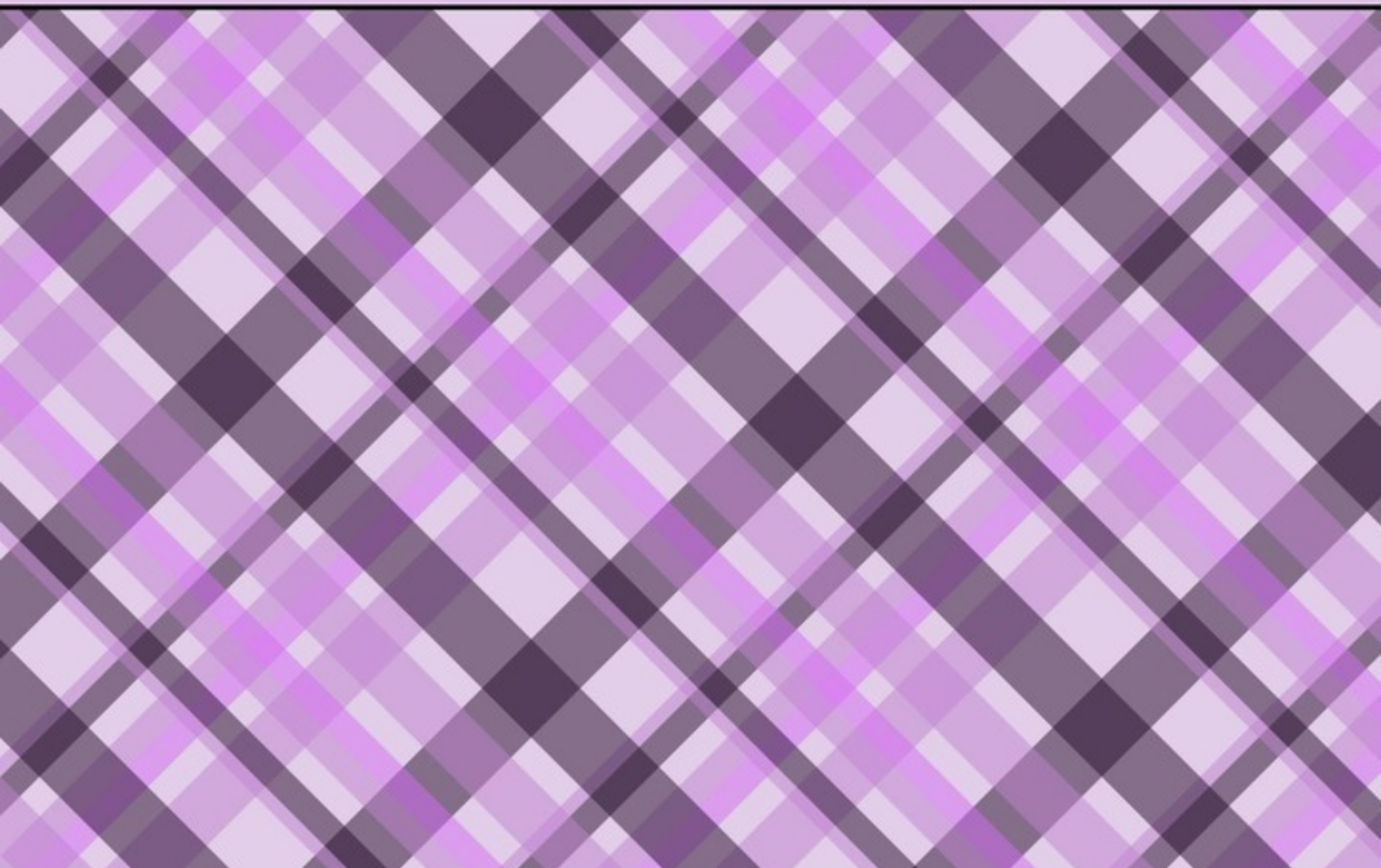


Юлия Болгова

*Эмоции. Энергии.
Управление
энергетическими
потоками*



Юлия Болгова

**Эмоции. Энергии. Управление
энергетическими потоками**

«Издательские решения»

Болгова Ю.

Эмоции. Энергии. Управление энергетическими потоками /
Ю. Болгова — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-936783-9

Управлять эмоциями и чувствами человек учится на протяжении всей жизни. В этой книге вы познакомитесь с оригинальными приемами и эффективными способами управления энергетическими потоками.

ISBN 978-5-44-936783-9

© Болгова Ю.
© Издательские решения

Содержание

Энергетические потоки внутри и вокруг нас	6
1.Существование потоков	6
2.Как использовать негативный поток во благо?	8
3.Как входить в поток активного движения и вовремя останавливаться в нем?	11
4.Что делать, когда навстречу идет поток негативной энергии?	14
5.Как быстро восстановить потерянную энергию?	17
6.Энергия места. Потоки разных людей в одном месте. Средства и способы взаимодействия	19
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Эмоции. Энергии. Управление энергетическими потоками

Юлия Болгова

© Юлия Болгова, 2018

ISBN 978-5-4493-6783-9

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Энергетические потоки внутри и вокруг нас

1.Существование потоков

О том, как достигать цель или получать желаемое, пишут многие авторы в своих книгах. Как правильно поставить задачу, определить сроки ее исполнения, наметить варианты действий, найти эффективные способы и средства, получить результат? Все хотят знать ответы на эти вопросы.

Бывают случаи, когда человек не может определить нужное действие. Или совершаемые шаги не дают желаемого результата. Упорный человек будет продолжать свои действия. Однажды ситуация ослабнет под его напором и дело сдвинется на шаг вперед.

Не упорный человек оставит задачу нерешенной. Отойдет в сторону, переключится на другую тему, пойдет по пути наименьшего сопротивления.

Выбор, конечно, за каждым из нас. Что предпринять: продолжать действовать или сделать шаг в сторону.

Всем известно, что цели достигают люди, твердые в своем решении ее достичь. И вот тут многие допускают ошибку. Большинство людей полагают, что для достижения цели надо быть очень упорным человеком, непреклонным, нестигаемым, волевым. И если таких качеств недостаточно у человека, успешно справляющегося с задачами, то со стороны наблюдателей может закраситься сомнение. Успеху счастливица либо не поверят, либо сошлются на случайность. А некоторые посчитают, что какой -то помощник, покровитель, родственник или очень близкий влиятельный человек помог человеку достичь того, что другие не смогли.

Внешняя помощь действительно существует. Она существует для тех людей, которые умеют чувствовать течения жизни, входить в потоки, использовать их силу и инерцию для получения своих результатов.

Потоки есть везде и всегда. Перегруженные современной техникой, мы все реже и реже прислушиваемся к своим ощущениям, пользуемся чужими подсказками и советами и, тем самым, нарушаем связь с потоками.

Чувствовать куда пойти, в какое время, как долго оставаться в том месте, где оказался, подобрать правильный ритм, темп, скорость движения и верный род занятий в сложившихся обстоятельствах – и есть умение пребывать в потоке ситуации, быть в ладу с потоком и инвестировать его ресурсы в свой род занятий или деятельности.

Для того, чтобы чувствовать поток, идущий навстречу или случайно оказавшись в нем, нужно, прежде всего, отключиться от своих внутренних вибраций. Какую бы энергию не излучали собственные потоки, от нее надо на время отойти. Тогда можно ощутить вибрации другого потока. Для этого следует сначала затихнуть, а потом прислушаться к энергии внешнего потока. Действие подобно тому, как вы нюхаете цветок. Вы прислушиваетесь к запаху, отключая на время внимание от других запахов. Или стараетесь услышать какой-то важный для вас разговор, происходящий вдалеке от вас. Вы затихаете, останавливая, тем самым, звуковые вибрации внутри вас и настраиваетесь на другие вибрации, идущие от внешних звуков. И слышите их.

Итак, первый шаг в общении с потоком – это постараться «услышать» его, почувствовать параметры его движения, словить его волну, ощутить его течение.

Чтобы войти в поток, нужно со настроиться с его вибрациями. Ритмы потока, идущие от ситуации, человека, места очень легко «читаются», когда вы начинаете синхронно вибрировать с потоком. Как будто вы танцуете вместе один танец или поете согласованно одну песню.

Вам могут не прийтись по душе ритмы потока. Они могут быть слишком сильны или медлительны для вас, резки, с неожиданными подъемами, поворотами и падениями. Или, наоборот, затягивать в движении, застаиваться в своем течении. Надо принять на время поток, в котором вы оказались. Не вечно же вы в нем будете кувыркаться или стоять. Принять его правила движения и следовать по его дорогам без возражений. И тогда вы найдете много полезного для себя в его течении. Раз существует поток, значит в нем есть жизнь со всеми последующими ей преимуществами. И эти преимущества очень важно обнаружить, чтобы потом ими воспользоваться себе во благо.

2. Как использовать негативный поток во благо?

Поток – это всегда жизнь, движение. Сила и скорость потока зависят от его характера. Когда мы, люди, испытываем чувства гнева, ярости и другие стремительные энергии, то мы находимся в потоке этих энергий. Мы вошли в поток. И теперь чувствуем его характер, эмоцию.

Причины входа абсолютно разные у всех – от эмоционального состояния (например, негодования по поводу того, что все идет не так, как хотелось) до простого физического напряжения (даже от переедания на ночь).

Поток негативных эмоций очень сильный, подвижность и скорость его велика. Он воздействует на тело человека своей резкостью, неожиданностью, скоростью. И человек неосознанно стремится освободиться от его влияния.

Сознание человека начинает искать объект для сброса принятой энергии, – виновного в ее появлении. Сознание включает тело в стремительную активность. Человек начинает метаться, бегать, двигаться в разных направлениях в поисках места для сброса энергии. Часто нас обвиняют или мы обвиняем кого-то в несуществующих поступках, наносим боль другому человеку. На самом деле – это всего лишь давление негативного потока, несущего в себе свою энергию.

Любым потоком можно управлять. Способам управления можно научиться. Это действительно реально.

Почему многие люди сбрасывают свои негативные чувства на других? – Потому что у них нет важного дела, нет срочной задачи, которую нужно быстрее исполнять, чем они ее решают.

У каждого из нас есть большое количество дел, которым бы нам следовало заняться, – от бытовых, необходимых до желаемых. Но в большинстве случаев мы их откладываем на более благоприятный день, который так и не наступает. Бытовые дела не являются столь важными, чтобы включаться в них немедленно. Для воплощения своих творческих идей сознание ищет особые моменты вдохновения, которые появляются при определенных обстоятельствах. Так вот, чтобы любые дела двигались и задачи решались, нужно использовать любые потоки, в которых мы оказались.

Человек всегда берется за то дело, которое требует более срочного решения, автоматически отодвигая менее важные задачи на задний план.

Что конкретно следует делать, чтобы направить негативный поток в русло исполнения своих планов?

Прежде всего, необходимо иметь постоянную задачу, выполнение которой важно ежедневно. И чем больше таких задач, тем лучше. Например, вы создаете какой-то продукт своими руками и мыслями (шьете, вяжете, строите, клеите, лепите, печете пирожки и так далее). Ваш доход зависит от количества вашей продукции, представленной на рынке. И качества, конечно, тоже. У вас есть ежедневная норма. Выполнив ее, вы успокаиваетесь, отодвигаете работу в сторону и занимаетесь другими, более интересными для вас делами. Даже если вы любите свою деятельность и готовы заниматься ей часами, то всегда в вашем деле найдется то, на что у вас не хватает времени или что-то, что вы считаете не очень важным, мелким, то дело, которое можно выполнить в более поздний срок.

Дела и задачи должны иметь для вас важность, значимость, необходимость. Иначе вы их делать не будете.

Как только вы оказались в стремительно движущемся потоке, включились в его ритм и скорость, то не следует искать причины его возникновения, объекта, породившего данный поток и вовлекшего вас в него. Это первое.

Выбросить энергию движения потока нужно в исполнение своей цели. И тем самым, сдвинуть свою цель на два-три шага вперед. Или придать ей ускорение. Это второе.

В этом моменте не следует путать такие понятия, как скорость движения потока от его эмоциональной составляющей. У гнева, ярости, ненависти огромная скорость. Нужно отделить эмоции от скорости их движения. И взять для исполнения своих целей лишь скорость. А сами эмоции оставить в стороне, отцепиться от них. Это третье.

Как это сделать? Как научиться разделять вибрации движения потока и эмоции потока? – Через перенос внимания!

Если ваше внимание приковано к эмоции, то внутри вас навязчиво крутятся мысли «как так можно!», «какое хамство!», «я им покажу!». «ненавижу!», «убил бы всех!». Нужно отцепиться от мыслей немедленно и начать наблюдать, как внутри вас появилась скорость. И эта скорость подхватывает ваше тело и несет его вперед.

Вот тут на помощь вам придут ваши цели и задачи. Направьте ваше тело на их выполнение. Забудьте про все негативные чувства, которые, как вспышки молнии рождались в вашем сознании и хотели надолго поселиться там. Просто о них не думайте. Вспомните о своих медленно текущих делах, застывших в покое или застрявших в трясине задачах. И вместе со скоростью потока, в котором вы оказались, отправьте свое тело на их решение. Это четвертое.

Будьте в скорости потока, выполняя все необходимые для решения своей задачи действия, столько времени, сколько будет существовать внутри вас этот поток. На его темпе, на его стремительном движении можно переделать кучу дел. Вы можете достаточно долго питаться энергией потока и двигаться на крыльях его волны к намеченным маякам. Время вашего пребывания там зависит от того, как долго вы сможете удерживать свое внимание на ритме, темпе, скорости движения потока. Если ваша цель коротка по времени ее исполнения, то выполнив все необходимые действия, вы сойдете с потока и потеряете его энергию. Поэтому важно иметь много задач и дел, чтобы, выполнив одну из них, сразу же перескочить на другую, не потеряв инерцию движения. Это пятое.

Главное, что надо помнить в работе с потоками, что нельзя терять их энергию движения! Иначе вы выходите из потока. Нельзя сбрасывать энергию вместе с эмоциями потока. Выбросив чувства на кого-то, вы воздействуете на этот объект, теряете и скорость движения вместе с эмоцией и выскакиваете из потока.

Уметь использовать поток для себя – это воспользоваться его энергией движения, оставив негативные чувства в стороне. Можете же вы съесть булочку и не дотронуться до крема, если он вам не нравится (слишком жирный, например). Вы отделяете одно от другого и берете только то, что вам подходит. Как вы это делаете? – Через перенос внимания на то, что вам нужно. Действуйте точно так же и с негативными потоками. Берите его скорость и оставляйте его чувства.

В благодатных, созидательных потоках энергия течет медленно, скорости почти нет. Но есть чувства. И тогда можно и нужно воспользоваться чувствами потока, чтобы напитать свое тело и сознание полезными для них витаминами счастья. И крем в булочке бывает вкусным. Тогда мы с удовольствием съедаем крем, оставляя жесткое или сухое тесто в стороне. Мы умеем отделять плохое от хорошего, нужное от бесполезного. Просто нужно помнить об этой способности и пользоваться ей себе во благо.

3. Как входить в поток активного движения и вовремя останавливаться в нем?

В стремительно движущиеся потоки не всегда и не всем удастся входить. А именно скорость движения – залог быстрого исполнения мечты. Нет ярости, – нет и ее вихрей. Нет злобы, – нет и ее нацеленности. Нет ненависти, – нет и ее холодной несгибаемости. Нет целенаправленного и постоянного движения.

В потоки можно входить через движение тела. Почему спортсмены энергичны и подвижны? – Они находятся в постоянном потоке движения для достижения намеченной цели.

Для входа в скоростной поток ходьба и приседания не помогут. Здесь нужен бег, бег на лыжах, езда на велосипеде, плавание, гребля на лодке. Когда вы включаете в скоростное движение свое тело, вы вырабатываете инерцию движения потока. Бег трусцой – скорость медленная. Бег без установленной дистанции – выработка кратковременной, небольшой скорости. Прогулочная езда на велосипеде подобна пешей прогулке. Катание на коньках по кругу, езда на велосипеде по одним и тем же парковым дорожкам, плавание в бассейне взад и вперед, хождение кругами по лесопарку тоже не подходят.

Для получения энергии стремительной, целенаправленной, в достаточном количестве для решения своей задачи, необходимо движение быстрое, длительное по времени и расстоянию, с определенным пунктом назначения. Если вы идете пешком куда-то, то вы должны обязательно дойти до обозначенного вами места. И двигаться активно. Точно так же и на велосипеде, лыжах, коньках, на лодке с веслами, с рюкзаком и палками. Место старта и финиша обязательно определите. При каждом новом дне движения увеличивайте немного расстояние и темп передвижения. Тогда ваше сознание будет давать команду на выработку количество энергии, которое необходимо для осуществления поставленной задачи.

Когда определены расстояния, намечена скорость, то пора приступить и к движению.

И тут многих людей подстерегает большая ловушка. Они начинают думать, что не справятся с задачей. Не дойдут, не доплывут, не доедут. А на большую скорость у них нет сил, возраст велик, тело имеет излишний вес, ноги болят, дыхания не хватает и прочее. Или думают о том, сколько еще времени им необходимо, чтобы добраться до пункта назначения.

В чем их ошибка? – Во внимании! Оно направлено на разные моменты, которые могут затормозить поток движения или остановить его.

Что надо сделать? – Направить внимание на скорость своего передвижения. Если вы идете пешком, то сконцентрируйтесь на приятном для вас темпе движения. Чувствуйте радость выбранной вами скорости и ритма. Тоже самое делайте во время бега, езды на лыжах и велосипеде, передвижения на лодке. Выбирайте комфортную, но активную для вас скорость движения, направляйте внимание на скорость, двигайтесь и радуйтесь выбранной скорости, удерживайте радостное внимание на скорости. Все! Вы в потоке выбранной вами скорости движения. Будьте в потоке до момента достижения цели. Не спускайте внимание с самого движения. Можно останавливаться на некоторое время, чтобы немного передохнуть физически, но не выходите из потока. Не смещайте внимание на физическую усталость или расстояние, которое еще требуется преодолеть. Держите внимание на ритмах самого движения. Телу нужно немного времени, чтобы расслабиться, отдохнуть и вновь продолжить движение. А вот соскочить с волны самого движения гораздо быстрее, если уведете свое внимание в сторону.

Несколько дней подобных тренировок, и вы будете ощущать внутри себя активность и желание что-то делать. Чем быстрее вы двигались во время занятий, чем длиннее был путь, тем энергии выработалось больше. Теперь вы можете перенести свою внутреннюю энергию на выполнение своих задач. И когда будете исполнять свои мечты, не забывайте держать внимание на скорости, ритме, темпе потока, созданного вами самостоятельно при физической активности.

Если все-таки вы выполнили все свои дела, которые долго оставались не тронутыми, а внутри вас все еще живет скорость движения потока и вам хочется ее куда – либо применить, а целей и задач не находится, то «выключите» скорость.

Для этого перенесите взгляд на что-то неподвижное. На цветок, например. Смотрите на этот предмет столько времени, сколько вам нужно, чтобы энергия движения, пробудившаяся внутри вас, остановилась. Заставьте себя думать об этом предмете. Рассматривая цветок, думайте о том, какие у него красивые резные листья, как от изящно пахнет, думайте о многочисленных оттенках его окраски. Думайте о его деталях, которые находятся в покое, вне движения. И обязательно думаете, что цветок стоит, не движется. Через перенос внимания на неподвижный объект, вы выходите из потока движения и входите в поток покоя.

Некоторые люди не могут быстро заснуть вечером. Внутри них постоянно идет движение, которое они никак не могут остановить. Почему такой процесс происходит? – Скорее всего они делали в течении дня или нескольких дней дела, которые не имели завершения. Ходили по кругу. Это может быть даже бесполезный разговор с кем-то, не имевший завершения. Поэтому не стоит говорить одно и то же, если ваши слова не слышат. Вас не слышат, значит, либо вы объясняете что-то человеку на непонятном ему языке, либо то, что вы говорите, не хотят ни слушать, ни услышать. Ваши советы и рекомендации слушателю не нужны. Оставьте это занятие. Для другого оно не эффективно, а для вас губительно. Вы вырабатываете в себе поток движения по кругу. А потом ночью вы не можете заснуть, потому что круговой поток остановить труднее, чем направленный. Поток направленный на цель, сам останавливается, когда цель осуществлена. Значит, ежедневно важно ставить себе краткосрочные цели – шаги, которые будут завершены к концу дня. По мере осуществления цели, заканчивается энергия, пришедшая для ее исполнения, вы выходите из потока автоматически. И переходите в поток покоя.

Выработанную, стремительную энергию, движущуюся по кругу, не имеющую конечной точки, придется останавливать самостоятельно. Через перенос внимания на поток энергии покоя. Это длительный по времени процесс, требует усиленной концентрации и не легко поддается управлению. Потому что энергия скоростного движения сильнее, активнее, энергичнее, чем энергия покоя. И чтобы остановить не останавливаемое круговое движение, потребуется очень много времени и усилий внимания.

Лучше не ходить по кругу ни в делах, ни в разговорах. Тогда не будет ни раздражения, ни внутренних, не останавливаемых колебаний и волнений. Ставить задачу на день, чтобы ее выполнить, войти в стремительный поток через активное физическое движение, в потоке этого движения быстро выполнить задуманное дело, а потом автоматически выйти из потока активного и быстрого движения по мере осуществления цели – естественно для человека.

Так живет природа. День наступает, выполняет свою задачу, и его активная энергия заканчивается. Приходит ночь со своим покоем. Она тоже выполняет свою задачу на своей энергии. Затем наступает новый день. День за днем, ночь за ночью, год за годом, – да, это цикл,

движение, но не по кругу, а по спирали, вверх, а потом вниз. И если мы будем действовать согласно законам природы, то и чувствовать себя будем хорошо. Потому что нет противоречия энергии движения, нет сопротивления, борьбы, возражения. Ритмы не сбиваются, не нарушаются, не подменяются.

4. Что делать, когда навстречу идет поток негативной энергии?

Негативная энергия просто так, без причины не идет на человека. Чем-то он вызывает этот поток, провоцирует и направляет на себя, не понимая, что он сам это делает. Обычно причиной направленного на человека негативного потока является его поведение. Скорее всего он помешал кому-то в чьих-то планах. Человек честный, справедливый, ответственный или, как говорят, «правильный» автоматически проявляет свои качества, отдавая предпочтение справедливости. Он может совершенно не желать кого-то призвать к совести, перевоспитать, сделать нравственно чище и сильнее. Просто его духовные качества сильно развиты, он их проявляет, потому что они у него есть. Он не может их сдерживать. Они сами выскакивают на поверхность. Когда что-то у кого-то в избытке, то это «что-то» стремится выйти наружу, излиться.

Находиться рядом с человеком, обладающим нравственной чистотой трудно. Он всегда будет восставать против несправедливости, обмана и лжи. И ему самому тоже не легко. Проявляя свою нравственную силу, такой человек вызывает гнев у других и желание избавиться от его непреднамеренного воздействия. На такого человека всегда будут нападать, стараться уничтожить его силу. Воздействия будут разного характера: на прямую, открыто или тайно, не заметно для видимого зрения.

Что делать в подобных случаях? Защищаться от проникновения разрушительного потока? Отказаться от поступков, призывающих к честной открытости и справедливого решения вопроса? Приобрести новые качества, которые будут предотвращать или отражать воздействие негатива? Может отойти в сторону от социума, чтобы не соприкасаться с его влиянием?

Если глубоко задуматься о том, откуда взялись эти качества, то станут понятны и дальнейшие действия.

Мы всегда делаем выбор. Ежечасно и ежеминутно. Куда пойти, что делать, как поступить. Мы анализируем ситуацию, взвешиваем степень нужности, необходимости, важности и своевременности поступка. И выбираем действие. Но выбирает не только разум. В процессе выбора принимают участие и чувства. И даже когда все аргументы говорят «за», а чувства противятся, мы не торопимся принять решение. Отодвигаем его на некоторое время, пытаемся найти еще больше весомых доказательств, чтобы окончательно согласиться с предварительно намеченным выбором. Человек радуется, когда в предстоящем выборе он будет чувствовать то, что принесет ему покой, легкость, свободу. Он не хочет сажать себя в клетку, где для него не будет наслаждения. Поэтому человек со светлой душой просто не может не проявлять подобные качества, такие как честность, справедливость, искренность, доброта, способность понимать, прощать и любить.

Когда-то человек принял эти качества внутрь себя, посчитав их хорошими и приемлемыми для себя. Примером для подражания могли послужить близкие люди, рядом с ним находившиеся, герои фильмов и книг, рассказы влиятельных для него лиц о ком-то. Потом он возвращал эти качества, подпитывая их ежедневными маленькими действиями. И когда они выросли и окрепли, стали сильными, и человек часто опираясь на них, получал результаты в своих целях, то эти качества стали основным составляющим его характера. Отказаться

от подобных качеств, не проявлять их – подобно предательству для человека, обладающего этими качествами.

Защитить собственный поток от встречного потока невозможно. Всегда на встречу потоку радости, любви, чистоты будет идти противоположное. Столкновение неизбежно. Причем в этом столкновении больше сил теряет светлый поток. Агрессия просто выпускает свою энергию, освобождается от своего качества. Чистый же поток разрушается направленной на него агрессией. Значит, чистому потоку нужно найти правильное применение. Чтобы он не разрушался. Потом каждый из двух противоположных потоков найдет способы для нового пополнения. Голодному человеку легче себя накормить, нежели больному восстановить силы.

Людям со светлыми, чистыми энергиями лучше всего что-то взращивать (ухаживать за молодыми растениями, детьми, животными). Тогда их энергия идет во благо растущим созданиям и им самим. Ведь те, кто получают силу и поддержку от другого человека, изливают на помогающего любовь. Любовь и питает душу чистого человека. Людям с чистой душой благоприятно будет создавать новые творения. Тогда благодарность от других людей, воспользовавшихся их творчеством благостно будет воздействовать на их поток.

Людям с позитивными качествами характера и, соответственно, с созидательными потоками нельзя стремиться освободить других людей от негативных примесей и энергий. Те люди, которые, когда-то выбрали злобу, ненависть, борьбу, обман, лицемерие и подобные им негативные энергетические потоки, подпитывали эти энергии ежедневными своими мыслями, поступками и вырастили из них сильных и крепких воинов. Они найдут своим качествам достойное применение. Задача этих энергий разрушать.

У каждого из противоположных потоков своя дорога, свой путь. И не надо мешать друг другу выполнять свою задачу.

Но что же все -таки делать, если случайно (а может и не случайно) вызвал на себя негативный поток, а затем поток раздражения, недовольства, ненависти начали свою работу? – В таком случае необходимо быстро отделить энергию раздражения, злобы от самого раздражения и злобы.

Энергия агрессивных качеств меткая, нацеленная, сконцентрированная. Возьмите ее себе и соедините ее со своим светлым качеством или намерением, например, со справедливостью. И тогда справедливость, долго дремавшая внутри вас, приобретет заряд. Она станет меткой, нацеленной, сконцентрированной. Но это уже будет не простая справедливость, это будет ее новый «возраст» и новое проявление. Справедливость перерастет в смелость, решительность. А это качества действия. И там, где был «непорядок», наведите «чистоту». Проявите свою решительность и смелость во благо себе и людям.

То есть не надо применять смелость и решительность в отношении того человека, который направил на вас негатив. Он победит вас. Вы спровоцировали в нем агрессию, и ей необходимо выйти наружу. Воспользовавшись сконцентрированной и нацеленной энергией агрессии, оставив в стороне злобу, ненависть, соединив спонтанную энергию со своей справедливостью, превратив справедливость в решительность и смелость, сделайте шаг в сторону решения нужного и полезного вопроса. Шагайте туда, где вы будете под прикрытием.

Есть специальные люди и органы, укрощающие чужую агрессию. У них на это есть сила и право. Отдайте им решать возникший вопрос. Все, что вам нужно сделать, это решительно и смело заявить в соответствующие инстанции о несправедливости, разрушении или попытке.

В таком действии вы защитите свой созидательный поток и отведете разрушительную агрессию в сторону. Не бойтесь! Вас агрессия больше не тронет. Самое большое, чего она боится – это укрощения. Но укротить ее может лишь сила, имеющая на это право. Это уже другой поток. Он тоже разрушительный. Но разрушающий во благо.

Подобные «случайности» будут происходить с вами до тех пор, пока вы не научитесь создавать, возвращать и укреплять другой чистый и нравственный поток под названием решительность и смелость.

Когда ваша смелость окрепнет и вырастет до безоговорочности, то подобные случайности с вами не будут происходить. Такие разрушительные энергии, как высказывание претензий, недовольства, раздражения, выплеск злобы и ненависти будут обходить вас стороной. Потому что будут чувствовать, что при малейшей попытке проявить себя, они мгновенно будут укрощены. А потерять силу для них страшнее всего. Быть обезоруженным – не воевать. Не воевать для них – не существовать.

5. Как быстро восстановить потерянную энергию?

Вам вдруг себя стало жалко. Вы потеряли силы. Обижены, раздавлены, подавлены. – Значит, вы влезли в дело, которое вам «не по плечу». На данный момент у вас нет соответствующей энергии, чтобы делать то, что вы делали и от чего потеряли силу. Вы вошли в другой поток. Раз сумели войти, значит, знаете, как это сделать. Вход для вас открыт. Но силы, чтобы «рулить» в этом потоке у вас маловато. Возможно, вы и потеряли ее, силу, потратив ее на «корректировку» чужого потока. Пользы от подобного действия может и не быть, а силы израсходовались. Да, и вообще, нужно ли заниматься самодеятельностью там, где работают «профессионалы»? Насколько вы уполномочены что-то менять в чужом потоке? Хотите помочь человеку? Исправить его ошибки? Такие действия делать нельзя. За свои потоки, состояние, качество, силу, направленность и прочие составляющие отвечает сам хозяин.

Нам часто хочется внедряться в чужую жизнь, помогать другим, полагая, что мы знаем лучше, что делать. Мы стремимся решать вопросы другого человека вместо него. А потом недоумеваем, куда девались силы.

Что делать? Восстанавливать силу? Конечно, вернуть свою энергию необходимо. Она потребуется для обеспечения своей жизни деятельности.

Когда мы влезаем со своими энергиями в потоки других людей, то, несмотря на светлые желания и благостные намерения «подставить костыль», нарушаем ритм движения потока, меняем его скорость, направление, препятствуем течению потока в выбранном направлении.

В любом потоке имеется своя скорость, темп и ритм. Хозяин потока знает все подводные камни на пути движения своей энергии. И как только кто-нибудь начинает препятствовать известному направлению движения потока, то скорость потока мгновенно возрастает. Поток стремится уничтожить все преграды, выставленные ему на дороге. Энергия хозяина потока «встает дыбом», чтобы не допустить собственного разрушения. А энергия «помощника» встречает мощный заслон, преграду, барьер. Вход в поток сужается или закрывается совсем. Направленная энергия на поток возвращается его владельцу назад. И что она делает? Бьет его самого его же силой. Происходит обнуление энергии или саморазрушение.

Что же получается? Не давать никому своей силы? Не питать других людей своей энергией? Ну, почему же? Можно делиться своим счастьем, радостью, любовью с другими людьми, если у вас этих энергий имеется в избытке. Только делать это надо «с умом».

Давать человеку столько энергии, сколько он может принять.

Наполнять его энергетически в то время, когда он открыт для приема.

Давать ему свою энергию в тех случаях, когда человек нуждается в ней, а не когда хочется «слить» свою радость. Да и кто сказал, что ему именно радость нужна? Может быть покой, умиротворение, бодрость или какая-то другая сила ему важнее сейчас, нежели то, что вы хотите или можете дать?

Чтобы входить в чужие потоки и «наводить там порядок» прежде всего нужно доверие другого человека по отношению к помогающему.

Разрешение на вход.

Уметь чувствовать потребность другого человека, его нехватку, а не свое изобилие – вторая важная задача.

Смиряться, ждать, принимать ситуацию и желание другого человека и «не лезть напролом» – третье условие.

Менять энергию своего потока на ту, в которой нуждается ваш избранник, чтобы поделиться ее частью – умение четвертое.

Каждому из нас важно быть любимым. Когда нас любят, о нас заботятся, то относятся к нашим желаниям и потребностям бережно, терпеливо. Навязывание того, чего мы не хотим, вызывает в нас отторжение, неприятие. Нетерпеливость по отношению к партнеру – это эгоизм. В это время мысли направлены на себя, на удовлетворение своих желаний.

Если есть чувства, где мы проявляем энергетический напор, то, значит, не хватает бережливости к человеку, значит, мы недостаточно любим другого человека. Больше думаем о своих личных переживаниях и энергиях, нежели о покое и счастье другого.

Любить другого человека и делиться энергией любви не означает приносить себя в жертву и забывать о своих чувствах, интересах, желаниях. Не навязывать, уметь ждать, когда другой человек примет то, что вы можете дать – беречь его, сохранять его здоровье и жизнь.

Не надо никого менять, исправлять, навязывать и настаивать. Любить и беречь человека будет намного полезнее. О его ошибках, промахах, неверных действиях следует говорить ему с позиции любви. Направить его сознание на изгнание разрушительных мыслей из себя, призвать к раскаянию за неправильные поступки. Сделать это может лишь любящий человек.

Энергия любящего человека течет мягко, вязко, проникает до глубин самых мельчайших клеточек того, на кого он направил свой поток любви. Любые преграды и засоры в виде негативных энергий любящий человек убирает в своем потоке быстро и беспрекословно, понимая, что негативные энергии способны перекрыть течение реки любви. Он не идет с ними на компромисс. В потоке любви нет жестких, твердых, назидательных и воспитательных энергий. Поток любви не разрушает. Любовь, словно маленькие, невидимые капельки, содержащиеся в испаряющемся воздухе после дождя, попадают очень глубоко в тело и сознание другого человека и исцеляют его своей целебной силой.

Если человек открыл вам вход в свой энергетический поток, то он там ничего не ждет, кроме вашего потока любви. Он знает, что с вашей любовью он приобретет больше радости, счастья, силы и уверенности. А свои ошибки (если они были) он осознает, когда вы мягко ему об этом скажете. И обязательно исправит. Из-за любви к вам. Он отдаст вам то, чем вы питали его. Любовь! Ее целебную, теплую, всепроникающую и исцеляющую раны, энергию.

Так что, если стало больно и обидно, что ваши благие старания «не пришлись ко двору», если вы потеряли силы в своих «спасательных операциях», то, значит, войдя в чужой энергетический поток, занялись там не своим делом. Хотите помогать? – Делитесь любовью. Делайте это тихо, спокойно, молча из-за любви к людям, а не из-за гордыни «спасателя на веслах».

6. Энергия места. Потоки разных людей в одном месте. Средства и способы взаимодействия

У каждого места есть своя энергия. И мы чувствуем ее. В каком-то месте мы ощущаем бодрость, активность. Внутри нас в таких местах рождаются новые желания и усиливаются стремления осуществить свои намерения. А есть места, где на нас наваливается тяжесть, заволакивает пелена бездействия, лени, апатии.

А еще в каждом месте присутствуют люди или приходят туда. И у них есть своя энергия. В случайной встрече, разговоре (а случайностей не бывает; существует закономерность, цикл, который образовался уже давно и вызывает определенные ситуации в нашей жизни) мы сталкиваемся с потоками других людей.

Чужие потоки нам могут не подходить. А раз они нам не подходят, то сбои происходят в нашем настроении, затем в действиях. Встретившиеся на пути люди могут нести в себе положительные энергии. Каждая энергия (даже энергии, находящиеся в одной категории) вибрирует по – своему. Частота колебаний, скорость движения, темп, насыщенность, плотность у всех энергий разные. Чтобы не было «взрыва», «всплеска», «затухания» собственной волны, встретившиеся на пути энергии должны сочетаться друг с другом, взаимодействовать согласованно. Да еще энергия места. Своими потоками она тоже оказывает влияние на каждого пришедшего к нему.

Например, вы оказались около какого-нибудь архитектурного комплекса. Рассматриваете его, фотографируете. В этот момент вы меняете свои энергетические потоки, автоматически соединяясь в чувствах и энергиях с местом. Если вы до этого момента двигались активно, бодро, решительно с желанием найти архитектурный комплекс, то вы находились в потоке активного движения. Как только вы достигли места, то поток энергичного движения закрылся, и вы перенеслись мгновенно в новый поток вдумчивого созерцания, любования, наслаждения.

Энергия движения к пункту назначения закончилась, остановилась, а открылась энергия впитывания красоты.

Но энергия интереса не закончилась, не остановилась, не пропала, не потерялась.

Сначала был интерес найти архитектурный памятник, а затем пробудился интерес к его изучению, осмотру и восхищению творением. Поток, несущий в себе вибрации любопытства, любознательности содержит в себе радость познания и встречи с новым, желанным, воображаемым.

И вдруг, в тот момент, когда вы целиком и полностью в потоке места, соединились с ним в одних вибрациях и чувствах, к вам неожиданно подходит раздраженный, недовольный, слегка агрессивный человек с какой-нибудь просьбой или вопросом.

Вы полностью открыты. Человек подошел со спины, сбоку, издалека, так, что вы не успели заметить его энергетическое состояние и закрыться. Вы отвечаете на его просьбу. Делаете это открыто, с радостью и восторгом, которые вы черпали из потока интереса и впитывания красоты. Человек вас молча слушает, не возражает и не перечит. Но! Излучает то он поток, несущий в себе раздражение, недовольство.

Он смотрит на вас, слушая ваши речи. И на вас идет его поток, с неуравновешенными вибрациями, присущими раздражению, недовольству. А вы ему отправляете плавно льющийся поток, с радостными нотками восторга, любования, познания. У человека, который слушает

вас появляется интерес к месту, жизни, познанию, пробуждается активность. А у вас пропадает интерес и наступает вялость. Произошел взаимный обмен энергетическими потоками. Вы отдали позитивный, активный и приняли негативный и активный. Все! Следующий день для вас в вашей активности потерян.

Обратите внимание, что не вы искали объект, куда передать свои радостные чувства. Вы искали место, нашли его, почувствовали его энергию, соединились с волной его энергетического потока и стали принимать то, что несет в себе место со своим архитектурным творением.

Вам зачем -то нужна была энергия радости, интереса, наслаждения. Вы восполняли свою нехватку в подобных чувствах. И делали это своими средствами и усилиями.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.