

Джин Ханер



софия

平和天使 靈魂魅力 美愛信夢 幸福希望

КИТАЙСКОЕ
ИСКУССТВО
ФИЗИОГНОМИКИ

Джин Ханер

**Китайское искусство
физиогномики**

«София Медиа»

2008

УДК 615.85
ББК 53.59

Ханер Д.

Китайское искусство физиогномики / Д. Ханер — «София Медиа», 2008

ISBN 978-5-906749-60-4

Лицо – не просто зеркало души: это инструкция по уходу за душой. Джин Ханер, более 25 лет изучавшая китайскую физиогномику под руководством опытных мастеров, поможет вам моментально начать «читать» лица, используя учение о пяти стихиях. К концу книги вы будете знать о том, как те или иные черты лица отображают внутренний мир, жизненный опыт и предназначение человека. Обладая этой информацией, мы можем – и должны – корректировать свою судьбу! Это проверенная веками система, которая реально работает и не требует предварительных углубленных познаний в метафизике. Начните познавать мудрость своего лица уже сейчас. Книга также издавалась под названием «Мудрость твоего лица».

УДК 615.85

ББК 53.59

ISBN 978-5-906749-60-4

© Ханер Д., 2008
© София Медиа, 2008

Содержание

Благодарности	6
Введение	7
Часть I	9
Глава 1	9
Раскрыть самих себя	11
Понять других	13
Питай то, что проявляет себя	13
Глава 2	15
Суждение	16
Интуиция	17
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Джин Ханер

Китайское искусство физиогномики

Моему сыну Джефффри, который открыл мое сердце

Чтобы губы стали красивыми, говори слова добра.

Чтобы глаза сияли, ищи в людях хорошее.

Желаешь стройную фигуру – поделись пищей с голодным.

Для красивых волос есть надежное средство – пальцы ребенка, перебирающие их раз в день.

Желаешь выправить осанку – ходи с мыслью, что ты никогда не будешь один...

Люди еще больше вещей нуждаются в обновлении, восстановлении и возрождении.

А еще в заботе, заботе и заботе.

Сэм Левенсон

THE WISDOM OF YOUR FACE

Copyright © 2008 by Jean Haner Originally published in 2008 by Hay House Inc. USA

© ООО Книжное издательство «София», 2015

Благодарности

Это та часть, в которой я могу выразить свою признательность другим. В свое время, только приступая к ее написанию, я поняла, что она может стать длиннее самой книги – так много людей учило меня, вело в нужном направлении, терпеливо помогало не сбиться с пути (и продолжает делать это поныне). А ведь есть еще друзья и близкие, которые поддерживали меня все то время, что я с одержимостью работала над этой книгой, напрочь забросив «нормальную» жизнь. Что и говорить, я – счастливейшая женщина в мире!

Спасибо моему отцу Уэнделлу, который научил меня всем тонкостям общения, что сделало меня доступной людям, и моей матери Филлис, благодаря которой я смогла взглянуть на мир глазами художницы.

Выражаю глубочайшую признательность моим даосским и буддийским учителям, которые позволили мне прикоснуться к этим простым и прекрасным истинам. Чарльз, Мэй и Бокмон Дон, спасибо вам за то, что 15 лет назад вы приняли меня в свою семью, дав возможность погрузиться в богатейшую китайскую культуру. Огромное спасибо Луизе Хэй, Уильяму Сперу, Лори Дечар, Лиллиан Бриджес, Шан-Тун Сю и Урсуле Ле Гуин, которые вдохновляли меня в этом странствии. Я признательна Розель Ковиц и Тере Коллинз за их сердечную дружбу. Спасибо всем, чьи фотографии появились в этой книге: я знаю, что многим было непросто пойти на такой шаг, и я всем вам глубоко признательна.

Я искренне благодарна тем людям, общение с которыми, пусть и непродолжительное, затронуло глубочайшие душевные струны и явило миру силу и мужество наших сердец. Возможность читать ваши прекрасные лица была и остается для меня величайшей честью.

Введение

Высвободить ангела

Возможно, вы знакомы с человеком, которого все просто обожают. Почти наверняка он не может похвастаться отсутствием морщин и не отличается безупречными чертами лица. Но когда такой человек входит в комнату, сердца присутствующих воспаряют. Они реагируют вовсе не на физическую внешность, а на информацию, которая исходит от его лица. Когда люди живут в согласии со своей истинной природой, окружающие находят их невероятно привлекательными. Когда человек пребывает в гармонии со своими природными энергиями, его чувства не скованы и не зажаты и сам он движется по жизни с радостью и изяществом, которые делают его неотразимым.

А известно ли вам, что ваше лицо способно показать, как именно вы можете достичь подобного состояния? Вы, конечно же, знаете, что внешность может измениться не в лучшую сторону под воздействием стрессов и прочих неприятностей. Но она же, внешность, способна и указать вам выход из замкнутого круга. Лицо – это отражение вашей внутренней структуры, и в нем заключена информация о том, для чего вы пришли сюда и какими должны стать.

К сожалению, по прибытии в этот мир мы не получаем руководства пользователя. И нам в значительной мере приходится полагаться на те послания, которые мы получаем от членов семьи, друзей, системы образования и культуры в целом. С их помощью мы пытаемся определить, кто мы такие и как нам следует думать, чувствовать и действовать. Очень скоро наш естественный способ взаимодействия с жизнью отстывает перед подобными внешними факторами.

Окружающие редко побуждают нас проявлять и развивать свою истинную природу. Большинство из нас растет в атмосфере скрытого суждения и недовольства. И со временем мы начинаем думать, что с нами и в самом деле что-то не так. В результате мы пытаемся изменить, ограничить или вовсе отвергнуть свое истинное существо, чтобы стать той личностью, которую лепят из нас окружающие. Это выбивает нас из равновесия, погружая в состояние стресса и дисгармонии.

«Я увидел в этом мраморном куске ангела, и работал до тех пор, пока не высвободил его», – слова эти приписывают Микеланджело. Он верил, что статуя уже существует внутри камня и все, что требуется от скульптора, – отсечь лишнее: «В каждой глыбе мрамора я вижу статую – так же ясно, будто она стоит передо мной во всем своем совершенстве. Мне нужно лишь отсечь все то, что скрывает чудесное видение, чтобы и другие могли узреть этот облик».

Подруга прислала мне эти цитаты после посещения одного из моих семинаров по чтению лица. По ее словам, моя работа во многом похожа на работу скульптора. Научившись читать свое лицо, вы сможете избавиться от всего, что не является частью вашей истинной сущности, и явите взору окружающих прекрасное произведение искусства. Цель моей работы состоит в том, чтобы помочь вам обнаружить сокрытые энергии радости, которые только и ждут вашего внимания. В результате вы сможете восстановить свой внутренний узор и жить согласно его течению. В мире, который так сосредоточен на внешности, это и есть лучший способ выглядеть и чувствовать себя отлично!

Впервые я познакомилась с китайской физиогномикой в конце 1970-х, когда вышла замуж за китайца. Об искусстве чтения лица я узнала от своей свекрови. Мне хотелось изучить его, чтобы лучше понимать своих клиентов. С помощью физиогномики я намеревалась привести свою энергию в гармонию с энергией других людей. Это позволило бы мне яснее и отчетливее воспринимать их потребности, а значит, оказывать им наиболее действенную помощь. Однако значительная часть информации, касавшейся чтения лица, носила критический или

негативный характер. Чтобы представить вам эту книгу, мне пришлось пройти путь в 25 лет, на котором мне повезло встретить нескольких замечательных учителей.

Чтение лица основывается на тех же древних принципах, что и китайская медицина. В Китае до сих пор есть врачи, которые способны определить болезнь, просто изучив лицо пациента. Но моя работа не затрагивает вопросы физического здоровья. Те же качества, которые влияют на состояние вашего тела, находят отражение и в ваших эмоциях. Таким образом, аспекты, позволяющие китайским докторам оценивать состояние вашего здоровья, могут быть использованы и для оценки вашей личности. Этой задаче и посвящена моя книга. Я использую свои знания, чтобы помочь людям жить в согласии с их истинной природой, тем уникальным энергетическим и эмоциональным узором, который определяет их неповторимость. Так что именно они могут стать теми, кто заставляет воспарять чужие сердца.

Каждый день на своих семинарах и консультациях я слышу в том или ином варианте: «*Это я!*» Люди с изумлением осознают, что есть своя причина на то, почему они чувствуют так, а не иначе и почему их жизнь складывается подобным образом. Надеюсь, что и вы сможете осознать это благодаря моей книге.

С помощью этой книги мы совершим путешествие по линиям вашего лица, чтобы открыться той мудрости, которую оно способно предложить вам. Часть I позволит вам ознакомиться с истоками физиогномики, а также с основными способами ее применения. Я расскажу о том, как эта информация впервые «подмигнула» мне и почему я нахожу ее такой действенной. На моем примере вы поймете, как важно, чтобы она стала частью жизни западных людей.

Мы познакомимся с основами, без которых немислимо чтение лица. Затем мы постараемся понять, что именно дали вам в плане опыта каждое десятилетие, каждый год вашей жизни. Это наилучший способ разобраться в том, как можно создать свое будущее исходя из прошлого. Само это знание способно стать тем стимулом, который направит вашу жизнь в новое русло.

Часть II соответствует наиболее важной стадии нашего путешествия. Вам предстоит ознакомиться с древним основанием китайской физиогномики, и эти глубокие, но простые истины позволят вам раз и навсегда изменить свою жизнь. Я помогу вам отождествить те пять архетипов, которые отображаются на лице, с вашей собственной, неповторимой формой. Вы пройдете по всем чертам и отметинам своего лица, вчитываясь в те послания, которые они несут вам. Благодаря этим посланиям вы научитесь понимать, кто вы на самом деле и что вам нужно для того, чтобы быть счастливыми.

Часть III предлагает вам ряд дополнительных способов, позволяющих читать свое лицо. Вы ознакомитесь с информацией, которую выражает каждая часть вашего лица, и постараетесь разобраться в том, какое послание несут в себе его горизонтальные зоны. По окончании этого путешествия вы получите возможность странствовать в одиночку, опробуя свои новые способности на чтении чужих лиц и сопоставлении этих сведений с моими интерпретациями.

Окружающим не раз доводилось слышать от меня о том, что такого скептика, как я, еще поискать. И мне всегда необходимо рациональное обоснование, чтобы поверить во что-либо. То же самое касается моей работы: я трачу массу времени на изучение и практическое применение ряда принципов, прежде чем признать, что они заслуживают доверия.

Именно клиенты и ученики больше всего убеждают меня в том, что чтение лица действительно работает. Это их вдохновенные заверения, которые я слышу на семинарах и консультациях, и письма, приходящие по электронной почте, поддерживают во мне интерес к физиогномике. Благодаря им я смогла убедиться в том, что эта китайская мудрость способна, в том числе, изменить и вашу жизнь. А потому я приглашаю вас присоединиться ко мне, чтобы вместе освободить сокровища внутри ангела.

Часть I

Зеркало

На нескольких квадратных дюймах своего лица человек находит место для черт всех своих предков, для отражения своей истории и всех своих желаний.

Ральф Уолдо Эмерсон

Глава 1

Отражение

Сколько лиц вы перевидали за свою жизнь? И каждое из них уникально, поскольку отображает один-единственный человеческий дух. Большинство людей полагает, что их лицо – всего лишь комбинация черт, унаследованных генетическим путем от родителей и прочих предков. А возникающие на нем морщины – признак старения. Возможно, вам и в голову не приходит, что каждое лицо способно поведать о том, что представляет собой стоящий перед вами человек.

А теперь представьте, что вы, просто взглянув на человека, смогли бы сказать, каков он по сути – каким образом складывалась до сих пор его жизнь и как именно он склонен думать, чувствовать и поступать. Что, если бы вы смогли разглядеть на своем собственном лице радость того дня, когда вы женились или вышли замуж, уроки, полученные благодаря трудной работе, или тот волшебный момент, когда на свет появился ваш ребенок? И самое главное, что, если отражение в зеркале способно поведать вам множество секретов, которые позволят соприкоснуться с вашей истинной природой и проявить ее в реальной жизни?

Люди привыкли думать, что чтение лица – всего лишь фокус, или нечто имеющее отношение к пластической хирургии, или способ манипулировать окружающими. В действительности, это искусство базируется на том же древнем знании, что акупунктура и китайская медицина. Упоминания о нем можно встретить в текстах, которые датируются седьмым веком до н. э., а истоки его прослеживаются до эпохи Желтого Императора (2697–2597 гг. до н. э.). Первыми специалистами по чтению лица были даосские монахи и ученые, высокообразованные люди, в каждом из которых гармонично сочетались священник, целитель и мудрый советчик.

Чтение лица послужило отображением той холистической теории, согласно которой каждая часть тела олицетворяет собой целый организм. Во многом это подобно голограмме: пропуская луч лазера через фрагмент образа, вы получаете в итоге всю картину. Так и лицо считается совершенным экраном, воссоздающим те процессы, которые протекают в физическом теле. Существует мнение, что состояние здоровья каждого крупного органа отображается в той или иной черте лица. Поскольку в старом Китае докторам не разрешали прикасаться к женщинам во время осмотра, чтение лица стало важным аспектом при диагностике болезней.

Помимо этого, древним докторам был известен факт, который на Западе начали признавать лишь в последние десятилетия: оказывается, тело и дух существуют в непрерывном взаимодействии. Китайская медицина с самого начала знала о том, что эмоции играют важную роль в состоянии нашего здоровья. Физическое и ментальное тела неотделимы друг от друга, а значит, информацию, отображенную на вашем лице, можно использовать не только для диагностики физического здоровья, но и для ознакомления с внутренней эмоциональной природой человека.

Таким образом, помимо оценки физического состояния, китайское чтение лица дает полноценное представление об эмоциональной составляющей человека, о его сильных и слабых сторонах и даже о людях, к которым его будет тянуть, и о работе, к которой у него лежит душа. Более того, чтение лица позволит ответить на два существенных вопроса: «*Кто я такой?*» и «*В чем мое призвание?*» Именно на этом я и делаю акцент в своей работе.

Как я уже упоминала ранее, мое погружение в эту сферу началось около 30 лет назад, когда я породнилась с китайской семьей. Тогда мы с мужем подыскивали свое первое жилье и моя свекровь помогала нам в этом. Однако у нее были довольно странные представления о том, по каким критериям мы должны подбирать себе дом. Так, она не желала даже слышать о жилище в конце тупика и наотрез отказывалась рассматривать помещение, которое находилось через дорогу от кладбища. Когда мы наконец нашли дом, который ей понравился, она провела в нем двое суток, яростно вычищая все помещение. Причем объяснялось это не только повышенной любовью к чистоте, но и желанием убрать ту энергию, что осталась от прежних владельцев.

Прочие родственники мужа были озадачены подобным поведением моей свекрови и настаивали на том, что это всего лишь суеверия. Дело в том, что женщина верила в такую странную вещь, как «*фан-суй*» – так, во всяком случае, это звучало для моего уха. Это было задолго до того, как на Западе началась мода на *фэн-шуй* – древнекитайскую науку о воздействии на нас нашего энергетического окружения. Но кое-что из сказанного свекровью заинтриговало меня. Она-то и стала первой из множества учителей по фэн-шуй, которые познакомили меня с универсальными принципами равновесия, применимыми не только к нашему окружению, но и к здоровью, личности и жизни в целом.

Еще моя свекровь толковала о чтении лица, упоминая в моем присутствии о «счастливых» или «несчастливых» чертах. Взглянув на чей-нибудь нос, она могла сказать, что хозяйину его лучше не заниматься бизнесом. А одного взгляда на чей-нибудь рот было достаточно, чтобы определить: из этого человека получится хороший муж. Уже гораздо позже я поняла, как сильно должна была разочаровать ее моя внешность: на лице у меня не было «денежных мешочков», которые считаются признаком удачной супруги. В то время подобные утверждения казались мне слишком надуманными. Я не видела за ними той же интуитивной логики, какую замечала за высказываниями относительно нашего дома. Соответственно, я отметала это все, как народные суеверия.

По мере того как фэн-шуй обретал все большую популярность, я стала обучать этому искусству других людей, проводя консультации по всему миру. И вот тогда мне пришлось вернуться к китайскому чтению лица. Как правило, на сессию по фэн-шуй отводилось около двух часов, и за это время я, в соответствии с ожиданиями клиентов, должна была полностью изменить их жизнь! Я всегда старалась побеседовать с людьми до того, как взглянуть на их помещение, чтобы понять, с какими проблемами они сталкиваются и в чем заключаются сейчас их основные потребности. Но очень скоро мне стало ясно, что слова их не всегда соответствуют истинному положению дел. Нередко все самое важное я узнавала лишь к концу беседы – если узнавала вообще. И я всегда искала способ читать между строк, чтобы понимать, что в действительности происходит в жизни моих клиентов и как я могу помочь им.

Тогда я вновь обратилась к чтению лица, все больше и больше убеждаясь в том, что за суеверными представлениями о «счастливых» и «несчастливых» чертах кроется немало полезных истин. Физиогномика помогла мне не только в работе с фэн-шуй, но и стала инструментом, позволяющим изменить жизнь самого человека.

Поначалу я не рассказывала клиентам о том, что смогла прочесть на их лицах. Я просто использовала эту информацию, чтобы сделать свою работу по фэн-шуй максимально эффективной. И это действительно приводило к потрясающим результатам.

Но со временем мне стало все труднее сдерживать себя, и я стала понемногу делиться с клиентами тем, что было написано на их лицах. В итоге то, что начиналось как получасовая беседа, превращалось в обстоятельный двухчасовой разговор – в настоящую работу по преобразованию личности. И мне не раз приходилось слышать потом от людей: «Знаете, у меня такое чувство, будто это меня выстроили по принципам фэн-шуй. И теперь не так уж важно, что делать с самим домом!»

Происходившее было похоже на чудо: как только мы приступали к консультации, начинала проявляться истинная суть – внутренняя красота – сидевшего передо мной человека. Наконец-то он мог взглянуть на себя беспристрастно, а не в свете тех суждений, к которым привык. Мудрость, прочитанная на лице клиента, словно бы давала ему позволение жить в согласии с самим собой. И это было несказанно радостно для нас обоих. Как только человек начинал постигать, каков он на самом деле, ему было гораздо проще определить свое истинное призвание. И постигалось это благодаря комбинации черт его лица.

Раскрыть самих себя

Один из первых случаев такого рода произвел на меня сильное впечатление – и в то же время слегка позабавил. Меня пригласили, чтобы я проверила на предмет фэн-шуй квартиру женщины, которая работала бухгалтером. Эту должность она занимала в течение десяти лет, хотя больше всего на свете мечтала стать пожарным. Она усиленно тренировалась и каждый год, на протяжении семи лет, сдавала весьма изнурительный экзамен на профпригодность. И каждый раз с треском проваливалась. В конце концов она подумала, что проблема, возможно, заключается в ее жилище. Не исключено, что это его энергии препятствуют ей в достижении цели. И если расположить все по фэн-шуй, то ситуация наладится и она сможет наконец сдать свой тест.

Стоило мне перешагнуть порог, и первое, что я увидела, – яркий календарь, на котором красовался обнаженный по пояс пожарный. Повсюду в доме висели изображения пожарных машин и людей в спецодежде. Очевидно, что женщина была целиком и полностью сосредоточена на своей мечте! И даже над кроватью она разместила портрет пожарного – первое, на что падал ее взор после пробуждения.

Но когда мы присели на кушетку и я начала изучать ее лицо, сердце мое упало: ее черты начисто отрицали возможность стать пожарным. Все, что я видела на ее лице, касалось любви и взаимоотношений. В ней не было внутренней потребности тушить пылающие дома. На лице ее отчетливо читалась надежда на взаимные чувства и счастливую семейную жизнь.

Как можно тактичнее постаралась я объяснить своей клиентке, что никакой фэн-шуй не поможет ей достичь поставленной цели. Далее я описала ей все то, что смогла прочесть на ее лице, надеясь только, что она не будет слишком разочарована. Несколько мгновений женщина смотрела на меня в полной растерянности, но затем лицо ее озарилось внезапной радостью. «Все понятно! – воскликнула она. – Мне не нужна профессия пожарного, мне нужен сам пожарный!» В скором времени у нее действительно появился бойфренд-пожарный, за которого она затем вышла замуж. Сама она, кстати, продолжает и по сей день работать бухгалтером. Эта женщина была права – ей действительно требовалась в жизни энергия пожарного. Единственное, с чем она ошиблась, – это с формой ее проявления.

Не исключено, что и вы провели долгие годы, пытаясь определить, что же вам делать с собственной жизнью. Ваша главная задача состоит в том, чтобы открыть присущие вам силы и определить, каким образом можно воплотить их в окружающую действительность. Вы попали в этот мир не случайно, и у вас есть все необходимое для самореализации. Но большинству из нас не хватает ясности в этом деле. Мы чувствуем себя оторванными от своей истинной природы и не понимаем, почему так происходит.

Мы движемся по жизни, ощущая гнетущее недовольство собой. Нам кажется, что мы постоянно делаем что-то не так, а если бы мы могли это исправить, то все наладилось бы само собой. Но это все равно что ругать себя за короткие ноги или выщипанные волосы. Мы такие, какие есть, и зависит это исключительно от нашей внутренней природы.

Мы рождаемся с готовым набором сильных и слабых сторон, которые определяют нашу склонность мыслить, чувствовать и действовать определенным образом. Энергетический склад любого человека обладает безусловной последовательностью, так что все его проявления осмысленны и исполнены значения. Однако большую часть жизни мы заняты тем, что пытаемся втиснуть себя в чужие схемы и модели поведения. С детства нас окружает атмосфера семейных ценностей и суждений, которые формируют наше представление о собственной личности. Домашняя жизнь, школа, культурная среда – все это накладывает на нас свой отпечаток. К тому моменту, когда мы наконец становимся взрослыми, наше истинное «Я» бывает погребено под слоями сторонних влияний. Мы привыкаем отождествлять себя со всей этой информацией и утрачиваем в итоге чувство внутренней гармонии. Мнение других понемногу подменяет наше собственное. На фоне этой бесконечной какофонии голосов подсказки нашей внутренней природы кажутся не более чем шепотом.

О том, как далеко вы ушли от своей истинной сути, можно судить по тому стрессу, который вы испытываете в своей повседневной жизни. Чтобы избавиться от этого напряжения, необходимо понять, кто же на самом деле скрывается под бесчисленными слоями внешних влияний; понять, что истинная ваша природа совершенна в своей чистоте. Избавившись от этого стресса – от привычки осуждать себя за то, что вы представляете собой на самом деле, – вы высвободите невероятное количество энергии, которая позволит вам далеко продвинуться на жизненном поприще. Приняв свою истинную природу, вы больше не будете стоять у себя на пути. Вы сможете быть собой – теперь уже целенаправленно.

Как-то раз у меня был клиент, которому для полного счастья необходимо было постоянно находиться на публике. На лице его отчетливо читалось: человек этот рожден, чтобы быть в центре всеобщего внимания. Судя по заложенным в нем способностям, он мог стать замечательным учителем, крупным общественным деятелем и даже актером. Однако вырос он в семье, где подобная публичность считалась проявлением тщеславия и эгоизма. С детства мальчика критиковали за его харизматическую личность, обвиняя в эгоизме и себялюбии. В конце концов он избрал карьеру врача, смиренно работая в тиши кабинета с частными клиентами.

Хотя с работой он справлялся весьма успешно, его мучило постоянное чувство недовольства. Он все время ощущал себя подавленным и часто болел, с легкостью подхватывая любую инфекцию. И это неудивительно, ведь отрицание своей истинной природы делает человека несчастным. Не позволяя своим способностям проявиться в полной мере, вы создаете условия не только для эмоционального, но и физического дисбаланса.

Я видела, что с плеч клиента словно бы упал тяжкий груз, когда я стала описывать ему все то, что мне удалось прочесть на его лице. Облегчение его было просто ощутимым, когда он смог увидеть себя в новом позитивном свете, когда перед ним распахнулись возможности, позволявшие жить в согласии со своим истинным «Я». В результате он стал одним из наиболее ярких наставников в избранной им сфере деятельности. Ныне он выступает с речами на национальных конференциях и возглавляет организацию единомышленников, вкладывая в это все свои способности.

Китайская физиогномика позволит вам, как и этому человеку, распознать свою истинную суть и обрести внутреннюю гармонию с самим собой. Вы избавитесь от чувства ложной ответственности, которая побуждала вас соответствовать ожиданиям окружающих. Вы сможете идти по жизни, руководствуясь своим истинным призванием, неотделимым от ваших природных склонностей.

Понять других

Как-то раз ко мне на прием пришла женщина и принесла фотографию своего нового бойфренда. Хотя их связывало сильное чувство, был целый ряд тревожных моментов, которые ей хотелось проверить. По ее словам, приятель проявлял слишком сильную привязанность и не считался с ее личным пространством: «Дай ему волю, он бы вообще не отпускал меня от себя!» Стоило ей заикнуться о том, что она хочет побыть одна, как друг тут же заявлял, что не будет ей в тягость, если тихонько посидит рядом. Женщину это страшно раздражало, поскольку она была из тех, кто нуждается в личном пространстве. Она хотела понять, не является ли это предвестием неприятного будущего. Что, если в дальнейшем он станет слишком требователен или назойлив?

Стоило мне взглянуть на фотографию, и по комбинации черт – особому сочетанию глаз, щек и рта – я тут же поняла, что передо мной человек, который превыше всего ценит отношения с партнером. Такой будет щедро изливает свою привязанность на любимого человека. Само представление об одиночестве было для него антитезой счастью, так что вряд ли он поймет стремление своей подруги к уединению!

Это не значило, что у них не может быть прекрасных взаимоотношений; главное было – осознать ситуацию. Моя клиентка испытала невероятное облегчение, когда поняла, что дело тут не в контроле и привычке доминировать. Осознав, что поведение партнера диктовалось естественной тягой к близости, она решила иначе строить свои беседы с ним, когда речь заходила о таких спорных вопросах. Вдобавок, мы обсудили то, что читалось на ее лице, и она поняла, что стабильная привязанность партнера и его заботливая натура были для нее настоящим подарком судьбы.

Таким образом, стоит вам перестать бранить себя за то, каков вы есть на самом деле, происходит нечто еще более чудесное: вы перестаете бранить других людей за то, что они – такие, какие есть. И это способно значительно улучшить ваши взаимоотношения. Когда вы видите по расположению бровей своего мужа, что ему действительно нужно дважды в неделю играть в баскетбол, это может стать решающим моментом в сохранении вашего брака. Когда при взгляде на рот своего клиента вы понимаете, что вам, прежде чем приступить к делу, стоит попросить его о разрешении взглянуть на семейные фотографии, это создает пространство для обоюдной симпатии и успешной беседы. Бывает и так, что ваши собственные щеки способны объяснить, почему слегка покосившаяся картина на стене будет раздражать вас до тех пор, пока вы не приведете все в идеальный порядок. Это позволит вам по-новому взглянуть на свою жизнь, открыв для себя невиданные доселе перспективы.

Не зря говорят, что лицо – зеркало души. Оно отображает суть вашей истинной природы, все те аспекты, которые позволяют пребывать в состоянии внутренней гармонии. Оно показывает, какими талантами, навыками и способностями вы обладаете и над чем вам еще нужно работать. Научившись считывать эту информацию, вы получите возможность жить в согласии со своими внутренними энергиями. Вы сможете вступить на путь, который дарит только радость, обрести отношения, способные поддержать вас на этом пути, и, самое главное, создать атмосферу любви и сострадания по отношению к себе и прочим людям.

Кто вы такой? В чем состоит ваше призвание? Поверьте, в вашем распоряжении имеется все необходимое, чтобы ответить на эти вопросы.

Питай то, что проявляет себя

В свое время мне повезло работать с известным специалистом по фэн-шуй, мастером во втором поколении, который был также признанным мастером цигун. Популярность его была

так велика, что помимо регулярной практики в США ему приходилось несколько раз в год путешествовать в Пекин, где он тоже проводил занятия. Его семье, исповедовавшей даосизм, пришлось бежать из Китая на Тайвань в 1949 году, когда в стране разразилась гражданская война. Порой мастер рассказывал истории о своих родственниках, даосских монахах, которые умели левитировать!

Поскольку водить автомобиль он не умел, а ему постоянно требовалось разъезжать в связи с консультациями по фэн-шуй, я очень удачно вписалась в роль его добровольного шофера. У меня появилась прекрасная возможность освоить предмет, наблюдая за работой мастера. Я искренне восхищалась его умением донести до клиентов самую суть принципов фэн-шуй. Он давал им рекомендации, которые отличались необычайной простотой, но при этом как нельзя лучше соответствовали их потребностям. Он без труда находил те основополагающие моменты, которые позволяли вернуть все в исходное равновесие, – как специалист по акупунктуре, который никогда не ошибется с выбором иглы.

Это он открыл мне истину, которую я неизменно использую в своей работе: «Наблюдай за тем, что проявляется естественным образом». Не нужно, учил меня мастер, изыскивать способы, как все урегулировать, бесконечно просчитывая ситуацию. Лучше отметить и поддержать то, что уже возникло и развивается само по себе. Не стоит идти против течения – куда лучше двигаться в естественном потоке.

Применимо это и в отношении чтения лица. Я глубоко убеждена в том, что все мы естественным образом пытаемся проявить заключенную в нас энергию. Но с самого детства нас учат тому, что мы должны подавлять и отрицать эти природные импульсы, стараясь подстроиться под мнение окружающих. В действительности, мы должны поддерживать и подпитывать эту природную энергию, позволяя ей проявиться в полную силу. Это прекрасный дар, которым оделяет нас физиогномика. Благодаря ей мы начинаем понимать, кто мы такие, в чем нуждаемся и как научиться жить так, чтобы любить и быть любимыми.

Глава 2

Правильный подход к мудрости лица

Ваше лицо – продукт вашей генетики, окружения и жизненного опыта в целом. Оно показывает, кто вы такой, кем были раньше и к чему идете. Оно являет миру ваш уникальный потенциал и всё, что вам требуется для того, чтобы быть счастливым. Информация, заключенная в ваших чертах, может стать тем источником, с помощью которого вы создадите новую – значимую и осмысленную – жизнь. Все, что вам нужно, – это взглянуть на себя в зеркало.

В действительности, вам даже не нужно обладать специальными знаниями, чтобы получить информацию при взгляде на человека. В течение дня мы неосознанно считываем эту информацию с чужих лиц и так же неосознанно реагируем на нее. В коре головного мозга – 100 миллиардов нервных клеток, и большинство из них соотносится непосредственно со зрением. Причем значительная часть последних предназначена для распознавания лиц.

Научные исследования показывают, насколько лица важны в восприятии людей. Согласно журналу *«Педиатрия»*, малыши девяти минут от роду предпочитают изображения лиц всем прочим изображениям. Причем уже через 12 часов после рождения ребенок предпочитает фотографию матери фотографиям всех прочих женщин. Еще мне доводилось слышать о компьютерной программе, пароль в которой представляет собой не серию букв и чисел, а определенный набор лиц. Оказалось, что люди, склонные забывать обычные пароли, никогда не путают последовательность таких изображений!

Согласно недавним исследованиям, женщина способна определить, любит ли мужчина детей, просто взглянув на его лицо. Участницам эксперимента показали фотографии и попросили отобрать тех индивидуумов, которые, по их мнению, отличались чадолюбием. Почти 70 % испытуемых сумели правильно ответить на этот вопрос.

Мы реагируем даже на то, насколько широким или узким является чье-либо лицо. Как показывают психологические исследования, люди с широкими лицами кажутся нам более дружелюбными и заслуживающими доверия. Объясняется это, судя по всему, работой вашего подсознания: чем меньше вы видите чьего-либо лица, тем больше вам кажется, что от вас что-то скрывают.

Даже мимолетные выражения способны передать необычайно важную информацию. Исследования на эту тему стали неотъемлемой частью работы доктора Джона Готмена из Вашингтонского университета. Тот сумел создать систему, которая с необычайной точностью предсказывает, завершится ли ваш брак разводом или нет.

На ранней стадии исследования он снимал на видеопленку беседующие пары, однако отключал звук и наблюдал только за выражением лиц собеседников. Он обнаружил, что часто появляющиеся на лицах эмоции презрения и недовольства служили серьезными предвестниками развода. Выходит, даже мимолетные чувства способны поведать очень многое. Кстати говоря, эти же выражения на лицах служили показателем того, что тестируемые подвержены серьезному риску инфекционных и хронических заболеваний.

Еще одно исследование, проводившееся на протяжении 40 лет, показало, что улыбки людей на их выпускных фотографиях предсказывают, насколько счастливыми они будут в своей дальнейшей жизни. Участников эксперимента опрашивали с равными интервалами на протяжении многих лет. В результате оказалось, что интенсивность улыбки в 21 год являлась предвестником их дальнейшего жизненного опыта. Если в мимике оказывались задействованы два крупных мускула лица (окологлазной и мышца вокруг рта), то улыбка была искренней. Именно эти индивидуумы последовательно сообщали о том, что довольны жизнью. Разумеется, их существование не было гладким – подобно всем нам, они переживали разводы, страдали от болезней, теряли работу. Однако их отличал особый, оптимистический подход к жизни.

Те же, кто сохранял на выпускных фотографиях серьезное выражение лица или улыбался, но притворно, совсем иначе отзывались о своем жизненном опыте. Они утверждали, что не так уж часто сталкиваются с удачей. Скорее всего, у них был тот же процент трудностей, что и у первой группы, но реагировали они на них совсем иначе. Интересно другое: по выражению их лиц в возрасте 21 года уже можно было предсказать, что люди эти обладают склонностью к негативному мировосприятию.

Сами видите, лицо может многое поведать о том, что вы представляете собой на самом деле. Это подлинная карта вашей внутренней территории. На ней отмечены ваши сильные и слабые стороны, типичные эмоции и модель поведения, к которой вы особенно склонны. Именно они определяют ваш жизненный опыт. Наверняка вы слышали утверждение: «Поступая так же, как и прежде, вы получите то же, что и прежде». Осознав, в какой мере ваше будущее зависит от вашего прошлого, вы обретете силу, которая позволит изменить ваш подход к жизни. Это еще одна возможность, сопряженная с чтением лица.

Суждение

Порой, услышав о том, что я учу чтению лица, люди восклицают: «Ну, я и так читаю чужие лица!» Как вы могли уже понять, мы и в самом деле склонны наблюдать за окружающими, подмечая нюансы их внешности. Однако для большинства подобное «чтение» никак не связано с тем, что они действительно видят. Скорее это смесь суждений и интуиции. Очень часто наша реакция обусловлена теми неосознанными воспоминаниями, которые опираются на опыт прошлого. А это, в свою очередь, ведет к суждению. Новый знакомый глазами или формой лица может напомнить нам человека, с которым у нас были связаны позитивные или негативные эмоции. Воспоминания способны окрасить нашу подсознательную реакцию в тона, от которых в нынешней ситуации больше вреда, чем пользы. Женщина, посещавшая мои семинары, внезапно поняла, что выбрала своему сыну учителя карате, поскольку лицом тот напомнил ей любимого дядюшку. Однако сам мальчик был не в восторге от нового наставника с его привычкой подшучивать над учениками. Благодаря семинарам женщина поняла, что личный опыт неосознанно подтолкнул ее к неудачному выбору.

Есть еще один способ, позволяющий бессознательным суждениям влиять на нашу реакцию. Хотим мы того или нет, но при взаимодействии мы всегда считываем энергию друг друга. Если люди находятся на частоте, которая резонирует с нашей, мы невольно испытываем к ним симпатию. Если это не так, мы можем отнестись к ним прохладно или даже испытать неприязнь. Но подобные выводы способны подтолкнуть нас к ошибочным действиям. Лишь поняв, почему мы реагируем на человека так, а не иначе, мы в состоянии сделать осознанный выбор, не теряясь в собственных реакциях. Именно чтение лица учит нас осмысленно воспринимать эту энергию.

Еще одна участница моих семинаров осознала, что именно так и произошло с учительницей, к которой ее сын попал в четвертом классе. Она уже собиралась переводить мальчика в другой класс, поскольку новый преподаватель казался ей слишком нервным и восприимчивым. Учительница подмечала малейшие детали, моментально реагируя на любые нюансы. Мать мальчика отличалась более сдержанным характером, и каждый раз при встрече с педагогом чувствовала себя не в своей тарелке. Но именно эта учительница заметила, что ее сын страдает дислексией – факт, ускользнувший от внимания предыдущих учителей. Мать поняла, что именно особая восприимчивость позволила этой женщине распознать проблему. Лишь благодаря ей мальчик был избавлен от мучительных попыток соответствовать общему уровню учеников.

После посещения моих семинаров женщина сообщила, что теперь понимает, как именно ей нужно держаться с учительницей, чтобы избежать привычного напряжения. Она поняла,

какие фразы ей лучше использовать в беседе и даже какую поддерживать дистанцию при разговоре, чтобы учительница, в свою очередь, не закрывалась подсознательно от чужой для нее энергии. По словам женщины, это как если бы она вдруг заговорила на неведомом прежде языке.

Интуиция

При взгляде на людей мы пользуемся также интуицией, что, в принципе, может быть необычайно полезным. Интуиция – это чувство мгновенного постижения, обретения ответа еще до того, как начал продумывать вопрос. В западной культуре принято было недооценивать это чувство, однако времена, к счастью, меняются. Тем не менее большинство из нас по-прежнему не обладает навыками интуитивного восприятия.

Без должной практики или тренировки практически невозможно понять, опирается ли ваша реакция на бессознательное суждение или интуитивное знание. Но стоит вам обрести гармонию с собой, и вы начнете понимать, когда в дело вмешиваются личные предрассудки. Тем самым вы обеспечите беспрепятственный доступ к внутреннему руководству.

Вы можете использовать чтение лица для подтверждения того, что говорит вам интуиция. После своих занятий и семинаров я получила столько писем на эту тему, что естественным образом пришла к выводу: физиогномика – новый способ тренировки наших инстинктов. Так, мой ученик, специалист по вопросам карьеры, написал недавно, что чувствовал, будто бьется лбом об стену, когда ему приходилось консультировать одного из своих клиентов. Этот человек занимал должность, которая обязывала его составлять долгосрочные планы для одной крупной корпорации. Консультант создал прекрасно продуманную систему, позволявшую его клиенту с успехом трудиться на новом месте, и делал все возможное, чтобы поддержать его на этом пути. Однако тот не в состоянии был следовать предложенному плану и все больше разочаровывался в новой работе.

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.