

# Оглавление

Благодарности .....	7
Предисловие автора .....	8
Искусство Сталкинга .....	10
<b>ПРАКТИКУМ СТАЛКИНГА .....</b>	<b>13</b>
<b>Задание 1.</b>	
Фиксируем соглашения .....	17
<b>Задание 2.</b>	
Дневники и сны .....	33
<b>Задание 3.</b>	
Привычки. Повседневное реагирование .....	43
<b>Задание 4.</b>	
Неделания, или Делаем все привычное непривычным способом .....	65
<b>Задание 5.</b>	
Составление инвентарного списка .....	109
<b>Задание 6.</b>	
Концентрация внимания. Восприятие многомерного пространства .....	131
<b>Задание 7.</b>	
Разрушение привычного образа жизни. Не оставляем следов .....	161
<b>Задание 8.</b>	
Жалость к себе. Бедная сиротка .....	173

<b>Задание 9.</b>	
Работа с чувством собственной важности (ЧСВ).....	201
<b>Задание 10.</b>	
Неделание слова «я» .....	221
<b>Задание 11.</b>	
Работа со страхом смерти. Трансформация страха смерти .....	229
<b>Задание 12.</b>	
Молчание.....	259
<b>Задание 13.</b>	
Остановка внутреннего диалога .....	271
<b>Задание 14.</b>	
Мелкий тиран.....	281
<b>Задание 15.</b>	
Мертвый воин и безупречность .....	293
<b>Задание 16.</b>	
Перепросмотр .....	303
<b>До и после.</b>	
Ваши результаты и отзывы.....	323
<b>Приложения</b>	
Приложение 1. Техника восстановления эфирной сети .....	337
Приложение 2. Библиотека рекомендуемых книг и фильмов .....	341

# Благодарности

Выражаю сердечную признательность всем тем, кто поддерживал, вдохновлял меня и способствовал изданию этой книги.

За самоотдачу и поддержку потока практикума огромная благодарность тем чудесным людям, которые участвовали в практикуме Сталкинга. Вы щедро делись своими мыслями, идеями и с максимально возможной для вас безупречностью выполняли все задания.

Я благодарна команде форума ХС, моим коллегам администраторам за поддержку и возможность проводить различные практикумы на нашем форуме.

Признательна издательству «Весь», редакторам, дизайнерам, верстальщикам, и в частности Ксении Емельяновой, Алисе Танклевской и Надежде Лисаповой за помощь, за оперативную и слаженную работу над книгой.

Огромное спасибо моей дочери Анне за ее свет, любовь, поддержку и нестигаемую веру в меня.

И наконец, выражаю благодарность Богам и Духу, которые наставляют и ведут меня по пути истинному.



# Предисловие автора

Данная книга открывает серию книг, объединенных названием «Школа хакеров сновидений»<sup>1</sup>. В них приведены тексты практикумов, которые были проведены мной в 2011–2013 годах на форуме хакеров сновидения — <http://forum.dreamhackers.org> — в закрытых разделах. В этой и последующих книгах все практикумы адаптированы для читателей, поскольку каждый практикум представляет собой активный живой динамичный процесс, задействующий всех участников, которые общаются, многое обсуждают, делятся наблюдениями, иногда спорят и отчитываются по выполненным заданиям. Соответственно, большой объем материала пришлось переработать, оставив наиболее информативные сообщения участников, причем так, чтобы не прерывался поток основного течения практикума. Сами сообщения участников, с их великодушного разрешения, сохранены практически в неизменном виде, исправлены лишь грамматические ошибки и опечатки.

Практикум сталкинга, который открывает серию «Школы ХС», уходит корнями в учение Дона Хуана, описанного в прошлом веке Карлосом Кастанедой. Хакеры сновидений широко используют терминологию Карлоса Кастанеды, поэтому большая просьба не привязывать слово «сталкинг» в этом изложении к слову «сталкер», которое используют все, кто изучают зоны отчуждений.



**Сталкинг (англ. *to stalk* — подкрадываться незаметно) в нашей работе обращен не наружу, а внутрь себя.**



---

<sup>1</sup> Далее сокращение ХС — хакеры сновидений. — *Примеч. ред.*

Мы собираемся незаметно заглянуть именно внутрь себя и предлагаем вам также рассмотреть себя поближе. Пришло время открыть то, что было скрыто от тысячи глаз людей.

Вы окунетесь в живой поток практикумов и сможете попробовать реализовать в своей жизни все задания, получая свой собственный опыт, имея возможность сравнить свои результаты с результатами практикующих. Практикум сталкинга не затрагивает работу со сновиденной реальностью, вся работа происходит в привычном нам мире, в нашей будничной реальности, однако многие участники достигали осознанных сновидений, не работая специально в этом направлении. Дело в том, что наше осознание подобно маятнику, который раскачивается из сна в реальность, а из реальности обратно в сон, и чем выше осознанность в реальности, чем «пробужденней» вы здесь, тем легче удерживать осознанность и во сне. Опираясь на этот фундаментальный принцип, хакеры сновидений решили очередной раз схитрить и, проявив уловки, медленно и уверенно заставили себя быть пробужденными всегда и везде.

Серия книг «Школа ХС» уникальна в своем роде, поскольку техника хакеров сновидений никто нигде вас не научит. Хакеры сновидений начали свой путь в 80-х годах прошлого столетия, это были двое мужчин, которых очень интересовала сновиденная реальность. Хакеры сновидений продолжают свою практику и по сей день во многих городах России, Украины, ближнего зарубежья и Америки. Мы общаемся на форумах, пишем книги и приглашаем в наши ряды каждого, кто желает изменить свою жизнь, кто хочет скинуть оковы социального бытия и прикоснуться к неведомым тайнам нашего мироздания. Мы будем рады всем желающим обрести свободу, знание, мы ждем всех тех, кто хочет научиться жить.

Знание ХС открыто для всех. Присоединяйся, ты имеешь право на то, чтобы *быть* и *осознавать*.

Русалка, 2014 г.

# Искусство Сталкинга

Искусство Сталкинга — это совокупность приемов и установок, позволяющих находить наилучший выход из любой мыслимой ситуации; это одно из трех искусств новых видящих; это проблема сердца. Искусство Сталкинга — это искусство контролируемой глупости.

**Сталкинг** — это использование неожиданного поведения в практических целях; это начальный этап для магов; это основа, на которой строятся все остальные действия; это специальное поведение, предназначенное для того, чтобы дать толчок.

Сталкинг основывается на том факте, что если воин ведет себя постоянно непривычным образом, незадействованные эманации внутри его кокона загораются и его точка сборки (ТС) смещается мягко, гладко и почти незаметно.

Секретом Сталкинга является **Намерение**.

## Четыре настроения Сталкинга, которые являются четырьмя положениями точки сборки

1. Безжалостность.
2. Искусность.
3. Терпение.
4. Мягкость.

## Три правила Сталкеров

1. Все, окружающее нас, является тайной.
2. Мы должны раскрыть эту тайну, даже когда не надеемся добиться этого.

3. Воин, зная о непостижимой тайне окружающего мира и своем долге пытаться раскрыть ее, занимает свое законное место среди тайн и сам себя рассматривает как одну из них.

### Семь принципов Сталкинга ✓

1. Сталкер должен тщательно выбирать себе место для битвы.
2. Сталкер должен отбросить все, что не является необходимым.
3. Сталкер должен проверять каждое свое решение своей жизнью.
4. Сталкер должен научиться расслабляться и отстраняться.
5. Для того, чтобы перегруппировать свои резервы, Сталкер должен выработать принципиально новый вид оптимизма и доверия к себе.
6. Сталкер должен научиться сжимать время.
7. Сталкер никогда не выставляет себя вперед.

Применение семи принципов Сталкинга приводит к трем результатам Сталкинга.

### Три результата Сталкинга ✓

1. Сталкер обучается никогда не принимать самого себя всерьез, уметь смеяться над собой. Если он не боится выглядеть дураком, он сможет одурачить кого угодно.
2. Сталкер приобретает бесконечное терпение. Он никогда не спешит и никогда не волнуется.
3. Сталкер бесконечно расширяет свои возможности к импровизациям.

**Контролируемая глупость (КГ)** ✓

Контролируемая глупость не сводится к тому, чтобы просто дурачить людей. Ее смысл — в применении семи основных принципов Сталкинга ко всему, что воин делает, начиная от самых тривиальных поступков до ситуаций жизни и смерти. Это способ действовать, заведомо зная, что твои действия бесполезны. КГ составляет основу Сталкинга, так же как обычные сны составляют основу сновидения.

*Карлос Кастанеда*





# Практикум сталкинга

Воины выслеживают самого себя. Воины выслеживают себя с помощью толчка сталкинга. Безупречный сталкер способен сделать своей добычей все, что угодно, включая собственные слабости. Сталкинг часто включает в себя нанесение толчка связующему звену с духом. Воины выслеживают самих себя, чтобы преодолеть силу своих навязчивых представлений.

*Карлос Кастанеда*

**РУСАЛКА:** Сталкинг — это особое искусство работы с вниманием. Изменить режим восприятия, сместить точку сборки (ТС) можно разными методами, начиная от употребления психотропных веществ и заканчивая различными способами медитаций. Основная проблема трансформации воина не в самом изменении режима восприятия, а в обретении новой стабильности. Фиксация ТС в новом положении включает трансформационные процессы.

Объем накопленной личной силы определяет глубину сдвига ТС. У каждого объем свой. Объем силы зеркально отражает уровень безупречности каждого из нас. К сожалению, наша повседневная безупречность далека от совер-



шенства. Отсюда вытекает главное — усиление сталкинга самих себя.

Сталкинг выполняет как минимум две функции.

Во-первых, он **фиксирует ТС в любом избранном положении** и этим обеспечивает полноценный энергообмен тела с внешним миром.

Во-вторых, **выслеживает нас в первом внимании**, чтобы безупречность поддерживалась независимо от текущей ситуации и внешних условий.

Что касается безупречности, то необходимым условием ее правильного выслеживания является **перепросмотр** (ПП).

Но сейчас мы начнем со сталкинга как с инструмента, позволяющего манипулировать собственным осознанием.

Для чего нам это необходимо? И всем ли людям нужен сталкинг?

Мое личное мнение — не всем. Он нужен только тем, кому недостаточно жить в роли потребителя, кто хочет развиваться и расти дальше, кто хочет узнать себя, свое предназначение, причину своего появления именно в этом теле и именно в это время. Таких «хотящих» очень мало, а как показывает практика, среди этих «хотящих» еще меньше «действующих». Отсюда выводится примерный процент — 1 из 100, про который так много говорили древние мыслители, что лишь один из ста способен пробудиться. Хочется верить, что среди вас есть такие, что вы являетесь теми единицами из множества сотен людей.

Работать придется не для галочки, не притворяясь, а реально и по-настоящему. Работа предстоит серьезная, в окружении самых близких вам людей, от которых вы не раз можете получить непонимание и неприятие, возмущение и обиды, способные серьезно вас задеть. Во многих привычных ситуациях придется действовать иначе, а иногда и выворачиваться наизнанку. Но эти сложности не должны вли-

ять на ваше решение действовать по намеченному плану. Отчеты о проделанной за день работе от каждого из вас должны выкладываться ежедневно. Никакой лжи и выдумок. Если что-то не получилось сделать из намеченного, будем разбирать это и пробовать снова, до тех пор, пока не добьемся результата, который запланировали в начале работы.

Чего здесь не следует ждать: спокойной жизни, жалости к себе, комфорта, сострадания. Чего следует ожидать: понимания, желания помочь и реальную помощь; море чувств, встряску души и много движения телом. Удачи нам!



**Во время практикума запрещены:**

— Алкоголь, табак, наркотики, мясо, телевизор, кофе (не более одной чашки в день... хотя бы).

— Посиделки в кафе, вечеринки, компьютерные игры и социальные сети.

— Словоблудие, или пустая болтовня, когда человек говорит ни о чем и разговор сводится к теме, кто что ел и кто с кем спал. Когда говорите с кем-то, отслеживайте разговор по принципу:

*думаешь — решай,*

*решил — действуй,*

*сделал — не жалея.*



Почему такие запреты — думаю, понятно. У многих из вас проблемы со здоровьем, некоторые курят и выпивают —



каждый в своей мере. Так вот, воин, тот, кто хочет накопить силу и знание, научиться безупречности и искусству сталкинга, должен быть свободен, в первую очередь, от привычек, разрушающих не только тело, но и душу.

Каждый участник практикума должен соблюдать или **очень** стараться соблюдать эти «нельзя» как минимум на время прохождения практикума. Иначе, кроме информационного пополнения вашего склада в голове, никакой пользы от практикума не будет. Об этом предупреждаю сразу.

