

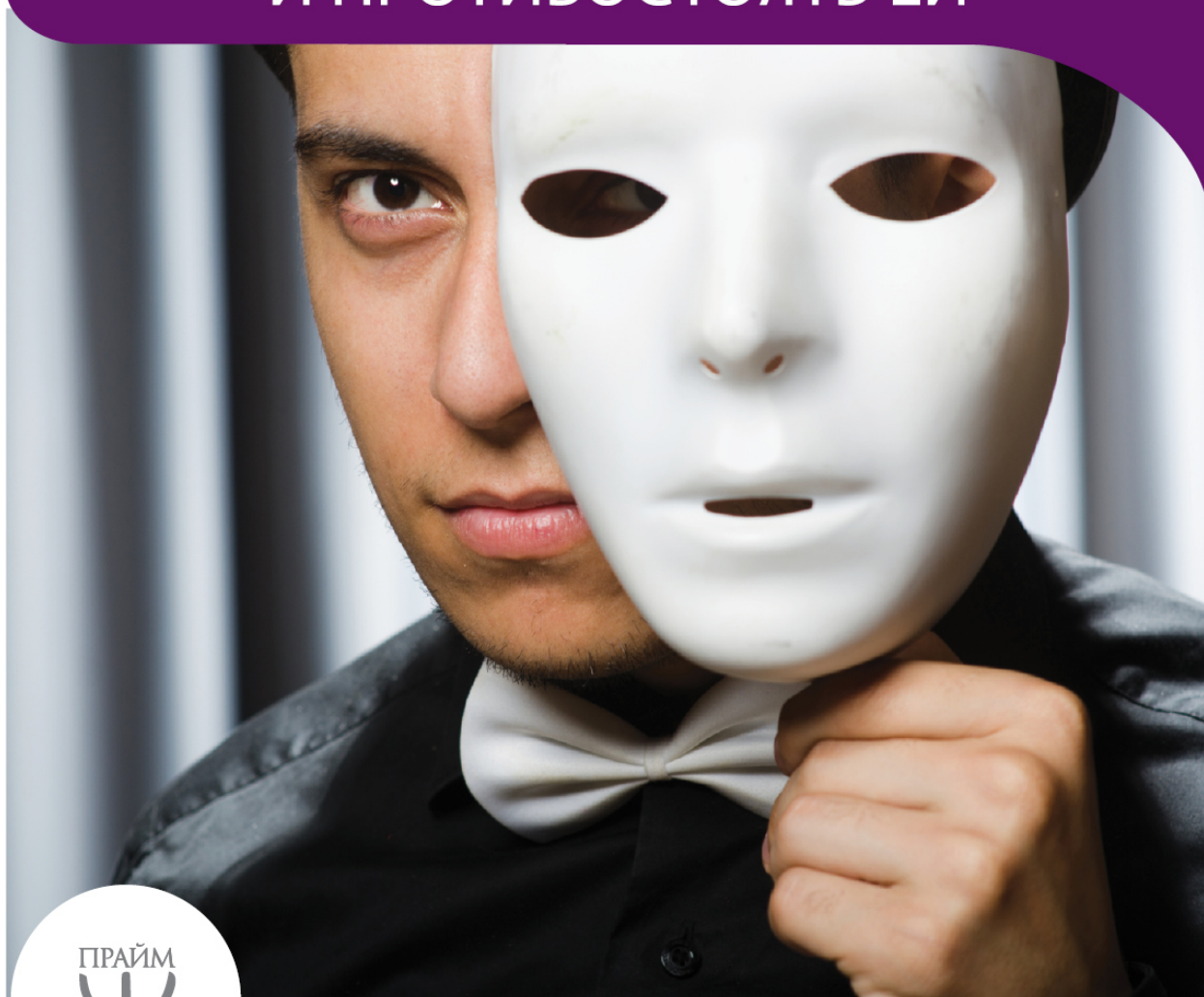
Андрей ЛЕВШИНОВ

УМНЫЙ ТРЕНИНГ, МЕНЯЮЩИЙ ЖИЗНЬ

**#КАК РАЗВИТЬ СПОСОБНОСТЬ
БЕЗОШИБОЧНО РАСПОЗНАВАТЬ**

ЛОЖЬ

И ПРОТИВОСТОЯТЬ ЕЙ



ВСЯ ПРАВДА О ЛЖИ

Умный тренинг, меняющий жизнь

Андрей Левшинов

**Как развить способность
безошибочно распознавать
ложь и противостоять
ей. Вся правда о лжи**

«АСТ»

2018

УДК 159.9
ББК 88.53

Левшинов А. А.

Как развить способность безошибочно распознавать ложь и противостоять ей. Вся правда о лжи / А. А. Левшинов — «АСТ», 2018 — (Умный тренинг, меняющий жизнь)

ISBN 978-5-17-108030-3

Эта книга научит вас узнавать лжеца с первых слов – по мимике, жестам, интонации, понимать истинные мотивы вашего собеседника, и вас никто больше не сможет ввести в заблуждение. Но она даст вам намного больше, чем умение определять, когда вам врут, а когда нет. Невозможно привести в порядок ни свое здоровье, ни всю свою жизнь, пока человек является рабом лжи. Лжи себе самому и лжи, которой наполняют его жизнь другие люди. Привычка жить в постоянном обмане закрывает путь к любым достижениям. Книга Андрея Левшинова, признанного Учителя и русского Просветленного Мастера йоги, откроет вам глаза на истинное положение дел в вашей жизни и поможет сделать первые шаги в обучении распознаванию лжи на всех уровнях – от бытового до кармического, – и противостоянию ей.

УДК 159.9
ББК 88.53

ISBN 978-5-17-108030-3

© Левшинов А. А., 2018
© АСТ, 2018

Содержание

От автора	6
Что нужно знать, чтобы научиться распознавать ложь	7
Структура кармы	8
Карма и ее виды	8
Ступени йоги. Основные понятия, на которые мы будем опираться	9
«Вкус» вашей судьбы	11
Преобладание физической части кармы	11
Преобладание вербальной части кармы	13
Преобладание ментальной части кармы	15
Кто хозяин вашей судьбы?	15
Семь видов кармических энергий	17
Физическая энергия	17
Половая энергия	18
Энергия материального положения (денег)	20
Психоэмоциональная энергия	21
Энергия знаний (информации)	22
Энергия власти (организационная энергия)	23
Духовная энергия	24
Законы общения	25
Психология человека	27
Классическая психология	27
Реальная психология	28
Причины лжи	29
Основная причина лжи	29
Конец ознакомительного фрагмента.	30

Андрей Левшинов
Как развить способность
безошибочно распознавать ложь и
противостоять ей. Вся правда о лжи

© Левшинов А. А., 2018

© ООО «Издательство АСТ», 2018

* * *

От автора

Покаюсь в первых же строках – в этой книге отнюдь не вся правда. Лжи вокруг так много, что впору писать даже не серию книг, а ежедневно переучивать общество по всем телеканалам и в интернет-блогах. Но все же я попытаюсь внести свой, пусть небольшой, скромный, но имеющий важное прикладное значение вклад в дело разоблачения обмана и лжи.

Легендарный «железный канцлер» Германии Отто фон Бисмарк говорил, что франко-прусскую войну выиграл немецкий учитель. И в его словах есть огромная доля истины – ведь это сотни обыкновенных, безымянных для истории педагогов воспитали будущих немецких солдат, взрастив в их душах любовь к отечеству, преданность своему государству, возвышенную веру и представления о чести.

Все, что закладывается в детскую психику, во многом определяет поведение человека в нравственной и социальной сфере на протяжении всей его жизни.

Можно сказать, что в голове у каждого из нас заложена своеобразная программа – так было и до изобретения микрочипов, и ничего не изменилось и по сей день. Все знания, которыми мы обладаем и, скорее всего, даже гордимся, поступили к нам извне, пройдя через определенный фильтр. Когда-то взрослые – родители, воспитатели, учителя, наставники – рассказывали нам, как устроен человек и окружающий мир, а мы приняли эту информацию, согласно кивнув головой и совершенно не задумываясь, так ли это на самом деле.

Вот удивительная, даже невероятная с точки зрения традиционно мыслящего человека история. Одна девочка в четырехлетнем возрасте погрузилась в летаргический сон и очнулась только через тридцать лет. Первым ее желанием было – посетить туалет. Ей сказали, где находится уборная, и она полетела в ту сторону по воздуху, пройдя при этом насквозь две стены.

Почему это оказалось возможно? Ее сознание не подверглось внушениям учителей, а СМИ в детстве ее еще не интересовали. На самом деле мы все можем летать и проходить сквозь стены, но настолько не верим в свои возможности, что это кажется нам чудом. Этих возможностей нас лишают в детстве, замещая правду о мире потоком бесконечной лжи.

В этой книге я поделюсь с вами своими наблюдениями, которые помогут вам лучше узнать себя и окружающих вас людей. Вы научитесь видеть, как отчаянно человек оповещает всех о своей лжи, и поймете, почему тем не менее она остается незаметной.

Итак, приятного и познавательного вам чтения!

Что нужно знать, чтобы научиться распознавать ложь

Так уж получилось, что в восемнадцать лет в первый месяц студенческой жизни, по советской традиции начавшейся «на картошке», я стал бригадиром. То ли я выглядел чуть старше своих сверстников, а может быть, причина была в майке-тельняшке, треугольником выглядывающей из-под ворота рубашки, так или иначе, преподаватель внимательно оглядел нас и из всех студентов-первокурсников выбрал меня. С тех пор я начал вплотную сталкиваться с обманом, учился его распознавать и обходить, чтобы, несмотря ни на что, добиваться нужного мне результата.

Несколько лет спустя, когда, добившись определенных успехов в освоении каратэ, я сам стал преподавать японское искусство пустой руки, я снова учился видеть – где ученик врет, а где нет.

Так, постепенно, начав с самых простых видов и приемов лжи, я знакомился со все более изощренными способами искажения реальности.

В этом мне очень помогло общение с бизнесменами, бандитами в 90-е годы, политиками и нынешними миллиардерами.

Чувствуя в себе некоторую лень повторять одно и то же, я изложу в этой книге самые простые и надежные способы определения лжи, которые останутся у вас в памяти после прочтения всех глав, словно это вы сами прожили мои последние бурные сорок лет.

Настройкой для этого будут системные знания, изложенное мной в простой и доступной форме, и мои впечатления, описания которых еженедельно публикуются на сайте.

Начнем мы с разговора о карме, то есть том знании, которое описывает человека, мир и всевозможные ситуации.

Структура кармы

Карма и ее виды

У каждого из нас есть карма. Вам, очевидно, не раз приходилось сталкиваться с феноменом схожести или полной противоположности судеб людей.

Живут, например, два брата, очень похожие друг на друга внешне, воспитанные в одной семье, почти ровесники. Но у одного судьба складывается из рук вон плохо, а другому в любом деле улыбается удача. Через двадцать лет один из них становится алкоголиком, а другой, пожиная плоды своего успешного труда, – известным, обеспеченным человеком, окруженным любящими детьми. Такую колоссальную разницу двух судеб невозможно списать на различия в воспитании, образовании, культурном уровне или социальном статусе. Здесь-то и всплывает почти мистическое понятие судьбы, которая, несмотря на родство и схожесть, у каждого – своя и вершится где-то на небесах.

Можно привести и другой пример. Две женщины: лучшие подруги, вместе выросли, а потом разъехались – одна в Москву, другая в Санкт-Петербург – поступать в институт. И, несмотря на то что с тех пор они видятся крайне редко, судьбы у них весьма схожи: почти одновременно вышли замуж, с разницей в год родились дети, карьера у обеих стабильно развивается, материальное положение практически одинаковое. Что это – совпадение? Или у них схожая карма?

Подобные факты, с которыми мы довольно часто сталкиваемся в жизни, порождают множество вопросов. Существуют ли какие-либо общие черты у разных групп людей? Зависит ли судьба человека от того, как он живет, или она предопределена изначально и изменить ее невозможно? А если зависит, то как следует жить, чтобы избежать плачевной участи? Классическая йога (на ее практику мы с вами будем опираться), исследуя возможности воздействия на свою судьбу, определяет карму как закон причинно-следственной связи, в соответствии с которым место рождения, пол, раса, внешний облик, психотип, продолжительность жизни, социальный статус человека и т. д. определяются результатами его прошлых жизней, произрастающими в данное существование. В русском языке понятию карма наиболее родственны слова: судьба, участь, жребий, доля, рок, предопределение.

В классической йоге различают три вида кармы: ФИЗИЧЕСКУЮ, или телесную, ВЕРБАЛЬНУЮ (выраженную словами) и МЕНТАЛЬНУЮ (деятельность сознания).

Это деление условное, потому что любая живая система, разделенная на части, нежизнеспособна.

Невозможно разъединить человека на части тела и отдельные органы, а потом вновь соединить их и оживить. Пока это никому не удавалось.

Человек, его личность – это не дом, построенный из одинаковых кирпичей, который можно разобрать, перевезти на новое место и снова собрать в первозданном виде. Живая, одухотворенная структура материи не подчиняется закону математики о перемене мест слагаемых и неизменной сумме.

Однако, несмотря на то что деление кармы на виды условно, оно имеет глубокий смысл. Это деление дает возможность работы над каждой из частей кармы, приводя всю ее сложную структуру в заданный Богом порядок, «повторяя линией своей судьбы почерк Божественной руки».

Мы вполне можем работать с каждым видом кармы по отдельности, изучая его внутренние законы и принципы взаимодействия с другими видами, подобно тому, как медики изучают

работу и функции каждого органа человеческого тела, не забывая при этом, что имеют дело с целой, неразделимой системой, вне которой каждый отдельно взятый орган нежизнеспособен.

Ступени йоги. Основные понятия, на которые мы будем опираться

Яма

Первой из восьми ступеней йоги является яма – великие этические заповеди, истинные для всех религий, народов и времен: *ненасилие* (ахимса), *правдивость* (сатья), *неворовство* (астея), *целомудрие* (брахмачарья), *нестяжательство* (апариграха). Несоблюдение заповедей порождает хаос, насилие, ложь, воровство и зависть. Корни этих зол кроются в чувствах алчности, вожделения и привязанности, приносящих людям лишь страдания и невежество.

Нияма

Нияма – правила индивидуального поведения. Патанджали перечисляет пять ниям: *чистота* (шауча), *удовлетворенность* (сантоша), *рвение* (тапас), *изучение Я* (свадхья) и *преданность Богу* (Ишвара Пранидхана).

Следует понимать, что достигнуть целей самосовершенствования и сорвать плоды медитаций невозможно, если не следовать моральным принципам. Поэтому до начала занятий необходимо очистить ум с помощью практики ямыниямы.

Асаны

Асана – это любая устойчивая, неподвижная поза. Использование практики асан укрепляет тело. Эта ступень йоги характеризуется снятием напряженности и медитацией.

Однако нужно понимать, что асаны – это не просто гимнастические упражнения, а позы, которые дают человеку здоровье и подвижность, снимают усталость, успокаивают нервы и способствуют концентрации ума. Асаны совершенствовались в течение веков так, чтобы воздействовать на каждый мускул, нерв и железу организма.

Выполняя асаны, человек подчиняет себе свое тело, делая его инструментом духа, и становится свободным от физических и умственных раздражений. Ни в коем случае нельзя пренебрегать нуждами тела, отрицать их или думать о них как о чем-то небожественном: отрицая свое тело, человек отрицает жизнь Вселенной. Потребности тела – это потребности Божественного Духа, который существует посредством тела.

Во время выполнения асан тело человека часто принимает положения, напоминающие позы различных существ. Как правило, асаны носят имена растений, животных, птиц, насекомых и животных, например: *дерево* (врикша), *лотос* (падма), *саранча* (шалабха), *скорпион* (вричика), *рыба* (матсия), *черепаха* (курма), *лягушка* (бхека), *крокодил* (накра), *петух* (кукута), *цапля* (бака), *павлин* (майюра), *лебедь* (хамса), *собака* (швана), *лошадь* (ватаяна), *верблюд* (уштра), *лев* (симха), *змея* (бхуджанга). Освоив асаны, человек перестает различать такие дуальности, как приобретение и потеря, победа и поражение, слава и позор, тело и ум, и переходит к пранаяме – четвертой ступени йоги.

Пранаяма

Пранаяма означает удлинение дыхания и контроль над ним, предполагающий управление всеми дыхательными функциями: *вдохом* (пурака), *выдохом* (речака) и *задержкой дыхания* (кумбхака). Однако не следует путать ее с чисто дыхательными упражнениями. «Прана» – это «жизненная сила», а «яма» – контроль, управление. Целью пранаямы является торможение беспокойства, суетливой деятельности ума.

Считается, что жизнь человека измеряется не количеством дней, а количеством дыханий, поэтому нужно соблюдать определенную схему ритма дыхания. Медленное и глубокое дыхание укрепляет дыхательную систему, успокаивает нервы и ослабляет желания, способствуя освобождению и концентрации ума.

Прежде чем делать попытки задержки дыхания, важно научиться правильному дыханию – медленному, глубокому и стабильному. Во время занятий пранаямой глаза нужно закрывать, чтобы ум не отвлекался на внешние объекты. Занятия желательно проводить под руководством опытного наставника, поскольку неправильной практикой можно вызвать серьезные нарушения в организме.

Пратьяхара

На этой ступени йоги человек учится осуществлять контроль над чувствами. Причины рабства и свободы людей заключены на самом деле в их уме. Ум, привязанный к объектам желаний, приносит рабство, отрешившись же от них, приносит освобождение. Когда все желания и страхи уничтожены, ум очищается.

Согласно индийской философии, сознание проявляется в трех разных качествах.

Для человека его жизнь и сознание вместе со всем Космосом – это воплощения одной и той же космической сущности, различающиеся по своему предназначению в зависимости от того, какое из *качеств* (гун) в них преобладает. Вот эти гуны.

1. *Саттва* (качество просветления, чистоты, добра), ведущая к ясности и умиротворенности.
2. *Раджас* (качество подвижности или деятельности), делающий человека активным и энергичным, страстным и своевольным.
3. *Тамас* (качество тьмы и косности), препятствующий и противодействующий стремлениям раджаса к труду и саттвы к просветлению.

Дхарана

Когда тело закалено *асанами*, ум очищен *пранаямой*, а чувства обузданы *пратьяхарой*, человек достигает шестой ступени йоги – дхараны, на которой он полностью сосредоточивается на одном объекте или задаче. Именно здесь и начинается настоящая йога. Для достижения такого состояния должен быть успокоен *ум* – инструмент, который оценивает и классифицирует *впечатления*. Чтобы хорошо воспользоваться умом, нужно знать, как он действует.

Состояния ума подразделяются на пять групп.

Первая – это состояние *кишипта*, когда ум находится в беспорядке и гоняется за объектами желаний. В этом случае преобладает раджогуна.

Вторая группа – состояние *викишипта*, когда ум взволнован и расстроен, а желания не контролируются.

Третья – это состояние *мудха*, в котором ум растерян и не знает, чего хочет. Здесь преобладает тамогуна.

Четвертое состояние – *экагра*, когда ум очень внимателен и ментальные способности сосредоточены на одном-единственном объекте. В этом случае преобладает саттвагуна. Человек такого типа отличается прекрасными интеллектуальными способностями, точно знает, чего хочет, и использует все свои силы для достижения своей цели. Однако зачастую, в погоне за желаемым, он не думает о последствиях и в результате страдает не только он сам, но и окружающие. Если чувства не находятся под контролем, ум ведет себя так же. Для сохранения умственного равновесия человеку типа *экагра* нужно научиться любить Бога. Этот человек не узнает счастья, пока не утратит ощущение «я».

Последнее ментальное состояние называется *нируддха*. В нем ум, интеллект и эго контролируются и направлены к Богу. Без сосредоточения на Боге невозможно постичь божествен-

ности внутри себя. Чтобы этого достичь, рекомендуется сосредоточение на звуке «аум» – символе Бога.

Дхьяна

Созерцая какой-либо объект, ум принимает его форму. Ум, сосредоточенный на любви к Богу, в конечном итоге преобразуется в Его подобие. Когда сосредоточение становится непрерывным, возникает состояние медитации, или дхьяны.

Тело, ум, дыхание, чувства и эго соединяются в объекте созерцания – *Вселенском Духе*. У человека, пребывающего в этом состоянии сознания, исчезают все чувства, кроме ощущения *Высшего Блаженства*.

Он видит *Свет*, сияющий в его собственном сердце, и становится *Светом* для других. Его ум спокоен и свободен от вожделений, а тело здорово. Человек становится воплощением смирения, посвящает себя Богу, находя в Нем убежище, и освобождается от *кармы*.

Во время медитации необходимо избегать борьбы с умом, так же как и усиленных попыток сосредоточиться. Не нужно сопротивляться или пытаться побороть нежелательные мысли – это лишь приводит к бесполезной деятельности и потере энергии. Лучше постараться стать безразличным свидетелем, взирающим на волнующую вас ситуацию со стороны, либо просто заменить тревожащие вас мысли на абстрактные, переключившись с материальных помыслов на духовные.

Самадхи

Вершиной медитации является состояние самадхи, в котором чувства и тело человека отдыхают, как во сне, а ум действует, как при бодрствовании.

У человека остается только переживание *Истины*, покоя и невыразимой радости. Словами невозможно описать состояние самадхи, его можно выразить лишь глубоким молчанием. Человек, достигший самадхи, расстался с материальным миром и погружен в *Вечность*.

Чтобы достичь самадхи, необходимо преодолеть пять немощей: невежество, эгоизм, симпатии, антипатии и привязанность к материальной жизни.

«Вкус» вашей судьбы

Хотя все три части кармы – неделимое целое, в каждом индивидуальном случае можно констатировать, что энергии одной из трех частей кармы у человека больше, чем двух других. Чтобы было легче это понять, представьте себе химический раствор, состоящий из трех компонентов, – скажем, из соли, сахара и соды. Компонентов всегда три, однако вкус раствора будет меняться в зависимости от того, в каких пропорциях они смешаны. Много сахара, щепотка соли и щепотка соды дадут один вкус, а много соли, много соды и чуть-чуть сахара – совершенно другой, правда? Так же и с кармой. Преобладание той или иной ее части придает судьбе определенный «вкус» и соответствующую направленность.

Преобладание физической части кармы

Физическая карма включает в себя все то, что касается тела. Ее параметры тесно связаны с параметрами человеческого организма – его ростом, весом, объемом, формой. Физическая карма зависит от строения мышц, подвижности суставов, состояния позвоночника, интенсивности процессов, протекающих внутри организма, – обмена веществ, кровяного давления, обновления клеток, гормонального фона. Сексуальность человека оказывает на физическую карму самое непосредственное воздействие. Половой потенциал составляет значительную часть энергетики физической части кармы.

Человек, у которого составляющая физической части кармы велика, активно использует свое тело и сексуальность для взаимодействия с окружающим миром. Вместо того чтобы оценить что-то умом, он, скорее всего, подключит свое тело и органы чувств – пощупает, посмотрит, понюхает, попробует. Такой человек не способен адаптироваться к существованию, в котором отсутствует физическая нагрузка. Любая работа, требующая усидчивости, где задействован только рациональный интеллект, способна свести такого человека с ума.

Преобладание физической части в кармическом «растворе» человека вовсе не означает, что такой человек примитивен, лишен интеллекта или не способен занять высокое положение на социальной лестнице. Однако для достижения жизненного успеха такой человек должен соблюдать одно непреложное условие – помнить о своей сущности. Пройдя путь от грузчика до генерального директора, он не должен забывать о том, что его тело нуждается в регулярных физических нагрузках. И пусть это уже не тяжелые коробки, а элитный спортзал или бассейн аквапарка. В любом случае не следует упускать из виду свои кармические потребности. Иначе, перестав следовать кармическим законам, такой человек будет страдать, болеть и в результате лишится достигнутого успеха.

Чемпион мира по фехтованию Станислав Д. после ухода из большого спорта работал тренером юношеской команды в детской спортивной школе.

Через год его как заслуженного спортсмена и талантливого тренера пригласили работать в спорткомитет на ответственную должность организатора международных соревнований. Теперь он сидел за столом в солидном кабинете, решал вопросы по телефону, вычерчивал графики и колонки с данными, а домой его возил личный шофер. Воодушевление Станислава, с азартом принявшегося за новую работу, спало уже через несколько месяцев. Впервые в жизни он почувствовал себя вялым и разбитым. Не понимая причин своего состояния, он даже заподозрил, что такую слабость могла породить только опасная болезнь. Станислав тщательно обследовался у разных специалистов, но все врачи в один голос утверждали, что он абсолютно здоров.

Именно этот диагноз («Никаких патологий, но сил совершенно не осталось...») и привел его ко мне на прием. С первых слов, с первого взгляда на Станислава было абсолютно ясно, что он человек преимущественно физической части кармы. Спортom увлекается с раннего детства («Минуты не мог усидеть на месте, все виды спорта прошел, пока не остановился на фехтовании...»). Работая тренером, он бегал и прыгал, скакал и плавал вместе со своими воспитанниками («Не на скамеечке же мне сидеть командовать, правда? Все – личным примером!»). С одной стороны, Станиславу вовсе не хотелось уходить с престижной работы («Там люди интересные, замыслы грандиозные. Жена довольна – с таким рвением мне рубашки наглаживает! Да и зарплата очень даже устраивает»). А с другой – ему кажется, что все его беды – недомогание и слабость – происходят именно от новой работы («Никогда раньше со мной такого не было!»).

Я познакомил Станислава с основными понятиями теории кармы, с принципами увеличения энергетического запаса и удержания энергии, и в том числе с той самой классификацией людей, о которой теперь рассказываю вам. Мой совет, как я потом узнал, Станислав оформил в виде плаката и повесил над своим креслом в кабинете. Привожу его дословно.

Чтобы чувствовать себя нормально и продвигаться к успеху, человеку с преобладанием физической части кармы необходима физическая нагрузка.

Если ты вынужден работать только головой, не забывай о мышцах – и жизнь наладится!

Второе предложение Станислав приписал уже от руки через некоторое время, когда его жизнь действительно наладилась. Начал он с того, что по выходным вместе с детьми стал пропадать в спортзале и бассейне. В будни, когда времени на занятия не было, он прибегал

к маленьким хитростям. Прежде всего, Станислав расстался с личным шофером, с работы и на работу ходил быстрым шагом. Телефоны у себя в офисе поставил в разных углах кабинета. Теперь он не сидел в кресле, а перебегал от одного телефонного аппарата к другому. Перестал пользоваться лифтом. К себе на девятый этаж поднимается только пешком. Что еще добавить? Чувствует себя превосходно, получил второе высшее образование – экономическое, занял пост заместителя начальника департамента...

Пример со Станиславом – это скорее пример умелой компенсации энергии, являющейся основной в структуре кармы. Но в жизни часто случается так, что человек, не понимая собственной природы и предназначения, ищет его в среде, совершенно ему чуждой. Так, например, мама неугомонного пятилетнего малыша, который и ходить-то не умеет – только бегает, стремясь как-то обуздать своего сорванца, отдает его в музыкальную школу. Там все дети тихие, спокойные, и ей хочется, чтобы ее малыш вырос таким же. И если такому ребенку не повезет, если его оттуда не выгонят за неуспеваемость, то со временем он притихнет и выучит нотную грамоту. Правда, скорее всего, испортит зрение и осанку, подорвет здоровье, станет апатичным и вялым. Именно такими «симптомами» жизнь порой дает нам знать, что мы движемся не в том направлении. Именно таким образом Бог останавливает человека на пути, по которому тот следует, и показывает, подталкивает, заставляя найти истинный свой путь следования по жизни. Для людей с преобладанием физической части кармы – это путь, связанный с нагрузкой на физическое тело, где будет работать то, что дано от Бога.

Еще раз повторю: было бы глубоким заблуждением считать, что люди с преобладанием физической части кармы могут заниматься исключительно теми видами деятельности, которые связаны с физическими нагрузками, и не способны ни к утонченному восприятию мира, ни к деятельности на интеллектуальном поприще. Эти люди могут достичь любых высот, если будут помнить о том, что основные энергетические запасы их кармы лежат в области тела и, следовательно, для их извлечения требуются определенные усилия в физической ее части.

Чтобы подтвердить это, приведу два весьма неординарных примера.

Король Греции Константин II Ольденбургский лишился трона в 1967 году после прихода к власти диктатуры «черных полковников». На сегодняшний день он знаменит не столько своими родственными связями с действующими монархами Европы, сколько тем, что стал обладателем золотой олимпийской медали. Король – профессиональный яхтсмен, специальный делегат Международного олимпийского комитета, активно борется за возвращение своих гражданских прав на родине.

А вот права румынского короля Михая I Гогенцоллерн-Зигмарингер больше никто не оспаривает. В 1997 году ему возвращено румынское гражданство. Сейчас ему больше 80 лет. Интересно, что на протяжении всей жизни он совмещал общественную деятельность с занятием... садоводством. Дело в том, что люди с преобладанием физической части кармы могут удовлетворить свои кармические потребности, полностью «загрузив» работу всех пяти органов чувств. Садоводство – один из лучших способов добиться этого. Человек работает руками и одновременно прислушивается к пению птиц, любит цветы, вдыхает их аромат, пробует на вкус плоды...

Преобладание вербальной части кармы

Вербальная карма связана прежде всего со словами. Слово, вербальный образ – ее основные составляющие. Все, что в жизни человека связано со словами, так или иначе влияет на вербальную карму. Процессы воспитания и образования, в значительной степени опирающи-

еся на речь, составляют вербальную карму человека. Вербальная карма весьма изменчива и постоянно находится в процессе «творения» – люди не могут обойтись без слов, а каждое слово влияет на их судьбу.

Человек с преобладанием вербальной части кармы всегда более изящен, истинен, легок в общении, эмоционален, а проявление эмоций требует включения всех трех частей кармы – физической (дыхание, сердцебиение, жест, мимика), вербальной (речь, голос) и ментальной (смысловой подтекст). Среди людей с преобладанием вербальной части кармы основную часть составляют женщины. Несмотря на приписываемую обычно прекрасному полу слабость, эта часть кармы более значимая, сильная и мощная, чем физическая часть.

Обратите внимание: там, где грубая физическая сила наталкивается на непреодолимое препятствие, дело может решить женщина, со свойственной ей мягкостью, эмоциональностью, легкостью в общении. Вот как Фабр Д'Оливе описывает влияние женщины в общинах наших предков.

«В воинствующем клане между двумя соперничающими воинами возникает ссора. Рас- свирепев, они собираются броситься друг на друга; нападение уже началось; в эту минуту женщина из их клана с распущенными волосами бросается между ними и разделяет их. Это – сестра одного и жена другого. Глаза ее мечут молнии, голос звучит властно. Она восклицает, и слова ее бьют, как молотом...»

Эмоции, властные интонации, смысловой контекст речи действуют умиротворяюще на физически сильных воинов, ослепленных ненавистью друг к другу, – такова сила вербальной части кармы. Такова полноценная женская сила, если женщина правильно определяет и развивает свой кармический потенциал.

Женщина воздействует на мир эмоциями и речью не потому, что обделена физической силой (существует немало женщин, которые не уступают в силе мужчинам), а просто потому, что именно такой способ существования (в вербальной части кармы) определен для нее природой.

В современном мире женщины довольно часто отходят от своей природы, забывая о мягкости, эмоциональности, изяществе, скромности (нужно отметить, что все эти качества определяют женскую сущность и являются функциями большей активности правого полушария). Именно тогда Бог (Природа) напоминает ей о том, что она выбрала неверный путь, и стремится возратить в лоно истинной женственности и вербальной части кармы. К сожалению, зачастую такое напоминание является женщине не только в виде «случайных» неприятностей и проблем, но и в виде вполне конкретных гинекологических заболеваний¹.

При деформации естественных женских устремлений (оттока энергии из вербальной части кармы) меняется внутренний гормональный фон: уменьшается выработка эстрогена и увеличивается производство тестостерона, поскольку активизируется левое полушарие головного мозга. Та же причина – отход от гендерной роли, от источника «мужской» энергии – способствует развитию и мужских заболеваний. В соответствии с этим становится понятным принцип лечения импотенции – активизация работы правого полушария головного мозга. Мужчина должен анализировать, творить, думать, планировать и т. д. Насыщенная творческая жизнь усиливает половую функцию и продлевает способность к полноценной половой жизни до глубокой старости. Широко рекламируемая «виагра» и подобные ей средства только отнимают у мужчины его природную силу и довольно быстро превращают его в необратимо больного человека как телесно, так и психически.

¹ Гинекология – в переводе с греческого означает «женщина», «род», «слово». Если объединить все три этих значения, получится – «родильный дом слова», то есть вербальная часть кармы. Чаще всего гинекологические заболевания связаны не с физической частью кармы (тело, секс), а с вербальной (эмоции, слова). Поэтому и лечение таких заболеваний нужно начинать с тренинга вербальной части кармы. На индивидуальных приемах моим ученицам удастся избавиться от многочисленных сопутствующих заболеваний, в том числе и гинекологических.

Если в кармическом «растворе» человека преобладает вербальная часть кармы, его жизненный путь должен быть связан со словом, общением, пением, эмоциями. В этих видах деятельности у такого человека очевидны явные преимущества перед другими людьми.

Преобладание ментальной части кармы

Если люди с преобладанием вербальной части кармы живут по большей части сердцем, то представители человечества, у которых преобладает ментальная часть кармы, живут исключительно умом. Их конек – логика, анализ, знание. Они обладают реальной властью над собой, основанной на собственной воле, знают цену всему на свете (приравнивают все к деньгам), обладают социальной зависимостью.

Несчастье этих людей прекрасно описано Грибоедовым и очень точно им названо – горе от ума. Они пытаются все контролировать разумом, даже некоторые функции своего организма – питание, секс, сон, отдых, дыхание. Следуя своему предназначению, такие люди часто становятся учеными. Именно человек с преобладанием ментальной части кармы может быть заслуженным деятелем наук, обладать многочисленными знаниями о мире, охватывать умом непостижимо сложные законы природы и при всем при этом находиться под «каблуком» у собственной жены, не имея дома никаких прав. Реальная жизнь для таких людей слишком нелогична, эмоции и чувства окружающих им непонятны, потому что не укладываются в привычные им причинно-следственные связи. Повседневная жизнь представляется им сумасшествием, хаосом и заставляет страдать каждый раз при столкновении с ней.

Другим ярким примером может служить обращение Эйнштейна (человека, у которого преобладала ментальная часть кармы) с одной из своих жен. Он составил для нее список разрешенных действий, из которого следовало, что она должна вовремя подавать на стол еду, не разговаривать с ним, пока он того не позволит, не подниматься к нему в рабочий кабинет и пр. Возмущенная женщина (представитель вербальной части кармы) через короткое время покинула великого ученого, требовавшего от нее невозможного – жить в ментальной части кармы. Этот случай выдает и другое весьма распространенное качество людей с преобладанием ментальной части кармы – гордость. Если их интеллектуальные способности достаточно велики, они полагают, что превыше ума нет ничего на свете. Такая гордость – основа гордыни и как следствие – причина многочисленных заболеваний.

Поскольку люди с преобладанием ментальной части кармы склонны к анализу и контролю, то они вполне могут прийти к выводу, что для гармоничного развития им необходимо также развивать собственный физический и вербальный планы.

Понимание само по себе прекрасно, но вот реализация его – активная работа с физическим и вербальным планом – может стать излишней дополнительной нагрузкой для ума.

Более предпочтительным вариантом является случай, когда человек ментально понимает, что необходимо устранить контроль за физической и вербальной составляющими своего бытия и на каждом из этих уровней дать возможность проявлению естественных потребностей. Он вполне может реализовать этот вариант, контролируя умом общую картину жизни, а не отдельные ее функции.

Кто хозяин вашей судьбы?

Ко мне на прием обращалось в разное время множество людей, чьи необдуманные и неосознанные поступки плачевно сказывались на состоянии их тела и психики.

Мне это было настолько же очевидно, насколько им – удивительно, ведь сами они считали, что живут «как все», считая досадным недоразумением тот факт, что болезнь поразила именно их.

Тогда я спрашивал: «Кто или что руководит вами в ваших действиях? Кто выбрал, например, эту специальность, по которой вы работаете, именно этого спутника жизни? Кто вообще ваш хозяин?»

Почти все варианты ответов, которые я слушал, укладываются в одну формулу. Люди отвечали так: «Все это я сделал и выбрал сам».

Но если все в своей жизни человек выбирает сам, кто или что ввергает его в болезненное несчастливое состояние? Для своих учеников я формулирую вопрос так: «Насколько я понимаю, вы стремитесь к здоровью, счастью и, чего греха таить, к богатству. Так что же вам мешает? Скажите, кто или что за сила помешала вам достичь всего этого?» Ответ типичен и короткий: «Не знаю».

Поскольку эта книга не имеет противопоказаний и предназначена для всех, то есть, с одной стороны, для тех, кто болен, несчастен, одинок и считает себя «прозябающим в нищете», затрудняясь ответить на вопрос, что за силы мешают ему преодолеть такое положение, а с другой стороны, для здоровых, счастливых и богатых, но не понимающих, что им помогло достичь такого положения, и стремящихся к большему, я постараюсь осветить законы, влияющие на формирование человеческой судьбы, максимально просто и ясно. Я постараюсь сделать так, чтобы любой из читателей, для которого эта информация представляется важной, смог понять и осознать изложенное, независимо от степени своего образования, личного опыта и материального положения.

Если человек не знает, что сломало его судьбу, это означает, что он не знает, кто руководит его судьбой, кто является его истинным хозяином и начальником. А невежество всегда порождает болезни и нищету. Закон, который оказывает влияние на всех и каждого, это ЗАКОН КАРМЫ. Способ его постижения – практика.

Семь видов кармических энергий

Общая картина структуры энергоинформационного поля шире, чем классические представления йоги. Вместо трех составляющих – ФИЗИЧЕСКОЙ, ВЕРБАЛЬНОЙ и МЕНТАЛЬНОЙ КАРМЫ – здесь присутствуют семь видов (планов) кармических энергий. Это:

- ✓ физическая энергия,
- ✓ половая энергия,
- ✓ энергия материального положения (денег),
- ✓ психоэмоциональная энергия,
- ✓ энергия знаний (информации),
- ✓ энергия власти (дисциплины, организации),
- ✓ духовная энергия.

Прежде чем мы подробно рассмотрим все семь видов кармических эманаций, предлагаю вам провести небольшой эксперимент, который поможет вам лучше осознать собственный кармический потенциал и выявить адекватность вашей оценки наличия у себя того или иного вида энергии.

Нарисуйте на листе бумаги семь цилиндров. Представьте себе, что это емкости, и наполняйте их энергией настолько, насколько считаете, что данный ее вид присутствует в структуре вашего энергоинформационного поля. Первый резервуар заполните физической энергией. Считаете, что у вас ее 50 %, – заполните резервуар наполовину. Считаете, что 20 %, – заполните на пятую часть. И так далее с каждым видом энергии в том порядке, в котором я их перечислил.

Картина станет более наглядной, если вместо нарисованных цилиндров вы поставите перед собой семь стаканов и нальете в них столько воды, сколько, по вашему мнению, у вас той или иной энергии.

А теперь я познакомлю вас с разными видами энергии. Читая о каждом из них, вы, возможно, поймете, что неправильно заполнили резервуары на схеме с первой попытки, и скорректируете свои первоначальные представления о собственном энергетическом потенциале. Поэтому проведите новую линию уровня наполнения энергией на той же схеме, но пунктиром.

Физическая энергия

Физическая энергия отражает общее состояние организма. Поэтому в основе ее лежит прежде всего здоровье: прекрасное состояние позвоночника, гибкость и подвижность суставов, нормальная работа желудочно-кишечного тракта, сердечно-сосудистой, нервной и других систем организма. Физическая энергия также включает полноценное развитие и функционирование пяти органов чувств: зрения, слуха, обоняния, вкуса и осязания.

Определяя уровень своей физической энергии, вы должны обязательно учитывать состояние вашего здоровья и физический потенциал. К состоянию здоровья, кроме отсутствия каких-либо заболеваний и жалоб, нужно отнести и различные медицинские показатели. Давление, пульс, частота дыхания не должны далеко уходить от нормы. Что касается физического потенциала, то он напрямую зависит от того, даете ли вы какую-нибудь нагрузку (да не для утомления, а для развития!) своему телу или нет. Проверить его весьма легко. Попробуйте выполнить следующие простые упражнения.

1. Сделайте мостик. По крайней мере попробуйте его сделать. Необязательно выполнять его из положения стоя, выполните хотя бы из позиции лежа. Проверьте, на что вы способны, насколько гибок ваш позвоночник.

2. С помощью левой руки коснитесь большим пальцем правой руки правого запястья. Затем то же проделайте с левой рукой.

Получается? Одной рукой получается лучше, чем другой? А это потому, что гибкость сустава левой руки отражает энергетический потенциал правого полушария, свидетельствуя о том, насколько у человека развито воображение и способность творчески решать свои проблемы. Гибкость сустава правой руки отражает энергетический потенциал левого полушария и наглядно свидетельствует, насколько вы организованны, дисциплинированы и в ладах с логикой.

Если вам удалось проделать эти два упражнения (и при этом вы здоровы), можете заполнить свой сосуд физической энергии на 100 %.

Половая энергия

Одной из важных составляющих информационно-энергетической структуры человека является половая энергия.

Всего выделяется три типа (формы) пола, носитель каждого из которых обладает соответствующим потенциалом половой энергии: инфрапол, нормопол и супрапол.

К инфраполлу относятся люди со слабым сексуальным потенциалом. К сожалению, в современном мире инфрапол составляет приблизительно 90 % населения. Основным признаком, по которому можно легко узнать представителя инфрапола, – плохое (анатомически) развитие вторичных половых признаков. К инфраполлу можно отнести, например, женщин, у которых плохо развиты молочные железы, мужчин с широким тазом и отсутствием роста бороды и усов. Когда признаки одного пола появляются у другого, можно смело говорить о низкой половой энергии данного человека.

К показателям, определяющим принадлежность к инфраполлу, можно отнести также различные половые отклонения, которые часто сопровождают анатомические: стремление к однополной любви (даже подсознательное), импотенцию, фригидность. Любой из этих показателей свидетельствует в пользу принадлежности человека к инфраполлу.

Психологическое отношение к сексу у представителей инфрапола находится строго на одном из двух полюсов (минуя золотую середину) – это либо полное отрицание всего, связанного с сексуальностью, отношение к сексу как к греховному, грязному и недостойному занятию, либо разнузданность, страсть к порнографии, извращениям. Странно? Ничуть. Ведь для вступления в сексуальный контакт нормальному человеку нужна только собственная половая энергия, а вот представитель инфрапола, не обладающий такой энергией, не брезгует никакими средствами, возбуждающими его невысокую потенцию.

Принадлежность к инфраполлу порождает у человека определенные психологические черты, по которым можно совершенно точно определить наличие или отсутствие у него половой энергии. Представители инфрапола, как правило, во всех своих бедах стремятся обвинить кого-нибудь. Им просто необходимо доказать самим себе, что они тут ни при чем, что виноват другой человек, случай, стечение обстоятельств, погода или черная кошка, перебежавшая дорогу. А претензий к внешнему миру у них обычно «воз и маленькая тележка».

Точно так же, как они не получают удовольствия от сексуальной близости, они не получают удовольствия и от жизни в целом. И все-то им не в радость, и от всего-то они устают. Работа для них – тяжелое бремя, семья – обуза, любовь – постылая обязанность. А все потому, что представители инфрапола постоянно теряют энергию. У них ее изначально слишком мало. Нечего отложить на «черный день», нечего сублимировать (перевести) в другое русло жизни.

Кроме того, инфрапол чувствует постоянную угрозу со стороны нормопола и супрапола. Люди с нормальной половой энергетикой неосознанно воспринимаются инфраполлом как потенциальная угроза. Так, маленький, тщедушный и слабый человек (энергетическая сла-

бость) инстинктивно испытывает страх перед большим и сильным (энергетически сильным). Этот страх вызывает у представителей инфрапола стремление навязать людям с нормальной энергетикой свои взгляды, принципы, законы. И эти неписанные законы представители инфрапола будут отстаивать с пеной у рта. Это тоже один из критериев, по которым можно опознать носителя низкой половой энергии.

Разумеется, признаться себе в том, что у тебя низкий уровень половой энергии, нелегко. Но сделать это необходимо!

Гораздо хуже, если представитель инфрапола, неверно оценив свои энергетические возможности, берется за выполнение сложных упражнений (особенно энергетических) или за решение непосильных творческих или духовных задач. Он очень быстро почувствует потерю энергии и прекратит занятия на том основании, что они ему вредят. Такой человек обречен на болезни. Я не говорю уже о том, что ему недоступны ни духовный рост, ни самосовершенствование.

Но если у вас все-таки хватит мужества посмотреть правде в глаза, реально оценивая свой энергетический уровень (хотя бы по показателю частой «утечки энергии») как низкий, то ваше развитие должно быть направлено на то, чтобы перейти в нормопол. Вы можете использовать упражнения из моих книг, но, разумеется, вам придется больше времени уделять занятиям, пока вы не накопите достаточно энергии для перехода в нормопол. Поэтому не спешите – для коррекции кармы вам потребуется больше времени. Самым лучшим вариантом для вас будут занятия под руководством Мастера.

К нормополу относятся люди с нормально развитыми первичными и вторичными половыми признаками, а следовательно, с нормальной, гармоничной психикой.

Если представителей инфрапола половой контакт начисто лишает энергии, то представители нормопола, напротив, испытывают ее прилив после сексуальных взаимодействий. Они, как правило, не считают секс занятием грязным и недостойным, а относятся к нему как к естественной человеческой потребности, в которой нет ничего постыдного.

У представителя нормопола достаточно энергии, чтобы жить и работать, но все-таки для того, чтобы работать над своей кармой, необходима дополнительная энергетическая подпитка. Затраты энергии нужно восстанавливать, хотя у представителей нормопола уже намечается способность сублимировать энергию, то есть направлять излишки энергии в другие области жизни, например на развитие, творчество, самосовершенствование.

Представители нормопола реально смотрят на жизнь и не ищут повсюду виноватых, если что-то у них идет не так. Они не навязывают своих взглядов окружающим, не доказывают оголтело всем и каждому свою правоту. Особенностью нормопола является способность нести ответственность за собственные неприятности и переживания. Представитель нормопола не будет винить в своих затруднениях кого-то другого – начальство, правительство, социальный строй и т. д.

В отличие от представителей инфрапола, которые любят не реального человека, а придуманный образ (часто не соответствующий человеку), представители нормопола, наоборот, склонны идеализировать своих возлюбленных. Но и они часто терпят неудачу в любви, потому что вступают в близкие отношения с представителями инфрапола, что губительно сказывается на их здоровье и психологическом облике.

Выход один – ищите равного!

Энергетически равноценный сексуальный партнер – лучшее лекарство от многочисленных недугов. И помните, что вероятность случайной встречи двух представителей нормопола в нашем обществе составляет всего 1 %!

Человек, принадлежащий к супраполу, имеет возможность заниматься своим развитием за счет сублимации излишков энергии. Супрапол – это носители высокого уровня половой энергии.

Только представитель супрапола может без специальной подготовки заниматься собственным развитием.

Пример этому – высокий духовный подвиг святых отшельников, который в том и состоял, что они отказались от мира и плотских ощущений, имея огромный потенциал энергии, чтобы воспользоваться им для духовного самосовершенствования.

Несмотря на колоссальную половую энергию, именно представители супрапола способны на длительные отношения с партнером. А вот донжуанство или просто стремление к частой смене партнеров – черта инфрапола. Именно представитель инфрапола – это тот из супругов, который, обвиняя свою вторую половину в не сложившихся отношениях, требует развода. В этом сказывается страх представителя инфрапола перед длительными отношениями, в которых отсутствуют необходимые ощущения. Не правда ли, было бы невыносимо вкушать пищу, если бы вы не чувствовали ее запаха и вкуса и к тому же не испытывали бы чувства насыщения ею? Вот и представители инфрапола бегут от не удовлетворяющего их «безвкусного» секса в поисках новых возможностей. Однако вкуса и удовлетворения им отыскать не дано. Тогда как представитель супрапола способен найти удовлетворение и испытать всю гамму ощущений удовольствия с одним-единственным партнером.

Поскольку представитель супрапола имеет возможность сублимировать энергию, сексуальные взаимоотношения могут и не занимать в его жизни значительного места, при условии, что большие порции сублимированной энергии тратятся на духовную работу и развитие. Практика аскезы, например, приводит к полному прекращению сексуальных отношений, но при этом уровень половой энергии человека остается достаточно высоким.

Уровень половой энергии считается достаточным, если человек способен в интимных отношениях в течение двух часов достигать состояния оргазма (оргастическое плато).

Энергия материального положения (денег)

С этим видом энергии разобраться проще всего. Определяя уровень своей энергии материального положения (денег), нужно принять во внимание наличие хорошей, удобной квартиры, машины, уровень заработной платы и т. д.

Если быть более точным, то обладающим средней (достаточной) энергией материального положения (денег) считается человек, доход которого составляет приблизительно 3000 долларов в месяц.

Энергия денег стоит выше двух уже перечисленных видов энергий. Человек, обладающий высокой энергией денег, – это, прежде всего, человек, способный прокормить десять человек. Если у него много детей, то и зарплата, соответственно, будет такой, чтобы на всех хватило. И не просто хватило, чтобы не умереть с голоду, а хватило, чтобы жить по-человечески.

Известный всему Омску бизнесмен Николай Иванович К. некоторое время назад баллотировался на выборах в городскую думу. Несмотря на то что его соперники пускали в ход всевозможные «грязные» методы, после вскрытия урны для голосования и подсчета голосов члены избирательной комиссии разом рассмеялись. Все голоса по их участку были отданы Николаю Ивановичу.

Такое случается редко. Но хочется сказать по-другому: редко – но все-таки случается! Когда назойливые журналисты пытались расспросить жителей этого участка, почему же они проголосовали за К., люди только пожимали плечами: «Да ведь и так понятно!» Соперники Николая Ивановича ходили к избирателям не с пустыми руками. Каждому из рук в руки – килограмм телячьей вырезки, а желающим – еще и сто граммов водки. И вот те на: люди мясо брали, водку пили, а проголосовали за К. А ведь Николай Иванович вовсе не мастер по части словесных дебатов и агитации, да и почти ни одного его плаката в районе не висело.

Однако результат налицо. Чтобы разобраться в феномене К., стоит сначала взглянуть на него. Огромный сорокалетний мужчина с широкой грудью. Держится прямо. Ходит уверенно, каждый шаг словно припечатывает к земле. Знакомому мужчине всегда подаст руку первым, женщине приветливо улыбнется. Семья у него крепкая: жена красавица, сын шестиклассник и дочка почти невеста.

Когда-то Николай Иванович работал на заводе старшим механиком. Но вот на заводе перестали выплачивать деньги в связи с кризисом. Пока все на демонстрации ходили, Николай Иванович уволился и обошел весь город в поисках работы. Время тогда было сложное, а город не столь большой. Нигде его опыт не пригодился. Тогда решил он собственное дело открыть. И как его ни пугали рэкетирами, налогами, инспекциями, никого не послушал – открыл. Через шесть месяцев вся округа ходила в куртках, которые он шил лучше, чем китайцы, у которых он учился.

«Не мог я время терять на демонстрации. Люся тогда как раз только-только сыночка родила... Такая радость! Не буду же я ей объяснять, что у меня на заводе руководство никомушнее. Ей это не нужно. Ей молоко нужно, творог, ну и прочее...»

Еще через несколько месяцев Николай Иванович пригласил пятерых ребят из своей бывшей бригады, которые все еще без работы ходили. Посадил за швейные машинки, а сам стал заниматься расширением дела. Два года спустя в городе заработала фабрика по пошиву верхней одежды, где уже не только куртки дешевые по китайским образцам шили, но и модные модели для столицы. Фабрика славилась не только своими изделиями, но и хором. Была у Николая Ивановича тайная страсть – петь любил. Много песен знал, часто пели их по праздникам. А потом при фабрике образовался небольшой ансамбль. Но желающих было столько, что решили организовать большой хор. После этого вакантных мест на фабрике лет семь не было. Разве что на время, если кто из работников в декрет уйдет.

Теперь Николай Иванович кормил уже человек триста, но и на этом не успокоился.

«Стариков жалко стало, – рассказывает он. – Они на заводе по сорок пять лет оттрубили. Не переучиваться же им в пятьдесят восемь, скажем. К тому же мастера они – первый класс. Сейчас таких не выпускают».

И пошел директор фабрики К. по местным властям, даже в Москву один раз наведился. В результате открыли завод. Люди снова к станкам встали.

А Николай Иванович возглавил совет. Сейчас модернизацией производства занят, поэтому жалко ему было время тратить на «агитационную борьбу». Да и что нового он мог бы сказать людям? Они и так про него все знают.

Этот пример характеризует человека, у которого энергия материального положения гармонично совмещена с другими, более низкими видами энергий: физической и половой. А вот когда он перешел к организации собственного дела, когда начал восстанавливать завод, здесь уже одной энергии денег мало. Нужны более высокие виды энергий, с которыми вы сейчас и познакомитесь.

Психоэмоциональная энергия

О высокой энергии этого уровня свидетельствует развитие эмоциональной сферы – разнообразие и глубина эмоций, накал страстей, сила желаний. Воля, слабая или сильная, дает возможность человеку использовать этот вид энергии целенаправленно.

Низкий уровень психоэмоциональной энергии делает человека равнодушным или трусливым, он ничего не хочет или боится себе позволить захотеть, ничто в жизни его не волнует, ничто не в состоянии вывести его из спячки. Страх делает его сдержанным, он говорит и сме-

ется тише других, никогда не занимает руководящих постов, боясь ответственности и не имея честолюбия.

Однообразие эмоций, когда человек, например, все время жалуется, все время хнычет или даже все время смеется там где надо и не надо, также говорит о низком уровне данного вида энергии.

Психоэмоциональная энергия – это энергия более высокого порядка, чем физическая и половая, чем энергия денег. Обладая этой энергией в достаточной степени, человек может «покрыть» недостаток энергий более низких уровней.

Так, например, в тюрьме среди заключенных главарем часто становится человек, который и в физическом смысле чуть ли не слабее остальных, и вовсе не является половым гигантом. Почему? Потому что имеет мощный потенциал психоэмоциональной энергии.

Роли таких главарей замечательно удаются артисту Армену Джигарханяну. Вспомнить хотя бы известный фильм «Место встречи изменить нельзя», где он играет калеку-горбуна, который в ежовых рукавицах держит группу разнузданных бандитов – в том числе и за счет огромного превосходства в уровне психоэмоциональной энергии.

Эмоция – внешнее выражение внутреннего очага возбуждения. Если связи работают хорошо, то возбуждение быстро передается на мимику человека, меняет его голос, накладывает отпечаток на жесты.

Когда эти связи работают быстро и четко и при этом человек волевыми усилиями не препятствует их работе (то есть не пытается сдерживать свои эмоции), то идет накопление психоэмоциональной энергии, которое позитивно сказывается на здоровье.

А вот когда человек постоянно сдерживает себя, изображает вовсе не те эмоции, которые испытывает на самом деле, пытается «пригасить» собственные эмоциональные проявления, здоровье может пошатнуться.

Когда человек сразу и искренне выражает свои эмоции, он похож на ребенка. Но возможно и другое здоровое проявление эмоций, когда они поднимаются на уровень сознания. Естественная первая реакция любого человека на критику, обличение – негативная эмоция (от легкой грусти до яростного гнева). Сдерживая ее, человек наносит вред своему здоровью (особенно сдерживая сильную эмоцию гнева). Выражая ее в первоначальном виде, он не вредит здоровью, но может нарушить свое социальное поле – повредить отношениям с людьми. Но если эмоция (пусть даже это первоначально эмоция гнева) достигла уровня сознания, человек испытывает нечто вроде озарения: приходит понимание случившегося, и эмоция меняет свою окраску.

Уровень психоэмоциональной энергии можно считать достаточным, если уголки губ человека направлены вверх, а не вниз, и если он гораздо чаще радуется, чем предается печали.

Энергия знаний (информации)

Владеть информацией (знаниями) – означает возможность овладения и другими видами энергии: физической, половой, материального положения, психоэмоциональной.

Если человек обладает высшим знанием (например, знанием пути, эзотерическими знаниями и т. д.), то он всегда сможет с помощью различных упражнений, методов и средств поправить свое здоровье и развить у себя достаточно высокий уровень физической энергии. Если он обладает иными специальными знаниями, скажем по одной из отраслей науки, то может заработать много денег и обратиться к лучшим врачам, приобрести лучшие препараты и медикаменты.

Разумеется, речь в данном случае идет о подлинном владении энергией знаний, то есть человек должен быть профессионалом в своей области, владеть не каким-то произвольным

набором знаний, а полным (насколько это возможно на сегодняшний день) объемом знаний в избранной области.

Решая, насколько вы владеете энергией знаний, прежде всего ответьте себе честно на вопросы о собственном образовании. Начните со школы. Окончили полную школу? Это плюс. А можете сейчас решить задачку по математике за девятый класс? Теорему по геометрии за восьмой доказать? Составить химическое уравнение? Рассказать что-нибудь о произведениях Достоевского, Толстого, Гоголя? Назвать основные исторические даты? Можете? Прекрасно! Нет? Тогда вы явно владеете энергией знаний не на 100 %.

Идем дальше. Закончилось ли на этом ваше образование? Если да, то сами определите свой уровень. Если вы окончили еще и среднее или высшее учебное заведение, то подумайте о том, много ли вынесли из стен вуза (техникума, училища) и пригодилось ли вам в работе то, что вы вынесли? Испытываете ли вы в настоящий момент недостаток знаний в той области, в которой работаете? Повышаете ли периодически свою квалификацию? Можете ли назвать себя асом в своей профессии?

Думаю, честно ответив на все вопросы, вы сможете адекватно определить собственный уровень энергии знаний.

Век высоких технологий выдвинул на первый план не просто мастеров и специалистов, а в первую очередь людей, владеющих ноу-хау, что в переводе означает «знаю как».

С помощью энергии денег Николай Иванович – герой предыдущего рассказа – мог бы выкупить завод, приобрести новые станки, пригласить ведущих специалистов отрасли, в конце концов, сделать отличный ремонт во всех бытовых помещениях. Но всего этого было бы мало для того, чтобы завод заработал. Да не просто заработал, а и не развалился бы снова в самое ближайшее время. Чтобы дело пошло, чтобы развивалось и приносило прибыль, нужно знать, с какой стороны, то есть как, к нему приступить, как вести дела, как использовать прибыль и т. д. Без энергии знаний здесь не обойтись, как не обойтись и без следующего вида энергии, о которой сейчас пойдет речь.

Энергия власти (организационная энергия)

Способность человека успешно управлять какой-либо структурой (производственной, социальной, политической и другими) говорит о том, что у него высокий уровень энергии власти.

Если вы являетесь директором процветающей фирмы, крупной компании или корпорации, если вы депутат Думы или местных советов, руководите социальной организацией и т. п., то, конечно, уровень энергии власти у вас достаточно высок.

Но как определить его всем остальным? Проведите «инвентаризацию» своей жизни. Вспомните людей, на которых распространяется ваше влияние. Это может быть, например, супруг (супруга). Решите для себя, насколько вы имеете на него (на нее) влияние. Насколько он прислушивается к вашим советам? Кто чаще побеждает в споре? К какому решению вы приходите чаще всего сообща: к тому, которое предложили вы, или к тому, которое предложил он (она)?

Если у вас есть дети, определите, какое влияние вы на них оказываете. Честно обозначьте все области, где ваше влияние значимо и где – нет. Входили ли вы когда-нибудь в состав родительского комитета? Оказывали ли помощь школе в организации экскурсий, проведении ремонта и т. д.? С той же точки зрения можете оценить свое влияние на коллег по работе, родственников, друзей.

Теперь – ваша должность. Много ли от вас зависит? На скольких людей вы можете оказать влияние со своего места? Случалось ли вам когда-нибудь организовывать какие-нибудь мероприятия для сотрудников?

Энергией власти обладает человек, который может обеспечить энергией материального положения кроме себя еще десять человек – так, чтобы все они обладали этой энергией на среднем уровне. (3000 долларов × × 11 человек = 33 000 долларов – это его средний заработок.)

Думаю, в ваш «экспериментальный стакан» накапало (или утекло) уже достаточно энергии власти и вы прочитали новый, уточненный уровень.

Духовная энергия

Духовная энергия – высший вид энергии, способный давать власть над всеми вышеперечисленными видами энергий, начиная с физической и заканчивая организационной.

Яркие примеры носителей энергии высшего плана дает Библия. Иисус, например, имея в своем распоряжении колоссальную духовную энергию, мог накормить пять тысяч человек (энергия материального положения), исцелять и даже воскрешать из мертвых (физическая энергия, психоэмоциональная энергия), учить и предвидеть будущее (энергия знаний).

Святые старцы, отшельники, много лет прожившие в пустыне, используя исключительно духовную энергию, могли поддерживать на необходимом уровне все другие виды энергии. Не занимаясь физическими упражнениями (земные поклоны вряд ли могут заменить гимнастику), питаясь только черствыми кусочками хлеба и сырой водой, они даже в преклонные годы имели высокий уровень физической энергии, не болели, сохраняли все зубы, двигались бодро. Энергия власти у них была настолько высока, что к их мнению и проповедям прислушивались даже венценосные особы. Энергия материального положения давала им возможность в нужное время получать и пищу, и все прочее, что было необходимо для поддержания жизни. Энергия знаний пополнялась за счет Божественных озарений (духовной энергии), ибо не было у них в течение многих лет ни одного собеседника, кроме Бога.

Но Иисус и святые – это уникалы. Всем нам далеко до них. Когда человек не задает вопросов другим людям и при этом обладает высоким кармическим потенциалом, можно считать, что он обладает средним уровнем духовной энергии.

Посмотрите теперь на свою схему. Если последний сосуд с духовной энергией заполнен у вас более, чем другие, то значит, вы должны быть здоровы и физически развиты (физическая энергия), принадлежать к супраполу (обладать высокой половой энергией), не знать недостатка в средствах (энергия денег), не испытывать проблем в психоэмоциональной сфере (психоэмоциональная энергия), обладать глубокими знаниями (энергия знаний) и быть человеком влиятельным (энергия власти).

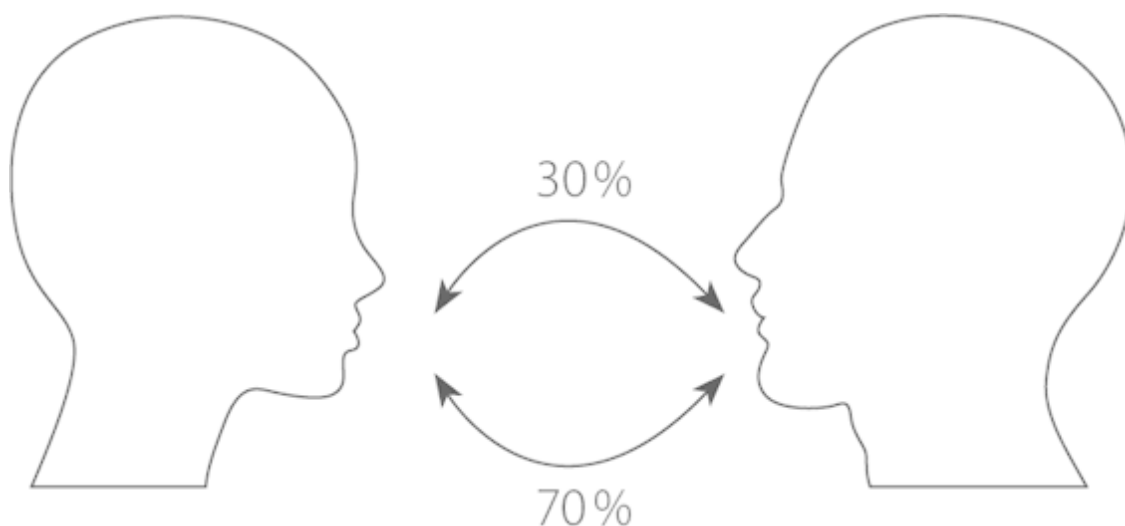
Если одного из перечисленных видов энергии вам в настоящее время недостает, то за счет высокой духовной энергии вы легко способны восполнить этот недостаток и знаете, как это сделать. Ваш портрет? Нет? Тогда скорректируйте свои взгляды и проведите в своем экспериментальном стакане новую линию пунктиром.

Законы общения

Чем бы вы ни занимались, возможность достижения успеха или реализации целей определяется на уровне межличностных отношений. О чем бы ни шла речь: о личной жизни, профессиональной деятельности, досуге и развлечениях – мы всегда подразумеваем отношения с окружающими людьми.

Да, вокруг нас люди – это неоспоримый факт, и мы зависим от их отношения к нам – это еще один факт.

В сферах профессионального и личного общения слишком много времени тратится на бессмысленную борьбу за власть, осуществление планов, выстроенных людьми, некомпетентными в данных вопросах, да и просто на пустое препирательство. Так происходит потому, что большинство людей не представляют себе, как на самом деле устроено общение, не постигают его механизма. Рисунок ниже раскрывает суть общения и срывает покровы тайн.



Итак, мы можем видеть, что во время любого разговора создается так называемое «кольцо общения», на 30 % состоящее из озвученной логической информации и на 70 % – из невербальной, то есть непроговариваемой вслух.

К этим 70 % следует отнести эмоциональное сопровождение общения, звучание голоса, запахи и более тонкие энергетические впечатления.

Из этого перечня невербальных источников информации более всего поддается оценке голос как наиболее осязаемый фактор общения. Оценивая звучание голоса по приведенным ниже параметрам, вы можете судить об искренности или лживости говорящего.

Параметры звучания голоса и речи:

- ✓ высота голоса;
- ✓ сила голоса;
- ✓ разборчивость речи;
- ✓ выговор/диалект;
- ✓ модуляция голоса;
- ✓ скорость речи;
- ✓ темпоритмика речи;
- ✓ характер смеха;
- ✓ характер крика.

Обращая внимание на 30 % логической информации и упуская из вида гораздо более «говорящие» 70 %, мы совершаем ошибки в оценке общения и запутываемся все больше и больше.

В главе, посвященной распознаванию лжи, мы поговорим об этих невербальных составляющих нашего общения более подробно.

Психология человека

Тут надо знать вот что. Логика или мотивация, то есть внутренняя движущая сила поступков людей, зависит от состояния их сознания. Таких состояний выделяют три вида: *сон*, *бодрствование* и *осознанность*. Казалось бы, бодрствование явно отличается от состояния сна, но главным образом тем, что человек действует, говорит, а не лежит в кровати. Однако сознание подавляющего большинства людей в состоянии бодрствования продолжает спать, иначе говоря, зависит от внешних и внутренних обстоятельств. Обстоятельства меняются, и тут же меняется поведение человека: его поступки, решения, мнения и т. п. Именно поэтому мы и говорим о том, что состояний сознания три: *сон*, *механистическое состояние* (абсолютная зависимость от обстоятельств) и *осознанность*.

В механистическом состоянии цель всех поступков человека – получение наслаждений, власти и денег. И это отнюдь не научное открытие последних лет. В религиозных учениях эти мотивации издавна известны под названиями «сладостлюбие», «гордыня» и «сребролюбие». Так что природа человека за века не изменилась, поменялись лишь слова.

Проверить это утверждение довольно просто, надо лишь внимательно понаблюдать за собой. С желанием насладиться едой, комфортом отдыха, интимными отношениями и стремлением иметь много денег вы разберетесь быстро. Немного сложнее будет с гордыней (жаждой власти). Тут речь идет о желании ощущать превосходство в ситуациях, отношениях, которое само по себе никуда не ведет, однако дает приятную возможность *доказать* и *доказывать*, что правы вы, а не кто-то иной.

Научившись видеть это и обучившись азам психоанализа, вы сможете наблюдать психическую подноготную окружающих людей, а от этого остается один шаг до распознавания лжи. Подробнее об том вы прочтете в главе «Ложь от страхов».

Классическая психология

Цель этой книги – научить вас видеть ложь, поэтому знание классической психологии я сведу к простому объяснению практически всех проблем, связанных с психикой: психология – это наука о плохих контактах. Где-то там в голове оборваны провода, не идет ток, и поэтому не загорается лампочка с правильным решением. Да-да, именно так. Несмотря на обилие, даже море литературы на психологические темы, все сводится к обыкновенному разорванному контакту.

Хотите выглядеть умным – назовите оборванный контакт блоком, страхом, фобией. Ну а сомнение – это контакт то есть, то его нет, или он «искрыт».

В психологии – как в электротехнике: один человек усиливает эмоции, как транзистор, другой – гасит, как резистор. А в целом нам надо, чтобы по схеме всегда шел ток и не было обрывов.

Блокировки поведения, недоотдача в отношениях и т. п. встречаются практически у всех людей, и вы наверняка слышали про причины подобных проблем. Все идет из детства. Все проблемы оттуда. Блоки, разрывы в тонкой психологической электросети зарождались там, а лампочки не горят сейчас. Ошибки, допущенные в их воспитании, выросшие дети преодолевают потом годами, а ведь всего-навсего нужно соединить два контакта.

Внешне такой *не-контакт* выглядит как пауза, торможение, ступор. Например, при правильно сформированном мышлении решение по любому поводу вы принимаете за считанные секунды. При наличии психологических блоков на то, чтобы сделать очень важный вывод в своей жизни, человек может затратить годы, а в итоге так и не получить вразумительного ответа.

Подумайте, почему окружающие вас люди, а может быть, и вы сами, постоянно ходят по кругу, наступают на одни и те же грабли, попросту постоянно ссорятся друг с другом и не делают из всего этого никаких выводов? Все потому, что заблокирован один важный механизм – выхода из состояния механистичности в осознанность. Дверь заперта, ключ потерян, выхода нет. Но мы с вами научимся это видеть, найдем ключ и починим все, что было когда-то нарушено. Для этого вам просто надо читать книгу дальше и запоминать простые вещи. Реальная психология – это наука о плохих контактах.

Реальная психология

Чтобы научиться вязать морские узлы, не надо заканчивать университетов, даже в школе можно не учиться. Связать воедино три конца – дело нехитрое, а реальная психология очень на них похожа. Отчего же вокруг простоты и очевидной ясности столько тумана и напускной учености? Зачем академики морочат людям головы? Причин скорее всего две, и они переплетаются все тем же морским узлом: деньги и глупость. Я попытаюсь этот узел распутать.

Состояние души человека или, если говорить по-гречески, его психики, зависит от гармонического поступления трех видов энергии: земной (физической), человеческой (психической) и божественной, тут уже без всяких дополнений. Одной энергии больше, другой меньше, с третьей что-то не так, и вот уже человек психует, истерит, в общем, ему надо к психологу. Тот много и умно говорит, известно, что речь убаюкивает, но с поступлением трех энергий все та же лажа. В итоге через некоторое время опять придется идти на баю-бай к психологу. Перезавязать узел никто не догадывается.

Давайте посмотрим на эту проблему с точки зрения школьной задачки про бассейн и трубы. В нашем случае бассейн тот же, только труб три. По физической трубе вливается все то, что необходимо для жизнедеятельности тела: вода, продукты питания, воздух, активность, сон. Труба человеческого общения предназначена для прокачивания по ней внимания, уважения, дружбы и любви. С божественной трубой – дело «труба». По этому каналу должны поступать энергии, которых нет на земле, но они необходимы для внутреннего, духовного развития. Божественная энергия поступает в результате каких-то неведомых для нас причин, так что ее всегда не хватает.

В итоге люди хорошо чувствуют голод тела, поэтому регулярно едят. Физическая недогруженность не ощущается, и тут возникает первый психический узел, который легко развязывается занятиями спортом. Но самое главное происходит на второй трубе. Значит, по первой идет какая-то циркуляция, третья божественная – тайна за семью печатями, а во второй огромный дефицит. Всем не хватает внимания, уважения, дружелюбия и любви. Получить все это можно двумя способами: личными выдающимися достижениями или украсть. Поэтому внимание притягивают жалобами, нытьем, глупостями, обещаниями, за которыми пусто. Второй способ осуществить намного проще, он и популярнее.

Сравните, как легче заслужить уважение – подкреплять делами все свои слова или красноречиво оправдывать промахи?

Психологи ловчат, а ведь решение кроется в налаживании поступления энергии в бассейн. Чтобы иметь силы и выполнять обещание, необходимо наладить физический образ жизни. Дальше только подсказать, что делать.

Как видите, реальная психология заключается в том, чтобы подвести клиента к идее изменения своего образа жизни в сторону более здорового – от здорового корня вырастет здоровое дерево. Копаться в листочках, лечить гнилые плоды – неэффективно, но, возможно, более денежно.

Причины лжи

Основная причина лжи

Отсутствие любви – основная причина лжи. Это формула. А теперь – ее разъяснение.

Человек чувствует себя комфортно, когда у него есть все необходимое для жизни в материальном мире и духовном плане, а также удовлетворена его потребность в общении.

В древних учениях материальные объекты назвались *земной энергией (Земная Ци)*, к ней относились: воздух, вода, продукты питания, физические нагрузки, режим дня, условия проживания. Согласитесь, все это очень важно, но речь здесь идет всего лишь о физическом существовании, не очень отличающемся от уровня животного.

Человека делают человеком два следующих аспекта: *общение (Человеческая Ци)* и *взаимодействие с духовным тонкоматериальным планом (Небесная Ци)*.

Без общения, без эмоционального к себе отношения человек не может определить себя, ответить себе на вопрос «какой я?», что приводит сначала к замешательству, а потом – к утомлению. Дети, ощущая к себе безразличие, могут убегать из дома и даже думать о суициде. Взрослые в таких случаях с головой погружаются в работу, компьютерные игры, прибегают к табаку, алкоголю, наркотикам. Безразличие окружающих оказывается не таким уж безобидным, как может показаться на первый взгляд.

Духовная энергия (Небесная Ци) необходима человеку для формирования его внутреннего существа: души, энергетических центров, духа. Духовная энергия – это не какой-то вымысел. Именно она сначала формирует тело человека, а потом – его внутреннюю природу. Согласно последним исследованиям ученых, в человеческом зародыше недостает 90 % информации для строительства тела. Откуда клетки получают знание того, что им делать дальше, и энергию для этого? Из Космоса.

После завершения формирования взрослого скелета и тела духовная энергия направляется в глубины психики, туда, где находятся душа и дух. Но этому естественному процессу современные условия жизни ставят преграды, в результате чего человек испытывает скуку, безразличие к жизни, не видит в ней смысла, погружается в депрессию.

Что в итоге? Огромное количество людей испытывают острейшую нужду в общении и духовном покровительстве, что в переводе на простой язык – чувствуют, что их не любят.

Раз меня не любят, значит, я не заслужил любви, я плохой. А как «стать хорошим» быстро? Наговорить о себе Бог знает чего, переоценить, похвалиться, сказать, что не виноват в проступке, просто так сложились обстоятельства...

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.