

ПРАНА

ЧТО ТАКОЕ ПРАНА?

1. *Прана* — это энергия. Это дыхание жизни. Это принцип жизни.
2. Если *прана* покидает тело, то такое состояние тела мы называем смертью.
3. Есть пять *пран*: *прана*, *апана*, *самана*, *вьяна* и *удана*.
4. Есть только одна *прана*. У нее есть пять имен в соответствии с функциями, которые она исполняет.
5. *Прана* осуществляет вдох и выдох.
6. *Апана* выполняет функции питания и экскреции.
7. *Самана* выполняет функцию пищеварения.
8. *Вьяна* выполняет функцию кровообращения.
9. *Удана* выполняет функцию глотания. Она помещает индивидуума во время сна в сердце. Она отделяет астральное тело от физического тела в момент смерти.
10. *Прана* вибрирует и в сознании появляются мысли.

СОЕДИНИТЕЛЬНЫЙ КАНАЛ

11. *Прана* — это канал между астральным и физическим телами.
12. *Прана*, *апана* и т. д. — это плотные формы *праны*.
13. Психическая *прана*, которая генерирует мысль, — это тонкая *прана*.
14. Глаза, уши, нос, кожа и язык выполняют свои функции благодаря пранической энергии.
15. Ум и эти органы покоятся в *пране* во время сна.
16. *Прана* вибрирует в *акаше* (пространстве). В результате рождаются прочие элементы: воздух, огонь, вода и земля.
17. *Прана* — это старейшая часть всего сущего; она начинает функ-

ционировать с самого момента зачатия ребенка. Она также и лучшая часть всего.

18. Даже во время сна она функционирует, когда ум и другие органы отдыхают.
19. *Прана* придает энергию и бодрость. Это жизненная сила.
20. Космическая *прана* — это *Хираньягарбха**.
21. Улыбка на лице, музыкальная мелодия, изящество речи, блеск в глазах, пафос оратора возникают благодаря *пране*.
22. Внимательно относитесь к поступлению и расходу *праны*. Накапливайте *прану*.

СКРЫТАЯ СИЛА

23. Огонь горит благодаря *пране*. Ветер дует благодаря *пране*. Реки текут благодаря *пране*.
24. Радиоволны распространяются благодаря *пране*.
25. *Прана* — это магнетизм. *Прана* — это электричество.
26. *Прана* расходуется в процессе мышления, проявления воли, при выполнении действий, при движении, разговоре.
27. У крепкого и здорового человека *праны*, нервной силы, жизненной силы имеется в изобилии.
28. Запасы *праны* пополняются за счет питания, воды, воздуха, солнечной энергии.
29. Избыток *праны* сохраняется в головном мозге и нервных центрах.
30. Когда сексуальная энергия очищается, она в изобилии предоставляет *прану* в систему.

КОНТРОЛЬ ПРАНЫ

31. Йогин накапливает достаточно *праны* при регулярной практике *пранаямы*.

* «Золотой Зародыш», один из аспектов Бога в индуизме.

32. Если вы можете контролировать *прану*, вы можете контролировать все силы вселенной.
33. Если вы контролируете *прану*, вы легко управляете сознанием.
34. Между *праной*, сознанием и семенем существует тесная связь.
35. Если вы умеете контролировать семенную энергию, вы способны управлять сознанием и *праной*.
36. Если *прана* находится под контролем, то все ваши чувства тоже находятся под контролем.
37. Дыхание — это внешнее проявление *праны*.
38. В конце цикла все силы, которые есть в мире, превращаются обратно в *прану*.
39. *Прана* проявляется как движение, гравитация, магнетизм и электричество.
40. Нервные токи и сила мысли — это проявления *праны*.

ЦЕЛЕБНАЯ СИЛА

41. Задержите дыхание и направьте *прану* к любому больному участку вашего тела. Болезнь будет излечена.
42. Накапливайте запасы *праны* в практике *пранаямы*. Прикоснитесь к любому заболевшему участку тела у любого человека. Болезнь уйдет.
43. Йогин может передавать *прану* другим людям и лечить заболевания.
44. Знание и контроль *праны* — вот в чем истинное значение *пранаямы*.
45. Тот, у кого в запасе изобилие *праны*, может сдвинуть весь мир.
46. Если вы удерживаете и контролируете *прану*, вы способны удерживать и контролировать все силы мира.
47. *Прана* расходуется, когда человек предается сексуальным излишествами. Накапливайте *прану* практикой *брахмачарьи* и используйте ее в медитации.

48. Как спицы соединяются в ступице колеса, так все в мире соединяется в *пране*.
49. *Прана* — это универсальный жизненный принцип. Это принцип энергии, или силы. Он всеобъемлющ.
50. *Прана* может находиться в статическом или динамическом состоянии.

ВОПРОСЫ

1. Что такое *прана*? Какие формы *праны* вы знаете?
2. Как функционирует каждая из *пран*?
3. Как контролировать *прану*?
4. Как используется *прана* в качестве целительной силы?