны, они все еще являются отражением этого единства,

чистого выражения объединения, заботы, взаимодействия,
сострадательного импульса бытия.



Нежность, заключенная в объединенных формах, находит свое выражение в слиянии энергий также, как круги света. Мирное и гневное, форма и свет, созидательное и динамичное – они объединяют огромный спектр качеств. Видения созревают, все формы объединения возникают и сменяют друг друга словно приливы волн.



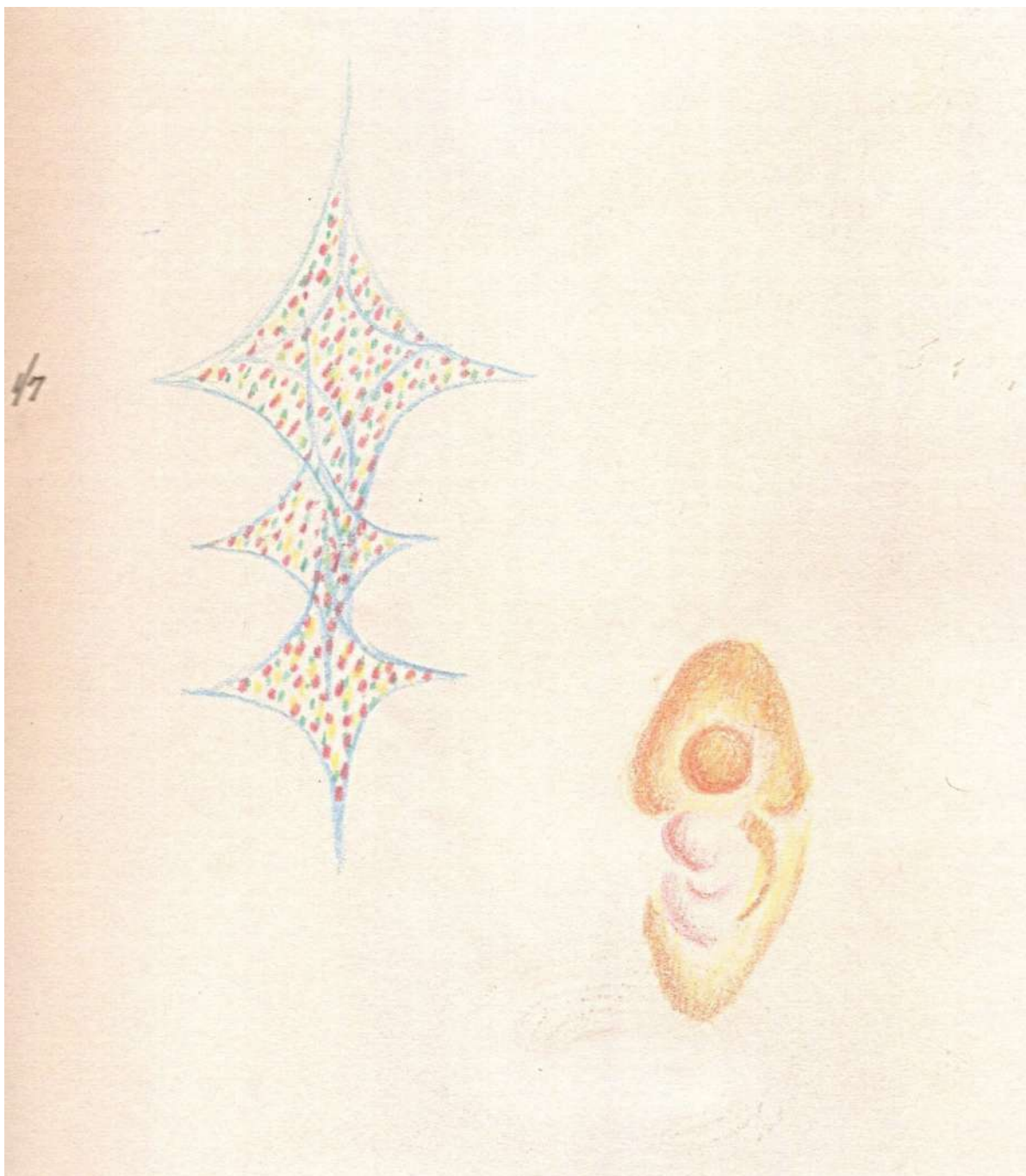
СВЯТЫЕ СУЩНОСТИ

Примерно в то же время что появляются божества, в цветных областях начинают проявляться простые формы священных существей. В начале появляется простая сфера, обрамленная нимбом и вытянутое тело света, напоминающее кокон. Они приходят и уходят вместе с цветными областями, постепенно становясь сложнее по форме, развивая отдельную фигуру внутри единства.

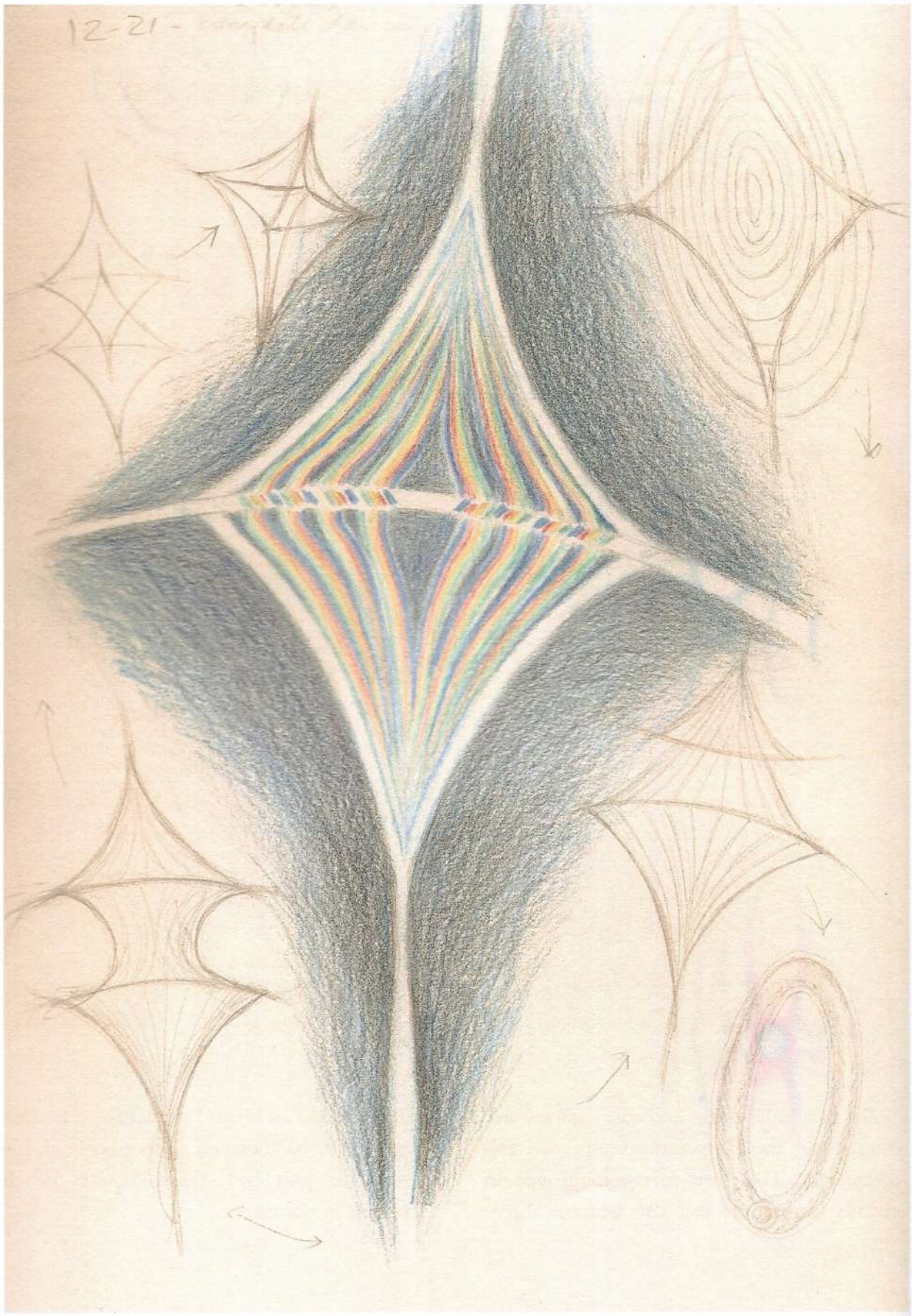
Божество – это выражение открытости вашего сердца, подобного чистому небу, созревание светящегося сознания. Это сознание способно распознать себя через вас; восприятие в чистой форме – это взгляд глазами сознания.

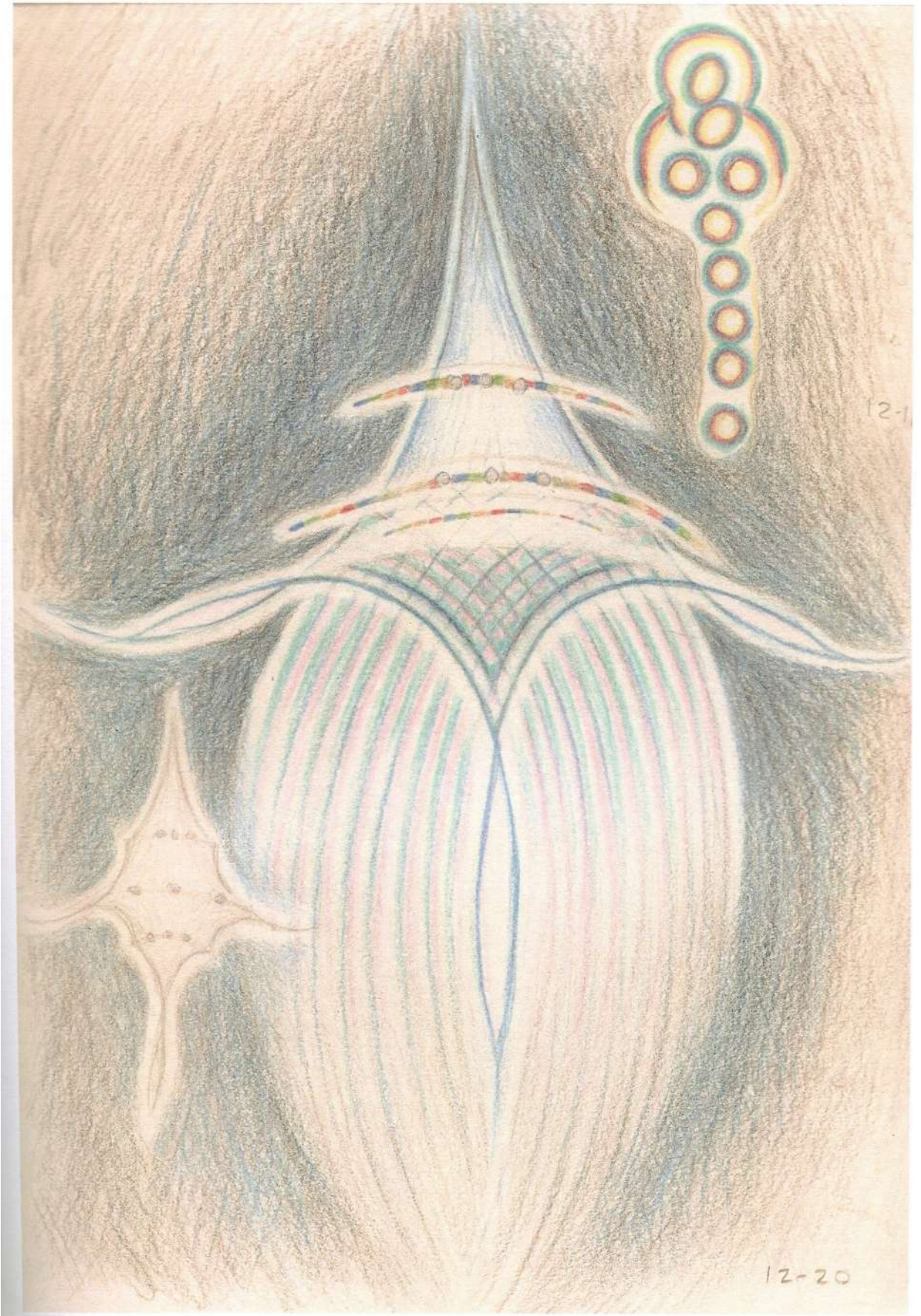
Священные существности являются выражением более осознанного знания, импульса бытия за пределами личностных проявлений, светящаяся сеть сострадательного намеренья, которое плетет весь мир видений в котором мы находимся. Священные существности – это отражение спонтанно

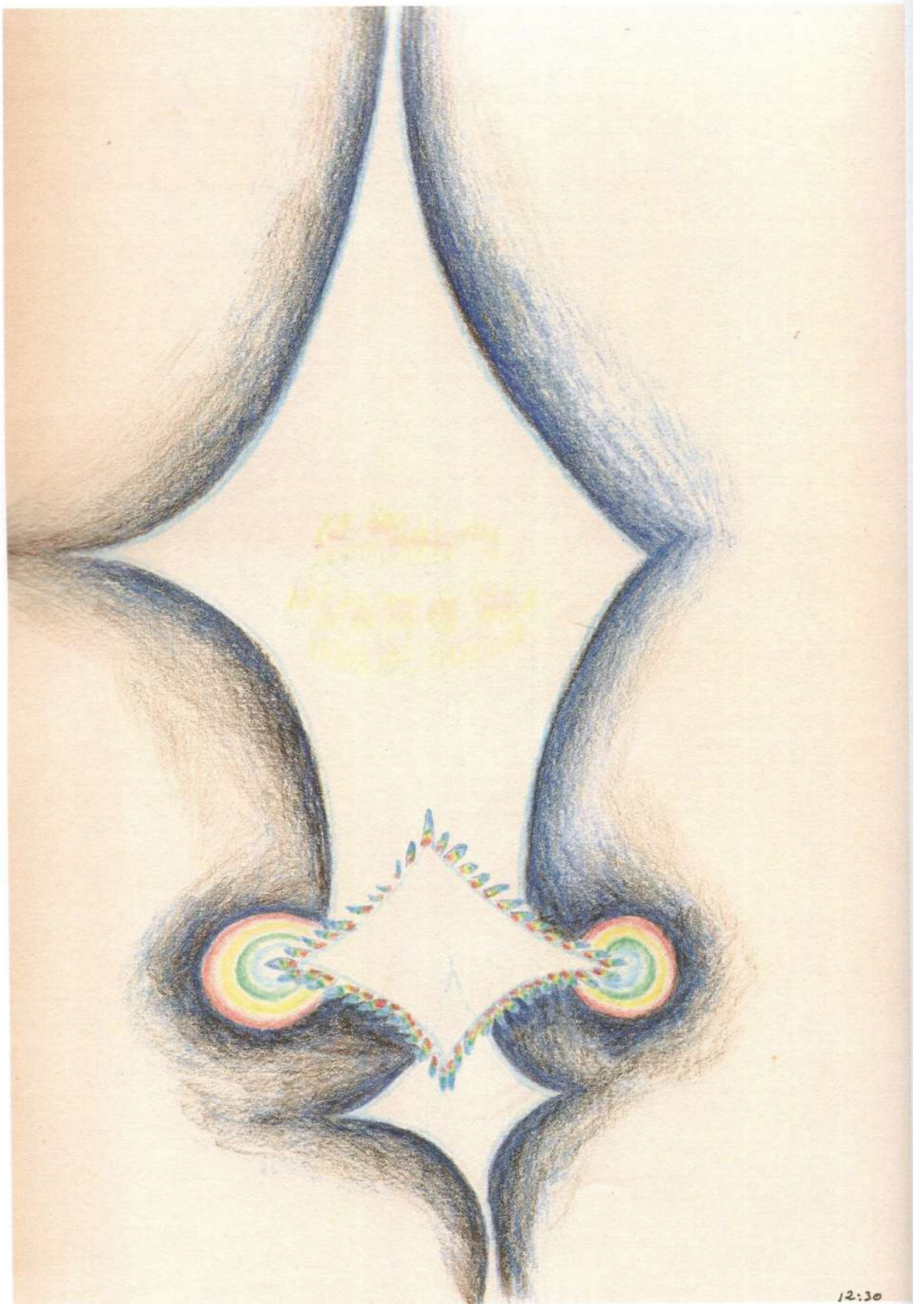
возникающей сияющей природы всего существующего, где отдельные сферы сознания, растут и созревают.



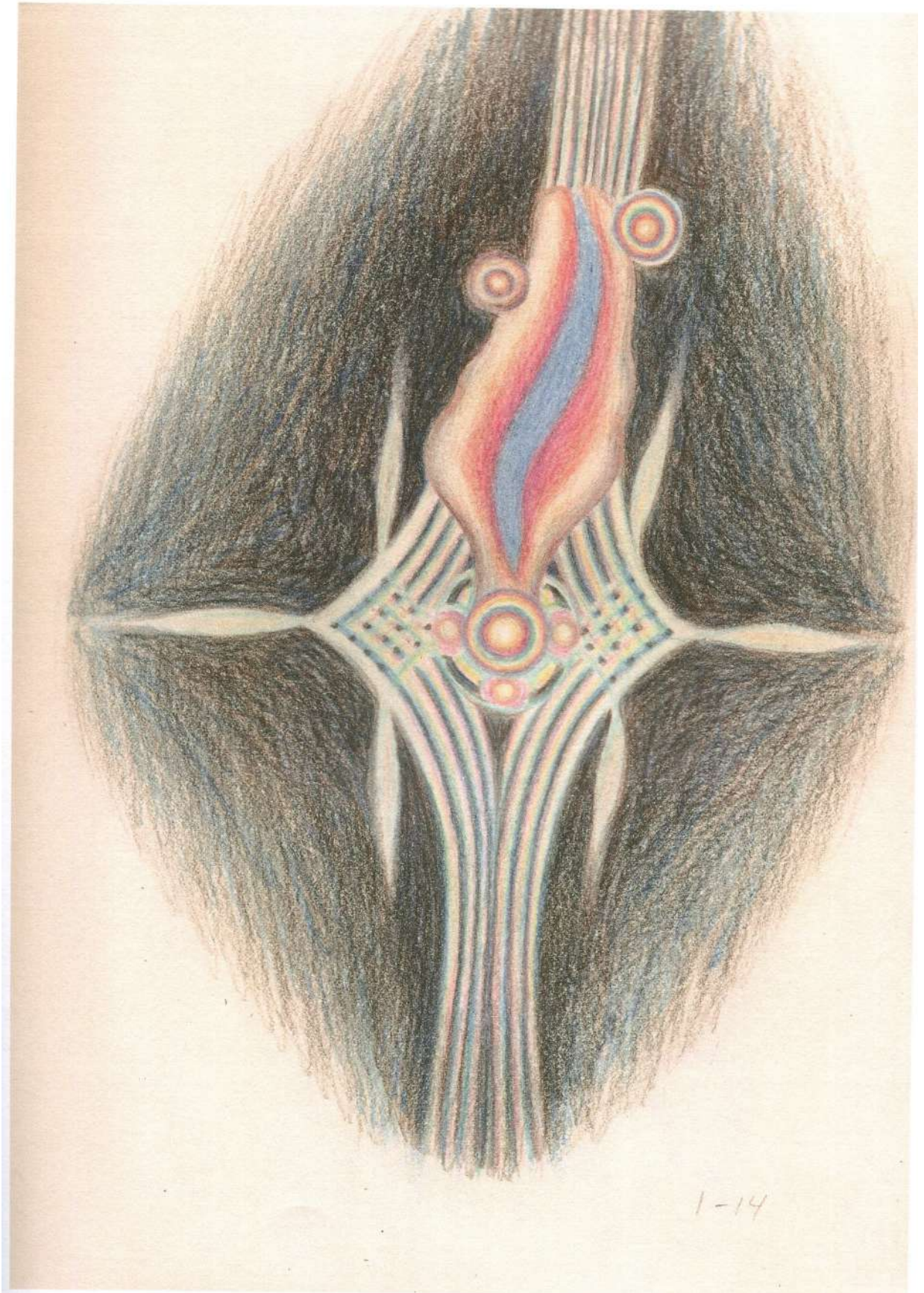
С развитием форм священных сущностей и объединенных форм, звезды увеличиваются в размере и становятся сложнее. Они могут объединяться в группы в различных комбинациях, становиться трехмерными и обращаться в пространство, или преобразоваться в другие формы, а затем снова становиться звездами, объединяться с другими аспектами видений форм слияния.



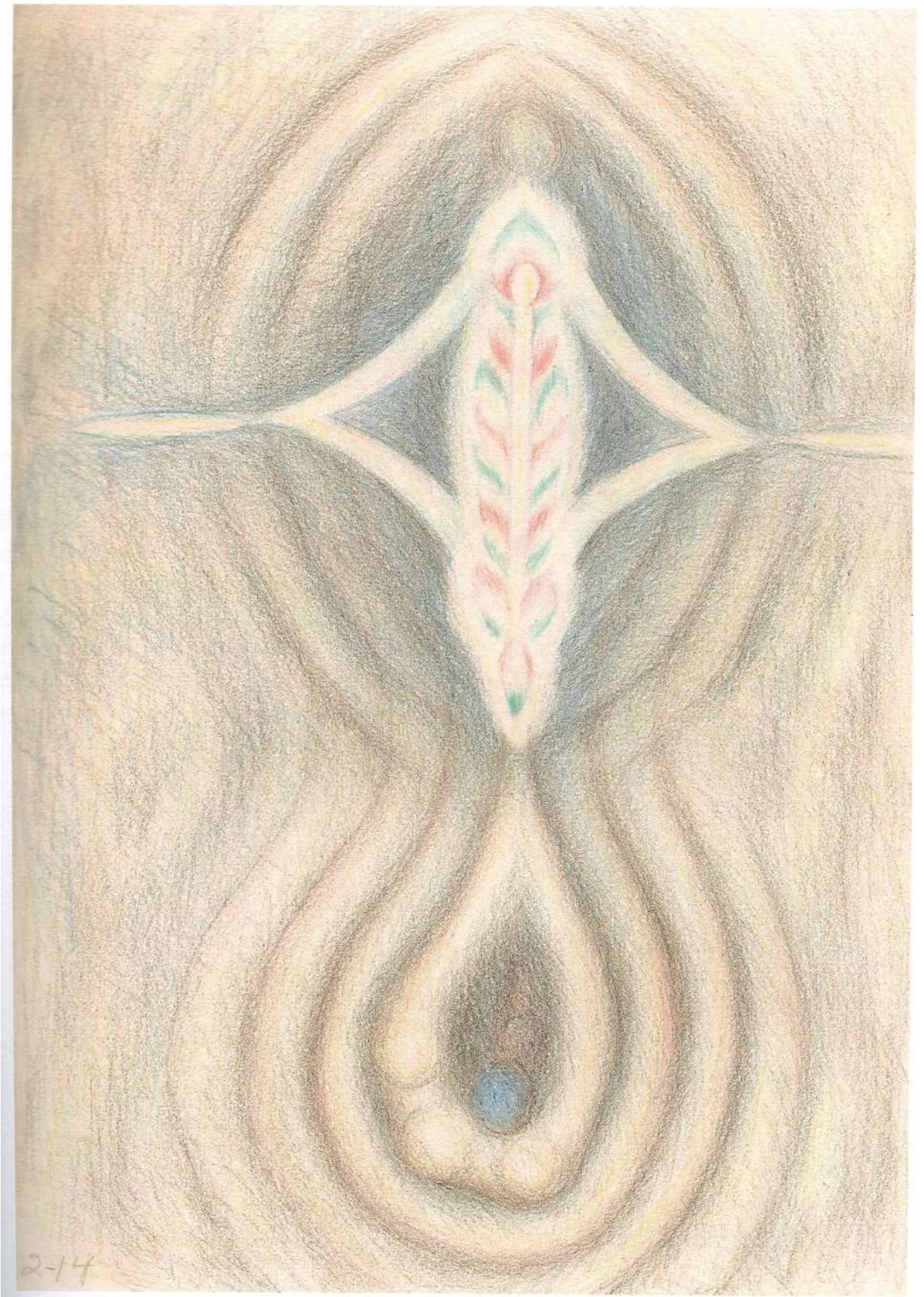




12:30





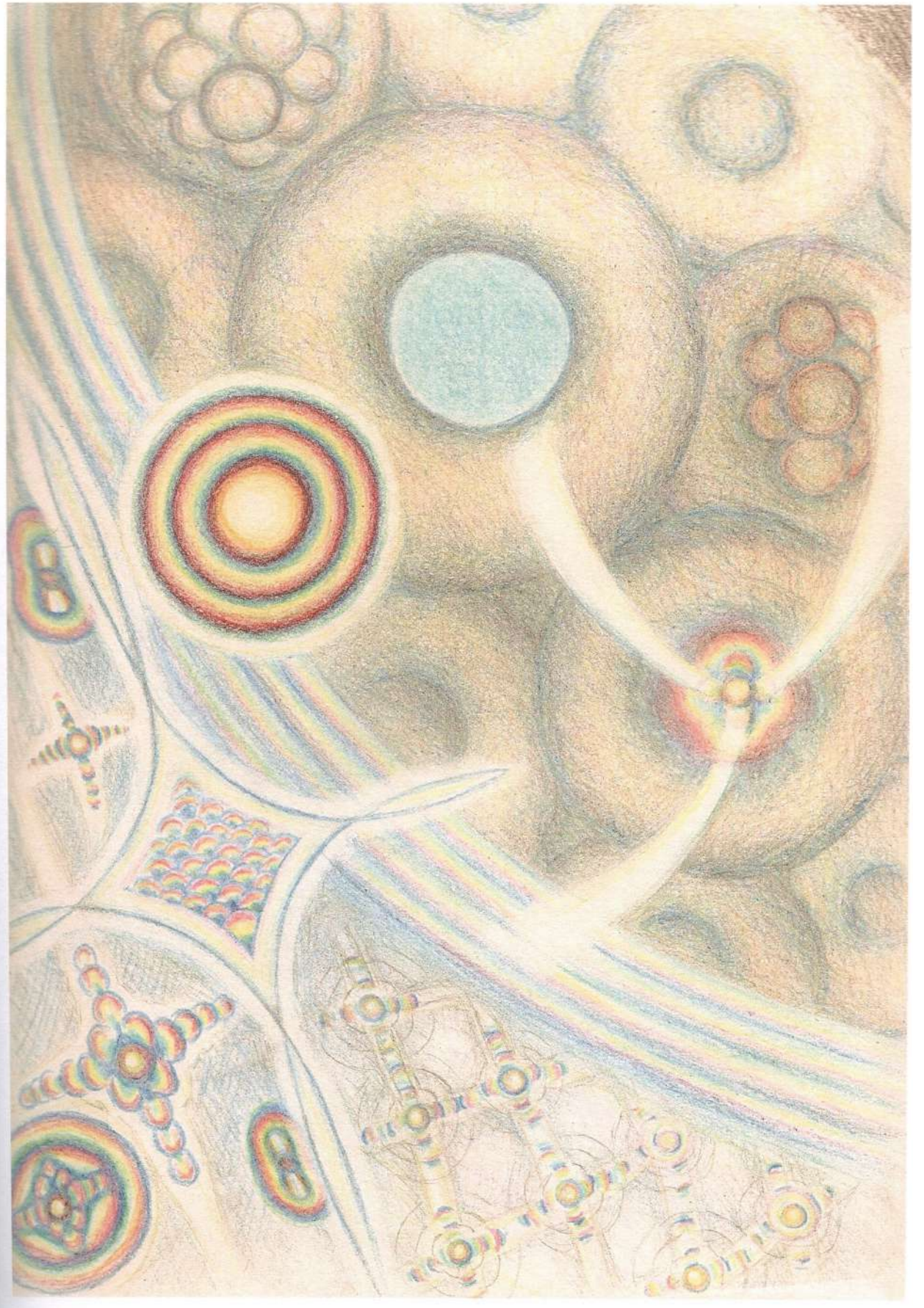


СИЯНИЕ

Видимое поле разрастается и становится более плавным и естественным для возникающих видений. Это третья стадия видений внутреннего сияния.

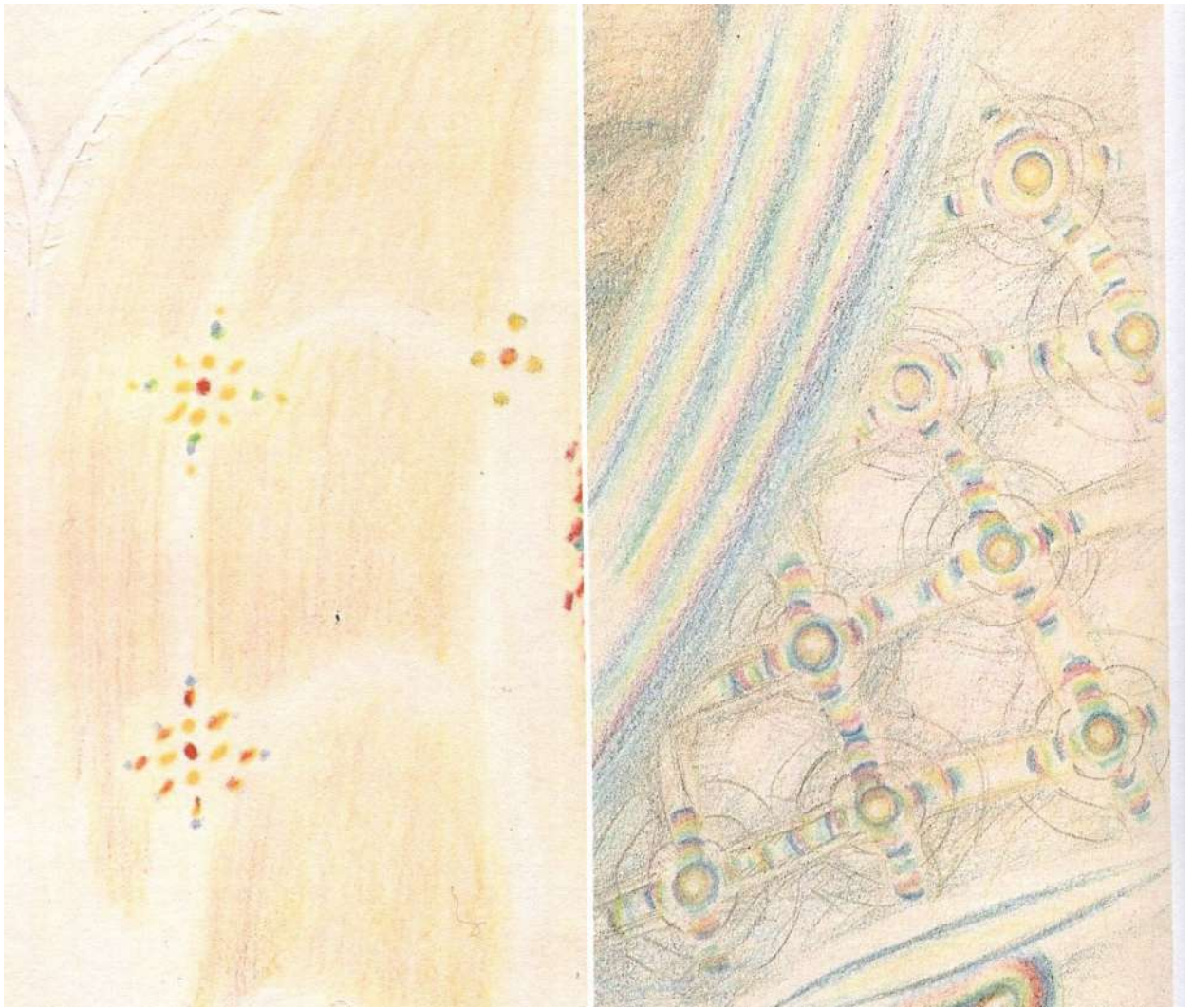
Саженец света произрастает из вашего сердца; он растет, расцветает и затем все ярче и ярче сияет, за пределами измерений. В это время область видений становится всеохватывающей. Внутреннее сияние распространяется во вне до полного расширения и сияет на всех уровнях видений.

Качества плавности и естественности распространяются за пределами видений в ваши переживания. В вашей практике и повседневной жизни присутствует качество вязкой текучей уплотненности, весомость и свобода одновременно. Это переживание полного погружения, полностью отражающегося в тактильном временном качестве и тем не менее ни к чему вас не привязывающее. Все детали становятся более живыми, текстурными и в тоже время, более мимолетными. В этом расцветающем сиянии видимое единство переживания к которому вы прикоснулись - полное выражение проявления бытия.





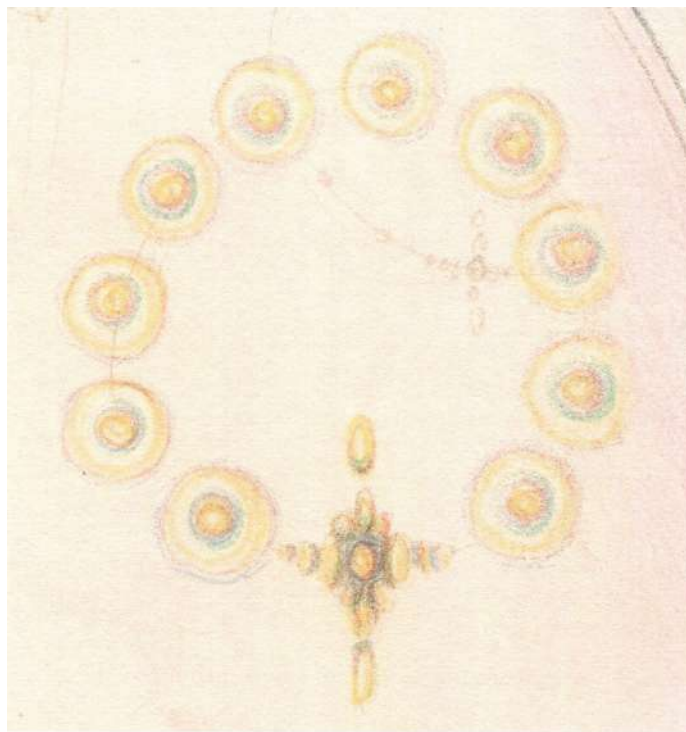




Мерцание сети свет, сети Индры, ткани бытия, становится чаще. Сети являются сложным визуальным переживанием глубины, цвета и света, распространяющегося за пределы поля, с сияющими мирными формами в каждом пересечении.

Объединенные формы продолжают созревать во всех слоях поля. Динамичная энергия некоторых слившихся форм становится более выразительной. И объединившиеся формы и сети света являются отражением связывающей, соединяющей энергий, которые лежат в основе всех проявлений, энергий, которые вплетают все возникающее отдельно в единое целое. Они показывают как соткано это видение, называемое жизнью, словно молекулы воды объединившиеся чтобы создать реки, озера и океаны, одна вода, доброта в корне всей жизни объединяется, образуя великолепную сеть бытия.

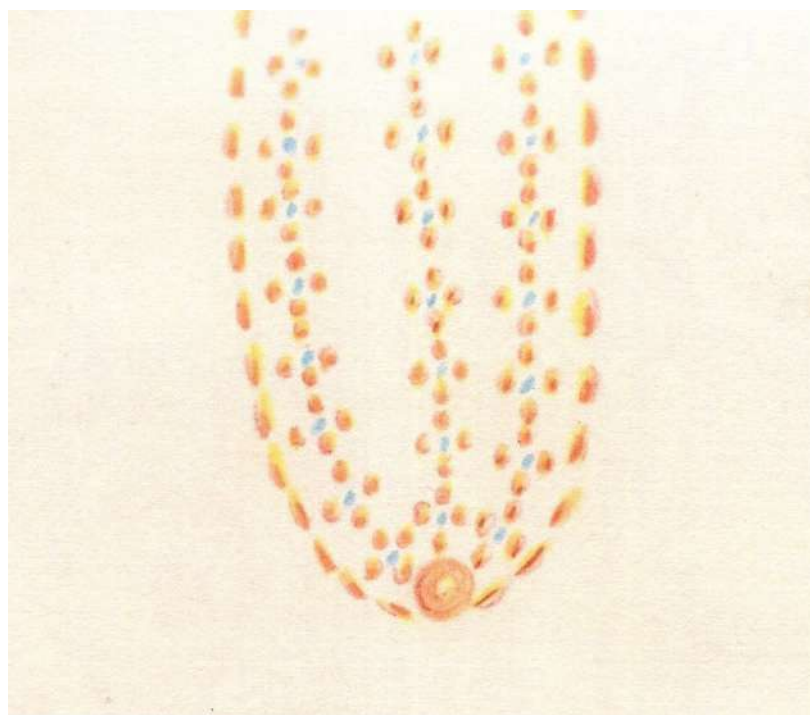
Качество спонтанности видений усиливается. Слившиеся формы расцветают и лопаются, изменяются и возвращаются к формам кругов и сфер в творческом восторге чистой радости проявления, восторге божественных сущностей.

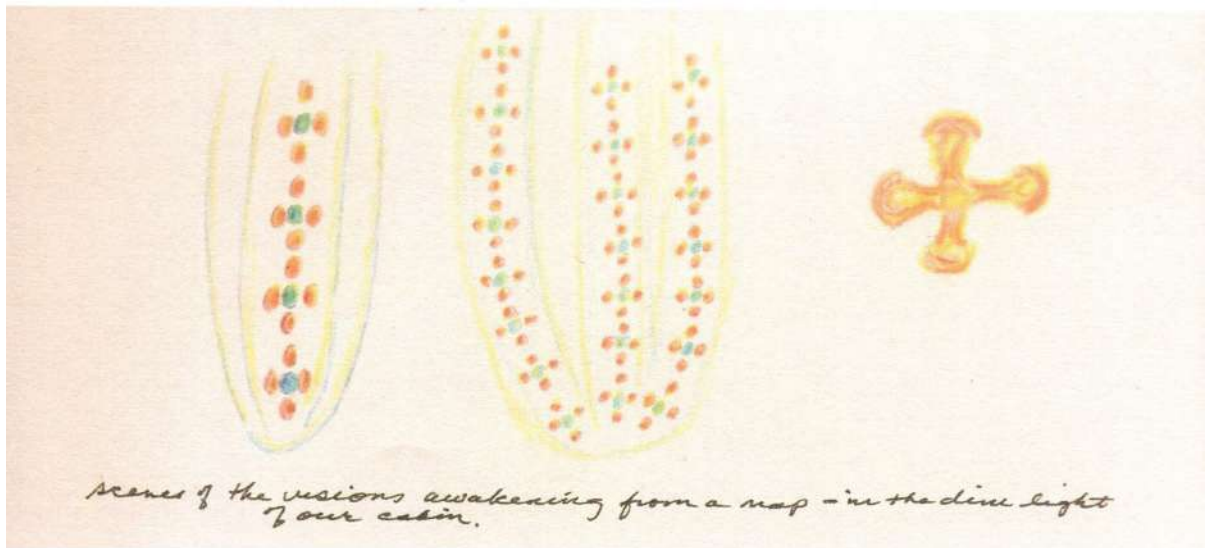


ПРОСТРАНСТВО: СКОПЛЕНИЯ, МАНДАЛЫ, ОРНАМЕНТЫ В ВИДЕ УКРАШЕНИЙ

В начале объединенные формы появляются по одной, затем маленькими группами, затем группами побольше, формируя орнаменты в виде ожерелий и сетей жизненного света, и огромные возвышающиеся трехмерные формы плетущие бесконечные миры. Пространство расширяется за пределы видимого поля когда они превращаются в полномасштабные мандалы с мягкой и нежной безграничной глубиной. Мандалы расцветают вокруг или вместе с формами божеств в органичном ритмичном сочетании. Некоторые могут оставаться на долгие периоды времени, переливаясь в океанской глубине. Появляются целые поля светящихся сетей с мирными и гневными формами в каждом пересечении. Массы энергий крохотных физических форм, светящиеся массы сфер и головы божеств сливаются с мирными формами в линии жизненного света или же полностью превращаются в другие аспекты мандал. В это время структуры знакомого мира становятся все менее и менее плотными, более

газообразными и сияющими внутренним светом. Вся сфера ваших переживаний расширяется, становясь неуловимой, связанной с сострадательным светом видения.





В видения проникает изящная симметрия органичных изгибов с текучей гравитацией, плавным движением, которое распространяется за пределы видимого и центр тяжести приземляется в области видения. Мирное, гневное, сферы, простые слияния и божественные сущности = все сливаются в мандалы-ожерелья словно небесные подвески из сияющего света. Сначала вы видите только фрагменты, затем они постепенно расширяются и охватывают простор за пределами пространства.

ВРЕМЯ И ПРОСТРАНСТВО

Видения возникают в результате практики как днем так и ночью, растягивающей период в несколько лет. Когда привычки ума, эмоции, взвешенные решения и глубоко засевшие концепции времени и пространства медленно растворяются, вы видите непосредственно как этот мир проявляется из источника, расширение света, формы и цвета, которое является всеохватывающим. Ваша физическая форма и мир вокруг обращаются к свету, хотя вы все еще нуждаетесь в воде, готовите еду и заботитесь о ежедневных потребностях. Когда вы спускаетесь к ручью, земля и растения излучают свет — природу всего, так просто, так же как ваша рука, состоящая из света, берет стакан воды.

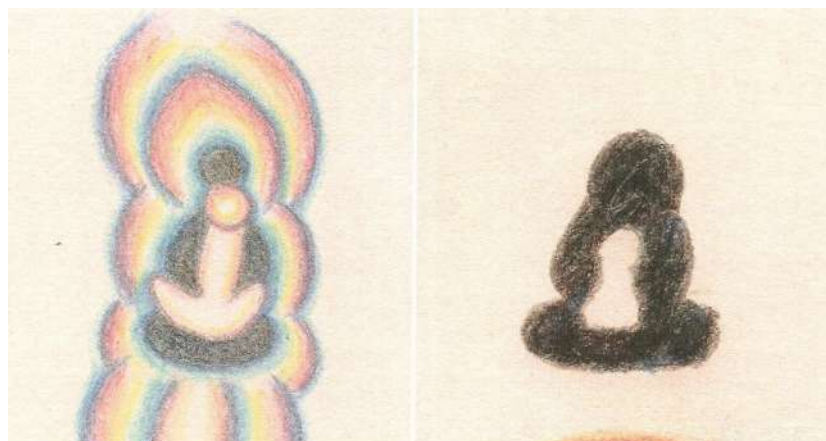
Мир ваших внутренних переживает продолжает успокаиваться. То, что когда-то было плотной, устоявшейся реальностью, все меньше и меньше стоит на месте наряду с концепциями пространства и времени. Вещество воспринимается таким, как они есть, излучающим внутренний свет. Природа и ваше тело могут внезапно обернуться лучами радужного света. Вы начинаете видеть бесчисленные священные формы, проникающие в пространство и в тоже время оставаясь на вашей ладони. Вся вселенная внезапно раскрывается из под раковины восприятия.

Полное сияние третьего видения находится за пределами измерения, но каким бы не было это переживание всеохватывающим, это все еще не окончательное возвращение: вы находитесь в области сияния, области проявления.

Видения выходят за границы восприятия измерений. Вы можете долго смотреть вниз и так и не увидеть дна, вы можете долго смотреть вверх и по сторонам, а видения будут продолжаться и продолжаться. Они могут длиться часами, они мягко плывут за пределами времени, не статично, а медленно изменяясь, проявляясь и развиваясь без начала и конца. Даже звезды, являющиеся источником эфемерного блаженства, покоятся в мандалах.

Священные сущности, формы слияния, объятия источника — все проявляется в огромной панораме, в океанической структуре, которая текуча и разрастается во всех направлениях. Это природная гармония, тонкое природное равновесие сил. В противовес установленным структурам времени и пространства, это отражение глубокого импульса, основы всего живого, плавного и текучего, но в тоже время поддерживающего жизнь — структуру другого рода.

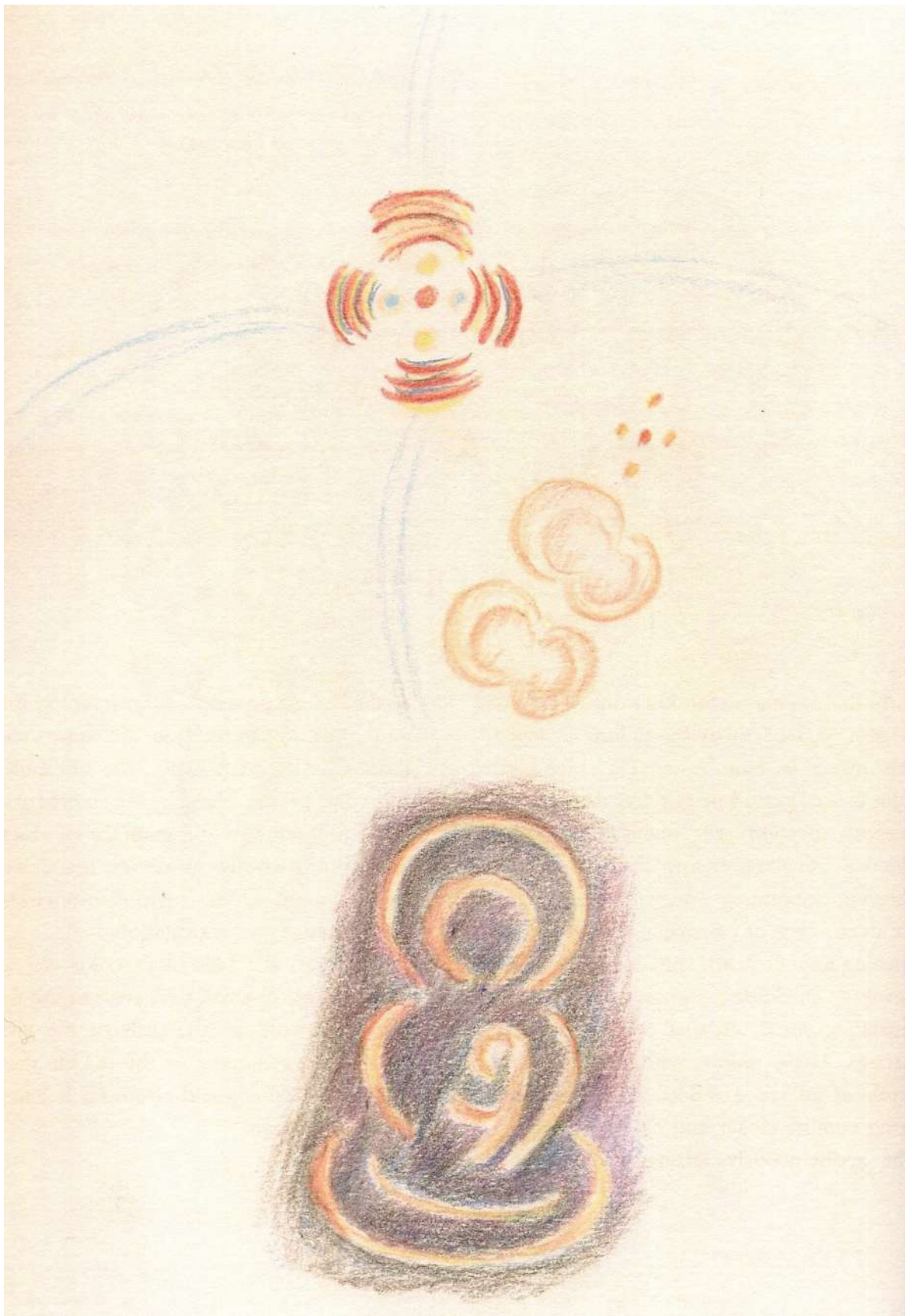


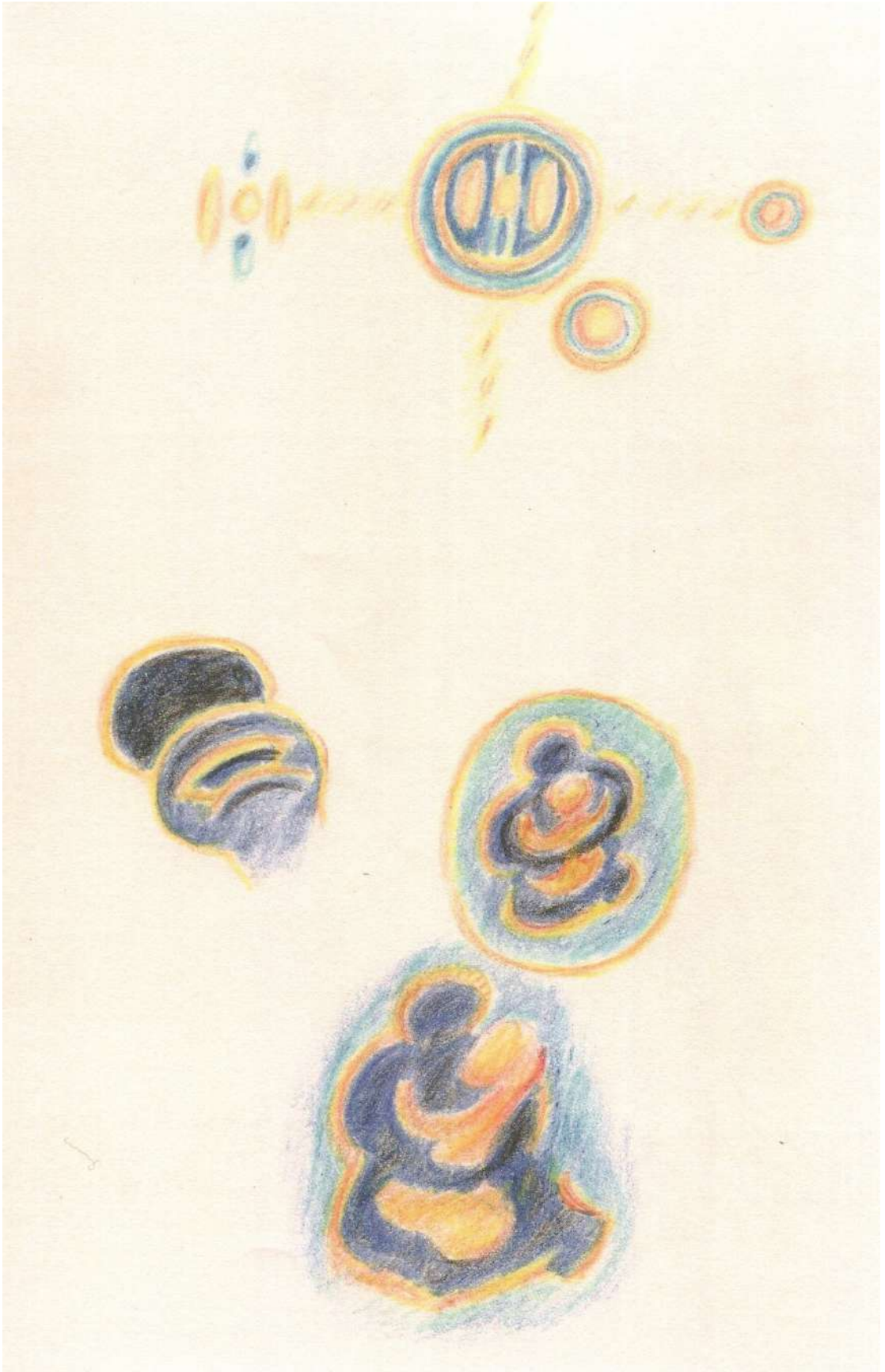


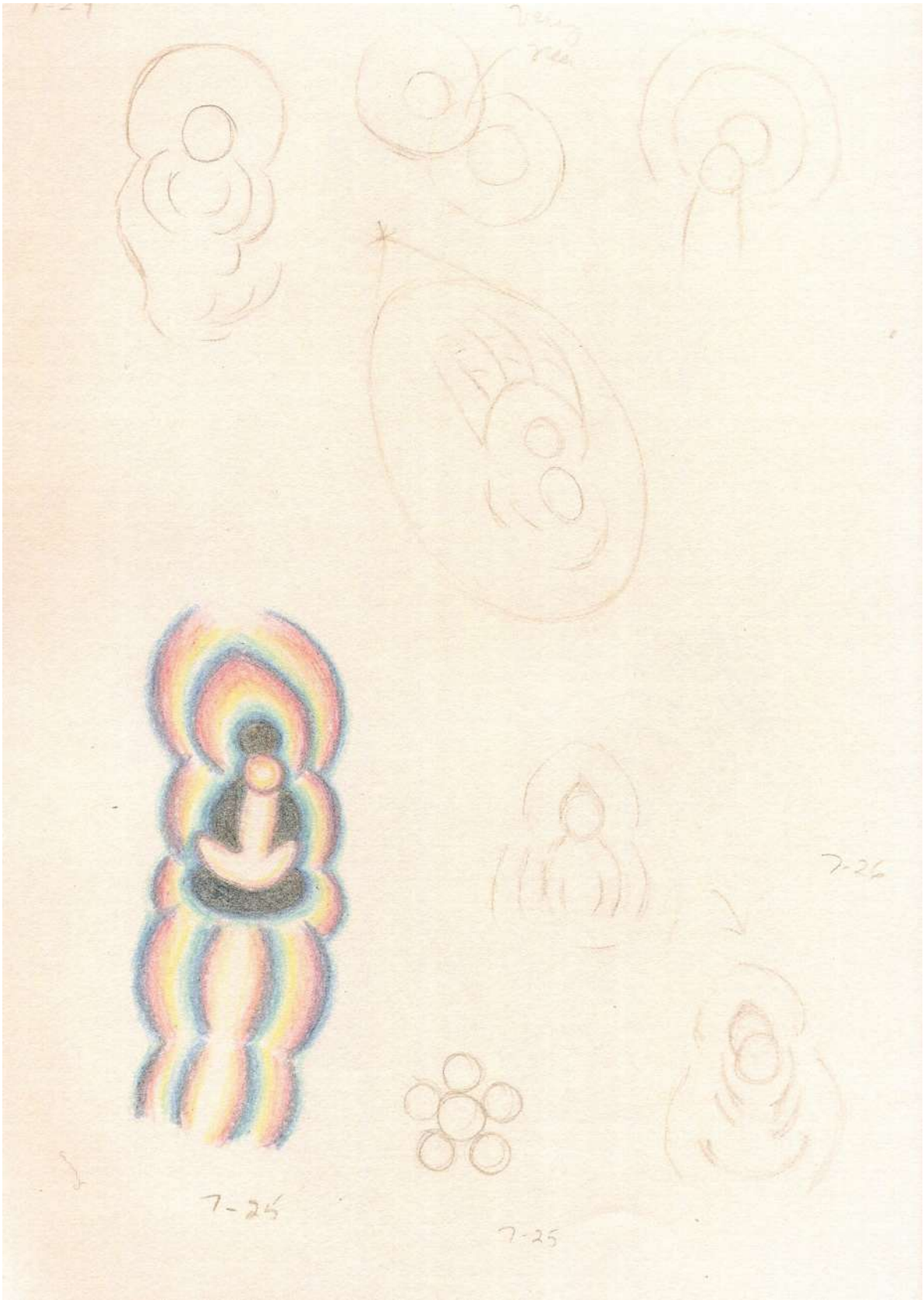
ОБЪЯТИЯ ИСТОЧНИКА

Пока объединенные формы божеств продолжают проявляться, вы начинаете видеть объединенные формы, в которых одна из фигур иссиня-черного цвета. Иссиня-черный цвет отражает источник, глубину единства за пределами всех проявлений, абсолютную энергию импульса, которая также является абсолютной ответной энергией. Эти сливающиеся формы — объятия источника, часть процесса созревания в вашем сердце, показывающая, что вы не спеша отбрасываете все оставшееся, что отделяет вашу форму от полной сдачи источнику. Это объединенные формы с иссиня-черной глубиной — отражения вашего бытия, приближающегося к источнику. Спонтанно возникающее качество преобразования переживаний становится все более и более явным. Вы достигаете границы сияния, границы иссиня-черного потенциала. Объятие источника возникает спонтанно из множества мандал или простых слившихся форм в плавном единстве на краю проявленности.

Временами иссиня-черный цвет может возникать также в виде маленьких или больших овалов в области видений, как черные дыры видения. Мембрана пузыря, называемого этой жизнью, истончается, и источник начинает пробиваться наружу.



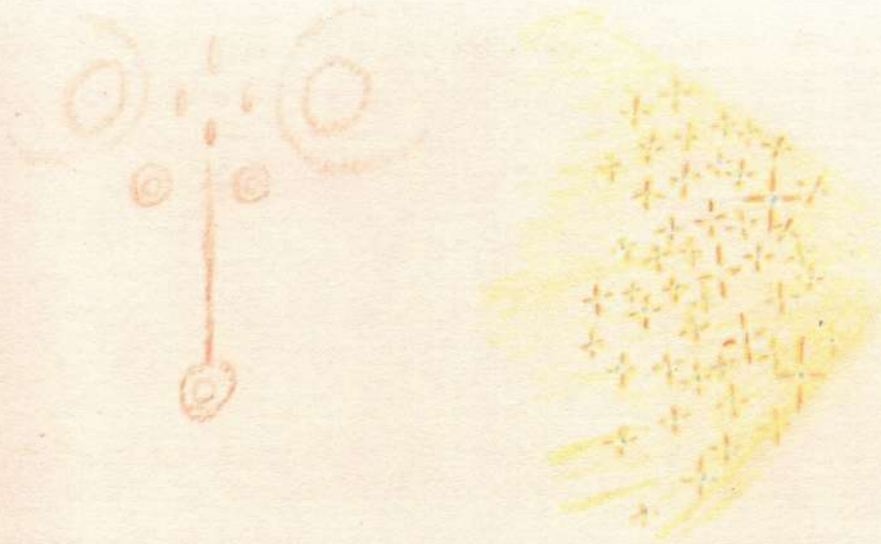




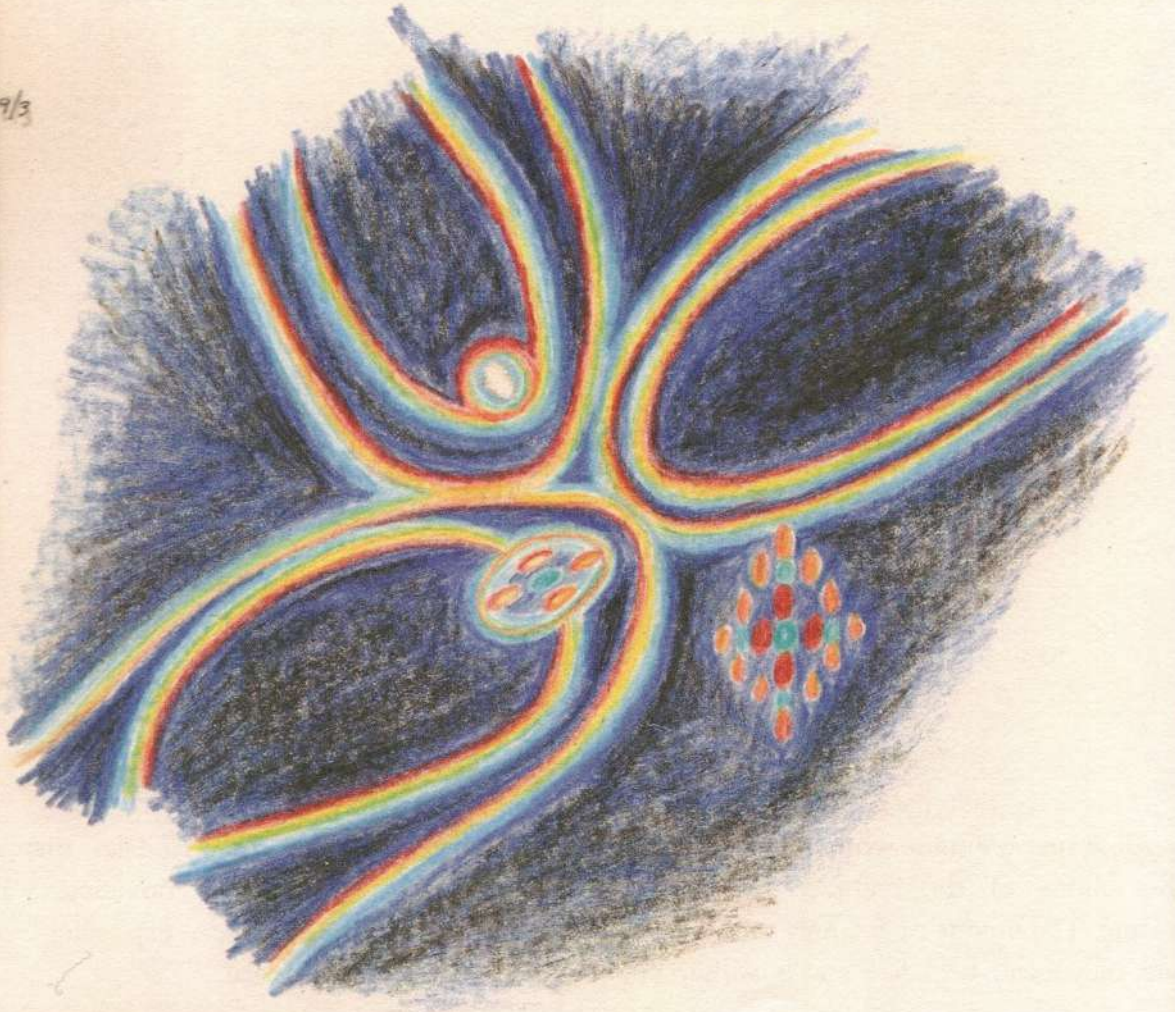


Все сливающиеся формы продолжают проявляться как растущие объятия источника. Объединения божеств расцветают и преобразуются, похожие на украшения океанического размаха мандал, которые сами расцветают, вертятся и успокаиваются в расширяющемся и одновременно углубляющемся пространстве.

7/2

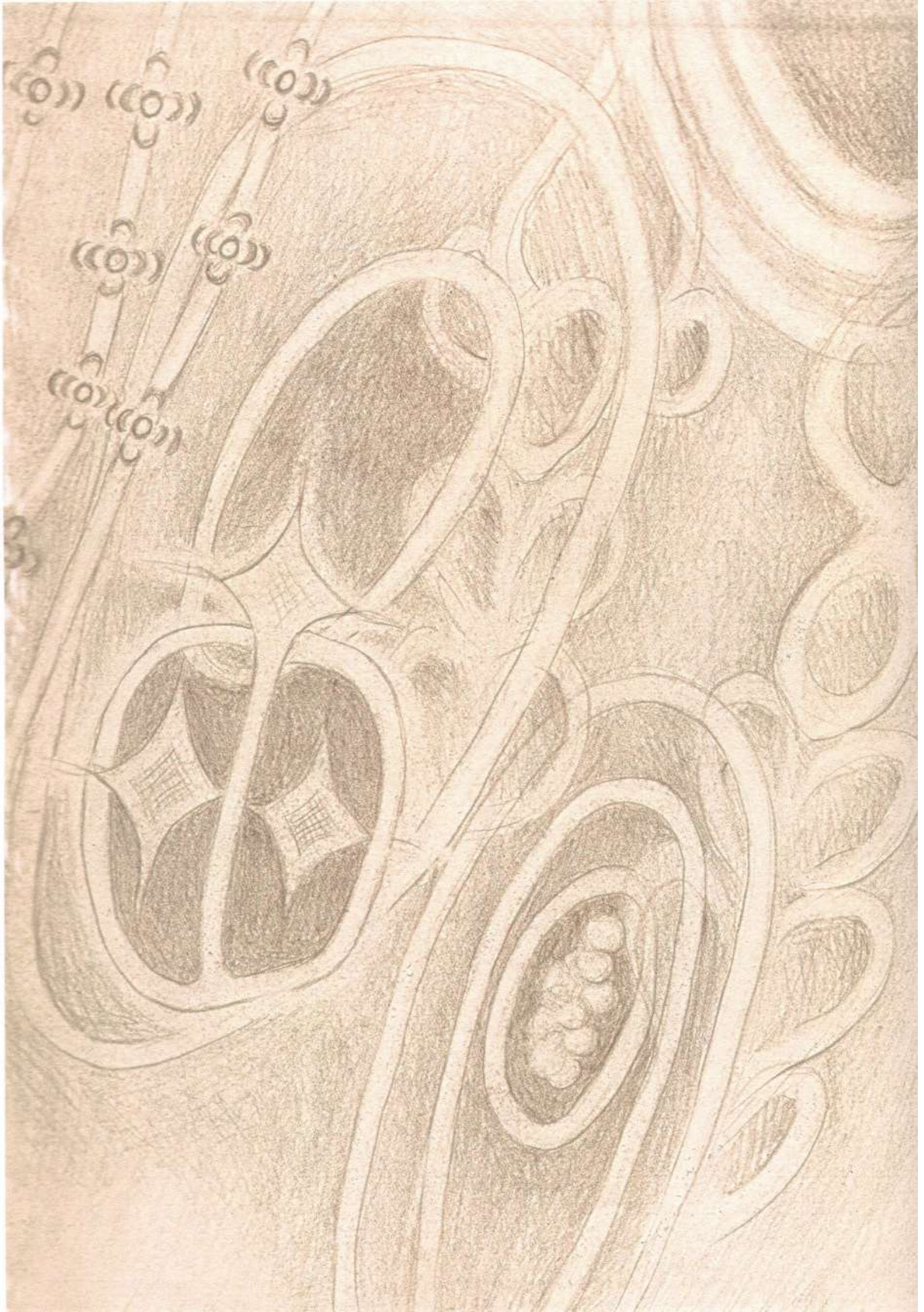


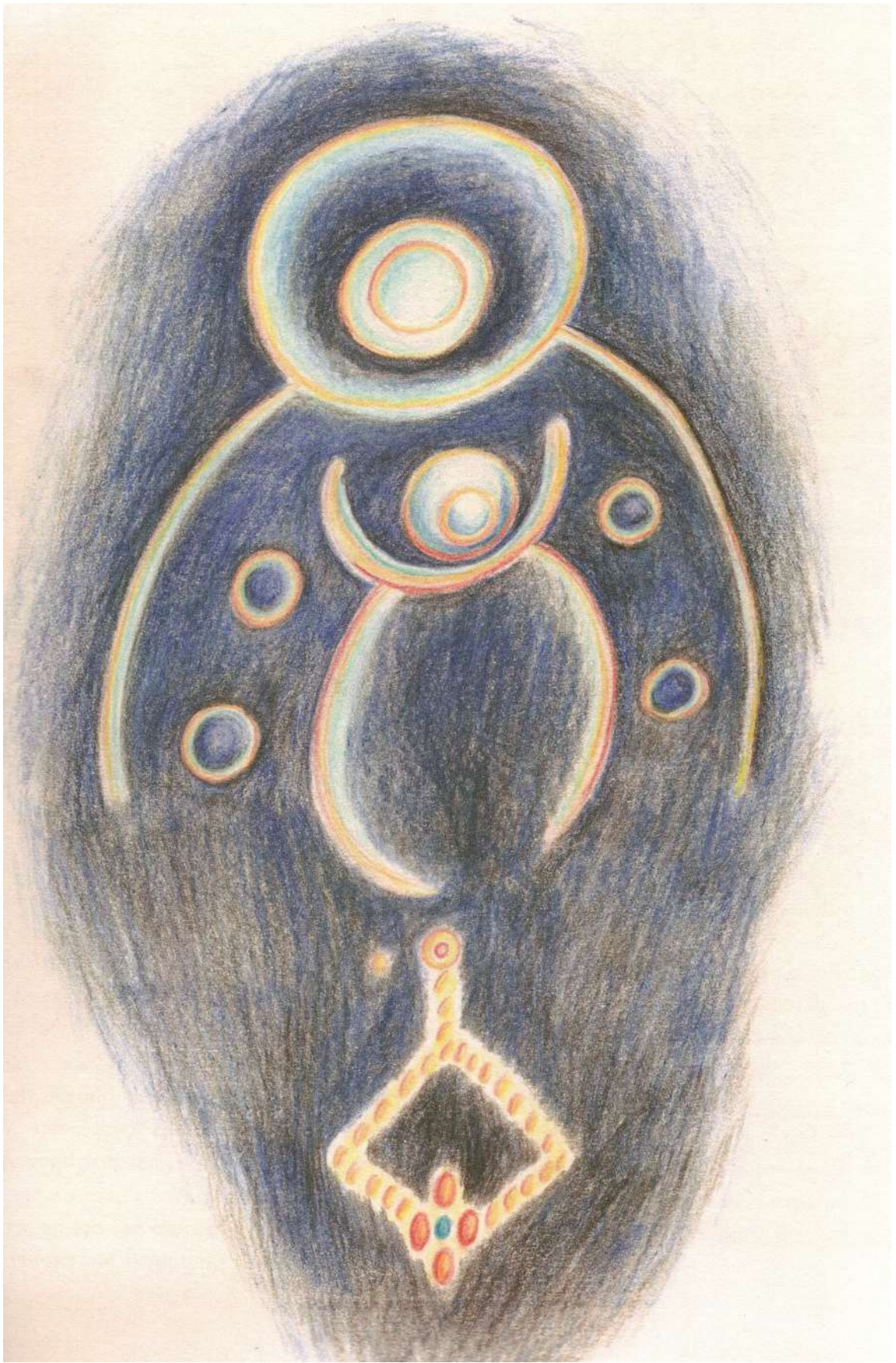
9/3

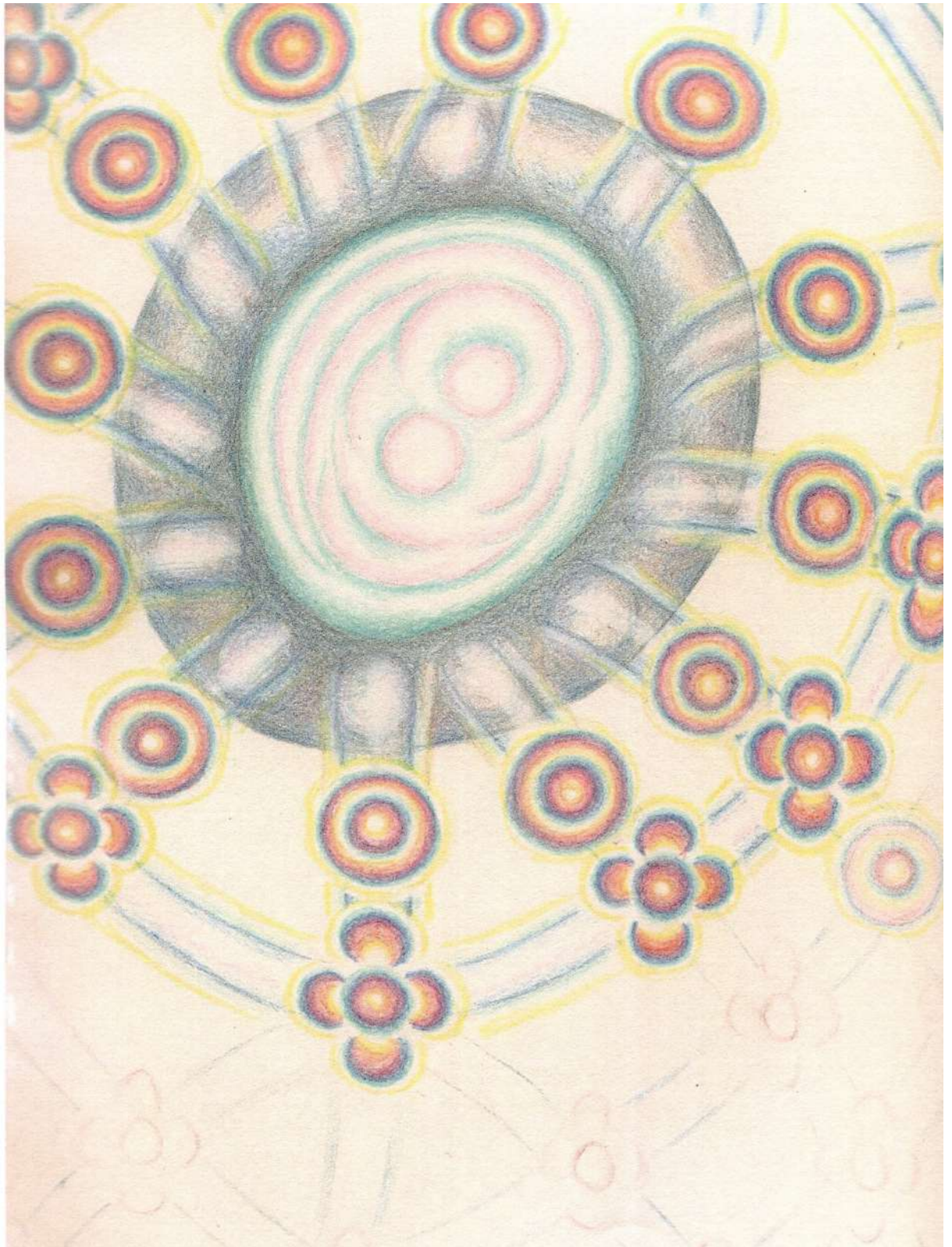


This mandala grew in both eyes
 Had a long talk w/ Rachel about our spiritual life together - felt like a
 summary of - experience our understanding - our knowing







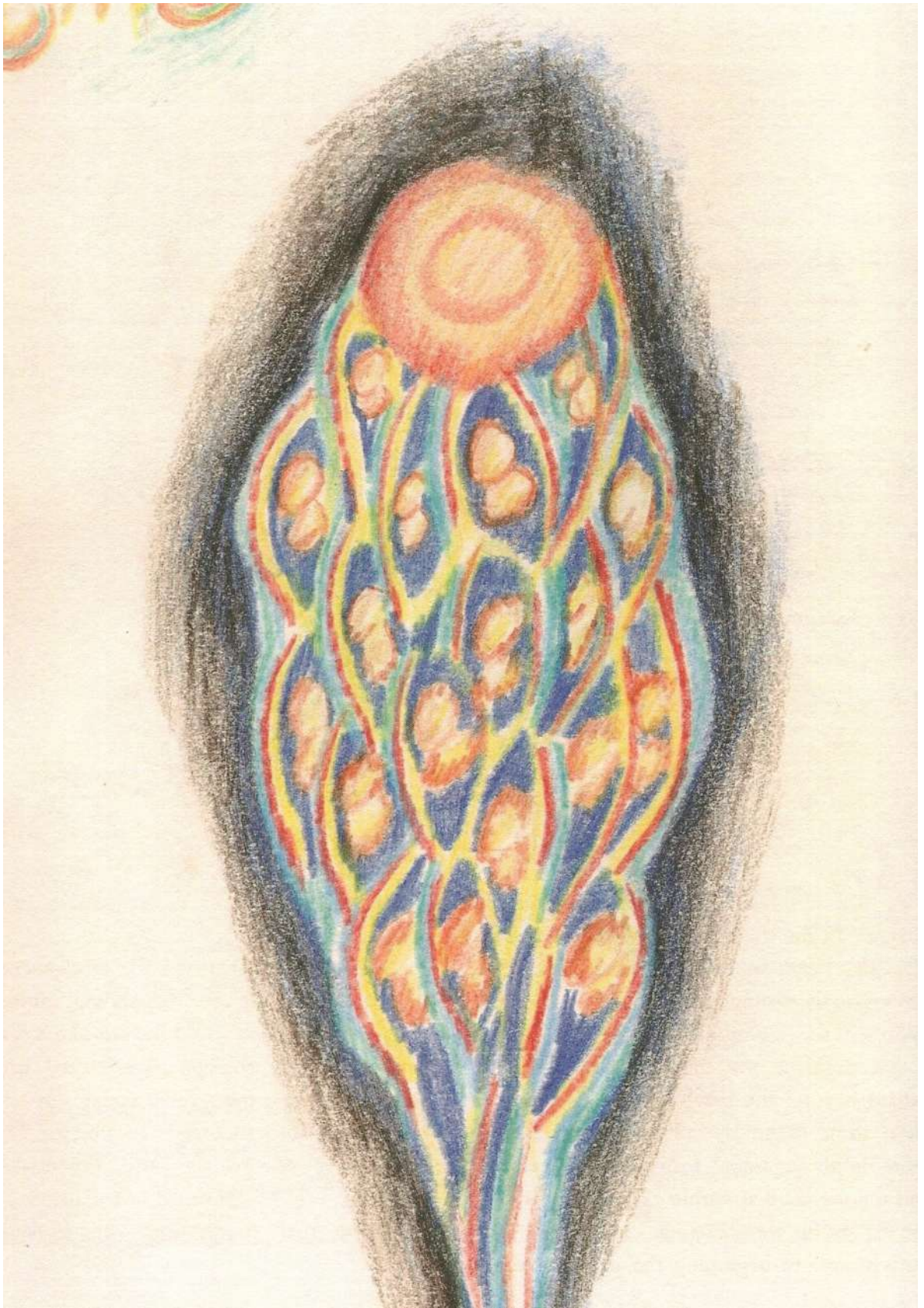


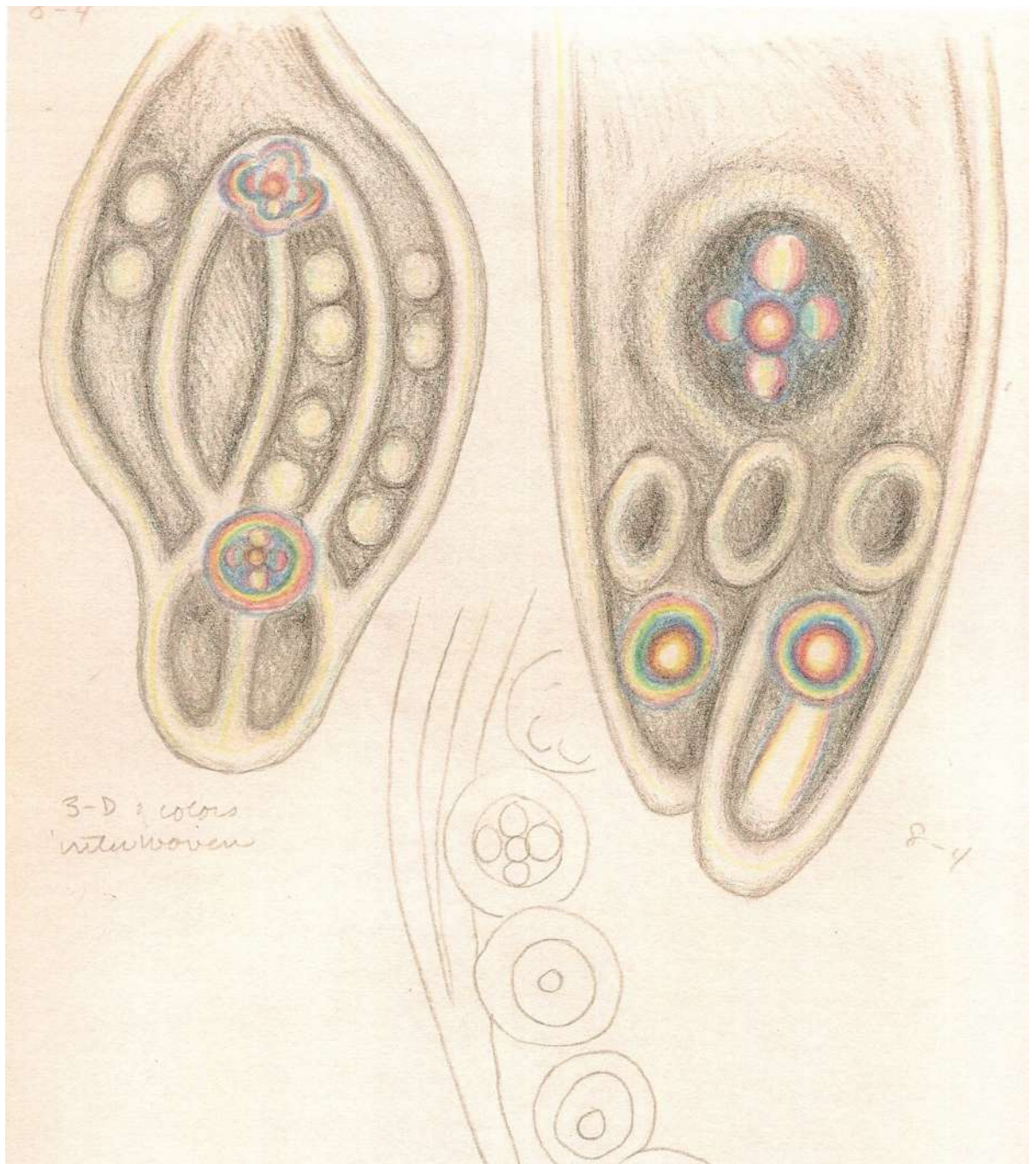


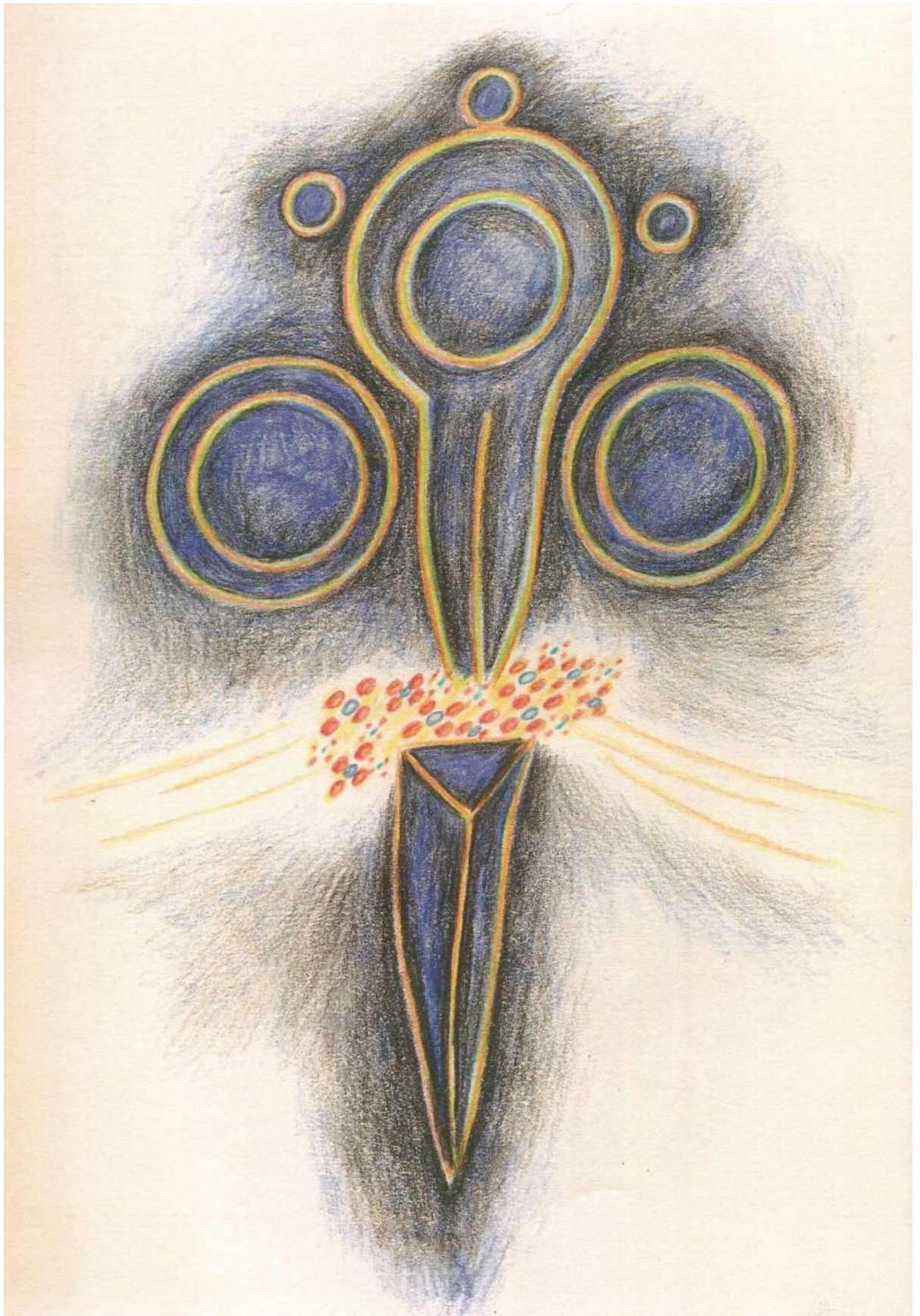
ПЛОД И КОКОН СЕМЕНА ЕДИНСТВА

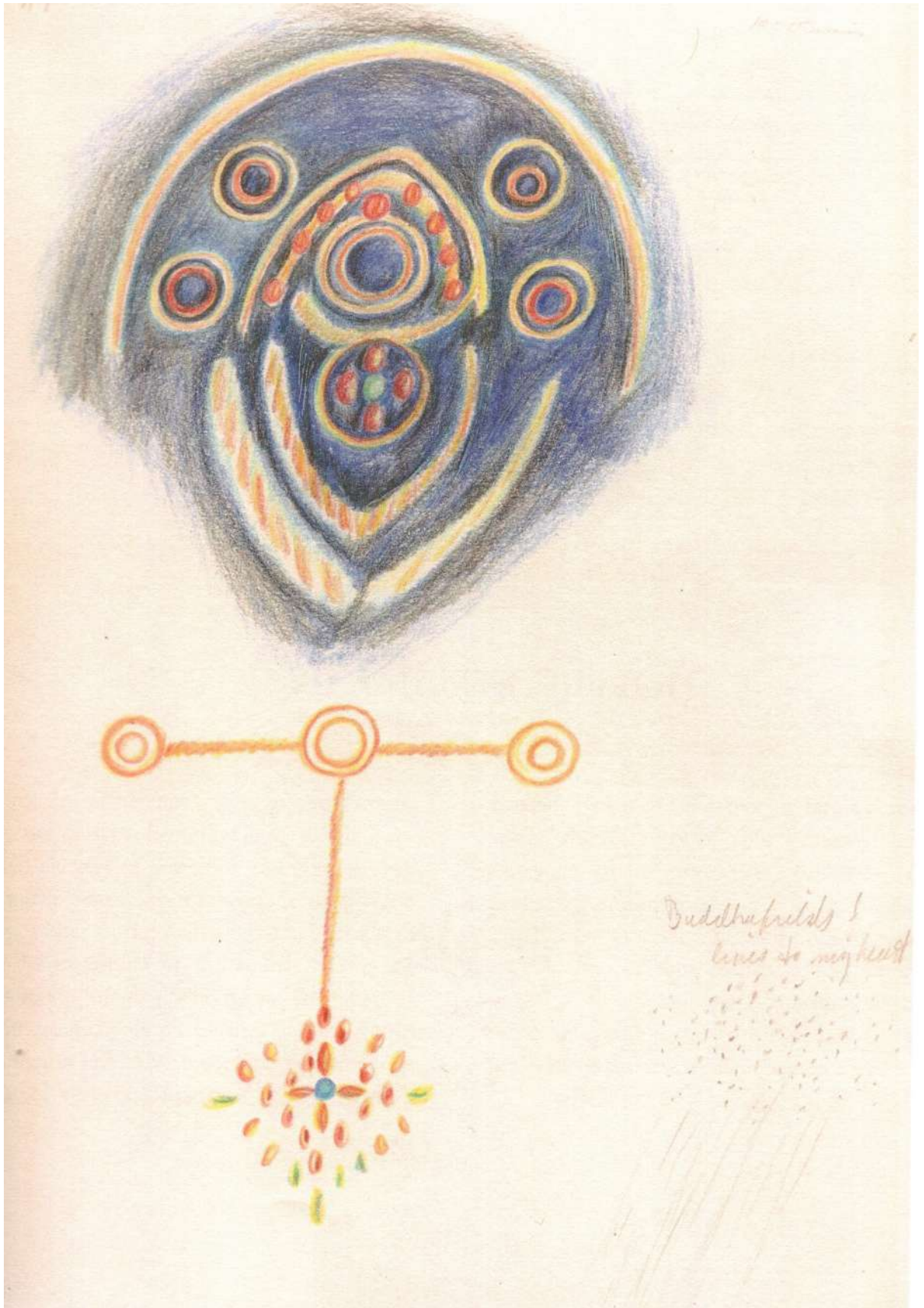
Сияние и океанические расцветающие энергии увеличиваются, начинают формироваться мандалы, напоминающие плоды фруктов и коконы. Жизненная сила видений начинает объединяться. В середине сияющего расширения структур в виде сетей, ожерелий и обручей, которое распространяется за пределы видимых границ, некоторые мандалы сворачиваются внутрь, образуя более плотно организованные формы, хранящие в себе мирные энергии и формы слияния. Ритмы расширения меняются; энергии видений начинают обращаться внутрь, что приводит к разрешению всех явлений.

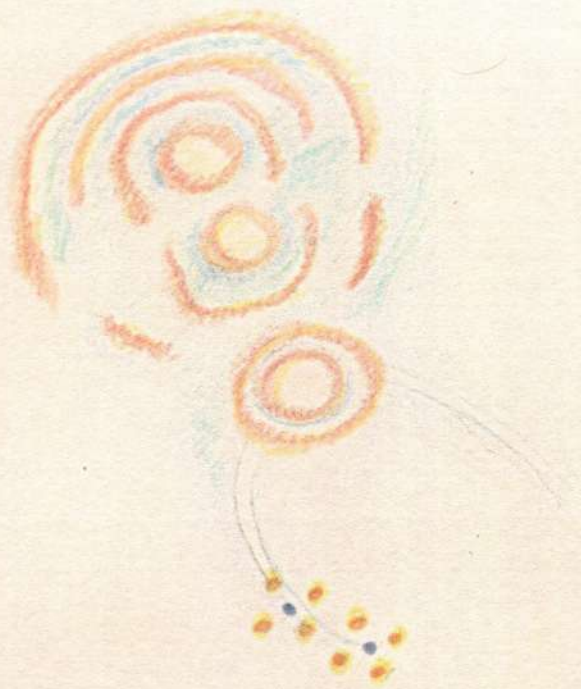
Энергия расширения и течения, поддерживающая сияние третьего видения, начинает возвращаться, словно нарастающая волна затягивает саму себя обратно в море, собирая всю силу сияния в семенах единства. Порождающая энергия чистого потенциала переключается с внешнего расширения на концентрацию этой энергии в семенах пробуждения.





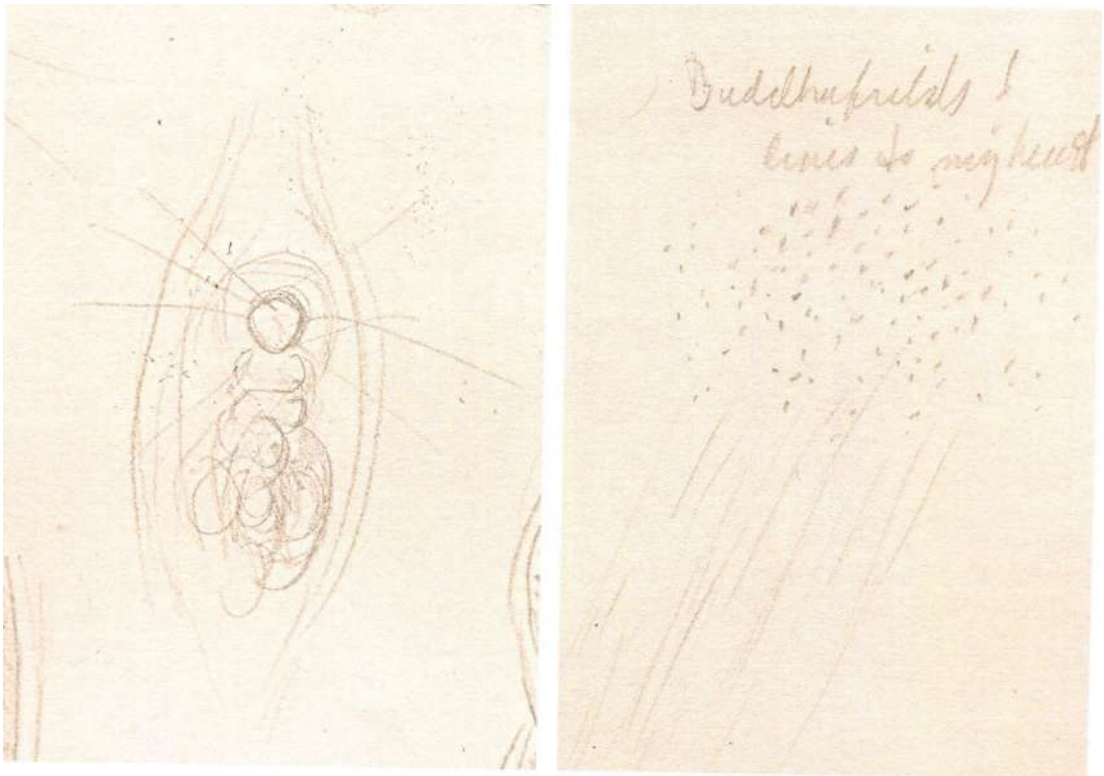






These lines of white light connecting the Luster
connect from your heart - for you have purified
your obscuration of a corporeal body & are now
a display of light - connection / transference



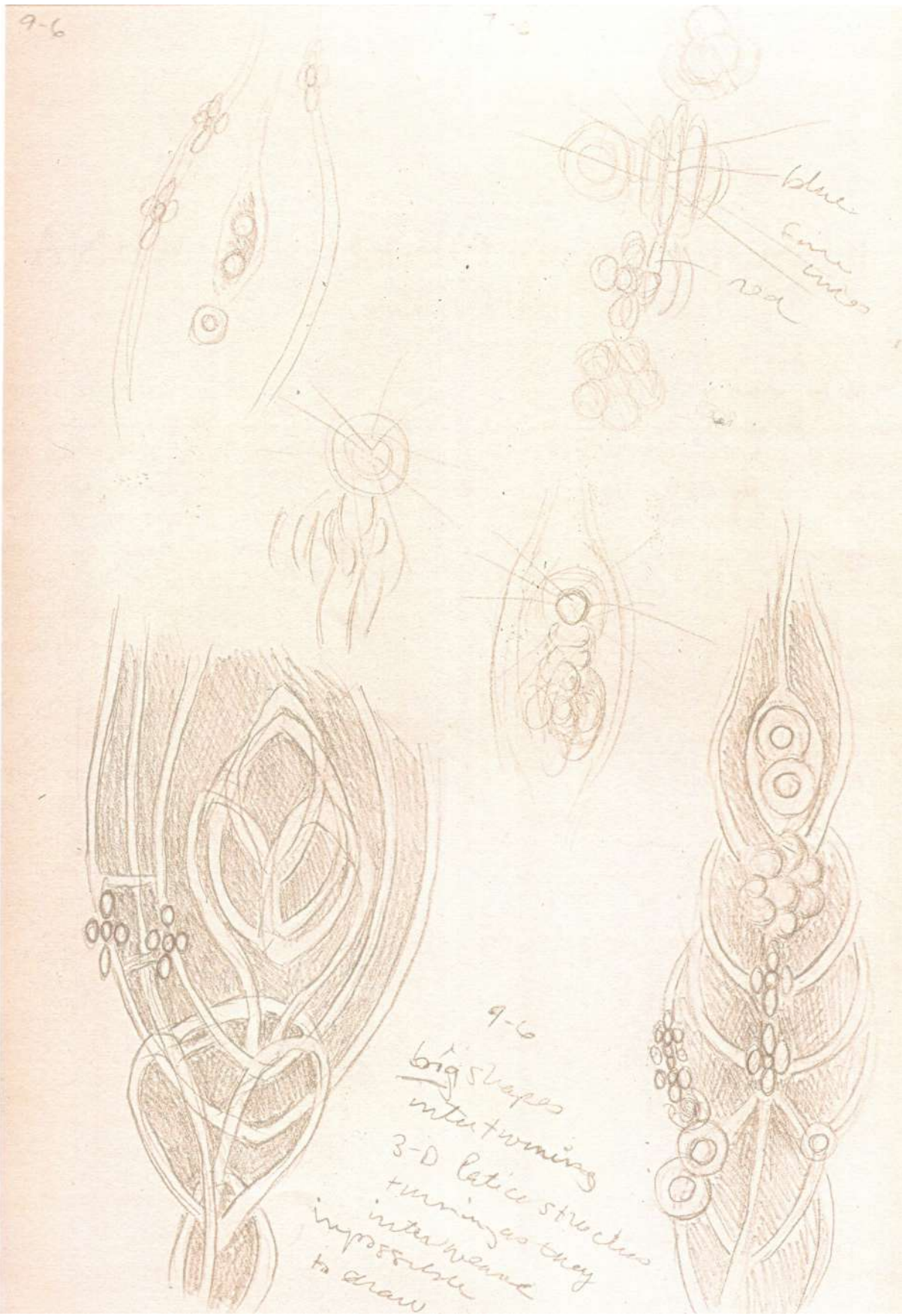


НИТИ СВЕТА

В то время как сияние распространяется в самые дальние уголки, нити света разливаются из скоплений мирных форм и божеств, чтобы соединиться с вашим сердцем. Появление нитей света ознаменует начало четвертого видения, освобождения всех явлений. Линии света ощущаются не только зрительно, они присутствуют во всем, что ожидает развязки. Переживание того, как ткань света волной вымывает сияние всего, что в вас осталось, унося остатки вашего бытия и сменяя все это сиянием проявляющего света.

Все эти аспекты, плоды и коконы, океаническая глубина, нити света, мандалы и формы слияния проявляются, созревают и в тоже время угасают с возрастающим чувством неоспоримого единства всех переживаний.





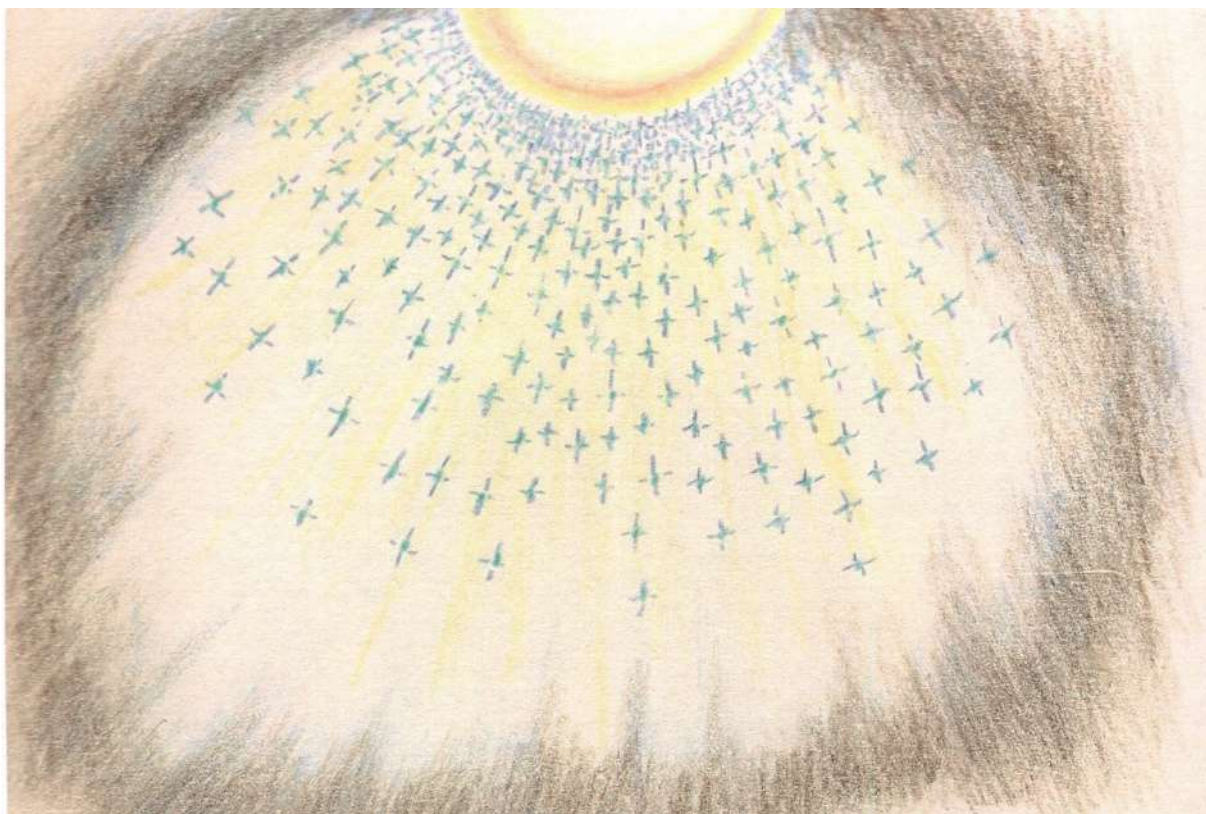
9-6
big shapes
intertwining
3-D lattice structures
interweave they
impossible
to draw

ОСВОБОЖДЕНИЕ ЯВЛЕНИЙ

Все, что осталось от восприятия и проявления, поддерживаемых глубокими корнями эго, рушится. Все переживания в буквальном смысле прекращаются; наступает перерыв, пробел, ничто. Это кульминация четвертого видения, которая находит свое разрешение в источнике.

Процесс развития четвертого видения очень похож на созревание семян растения. Растение больше не распускает новые почки и последние лепестки высыхают, окрашиваясь в темные блеклые тона. С той же неумолимой силой, которая двигала его развитие, медленно, безошибочно, видения отступают от безграничных горизонтов полного расширения третьего видения. Волны скоплений, объединений, галактики единства и отдельные формы протекают через поле видений, постепенно уменьшаясь. Здесь присутствует покой, обращение внутрь, свет возвращается к сердцу. Видения достигают наибольшей глубины. Последние следы проявляющегося эго бледнеют, когда вы сдаетесь чуду и великолепию бесконечно увеличивающихся переживаний, словно нарастающая луна, достигающая безграничного сияния, горная вершина за пределами всех вершин, небо за пределами небес. В объятиях полной сферы переживаний видения обращают простор внутрь, сгущая его в просветленное семя, остатки личности, заключенные в теле, ведут видения внутрь и вниз к последней сдаче расширению сияния.





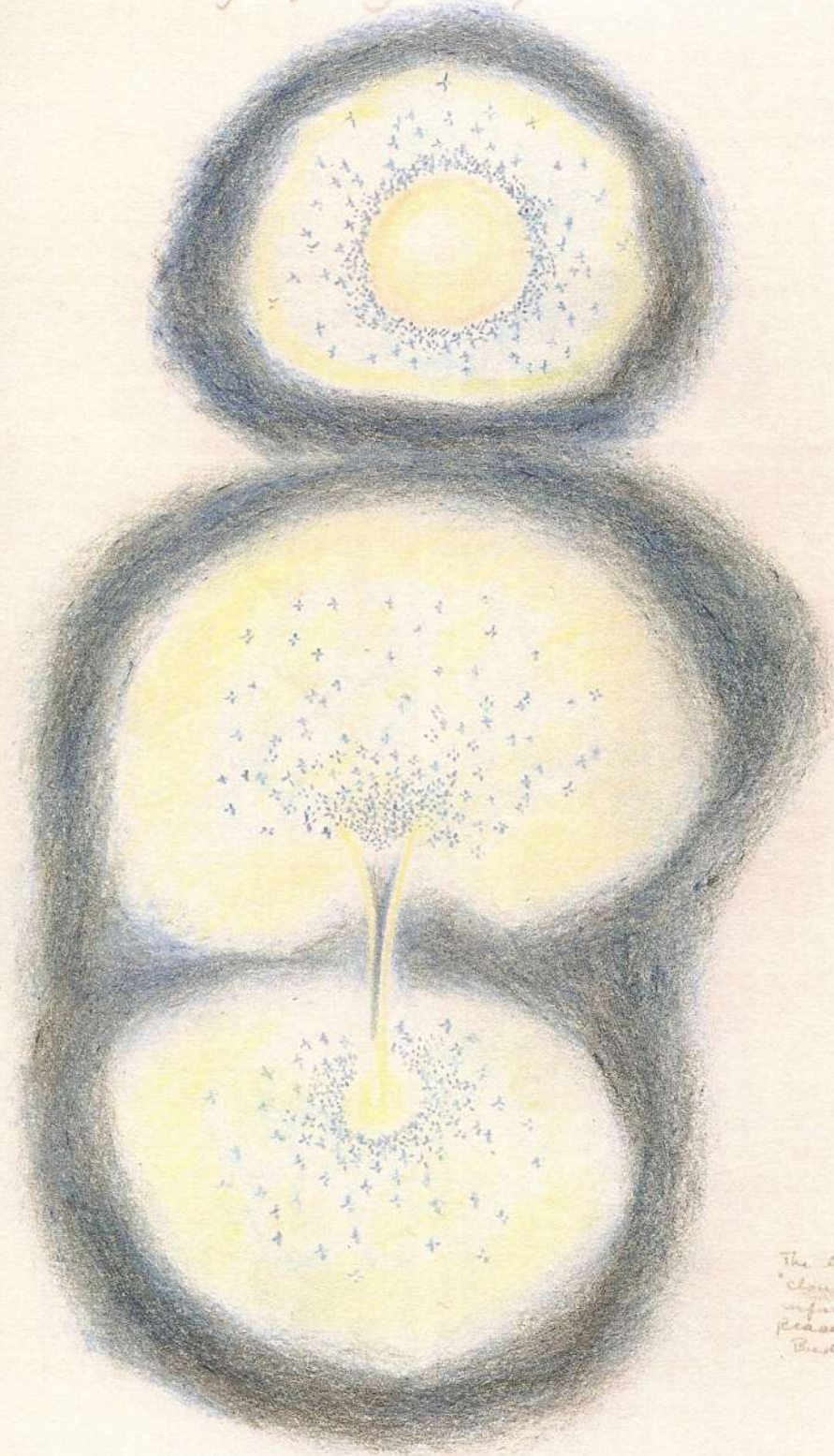
ГАЛАКТИКИ ЕДИНСТВА

Сияние ослабевает, угасает, в видении присутствует качество, свойственное увяданию растения осенью. Концепция пространства уходит, оставляя простор за пределами определений и в тоже время этот простор можно увидеть на вашей руке.

Объединяющая энергия, приливная волна, обращающая внутрь, вначале проявляется в виде мандал, похожих на плоды фруктов и коконы, затем в скоплениях форм с нитями света и наконец, в туманностях бесчисленных мирных форм за пределами времени и пространства.

Галактики единства появляются как межзвездные облака, проявляясь из невообразимых иссиня-черных глубин, отражая сияние взрыва, направленного внутрь и расширения на границе бытия. Всему видению присуще сильно ощущение движения внутрь как единого целого, проваливаясь вниз, как если бы вы выпадали из пространства и времени, падая внутрь, от себя, от жизни. Разрешение, растворение, пузырь, которым является эта жизнь, готов лопнуть.

have certainly diminished - The lesions are
resolving - going away!

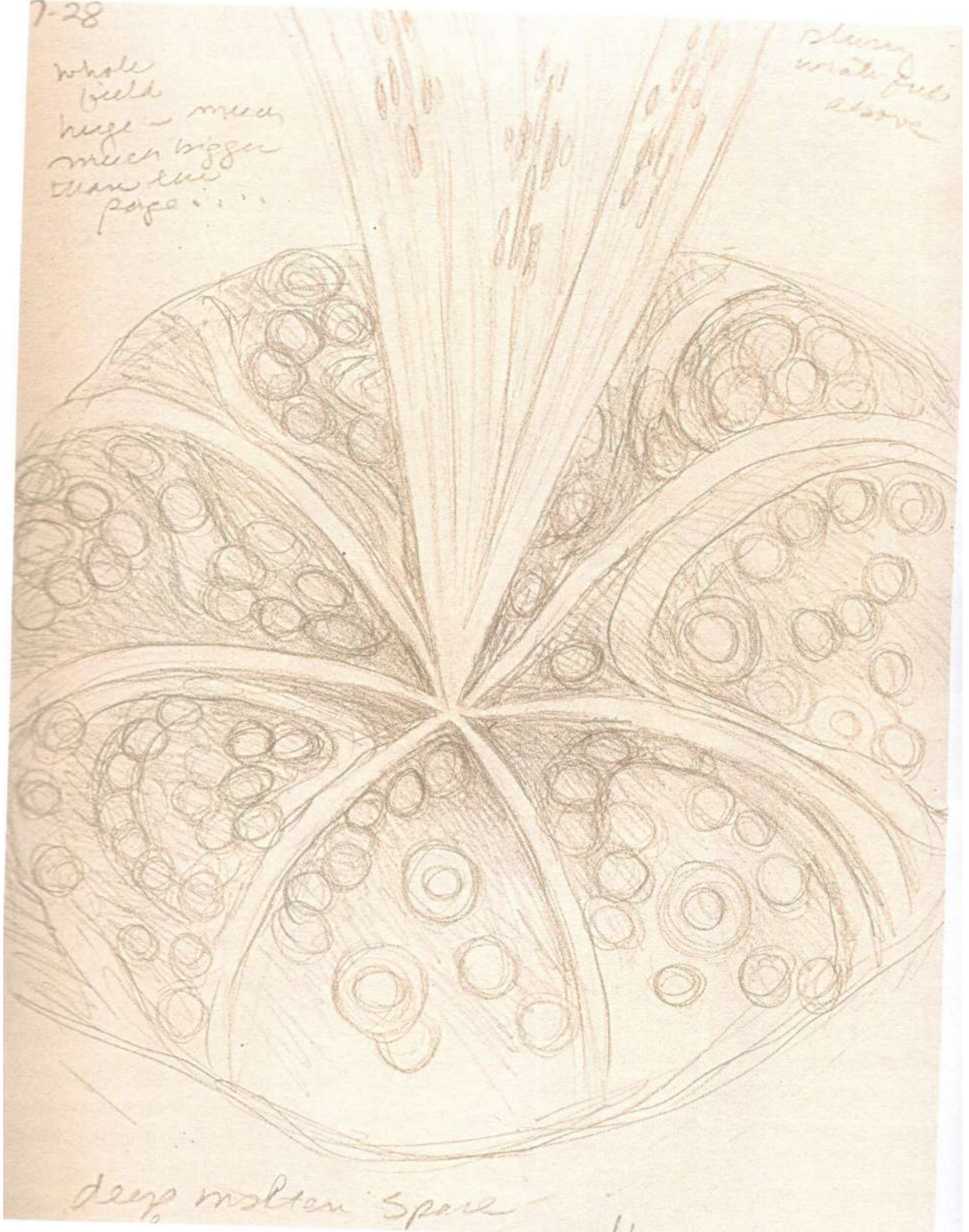


The light blue
"cloud" are
infinitely small
pleasantly -
Benedictus

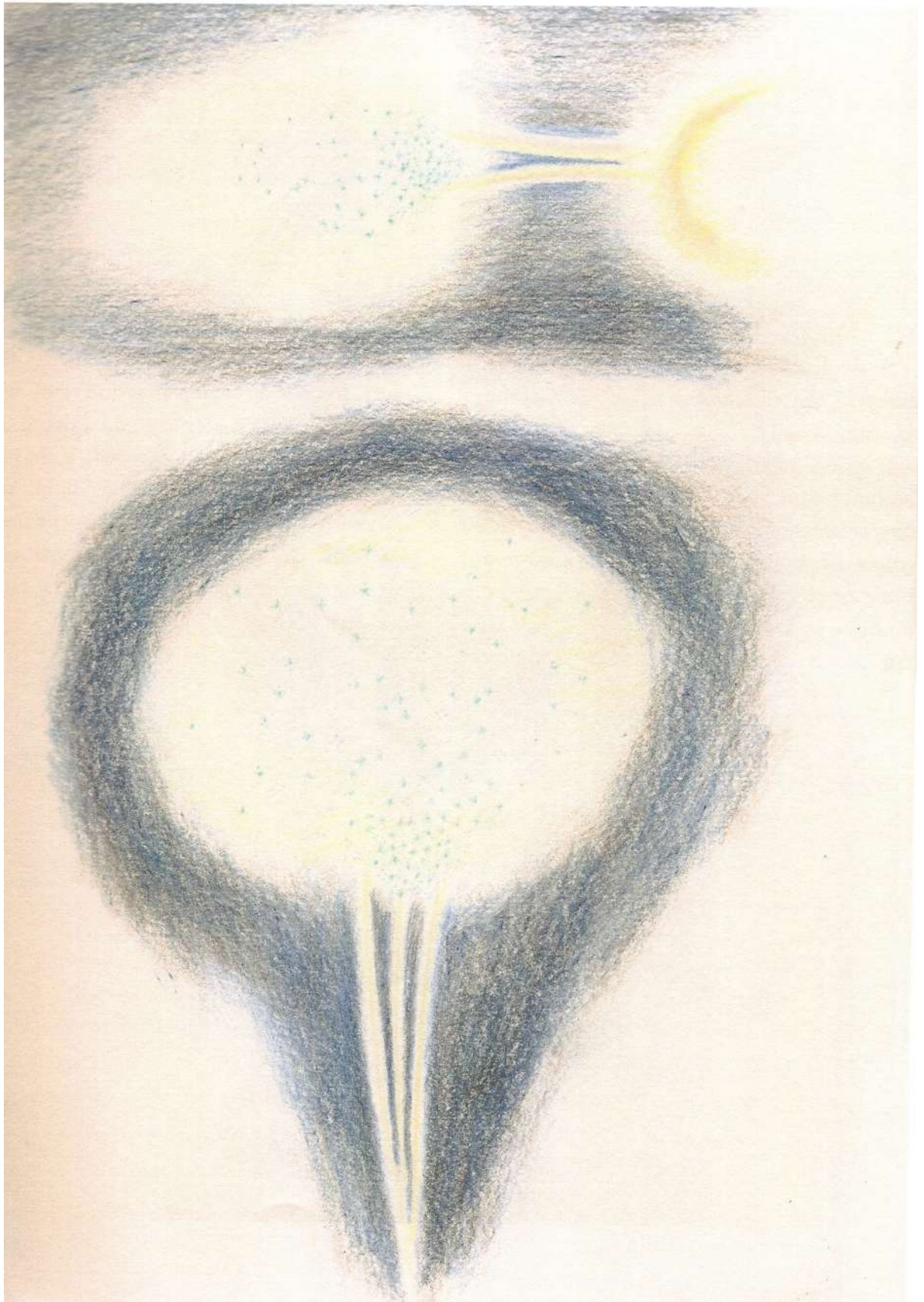
7-28

whole
field
huge - much
much bigger
than the
page

slurry
water full
above



deep molten space



ЕДИНАЯ СФЕРА

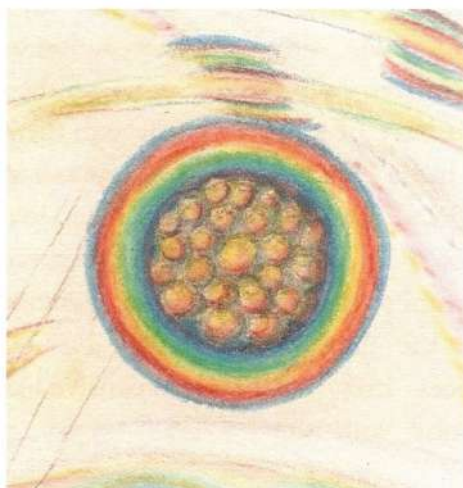
Одиночный круг или сфера проявляется в середине сгущающегося видения. Это может быть тот же знакомый круг или сфера, что были в первом видении или же это может быть новая сфера. Она становится вашим проводником. Все ваше переживания объединены. Простые знаки природы, цвета осенних листьев, капли росы на травинке, пламя свечи - все это не менее удивительно чем видения или взрывы света. За пределами различий- бесконечное единство, полное приятие на всех уровнях, и это единство похоже на бескрайнюю глубину моря, океаническую нежность, неустанную, текучую и огромную. Качества открытости, трансцендентности, единства и спонтанного присутствия объединились. Все это совершенство единой сферы.

ВОЗВРАЩЕНИЕ

Поле видения уменьшается и вы можете увидеть овальные области — черные дыры, как капли нефти на воде, но с совсем другим качеством: наружу показывается глубина бытия, зависая на краю восприятия. Вы буквально повторяете путь; возвращаются все слои видений и область первого видения снова становится более различимой. Внезапно возникает ощущение наплыва волны глубоко в вашем бытие, это волна целого пространства и затем, ударяясь о край переживания, она стихает и превращается в источник, ничто; нет воспринимающего и нечего воспринимать, и все же вы возвращаетесь с воспоминанием за пределами памяти.

Когда вы достигаете этого ощущения волны, вы находитесь на самом краю источника, хотя сети личности все еще удерживают вас на месте до тех пор, пока эта личность не лопнет и затем, все явления и ваше тело растворяются в чистом источнике, за пределами единства. Вы возвращаетесь в то же тело, но оно в то же время отличается, тот же характер, но все же он изменился, тот же мир, но теперь вы возвращаетесь со знанием источника; у этого знания нет границ, нет разрывов в цельности жизни. Вас больше нет, но вы воспринимаете и функционируете как всеобъемлющий источник, смиренное семя, проявляющееся в видимой форме только для того, чтобы приносить пользу.

Когда вы возвращаетесь, вы снова приобретаете видимость жизни; может показаться что у вас есть обычные надежды и страхи. Вы можете выглядеть харизматичным и смелым, или тихим и простым. Вы — колдун, вызывающий долгожданный дождь просто оставаясь собой, ничем, неотделимым от всего. Вы — поле естественного сияния, призванного успокоить, дать совет, защитить или обучить. Вы появляетесь с намерением, которое видимо или невидимо, в зависимости от воспринимающего. Этот спонтанный, естественный, бескорыстный путь то, как возникает сияние, легко, плавно, из чистой оболочки вашего возвращения, вашей сферы бытия.



ЗАРОЖДЕНИЕ СЕМЕНИ

Эта книга вместе с рисункам делится с вами проблесками сияния и красоты импульса бытия в видениях Тогал, но хотя с тех пор как мы завершили путь Тогал, мы обнаружили тоже сияние импульса в мире природы куда бы мы не шли. Видения Тогал и видение, которым является эта жизнь, нераздельны. Они возникают из одного источника и по одной и той же причине. Эта книга — молитва из сердца всех проявлений о том, чтобы все существа жили в простоте и гармонии с этим сияющим видением, которое мы зовем жизнью.

Мы живем во времена перемен. Структуры всех сфер жизни приходят в упадок. Культура, построенная на бесконечно растущем расширении достигает своего предела и проваливается под своим собственным весом и невежеством. Это важное время, но только если мы увидим поворотный момент, которого достигли, а не станем стараться удержать рушащиеся структуры вокруг нас; структуры, которые были построены в отрыве от ритма сердца Земли. Мы не можем ускользнуть из ткани бытия, которая порождает нас. Мы не можем заключить с ней сделку или исключить себя из этого упадка. К сожалению, знаков, что человечество пробуждается к реальности, почти нет.

Любой цикл спада — это также и время посева. В этой экспансионистской культуре естественные энергии увядания слишком часто понимаются неправильно, отвергаются или игнорируются. Наше общее свободное падение в растворение вероятно может быть катастрофическим, основанным на нежелании ясно взглянуть на ситуацию и принять возможность, которую предлагает обращение внутрь, но у каждого есть выбор и способность распознать энергию этого времени и найти способ посадить семя единства всей жизни внутри импульса бытия. Немногие привнесут Тогол в свою жизнь, но внутреннее сияние, проявляющиеся как видение, которое мы зовем жизнью, повсюду вокруг нас, готово учить, если наше сердце открыто. Зарождение семени единства начинается с объятия жизни на Земле, способа жить, который движется в одном ритме с природой, сердцебиение этого видения. Семя — это открытое сердце, связанное с видением, живущее и познающее вместе со всем, что возникает естественным образом.

У каждого из нас есть возможность и священный долг именно сейчас, в то время, когда зарождается семя, сделать выбор, который приведет нас к будущему в гармонии с источником бытия, естественно возникающего вокруг нас. Мы молимся о том, чтобы за растворением этой эпохи последовала новая эпоха, в которой мир природы снова увидят глазами сердца. Здесь будет не разделение, а знание; любящие объятия священного видения, раскрываются словно лепестки бутона и сияют от самого семени; естественное единство, текучее, как вода, просторное, как воздух, сверкающее, словно солнце.

Художники Роберт и Рэйчел Олдс провели девять лет в ретрите, объединяя жизнь на Земле и практики из самого сердца Дзогчен. Они пришли к ретриту сквозь годы духовных поисков посредством своего творчества и годы приятия и упрощения своей жизни для того, чтобы объединиться с миром природы. Они делятся уникальным взглядом на завершение пути Тогал, которое привело к осознанию того, то эта Земля, это видение, которое мы называем жизнью — священное подношение.

Они делятся учением непосредственного восприятия, неотделимого от мира природы, которое ведет к открытию сверкающего сознания в вашем сердце и охватывает светящееся выражение, называемое жизнью. Другие их книги: Светящееся сердце Земли и Вода перед рассветом.