



Хейди Соьер
**ЭКСТРАСЕНСОРНЫЕ
СПОСОБНОСТИ**

ясно видеть,
ясно слышать,
и чувствовать



ШЕРРИ ДИЛЛАРД

ТЫ
ЭКСТРАСЕНС:
РАЗВИВАЙТЕ
ПРИРОДНУЮ
ИНТУИЦИЮ
ЧЕРЕЗ
СВОЙ
ПСИХОТИП

Лиза Энн
РУНИ

КАК ВЫЖИТЬ
если вы обнаружили

**ЭКСТРА
СЕНС
И**

СПОСОБНОСТИ

и не знаете, что с ними делать



ТЫ ЭКСТРАСЕНС

ЭКСТРАСЕНСОРНЫЕ СПОСОБНОСТИ

КАК ВЫЖИТЬ, ЕСЛИ ВЫ ОБНАРУЖИЛИ

ЭКСТРАСЕНСОРНЫЕ СПОСОБНОСТИ

.....



Хейди Сойер

**Ты экстрасенс: развивайте
природную интуицию
через свой психотип. Как
выжить, если вы обнаружили
в себе экстрасенсорные
способности. Экстрасенсорные
способности: ясно видеть,
ясно слышать, ясно знать**

ИГ "Весь"

2018, 2009

УДК 133.2
ББК 88.42

Сойер Х.

Ты экстрасенс: развивайте природную интуицию через свой психотип. Как выжить, если вы обнаружили в себе экстрасенсорные способности. Экстрасенсорные способности: ясно видеть, ясно слышать, ясно знать / Х. Сойер — ИГ "Весь", 2018, 2009

ISBN 978-5-94-437255-0

Ты экстрасенс: развивайте природную интуицию через свой психотип
Из книги Шерри Диллард – медиума с 20-летним стажем вы узнаете, как раскрыть в себе экстрасенсорный дар и научиться слышать голос своей интуиции. Автор выделяет четыре психотипа, которые определяют, по какому каналу интуитивного восприятия вы получаете экстрасенсорную информацию. Она может приходиться в виде мысленных образов, различных эмоций, ощущений в физическом теле или через осознание изменений в окружающем вас энергетическом поле. Когда вы знаете свой психотип и то, как интуиция доносит свои послания, вам проще развивать и совершенствовать свой природный экстрасенсорный дар. Теоретическая часть книги дополняется практикой. Благодаря несложным упражнениям вы научитесь применять свои экстрасенсорные способности в сферах финансов и изобилия, отношений, карьеры и выбора направления жизни. Есть в книге упражнения, которые помогут вам получать духовные наставления, если нужен совет или поддержка. Как выжить, если вы обнаружили в себе экстрасенсорные способности Что делать, если вы обнаружили в себе экстрасенсорные способности? Так, если вы видите умерших людей, слышите голоса, чувствуете энергию – вы обладатель сверхъестественного дара. Автор книги – медиум, экстрасенс и ясновидящая рассказывает, как не испугаться своих способностей и гармонично внедрить их в свою повседневную жизнь. Вы узнаете: • как устроен потусторонний мир и почему его обитатели приходят к живым людям; • в чем разница между духами и призраками – чтобы осознанно общаться с той или иной сущностью; • как понимать послания, ведь не все сообщения из потустороннего мира

прямолинейны и ясны; • как умирять жителей с того света, если они вам мешают; • как корректно принимать помощь от духов-наставников; • как различать невидимых помощников – стражей, ангелов-хранителей, радостных наставников, мудрецов и др.; • как защититься от представителей темной стороны – демонов, трикстеров, озлобленных призраков; • как справиться с повышенной энергетической чувствительностью в местах, где много людей; • как безопасно проводить сеанс ченнелинга и автоматического письма. Экстрасенсорные способности. Ясно видеть, ясно слышать, ясно знать. Все люди в той или иной степени пользуются своими врожденными экстрасенсорными способностями, но редко осознают это, полагая, что не обладают подобным даром вовсе. Хейди Сойер выросла с другим убеждением: мы можем видеть, слышать и узнавать больше, чем может представить себе наш логический ум. Основываясь на личном опыте, в этой книге она рассказывает, какие возможности доступны человеку, как можно раскрыть и совершенствовать их день за днем. Автор подчеркивает, что главная цель развития экстрасенсорных способностей заключается в самопознании. Изучая свой потенциал, человек познает свою духовную природу и энергетическую связь с этим миром. С этого начинается доверие к жизни, избавление от сомнений и непонимания, способность радоваться каждому дню и новым перспективам. Книга адресована широкому кругу читателей, интересующихся психологией, экстрасенсорными способностями, целительством и духовным развитием.

УДК 133.2

ББК 88.42

ISBN 978-5-94-437255-0

© Сойер Х., 2018, 2009

© ИГ "Весь", 2018, 2009

Содержание

Шерри Диллард	7
Благодарности	9
Вступление	10
Часть I. Ваш внутренний экстрасенс, внешний край и центр	16
Глава 1. Множество проявлений психического сознания	16
Глава 2. Преграды при развитии экстрасенсорных способностей и соответствующие дары	25
Часть II. Экстрасенсорные характеристики и потенциал каждого психического типа	31
Глава 3. Экстрасенсорное знание (ментальный интуитивный тип)	31
Конец ознакомительного фрагмента.	42

Ты экстрасенс: развивайте природную интуицию через свой психотип.

Как выжить, если вы обнаружили в себе экстрасенсорные способности.

Экстрасенсорные способности: ясно видеть, ясно слышать, ясно знать

Шерри Диллард

Ты экстрасенс: развивайте природную интуицию через свой психотип



© 2018 by Sherrie Dillard

Спасибо всем моим клиентам и студентам за то, что были частью моего увлекательного психического путешествия. Ваша вера и доверие благословили меня.

Благодарности

Особая благодарность Анжеле Викс – она предложила мне написать эту книгу. Именно твоя настойчивость, Анжела, помогла этому произойти. Твой позитив и поддержка, Андреа Нефф, вдохновляли и мотивировали меня. Спасибо тебе за столь большую симпатию к книге. Спасибо Ванессе Райт и Кэт Санборн за то, что были голосом этой книги в мире, а также Анне Левин и всем остальным сотрудникам издательства *Llewellyn* – за ваше время, труд и энергию.

Люди и примеры, описанные в этой книге, реальны. Однако изменены все имена, а также идентифицирующие детали, такие как возраст, пол, род занятий и семейные связи. Любые совпадения, произошедшие в результате этих изменений, совершенно случайны.

Вступление

Недавно я переехала в другой городок, оставив дом, где прожила тридцать лет. Когда люди здесь спрашивают меня, чем я занимаюсь, я понимаю, что спотыкаюсь о слова. Сама удивляюсь своей чувствительности и нежеланию с готовностью называть себя экстрасенсом и медиумом. Как только становится известен род моих занятий, глаза человека раскрываются шире и обычное дружеское «привет» сопровождается откровенно пристальным взглядом.

Существует множество стереотипов, предубеждений и суждений о том, что значит быть экстрасенсом. Правда, в отличие от других профессий, экстрасенсорику обычно воспринимают как нечто большее, чем просто работу. «Я – экстрасенс» – это заявление, которое сообщает другим, что вы живете вне рамок условностей и линейного мышления. Иначе говоря, кое-кто может воспринимать вас как суеверного человека, одного из *тех*, немного странных.

У людей, которые ни разу не замочили ног в водах экстрасенсорики и утверждают, что никогда не имели сверхъестественного опыта, тема парапсихического феномена обычно вызывает смех, сомнения или страх. Или любопытство, вопросы и желание получить доказательства – однако это свойственно преимущественно тем, кто пережил некий опыт сверхъестественного.

Однажды это взбудораживает сердце, разум и душу, и психическое сознание становится не просто далекой и абстрактной концепцией, обсуждаемой или игнорируемой. Это сила, энергия, часть вас самих – то, благодаря чему вы можете получить не только наставления и озарения, но и неожиданное переживание связи с высшим источником мудрости и любви. Хотя бы однократно испытав экстрасенсорный опыт, возможно, драматичный или мирный, вы не сможете оставаться перед этой дверью, и любопытство (а может быть, некое предчувствие чуда) приведет вас к тому, что быть экстрасенсом – это самое важное.

Иными словами, изменяющие жизнь, будоражащие, трансформирующие и порой разочаровывающие отношения начались. Пробудив ваш интерес и дремлющую душу, не особо понятное, неизменное и иногда фантастическое присутствие сверхъестественного сознания становится частью вас.

ВНЕВРЕМЕННОЕ ВЛИЯНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО СОЗНАНИЯ

Несмотря на все сомнения и скрупулезные исследования, которым подвергается сверхъестественное сознание, оно старо так же, как отсчет времени. Самые древние духовные традиции и религии, духовные тексты говорят о том, как сны, видения, ангелы и божественные существа руководят человеческим миром и раскрывают тайны жизни.

По всему миру с древнейших времен до наших дней люди разных культур обращались к провидцам, прорицателям, шаманам и предсказателям в поисках объяснений, исцеления, вмешательства в судьбу и воздействия – как к посредникам между человеческим и нефизическим мирами. Быть экстрасенсом – больше, чем прихоть или интересное времяпрепровождение. Это важнейшая часть полотна нашего бытия. Она вплетается в нашу психику и выходит из нее, связывая вместе разные культуры нитью священного присутствия.

Сверхъестественное сознание необходимо не только для того, чтобы узнать, что нам готовит наш путь, чтобы принять верное решение или улучшить жизнь, – это нужно и для того, чтобы понять, кто мы есть и на что способны, раскрыть истинный потенциал человечности.

Как от спички вспыхивает пламя или как звезда освещает темное небо, так и психическая энергия разжигает наше сознание и восприятие, освещая наш путь, толкая от земного и конечного к духовному и вечному. Подходите к психическому развитию с верой и доверием к его возможностям. Когда эти двери распахиваются, в вашу жизнь вливаются новое понима-

ние, поддержка, помощь, любовь и доброта. В нашей жизни есть несколько явлений, которые отдают нам сполна, а просят взамен очень мало. Сверхъестественное сознание – это вид благословения.

ИСТОКИ МОИХ ПСИХИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ

Насколько неловко мне было временами говорить о своем занятии другим, настолько комфортно я всегда чувствовала себя, имея дело с психической энергией и сверхъестественными явлениями. Я осознавала тонкость и спокойствие духовного присутствия, которое передает нам послания, утешает и ведет. Однако никогда не воспринимала его как нечто сверхъестественное, интуитивное, духовное или как необычное или подозрительное.

В детстве у меня было предостаточно свободы. Мои родители развелись, когда мне было шесть лет, и мать стала работать полную рабочую неделю. Когда я приходила из школы, ее уже не было, и она не возвращалась до позднего вечера. Изредка я заходила по утрам в спальню матери, чтобы попрощаться с ней перед уходом в школу. А с отцом у меня вообще не было никаких контактов с тех пор, как он переехал после развода в далекий от нас город. Мои братья, сестры и я большую часть времени проводили с нянями – ими обычно были наши соседки-старшеклассницы. Присмотр за нами няни, задержавшейся у нас дольше, чем другие, заключался в том, что она вполглаза следила за нами, болтая по телефону с друзьями, и выставляла на улицу, где мы играли до темноты. Но мы не жаловались и всегда находили, чем заняться.

Много времени я проводила одна и часто оказывалась в лесу, находившемся недалеко от нашего дома. Углубившись в зеленые заросли деревьев и кустарников, я притворялась, что шпионю за кем-то или прячусь от воображаемых преследователей. А еще я просто слушала. Не знаю, началось ли это с воображаемых игр, но я никогда не чувствовала себя одинокой. Среди зеленой листвы летом и зимой, когда в мороз снежные холмы и равнины пустели, я сидела одна и слушала внутреннее перешептывание.

Часто я ощущала гудящую и покалывающую энергию, перемещавшуюся вверх и вниз по моим рукам и коже головы, и чувствовала в этом смысл, и мне это нравилось.

Иногда, закрывая глаза, я могла видеть картинки и образы. Эти ощущения и образы сопровождалось чувством, которое временами проходило сквозь мое сердце столь сильно, что доводило до слез, а иногда убаюкивало мягким переживанием любви. Чувства и мысли, протекавшие через мое тело, сердце и разум, помогали мне лучше понимать мать, отца и себя. И хотя я не всегда сознавала, что получаю и испытываю, это не имело значения. Рядом со мной было нечто теплое и утешительное, и я это ценила.

Хотя я проводила много времени в лесу одна, никто не спрашивал меня, что я там делаю, и я не чувствовала себя обязанной делиться с кем-либо своим опытом. Мне действительно некому было рассказывать, да и я не смогла бы подобрать слова, чтобы объяснить происходящее. Многие из моих друзей были близки со своими бабушками и дедушками, другими членами семьи, с каким-то учителем или соседом – с теми, кто их притягивал. У меня же было *это* присутствие, и я не собиралась позволить кому-либо нарушить его.

Когда я стала старше, мое любопытство, интерес к пониманию и узнаванию того, почему люди поступают определенным образом и почему жизнь идет именно таким образом, – стало для меня движущей силой. Возможно, это был результат моей домашней жизни, включавшей в себя и отсутствие отца, больше любившего выпить, чем побыть с детьми, и непредсказуемую мать, без предупреждения переходившую от одной эмоциональной крайности к другой, и ее второй брак, и развод, и неудавшийся эксперимент со смешанной семьей. Я слушала невидимый источник утешения и заботы и льюла к нему. Эта интуитивная связь, вероятно, была для меня некой формой контроля или формирования чувства безопасности. Знание и предчувствие того, что произойдет, понимание поведения других людей и озарения насчет этого

помогали мне ощутить порядок и предсказуемость в тех случаях, которые при иных обстоятельствах воспринимались бы как хаос и отсутствие контроля. Чувствовать связь с *этим* тихим присутствием было приятно. Пребывание в церкви, дома, в школе или даже у друзей не имело ничего общего с той наэлектризованностью и чувством умиротворения, посещавшими меня, когда я была спокойна и погружена в слушание.

Даже если бы у меня был выбор, чему верить и доверять, незримое победило бы без усилий. Так остается и до сих пор. В юности у меня не было *этого* названия, но сейчас я знаю, что психическое развитие началось, когда я находилась в лесной чаще, просто погружаясь в слушание. Психическое сознание – это еще и источник духовной связи, которая передает мне любящую и мудрую заботу, и я не хочу без этого жить.

РУКОВОДСТВО ПО ПСИХИЧЕСКОМУ ПУТЕШЕСТВИЮ

Более тридцати лет – большую часть своей взрослой жизни – я была профессиональным экстрасенсом, медиумом, ясновидящим детективом, практиковала ясновидение в медицине. Все это время я считывала информацию для разных людей со всего света. Работала со знаменитостями, понесшими тяжелые потери, лидерами бизнеса, детективами полиции, врачами, людьми, которые были больны и умирали, с теми, кто искал более глубокую духовную связь или жаждал привлечь изобилие и счастье в свою жизнь, женщинами и мужчинами, запутавшимися в отношениях. Большинство людей, с которыми я имею дело, – это искатели, знающие, что на свете есть нечто большее, чем пять основных чувств, с помощью которых можно видеть, слышать, обонять, осязать и ощущать вкус. И я считаю, что удостоена чести помогать им на этом пути.

Помимо выполнения считывания информации как экстрасенс и медиум, я обучаю развитию интуиции, экстрасенсорных и медиумических способностей. В процессе этой работы я обнаружила, что, хотя многие люди доверяли моей способности получать наставления и озарения насчет их частных и личных вопросов, их собственная уверенность в своей интуиции и экстрасенсорных способностях была небольшой, а временами вообще пропадала.

Если в этом вы похожи на многих других, то, возможно, у вас проявляется разрыв между вашими психическими устремлениями и способностью реализовать свой врожденный психический потенциал. Как альпинист в горах, вы видите высоко в небе величественную горную вершину. Однако следуя по тропе психического развития, вы можете столкнуться с препятствиями или с чем-то вроде непреодолимых расщелин на пути. И если это так или вы хотели бы как можно больше узнать о психическом сознании, считайте, что я – проводник, поддерживающий вас на этом переходе.

ПСИХИЧЕСКИЙ ОПЫТ

Сейчас издано множество книг, объясняющих, что такое экстрасенсорные способности и как их развивать. Большинство из них учит развитию психического сознания и экстрасенсорных способностей как предмету, о котором можно прочесть, который можно понять, а затем применять на практике. Но психическое сознание не может быть изучено исключительно логическим, рациональным методом. Несмотря на благие побуждения авторов подобных методик, они лишь расширяют разрыв между причинно-ориентированным умом и едва уловимой нелогической энергией психического сознания. Это формирует динамику ложных ожиданий и позволяет оценивать и контролировать процесс мыслящему разуму.

Одна из самых больших проблем, с которой я сталкиваюсь на своих занятиях по развитию интуиции, – это торможение из-за убежденности участников в том, что получение духовных впечатлений и озарений и имеющийся в реальности опыт должны быть похожи.

Вот, например, типичное обсуждение происходящего на каждом занятии, которое я веду. Это мой разговор с Карен – она только что закончила интуитивное экстрасенсорное упражнение со своей партнершей Блэр.

Я спрашиваю Карен: «Можешь ли ты рассказать, какую информацию получила о партнерше во время упражнения?»

Карен опускает глаза, выдерживает паузу и отвечает: «На самом деле я ничего не получила».

«Можешь ли ты описать, что испытала, даже если в этом не было смысла или это не показалось важным?»

Карен неловко ерзает на стуле и говорит: «Я не думаю, что у меня хорошо получается. Полагаю, у меня в чем-то вышло быть интуитивной, но мне не кажется, что это сработало».

«Пожалуйста, попробуй рассказать. Что ты видела, слышала или чувствовала?»

«Хорошо, – начинает она, – в первые моменты я ощутила тепло и покалывания в теле и почувствовала, что происходит что-то приятное. Я решила, что все это ерунда, поскольку увидела почтовый конверт. Только он был больше похож на „мультик“. И был полон денег. Я подумала, что это говорит о получении денег. Но ведь это не то, что вы хотели бы от меня услышать? Не думаю, что это было что-то стоящее».

Партнерша Карен, женщина, к чьей энергии она интуитивно подключалась, улыбается и едва сдерживает слезы. Подтверждая интуитивно полученную информацию Карен, она сообщает ей, что ждет очень важное сообщение о погашении кредита.

Как и многие другие люди, Карен проигнорировала свои экстрасенсорные впечатления, поскольку они не были тем, что она о них напридумывала. Ей казалось, что экстрасенсорная информация должна была прийти к ней более ясным и контролируемым образом. Воспринятые ею образы не выглядели реалистично, и она приняла мысли, ощущения и чувства, возникшие во время упражнения, как свои собственные. То, что она считывала, не соответствовало ее ожиданиям, поэтому она это проигнорировала. Как и другие, она полагала, что приукрашивает свои впечатления и сомневалась в их правдивости. Однако однажды она убедилась в точности воспринимаемых образов, чувств и осознания, начала доверять процессу и добилась прогресса в развитии.

Тот тип экстрасенсорной информации, который интуитивно восприняла Карен, характерен для людей, только еще начинающих развивать психические способности. Она получила информацию через ощущения своего тела, эмоции, мысли и образы. Такие виды интуитивных впечатлений свойственны не только тем, кто развивает экстрасенсорные умения, они естественны и спонтанно возникают у всех нас в повседневной жизни. Однако мы их не замечаем или не уделяем им пристального внимания. Экстрасенсорные способности не являются для нас чем-то чуждым и неуловимым, приходящим извне; они – уже часть нас и проявляются часто и естественно.

Самый легкий путь развития экстрасенсорных способностей – осознать моменты, когда вы уже воспринимали что-то интуитивно, и опираться на это. Наблюдая за участниками моих классов экстрасенсорного развития, я обнаружила, что каждый из них воспринимает что-либо интуитивно по-своему. Некоторые получают информацию напрямую – через яснознание, другие видят образы и чувствуют необъяснимые эмоции и ощущения в своем теле. Я предлагаю своим ученикам опираться на их тип естественного и спонтанного интуитивного восприятия, и они довольно быстро осознают свой врожденный тип, объединяются с ним и развивают свои психические способности.

О ЧЕМ ЭТА КНИГА

В моей первой книге *Discover Your Psychic Type* («Узнайте свой психический тип») я описывала четыре способа естественного интуитивного восприятия. Я назвала их *психическими типами*. Вскоре после первой публикации книги я начала получать отзывы об этом методе от восхищенных читателей. Благодаря такой системе они не только с большей легкостью раскрывали свои экстрасенсорные способности, но могли лучше понять предыдущий интуитивный опыт, а также усилить свою уверенность и расширить самосознание.

После успеха этого интуитивного метода я собиралась написать другие книги, описывающие развитие интуиции в отношениях, целительстве, а также медиумических способностей согласно четырем психическим типам. В книге «Вы – экстрасенс» я возвращаюсь к основам развития экстрасенсорных способностей. Благодаря постоянной обратной связи с читателями и учениками я все время совершенствую собственное понимание психических типов и способы того, как лучше помочь развить врожденные экстрасенсорные способности другим.

Книга «Вы – экстрасенс» начинается с описания четырех психических типов, которое позволит вам определить сильные и слабые стороны своей природной интуиции. Понимание этого позволит вам стать более осознанными в вопросах, как и когда действует ваша интуиция. Особенности каждого из психических типов, вероятно, покажутся вам знакомыми, и вы сможете определить свой. Возможно, это будет один тип, но не исключено, что два (или больше), – то есть те, которые у вас особенно проявлены. Однако основная цель книги – не определение своего интуитивного типа, а помощь в осознании и формировании комфортного восприятия интуитивных впечатлений и предчувствий каждого типа и их объединение в единое целое. В книге *Discover Your Psychic Type* объяснены характеристики и различные грани всех четырех типов, в этой же книге информация об этих аспектах дана в расширенном виде, что позволит вам с легкостью воспроизвести шаги для развития экстрасенсорных способностей, таких как ясновидение, яснослышание, яснознание, телепатия и психометрия¹. На этом пути вы изучите стратегии, помогающие преодолевать сомнения, страх и другие преграды, которые неизбежно встретите.

Также мы углубимся в разницу между интуитивными настройками на другого человека и на свои личные проблемы, рассмотрим, что делать, когда ваши интуитивные впечатления неясны и неверны, и как научиться толковать полученную энергетическую информацию. Кроме того, изучим неожиданные дары психического сознания и духовных склонностей и разницу между интуитивными типами.

Уровень психического сознания связан с тем, как вы используете свои способности в обычной жизни. Вот почему я включила в книгу упражнения, которые помогут вам работать с психическим сознанием на практике и при решении повседневных проблем и задач. С помощью этих несложных упражнений вы научитесь использовать свои экстрасенсорные способности для интуитивного восприятия энергетической информации и руководства в сферах финансов и изобилия, отношений, карьеры и выбора направления жизни. Есть в книге и упражнения, которые помогут вам достигать цели и получать духовные наставления. Словарь предназначен для того, чтобы вам было легче понимать и интерпретировать интуитивные чувства, ощущения, впечатления, образы и другую информацию, пришедшую к вам во время упражнений. В последней главе приводится краткое изложение процесса экстрасенсорного развития, которым вы сможете пользоваться в дальнейшем.

¹ Здесь и далее под психометрией подразумевается считывание сведений об объекте экстрасенсорным путем (а не анализ измеренных психологических данных).

Информация в книге выстроена от главы к главе. Поэтому лучше читать главы одну за другой. После прочтения книги всегда можно вернуться к определенным разделам и упражнениям. Заметьте: во всем тексте я использую слова *интуиция* и *экстрасенсорное* как взаимозаменяемые. Оба термина описывают процесс формирования осознания энергетической информации без опоры на внешний источник.

ДОВЕРИЕ К ПРОЦЕССУ

На протяжении всего процесса экстрасенсорного развития проявляйте терпение и сочувствие по отношению к себе. В этом прекрасно помогут чувство юмора и ощущение игры. Если вы будете судить и критиковать свои интуитивные попытки, то потеряете интерес к процессу. Если что и способно поддерживать вас на этом пути, сохранять ваш интерес, так это любопытство, любовь к приключениям и стремление к истине. Не торопитесь и позвольте вашему психическому сознанию раскрыться.

Бывают моменты, когда хочется сдаться. Вы можете быть разочарованы, и все, что связано с экстрасенсорикой, покажется вам пустой тратой времени. Тем не менее сомнения и чувство растерянности – не показатель того, что вам не хватает экстрасенсорных способностей. Напротив, это своего рода знаки, говорящие о будущем прорыве. Когда разум убеждает вас в том, что в существовании экстрасенсорики нет смысла, – вы на правильном пути. Психическое сознание нелогично, и может восприниматься сознанием как иррациональное. Позвольте разуму сдаться: так будет лучше для вас. Это даст возможность мудрому внутреннему экстрасенсу проявиться на поверхности и вести вас по интуитивному пути.

У вас будут моменты озаренной связи и трансцендентности. Возможно, психическое сознание будет «закипать», когда вы выполняете упражнение, ведете машину или смотрите в окно. Из темных внутренних глубин его свет озарит и осветит ваше сознание. Ваше тело может почувствовать дрожь, ваш разум ощутит, как он расширяется, а ваше сердце будет взрываться от беззаботного чувства радости – это узнавание столь призрачного, но знакомого ощущения связи с особой энергией. Доверяйте этим моментам. Они призывают вас продолжать путешествие. Будьте храбрыми и верьте себе, когда продвигаетесь дальше и выходите за рамки пяти чувств, известных и предсказуемых. Пригласите наэлектризованную и трансформирующую энергию психического сознания сопровождать вас на этом пути.

Часть I. Ваш внутренний экстрасенс, внешний край и центр

Глава 1. Множество проявлений психического сознания

Представьте себе класс, полный учеников, которым учительница только что задала вопрос. Одна из учениц, маленькая девочка, сидящая в дальнем конце помещения, знает ответ и уверенно тянет руку. Вы словно слышите ее внутреннюю мольбу, обращенную к учительнице: «Выбери меня, выбери меня!» Учительница медленно осматривает класс: поднимают руки и другие дети. Наша девочка отчаянно машет рукой, надеясь быть замеченной. Но учительница проходит мимо, будто не видя ее, и спрашивает другого ученика.

Эта девочка очень похожа на ваше психическое сознание. Оно знает ответы на многие вопросы, но его редко выбирают, чтобы услышать его рекомендации. Напротив, чаще всего замечают и выслушивают «знакомых учеников», сидящих на первых партах, – пять основных чувств, логическое мышление, прошлый опыт и самообман.

Однако несмотря на ваше нежелание доверять ему, психическое сознание полно решимости. Не довольствуясь ролью невидимки и местом позади всех, оно изобретает хитроумные способы заявить о себе. Удобно устраивается на переднем крае и ждет благоприятной возможности. И когда сопротивление уменьшается, использует этот шанс, чтобы передать свои знания и советы.

Возможно, психическое сознание проникло в ваше осознание подобным образом.

Например, случалось ли когда-нибудь, что внезапно что-либо становилось для вас совершенно ясным и вы не могли объяснить, откуда вам это известно? Ощущали ли вы иногда эмоции членов своей семьи или друзей, хотя они находились очень далеко? Бывало ли, что вы чувствовали что-то нутром, чувствовали покалывания энергии, поднимающейся вверх по спине, а волосы на руках вставали дыбом? И даже если вы не всегда понимали значение этих знаков и сигналов, догадывались ли вы, что, возможно, вам что-то пытаются передать таким образом?

Ваше психическое сознание часто хитро маскировалось, проникая в ваши мысли, эмоции, физическое тело и энергетическое поле. Это и есть четыре канала, посредством которых чаще всего проявляется интуиция. И если вы стали осознавать моменты, когда естественным образом получали экстрасенсорную энергетическую информацию, то можете быть уверенными в своей интуиции, а также в том, что у вас есть мотивация развивать свои проверенные способности получения спонтанных интуитивных озарений.

ВАШ ПСИХИЧЕСКИЙ ТИП

Ваш основной способ интуитивного восприятия соотносится с вашим психическим типом. Каждому человеку присущ один тип или их комбинация, а у некоторых людей сбалансированы все четыре типа. Ваш психический тип не только определяет, каким образом вы получаете энергетическую информацию, но также раскрывает аспекты вашей личности и предпочтений и то, как ваша душа передает и воспринимает озарения о вашей связи с высшей силой и божественным источником.

Ментальная интуиция

Если вы ментальный экстрасенс или наделены высоким уровнем ментальной интуиции, то получаете энергетическую информацию непосредственно через мысли и восприятие знания. Вы – творческий мыслитель и можете спонтанно интуитивно воспринимать идеи и озарения. Как ментальный экстрасенс, вы обладаете интуитивным интеллектом и способны неосознанно интуитивно считывать мысли, суждения и знания других. Однако поскольку ментальные экстрасенсы скептически, вы можете отвергать и оспаривать свой интуитивный талант.

Психические умения, ассоциируемые с ментальной интуицией, – это телепатия, яснознание и яснослышание. Телепатия – способность интуитивно воспринимать чужие мысли или мысленно общаться с другим человеком или группой через мысленные послания. Яснознание – способность получать энергетическую информацию посредством восприятия знания и осознанного понимания. Яснослышание – способность считывать мысленную энергетическую информацию посредством экстрасенсорного внутреннего слуха.

Эмоциональная интуиция

Если вы интуитивно воспринимаете главным образом за счет эмоций или наделены высоким уровнем эмоциональной интуиции, то, вероятно, интуитивно чувствуете и впитываете чувства других. Вы даже способны ощущать чужие эмоции за сотни миль. Однако не всегда осознаете, что делаете. Наоборот, можете ошибаться, считая интуитивно воспринятые чувства собственными, поэтому запутываетесь и, возможно, оказываетесь перегруженными из-за их интенсивности и глубины.

Эмоциональное ясночувствование и сверхэмпатия ассоциируются с эмоциональной интуицией. Эмоциональное ясночувствование – экстрасенсорная способность интуитивно воспринимать через сердце и получать энергетическую информацию посредством восприятия чувств. Сверхэмпатия – экстрасенсорное умение чувствовать чужие эмоции и исцелять эмоциональные раны вне ограничений времени и пространства.

Физическая интуиция

Физические экстрасенсы поглощают энергию своим телом. Если вы физический экстрасенс или наделены высоким уровнем физической интуиции, то можете воспринимать энергетическую как чутье нутром или покалывания энергии, поднимающейся по позвоночнику или рукам. Вы способны неосознанно чувствовать чужую боль и страдания в своем теле. Поскольку вы не осознаете, что эти физические ощущения были восприняты интуитивно, то необъяснимое исчезновение и появление физических симптомов может вызывать у вас растерянность.

Экстрасенсорные способности, ассоциируемые с физической интуицией, – это ясночувствование и психометрия. Физическое ясночувствование – способность получать энергетическую информацию через нутряное чутье и другие телесные проявления и ощущения. Психометрия подразумевает, что вы интуитивно воспринимаете информацию, держа в руках предмет или просто глядя на фотографию. С физической интуицией тесно связана практика энергетического исцеления.

Духовная интуиция

Если вы духовный экстрасенс или наделены высоким уровнем духовной интуиции, то можете видеть энергетическую информацию как сияние света, цвет или сферу и способны интуитивно сновидеть и грезить наяву. Имея естественную связь с духовной сферой, вы можете воспринимать присутствие любимых существ на иной стороне, ангелов или духовных наставников. Будучи духовным экстрасенсом, вы очень чувствительны, поэтому можете ощущать себя обессиленным в толпе и перевозбужденным из-за сильного шума и большой активности. Чтобы уравновеситься и прийти к внутренней гармонии, вам необходима тишина и время, проведенное в одиночестве.

Ясновидение и медиумизм связаны с духовной интуицией. Ясновидение – экстрасенсорная способность, позволяющая воспринимать энергетическую информацию визуально через символы и реалистические образы. Медиумизм – экстрасенсорное умение налаживать связь с теми, кто на иной стороне, а также с другими духовными существами.

ЛОГИКА ПРОТИВ ИНТУИЦИИ

Любой человек уже является экстрасенсом и может в дальнейшем получить доступ к природной, более глубинной мудрости. Интуиция – это мост между великим источником силы и любовью, личностью и эгоизмом. В хаотичном и напряженном мире, в котором мы живем, интуиция связывает нас с первичным чистым источником позитивной энергии и наставления. Раскрытие врожденных экстрасенсорных способностей ведет к увеличению проницательности, обретению мудрого руководства и новому осознанию нашего прошлого, настоящего и будущего. Кроме того, открывает новое измерение в том, как мы видим себя, других, мир, и углубляет нашу связь с радостью и подлинной жизнью.

Тем не менее при всех преимуществах, которые дает психическое сознание, мы можем относиться к нему с подозрением, игнорировать, обесценивать. К сожалению, мы не всегда способны полностью понять и оценить его уникальные проявления. Упускаем связанные с ним положительные моменты, поскольку привыкли получать информацию, делать выводы, принимать решения рациональным, логическим путем.

Личность и эго приближаются к реальности посредством ограниченного понимания, используя мыслительные процессы, бессознательное, эмоции, опыт и пять основных чувств. Хотя иногда результаты этого могут быть блистательными, наша личность и эго все еще имеют границы. Они не способны выйти за пределы времени и пространства, подобно интуиции и психическому сознанию. Сквозь призму психического сознания реальность воспринимается целостной, а прошлое, настоящее и будущее – доступными. Преодолевая границы физической материи, ваши психические переживания раскрывают и отражают отблеск представлений о том, что лежит вне обыденного сознания и известного.

И тем не менее при всех потенциальных возможностях, не имеющих ограничений, психическое сознание передает энергетическую информацию такими способами, которые не всегда понятны личностному сознанию. Экстрасенсорную информацию часто отвергают, пропускают из-за уникальности ее проявлений вовне. Ведь мы привыкли воспринимать информацию традиционным образом.

Вот пример. Представьте, что вы подали резюме для устройства на работу в компанию, которая всегда вас привлекала, и вам предложили место. Но столь же сильно, как хотите согласиться, вы чувствуете неуверенность – а нужно ли вам это, исходя из долгосрочных карьерных планов? И хотя ваша нынешняя должность имеет недостатки, вы знаете, что через неко-

торое время вас повысят в должности и увеличат зарплату. Вы не знаете, как поступить, и начинаете искать оптимальное решение.

Чаще всего сознательное эго подходит к подобной ситуации, изучив всю имеющуюся информацию. Вы можете сравнивать зарплату и преимущества предложенной работы с долгосрочной надежностью своей текущей работы. Вы прислушиваетесь к своим чувствам, решая, стоит ли уходить от нынешнего работодателя, и обдумываете, насколько вы все-таки довольны текущей работой. Чтобы узнать больше, вы, при наличии возможности, можете поговорить с людьми, уже работающими в компании, предложившей вам место, о том, как обстоят там дела. Можно обсудить вопрос с друзьями и членами семьи, чтобы узнать их мнение. Все это полезно и важно для составления стратегии. Однако представьте, что после всех этих шагов вы все еще растеряны и не уверены, стоит или не стоит оставаться на прежнем месте. Иногда у вас возникает порыв все бросить и уйти с текущей работы, но вы не особо ему доверяете.

Принимая все это во внимание, вы решаете переключиться на что-то другое и исследовать варианты интуитивно. Вы открываетесь новым возможностям, основываясь на нескольких неожиданных экстрасенсорных опытах в прошлом, когда получали нужную информацию.

Намереваясь получить интуитивное прояснение, вы устраиваетесь поудобнее, закрываете глаза, слушаете свое дыхание, расслабляетесь и задаете вопрос своему психическому сознанию. Поначалу ваш ум мечется, вы чувствуете некоторую тревогу по поводу происходящего. Вам кажется глупым искать решение таким путем, вы сомневаетесь в своих интуитивных способностях и чуде. Однако, продолжая дышать и расслабляться, вы начинаете чувствовать тяжесть на сердце и грусть от непонимания. Переживая чувства, вы спонтанно осознаете, что не реализуете свой истинный потенциал. И понимаете, что это правда, хотя даже не думали об этом. Прислушиваясь к себе, вы слышите голос, говорящий вам, что сейчас самое время сменить работу. Вы не знаете, кто или что общается с вами, но чувствуете, что можете доверять этому руководству. Принимая совет, вы видите образ двери, из которой льется свет. И понимаете, что это дверь в новую работу и вы можете войти в нее. Однако какая-то часть внутри вас хочет свернуть в другую сторону. Вы чувствуете, как растет напряжение. На вашем теперешнем месте вы защищены и не рискуете. И вот вы сами удивляетесь тому, что хотите оставить эту надежность. Когда такие чувства всплывают на поверхность, ваша связь с психическим сознанием начинает ослабевать. Ваш ум опять заметался, и вы начинаете думать, что будет, если на новом месте работы ничего не сложится.

Осознавая, что ваши мысли и чувства берут верх, вы возвращаетесь к сосредоточению на дыхании и снова входите в более восприимчивое состояние. Ощущаете вокруг себя тепло и комфорт, которые помогают еще больше расслабиться. Используя воображение, вы создаете образ двери и себя, входящего в нее. Когда вы это сделаете, через вас потекут волны позитивной энергии. И вы точно почувствуете, что новое место работы – благо для вас. Это ощущается правильным. Вы понимаете, что сейчас – время расти, а предложенная работа – шаг в верном направлении.

Вы открываете глаза и осмысливаете все, что восприняли. Это правильно. Вы уверены, что уйти на новое место работы – верное решение.

Позже, в этот же день, вы уже будете готовы позвонить, чтобы принять предложение. Однако пока ищете номер телефона, вас вновь одолевают сомнения. Вы начинаете сомневаться в полученной экстрасенсорной информации, недоумевая, «что это я такое делаю?» И говорите себе, а *может, это просто было то, что мне хотелось бы услышать и почувствовать?*

Несколько минут вы сомневаетесь в достоверности полученных экстрасенсорных впечатлений. И больше не чувствуете, что это важная информация и ей можно доверять. И решаете отказаться от звонка.

Подобный сценарий получения и скорого обесценивания экстрасенсорной информации чрезвычайно распространен. Энергетическая информация проявляется через мысли, чувства,

ощущения, озарения, восприятие знания и образы без мыслей и рассуждений. Поэтому эго ума делает все, чтобы дискредитировать и проигнорировать ее. Разум рационализирует психическое сознание утверждениями, что все это выдумки. А для окончательного осмысления другие объяснения не имеют смысла.

Прямолинейный, убедительный голос эго и логики не может воспринять стиль общения психического сознания. Эго, не способное понять интуитивные впечатления, чувства и проблески озарений, оттесняет их на задний план, считает как неудобные и продолжает свой разудалый путь. Проигнорировав, к сожалению, суть духовных озарений.

Хотя мы слишком часто отклоняем экстрасенсорную энергетическую информацию, поскольку она кажется нам бессмысленной и надуманной, никогда не поздно начать лучше разбираться в духовных озарениях, лучше толковать и понимать их значение, а также доверять процессу.

ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЕ ТЕЛО – ИСТОЧНИК ПСИХИЧЕСКОГО СОЗНАНИЯ

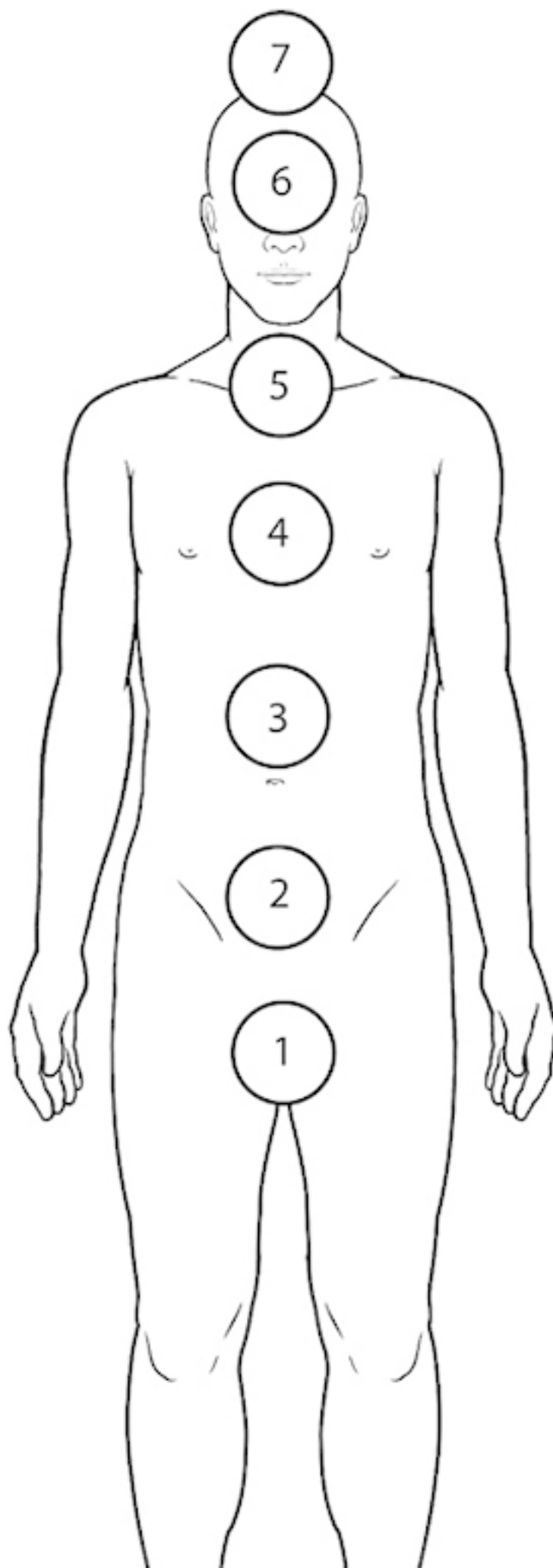
Все, что мы испытываем на крайне низком уровне наших пяти чувств, – это вибрирующая энергия. Наше физическое «Я» состоит из тысяч и тысяч крошечных клеток энергии, наше тело окружает невидимая энергетическая сеть. Экстрасенсорная информация и озарения излучаются этой паутиной энергии внутрь и вокруг нас.

Психическое сознание всегда открыто для энергетического восприятия, в отличие от ума, который отбирает внутренние и внешние данные и с их помощью приходит к выводу и пониманию. Даже если экстрасенсорная энергетическая информация приходит к нам через мысли, эмоции или наше физическое «Я», ее источник – чистая энергия. Заметить, воспринять и истолковать эту энергию – уже работа экстрасенса.

Энергетическое поле – дом интуиции

Человеческое мышление ограничено умом, экстрасенсорная же информация задействует разум, тело и дух. Энергетическое поле человека, или *аура*, и ее система силы и энергетических информационных центров, известных как *чакры*, несут в себе отпечатки наших мыслей, чувств и всего опыта, а также верований, прошлых ран и суждений. На энергетическом поле отражается и наше жизненное предназначение, план души и божественные дары.

Энергетическое поле, или аура, представляет собой энергетическую яйцевидную паутину вокруг нашего физического тела. От ауры исходят природное чувство интуиции и экстрасенсорные способности. Это дом интуиции. Аура – это одновременно и охранительный щит, и передатчик, и приемник энергии. Она передает, настраивает нашу энергетическую вибрацию и взаимодействует с энергией других существ и окружающей средой. Аура отражает негативную и токсичную энергию. Когда аура слаба или разорвана, мы впитываем негативные земные и духовные воздействия или они оказывают на нас пагубное влияние. Здоровая же аура поглощает энергию высшего блага и отталкивает неблагоприятную.



Семь основных чакр

Когда паутина энергии пульсирует и вибрирует, аура меняет размер и цвет. Люди с большой цветной аурой способны влиять на окружающих, у них хорошо развита интуиция, им легче настраивать психику. А тем, у кого аура сжатая или маленькая, психикой управлять сложнее. Причиной сжатия ауры могут быть страх и стресс. Многие упражнения в этой книге помогут вам увеличить, усилить и «залатать» свою ауру, а также активизировать духовную энергию в чакрах.

Чакры – окна интуиции

Если аура – дом интуиции, то чакры – ее окна. Чакры – это спирали энергии, несущие в себе отпечатки ваших мыслей, эмоций, верований и опыта, а также будущих возможностей. У нас есть семь основных чакр, расположенных вдоль тела: от ног до положения чуть выше головы (см. рис.). Через эти окна, или порталы, мы отправляем и получаем интуитивную энергетическую информацию. Наша интуиция предпочитает использовать одну конкретную чакру (что более удобно для интуитивного восприятия) или больше. Осваивая энергетическую информацию и силу интуиции, разные чакры озаряют внутреннюю мудрость, информацию и экстрасенсорные способности, которые нам доступны.

Первая чакра: укоренение в земле

Первая чакра расположена в основании позвоночника и распространяется на нижнюю часть тела. Люди, которые интуитивно воспринимают главным образом через первую чакру, склонны к контактам с духами природы, животных и растений. Чаще всего они интуитивно осознают радость от работы с земной и другими стихийными энергиями и способны общаться с феями и земными духами.

В первой чакре физическая интуиция чувствует себя комфортно – это ее дом. Однако духовная интуиция тоже может расположиться в этой чакре. В этом случае она увеличивает способность выживать и проявлять свою душу, а также реализовывать жизненную цель.

Физическая настройка на первую чакру позволяет получить энергетическую информацию о влияниях в раннем детстве, чувство рода, обеспечивает контакты с другими людьми и выполнение задач защиты и безопасности. Эта чакра проводит озарения, связанные с преградами на нашем пути и трудностями в реализации нашей души и жизненной цели.

Вторая чакра: практичность и благополучие

Вторая чакра расположена немного ниже пупка. Это деятельная чакра. В ней соединяются физическая и ментальная интуиция. Энергетически она связана со множеством практических задач повседневной жизни. Люди, интуитивно воспринимающие через вторую чакру, склонны интуитивно понимать, как делать деньги, создавать позитивные отношения, получать удовлетворение от работы и реализовывать карьерные возможности.

Энергетическая информация из этой чакры проявляется как предчувствие или посредством того, что многие называют практической жилкой. Интуитивная энергия этой чакры передает свои наставления через феномены совпадений, синхронистичность, а также через так называемые счастливые или неприятные случаи. Через вторую чакру мы получаем доступ к энергетической информации, связанной с нашими и чужими финансами, карьерой, рабочими задачами, отношениями, творчеством и сексуальностью.

Третья чакра: личная сила

Интуиция третьей чакры более заметная и открытая, чем у первой и второй. Те, кто интуитивно воспринимают через эту чакру, часто ощущают энергетическую информацию нутром или посредством других физических ощущений. Эта чакра – любимое окно как физической, так и эмоциональной интуиции.

Вы ощущали когда-нибудь после знакомства с кем-то, что в вашем животе порхают бабочки? Понимали когда-нибудь, прислушиваясь к своему нутру, что чувствуете что-то? Случалось ли у вас расстройство желудка, когда вы с чем-то соглашались, хотя знали, что это неправильно для вас? Это третья чакра интуитивно разговаривала с вами.

Наше ощущение личной силы, доверие к себе и психическое сознание взаимосвязаны. Доверие к себе, слушание себя и позитивная самооценка – неотъемлемая часть развития экстрасенсорных способностей. Третья чакра связывает наше чувство личной силы с интуицией и помогает следовать интуитивным наставлениям и руководству.

Те, кто естественным образом интуитивно воспринимает через третью чакру, способны неосознанно считывать телом боль, страдания и негатив других людей. Приведу пример: я занималась диагностированием с врачом, который был заинтересован в дальнейшем развитии своих медицинских интуитивных способностей. Он уже умело использовал интуицию в диагностике заболеваний, но хотел усовершенствовать свою врожденную способность. Он рассказал мне, что после интуитивной настройки на пациентов чувствует себя уставшим и обеспокоенным, и ему хочется узнать, что нужно делать, чтобы избежать подобной опустошенности.

Интуитивно просматривая его чакры, я увидела, что он, интуитивно воспринимая третьей чакрой энергетическую информацию о других людях, еще и поглощает их энергию. Тогда я предложила ему усиливать ментальную интуицию, и мы проработали несколько упражнений, чтобы сдвинуть его интуитивное восприятие с третьей чакры к расположенным выше. (Эти упражнения приведены в главе 3.) Я заверила, что в дальнейшем он сможет расширять психическое сознание и интуитивное восприятие без поглощения чужих энергий. А через несколько месяцев получила от него сообщение, что все хорошо: он делает успехи в интуитивной практике и стал меньше уставать.

Третья чакра излучает энергетическую информацию, направленную на поддержание самоуважения и личной силы. Это эмоциональный центр, в котором хранятся прошлые и настоящие воспоминания и переживания.

Четвертая чакра: любовь

Четвертая чакра находится в сердце – это окно, через которое эмоциональная интуиция посылает поток энергии любви и получает энергетическую информацию. Вибрации этой чакры связаны с нашей способностью любить себя и других, проявлять эмпатию и сострадание, исцелять эмоциональные раны.

Если у вас высокий уровень эмоциональной интуиции и вы интуитивно воспринимаете главным образом через четвертую чакру, то порой вам может казаться, что вы очутились на эмоциональных американских горках. Иногда ни с того ни с сего вы вдруг ощущаете волны любви, печали, счастья, страха или испытываете другие переживания. Вы можете обнаружить, что чувствуете чужие страдания как свои и привлекаете к себе людей, нуждающихся в любви и исцелении. Тем, кто интуитивно воспринимает через четвертую чакру, нелегко сказать «нет», они отдают себя без ограничений. Им необходимо фокусироваться на собственных потребностях, учиться получать.

Четвертая чакра позволяет интуитивно воспринимать эмоциональные раны и проблемы в отношениях, может передавать информацию и рекомендации насчет исцеления и любви к себе и другим людям.

Пятая чакра: самовыражение

Пятая чакра расположена в области горла, на одном уровне вибраций с энергией как ментальной, так и эмоциональной интуиции. Люди, чье естественное интуитивное восприятие осуществляется через эту чакру, часто неосознанно получают и передают духовные озарения при общении с другими.

Например, у моей подруги Шэрон много друзей. Она любит общаться по телефону, посредством текстовых сообщений и по электронной почте. Она веселая и заботливая, к тому же прирожденный экстрасенс. Ее способности проявляются лучше всего, когда она разговаривает с другими. Участвуя в беседе, она может неосознанно или с какой-то долей осознанности получать внезапные озарения или энергетическую информацию о человеке, с которым общается. И она свободно, особо не задумываясь, делится этим. Порой духовная энергия течет через нее так легко, что она не успевает осознать интуитивного значения того, что говорит.

Интуитивно воспринимающие через пятую чакру не всегда понимают, что передают другим экстрасенсорную информацию. Они часто не знают, что служат каналом экстрасенсорной информации именно потому, что столь легко общаются и столь свободно себя проявляют.

Психическая настройка на пятую чакру позволяет передавать энергетическую информацию и связана со способностью быть искренним с собой и другими, а также с выражением истины. Своеволие, зависимости, эмоциональная подавленность и стресс также энергетически связаны с пятой чакрой.

Шестая чакра: высший разум

Шестая чакра находится в голове, прямо за бровями. Это первичный центр и ментальной, и духовной интуиции. К этой чакре имеют отношение наши мысли, верования, суждения и предрассудки. Она связана с сознанием, мыслительными процессами и божественным разумом, эта чакра – духовный переходной портал, в котором мы переживаем смещение от человеческого знания и понимания к интуитивному экстрасенсорному восприятию. Иногда ее называют *третьим глазом*. Шестая чакра может быть активным психическим центром.

Ассоциируемая с ментальной интуицией, эта чакра выявляет наши преобладающие мысли, шаблоны мышления, верования и стремление получать и принимать высшие божественные помыслы. Она способна трансформировать и просветлять. Это преобразующие врата. При переходе через них обнаруживаются поверхностные и ограничивающие верования и конечность мышления.

Седьмая чакра: духовная сфера

Седьмая, или *коронная*, чакра находится на несколько дюймов выше головы. Она связана прежде всего с духовной интуицией и в меньшей степени – с физической. Хотя, казалось бы, она расположена на другом конце спектра чакр, физическая интуиция в ней может быть очень ценной. Проявляющаяся как ориентированная на землю, физическая интуиция способна заземлить высшие дары седьмой чакры. За счет сочетания сил физической и духовной интуиции наша высшая душевная энергия становится доступной здесь и сейчас и может быть использована в повседневной жизни.

Ассоциируемая с высшим божественным сознанием, душой и духом, седьмая чакра является порталом, ведущим к божественному присутствию и предоставляющим прямой доступ к духовной сфере. Те, кто естественным образом интуитивно воспринимает через эту чакру, могут видеть ангелов, духовных наставников и близких на иной стороне. Седьмая чакра может быть чисто духовным каналом, но она важна еще и для связи с энергией других чакр, заземления наших экстрасенсорных впечатлений, а также для интуитивного восприятия полезной практической информации.

Эта чакра на психическом уровне выявляет, находимся ли мы в потоке своей жизненной задачи, живем ли полно и целостно. Через нее становится возможным наше общение с близкими на иной стороне, духовными наставниками и ангелами.

* * *

Поскольку осознать свое энергетическое «Я» (ауру и чакры) посредством пяти чувств очень непросто, мы склонны не воспринимать свой экстрасенсорный потенциал. Итак, вы абсолютно готовы начать развивать и использовать свои естественные экстрасенсорные способности. Хотя заметим: для целостного понимания, как совместно работают энергетическое поле, чакры и интуиция, ваша готовность не так уж важна и необходима. По мере ознакомления с этой книгой, прохождения обучения и практики, открывающим доступ к естественным интуитивным и экстрасенсорным способностям, вы осознаете светящуюся психическую энергетическую сеть, которая принадлежит вам и с которой можно с пользой взаимодействовать.

Глава 2. Преграды при развитии экстрасенсорных способностей и соответствующие дары

Осознавание врожденных экстрасенсорных способностей и принятие решения их развивать отражено во многих описаниях путешествия героя. Так, Джозеф Кемпбелл в книге «Тысячеликий герой»² дает универсальный архетип героя, управляющего человеческим развитием и духовной трансформацией. С момента начала отсчета времени люди стремились к приключениям и прорывам в исследовании неизвестного, выходу за пределы себя. И хотя каждая история уникальна и в ней есть свои особенности и вызовы, путешествие героя – это общая тема, не раз воплощавшаяся в книгах и фильмах.

Архетип героя начинает проявляться в безопасных, комфортных условиях обычного мира. Когда герой, находясь внутри кокона известного и предсказуемого, занимается рутинными делами, он не задумывается о том, что же может быть за его пределами. И вовсе не жаждет приключений или новых переживаний. Однако неожиданно и, казалось бы, из ниоткуда появляется нечто и выбивает героя из зоны комфорта.

Очень часто приглашение психического сознания изначально проявляется именно таким образом. Вы собираетесь заняться своими обычными делами, и вдруг вас настигает переживание психического сознания.

Существует несколько основных путей, посредством которых психическое сознание внезапно входит в вашу жизнь:

- Вы почему-то вспоминаете человека, с которым долгое время не связывались. А позднее, в этот же день, этот человек звонит вам.
- Вы увидели во сне потерянный предмет, а потом нашли его именно в том месте, которое вам приснилось.
- Вы проигнорировали внутреннее чутье, подсказывавшее, что финансовая инвестиция не окупится. Не обратили внимания на предупреждение интуиции и лишились денег, как только вложения потеряли в цене.

Эти виды психических озарений часто открывают двери нашему любопытству и подсказкам реальности, которые противоречат принятым нормам.

² *The Hero with a Thousand Faces, Joseph Campbell* («Тысячеликий герой», Джозеф Кемпбелл, «Рефл-бук», «Ваклер», «АСТ», 1997).

Когда непредсказуемо проявляется психическое сознание, старательно вложенная в нас внутренняя структура, отвечающая за то, как мы думаем о мире, дает небольшую трещину и оставляет в недоумении: *как я узнал об этом? это просто странное совпадение? что в таком же роде еще возможно?*

Вопросы заполняют наш разум, и мы понимаем, что у нас нет ответов. Рациональное, логическое сознательное «Я» растеряно и озадачено. Мы пытаемся рационализировать, игнорировать происшедшее и отговаривать себя верить в случившееся. Однако в то же время мы заинтригованы, возбуждены, хотим узнать и понять больше.

В этот решающий момент мы оказываемся перед следующим этапом путешествия героя. И можем либо цепляться за старые убеждения и ощущение реальности, либо продвинуться вперед по неизвестной территории.

ИЗМЕНЕНИЯ, ПРОИСХОДЯЩИЕ ПРИ РАЗВИТИИ ПСИХИЧЕСКОГО СОЗНАНИЯ

Чтобы успешно развивать психическое сознание, необходимо отказаться от своих предубеждений и установок и позволить вести себя любопытству и стремлению к истине. Нужна смелость, чтобы ответить на этот зов и двигаться вперед, исследуя тайну психического сознания.

Большинство из нас изначально сомневаются в своих способностях получать и толковать психическую энергию. Мы не хотим потерпеть неудачу, выглядеть глупыми или разочароваться из-за недостатка интуитивного потенциала. Но до тех пор, пока эти вопросы не прояснены, каждый может пользоваться интуицией и продолжать развивать свои врожденные способности. Хотя некоторые люди способны осваивать все это быстрее других, интуитивное чувство каждого человека обладает интеллектом, который знает, что нужно делать. Как и в случае с пятью чувствами, в нашей природной интуиции ее функции запрограммированы и закодированы. Нам не нужно знать, что делать, чтобы видеть или нюхать – это происходит естественно и легко. Вначале надо просто учиться, как лучше слушать интуицию, и открываться ей, духовное развитие – это действие в большей мере разрешающее, нежели что-то осуществляющее.

В дополнение к перечисленным страхам есть и другие препятствия, которые скрываются в нашем разуме и сердце и способны саботировать интуитивные усилия. Мы не всегда осознаем эти проблемы, но большинство испытывают страх и напряжение относительно изменений, связанных с психическим развитием. Мы можем беспокоиться по поводу того, как именно изменимся, как на нас будут смотреть другие, не станем ли уязвимыми перед темными силами и невидимыми опасностями.

Опыт Челси – показательный пример изменений, которые происходят с человеком, воспринимающим свой психический потенциал. Челси, специалист по продажам программного обеспечения, была успешна в карьере и личной жизни, жила с мужем и двумя детьми в благополучном районе города. Жизнь складывалась так, как она всегда и ожидала.

Челси связалась со мной по совету друга, который был моим клиентом. Точно в назначенное время она нервно прошла в мой кабинет и села на краешек кушетки. После первых приветствий я начала считывать ее и внезапно почувствовала ее опасения. Мне стало интересно, поскольку она сама воспринималась как экстрасенс. Когда я ей об этом сказала, она стала еще более нервной. Тогда я осторожно спросила о ее экстрасенсорном опыте, и Челси поделилась со мной недавним психическим переживанием во время медитации.

Испытывая стресс на работе из-за высоких планок продаж, Челси подумала, что могла бы попробовать помедитировать. После одного сеанса она почувствовала себя лучше и продолжила медитировать перед работой. Как-то утром, усевшись в полусне на коврике для медита-

ций, она удивилась, так как перед ней предстало видение, которое, казалось, пришло из ниоткуда. Она увидела одного из своих коллег, Кита, выходящего из их офиса и входящего затем в офис конкурирующей компании. Она подумала, что это странно, но не придала этому особого значения.

А через неделю весь офис гудел о том, что топовый продавец Кит только что уволился с работы и получил должность в конкурирующей фирме. Челси была шокирована новостью не столько из-за ухода Кита, сколько из-за того, что видела это во время медитации. Ей было некомфортно, поскольку она не знала, откуда и почему пришло видение. Мы немного поговорили об этом, и я продолжила сеанс. После его окончания Челси расспросила меня о развивающих экстрасенсорных занятиях и, казалось, приняла решение и дальше изучать свои способности.

В следующий раз я увидела Челси на своих занятиях. Она была естественна, ее жизненная позиция была открытой и определенной, и со временем ее экстрасенсорные способности буквально расцвели.

Челси посещала занятия в течение нескольких лет. Однако ее семья без особого восторга воспринимала ее новый интерес. Когда она делилась своими духовными озарениями и тем, чему научилась, ее муж смотрел на нее растерянн, а мать и сестра закатывали глаза, относясь к происходящему с явной насмешкой. Челси все еще посещала методистскую церковь, к которой принадлежала многие годы, но больше не соглашалась со всеми ее постулатами. Когда она нашла спиритуалистическую церковь, служитель которой передавал прихожанам медиумические и экстрасенсорные послания, члены ее семьи стали настороженными и обеспокоенными. Они говорили, что церковь не может иметь дел с оккультизмом, и вообще отказывались все это обсуждать.

В других сферах жизни Челси тоже произошли изменения. Она больше не получала удовлетворения от своей карьеры, не видела смысла в своей работе и хотела изменить мир к лучшему. К сожалению, ее семья и друзья не поддерживали ее в духовных исследованиях и не одобряли происходящих с ней перемен. Они надеялись, что это лишь один из этапов ее жизни и вскоре она опять станет прежней рассудительной женщиной.

Из-за отсутствия поддержки и понимания семьи и друзей Челси тоже стала думать о том, не является ли ее интерес к развитию и изучению экстрасенсорных способностей мимолетным, преходящим. Чувство непонятости причиняло дискомфорт, и временами она тревожилась, какие еще перемены ожидают ее на этом пути.

ПРЕПЯТСТВИЕ: ОЩУЩЕНИЕ СЕБЯ «ДРУГИМ» И ОДИНОКИМ ПРОТИВ ДАРА ВНУТРЕННЕГО УТЕШИТЕЛЯ

Как архетипический герой, который выбирал, остаться ли ему в обычном комфортном мире или отправиться в путешествие, Челси все же отказалась от предсказуемого ритма повседневной жизни, чтобы исследовать психическое сознание. Однажды герой приступает к изучению неизвестного, проходит непредвиденные испытания, отвечает на вызовы и преодолевает появляющиеся препятствия. И столкновение с этими препятствиями и вызовами приносит ему неожиданные дары, увеличивает его силу и расширяет сознание.

Когда вы двигаетесь вперед, развиваете и исследуете психическое сознание, то неизбежно сталкиваетесь с препятствиями и испытаниями.

Например, вы, как Челси, можете стремиться разделить интерес к психическому сознанию с другими, призывать близких пережить этот опыт, но все ваши усилия вызывают сопротивление. Возможно, ваши новые интересы покажутся семье и друзьям угрожающими, они сами могут бояться неизвестного. И хотя духовное осознание открыло ваши сердце и разум новым возможностям и озарениям, люди, что-то значащие в вашей жизни, обороняются или

нападают на вас с озадачивающими вопросами. Вы можете ощущать себя одинокими, странными или утратившими прежнюю способность общаться. Не исключено, что, переживая осуждение и непонимание, вы начнете сомневаться в себе и последствиях своего нарастающего интереса к психическому миру. Но бросить все это непросто.

В какой-то момент в процессе развития психического сознания многие люди сталкиваются с вызовом ощущения разлада и потери связи с семьей и друзьями. Но в случае, когда мы принимаем этот дискомфортный переход и продолжаем свое развитие, вместо того чтобы отступить, к нам приходит новая неожиданная осознанность.

Каждое препятствие и каждый вызов несут нам трансформирующие дары. Хотя поначалу мы можем все больше ощущать отстраненность и дистанцирование от семьи и друзей, духовное развитие приносит дар присутствия. Невидимая и неосознанная психическая энергия часто приносит осознание утешающего божественного, любящего присутствия, что придает уверенности в том, что мы не одиноки. Нечто в этой огромной и непостижимой вселенной протягивает нам руку и дает понять, что мы любимы и ведомы. Интуитивно открывая сердце и разум, мы встречаемся с божественным присутствием духовной сферы. Благодаря психическому сознанию мы понимаем, что на самом деле никогда не бываем одиноки. Существует невидимая нежность, которая прикасается к нашему сердцу, разуму и душе. И хотя это трудно – узнать и постичь эту призрачную энергию, дар этого присутствия приглашает нас в мир смысла и взаимосвязей и мы чувствуем себя знающими и окруженными заботой.

ПРЕПЯТСТВИЕ: РЕЛИГИЯ ПРОТИВ ДАРА ДУХА

Наши прошлые и настоящие религиозные верования и практики могут (хоть и не всегда) поддерживать наш интерес к экстрасенсорным способностям, к новому пониманию и озарениям, которые приходят, когда мы к ним прислушиваемся. Однако есть вероятность, что наши верования, связанные с Богом, и чувствования собственной духовной природы будут поставлены под сомнение, и тогда мы начинаем ощущать себя духовно потерянными и уязвимыми.

Если мы воспитывались в религиозной традиции, согласно которой экстрасенсы и спиритуалисты – посланники темной стороны или дьявола, то принятие собственного психического сознания может быть особенно трудным. И даже если наша культовая вера более открыта новому и нетрадиционна, развитие экстрасенсорных способностей все равно может рассматриваться как бездуховная ерунда.

Дар этого препятствия состоит в установлении личной связи с божественным духом, что пребывает внутри нас. Развивая и используя психическое сознание, многие люди интуитивно приходят к выводу, что Бог – не вне нас. Осознание силы и присутствия Бога, исходящее изнутри, проникает в сознание медленно либо приходит внезапно, ставя религиозные воззрения под сомнение.

Другой дар ведет к пониманию, что наша личная связь и отношения с божественным начинают усиливаться при осознании присущей невидимому благодати. Одно из самых трудных препятствий при развитии экстрасенсорных способностей – страх перед психической энергией и духовной сферой. Многим развивать интуицию мешает боязнь того, что кто-то или что-то может затаиться и оказать на нас негативное воздействие, навредить.

Однако, открывая сердце и разум, мы начинаем ощущать тепло внутреннего света, утешающего, согревающего и всеобъемлющего. Мы осознаем, что за пределами основанной на страхе догмы и ограничивающих верований пребывает Великая святость, позитивная, любящая, мудрая, всегда открытая для того, чтобы вести нас и помогать.

ПРЕПЯТСТВИЕ: РАЦИОНАЛЬНЫЙ РАЗУМ ПРОТИВ ДАРА ИНТУИТИВНОГО РАЗУМА

Еще одно из распространенных препятствий, с которым сталкиваются многие, – вера в то, что психическое сознание – невежество, суеверие, глупость и пустая трата времени. Такое убеждение (и соответствующее ему чувство) берет начало либо от наших собственных суждений, либо от суждений других.

Подобная убежденность (кроме неодобрения, с точки зрения религии) была особенно сильна в моей семье. В пору моей юности очень высоко ценились высокие оценки. И пока мои братья и сестра стремились к успехам, я тоже пыталась обратить внимание на занятия в школе и обнаружить к ним интерес. Однако это не останавливало и не сдерживало мою интуицию, и я не раз полагалась на нее при поиске правильных ответов в учебных тестах, она предоставляла мне информацию, когда меня вызывали на уроках.

Многие мои клиенты и ученики приходят к духовному осознанию, изначально исходя из интеллектуального любопытства. Очень часто они сосредоточивают внимание на доказательствах существования духовного осознания, разбирая его с помощью рационального ума. И я ценю их страсть и стремление бесечно спорить по поводу того, что психическое сознание можно контролировать как объект исследования. Однако желание охватить его интеллектуально может удерживать опыт в тупике.

Чтобы стать понятным, психическое сознание должно быть прочувствовано. Вы не можете поставить разум у руля управления интуицией. Он будет ее подавлять, отвергать и насмехаться над ней, словно мятежник, пытающийся совершить переворот. Психическое сознание на несколько шагов опережает ваши сознательные эгоцентрированные мысли. Психическое игровое поле не имеет границ, и если вы попытаетесь ограничить и контролировать его, оно разветвится и станет неуловимым.

Вера в то, что интуиция не является полноправной формой интеллекта – это препятствие. Даже несмотря на то, что интуиция не вписывается в параметры логики и умозаключений, которые мы больше всего поощряем и которым доверяем, она все равно является одна из действительных форм интеллекта. Если вы верите, что интуиция предлагает вам меньше, чем другие виды интеллекта, выбросьте свои суждения из головы и придерживайтесь ученического подхода.

Дар этого препятствия – осознание того, что интуиция – самая ценная природная мудрость. Проверьте эту истину на себе. Не измеряйте свою интуицию и интерес к экстрасенсорным способностям с помощью внешних стандартов и убеждений других людей. Прислушайтесь к ней, доверяйте тому, что психическое сознание стоит вашего времени и внимания. Таким образом вы делаете позитивное и эффективное вложение в свою жизнь.

ПРЕПЯТСТВИЕ: СОМНЕНИЯ ПРОТИВ ДАРА СОЗНАНИЯ ДУШИ

Сомнения – это общее для многих людей препятствие, которому нужно противостоять при развитии психического сознания. Иногда мы можем сомневаться в том, что психическое сознание естественно и реально, сомневаться в своей способности его развить, сомневаться в интуитивных посланиях, которые получаем. Сомнение – плод эго, оно будет периодически всплывать на поверхность при развитии экстрасенсорных способностей. Эго не хочет, чтобы неприветливый выскочка духовного осознания стал царствовать в вашем обыденном сознании.

Узнавайте сомнение под его многочисленными личинами. Оно может проявиться как скептицизм и требовать, чтобы психическое явление соответствовало какому-то бессмыслен-

ному стандарту доказательства. Сомневаться в экстрасенсорной информации и быть внимательными к ошибкам в озарениях и толкованиях – это хорошо и правильно. Однако совершенных знаний об экстрасенсорных способностях нет. Это «ремесло» развивающееся, и пока для вас важно отмечать все ошибки, которые вы совершаете, занимаясь им, учиться на них и продолжать двигаться дальше. Слишком часто в отношении экстрасенсорных способностей устанавливаются завышенные стандарты по сравнению с другими умениями и талантами. Например, никто не отрицает профессию врача, несмотря на ошибки в диагностике, ученика не выгоняют из школы, если он не сдал экзамен.

Сомнения часто проявляются у моих учеников во время развивающих экстрасенсорных занятий. Я призываю их смотреть сомнениям в лицо, работать с ними. Не позволяйте им контролировать и ограничивать свой духовный рост. Распознавайте разницу между сомнениями и возникновением вопросов. Вопросы – это позитивный инструмент, с помощью которого можно совершенствовать экстрасенсорные способности и учиться осознавать их тончайшие нюансы.

Иногда имеет смысл подвергнуть сомнению источник своих интуитивных впечатлений. В этом случае приносит пользу, когда вы задаете себе вопросы по поводу получения экстрасенсорной энергетической информации или переживания озарений и впечатлений, основанных на ваших мыслях, убеждениях и желаниях. Полезно спрашивать себя, что нужно делать иначе, чтобы усовершенствовать способности. Помните: вопросы играют важнейшую роль в процессе развития экстрасенсорных способностей, а постоянные сомнения тормозят вас на вашем пути. Ваши сомнения не означают, что у вас нет природных способностей или что экстрасенсорное проявление ненастоящее и фальшивое.

Сопровождайтесь сомнениям, двигайтесь дальше, и вы получите дар душевного знания. Когда вы ощущаете истину глубоко внутри себя, то испытываете узнаваемое и уверенное чувство знания. Этот вид осознания исходит от души. Сомнения могут накрыть вас хаосом и вызвать тревогу, но ваша душа всегда знает, что встретила истину.

Когда вы переживаете ясное, подтвержденное чутьем духовное осознание, держитесь его, прочувствуйте его. Вы не всегда сможете понять, правильно воспринять и истолковать то, что получили в словесной форме. Это придет со временем. Но поначалу этого достаточно для распознавания уникального ощущения, сопровождающего подлинную связь с экстрасенсорной энергетической информацией.

Однажды после получения энергетической информации и озарений вы можете начать сомневаться в своих способностях интерпретировать и понимать их. На этой стадии лучшее решение – задавать себе вопросы. Если вы не уверены, что ваши толкования правильны, проверьте их точность интуитивно. Спросите себя, верны ли ваши ощущения. Что ваше чутье или сердце подсказывают вам? Эти послания души позволят понять, точны ли ваши толкования.

Будут и другие моменты, когда сомнения проявятся на поверхности. Когда это происходит, напомните себе, что ваша неуверенность идет от эго. Сдвиньте осознание вглубь себя и ощутите, услышите голос своей души. Доверяйте проявляющемуся внутреннему чувству душевного осознания и полагайтесь на него каждый раз, когда используете свои экстрасенсорные способности.

* * *

Таковы некоторые из распространенных препятствий на пути психического развития. Возможно, вы столкнетесь с одним или несколькими из них, и какие-то другие тоже обнаружат себя. Помните, что внутри каждого препятствия скрыт дар. Однажды вы поймете это, продолжите исследовать препятствие, работать с ним, и сопротивление уступит дорогу, и новое осознание и более глубокие уровни озарения проявят себя.

Часть II. Экстрасенсорные характеристики и потенциал каждого психического типа

Глава 3. Экстрасенсорное знание (ментальный интуитивный тип)

Ментальная интуиция – это способность получать энергетическую информацию посредством мысли, восприятия знания и внутреннее слушание. Интуитивно воспринимаемая с помощью ментальной интуиции энергетическая информация чаще всего ощущается как естественная, обычная. Вы можете даже не воспринять это как психический опыт. Вы просто осознали или узнаете что-либо без знания того, как именно это осознали или узнали.

Например, понимали ли вы когда-нибудь, что человек скажет, еще до того, как он раскроет рот? А может, вы переживали внезапное озарение по поводу себя или другого человека, которое помогло вам многое понять? Случалось ли вам когда-нибудь спонтанно понимать или прояснять проблему, которая вас мучила? Было ли когда-нибудь, что вы осознавали, чем закончится ситуация, не понимая, откуда вам это известно?

Ментальная интуиция – способность впитывать и осознавать энергетическую информацию через мысли, сознание и ясное понимание. Такая интуиция может проявляться как способность знать, что думают другие, или как осознание запутанной ситуации, к которому вы не смогли прийти логическим путем. Многие получают личные наставления и озарения через спонтанное интуитивное понимание. В некоторых случаях ментальная интуиция проявляется как неожиданная идея, позволяющая решить сложную задачу, или осознание того, как сделать что-то по-новому, более эффективно. Например, с помощью ментальной интуиции, как плод интуитивного восприятия, нередко появляются новые технологии и изобретения. И некоторые из них бывают столь революционны, что их сложно понять, и их потенциал так и не раскрывается полностью.

ОБЩИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ МЕНТАЛЬНОГО ЭКСТРАСЕНСА

Людям с высоким уровнем ментальной интуиции присущи определенные общие характеристики. Например, перед тем как сделать вывод или принять решение, они склонны творчески все осмыслить, исследовать все возможности. Они не осуждают других, любознательны и всегда открыты новому. Им нравится собирать информацию по широкому кругу вопросов. Нет ничего, что бы они воспринимали настолько оторванным от жизни, чтобы не изучать и не исследовать это глубже. Из-за их естественного стремления узнавать и искать истину они могут быть излишне объективными, игнорируя субъективность и эмоции. Поэтому ментальный интуит может выглядеть отстраненным и безличным.

Благодаря любви к сложному, способности генерировать идеи и решать трудные задачи ментальные интуиты способны стать лидерами в избранной ими области. Их привлекают перспективные научные исследования, новейшие технологии, в том числе электронные, инженерное дело.

В отличие от эмоционального интуита с его сверхчувствительностью или духовного интуита с его отчужденностью и радостным зависанием в эфирах, ментальный интуит практичен, он любит решать проблемы и раскрывать тайны. Будучи людьми рассудительными, ментальные интуиты продолжают исследования, следуя за своей интуицией, когда другие отступают и устраниаются. Временами их вера в логику и мышление может мешать их духовному развитию,

поскольку высокий уровень настройки мыслительной функции способен преграждать путь интуитивному восприятию. Те, кто обладает высоким уровнем ментальной интуиции, могут испытывать чрезмерную нагрузку от умственной болтовни, быть нерешительными, заикаться на обдумывании и размышлять больше, чем чувствовать.

Хотя психическое сознание нередко воспринимается как паранормальное явление, оно часто естественным образом проявляется в таких традиционных сферах, как наука, медицина, инженерия и т. д. Интуитивные люди могут быть и придерживающимися стереотипов, и свободными духом, творческими, артистичными, а порой немного чудаковатыми, не вписывающимися в стандарты и неорганизованными в текущих делах. А интуитивно воспринятая энергетическая информация часто содержит ценные озарения по поводу решения как всеобъемлющих вопросов, так и практических задач.

На протяжении моей карьеры меня часто спрашивали, есть ли среди членов моей семьи хоть один экстрасенс. Экстрасенсорные способности проявляются в семьях точно так же, как музыкальный талант, интеллект или спортивный потенциал. Однако в моей семье не было явных экстрасенсов. Интуитивные и экстрасенсорные способности ее членов проявлялись главным образом в науке и инженерии.

Так, один из моих дядей работал в «Проекте Манхэттен», деятельность которого в итоге вылилась в создание первой атомной бомбы в 1945 году. У него были десятки изобретений и патентов. Годы спустя его работы включили в научные руководства. Другой дядя, аэрокосмический инженер, был руководителем проекта по созданию двигателя первого многоугольного воздушно-космического аппарата. Конечно, как и большинство ментальных интуитов, они отрицали, что интуиция делает их труд более эффективным. Однако не нужно было долго находиться в их компании, чтобы понять, что они воспринимали энергетическую информацию, недоступную для других.

Так, несколько лет назад, когда я выезжала с подъездной дороги, рядом со мной сидел дядя Боб, тот самый аэрокосмический инженер. Перед тем как мы выехали на улицу, он сказал, что у моей машины проблема с двигателем. Я не поняла его объяснений, и он записал, в чем именно видит неисправность, сказав, чтобы я передала это механику. Он никогда не залезал под капот моей машины, не спрашивал меня о ее состоянии. Я считала, что с моим автомобилем все в порядке, но любопытство все-таки привело меня к механику. Когда тот спросил, какие у меня проблемы с машиной, я чувствовала себя глупо, передавая записку дяди, написанную на обратной стороне салфетки.

На следующий день, когда я пришла в автомастерскую, механик сказал, что подключал мою машину к оборудованию, которое диагностирует состояние двигателя, – все было в исправности. И все же, чтобы быть совершенно спокойным, он сам проверил некоторые части и – обнаружил проблему! Он был крайне удивлен, когда выяснилось, что это именно та неисправность, которая была записана на салфетке. Оборудование еще не настолько совершенно, чтобы выявлять проблемы, когда они только начинают о себе заявлять.

Люди с высоким уровнем интуиции чаще всего рассматривают подобные события с логической точки зрения и легко их объясняют. Ментальные интуиты считают, что доступ к озарениям и неизвестной информации – это обычная ментальная функция. Очень часто энергетическая информация воспринимается на тонкой границе между биологическим функционированием мозга и интуитивными способностями и переводится в практическую плоскость.

Для ментального интуита реальность пластична, и то, что порой кажется обманом его мыслительному восприятию, может быть реальным и конкретным, как твердая материя. Ментальные интуиты ведомы желанием вникнуть в смысл всех вещей. Энергетическая информация легко течет через их мысли, и они ее принимают, не задумываясь об источнике.

Интересная динамика наблюдается, когда есть вероятность, что полученная информация пришла по экстрасенсорным каналам. Когда речь идет о шестом чувстве или паранормальном явлении, то, чтобы принять их, ментальным интуитам требуются проверенные, доказанные факты. И не так уж они и не верят в психическую энергию и интуицию. Напротив, хотят знать точно, что лежит за пределами, недостижимыми для пяти чувств, и, если возможно, контролировать и использовать это в своих целях. Хотя они ведомы желанием познать неизвестное, им не хочется тратить время и энергию на подозрения и иллюзии. Их внутреннее устремление – покорить потенциал и мощь любой создающей силы или явления, в том числе и психической энергии.

САМОГЕНЕРИРУЕМЫЕ МЫСЛИ

Поскольку ментальная интуиция проявляет себя через разум, самое сложное препятствие при ее развитии и использовании – умение видеть различие между интуитивными и самогенерируемыми мыслями. Поначалу эти два типа мыслей могут казаться похожими, однако самогенерируемые мысли создаются умственным сознанием, разумом, личностью, подсознанием и эго. В них задействуются рассуждения, память, прошлый опыт, воспоминания и логическая последовательность. Самогенерируемые мысли порождаются вашими неосознаваемыми убеждениями, пристрастиями и умозаключениями.

Когда нужно решить проблему или выдать новую идею, мы обычно используем свои представления о возможном, прошлый опыт, из того, что известно. Самогенерируемые мысли последовательны и линейны. Одна мысль порождает другую, которая, в свою очередь, выводит следующую. И так одна за другой, одна за другой – до тех пор, пока мы не придем к удовлетворяющему нас выводу. Большинство самогенерируемых мыслей спровоцированы нашими эмоциями, чувствами и убеждениями.

Прислушиваться к этим мыслям и действовать согласно им – значит закреплять то, что мы чувствуем и во что верим. Этот цикл продолжает воспроизводиться и подтверждать нашу реальность.

Например, если мы верим, что изменение условий работы приведет к ее потере или нестабильности, то, скорее всего, будем настроены пессимистично и займем оборонительную позицию, когда в нашей трудовой сфере произойдет какая-то неизбежная перемена. Эти негативные мысли, в свою очередь, приведут к негативным последствиям. К сожалению, самогенерируемые мысли имеют тенденцию задерживаться в безопасной зоне известного, где нет места для истинных озарений и пробуждения интуитивного сознания.

ПСИХИЧЕСКИЕ МЫСЛИ³

Человеческий разум способен соединяться с необъятным источником энергетической информации. Это не является необычным и странным – использовать свой высший интуитивный разум, чтобы получить доступ к энергетической информации. Мы склонны ожидать или предвзято представлять, что психические мысли весьма существенно отличаются от ежедневных самогенерируемых. Между тем психические мысли редко выделяются или существенно разнятся с самогенерируемыми. Каждому из нас присущи психические мысли, однако вы их

³ В названии раздела использовано одно из значений английского слова *psychic* – психический. Для облегчения понимания смысла, который автор вкладывает в термин «психический», приводим и другие его значения: обладающий экстрасенсорным потенциалом, телепатией, телекинезом и т. д.; духовный. Нелишне также пояснить, что, например, в выписках из Учения Живой Этики Н. Д. Спириной, основательницы Сибирского Рериховского общества, даются такие определения *психической* энергии: «Это всеначальная энергия, которая движет и атомами, и галактиками»; «Психическая энергия – это ВСЁ. <...> Она включает в себя все остальные энергии, которые являются лишь ее дифференциациями». – *Примеч. ред.*

просто не узнаете, вероятно, улавливая ежедневно. Чтобы лучше различать и замечать их, особенно в начале духовного развития, важно осознать отличия различных типов психических мыслей.

Индивидуальные мысли

Способность психически настраиваться на мысли членов семьи, любовников, друзей, коллег и даже тех, кого вы не знаете, – это, наверное, наиважнейшая черта ментальной интуиции. Со временем мы склонны устанавливать ментальные связи с теми, кто нам близок, а также с кем встречаемся в повседневной жизни. Мы начинаем одинаково мыслить (иногда одними и теми же мыслями). Это происходит само собой, мы даже не всегда это замечаем.

Например, как Карла, моя клиентка. Проходя однажды мимо ресторана барбекю, расположенного на ее пути с работы домой, она подумала, что надо бы зайти в это заведение, чтобы купить для мужа ребрышки на ужин. Подойдя к дому, она была удивлена, увидев его машину на подъездной дороге. Открыв двери дома, Карла несколько раз позвала мужа по имени, но ответа не последовало. Тогда она отправилась за дом, где и нашла его во внутреннем дворике жарившим ребрышки.

Хотя эта и подобные ей ситуации могут казаться случайными совпадениями, тем не менее мы часто формируем психические ментальные связи и психически общаемся с теми, кто нам близок.

Коллективные мысли

Коллективные мысли – это обладающее мощью скопление подобных мыслей и убеждений, состоящее из мыслей индивидуальных. Свою мысль, особенно привычную, мы запускаем вовне, в энергетическую среду. Схожие мысли и убеждения имеют общую энергетическую вибрацию и соединены друг с другом. Коллективные мысли могут обладать позитивной и негативной силой и влиять на индивидуальные мысли и убеждения. Политические убеждения, социальные нормы, культурные сдвиги и изменения попадают под воздействие наших коллективных мыслей.

Когда люди принимают коллективную мысль, она усиливает свое влияние и воздействует на все большее число индивидов. И это может быть опасно, если коллективная мысль негативная, осуждающая, вредная. В истории политики влиятельные люди часто использовали коллективные убеждения, чтобы добиться власти и контроля. Развитие многих политических движений (например, нацизма) и общественных систем (например, рабства) было успешным большей частью потому, что коллективная мысль об их приемлемости влияла на слабовольных людей. Многие наши стандарты красоты и представления о сексуальном притяжении основаны на коллективных мыслях о привлекательности и сексуальности.

Коллективная мысль может обладать позитивным воздействием на людей и на нашу планету. Вибрации своих негативных и позитивных мыслей мы посылаем в атмосферу планеты. Восприятие хорошего в других людях усиливает их способность воспринимать это внутри себя. Мы никогда ничего не делаем в уединенности своего разума. Наши мысли влияют на других людей и способствуют формированию коллективной энергии, воздействующей на тех, кто находится рядом, и тех, кто вдалеке от нас.

Очередные популярные тенденции в искусстве, музыке и моде, а также и будущие популярные политические и культурные движения зарождаются как коллективная энергия мысли. Многие интуитивно воспринимают эти тенденции до того, как они станут достоянием нашего коллективного опыта. Когда приходит время проявиться в массовом сознании идее, изобретению, технической новинке, технологии или эволюционному этапу, уже есть те, кто интуи-

тивно воспринял эту информацию раньше других. Как правило, эти изобретатели, творческие гении, финансовые эксперты и мыслители не распознают интуитивную природу своих мыслей. Они просто знают, что сейчас необходимо и в каком направлении все мы движемся. Извлекая выгоду из этого осознания, они часто становятся богатыми, известными, особо почитаемыми и успешными, поскольку возвещают и демонстрируют то, что уже присутствует в нашей коллективной мысли.

Высший источник сознания

Источником творческой, оригинальной и чистой мыслительной энергии является высшее сознание и божественный разум. Наше высшее «Я», дух и божественное присутствие говорят с нами посредством интуитивных мыслей и осознания. И во многих случаях эти интуитивно воспринятые мысли и послания не кажутся чем-то необычным. Наоборот, они относятся к повседневным обстоятельствам и ситуациям и нередко несут успокоение и наставление. Послания высшего источника часто интуитивно воспринимаются как тихое и спокойное внутреннее знание. Эти мысли могут быть столь утонченными, что мы упускаем, не замечаем их. Однако когда мы их улавливаем и слушаем, то бываем направляемы к позитивным результатам и глубинной истине.

Например, моя клиентка Эмили жила в одном доме более тридцати пяти лет. В нем она растила детей и продолжала жить после развода. Поскольку дом был большим и достаточно комфортным, его стоимость с каждым годом повышалась. Эмили же хотела переехать, но не знала куда. При этом просмотр домов, выставленных на продажу, и обсуждение с семьей и друзьями возможности переезда лишь создавали неразбериху. В моменты нерешительности она начала слышать внутри себя сообщение: *«Будь терпеливой. Еще не время»*. Это послание успокаивало ее, но она все еще продолжала просмотр продаваемых домов, дополнив территорию поисков соседними областями. В течение всего этого времени она слышала послание: *«Будь терпеливой. Еще не время»*.

Разочарованная отсутствием результатов после года поисков, она решила сделать так, как говорил голос: прекратила искать и сосредоточилась на садоводстве, волонтерстве и отдыхе с друзьями. Спустя несколько месяцев во время встречи в клубе садоводов ее подруга упомянула, что планирует переехать в дальний штат, чтобы быть поближе к внукам. Она была воодушевлена переездом, но призналась Эмили, что ей будет трудно оставить свой дом и сад. В течение многих лет она тратила время и деньги, чтобы превратить свой дом в оазис красоты и умиротворения.

Эмили спросила подругу, может ли она взглянуть на ее дом перед тем, как та выставит его на продажу. Когда через несколько недель она вошла в него, то поняла: вот чего она ждала! Подруга приняла ее предложение о покупке и через какое-то время переехала.

Божественные мысли

Интуитивно воспринятые божественные мысли минуют логику и осознаются как откровения и просветленные мысли. Один из способов определить, пришла ли мысль из высшего божественного источника – проверить, как она влияет на вас. Субъективный разум не спорит с божественной мыслью, а самогенерируемые мысли часто вызывают внутренний конфликт.

Например, когда вы повторяете аффирмацию: *«Я соединен(а) с неисчерпаемым источником любви и изобилия»*, – тысячи приглушенных голосов в вашей голове могут не соглашаться с этим и убеждать вас проигнорировать эту установку. Вашему разуму непонятно, как такое возможно. И он сообщает вам, что это нелогично и нет никаких фактов, подтверждающих подобное утверждение. Вы можете желать поверить в установку, но ваша личность и эго отка-

зываются принимать и реализовывать эту истину, основываясь на вашем прошлом опыте и подсознательных мыслях.

Однако когда вы интуитивно получаете и воспринимаете эту же истину, но исходящую от божественного разума или высшего сознания, то их преобразовывающая энергия обходит мыслительный процесс. И вы понимаете и ощущаете это как момент прозрения ясности и правды. Переживание истины перекрывает ваши подсознательные мысли, прошлый опыт и ограниченное, конечное мышление, заменяя их новой правдой, необходимой для действий и творчества. Интуитивно воспринятая просветленная мысль меняет ваш опыт. И это одна из причин, почему так важна медитация. Она открывает возможность получать и воспринимать интуитивную, трансформирующую, высшую истину.

Послания ангелов, духовных наставников и любимых с иной стороны

Многие интуитивные послания, которые мы получаем благодаря ментальной интуиции, нам посылают наши ангелы, духовные наставники и близкие из духовной сферы. Когда духовные существа говорят с нами, то чаще всего мы не осознаем их присутствия. Ведь когда в момент прозрения или спонтанного озарения к нам приходит полезная идея, мы не особо задумываемся о ее происхождении. Да в целом куда важнее услышать и получить послание, чем определять, от кого оно! К тому же по мере развития экстрасенсорных способностей становится легче распознавать, кто его прислал.

Послания ангелов помогают нам почувствовать себя любимыми и оберегаемыми. Они бывают поучительными и информативными, предупреждающими о возможной опасности или конфликтах. Ментальные послания ангелов могут быть едва уловимыми, как шепот, или более резкими, воспринимаемыми как команда.

Моя клиентка Мэделин в ее двадцать с лишним лет была в отношениях, которые становились все более сложными. Она знала, что у ее парня Робби было трудное детство, и старалась делать все для того, чтобы он почувствовал себя любимым. Но его оскорбления и недовольство лишь усугубляли ситуацию. Веря, что любовь может все преодолеть, она терпела его плохое поведение, надеясь, что однажды он поймет, как сильно она его любит, и начнет относиться к ней лучше.

Однажды вечером, когда она ехала к нему, чтобы забрать с работы, Мэделин услышала тихий внутренний голос, сообщивший ей, что эти отношения не улучшатся и ей пора уходить. И хотя она проигнорировала этот голос, он заявлял о себе снова и снова, каждый раз все громче и громче. И как-то ночью в доме Робби, после того как он несколько раз ее оскорбил, голос в голове Мэделин сказал, что ей нужно уходить – сейчас же! Голос был столь сильным и напористым, что она собрала вещи и ушла.

Несколько недель спустя, размышляя о своих отношениях с Робби, Мэделин вдруг почувствовала окутавшую ее горячую волну энергии и интуитивно осознала, что за ней наблюдает ее ангел-хранитель. Она поняла: ее самооценка упала настолько, что у нее самой не хватит сил оставить Робби. И хотя после разрыва отношений она долго приходила в себя, ее сердце преисполнилось смелостью и силой знания, что ее направляют ангелы.

Ментальные интуитивные послания духовных наставников часто подталкивают нас к действиям, преодолению ограничений или обучению новому делу, ведут в сторону возможностей. Они помогают оказаться в нужном месте в нужное время, подводя к высшему благу. Когда мы развиваемся, учимся, помогаем или приумножаем позитив для себя и других, духовные наставники рядом с нами. Однако не всегда легко объяснить разницу между посланиями ангелов и посланиями духовного наставника. И все же послания духовных наставников более реальны и часто несут озарения и наставления, а послания ангелов полны любви и утешения.

Близкие с иной стороны тоже связываются с нами через ментальную интуицию. Мы довольно часто не осознаем присутствие ангелов и духовных наставников, но, когда с нами общаются любимые с иной стороны, наше интуитивное восприятие усиливается. Мы просто знаем, кто нас посетил, не отдавая себе отчета в том, каким образом это поняли. И часто ведем телепатические диалоги с нашими близкими гораздо чаще, чем это кажется нам возможным. Мы делаем это естественным образом, когда ведем машину или занимаемся повседневными делами. Если вам станет интересно, что думают или что могут посоветовать вам в определенной ситуации мать, отец, бабушка с дедушкой или другие близкие, они ответят вам.

ВЫЯВЛЕНИЕ ПСИХИЧЕСКИХ МЫСЛЕЙ

Вы сможете лучше осознавать происхождение любой психической мысли, когда будете интуитивно обнаруживать их и ощущать тонкую разницу между психическими и самогенерируемыми мыслями.

В отличие от самогенерируемых мыслей, которыми управляют эго, эмоции и желания, психические мысли свободны от влияний. По сравнению с мыслями эго, они воспринимаются ровными, безэмоциональными, безличностными и осознаются спокойно. Обычно настойчивые психические мысли не вызывают возбуждения и эмоционального отклика. Даже в ситуациях, когда вы обычно реагируете эмоционально, психические мысли воспринимаются настойчивыми, повторяющимися и поднимающими тонус, но не тревожащими.

Например, представьте, что утром вы собираетесь на работу, и тут вас посещает мысль поехать в офис другой дорогой. Эта мысль кажется вам занятой, но не особо важной. Однако когда вы садитесь в машину, мысль возвращается. Это может быть внутренний голос, рекомендуемый *поехать на работу другим путем*. Но вы отмахиваетесь от него и направляетесь к шоссе, слушая любимую музыку. Через несколько миль движение машин на дороге застопоривается из-за перевернувшегося тракторного прицепа. Однако поворачивать назад, на другую дорогу, уже поздно. Вы застряли в пробке и в итоге опоздали на важную встречу.

Психические мысли осознаются как реальные. Они, в отличие от самогенерируемых, не линейны. Одна мысль не вытекает из другой. Напротив, они возникают спонтанно и отличаются краткостью, простотой и цельностью. Нередко психическая мысль похожа на утверждение, которое повторяется снова и снова.

Например, случилось ли так, что вам нужно было сделать простой выбор и вы точно знали, чего хотите, однако у вас постоянно возникала мысль или вы получали послание, что все сложится не так, как вы ожидаете? Тем не менее вы игнорировали эту мысль, поскольку не было оснований и причин ей доверять. Но в дальнейшем, когда ожидания не оправдались, вы вспоминали об этом и жалели, что не поступили согласно полученному совету.

Психические мысли не пытаются вас убеждать в том, что они верны, что вам следовало бы прислушаться к ним и действовать в соответствии с их рекомендациями. Они просто повторяют утверждение, не вызывая страха или тревоги, не затрагивая ваше эго. Они не усугубляют ваши иллюзии, им не нужно подстраиваться под то, что мы хотим услышать. К примеру, когда я была одинока и ходила на свидания, у меня возникала иногда психическая мысль, что мои надежды на отношения с кем-то не оправдаются. Но чаще всего, вместо того чтобы принять ее, я спорила с этим тихим голосом, ненавязчиво утверждающим, что *это не мой человек*. Я игнорировала его не раз, хотя позже, конечно, жалела об этом, поскольку голос всегда был прав.

ИДЕИ И ОЗАРЕНИЯ

Психические мысли могут проявляться в форме идей и озарений. Они очень реальны, но не вызывают стресса или других эмоций. Вместо того чтобы возникать как простые, лаконич-

ные утверждения, озарения и идеи появляются иногда объединенными в единое целое, раскрывая весь спектр проблемы. Некоторые психические идеи и озарения, открывающие глубокие знания и замысел абсолютного сознания, воспринимаются как моменты прозрения. Они не всегда логичны и рациональны, но, переживая их, вы узнаете истину. Как незаметно раскрывается бутон, так интуитивно воспринимаемые идеи и озарения, имеющие множество граней, ведут вас к полному, но неожиданному осознанию.

Очень часто психические мысли вдохновляют на новые изобретения, научные открытия и гениальные теории. Художники, музыканты, писатели, люди других творческих профессий, включая инженеров, ученых, изобретателей, нередко находятся под влиянием психических идей и озарений. В момент взаимодействия, когда разум получает и усваивает то, что не могло быть полностью передано с помощью линейных самогенерируемых мыслей, психическая энергия приносит ответы.

Психические озарения несут нам персональные наставления и расширяют самосознание. Они позволяют воспринять и понять новые аспекты того, кто мы есть, и вдохновляют на перемены и развитие. Если источник психических мыслей – божественная энергия, они ведут нас к высшему благу. Некоторые из них похожи на тихий шепот, мягко открывающий сердце и разум новому осознанию, другие даруют глубочайшие прозрения, изменяющие наше ощущение реального и возможного. Один из точных признаков божественной мысли – переживание связи со всеобъемлющим источником всезнающей мудрости. Такие мысли расширяют сознание, они могут быть трансцендентными, возвышающими и трансформирующими.

ПСИХИЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ МЕНТАЛЬНОГО ЭКСТРАСЕНСА

Три основные психические способности, связанные с ментальной интуицией, – это яснознание, яснослышание и телепатия. Вы неосознанно воспринимаете такого рода психические мысли ежедневно. Однако дальнейшее развитие экстрасенсорных способностей на основе ментальной интуиции позволяет использовать силу вашего разума для получения наставлений и информации, когда вам это необходимо.

Яснознание

Яснознание – психическая способность получать энергетическую информацию посредством мыслей и восприятия знания. Энергетическая информация, полученная с помощью яснознания, может быть выражена как спонтанное осознание, постоянно повторяющаяся мысль либо послание или череда озарений. Восприятие мысли посредством яснознания – это и есть спонтанное осознание истины. Даже если другие не согласны с вами и нет никаких фактических подтверждений посланиям вашей интуиции – нет особых оснований в них сомневаться. Изначальный позитив и лишенное сомнений восприятие знания и озарений является отличительным признаком яснознания.

К примеру, когда моему сыну было пять лет, он сказал: «Я собираюсь жить в Нью-Йорке. Как тебе это?»

«Когда планируешь переезжать?» – в шутку спросила я.

Не делая паузы, он ответил: «Когда стану старше, но не намного. Мне нужно жить в Нью-Йорке».

Мы жили тогда в Северной Каролине, и он посещал Западное побережье вместе с семьей лишь несколько раз, но не бывал в Нью-Йорке. Меня удивило, что он вообще знает этот город.

И тем не менее его знание, воспринятое в пять лет путем яснознания, было совершенно точным. Много лет спустя он получил стипендию в колледже на Манхэттене и сейчас живет и работает художником в Нью-Йорке.

УПРАЖНЕНИЕ

РАЗЛИЧИЯ МЕЖДУ ИНТУИТИВНЫМИ МЫСЛЯМИ И МЫСЛЯМИ ЭГО

Чтобы развить яснознание и получать мысленную энергетическую информацию по своему желанию, начните обращать внимание на свои повседневные мысли. Подмечайте их свойства и ищите подсказки, указывающие на их источник. Описанию каких мыслей они больше соответствуют – психических или больше подходят под характеристики мыслей, самогенерируемых эго? Такая практика дает возможность проявиться осознанию яснознания.

Это простой способ стимулирует процесс расширения осознания психических мыслей.

Выберите для занятия спокойное место, устройтесь поудобнее и начните упражнение с очищающего дыхания. Сделайте глубокий расслабляющий вдох и выдохните стресс и напряжение. Делая это, прислушивайтесь, что происходит внутри вас, и продолжайте дышать. Если хотите, закройте глаза для лучшего расслабления и сконцентрируйте все внимание внутри себя. Представьте шар из высших вибраций белого света, полностью охватывающий вас.

Подмечайте каждую возникающую мысль и постарайтесь осознать признаки, указывающие на то, психическая это мысль, идея, озарение или самогенерируемая.

Напомню: психические мысли не вызывают эмоций, желаний или стресса. Они нелинейны, одна мысль не вытекает из другой, они лаконичны, монотонны и реальны. Кроме того, утонченны, ненавязчивы и не притягивают внимание, как самогенерируемые. Это тихое, спокойное знание.

Когда появляется мысль, постарайтесь ощутить, психическая ли она, и запишите ее. Но не перегружайтесь, старайтесь понять ее смысл. Просто запишите и продолжайте дышать, сохраняя внимание. Если ваш ум начнет метаться, переводите внимание на дыхание.

Если вы понимаете, что психические мысли к вам не приходят или появившиеся мысли не кажутся вам психическими по своей природе, продолжайте дышать и слушать себя. В конечном итоге послания начнут к вам приходить. Будьте терпеливы и отпустите все ожидания относительно того, какую информацию вы получите. Скорее всего, это не будет нечто из ряда вон выходящее. Помните, что психические мысли тихи и ненавязчивы.

Многие психические мысли несут в себе предсказания и дают информацию о будущих событиях, задачах и проблемах. Тем не менее порой они не кажутся серьезными и обретают смысл лишь тогда, когда случается то, что сообщалось в послании.

Почувствовав перегруженность мыслями и энергетической информацией, обратитесь внутрь себя с просьбой замедлить процесс. Дело в том, что когда вы открыты и внимательны к экстрасенсорной энергетической информации, вас может буквально захлестнуть поток мыслей и озарений.

Если такое произойдет, предоставьте мыслям пространство, чтобы проявлять одну за другой, и будьте терпеливы. Просто наблюдайте за случайными мыслями, не фокусируясь на них, и они начнут рассеиваться. Слушайте и записывайте психические мысли.

В итоге вы сможете лучше отличать психические мысли от случайных. Когда вы замечаете психические мысли, обращаете на них внимание и поступаете согласно их сообщениям, они проявляются более интенсивно.

Яснослышание

Яснослышание – психическая способность слышать энергетическую информацию. Мысли, передающиеся посредством яснослышания, похожи на наш внутренний голос. Лишь изредка они звучат так, будто пришли от кого-то другого или из внешнего источника. Все мы разговариваем сами с собой. Иногда произносим диалог с собой вслух, но обычно беседуем беззвучно, про себя. Так же как некоторые наши мысли самогенерируемые, а некоторые передают экстрасенсорную энергетическую информацию, так и один диалог с собой может быть порожден эго, а другой, который мы слышим внутри себя, основан на экстрасенсорной энергетической информации.

Сообщения яснослышания никогда не бывают негативными, осуждающими, критикующими нас или других людей. Они не возносят нас на пьедестал и не говорят, что кто-то лучше или хуже. Подобные мысли и послания характерны для эго и бессознательного. Напротив, мысли яснознания, сообщения яснослышания утонченны, ровны и информативны. Они позитивные, утверждающие и ведут к высшему благу. Послания яснослышания, персональные и полные любви, руководят нами в повседневных делах. Например, они шепчут, чтобы мы избегали каких-то ситуаций или людей, информируют, какой выбрать путь в пункт назначения или какую пищу лучше съесть. Заботясь о наших интересах во всех областях нашей жизни, мысли яснослышания помогают нам почувствовать себя защищенными и опекаемыми.

Мысли яснослышания и яснознания часто бывают переплетены между собой и приходят одновременно. Временами их бывает сложно различить, но это не так уж и нужно. Главное, что они дополняют и усиливают друг друга.

УПРАЖНЕНИЕ

КАК ПОЛУЧАТЬ ПОСЛАНИЯ ЯСНОЗНАНИЯ И ЯСНОСЛЫШАНИЯ

Это упражнение научит вас использовать яснознание и яснослышание для получения озарений и наставлений в конкретной области задач или проблем. Кроме того, поможет и впредь понимать разницу между психическими и самогенерируемыми мыслями.

Для начала выберите сферу вашей жизни, на которую хотели бы психически настроиться. Допустим, отношения, карьера, финансы или духовное руководство – все срабатывает хорошо. Однако лучше не начинать со сложного философского или слишком специфического вопроса. Упражнение нацелено на усиление ментальной интуиции и на то, чтобы процесс получения

энергетической информации посредством яснознания и яснослышания стал для вас более привычным.

Выберите проблему или область задач и запишите ее. Думайте об этой проблеме и записывайте все, что приходит на ум, отвечая на следующие вопросы:

Какой вид энергетической информации вы хотели бы получить в связи с вашей проблемой? Что вас беспокоит в этой сфере вашей жизни? Каковы ваши желания, надежды и ожидания, связанные с этой проблемой? Испытываете ли вы какие-либо страхи или стресс из-за нее?

Запишите все, что пришло в голову. Возможно, этот шаг покажется вам неважным и незначительным и вы захотите его пропустить – пожалуйста, не делайте этого. Осознание своих личных предубеждений, желаний и ожиданий поможет распознавать и получать экстрасенсорную информацию, чувства, мысли и ощущения.

Записав мысли, чувства, ожидания, задачи относительно своей проблемы, начинайте расслабляться. Дышите долго, глубоко, выдыхая стрессы и напряжения. При желании закройте глаза, чтобы еще больше расслабиться. Представьте шар из высших вибраций белого света, полностью охватывающий вас. Когда будете готовы, сфокусируйте сознание на своей проблеме. Продолжайте дышать, расслабляться и фокусироваться внутри себя.

Прислушайтесь к своим мыслям и определите, какие из них могут содержать энергетическую информацию. Обратите внимание на тихий, едва уловимый внутренний голос. Мысли яснослышания, скорее всего, будут похожи на внутренний голос, будто вы разговариваете сами с собой. Изредка они звучат так, как будто исходят из внешнего источника. Не торопитесь и слушайте. Интонация мыслей яснослышания и яснознания будет настойчивой, ровной и однообразной. Интуитивные мысли не вдаются в долгие объяснения, не стараются вас в чем-то убедить и не противоречат вашим желаниям и надеждам. Они кратки, просты и монотонны. Вы можете услышать слово или фразу либо уловить спонтанное озарение через восприятие знания.

Будьте терпеливы, когда слушаете и распознаете психические и самогенерируемые мысли. Мысли могут переполнять ваш разум, что может ошеломить, и вы надумаете много лишнего. Обратите внимание на общие признаки, идентифицирующие мысли яснознания и яснослышания, выделите их. Когда возникают самогенерируемые мысли, возвращайтесь к дыханию, долго и глубоко вдыхайте и выдыхайте. Когда сумеете распознать послания яснознания и яснослышания, запишите их. Не перегружайте себя и не пытайтесь полностью понять полученную информацию. Затем сфокусируйтесь внутри себя, дышите и воспринимайте.

В тот момент, когда вы почувствуете, что получили все психические мысли, сделайте паузу и спросите внутри себя, есть ли еще что-то, что вам нужно знать. Слушайте, будьте терпеливы и продолжайте дышать и расслабляться. Запишите все, что восприняли.

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.