

# О лепестках Анахата чакры и энергетических телах



Нестерова С.В.

# **Светлана Владимировна Нестерова**

## **О лепестках Анахата чакры и энергетических телах**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=68944365](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68944365)*

*SelfPub; 2023*

### **Аннотация**

Эта книга является продолжением серии книг «О космических законах и лепестках чакр», но немного отличается по своему содержанию от всех моих предыдущих книг. Здесь больше всего информации об энергетических телах, подробно раскрываю некоторые экстрасенсорные понятия, немного информации про интеграцию души, эгрегора жизни и смерти, исцеление горизонтальных временных линий. Эта книга содержит не только проработку ментального поля, но и затрагивает поле эфира, психическую энергию из Агни йога (на основе перевода Е.Рерих). Отличаются и практики по своему содержанию. Книга так же содержит большой объем информации, требует больше внимания и ответственности при работе на практических занятиях. Уже во время чтения теоретической информации вы можете получить терапевтический и целительный эффект после прочтения книги.

# Содержание

Введение.	4
Глава 1. Самодиагностика, или что с вашей чакрой.	6
Глава 2. Избыток или недостаток энергии в чакре Анахата. Как и в чём выражается?	10
Глава 3. Расшифровка чакры.	13
Конец ознакомительного фрагмента.	26

# **Светлана Нестерова**

## **О лепестках Анахата чакры и энергетических телах**

### **Введение.**

Приветствую тебя, дорогой читатель, на страницах моей книги. Эта книга является продолжением серии книг «О космических законах и лепестках чакр», но немного отличается по своему содержанию от всех моих предыдущих книг. Если вы прошли и поняли пирамиду низких вибраций (подробнее об эмблемах, играх и зашифрованных сакральных символах читайте в моей первой книге «О космических законах и лепестках Муладхара-чакры»). Книга включает не более 15 страниц полезной информации и доступна на страницах интернета абсолютно бесплатно).

Анахата — это нижняя чакра в пирамиде высоких вибраций. Давайте сразу ответу на вопрос: почему пирамида? Пирамида является символом триединства: материальный мир, мир духовный и ментальный. Часто в пирамидах ранее изображали символику глаза, как символ всевидящего ока Бога (Творца). Здесь мы затронем книгу Творения, цивилизаций, энергетических тел, экстрасенсорных способностей. Поэтому

му скептикам, логикам, без веры в мистику и потустороннюю реальность, эта книга придется не по нраву, и ровно половину написанного можно не читать. В этой серии я собрала полезный психологический, энергетический материал и очень интересные упражнения и техники из мира йоги. Путь йоги в Анахата-чакре — Бхати и Агни-йога, о которых я буду много упоминать. Многие, кто занимается рейки или учится экстрасенсорным способностям, могут встретить очень похожую информацию в обучении экстрасенсорике, что не совсем верно. Ибо многие материалы знаменитых энергопрактиков взяты из первоисточников, одним из которых, как раз таки является Агни-йога.

Если вы читали все мои предыдущие книги, вы уже знаете, что я стараюсь собирать минимум информации и давать максимум пользы. Кто не читал книги предыдущих уровней, настоятельно рекомендую начать именно с них. Так как информация по чакрам напоминает чем-то сказку о Шахерзаде. Читали? Каждая история углубляется в предыдущую, развивается по ступенькам. Так же и в энергетическом уровне. Каждый уровень или пласт вытекает из нижележащего. Поэтому если вы не читали мои прошлые работы, то многие термины и определения, а также вытекающие причины и следствия из этой книги, могут быть вам непонятны.

Не буду много времени уделять вступительной части, давайте традиционно начнем с самодиагностики работы чакры Анахата.

# Глава 1. Самодиагностика, или что с вашей чакрой.

Мы с вами знакомы с миром дуальности (читаем первую книгу — чакра Муладхара). Из средств массовой информации знаем, что Анахата — это любовь. А из мира дуальности мы знаем, что каждый элемент имеет свою противоположность. Соответственно, если есть любовь, то есть и ненависть. И если Манипура-чакра наделяет вас правом бесконечного выбора вариантов, то Анахата дает вам право выбора между любовью и ненавистью. Между созиданием и разрушением. Если вы хорошо поработали с Манипура-центром (читаем мою третью книгу «О космических законах, лепестках Манипура-чакры и раскрытию внутренней силы»), то у вас достаточно внутренних сил и жизненной энергии, чтобы что-то создать (сотворить) или разрушить. Но прежде чем мы разберем данную тематику подробно, давайте проведем самодиагностику работы вашей чакры Анахата.

Традиционно, как и в моих предыдущих книгах, вам нужно ЧЕСТНО ответить на вопросы.

1. Вы не знакомы с понятием тревожности, никогда не употребляли чай с мелиссой, пустырником? Не знакомы с

валерьянкой, не имеете понятия, что такое неврастения и другие расстройства нервной системы?

2. Вы позитивный и легкий человек. Легко и открыто общаетесь с другими людьми?

3. Реальный мир — это безопасное место для вас, где вы полностью доверяете высшему божественному замыслу и чувствуете себя защищенным. Поэтому смело отправляетесь в людные или новые места?

4. Про вас можно сказать, что вы смелый, решительный человек, вы редко даете волю своим сомнениям?

5. Вам незнакомо такое чувство, как сожаление о прошлом?

6. За какое бы дело вы ни брались, вы всегда тратите время и усилия, чтобы погрузиться в глубину для того, чтобы разобраться детально в этом деле? Про вас можно сказать, что вы мастер? Люди вам доверяют и восхищаются вами. Некомпетентный человек, это точно не про вас?!

7. Вы очень терпеливы? Даже когда вы оказываетесь в обществе энергетических вампиров, думающих крайне негативно, вы можете сохранять свой положительный настрой и не допускать до себя собственного негативного мышления? Вы практически не ощущаете раздражительности и можете сохранять внутреннюю улыбку и доброжелательный настрой.

8. Вы знаете, что в этом мире все приходит и уходит, поэтому не привязываетесь к объектам и субъектам? Понимае-

те, что единственное чему вы сохраняете верность и преданность — это преданность Богу, божественному служению. Вы понимаете отличие религии от веры в Бога. У вас нет привязанности к той или иной религии? Вы не привержены убеждениям, навязанным тем или иным государством, свободны от любых религиозных убеждений, но верны Божественному источнику, поэтому можете найти общий язык с любым верующим человеком, вне зависимости от того, какими убеждениями он обладает.

9. Вы прекрасно понимаете, что страдание рождается тогда, когда кто-то или что-то не соответствует вашей картине мира и идет совсем не так, как хочется. Это когда реальность совсем не такая, как вам того хочется. Поэтому у вас нет иллюзий, ложной надежды, самообмана, избыточных ожиданий от других, даже самых близких и родственных людей. У вас нет разочарований и страданий, вы всегда полны жизненной силы и имеете позитивные намерения на созидание полезных вещей в этом мире.

10. Вы прекрасно понимаете, что у каждого человека есть своя судьба, и каждый хочет счастья для себя. Вас не пугает и не обижает тот факт, что человек, которого вы любите, может вас не выбирать? Вы не чувствуете чувства досады, обиды, сожаления. Напротив, у вас есть понимание, что этот человек привнес благодетельный вклад в вашу жизнь, что это не ваша собственность и не вам решать, какую судьбу ему проживать. Вы можете спокойно отпускать, сохраняя любовь и



нежность к этому объекту, чувство злости и раздражения вас не посещает?

Подсчитайте свои ответы «да» (каждое «да» это 10%, подсчитаете, сколько % получилось).

Если вы набрали 100 % — вам читать далее эту книгу ни к чему, ваш центр развит хорошо, и можно обратить внимание на другие энергетические центры.

Если вы набрали 80 % — Анахата-чакра работает довольно-таки неплохо, но стоит обратить внимание на те вопросы, где вы ответили «нет».

Если вы набрали менее 60 % — Анахата-чакра требует внимания, давайте путешествовать по страницам книги и найдем «энергетические дыры», куда утекает энергия.

Если же вы набрали менее 40 % — чакра заблокирована, вы можете более подробно узнать про этот центр и сделать чакру активной.

## **Глава 2. Избыток или недостаток энергии в чакре Анахата. Как и в чём выражается?**

Если чакра Свадхистана отвечает за ценности и желания, а Манипура желание превращает в цель и создает действие и движение, то Анахата-чакра отвечает за настрой и намерение, а также за результат, причем не ожидая этого результата (звучит странно, но по тексту далее, вы поймете о чем же все-таки речь).

Манипура помогает достигать цели усилием воли, планированием и дальновиденьем. Но если речь идет про Анахата-чакру, то здесь желание может быть достигнуто одной только силой вашего намерения.

Начнем с того, как проявляется дефицит энергии. При дефиците вам для поддержания огня в чакре Манипура необходим некий «допинг» в виде создания положительного настроения и возможного ограждения себя от энергетических вампиров. Что может быть таким допингом? Это могут быть общественные мероприятия с приятными темами и разговорами, танцы, где можно получить положительные эмоции, художественные кружки и пр. Т.е. у вас нет возможности самостоятельно генерировать собственное позитивное поле,

вы зависимы от энергии других людей и другие люди своей энергетикой могут влиять на вас. Отсюда плохое владение знаниями в области собственных биоритмов, а значит, тревожные состояния бывают достаточно частым гостем, при принятии решения вы долго сомневаетесь, мнительны, либо самоуверенны, либо не уверены в себе (нет гармонично развитого, осознанного восприятия себя и окружающей реальности), сожалеете, часто разочаровываетесь. Имеется чувство недостойности и частое ощущение, что вас не любят.

Избыток энергии — это сильное желание внимания партнера к вам, жажда и требование любви. Желание популярности, признания даже самых незначительных заслуг. Частые беспокойства по поводу соответствия вашего образа окружающей действительности, желание достичь самореализации любой ценой, навязывание безусловной любви и «правильного образа жизни».

Нарушение баланса в работе чакры выражается в «запуске себя», в заботе обо всех, кроме себя самого. Попытка накормить, одеть, обогреть всех маленьких детей (и не только маленьких, и не только детей). Стремление везде и всюду занять роль «родителя». При этом частое «западание» в роль жертвы.

Закрытая чакра — ох, это целая отдельная история! Человек с закрытой Анахатой может быть очень доброжелательным, ПРОЯВЛЯТЬ милосердие и сострадание и даже довольно-таки развитую Манипуру. Быть активистом и от-

личным организатором, но не обладать достаточным количеством энергии: «встал, сел, устал». Некоторые ситуации у таких людей вызывают очень сильное волнение, куда уходит много сил. А вообще, обо всем по порядку.

## Глава 3. Расшифровка чакры.

Традиционно начинаем с эмблемы чакры. Ниже вы увидите рисунок чакры. Анахата переводится с санскрита, как нерушимая. Почему так? Это нижний слой, уровень (как вам удобно) из пирамиды высоких вибраций. Мы знаем, что в большинстве случаев черная магия — это уровень Эго. Такая энергетическая работа с выгодой и службой для Эго. Манипура-чакра, отвечает за волю, но все-таки является чакрой из пирамиды низких вибраций, здесь воля и Эго еще взаимосвязаны. И, действительно, люди с очень развитой чакрой Манипура вполне могут кайфовать от служения темным силам. Далее мы начнем разбирать с вами Монадический разум и поймем, что для высшего разума нет деления на плохое и хорошее. Все силы и наработки принимаются и имеют место быть без оценки и деления на то, что правильно, а что нет. Но не будем забегать вперед.

Почему нерушимая? Любовь Творца разрушает негатив и всё растворяет, трансформирует в божественный и истинный свет Творца. Не существует силы выше Бога. Чакра очень сильная, и отвечает за намерения человека. Может создавать или разрушать целые государства. Ибо где есть любовь, есть и ненависть. Из чакры Манипура мы знаем, что есть воля человека, а есть воля Бога (читаем мою книгу «О

лепестках чакры Манипура»)). Вы наделены безграничным правом выбора и можете выбирать любовь или ненависть. С точки зрения Монадического разума — ненависть это не хорошо и не плохо. Это всего лишь энергия, которая имеет определенную частоту и вибрацию. Вибрационных вихрей и чакр в теле человека 49, Агни-йога упоминает 21. Вообще, для раскрытия Анахата-чакры, я рекомендую почитать или послушать работы Е.Рерих и Н. Рерих «Агни-йога», ибо гуна на этом уровне – Раджас (если непонятны термины и определения, рекомендую почитать мои предыдущие работы по чакрам). Несмотря на то, что стихией Анахата-чакры является воздух, энергия в этом центре огненная. Путь йоги для раскрытия Анахата-чакры не только Агни, отлично подойдет Бхакти-йога.

Телесные проработки.

Лучше всего подходят для этого уровня современная йога в танце, йога-флоу, флай-йога и йога в гамаках, а также любые упражнения, которые могут дать вам ощущение невесомости. Открытие всего лишь двух или трех центров ведет к психозу. Поэтому недостаточно работать только с одной Анахата-чакрой, или исключительно только с высоким уровнем вибраций, вы просто потеряете связь с земными, простыми, бытовыми вещами. Даже если у вас накопилось куча претензий и обид, то сначала рекомендую заземлиться (поработать с Муладхара-чакрой). Определиться с желаниями (Свадхистана-чакра) и только потом начинать работу с ог-

ненными центрами. Вообще, любая чакра, обладающая высокими вибрациями, требует тщательной подготовки и присутствия высшего учителя. Представьте, вы начнете работу с такой энергией, которая похожа на космический полет. У вас может измениться давление, кровоток, закружиться голова и прочее. Конечно, такие практики лучше выполнять с учителем, и речь идет о высочайшем уровне мастерства. Прежде чем вы перейдете к расширению сознания, необходима чистка мышления и сердечного центра, освобождение тела от напряжения, вызванного сложносоставными чувствами и эмоциями. О простых, сложных и сложносоставных эмоциональных состояниях я писала в своей книге, где раскрывала суть и особенности чакры Свадхистана «О космических законах, привлекательности и лепестках Свадхистана-чакры» (книга доступна на сайте Литрес.ру).

Самостоятельно, конечно, можно работать с огненной энергией, но... Любые пограничные состояния чреваты чем? Где есть дар, там есть граница или черта, где при неправильной практике или определенных соблазнах во время практики может развиваться психологическое или психическое расстройство: неврастения, шизофрения, биполярное расстройство. Это, когда практика позволила вам войти в пограничный коридор, но выход из него произошёл не до конца или неправильным образом, и часть вашей энергии в земном мире, а часть осталась в потустороннем. Вы можете получить определенные способности медиума, но не сможете правиль-

ным образом ими управлять и вместо пользы, они будут приносить вред, в виде утечки энергии в потустороннюю реальность. А вы сами как личность можете стать легкой добычей любого одержателя или духа, вселяющего легкие соблазны и захватывающие вашу энергию. Есть два разных понятия — дух и душа. Дух это про седьмую чакру, душа про четвертую (Анахата). Если вы пропустили градицию вертикальной энергетической структуры, читайте книгу, где я подробно описываю чакру Манипура, ибо повторять описанную ранее информацию я не буду. Если в Манипура-чакре мы рассматривали волю, и у вас появилось понимание, что воля — очень важный энергетический центр. Без этого центра мы, в принципе, не сможем работать с высокими вибрациями. То душа — это настолько тонкая энергетическая составляющая, что не каждому доступна для осознания. Это правда, многие люди ошибочно принимают Эго за душу. Даже вы можете заблуждаться и думать, что ваши поступки были продиктованы желанием вашей души, а на самом деле всем давным-давно рулит Эго. Здесь я бы добавила ещё одну составляющую, которой нет в книге про Манипура-чакру — Манас (Высший разум). Это то, что находится за пределами высшего Я. Кама-Манас — низший ум, о нем речь в чакре Манипура, а учение Кама — это область Свадхистана-чакры. Кама-Сутры — учение об удовольствии, только не путайте с сексуальными позами. Настоящая Камасутра вообще не про секс, а про развитие в удовольствие, там есть и 30 жела-



ний богини Сарасвати. Это развитие на всех уровнях, умение читать стихи, проявлять смекалку, ловкость и пр. Все, что связано с нижней частью ментального уровня и желаниями, необходимо проработать еще до работы с нижним слогом высоких вибраций (читаем предыдущие работы Свадхи-стана, Манипура-чакра). Манас и Буддхи образуют астральное тело (высшее тонкое тело). Буддхи — интеллектуально-волевое начало (необходима работа с волей Манипура-чакры), то что дает оценку идеям и мыслям. Ахамкара — Эго. Манипура — форма ментальных и физических желаний. Кама-Манас является мостом между Манас и Манипура и именуется человеческой душой. Когда человек получает впечатления от высшего Будхи, он руководствуется душой и становится духовно развитым человеком.

Посмотрим на ещё одну градацию, которая находится в ментальном теле:

- космический разум;
- интуиция;
- привычки;
- логика;
- аналитика;
- рептильный ум.

Самый низший план — рептильный ум — это инстинкты (бежать, нападать, есть, спать). Далее уровень Эго (аналитика и логика). Привычки — уровень воли. Далее уровень души — это интуиция. Выше пока смотреть не будем. Как вы

понимаете, интуиция — это то, что за гранью разума (аналитики, логики, этики действий). В конце книги вы найдете практики для развития интуиции и поймете, как она работает. Интуиция — это такая информация, порой необъяснимого характера, которая поступает от высшего разума на уровень души. И если мы находимся на уровне Эго (много думаем, анализируем), мы можем информацию не «услышать» и не понять. Наше Эго будет вводить нас в заблуждение. При этом истинная индивидуальность человека будет заключаться в причинном теле запечатленным в душу. Душа — понятие растущее и подлежащее изменению. Душа состоит из пяти принципов, которые описаны в буддизме. Четвертый принцип основан на желании, которое проявляется через волю. Если вы до сих пор не поработали со своим желанием и развитием воли, читаем предыдущие работы и практикуем, развиваем центры из пирамиды низких вибраций, ибо без этого невозможно дальнейшее развитие и дальнейшие практики. Человек приносит из прошлых жизней те накопления, которые определяются как характер или привычки. Карма-йога (уровень Манипура-чакры) как раз так подразумевает реинкарнацию. Ваши физические возможности и способности — следствие, так скажем, накопленных кармических хвостов.

●  
Тришна — неудовлетворенное желание бытия.  
●

Дхарма — фактор сознания, наши органы чувств обращаются в дхарму через познание. Идеи, все интеллектуальные процессы дхармы. Каждая дхарма есть энергия и вибрация, которая влияет на будущее человека.



Рупа — форма;



Ведана — чувствование;



Санджна — сила;



Самскара — сознание;



Виджана — окраска.

Все пять понятий весьма неустойчивы. Сканты — прошлые накопления и рамки, в которых проявляется личность. Цели скант — дать нужные способности. Они повторяются, если урок в одном из воплощений не был выучен. Подтвердивший мужество в прошлом, трусом не станет. Карма и сканты связаны неразрывно.

Анахата-чакра — это центр, который отвечает за этику и эстетику, высшие проявления, через душу.

При сильных потрясениях (испугах) вся вертикальная энергетическая структура может быть расстроена (именно поэтому отливают серебром, воском, возвращают душу на место). Душа может смещаться с прямой вертикальной оси

(вспоминаем рисунок из книги про Манипура-чакру), Это может при этом стать больше или занять больше пространства, чем ему положено. Как это проявляется в физическом плане? Человек перестаёт транслировать чувства, становится как будто «замороженным» (в Агни-йоге таких людей называют живыми мертвецами), если речь идет о мужчине, его может тянуть на войну или он может злоупотреблять алкоголем. На ментальном уровне формируются различного рода суицидальные программы (игромания, алкоголизм, наркомания, болезни иммунной системы, серьезные проблемы со щитовидной железой, образование опухолей и т.п.). Конечно, когда вы практикуете уже Агни-йогу и видите квантовые поля, вы увидите в поле человека это разъединение в структурах. Вы можете даже увидеть, как в энергетическом поле разбросаны фрагменты души, так вот, при работе с Моладическим разумом можно делать такую работу, как интеграция души так называемая целостность души (собрать и исцелить все фрагменты души). Сделать так называемое исцеление временных линий (целительство негативного опыта, полученного в прошлом), но сейчас я, опять же, забегаю вперед и говорю уже про практику (мы обязательно познакомимся с ней в конце этой книги). Хм, впрочем, я уже ушла в энергетические аспекты. Давайте всё-таки вернемся к разбору эмблемы чакры, посмотрим рисунок.

В центре традиционно изображена биджа — Йям. Мы уже знаем (первая книга Муладхара-чакра) сколько раз её нужно

повторять, что это такое. Настрой на нерушимую часть нашей преданной и божественной любви. Философия "виданты" следующая. Шива и Шакти соединяются в нашем сердце как дух и материя. Их любовь светится во всем сотворенном, благодаря ей продолжается их танец, и вселенная продолжает существовать. В качестве Хранителей — Вишну и Лакшми. Они управляют серединой нашей жизни и дают нам устойчивость и целостность. Их любовь можно считать связующей силой, она держит вместе все элементы, из которых состоит жизнь.

рисунок 1.



Любовь может появиться из чувства глубокого покоя, которое возникает, когда мы не испытываем ни в чем нужды, с радостью принимаем свое место в мире и обретаем внутреннюю гармонию. Треугольники символизируют нисхождение духа в тело и восхождение материи навстречу духу. Этот символ (также известный как Звезда Давида) символизирует

Священный Брак: гармоничное соединение мужского и женского начал. Также на эмблеме изображено сияние, которое исходит из раскрытой чакры сердца. Шесть концов звезды можно рассматривать и как остальные чакры, ведь они все соединяются именно в этом центре. В этом центре присутствуют индийские божества Иша и Какини. Когда мы влюблены, нам кажется, что мы будто парим в воздухе. Воздух подразумевает просторность, которой можно достичь, только отпуская. Когда мы слишком сильно хватаемся за тех, кого любим, мы можем задушить их, лишить их воздуха. Когда мы говорим, что «не можем свободно дышать», мы говорим именно о нехватке пространства. Здесь я попрошу вас понаблюдать за своим физическим телом. Обратите внимание, когда вы страдаете проблемами с носом (гайморит), частые синуситы, частые простудные заболевания и ОРВИ. В какой момент вы начинаете болеть? Вот что я попрошу отследить на ментальном уровне. Приведу пример офисного сотрудника. Представьте офис, в одном помещении работает, к примеру, 8 человек, кто-то занимается аналитикой, а кто-то привлечением клиентов. В офисе довольно-таки шумно. Перед сотрудниками стоят амбициозные планы, результаты по которым контролируют каждый день. И вот давление со стороны высшего руководства усиливается, повышая стресс. Такое ощущение, что какая-то тяжёлая масса давит на вашу макушку сверху. Вы плохо спите, потому что вам снятся цифры или же планы, а также те задачи, с которыми вы

не справляетесь. Когда вы приходите на работу, с вас опять начинают что-то спрашивать, что вы сделали, а что нет, процент выполнения плана. Вам становится трудно дышать, как будто в прямом смысле не хватает воздуха. И вот начинают простудные симптомы, либо обостряются старые болезни, вы мучите свой нос разными лекарствами, появляется ощущение гайморита. Это я привела пример блокировки Анахата-чакры. Отследите свои состояния, было ли у вас давление, насколько сильным был испытанный стресс, и ощущали ли вы его последствия, в виде проблем с носом или легкими в итоге?

Вернемся к эмблеме чакры. Индусы называют его прана (от пра — «первая» и на — «единица»). В йогической философии под праной понимается жизненная энергия внутри человека и энергия самого человека. Это базовый элемент, из которого состоит все живое. Также в центре вы можете увидеть антилопу. Антилопы — изящные и нежные существа, которые поражают нас своей милостью и сопротивлением. Антилопы населяют большие пространства на нашей планете. Символически, антилопы — это интеллект, сопротивление, изящество и элегантность. Они представляют собой идеи скорости, свободы, интеллекта, красоты и ловкости. Они используют свою хорошую интуицию, оценивая обстоятельства или свои отношения с другими людьми. Ими никогда нельзя манипулировать или обмануть их. Из-за своей скорости и способности быстро бегать, антилопа часто



связывалась с богом ветра Вайю, в индуизме. Значения символа круга, как и символа треугольника с лепестками лотоса, вы уже знаете из моих предыдущих книг. Подробно о лепестках лотоса, информация представлена ниже. Но, прежде чем мы к ним перейдем, я хочу рассказать о том, что ворует нашу энергию в различных коша (об этом писала в предыдущей книге, где раскрывала суть чакры Манипура).

# 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.