

ЕКАТЕРИНА ТУЧИНСКАЯ

Возьми силу свою

УЧЕБНИК ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ СОЙТИ
С УМА И ОБРЕСТИ МУДРОСТЬ



Екатерина Тучинская
Возьми силу свою. Учебник
для желающих сойти
с ума и обрести мудрость

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=40276429

ISBN 9785449616555

Аннотация

Эта книга найдёт своего читателя среди ищущих истину, свет и себя. В ней – моё знание о мире, опыт предков и предшественников, навыки управления своей жизнью и происходящими событиями, результаты моей помогающей, обучающей и развивающей деятельности, материалы некоторых моих тренингов. В этой книге гораздо больше ментальной информации, нежели печатного текста. Здесь есть простор для расширения сознания, возможности для развития способностей, практики для трансформации судьбы. Ищите и обретёте.

Содержание

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ	5
Предисловие	5
Глава 1	7
Глава 2	11
Глава 3	24
Конец ознакомительного фрагмента.	40

**Возьми силу свою
Учебник для
желающих сойти с ума
и обрести мудрость**

Екатерина Тучинская

© Екатерина Тучинская, 2019

ISBN 978-5-4496-1655-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

Предисловие

Девять... Тёплая липкая волна ещё равномерно колыхается, обволакивая кожу. Восемь... Приглушенный, привычный гул доносится издали неравномерными колебаниями. Семь... Знакомое мутно-серое пространство сегодня чуть светлее, будто подсвечено извне, с выпуклыми уплотнениями, трубками разного цвета и диаметра. Лаборатория? Камера? Капсула летательного аппарата? Шесть... Равномерная пульсация, биение где-то наверху. Пять... Ритм нарастает, теплая волна резко сдавливает пространство и тело. Четыре... Голову сдавливает спазм, подступает страх, биение и пульсация – громче и чаще. Три... Тёплая волна покидает моё уютное убежище, его липкие стены теперь враждебно давят со всех сторон с невиданной силой. Два... Удушье, нестерпимая боль. Один... Смерть? Я снова умер в жизнь...

Сколько раз это уже было со мной? Сколько умираний, сколько рождений? Что есть жизнь? Зачем она? Что после неё и что между жизнями? И где жизнь настоящая? Здесь или там? И что есть «здесь», а что – «там»? На протяжении тысячелетий люди задают эти вопросы и пытаются на них от-

ветить, собирают опыт предков, ищут причинно-следственные связи, анализируют поведенческие алгоритмы, изучают психологию, математику, естественные науки, чтобы постичь устройство мира. Некоторые до сих пор придерживаются дарвиновской теории эволюции, большинство всё же признают вмешательство высших сил. Каких именно сил? Скажу сразу: эта книга не о религии, но и не является антирелигиозной. Я не призываю читателей к каким-либо активным действиям по изменению сознания и образа жизни, не буду никому ничего доказывать и кого-то в чём-то убеждать. Равно как и с кем-либо спорить. Эта книга – для тех, кому она нужна. Она найдёт своего читателя среди идущих, среди ищущих истину, свет и себя. В этой книге – моё знание о мире, подкрепленное опытом предков и предшественников, мой опыт управления своей жизнью и событиями окружающего мира. Здесь собран мой многолетний опыт исследовательской, помогающей, обучающей и развивающей деятельности, материалы некоторых моих тренингов и вебинаров. В этой книге – гораздо больше ментальной информации, нежели печатного текста, в ней есть простор для расширения вашего сознания, возможности для развития ваших способностей, практики для трансформации вашей судьбы. Для некоторых она станет учебником жизни. Ищите и обретёте.

Глава 1

Итак, кто же мы и куда идём? Какими космическими ветрами нас сюда занесло? В чём причина и смысл происходящих с нами событий? Почему мы рождаемся в определённой семье, встречаем в жизни определённых людей и вступаем с ними в определённые отношения?

Мы – странники, путники, ученики, частицы глобального космического разума. Многие из нас – гости с других планет, которые участвовали в создании Земли и всего сущего здесь. Через нас, через наш опыт Вселенная познаёт себя. Вселенная – это безграничная энергия и всеобъемлющее сознание. Наша задача – получать опыт пребывания и духовного роста в человеческом теле на этой планете. Творение и познание во Вселенной продолжаютсЯ до сих пор. Разум находится не только в нашем мозге – он наполняет весь космос и распространяется за его пределы. Человеческий разум может изменять законы природы, поскольку именно мы – их создатели. Мир состоит из взаимодействующих энергетических полей, частью которых являются пространство и время. Мы не человеческие существа, стремящиеся стать духовными, а духовные существа, проходящие трудный опыт человечности. Вселенная творит и рождает всегда – это её бесконечная функция, и творческое начало Вселенной откликается на творческое начало в нас. Человек с ограниченными фан-

тазиями ей не интересен – такие интересны Системе. Системе нужно послушное, управляемое стадо и его энергия страха, подчинения, страданий, смирения. Вселенной же нужно свободное творческое сознание, способное выйти за рамки ограничений и наметчать, нафантазировать свою новую реальность. И не просто придумать, а отправить запрос Вселенной на исполнение. И верить и знать, что всё исполнится. Безусловно, есть некие ограничители ваших фантазий и желаний: нельзя причинять другим живущим вред вашими желаниями, нельзя желать за другого человека, нельзя подчинять чужую судьбу и волю вашим личным интересам.

Во Вселенной действуют два основных закона: никто никому ничего не должен и никто не имеет права вмешиваться. О чём они? О том, что каждый приходит в этот мир в одиночку, со своей программой и судьбой, со своими уроками, со своим опытом, своими кармическими отработками. Мы рождаемся и умираем в одиночку, и все люди, которые встречаются нам в жизни, – лишь временные спутники в Дороге. Кто-то будет с нами достаточно долго, а кто-то проведет через очередной мостик и передаст нас другому проводнику. Все люди, приходящие в нашу жизнь, – наши учителя, их нельзя однозначно разделить на друзей и врагов. Кто-то оказывает помощь, кто-то даёт опыт: нет случайностей, все встречи заранее предписаны и predeterminedены до нашего рождения. Те, кого мы считаем врагами, кто причиняет

нам боль, – приходят в этой роли для того, чтобы пробудить в нас силу, мужество, веру, желание и возможность измениться и изменить свою реальность.

Главный наш долг перед самими собой, перед нашей душой – получить свой опыт, своё счастье, пройти свои уроки, осознать и исправить ошибки этой жизни и предыдущих. Мы не обязаны включаться в чужую судьбу и чужой путь. Да, мы можем помочь, если чувствуем в себе силы и желание, если у нас есть необходимые ресурсы. Но мы не обязаны. Чувство долга – это одна из системных программ. Есть любовь, потребность души, внутренний порыв, которые приводят нас на помощь другим людям, но никто не вправе заставить нас это делать. И мы не можем жертвовать собой, своей жизнью, здоровьем ради других – тем самым мы берем на себя чужую карму, отбираем у человека его уроки, его силу, мешаем ему приобретать ценный опыт. Это приводит к наработке кармического негатива. Мы не можем вмешиваться в чужую жизнь и судьбу без приглашения, без просьбы. Мы не имеем права требовать от человека определённых поступков, навязывать своё мнение и свои советы. Это расценивается как нападение, манипуляция, лишение права распоряжаться собственной жизнью. И это тоже влечёт за собой кармическое наказание. Таким образом, во время жизни на Земле нам необходимо соблюдать следующие правила: не причинять никому вреда, не вмешиваться без приглаше-

ния и разрешения в чужие жизни и судьбы, при этом развивать своё сознание и дух, получать необходимый опыт, отрабатывать кармические долги и не накапливать новый кармический негатив. И главное – при этом быть счастливыми, творить для себя прекрасную, гармоничную, наполненную любовью и радостью жизнь. Это дано вам изначально, и это в ваших силах.

Глава 2

Всё пространство состоит из энергии. Научный термин «энергия» означает скалярную физическую величину, являющуюся единой мерой различных форм движения материи и мерой перехода движения материи из одних форм в другие. Проще говоря, это мера взаимодействия или просто способность на что-то воздействовать. Если не вдаваться в подробности об определении энергии различными традициями, можно сказать так: в самопознании – это та же физическая энергия, только ее можно почувствовать и ею управлять. И существует она по тем же законам. Весь мир есть энергия. Есть просто энергия, а есть объекты физического плана – уплотненная энергия, которая имеет узор и структуру. Это примерно то же самое, что лед, плавающий в воде. Все есть вода, только в разных формах. В человеке, как в сложно организованном объекте, энергия тоже движется сложным образом. При разработке и создании человеческой матрицы (телесно-энергетического комплекса) был предусмотрен полный набор «инструментов» для защиты, восстановления, саморегуляции, для долгой, здоровой, счастливой жизни. Напомню о строении человеческой матрицы. Информации об этом сейчас довольно много в открытом доступе, поэтому подробно останавливаться не буду.

Энергетическая система человека состоит из собственно

кокона (оболочки, биополя), меридианов, чакр и точек входа-выхода энергии. Энергетика человека работает в двух режимах: выброс энергии и поглощение энергии. В соответствии с ними есть два стиля работы: инь-стиль и ян-стиль. Кроме того, человек имеет две подключки, которые находятся в двух важных чакрах. Это нижняя подключка – связь с физическим планом (муладхара-чакра) и верхняя подключка – связь с Высшим планом (сахасрара-чакра). Основными инструментами энергетических взаимодействий являются руки, чакры и сам кокон. В основном работа производится через руки – это и воздействие, и сканирование. Чакры используются обычно для модулирования энергии определенной частотой. Кокон – для масштабных взаимодействий.

Традиционно выделяют 7 уровней духовного развития человечества, 7 каст (они отличаются от индуистской теории варн), но в социуме наиболее известны и распространены 4 касты, а 7-я каста вообще находится за гранью человеческого понимания. Распределение по энергетическим кастам зависит от Точки Сборки человека.

Точка Сборки – это наиболее активная, заполненная чакра, через которую человек «смотрит в мир».

Работники (шудры).

Концентрация внимания находится на уровне муладхары. В этой касте нарабатываются способности к простой физи-

ческой работе. Здесь же формируется личность. Признаком этой касты является бедная речь, плохая память (если нет отклонений по здоровью), простой склад ума. Потребности ограничиваются работой, едой, сексом, сном.

Купцы (вайшью).

Концентрация внимания находится на уровне свадхистаны. В этой касте нарабатываются такие качества, как искусство коммуникаций, навык межличностного общения. Признаком касты является болтливость при низкой ценности передаваемой с помощью речи информации (ни о чём). Потребности заключаются в уходе за внешним видом, в хорошем (выгодном) браке, в приобретении и накоплении ценностей, полезных и статусных предметов (шуба, машина, новый айфон обязательно). Ценится качество и вкус пищи: любители ресторанов и кабаков (в зависимости от возможностей). Любители гламура, разнообразного секса, общения среди себе подобных, любители развлечений и шумных сборищ.

Воины (кшатрии).

Концентрация внимания на уровне манипуры. В этой касте нарабатываются такие качества, как определение личных границ и сферы интересов, формируется самосознание личности (чего хочу именно я?). Признаком этой касты является агрессивность и болезненная реакция на взаимоотношения с людьми. В принципе, это люди, которые прокладывают себе дорогу в жизни сами, нарабатывая тем самым силу воли.

Их потребности заключаются в том, чтобы отстаивать свои права и/или права других, строить карьеру, обеспечивать достаток. Семья рассматривается как способ выживания (вместе легче).

Экстрасенсы, эзотерики, духовные учителя (брахманы).

Концентрация внимания находится на уровне анахаты. В этой касте нарабатываются качества чувствования мира по ощущениям (интуиция). Они улавливают внешние излучения людей. Признаком этой касты является повышенная чувствительность и эмоциональность. Потребности стоят уже на более высоком уровне: постижение смысла жизни, изучение эзотерики, религии, философии, магии. Эти люди понимают, что мир не так прост, с одной стороны, и в то же время всё очень просто, если знать законы мира. Они накапливают знания, расширяют своё сознание, учат и развивают других, помогают людям духовно расти.

Целители.

Концентрация внимания находится на уровне вишудхи. В этой касте развивается способность к воздействию своим сознанием на организм человека или животного. Признаком этой касты является чёткое логическое мышление и отсутствие эмоциональности. Потребности этих людей заключаются в том, чтобы докопаться до сути вещей и причинно-следственных связей, их главный вопрос: как можно сделать то или иное воздействие. Они творцы по натуре, из них получаются хорошие исследователи и изобретатели.

Алхимики.

Концентрация внимания находится на уровне аджны. В этой касте развиваются способности к преобразованию и материализации неживых предметов (материи, энергии). Признаком этой касты является крайняя обособленность и индивидуализм. Обладая большим могуществом, эти люди большую часть времени проводят в одиночестве. Их потребности незначительны и в основном сводятся к постижению физики многомерного пространства во всех аспектах.

Упомяну и о седьмой касте – это демиурги.

Здесь развивается способность к управлению планетарными процессами. И это уже не люди, а существа, которые не имеют физического тела, но являются энергетическими объектами. Тем не менее, многие целители, экстрасенсы, духовные учителя тоже управляют планетарными процессами, оставаясь при этом в мире людей по собственному желанию, ради близких и любимых.

Основной любого энергетического взаимодействия является умение управлять своей внутренней энергией. Понятие «внутренняя энергия» включает в себя не только внешнюю энергию, «переваренную» в чакрах, но и любую другую энергию, которая находится в вашем организме. Прежде всего, надо понимать, что способность к восприятию тонких энергий и «нефизической» информации заложена абсолютно в каждом человеке изначально, но долгие века цивили-

лизации, особенно – ее технократического периода, – сделали использование этих способностей не востребуемым. Для выживания человеку теперь не надо отслеживать импульсы страха или агрессии, идущие от потенциальной добычи или хищников, не надо точно предчувствовать приближение погодных катаклизмов, ощущать информационные качества растений или мест для устройства стоянки: все вопросы, решение которых раньше целиком зависело от умения читать тонкие сигналы внешнего мира, теперь решаются просто и грубо – походом в продуктовый магазин, запираанием дверей квартиры или приобретением одежды по сезону. Однако в моменты экстремальной необходимости подсознание даже самых малочувствительных людей «вспоминает» о своих забытых возможностях, и рассказы о людях, за многие тысячи километров почувствовавших несчастье близких, или, наоборот, о тех, кто в последний момент без видимых причин не сел в самолет, который разбивался в этом полете, сегодня не удивляют даже самых принципиальных материалистов.

Многие житейские наблюдения, типа: «Первое впечатление о человеке – самое верное» – тоже из этой категории. Конечно, ведь в первый момент новый человек для нашего подсознания – это потенциальная опасность (кто знает, чего от него можно ждать?), поэтому он экстренно исследуется и «прочитывается» на всех уровнях, в том числе – на неосо-

знаваемых. Это потом могут вступить в силу социальные клише и вербальные взаимодействия, которые «замылят», исказят результат первой, мгновенной и верной считки. Да, экстрасенс и ясновидящий спит, изредка просыпаясь, в каждом из вас, но не всем из вас достаточно этих кратких периодов бодрствования. Если вы хотите жить осознанно, управлять своей судьбой, быть здоровыми и счастливыми, выйти из-под власти чужих программ, то ваша задача не только повысить чувствительность, но и научиться интерпретировать поступающие сигналы, перевести их из категории подсознательных в категорию осознанных. Кроме того, важно научиться верно выделять требуемый сигнал из массы других (настраиваться) и игнорировать информационный «шум», генерируемый сознанием.

Понятно, что процессы освоения навыков идут у разных людей с разной скоростью, поэтому не торопитесь, не сравнивайте себя с кем-либо, не тратьте на это энергию, а формируйте и аргументируйте для себя индивидуальную мотивацию, которая приведет вас к осознанию себя и мира на новом уровне.

Можете прямо сейчас проверить вашу чувствительность. Сядьте в кресло или ложитесь на кровать. Очистьте сознание от назойливых мыслей и успокойте дыхание. Почувствуйте тепло своего тела, почувствуйте, что оно живое. Представьте, как внутри вас движется тепло. Потом представьте, что

это тепло есть некая желтая и горячая субстанция, похожая на магму. Некоторое время наблюдайте за этой субстанцией. Вы можете сейчас ее не чувствовать, здесь главное визуализация. После этого медленно выдохните. Вот здесь уже без представления вы должны почувствовать, что по телу прошла теплая волна. Могут появиться мурашки или покалывание. Практикуйте, пока не почувствуете энергию в своем теле. Поскольку точки входа-выхода энергии, главные меридианы и чакры проводят большое количество энергии, здесь ее легче всего почувствовать и отследить. Особенно почувствуйте потоки энергии внутри себя. Основные меридианы проходят по рукам, ногам, позвоночнику, передней поверхности тела. Попробуйте отследить ощущения в ладонях. Наиболее сильные ощущения должны быть посередине ладоней.

Более сложная практика – это ощущение чакр. Сядьте в кресло, освободитесь от лишних мыслей. С выдохом почувствуйте, как энергия из вас выходит. Настройтесь на муладхара-чакру. Примерное ее расположение – район промежности и копчика. Удерживая настройку, выдохните энергию. Должно возникнуть ощущение в чакре. Если этого не произошло, легонько потрите место примерного нахождения чакры пальцем. В это место прильет кровь. Вы почувствуете тепло и мурашки. Примерно такие же ощущения возникнут, когда вы «включите» чакру. Подождите, по-

ка ощущения улягутся. Теперь уже без растирания настройтесь на чакру и выдохните туда энергию. Практикуйте, пока не возникнут явные ощущения. Например, многие ощущают во время практики, что в копчике у них разгорается уголек. Другие чувствуют расширение. Здесь не нужно себя обманывать, нужно практиковать до ощущений. Пройдите все пункты с другими чакрами. Теперь вы умеете активизировать чакры. Попробуйте переводить энергию из одной чакры в другую, отметьте, что ощущения от нахождения энергии на разных чакрах будут разные. Это – различие в частотности.

Для чувствования своего кокона можно настроиться на ощущения в руках и медленно развести их в сторону. В какой-то момент вы почувствуете упругость и сопротивление. Практикуйтесь, пока в один прекрасный момент не сможете почувствовать свой кокон без рук. Это трудно описать, но возникают такие ощущения, будто при настройке на ваш кокон ощущается что-то плотное. Однако этого мало для управления энергией. Энергию нужно свободно перемещать по своему телу.

Есть два вида способностей: способности, которые изменяют внешний мир, и способности, которые изменяют мир внутренний, ваш личный. Внешняя энергетика – это взаимодействие с миром, с Договором, с Системой. Это энерге-

тическое взаимодействие между объектами. Качество взаимодействия с миром, т.е. продуктивность, напрямую зависит от способности управлять своей энергетикой и процессами, которые происходят при взаимодействии двух объектов.

Каждый человек проводит через себя энергию в двух направлениях (кругах) – прямом и обратном – это тоже не новая для вас информация. Прямой круг начинается в ступнях ног и заканчивается в ладонях. Обратный, соответственно, в обратном направлении. Каждый человек все время поддерживает какой-либо круг, даже если об этом и не задумывается. Возникает резонный вопрос: а зачем, собственно, учиться управлению потоками энергии, если энергия движется и без нашего участия? Ответ очевиден: мы должны управлять этими процессами сознательно, понимать, что такое в нас происходит. Не подготовленные люди не могут менять круги, за исключением резкого изменения их эмоционального и психического состояния. В остальных случаях человек менять круги не может, либо это представляет трудность. А личность, занимающаяся саморазвитием, может сознательно менять направление потоков энергии.

В прямом круге энергия движется от нас, в обратном – к нам. Даже когда мы работаем на своей энергии, она постоянно обновляется – работает круг (если нет энергоблоков, затрудняющих движение). Поэтому можно сказать, что это не наша собственная энергия, а энергия вообще. Планетар-

ная. Прямой круг предназначен для воздействий на объекты. Обратный – для считки информации и диагностики, а также для сброса негатива и излишков.

Точка Сборки – это орган восприятия мира, который как бы «собирает» окружающую реальность в определенную модель восприятия. Различное положение ТС – различные модели восприятия. ТС выглядит на коконе (на энерго-оболочке) как очень яркое и светлое пятно. Оно на ощупь выпукло и бывает различных форм и цветов. ТС перемещается в ту область, где энергии много. Часто наше внимание перемещается на объекты, которые имеют много энергии. Они как бы «притягивают» взгляд. И наша ТС туда смещается. То же самое бывает и около силовых порталов, артефактов. Да и просто при общении с магом, например. На этом основано духовное и эзотерическое обучение, когда ТС ученика смещается в положение, как у Учителя (или Учитель ею управляет), и ученик, практикуя, выполняет прошивку/заполнение и уплотнение кокона в этой области. Прошивка кокона – это получение опыта от данного состояния, усложнение структуры. Механизм фиксации ТС на новом уровне напрямую связан с прошитостью кокона в определенных местах. Чтобы повесить картину на гвоздь и чтобы картина не упала вместе с гвоздем, надо, чтобы стена была прочной, а гвоздь – не ржавым. Вот как раз прошивка и обеспечивает эту самую стену.

Есть такая важная техника, как накопление энергии. Как правило, подобные техники служат конкретной цели в развитии вашего сознания. Например, вы чувствуете, что переходите на новый уровень, но процесс перехода чаще всего – это длительный процесс, связанный с тем, что вас тянут в разные стороны разные уровни. Для перехода нужен толчок. А дальше вы уже должны зафиксироваться. Перед тем как передвинуть ТС на новый уровень, копят большое количество энергии и потом концентрируют эту энергию на необходимой чакре, переносят туда точку сборки и фиксируют.

Можете попробовать на время изолировать ваше светящееся тело на энергетическом уровне. В это время лучше ограничить связь с внешним миром, с противоположным полом, с тяжелой пищей, алкоголем и т. п. Закройтесь в комнате – во время этой практики очень важно находиться одному. Выключите свет, чтобы в комнате было темно или затемнено. Сядьте на кровать, скрестив ноги. Закройте глаза. Обратите свое внимание внутрь себя. Вы должны добиться внутреннего молчания. Следите за своим дыханием. В какой-то момент вы почувствуете внутри себя некий звук, очень похожий на мантру «ом». Она не длится, а циклически повторяется. Напоминает плеск волн. Слушайте это звучание, и оно станет сильнее. В какой-то момент вы войдете в резонанс со звуком и почувствуете, что вас покачивает. Ампли-

туда будет увеличиваться. Вы можете даже физически показываться, и возникнет ощущение раздвоения, которое очень напоминает выход из тела. Откройте глаза и глубоко вдохните. У вас будет странное восприятие окружающего мира, немного нереальное. Если вы это почувствовали, значит, вошли в трансовое состояние и замкнули свое сознание на себя. Теперь почувствуйте свой кокон, своё поле, и отцепите связи и каналы, которые к нему ведут. Вы больше ни с кем не контактируете. Вы закрыты. Представьте, что вас окружает мягкая серая пелена, она становится плотнее и образует вокруг вас прочную скорлупу. Остается только срединный поток, идущий от верхней подключки к нижней вдоль позвоночника. Вы представляете собой бусину, надетую на нитку, подвешенную между небом и землей. Держите это состояние три дня (в идеале). В реальности – если получится 2—3 часа, то уже хорошо. Чем дольше, тем лучше. Параллельно отмечайте количество энергии в вас. Полностью вы закрыться все равно не сможете и будете немного излучать энергию. Окружающие люди это почувствуют. После того как время практики пройдет, вы так же мысленно разбиваете скорлупу и возвращаетесь в реальный мир. Возникает очень интересное ощущение, что вы являетесь маяком, во все стороны от которого идут мощные волны энергии и света.

Глава 3

В этой главе рассмотрим особенности работы чакр. Муладхара.

Когда основная чакра (муладхара) раскрыта и работает гармонично, человек ощущает глубокую и непосредственную связь с землей и живой природой. Чувствует себя заземленным в положительном смысле слова, связанным с жизнью, он полон интереса, испытывает ощущение стабильности, самоудовлетворение и чувство внутренней силы. Он напорист и может отважно преодолевать конфликтные и кризисные ситуации, может принимать решения и претворять их в жизнь, не испытывая особых сложностей; он энергичен, активен, проницателен; у него здоровые сексуальные потребности и большая жизненная сила.

Когда эта чакра уравновешена, человек чувствует, что циклическая природа вселенной совершенно естественна, потому что муладхара символизирует новые начинания, окончания и цикличность. Человек чувствует потребность самостоятельно строить свою жизнь, созидать ее, считаясь с природой и землей. Достижение материальных целей происходит сравнительно легко, и он ощущает уверенность в мире и в жизни. Это чувство уверенности избавляет от беспокойств по поводу основных потребностей, необходимых для выживания, потому что в мире есть все, что ему нуж-

но, и все это находится в его распоряжении. Более того, когда основная чакра хорошо уравновешена и раскрыта, этот человек может подключать духовные слои вселенной к своим главным материальным действиям в земной жизни. Такая ситуация порождает духовность, которая не позволяет «парить в облаках», но выражается в поступках и действиях. Человек может думать о высоком, но его ноги твердо стоят на земле.

Нарушение равновесия в муладхаре проявляется в болезненной концентрации на потребностях выживания и материальных нуждах. Все мысли и интересы человека сосредоточены на физических потребностях, таких как еда, питье, секс и деньги. Они могут стать приоритетными, а в некоторых случаях, при очень сильном дисбалансе, превратиться в предел его мечтаний и основной источник интересов. Такой человек может испытывать потребность удовлетворять свои желания, не принимая в расчет последствия своих поступков из-за сильной потребности как можно скорее получить то, что ему нужно. Такое состояние дисбаланса чакры может выразиться в сексуальной дисгармонии. Более того, человеку может казаться, что он не способен свободно давать и принимать как в материальной, так и в эмоциональной сферах. Он может частично или полностью сосредоточиться на удовлетворении своих потребностей, игнорируя потребности и чувства других людей. Жадность к деньгам

может овладеть им, за ней появится желание скопить как можно больше материальных ценностей. Оно никогда не будет удовлетворено, где-то глубоко внутри все равно будет оставаться ощущение нестабильности и чувство неуверенности в окружающем мире.

Когда муладхара находится в состоянии дисбаланса, могут возникнуть различные страхи: бедности, физического ущерба, а также сильные тревоги. Человек может оказаться очень «земным» в неблагоприятном смысле слова, до такой степени, что ему будет трудно разобраться в вопросах, которые не касаются исключительно физического мира. Люди, у которых основная чакра находится в состоянии дисбаланса, могут проявлять крайний эгоцентризм, агрессивность и вспыльчивость. Они могут насильно навязывать свою волю и мнение другим с помощью агрессии и приходить в гнев, ярость, даже прибегать к насилию, когда их желания не выполняются.

Свадхистана.

Когда свадхистана работает гармонично, человек ощущает свою индивидуальность, выделяет себя, но в то же время он открыт для чувств других и принимает их, обладая способностью легко устанавливать контакт. Он легко знакомится с представителями противоположного пола, естественно и свободно ведет себя с ними. У него здоровое, логическое отношение к сексу. Он пользуется своей сексуальностью или

внешними данными не в качестве инструмента для достижения своих целей, но для выражения своих глубоких чувств, установления связей и объединения с тем, которого он любит. Человек испытывает страсть, которая является стимулом для жизни, для созидания, для энтузиазма и счастья. Он может справляться с переменами и с пониманием, даже с радостью принимать их, потому что он осознает, что перемены представляют собой трамплин для нового жизненного приключения. Он полон любопытства по отношению к жизни, воспринимает изменения как постоянное и удивительное приключение. Он – тот, кто распоряжается своей жизнью и влияет на других посредством чувства единства и заботы. Когда чакра уравновешена, человек может проявлять и испытывать естественные и искренние чувства по отношению к другим людям. Он независим, но в то же время понимает чувства тех, кто находится рядом с ним, и рассматривает себя как часть общества. Он получает огромное удовольствие от жизни на всех уровнях: чувственные и сексуальные удовольствия, наслаждение пищей и напитками, интеллектуальные и духовные радости.

Отсутствие равновесия в свадхистане может разниться из дисгармоничных ситуаций, имевших место в период развития чакры, а также в период половой зрелости. Этот период наполнен ощущением неуверенности в сексуальной сфере, самоанализом, попытками осознать свой пол, выработать отношение ко всему, что с этим связано. В подростке

проявляются новые сексуальные энергии, а непосредственное окружение, родители и учителя часто не могут ответить на вопросы и научить, как управлять этими энергиями. Часто из-за этого у подростка формируются различные нездоровые представления, которые заставляют его стесняться или стыдиться своих чувств. Это побуждает подавлять чувства, считать их неестественными и вредными, разрушая тем самым самовосприятие и самооценку.

Разумеется, ситуация гораздо более серьезна, если человек вырастает в особенно консервативной обстановке, где сексуальность сопровождается ощущением запретности или греховности, заслуживающей наказания. Его попытка подавить свои сексуальные влечения провоцирует колоссальные конфликты. То же самое относится и к желанию подавить чувство радости и наслаждения жизнью, которое тоже связано со свадьистойаной.

Такие ситуации могут вызвать постепенное и постоянное разрушение способности выражать себя в чувственной сфере, способности вступать в здоровые контакты с противоположным полом. Состояние неуравновешенности свадьистойаны может выражаться в отсутствии радости жизни, в усталости, отсутствии творческих порывов, желаний, в сдержанности и комплексах.

Разумеется, подавляемые желания никуда не деваются. Они медленно кипят в глубинах души и тела. Конфликт между желанием и его подавленностью или неспособностью

выразить его может спровоцировать ощущение постоянной неудовлетворенности и опустошенности. Человек может пытаться компенсировать эту пустоту различными вредными пристрастиями – к деньгам, еде, алкоголю, наркотикам, случайным сексуальным связям. Когда свадхистана находится в состоянии дисбаланса, человек испытывает беспокойство и неудовлетворенность, у него возникают трудности в нахождении своей уникальной жизненной стези и в самореализации.

Может случиться так, что человек стремится испытать удовлетворение от отношений, не важно, эмоциональных или сексуальных, но не может найти правильного выхода для своих эмоций и страстей. Он может вести одинокий образ жизни на протяжении многих лет, не подозревая о том, что корень проблемы на самом деле находится в нем самом. Проблема может произрастать из длительного подавления эмоций в детском возрасте или в период полового созревания, из-за подавления чувственных желаний. Сигнал, который посылается миру: «Я не способен выразить свои желания». Требуется провести серьезную работу по гармонизации как сексуальной чакры, так и эмоционального и ментального планов, чтобы избавить подсознание от этих бессознательных подсказок и позволить развиваться новым отношениям. Это происходит через энергетическую передачу Вселенной желания достичь таких удовлетворяющих человека отношений.

С таким же размахом подавление желаний, которые не следует подавлять, физически и эмоционально может выразиться в нездоровой реализации этих желаний: в торопливом, поспешном сексе без каких-либо глубоких эмоциональных привязанностей (просто для снятия напряжения), в безудержных сексуальных фантазиях, в просмотре слишком большого числа эротических фильмов и так далее. Иногда эти проявления сопровождаются чувством вины или сексуальной озабоченности. В любом случае, гарантированы напряженность и отсутствие уверенности в отношениях с противоположным полом.

Манипура.

Гармоничная работа чакры солнечного сплетения создает ощущение спокойствия и внутренней гармонии. Когда манипура уравновешена, человек может сдерживать свои эмоции и справляться со своими чувствами, желаниями и ожиданиями. Он рассматривает свои эмоции как жизненно важную часть своего развития и знает, как нужно относиться к ним. Он не выражает бурных эмоций, но и не подавляет их. Он способен объединять свои эмоции, желания, впечатления и ожидания в единое целое. Он чувствует себя в гармонии с собой, со своей ролью в жизни, со своим окружением. Он принимает себя, одновременно уважительно относясь к характерам и чувствам других. Поступки человека гармоничны, соответствуют законам Вселенной, увеличи-

вают его благосостояние и удовлетворенность жизнью. Человек с хорошо сбалансированной манипурой способен испытывать любовь ко всему человечеству и чувство общности с ним. Для него важны желания и чувства людей, точно так же, как и качество жизни тех, кто находится рядом с ним, а его поступки и решения направлены на их благо. Человек чувствует себя наполненным энергией, активностью, проницательностью, независимостью и терпимостью.

Когда манипура находится в равновесии, человек светится внутренним светом, который защищает его от влияния внешних негативных факторов и отрицательных вибраций. Человек испытывает уверенность в себе; он отважен и полон жажды творчества, обладает яркой индивидуальностью и излучает внутреннюю силу и уважение к самому себе.

Нарушение равновесия в манипуре проявляется в неукротимом стремлении человека управлять как своим внутренним, так и внешним миром. Его эго не уравновешено, у него острая потребность в статусе и уважении, до такой степени, что он может причинить вред другим людям, чтобы добиться уважения и власти. При отсутствии равновесия в чакре может проявиться стремление манипулировать другими, злоупотребление властью, надменность и ярко выраженное стремление подавлять других. Человек испытывает потребность сосредоточить в своих руках максимальную власть, стремится к первенству и становится амбициозным. Многие люди, которые способны втоптать в грязь других, чтобы сде-

лать себе карьеру, страдают от неуравновешенности этой чакры.

Когда чакра находится в состоянии дисгармонии, человек испытывает постоянное беспокойство и неудовлетворенность. Часто такое состояние может вызываться отсутствием доброжелательности окружающих в детстве и юности, что не позволило ребенку выработать честную и подлинную самооценку. Чувство никчемности порождает потребность в постоянных действиях с целью скрыть ее от мира, поэтому человек вновь и вновь подвергает себя оценке в соответствии с успехами, которых он добился в материальном мире. Он становится отчаянно амбициозным и испытывает острую потребность в материальных достижениях и успехах, чтобы чувствовать себя достойным и доказать это другим людям. Такая ситуация может привести к тому, что ему будет сложно успокоиться или же он впадет в состояние бездействия. Человек может чувствовать, что ему необходимо постоянно что-то делать, чтобы чувствовать себя полноценным и адекватным.

В подобных ситуациях социальное положение и накопление материальных ценностей могут стать смыслом жизни до такой степени, что человек отвергнет мир чувств как не имеющий для него особого значения. У него даже может появиться стремление игнорировать или подавлять эмоции, которые мешают его постоянному стремлению к успеху в материальном мире. И все эти подавляемые эмоции могут вы-

рываться наружу в различных ситуациях.

При отсутствии равновесия в манипуле возникает чувство гнева и обиды на родителей и мир, которое человек пытается тщательно скрывать, делая вид, что все нормально, чтобы производить впечатление удачливого и преуспевающего в глазах других людей. Между тем, подавляемые чувства не дают ему покоя, и он может страдать от приступов депрессии и ярости.

Когда человек воспринимает свою внутреннюю силу как средство контроля, естественная пропасть отделяет его от остальных людей. Он выстраивает противостояние: «я – они». Он разделяет «их» на категории «тех, кто может помочь мне в достижении моих целей» и «тех, кто мешает мне достигнуть моих целей». Он часто заводит связи, основанные на корысти, но не способен вступать в настоящие близкие связи с людьми. Ему кажется, что он один в борьбе против всех, а не один из многих таких же, как он.

Стремление руководить и манипулировать ведет к расходованию большого количества энергии, и человек может обнаружить, что он выдохся, что ему требуются внешние стимуляторы, например, кофе, сладости и так далее, и дело доходит до того, что он не может без них обойтись.

Бывают ситуации, когда человек испытывает страх перед собственной внутренней силой. Этот страх приводит к постоянной самокритике, что утомляет, изматывает и заставляет держаться холодно и сдержанно (причина этого –

в колоссальной нехватке уверенности и в критическом отношении к себе). На самом деле человек работает против естественной энергии этой чакры, которая является теплой и полной энтузиазма.

Анахата.

Когда сердечная чакра уравновешена, она оказывает благотворное влияние на другие чакры, работает в гармонии с ними, помогая человеку превратиться в канал, принимающий Божественную любовь. Чакра излучает колоссальную энергию во внешний мир, на человечество и во Вселенную. Деятельность хорошо уравновешенной сердечной чакры, особенно тогда, когда другие чакры также находятся в уравновешенном состоянии, дарит человеку возможность сильно любить, и эта любовь, сознательно или бессознательно, изливается на окружающих людей.

Это состояние формирует человека, который притягивает к себе, с которым приятно быть вместе, потому что его присутствие рядом оказывает успокоительное, утешительное, поддерживающее воздействие. Человек чувствует себя связанным узами с другими людьми, сочувствует им и понимает их. Он чувствует прочную связь с теми, кто его окружает, но при этом находится в гармонии с собой и сохраняет эмоциональную устойчивость. Сам он чувствует себя счастливым и уверенным в себе, и его присутствие придает такие же чувства людям, находящимся рядом с ним. В его об-

ществе они чувствуют себя непринужденно, свободно, они с легкостью раскрывают сердца. Люди, у которых сердечная чakra раскрыта и уравновешена, часто слышат в свой адрес: «Вы так мне помогли!» или «Разговор с вами принес мне настоящую пользу!», хотя на самом деле они ничего особенного не говорили, просто выслушивали с пониманием и благожелательностью. Такому человеку легко «изливать душу» и ощутить подлинное облегчение, даже если этот человек не оказывал действенной помощи и не давал советов. Энергетическое взаимодействие заставляет людей вокруг раскрывать сердца, и поэтому такой человек чувствует, что ему самому дарят любовь и понимание знакомые и незнакомцы. Это делает жизнь приятной и гармоничной. Когда чakra раскрыта и уравновешена, человек ощущает желание помогать, способность сочувствовать, и это совершенно естественно, при этом из него не могут «высосать» энергию, его доброй волей нельзя манипулировать.

Человек, у которого раскрыта и уравновешена сердечная чakra, может часто предлагать помощь, несколько отличающуюся от той, за которой к нему обращаются, но эта помощь является необходимой и правильной в данных обстоятельствах, потому что этот человек может сохранять объективность и понимать, что требуется людям на самом деле.

С эмоциональной точки зрения, открытая и хорошо уравновешенная сердечная чakra побуждает человека полностью принимать свои эмоции естественным образом, не вызывая

конфликтов или неуверенности в себе. Он не боится выражать свои чувства, также как не бывает шокирован проявлениями чувств у других людей в его присутствии – плача, веселья, обволакивающей теплоты и так далее, – так как они являются совершенно естественными. Поскольку он способен принимать свои собственные чувства, он одарен способностью принимать и понимать чувства других. Он относится к чувствам как к законному и положительному проявлению, и он поощряет людей выражать их, а не сдерживать. Чем лучше уравновешены другие чакры, при отсутствии препятствующих духовных и психологических факторов, тем более приятно находиться в обществе человека с раскрытой анахатой. Разумеется, это воздействует на его семью и социальные связи и создает гармонию повсюду, где он появляется.

Как говорилось ранее, воздействие раскрытой и уравновешенной анахаты на окружение колоссально. Энергии, принимающие участие во взаимодействии с мягкими и неосуждающими энергиями любви и сострадания человека с раскрытой сердечной чакрой, могут побуждать сердца жестоких людей смягчаться, их гнев проходит и успокаивается. Это происходит потому, что их собственная анахата хочет быть уравновешенной. Любовь к себе и приятие, а также любовь к другим людям, становящаяся неотъемлемой частью жизни человека с раскрытой и уравновешенной сердечной чакрой, заставляют его устремляться к Божественной любви – Вселенской любви. Его желание жить и его наслаждение жиз-

нюю увеличиваются, мир кажется ему прекрасным и приветливым. Понимание законов вселенной помогает ему воспринимать свой опыт в новом свете. Благодаря правильной эмоциональной и рациональной интерпретации событий, анатхатный человек воспринимает определенные состояния, для других людей часто неблагоприятные, с большим пониманием, глубиной и спокойствием.

Дисгармоничная работа сердечной чакры выражается в различных аспектах способности человека брать и отдавать. Это состояние может проявляться в ощущении, что человек может дарить любовь, поддержку и помощь, но на самом деле он не подключен к подлинному питающему и дающему удовлетворение источнику любви. Разумеется, это может вызвать духовное истощение из-за того, что человек дарит свою любовь, когда сам не способен ее получать. Он чувствует неловкость, проявляя свою любовь, и предпочитает говорить о себе как о человеке, который не нуждается в других, поскольку он воспринимает поддержку, помощь, принятие любви как слабость, и в то же время из-за этого даримая им любовь никогда не будет совершенной.

Подобное состояние четко проявляется и в различных отношениях. На энергетическом уровне оно может проявиться в ощущении человеком неспособности воспринимать любовь, подсознательном убеждении, что он недостойн любви. Следовательно, на энергетическом уровне он не притягивает любовь к себе. Чем больше, сознательно или бессознатель-

но, человек пытается убедить себя, что не нуждается в любви, тем меньше любви он будет получать. Иногда причина этого коренится в нехватке любви в юности, когда родители обычно рассматривают своих детей как слишком «больших» для того, чтобы любить их конкретной, физической любовью. Таким образом, человек учится подавлять свою потребность в любви и впоследствии обнаруживает, что ему трудно принимать любовь и проявления любви даже со стороны своего супруга или супруги.

Другая ситуация, возникающая из-за отсутствия равновесия между отдачей и получением, это ситуация, в которой человек изливает щедрые потоки тепла и любви на свое окружение, не подозревая, что должен поддерживать свой центр в стабильном и уравновешенном состоянии. Он подвергается эмоциональному вымогательству, находясь в состоянии постоянного дарения, и чувствует, что не получает отдачи. Мы не должны забывать, что в тех случаях, когда чакра уравновешена, человек не отдает для того, чтобы получать. Он отдает естественным образом, открыто, не испытывая потребности получать что-то взамен, потому что для него важен тот факт, что он отдает. Когда анахата не уравновешена, в глубине своего сердца человек ощущает потребность получить что-то взамен того, что он отдает. Если он ничего не получает, он испытывает разочарование, ему кажется, что его использовали, а иногда у него появляется даже жесточенность. Когда в сердечной чакре присутствует

дисбаланс, человек может дарить и любить просто для того, чтобы получить одобрение, довольство или привязанность со стороны других. Он боится быть отвергнутым, боится, что, оставшись один, концентрируясь на себе, он заслужит репутацию эгоиста или будет отвергнут. Ему трудно найти место, в котором любовь к себе и любовь к другим становятся единой вселенской любовью, и он чувствует, что эти две силы находятся в постоянном столкновении.

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.