

A portrait of a woman with blonde hair, wearing a black patterned top, a gold necklace, a watch, and a bracelet. She is sitting on a white chair with her arms crossed. The background is a colorful, abstract pattern of branches and leaves. The text 'Анна Вагнер' is at the top, and 'ЭнергоПсихология. Часть 1' is at the bottom.

Анна Вагнер

ЭнергоПсихология. Часть 1

Анна Юрьевна Вагнер

ЭнергоПсихология. Часть 1

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=72129088

SelfPub; 2025

Аннотация

Все ли в жизни является случайностью? Случайные знакомства, события и т.д. Думаю, что каждая случайность – это закономерность. Я в этом убеждаюсь в своей практике, работая психологом-психотерапевтом. Многие часы индивидуальной работы и ведение тренингов позволили мне разработать техники работы с подсознанием. Оптимизировать эмоциональное состояние, здоровье человека и улучшить его качество жизни. Следуя моим советам – вы убедитесь, что жизнь это увлекательная цепь закономерных событий. Вы улучшите жизнь, станете уверенным и смелым человеком, улучшите свое здоровье и сможете гармонизировать отношения с окружающими вас людьми. В книге не только теория, которая поможет вам понять себя, но и практические упражнения, которые помогут вам стабилизировать свое эмоциональное состояние, понимать свое бессознательное и телесность, а значит стать более целостным, здоровым, сильным и успешным человеком.

Содержание

Читателям	4
Введение	9
Часть 1	14
Связь сознания с подсознанием и с жизнью	14
Энергетическое строение человека	22
1. Биополе	22
2. Чакры	27
3. Энергопотоки	39
Часть 2	44
Энергетические и паранормальные способности	44
Конец ознакомительного фрагмента.	46

Анна Вагнер

ЭнергоПсихология. Часть 1

Читателям

Уважаемые читатели!

Прежде чем вы приступите к чтению моей книги, решите для себя, нужны ли Вам перемены...

Наше сознание – это верхушка айсберга. Мы ее видим, т. е. осознаем, понимаем, воспринимаем. А вот та часть айсберга, которая находится под водой – это наше подсознание; мы не видим его, а значит, не осознаем, не понимаем и не контролируем. И насколько оно безгранично – никому не известно!

Наша жизнь целиком и полностью зависит от нашего сознания и подсознания. Так или иначе – все это взаимосвязано... Мы живем – все, что происходит с нами, откладывается в нашей памяти, в сознании. Болезненные моменты жизни мы не хотим постоянно помнить, и поэтому наше сознание вытесняет печальные воспоминания в подсознание. Ко всем вытесняемым воспоминаниям относятся не только грустные, тревожащие нас воспоминания, но и все эмоциональные на-

ши реакции прошлых лет. Представляете, какой архив там собирается, начиная с нашего рождения? Ведь страх рождения – это первое что вытеснено в подсознание. Хотя, и это не факт. В утробе матери у малыша с двух месяцев бьется сердце и начинает работать нервная система, с шести – семи месяцев малыш испытывает чувства, которые чувствует его мама и слышит низкие звуки внешнего мира. Сейчас мы помним об этом? Как нам там было? А если мама колебалась между абортom и родами, а если она чего-то очень испугалась или еще какие-то сильные нервные потрясения? Куда пропадают воспоминания маленьких деток? Конечно, перемещаются в подсознание. Именно поэтому многие психиатры, психотерапевты и психологи начинают в первую очередь интересоваться нашим детством.

Но нам не надо забывать о генной памяти. Все яркие переживания наших предков сохраняются в генах и передаются по наследству. Именно этим можно объяснить необъяснимые панические страхи. Допустим, с Вашей бабушкой или дедушкой произошел неприятный случай, который повлек за собой сильнейшую эмоциональную реакцию. Эта эмоциональная кодировка сохранится в генах, и вот, у Вас через подсознания начинают работать бабушкины переживания. Проявляется это в ситуациях, возникающих в вашей жизни похожие на ту ситуацию, из жизни вашей бабушки. Все ситуации, которые появляются в нашей жизни, спровоцированы нашим же подсознанием. Если более конкретизировать

– то субличностью и нашими Базовыми способностями, но об этом позже.

Вообще страх – эта одна из сильнейших эмоций человека. Потому что его основой является инстинкт самосохранения. Это один из врожденных природных инстинктов человека. Соответственно, почти у всех людей, возможно и у Вас, к 25–30 годам сформировались собственные стереотипы поведения, страхи, запреты, определенные «Табу» и «Вето» воспитанные в Вас родителями и обществом – все это формирует блокировки сознания, которые мешают достигать желаемых результатов или «подрывают» Вам здоровье, что бы «уложить дома в постельку» (в безопасном месте под прищмотром).

Наше подсознание работает всегда в наших интересах. Посмотрите вокруг себя – Ваша сегодняшняя жизнь – это результат Ваших вчерашних интересов, стремлений и желаний. Все устраивает? Именно так Вы хотели жить? Если Ваш ответ «Да» я за Вас искренне рада и желаю Вам дальше идти по дороге своей жизни в обнимку с удачей и счастьем! А вот если Ваш ответ «Нет» – милости просим на страницы моей книги. Здесь открываются секреты работы с нашим сознанием и подсознанием. Как подсознанию объяснить, какое именно «завтра», Вы ждете от него сегодня. Даются техники, использование которых помогает «настроить» Ваше подсознание на волну удачи, успеха, счастья и комфортной жизни.

На моих семинарах и курсах побывало не мало людей. И

я должна сказать, что лучшие и самые быстрые результаты появлялись у тех людей, которые в первую очередь стремились, во что бы то ни стало, изменить свою жизнь к лучшему. А во вторую очередь, смело расставались со своими страхами и предыдущим негативным опытом, полученным в жизни. Побеждают в жизни те, которые не боятся проиграть. Не боятся сказать: «У меня не получалось...», «Я раньше боялся...», «Я не могу...» и т. д. но они продолжают делать что-то наперекор неудачам. Победители признают свои неудачи и проигрыши, но продолжают двигаться к цели, к победе! Наиболее положительные результаты от этой книги, от моих курсов и семинаров могут получить именно те люди, которые видят, что именно их не устраивает в жизни, что именно они хотят изменить, чего именно они хотят добиться или получить от этой жизни и те люди, которые искренне стремятся самосовершенствоваться и развиваться. Ведь нет предела совершенству!

Сразу предупреждаю – возможно, Вы не желаете менять свою жизнь. Вас, может быть, не в полной мере устраивает Ваша жизнь, но она Вам и такая очень дорога, вы не хотите выходить из «комфортного круга». Или Вы считаете, что изменить ничего нельзя. Не в Ваших силах осуществлять перемены и не может быть никаких вариантов, кроме как терпеть и настойчиво «тянуть ляжку бытия». Вашу жизнь должны менять окружающие или улучшать качество и комфортность жизни обязано государство, работодатель или супруг(а). Вот

именно таких людей прошу закрыть мою книгу и не тратить время попусту, т. к. переубеждать никого я не намерена, а с такой внутренней позицией мои знания Вам ничего не принесут. Поэтому не стоит тратить свое время.

С уважением и любовью, Анна Вагнер

Введение

Речь в этой книге пойдет об энергетическом мире в жизни человека. Мы будем говорить о том, как протекает энергия Вселенной через организм и жизнь человека. Будем говорить о закономерностях и законах, о свойствах и значимости энергии в целом. Здесь не будет идти речь о вере или неверии в энергетику или паранормальные способности человека, в законы Космоса и Вселенной. Мы не будем предполагать или сомневаться, мы будем расширять свой кругозор еще одной теорией представления о мире и его закономерностях, мы будем расширять свое сознание и немного ближе станем к пониманию мироздания. Здесь мы будем говорить о знаниях и практических действиях. Мы не будем стараться сделать весь мир лучше, и учить ближнего своего праведным делам, мы начнем с себя. Мы сделаем свою жизнь лучше, мы сделаем себя лучше, и мы сделаем свой окружающий мир комфортным, и приятным для нас. А если кто-нибудь захочет жить лучше и обратиться к нам за помощью или советом, то мы поможем и расскажем, так как нам есть что сказать. Хватит надеяться на кого-то, на чью-либо помощь или поддержку, хватит ждать и верить в лучшее, пора уже действовать самим! Вера – дело хорошее, но без действий, она не сможет помочь. Только сочетания веры, знаний и действий может дать хороший результат, который Вы планируете.

вали, ждали, и к которому стремились.

Вам не кажется, что порой, человек старается ответственность за свою жизнь, за качество своей жизни переложить на плечи другого человека? Порой, людям легче найти виновного в своих бедах и неудачах, чем набраться смелости, силы воли и изменить свою жизнь к лучшему. Некоторым людям легче ныть и стонать день ото дня, нежели сказать: «Все, хватит! С этой минуты я живу хорошо». Почему же так? Почему получается, что жить плохо человеку проще, удобнее что ли? Просто потому, что тогда меньше забот и хлопот, и потому что человек боится брать на себя ответственность за свою жизнь. Вам не кажется странным такое поведение? Давайте возьмем ответственность за свою жизнь на себя, возьмем волю в кулак и начнем жить хорошо! Возможно, на первых порах, будет нелегко менять свою жизнь, но ведь результат того стоит!

Ответственность на себя люди боятся брать из-за возможных ошибок. А вдруг, еще раз, ошибиться придется. И опять начнет мучить чувство вины за неправильно принятое решение. Вот чувство вины и не позволяет брать ответственность на себя. «Пусть, если что, не я буду виноват, а кто-нибудь другой». И ты получаешься весь такой беленький и замечательный. А давайте теперь никого не будем ни в чем винить. Происходит то, что должно было произойти. И ни сват, ни брат, ни муж и ни жена не виноваты, и тем более не Вы! Только ответственность дает свободу не только чувству ви-

ны, но и решительности, обдуманности и силе воли, и многим другим чувствам человека. И, если Вы начнете пользоваться всеми своими качествами и свойствами, всеми своими положительными чертами и чувствами – Вы значительно можете улучшить свою жизнь. Так как сразу Вы даете себе свободу. Свободу выбора и принятия решения, свободу творения своей жизни самим. И это уже много значит и дорогого стоит. Чувство свободы дает полет мысли и фантазии и смелость в принятии решения. А значит, перед принятием какого-либо решения, Вы сможете обдумать все варианты действия и исход событий и выбрать самый наилучший вариант. И тогда чувство вины сменится чувством гордости за себя, чувством уверенности в себе. А значит, Вы стали немного лучше и Ваш окружающий мир немного светлее. Ведь это прекрасно!

Вера на грани знания, уверенности творит великолепные вещи на уровне фантастики и чуда! Левитация, телепатия, перемещение в пространстве, чудодейственные исцеления страшных заболеваний и многое другое. Как работает? Эти чудеса были всегда, а значит, есть и сейчас или только в глубоком давнем прошлом? Это реальности или притчи и сказки, пришедшие к нам от предков? До конца подтвердить эти процессы и прийти к общему мнению человечество пока не может. А может это просто аксиома и доказательства ей не нужны?

Пришли два человека в церковь, начали молиться об од-

ном и том же, одной и той же иконе. Только один верует в божественную силу, другой нет. Первому воздастся, а второму нет. А почему? Что творит вера с человеческим сознанием и подсознанием? Почему запускаются в организме регенерирующие процессы? Почему становится возможным направить организм по пути выздоровления даже в тех случаях, когда традиционная медицина разводит руками? Возможно, достоверных доказательств и объяснений еще нет, но факты существуют. Взаимосвязь психологии, энергетики и физического тела опровергать уже было бы глупо. Так давайте попробуем с Вами разобраться, как же именно они взаимодействуют, в какой последовательности. И как вызывать в физическом теле нужные процессы выздоровления или омоложения и останавливать нежелательные болезненные процессы.

Первыми возникают мысли и желания. Это энергия, которая сотворит образ, соответствующий этим мыслям и желаниям, этот образ и проходит в подсознание. Подсознание понимает только образные виды общения. Так сказать, общается картинками и эмоциями. Наше подсознание имеет колоссальное влияние на наше сознание и физическое тело, как и на всю нашу жизнь в целом. Так же подсознательное связано с нашим коллективным сознательным, со Вселенной и с ее банком данных, в котором хранятся все знания мира всех времен. Эти аспекты: сознание, подсознание, вселенский разум, банк данных и коллективное сознательное имеют энергетическую основу, которая их соединяет между собой. И ес-

ли где-то происходит нарушение правильного течения энергии или работы нужных участков тела или сознания, то оно влечет за собой цепную реакцию нарушений в ближайших сферах жизни или во взаимодействующих частях организма. Так сказать, начинает нарастать снежный ком из неправильно работающих механизмов тела или сознания. «Поломки», которые уходят в подсознание, начинают «портить» подсознательные процессы и подсознание притягивает потом подобное в жизнь человека. А вот как все наладить, остановить цепную реакцию «поломок», как все отрегулировать и улучшить – это и будет обсуждаться в моих книгах, посвященных психологии энергетике человека. Работая с предлагаемыми в них техниками, Вы самостоятельно сможете улучшать свое не только физическое, но и психическое, эмоциональное, материальное благополучие. Нарбатывая уверенную работу и укрепляя свое энергетическое тело, день ото дня, и через время Вы приятно удивитесь положительными результатами данной проделанной работы.

Часть 1

Связь сознания с подсознанием и с жизнью

«Мысли материальны!» – это знают все. Но вот почему они материальны, почему, то о чем мы думаем, становится явью? Но, большой вопрос заключается в другом: почему, если мы думаем о хорошем, мечтаем – то ничего не получается (или долго не получается). А если мы чего-то не хотим, то вот, пожалуйста, буквально на следующий день на блюде с голубой каемочкой. Мне казалось это несправедливо. Вселенная издевается над нами!? Если мы просим: «только бы не ЭТО!!!» И сразу же ЭТО получаем. Так досадно! Ведь я просил не надо мне ЭТО:-(А твердишь целыми днями – я хочу счастья, я хочу здоровья и благополучия. У меня будет все хорошо! И сидишь, как ..., ждешь у моря погоды или бьешься, как рыба об лед, и ничего не меняется. Что же за несправедливость такая?

Долго меня мучил этот вопрос. Я понимала, что наше сознание – это наши мысли, это наша сегодняшняя и вчерашняя жизнь, то есть то, что мы знаем, осознаем. А вот подсо-

знание – это наш прошлый опыт, неосознанные наши страхи, переживания. Другими словами, неосознанные наши эмоции и чувства, то, что мы не желаем признавать, понимать, принимать или помнить. Тут все понятно. Если в нашей осознанной жизни произошел неприятный случай – мы не хотим это помнить, точнее сказать, постоянно помнить и испытывать те неприятные чувства, которые у нас возникли в тот момент. К сожалению, из сознания невозможно что-то выбросить за борт и забыть, как ни в чем не бывало. Все ненужное, пережитое и нежеланное уходит в подсознание. Там и храниться как в архиве. Значит, наши мысли и чувства, со временем, тоже переходят в подсознание. Мы же не можем помнить постоянно всю свою жизнь, каждый ее день и каждый миг. А все что не храниться в сознании переходит в подсознание. Тут тоже все понятно и логично.

Но почему мысли материальны? – задавалась я вопросом не один день. Кто формирует наше будущее и подкидывает нам жизненные ситуации, полные сложностей или удач? То, что наша судьба предначертана, и ты не в праве и не в силах ее менять – это уж совсем пессимистическая и ленивая теория. Для тех, кто лучше согласиться и смириться с вольностями судьбы и будет плыть по ее течению, не станет ничего менять и ничего добиваться. «Как есть – так есть, и ладно!». Что ж, такое тоже имеет право быть. Если человеку комфортно и хорошо, то судьба предначертана и ее невозможно изменить, по крайней мере, для него! Но я с этим

не согласна! Я хочу большего, лучшего, интересного; я хочу жить и получать удовольствие от жизни каждый день! Я уверена, так может быть, и это зависит от моих мыслей тоже! Но что ж они никак не материализуются?

Я помню, когда мы в колледже учились, наша преподаватель по психологии говорила, 2000 раз надо произнести в слух, чтобы информация ушла в подсознание и тогда эта информация останется в памяти навсегда. Сколько же раз нужно произнести «У меня будет все хорошо», чтобы это свершилась? Какая цепочка выстраивается от мысли до ее свершения?

«Твоя судьба в твоих руках», «Каждый сам кузнец своего счастья» – это мне нравится больше! С этим моя душа согласна. Значит, я сама выстраиваю события своей будущей жизни. Это приятно. Я хозяйка своей жизни и только от меня зависит, что в ней будет, и как я буду жить. Так, а что ж я живу, как-то не так, как хочу? Что не так? Кто мне подкидывает то, что я не хочу, и почему это происходит?

Если судьбы вершатся на небесах, значит это Вселенная нам подкидывает постоянно испытания и трудности! Хотелось бы понять зачем она это делает, но больше всего интересно откуда она знает, что именно мы не хотим? Если учитывать тот факт, что Вселенная и подсознание имеют энергетическую природу, складывается отличная цепочка взаимосвязей:

Мысли → Сознание → Подсознание → Вселенная →

И что же получается? Кто из них Вселенной передает информацию о том, что нам надо или не надо и скрывает то, о чем мы мечтаем и чего мы хотим?

И однажды, как говорится, картинка сложилась!

1) То, чего мы боимся, мы боимся постоянно, и получается думаем об этом постоянно, и, самое главное, к мыслям прикладываются наши эмоции страха. А мысль с эмоциями рождает образ. Подсознание общается на языке образов. Получается, мы на его языке объяснили, что нам надо! «Почему надо? Мы же ЭТОГО не хотим, а значит нам ЭТО не надо!» Вспоминаем тот факт, что подсознание частицу «не» игнорирует, и теперь, читаем нашу фразу, опуская частицу «не». Получается: «Мы же ЭТОГО хотим, а значит нам ЭТО надо!» Великолепно! Значит, мы сами заказываем у Вселенной через свое подсознание все, что получаем потом в своей жизни.

2) «Все будет хорошо» – даже если подсознание и передаст эту информацию Вселенной, она нам скажет: «Да. Все будет хорошо». А вот когда именно это «будет» настанет, никому не известно. Это фраза будущего и поэтому наше хорошо там, а не тут, не в настоящем.

3) Такие моменты как хотеть, мечтать – это категория воздушных замков. Необходимы еще и намерения, чувства, и обязательно действия. Но с чувствами надо быть осторожней. Если прочувствовать слишком эмоционально то, ЧТО

Вы хотите иметь, так как будто уже обладаете им и очень рады этому обладанию, Вселенная решит, что у Вас это уже есть и значит не обязательно это давать. Чувство подключать необходимо как обыденное чувство комфорта, удовлетворения, наслаждения, но не щенячьей радости и дикого восторга. Чувства должны быть спокойны и уверены, что Вы обладаете желанным, ЭТО является частью Вашей жизни. Намерения – это обдумывание плана достижения цели, за которым обязательно следуют действия.

4) Очень важный шаг идти до конца, до результата и не останавливаться на полпути. Поэтому, ставьте цели по возрастающей сложности. От легких, быстро достижимых целей, до более сложных и глобальных планов.

Если Вам нужны доказательства взаимосвязи сознания и подсознания откройте книги по психологии и там найдете подтверждения этому. Такие знаменитые ученые как З. Фрейд, А. Адлер, К. Г. Юнг, К. Хорни, В. Райх и другие не менее значимые ученые в психологии, психиатрии и медицине изучали в своей трудовой деятельности сознание, подсознание и взаимосвязь этих сфер человека. Как известно первое научное упоминание подсознания (бессознательного) встречается у В. Лейбница – выдающегося философа, физика и математика (1646–1716 гг.) Это произошло за 200 лет до изучения бессознательного З. Фредом. Но можно обратиться и глубже во времени. И мы увидим, что в древнем Вавилоне, при лечении различных психических отклонений

лечат, подбирая не только необходимые диеты, водные процедуры, но и используют молитвы и различные обряды. Что говорит об умении работать с сознанием и подсознанием человека. Скорее всего, древние вавилонцы умели на языке образов лечить психические отклонения людей, взывая к силе подсознания. Ведь психические отклонения – это беспомощность сознания перед подсознанием. Когда инстинкты, страсти, страхи берут верх над поведением человека и фактически управляют им. А его разум лишь «делает вид», что еще контролирует ситуацию и пытается оправдать поступки подсознания. Фрейд показал, что человеческий разум, являющийся величайшим достижением эволюции живой природы, не всегда подвластен человеку, а значит наше сознание «не полный хозяин в своем доме» (* Основы психоанализа. А. Н. Романин, Ростов – на – Дону «Феникс», 2003 г.)

Поэтому игнорировать работу и значимость подсознания очень неразумно. Я в этой книге предлагаю некоторые приемы работы с подсознанием, которые действительно и положительно сказываются на здоровье и качестве жизни человека. Многие мои клиенты, которые посещали индивидуальные занятия или групповые курсы, были приятно удивлены тому, как быстро можно наблюдать положительные перемены после работы со своим подсознанием. В моем понимании энергетика человека – это и есть работа подсознания. И раз наше бессознательное общается на языке образов, я предлагаю все занятия и упражнения с подсознанием в виде образ-

ных заданий, медитации в виде сказок или рассказов. Это не инновационный подход. Многие психологи разработали свои методики, тренинги и медитации, поэтому если у Вас возникнет желание, можете ознакомиться и с другими методиками воздействия на подсознание. Подберите для себя тот ключ, который откроет возможности Вашего бессознательного. А пока я делюсь с Вами своими наработками в достижении успеха.

А давайте немного пофантазируем. Насколько велико наше подсознание? В некоторых учениях упоминается бессознательное человека. Это одно и то же или разные вещи? Что если бессознательное и подсознание – это разные вещи. И бессознательное тоже велико – и это хранилище нашего накопленного опыта, наших инстинктов, страстей и страхов. Всего, что нам дала природа и мы приобрели в течение своей жизни. Тогда подсознание – это и есть часть Вселенной или ее отражение, а у них меж собой свои энергетические связи. Подсознание ускоряет мысли – форму (образ + чувства) и передает Вселенной, а та в свою очередь, являясь отражением, возвращает ее в реальности. Вселенная считывает информацию и реагирует на нее словом «ДА» всегда! Поэтому думайте, о чем вы думаете! И всегда обращайте внимание на то, что Вы чувствуете!

Мысли – формы, для их наиболее быстрого осуществления, необходимо запускать, учитывая определенные прави-

ла:

- четкость мыслей, конкретность и ясность;
- проверьте, отсутствие двойного смысла слов;
- мысль должна быть легкой и позитивной;
- в душе ощущение спокойствия, а в голове уверенная настойчивость и осознание того, что Вы этого достойны!
- не держитесь за мечту, не дышите только ею. Вы же помните фразу «Отпусти мечту в небо, что бы она могла осуществиться!»

У меня есть тренинг на основе визуализации в психологии техники «Коллаж». Применяя который, человек каждый день работает со своей мечтой и ожидает осуществления ее в своей жизни. Есть и другие техники в психологии, работа с которыми выстроена в соответствии с намерениями достижения определенных целей в жизни. Но, применяя ту или иную технику на достижения поставленной цели, надо помнить, что жизнь проходит здесь и сейчас. Необходимо быть счастливым и довольным своей жизнью и тем, что в ней есть уже сегодня. Надо радоваться каждому дню и малейшим изменениям в лучшую сторону уже сейчас. Нельзя откладывать свое ощущение счастья и полноты жизни на тот день, когда Ваша мечта осуществиться. Это первый признак того, что Вы свою мечту держите за горло и не даете ей взлететь в небо, чтобы осуществиться. Отпусти мечту, и она придет в твою жизнь реальностью!

Энергетическое строение человека

1. Биополе

Биополе человека состоит из ауры, чакр и энергетических полей.

Уже известно и признано наукой, что аура и энергетические поля вокруг человека существуют, поэтому скептикам придется принять факт этого существования как данность. Кроме того, ученые уже могут ауру и энергетические поля фотографировать и проводить исследования с ними.

Не каждый человек имеет конкретное визуальное представление о своей ауре, полях и чакрах. Но эти знания необходимы, как и нужно заниматься развитием своих энергетических полей и чакр. Цвет ауры – это характеристика личности и показатель физического и психологического здоровья. На основе этого можно судить о характере человека, его эмоциональных особенностях и отношении к материальным благам, к социуму и к миру в целом, а также подобрать наиболее подходящие профессии и виды деятельности или, как минимум, по-новому взглянуть на собственный гардероб. Так же, по состоянию ауры можно судить о проблемах в организме и жизни человека, которые уже есть или могут быть в будущем. Особенно важно обращать внимание на

негативные блоки в ауре, которые образовались «благодаря» сложным и неприятным ситуациям в жизни человека. Они нарушают правильную работу биополей или чакр и постепенно разрушают здоровье физического организма в целом или отдельных его органов, так же обязательно проводится параллель в личную жизнь человека. То есть – если образуется блок, то он влияет на энергетическое и физическое здоровье человека и на его жизнь (личную, общественную или материальную ее сторону). Особо сильные и крупные блоки могут переходить из поколения в поколение, что принято называть родовыми проклятиями. Известно уже давно влияние генной памяти, не только на физические признаки и особенности нового поколения, но также новому поколению передаются энерго-психологические приобретенные знания предыдущих поколений. Исходя из вышесказанного, следует сделать вывод, что *энергетическое здоровье – основа физического здоровья и хорошей, успешной жизни человека.*

Общепризнанным фактом является то, что наши мысли и эмоции имеют очень мощное влияние на наше физическое тело. Наука нейроиммунология изучает связь тела, мышления и духа. На данную связь можно также взглянуть с точки зрения энергетической медицины, чтобы понять соотношение между нашим телом и мышлением, нашей аурой и чакрами. Такое направление в психологии, как психосоматика, тоже изучает влияние эмоций на физическое здоровье чело-

века. Многие другие науки и направления в различных науках эту связь выявили и теперь изучают. Я не буду ссылаться на какие-либо определенные источники по причине того, что их более чем достаточно, и Вы при желании, легко подберете для себя необходимую информацию.

В последнее десятилетие к нетрадиционной медицине проявляется особый интерес. Многие пациенты сделали вывод, что традиционное лечение иногда не дает нужного результата и, более того, оставляет много побочных эффектов. Поэтому, теперь такие практики и учения как космоэнергетика, Рейки, биоэнергетика, гомеопатия, древнеиндийские и древнекитайские учения и многие другие популярны, как никогда. В большинстве учений, так или иначе, используется связь тела, разума и духа. В традиционной медицине, психологии, философии, педагогике и во многих других науках говорится о том, что душа, эмоции и разум действительно имеют мощное влияние на наш организм. Связь между нашим разумом и телом осуществляется через мозг и нервную систему (об этом, как уже упоминалось выше, тоже говорится в таком психологическом учении, как позитивная психотерапия, в разделе психосоматики). В традиционной медицине врачи упоминают о том, что пациент, идущий на операцию в положительном, оптимистическом расположении духа, гораздо лучше переносит операцию и у него легче проходит послеоперационный восстановительный период. Мно-

го есть подтверждений связи психологического, душевного с нашим физическим телом. В своем жизненном опыте Вы наверняка найдете пару примеров этому.

Аура и энергетические поля всецело демонстрируют эту связь. Наши мысли, эмоции и воззрения отражаются в ауре, и поэтому мы можем использовать ауру и чакры, чтобы определить основные проблемы, связанные с физическими аспектами. Наша аура – истинный индикатор здоровья и состояния духа, мышления и тела.

Биополя – это часть ауры и дополнительные оболочки нашего энергетического тела. Существует 9 энергетических полей – первые три принадлежат лично человеку (аура). Они направлены на развитие, здоровье и защиту организма человека. Вторая тройка – связь человека с окружающим миром, их работа заключается в обмене информацией между людьми, вещами, природой и т. д. А остальные три энергетических поля – связь человека с Космосом и со всей Вселенной во всем ее величии, это позволяет человеку обмениваться информацией со всеми параллелями жизни. Благодаря последним трем полям люди совершают открытия, создают шедевры или исторические подвиги. Наверняка существуют еще энергетические поля, о которых нам пока не известно. Не доказано, что энергетических полей у человека только 9 и ни одного более. Поэтому не будем себе ставить рамки в восприятии энергетических полей человека и оставим возможность исследователям удивить нас еще интерес-

ными открытиями в этой области.

С энергетическими полями человек должен налаживать связь и работать с ними, развивая их, укрепляя, исцеляя при необходимости (особенно обязательно после больших стрессов и неприятностей). К своему энергетическому телу необходимо относиться точно так же, как и физическому: чистить, ухаживать, подпитывать иначе его качество, и сила работы снижается и энергетика затухает. Из-за этого возможны проблемы в профессиональной и в личной жизни человека и в его здоровье. Существует мнение что когда человек лишается ауры – он умирает от потери сил, снижения иммунитета. Во времена палимого солнца летом люди погибают чаще всего от нарушения кровообращения: инсульты, инфаркты, кровоизлияния. Это самая сложная пора для организма и если он не защищен своими энергетическими полями, если они затухают настолько что исчезают, то происходят печальные события.

При хорошем контакте человека со своими энергетическими полями и работе с ними, как правило, у человека удачно складываются все дела, приятная спокойная гармоничная личная жизнь, и отменное здоровье на фоне всегда приподнятого настроения и активности в жизни. Разве это не прекрасно?!!!

2. Чакры

Энергетические центры человека – чакры. Слово «чакра» ("чакрам") в переводе с санскрита означает буквально "колесо, круг". Действительно, они выделяются в теле как сфероидные, излучающие энергию, образования, от которых отходят лепестки – ближайшие к ним участки энергетических каналов. Чакры обладают многими свойствами, и наука сейчас только приступает к детальному их исследованию. Так или иначе, древнеиндийская традиция связывает функционирование чакр во множестве разных планов бытия, построенных, в основном, на принципе соответствия и взаимодействия человека и Космоса. С чакрами связывают особые свойства человеческой личности и поведения, т. е. положительные и отрицательные свойства характера, активизацию тех или иных органов чувств. А так же от них, в немалой степени, зависит здоровье внутренних органов человека и успех в социальной жизни.

Далее приведу описание чакр, с которым мое видение наиболее созвучно.

МУЛАДХАРА

(Первый энергетический центр)

Изображается как круг, в котором помещен квадрат, который излучает свет. В квадрате находится перевернутый красный, излучающий свет, треугольник. По кругу расположены 4 темно-красных лепестка. Вращение чакры происходит против часовой стрелки.

1. Локализация на физическом плане: окончание позвоночника, между анусом и половыми органами.
2. Цвет энергии: красный.
3. Выражает: страсть, стремление к действиям, к движению, активность жизненной позиции.
4. Аспект: чакра управляет волей к жизни.
5. Эффект от работы с чакрой: сосредоточение на этой чакре ведет к усилению жизненной энергии, повышению устойчивости к болезням, дает бодрость и выносливость, решительность в делах.
6. Работа, развитие – всевозможные ароматы розы, красные цвета в одежде и интерьере, работа с кольцом, мантра ЛАМ на звуковой октаве – нота «до», употребление сладо-

стей, физические упражнения на нижние конечности тела.

СВАДХИСТХАНА

(Второй энергетический центр)

Изображается в виде круга, в который помещен блестящий серебряный полумесяц. По кругу расположены 8 красных лепестков. Вращение чакры происходит против часовой стрелки.

1. Локализация на физическом плане: возле пупка (2 сантиметра ниже пупка).
2. Цвет энергии: оранжевый.
3. Особенности: для активизации этой чакры рекомендуется вегетарианская диета.
4. Выражает: жизненность, чувственность, способность чувствовать жизнь или проживать ее через чувства.
5. Аспект: психологически относится к эмоциям, возникающим от чувственных удовольствий, к инстинктам.
6. Эффект от работы: сосредоточение на этой чакре дает способность использовать созидательную и сохраняющую энергии, чтобы возноситься к чистому искусству и чистым взаимоотношениям с другими людьми; позволяет освобо-

даться от страсти, похоти, гнева, жадности, ревности и зависти.

7. Работа и развитие чакры: употребление в пищу хурмы, абрикос, оранжевые цвета в одежде и интерьере, работа с кольцом, мантра ВАМ на звуковой октаве – нота «ре», физические упражнения на пресс, бедра, танец живота.

МАНИПУРА

(Третий энергетический центр)

Изображается в виде светло-желтого круга, в котором находится треугольник основанием вверх. Снаружи по кругу располагаются 10 лепестков. Вращение чакры происходит против часовой стрелки.

1. Локализация на физическом плане: солнечное сплетение.
2. Цвет энергии: желтый.
3. Выражает: чувствительность.
4. Аспекты: зона солнечного сплетения является главным рецептором и средством обратной связи инстинктивных восприятий тела. В этом месте воспринимаются положительные и разрушительные чувства Чувственного тела.

5. Эффект от работы с чакрой: понимание процессов, происходящих в тонких телах; увеличение жизненной силы и избавление от многих заболеваний, приобретение долголетия и крепкого здоровья; развитие управленческих и организаторских способностей; улучшается контроль над речью и способность ясно излагать свои мысли, воздействовать на людей словами.

6. Работа и развитие чакры: употребление в пищу бананов, блинов, желтых яблок, лимонов; желтые цвета в одежде и интерьере, работа с кольцом, мантра РАМ на звуковой октаве – нота «ми», физические упражнения на пресс, танец живота, наклоны, березка.

АНАХАТА

(Четвертый энергетический центр)

Изображается в виде круга, в который помещена шестигранная звезда зеленого цвета. Круг окружен 12 лепестками цвета. Особенности вращения: чakra состоит из двух кругов лепестков, внутренний круг вращается против часовой стрелки – испуская энергию любви в пространство, а внешний круг лепестков вращается по часовой стрелки притягивая в организм энергию любви из пространства.

1. Локализация на физическом плане: середина груди, на уровне сердца, между сосками.
2. Цвет энергии: зеленый.
3. Выражает: безусловную любовь и заботу к себе и другим.
4. Аспект: выражает Любовь-Мудрость.
5. Эффект от работы с чакрой: обретение власти над своим «Я», мудрости и внутренней силы; приведение в равновесие мужской и женской энергии, контроль над чувствами. Преодоление препятствий и трудностей; в присутствии такого человека люди обретают покой и радость; развитие божественного видения и установление гармонии намерения и действия; становление космической любви и развитие творческого вдохновения.
6. Работа и развитие чакры: зеленые цвета в одежде и интерьере, работа с кольцом, мантра НАМ на звуковой октаве – нота «фа», физические упражнения на плечевой пояс, всевозможные наклоны, подтягивания, растяжки. Употребление в пищу огурцов, лайма, цитрусовых, разновидности зеленых чаев с лимоном.

ВИШУДХА

(Пятый энергетический центр)

Изображается в виде круга, окруженного 16 лепестками синего цвета. В круге помещен конус основанием вверх, а в треугольнике другой круг. Вращение чакры происходит по часовой стрелки.

1. Локализация на физическом плане: область шеи под глоткой (на уровне яремной ямки), щитовидная железа.
2. Цвет энергии: голубой.
3. Выражает: речь, чистота и сила речи, способность выразить свои мысли и чувства.
4. Аспект: восприятие окружающего мира, событий.
5. Эффект от работы с чакрой: спокойствие, чистота, ясность, мелодичность голоса; способность к духовной поэзии; понимание сновидений, проникновение в тайны Писаний.
6. Работа и развитие чакры: голубые цвета в одежде и интерьере, работа с кольцом, мантра ХАМ на звуковой октаве – нота «соль», пение, иногда полезен крик (особенный крик – он спокойный, без мыслей).

АДЖНА

(Шестой энергетический центр)

Изображается в виде круга, окруженного кольцом из 96 лепестков светло-синего цвета. В круг помещен конус основанием вверх.

1. Локализация на физическом плане: центр лба, между бровями.

2. Цвет энергии: синий.

3. Выражает: мудрость, чувственность, вдохновение и внутренний взор, организованность и направленность личности.

4. Аспекты: союз этих энергий означает синтез функций левого и правого полушарий. Достижение высшего сознания и способности жить согласно его законам – является одним из показателей окончательного духовного совершенства. Это состояние, где личное Эго полностью поглощается высшими аспектами души.

5. Эффект от работы с чакрой: Аура такого человека позволяет всем, кто находится рядом, обрести спокойствие и ощутить вибрацию. Такой человек освобожден от негатив-

ных качеств, желаний и мотивов, толкающих его на различные принудительные действия. Приобретается способность знать прошлое, настоящее и будущее, возможность проникать в любое тело по своей воле. Старые кармические грузы, тяжесть прошлых воплощений – все это сжигается в процессе работы с шестым энергетическим центром.

6. Работа и развитие чакры: синие и белые цвета в одежде и интерьере, работа с кольцом, мантра АУМ на звуковой октаве – нота «ля». Саморазвитие и самосовершенствование каждый день: медитации, волевое избавление от любого проявления негатива, вегетарианство, жизнь без бытовой суеты.

САХАСРА

(Седьмой энергетический центр)

Изображается в виде круга, окруженного фиолетовыми кольцом, созданным из 972 лепестков.

1. Локализация на физическом плане: макушка головы.
2. Цвет энергии: фиолетовый.
3. Выражает: Единственность, не обусловленную Любовь, единство со Вселенной.
4. Аспект: развитие паранормальных способностей, энер-

гетическое совершенствование организма.

5. Эффект от работы с чакрой: приобретение способности к сверхсознанию, обретение все объединяющего видения мира; выход в четвертое измерение, за пределы пространства и времени, в вечность; реализация высшей полноты жизни.

6. Работа и развитие чакры: фиолетовые цвета в одежде и интерьере, работа с кольцом, мантра ОМ на звуковой октаве – нота «си». Избавление от привязанностей и обязательств, посвящение себя высшим служениям, саморазвитие, самоочищение и самореализация в духовном аспекте на протяжении всего времени, полное самоотречение от материального мира. Вегетарианство и частичное или полное отшельничество. Никакой сексуальной активности.

Это краткое описание строения, функций и работы с чакрами. Подобное описание можно найти и во многих других учениях о чакрах. Главное, что я Вам хочу передать: значимость энергетики для современного человека, необходимость заниматься своим энергетическим организмом, чакрами и энергетикой в полном смысле этого слова. В нашу современность необходимо внести философию жизни и любви, так как, к большому сожалению, наша современность излишне отличается прагматизмом и материализмом. Мы слишком сконцентрированы на быте, работе, выгоде, деньгах и практичности. Конечно – это важно, я не понижаю значи-

мости материальных вещей в жизни человека, но не перестану Вас убеждать, что в нашей жизни и в нашем мире очень важно оставлять время и силы для душевного, философского, энергетического составляющего нашего бытия. Необходимо понять и принять тот факт, что без энергетического не может в полной мере существовать материальное, а о гармонии речь вообще идти не может. Многие люди, которые были у меня на индивидуальных приемах или на курсах по энергетике человека, волновались, что если уделять каждый день время на развитие своей энергетики или гармонизации душевного состояния, то не успеют справиться с необходимыми текущими делами. Я никогда не переубеждала их, да и смысла нет в этом. Вы поживите так с месяц – два и поймете, что время велико и его хватает на все. Но в душе становится намного приятней, здоровье лучше, сон крепче и дела спорятся быстрее. А самое главное – проблем в жизни становится намного меньше и «черные полосы», которые бывают в жизни каждого человека, меняются со временем. Они становятся тоньше и реже, что само по себе гораздо приятнее.

Чакры наиболее тесно связаны с нашим физическим телом, поэтому не стоит преуменьшать их значимость. Есть великолепное упражнение, которое необходимо применять 2–3 раза в неделю для поддержания работы чакр или их развития, особенно в начале пути развития энергетики собственного организма.

«Подкручивание чакр»

Сосредотачиваем свое внимание поочередно на работе чакр своего организма (представляем их) и начинаем с Муладхары:

– обращаем внимание на излучение красного цвета, подкручиваем ее усилием мысли против часовой стрелки, усиливая ее вращение, и одновременно, усиливается излучение ее цвета.

Свадхистана и Манипура также вращаются против часовой стрелки, а значит усиливать их вращение необходимо в том же направлении. Анахата вращается в оба направления одновременно, внешняя часть чакры вращается против часовой стрелке, а внутренняя по часовой стрелке. Раскручивать их необходимо одновременно и в соответствии с направлением вращения. Вишудха, Аджна и Сахасрара вращаются по часовой стрелке.

Это упражнение выполняется в течение 10–15 минут. Скажите, пожалуйста, рухнет ли Ваша кухня вечером, если Вы уделите полчаса времени для себя любимой или что-то невероятное пропустят по телевизору наши драгоценные мужчины?

Неужели современный человек настолько не любит свое божественное, волшебное происхождение, что согласен жить по инерции, по программе, по расписанию, по установ-

ленному графику, как робот? Сильно сомневаюсь...

Давайте будем больше любить себя, природу, божественное начало жизни и друг друга. Давайте спустим затянутые нити нашей души, ослабим нервную систему, избавимся от негатива и начнем улыбаться себе, друг другу и наступающему дню! Ведь так прекрасно жить в мире, радости и счастья. Ведь этот мир начинается с каждого из нас! Я за Мир во всем мире! Кто со мной?

3. Энергопотоки

В человеческом организме существуют энергетические потоки, которые, примерно, как вены и артерии, пронизывают весь организм. Они несут энергетическую важность для организма и связаны с Космосом и с Землей. Энергетически потоки из Космоса проносят через весь организм космическую энергию, которая питает и насыщает наш организм всеми необходимыми компонентами (такими как энергетический заряд, чистка, информация, «питание» и др). Они так же могут страдать от наших негативных мыслей, образа жизни и отношения к своему здоровью в виде блокировки прохождения потока. Соответственно, страдают и следующие, зависящие энергетические потоки и органы энергетического организма, «питающиеся» этими потоками.

Для сохранения здоровья энергетических потоков необходимо соблюдать, прежде всего, чистоту мысли (позити-

визм и благочестивость) и делать как физические, так и энергетические упражнения для поддержания здоровья этих потоков.

Наиболее значимые, основные два потока проходят вдоль позвоночника, ближе к центру организма. Один поток идет сверху через тело человека и уходит вниз, вглубь Земли, а другой идет снизу через тело и уходит вверх в Космос. Первый приносит из Космоса энергию и информацию, забирает и уносит с собой в Землю для уничтожения ненужную, переработанную или негативную информацию (от которой стремиться избавиться человек). Другой энергетический поток идет с низу через тело вверх, приносит дополнительные силы, мудрость и здоровье Земли и уносит с собой в Космос Вашу информацию (мысли, молитвы, эмоции, желания, благодарности и др). Космос, получая эту информацию, начинает с ней работать и возвращает потом обратно человеку в виде его здоровья, успеха, удачи или наоборот; все зависит от первоначальной отправной «полярности».

Не менее важные энергетические потоки идут через руки, выходят через каждый палец и середину ладони. Они служат помощниками в осуществлении дел, планов и действий человека. А потоки, проходящие через наши ноги и выходящие так же через каждый палец и середину стопы, отвечают за нашу связь с предками, нашим прошлым и движение в будущее.

Следующий, не менее важный энергетический поток идет

через наши глаза – это связь с Космосом и влияние на людей и события в нашей жизни.

Существует и наш личный энергетический поток – это наши мысли. Они порой начинают самопроизвольно придумывать истории, рассказы, диалоги и т. д., тем самым образуют энергетический поток, влияющий на многие другие потоки, чакры, энергетические тела, а соответственно (по знакомой цепочке) на физическое тело и события в жизни. Это сильный поток, и с какой полярностью он будет – решать только Вам. Захотите хорошего в своей личной и окружающей жизни – заряжайте этот поток положительной динамикой, хотите хаос, болезни, несчастья, значит, – Ваша полярность должна быть отрицательная. Вот только нет сознательно желающих на такую полярность, а несознательно все допускают ошибку: один из самых влиятельных, поддающийся контролю энергетический поток, (по незнанию или не пониманию) заряжают отрицательной полярностью. И получают люди тогда заболевание, сначала на энергетическом уровне, которые через время портят физический уровень и жизнь человека. Возникает огромное количество проблем. А потом человек говорит: «Я так и знал, что подобное что-то может случиться» или «Я этого как раз и боялся...» – можно вспомнить много фраз, которые человек употребляет в такие минуты. Хотя на самом деле, в большинстве случаев, это называется не «я так и знал», а «спровоцировал». В народе есть тоже не плохой термин: «накаркал». Конечно, бывают случаи «счит-

ки» информации о будущих событиях, но в таком случае это разноплановые события: как хорошие, так и плохие. А если наш «Нострадамус» предсказывает только плохие события, и всегда сам пребывает в плохом настроении, с негативными мыслями и речами – то это не предсказания, а программирование будущих событий.

Энергетические потоки организма, как и чакры, нуждаются в нашем внимании в виде развития и чистки. Выполняя физические упражнения, необходимо обращать внимание на движение этих потоков, мысленно их чистить, «засвечивать» и усиливать поток. Что касается мысленной силы энергии, то есть отличные две пословицы: «Бойся своих желаний, ведь они могут сбыться» и «Думай, о чем ты думаешь». Всегда нужно контролировать свой внутренний монолог! Лучше всего для энергетического строения и физического тела человека, когда мысли всегда пребывают в позитивном ключе. И помните – все события, которым суждено быть или не быть в нашей жизни, зависят только от нас, а Вселенная всегда идет к нам навстречу. Нужно просто себе доверять, и тогда будет значительно легче поддерживать свой внутренний монолог в уверенно-позитивном ключе! Если же возникают негативные мысли, необходимо применять такие энергетические техники, как «Веретено», «Чистка организма от негатива» (Приложение). Можно даже подобрать свою технику, подходящую именно для Вас, которая Вам будет быстро помогать справиться с негативом и переключиться на позитив-

ный лад.

При возникновении негативных мыслей, плохих воспоминаний необходимо от них избавляться как можно быстрее. Особенно, если эти негативные мысли связаны с Вашим будущим. При планировании событий или важных встреч, человек невольно начинает переживать, чтобы все прошло удачно. Необходимо отслеживать свои мысли и эмоции, чтобы они всегда находились в оптимистическом ключе. Есть великолепные упражнения, которые помогают быстро избавиться от любых негативных мыслей: «Дворники», «Режиссер» (Приложение).

Планируйте всегда прекрасные события и думайте только о хорошем. *И, если жизненные события не совпали с Вашими планами, то это не значит, что все плохо. Просто Вы еще, возможно, не поняли, чем же именно это лучше для Вас!* Может быть, Ангелы Вас уберегли от несчастья, если Вы не смогли поехать, куда мечтали. А может, Вы нужны именно здесь кому-то очень сильно. А может... еще какой-нибудь вариант сорвавшейся поездки есть в Вашем личном опыте? И помните: «ВСЕ ЧТО НИ ДЕЛАЕТСЯ – ВСЕ К ЛУЧШЕМУ!» известная истина и это действительно так! Проверенно лично!

Часть 2

Энергетические и паранормальные способности

Что такое паранормальные способности? Термин «парапсихология» (парапсихология – происходит от греческого: *παρά* – означающего «около», и психологии) был впервые введен немецким учёным, доктором философии и известным исследователем психики Максом Дессуаром в 1889 году. На тот момент времени под данным словом понималась также область исследований, сейчас называемая психопатологией. Термин «парапсихология» в современном значении впервые был использован в 1908 году, а одобрен и принят Джозефом Б. Райном в 1930 году в качестве замены термина «психические исследования» для указания на значительный сдвиг в сторону экспериментальной методологии и академичности исследований. Широкое распространение термин получил только с 1937 года, после того, как в США вышел в свет первый номер «Журнала парапсихологии», главным редактором которого длительное время был Джозеф Бэнкс Райн. Начиная с 1942 года многообразие парапсихологических феноменов начали обозначать греческой буквой Пси

(ψ), отсюда происходят выражения – пси-явления, феномены пси, пси-фактор и др. Данное обозначение было введено в 1940 году Таулесом и Визнером для того, чтобы сослаться на коллективные явления, описываемые как телепатия, ясновидение, призраки и психокинез. Лично я считаю, что это очень даже нормальные способности организма человека. Что сейчас принято называть «паранормальные способности» раньше были нормой в человеческом мире. И спустя много веков для нас это стало сказками, преданьями, легендами, выдумкой и нереальными вещами. А нашим далеким предкам передвинуть огромную каменную глыбу с помощью энергии было так же нормально, как и нам сейчас пустить плоский камень по водной глади. В сказках можно найти много примеров человеческих возможностей, хоть им и придается более красивая, интригующая окраска.

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.