

Человек может больше,
чем просто сказать

Кирилл Титов Геннадий Кондаков



ЧАКРАЛЬНЫЕ КОММУНИКАЦИИ



ВОЗМОЖНОСТИ ЧЕЛОВЕКА



ДЭИР —

**система навыков дальнейшего энергоинформационного
развития человека — это последовательная система
обучения человека навыкам энергоинформационного
взаимодействия с миром.**

**Мы сами в основе своей состоим
из энергии и информации, направляющих сигналы
в нашем мозгу и движение материи в нашем теле...**

**Все движение мира в самой своей основе —
это энергия и информация.**

**Мы, словно рыбы в океане,
постоянно окружены единым
энергоинформационным полем Вселенной
и находимся с ним в состоянии
непрерывного энергообмена.**

Направляя энергообмен — направляешь свою жизнь.

И так есть и было от начала времен.



КИРИЛЛ ТИТОВ
ГЕННАДИЙ КОНДАКОВ

ЧАКРАЛЬНЫЕ КОММУНИКАЦИИ



Санкт-Петербург
ИГ «Невский проспект»
Издательство «Афина»
2007

- Т45 **Титов К., Кондаков Г.**
Чакральные коммуникации. — СПб.: ИГ «Невский проспект»;
Издательство «Афина», 2007. — 160 с.
ISBN 978-5-91271-030-8

Всю жизнь мы обмениваемся с другими людьми словами, мыслями, переживаниями. От этого обмена напрямую зависят наши успехи и наше счастье.

Но разве только слова определяют, насколько хорошо мы понимаем друг друга?

Если бы только слова...

В нас есть куда более важная система, обеспечивающая настройку людей друг на друга. Словно система камертонов, наши психоэнергетические центры — чакры — своим совпадением и не совпадением заставляют собеседников звучать фальшиво или гармонично. А именно это определяет успех общения.

Как управлять своими центрами, как настроить собеседника в унисон, как быть глубоким и эффективным в общении — вот об этом наше практическое пособие.

ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Предисловие</i>	11
--------------------------	----

Глава 1

ЧТО ТАКОЕ ЧАКРЫ	23
------------------------------	----

Управление собственной чакральной активностью	23
---	----

Разминка, ощущение центральных потоков	29
--	----

Управление активностью аджна-чакры (<i>упражнение</i>)	30
---	----

Как работают чакры	32
--------------------------	----

Глава 2

ЧАКРЫ: СВОЙСТВА И ОСОБЕННОСТИ	40
--	----

Анализ личной чакральной активности	44
---	----

Нулевое состояние (<i>упражнение</i>)	50
---	----

«Карта» личной энергетической системы	54
---	----

Активация чакральной структуры с использованием эмоционального состояния, звука и цвета одновременно (<i>упражнение</i>)	70
--	----

Глава 3

ЧАКРАЛЬНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ 72

Диагностика активной чакры другого человека 72

Определение активной чакры другого человека
с помощью физической руки (*упражнение*) 76Определение активной чакры другого человека
с помощью эфирной руки (*упражнение*) 78

Энергоинформационный резонанс 84

Проверка лояльности чакральной структуры
к чужой активности (*упражнение*) 93Подстройка под чакральную активность
другого человека (*упражнение*) 94Искусственное противодействие
чужой чакральной активности (*упражнение*) 95

Глава 4

ВОЛЕВАЯ АКТИВАЦИЯ ЧАКР У ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА 103

Переключение активности другого человека 103

Усиление восходящего потока
другого человека (*упражнение*) 108Усиление нисходящего потока (*упражнение*) 109«Восьмерка». Усиление воздействия
на центральные потоки другого человека (*упражнение*) . 109Коммуникативное ведение (*упражнение*) 111Ощущение разности потенциалов
в зоне чакральной активности (*упражнение*) 113Переключение активной чакры (*упражнение*) 115Переключение активной чакры
у другого человека (*упражнение*) 117

Фиксация чакральной активности в повторяющейся ситуации	120
Фиксация чакральной активности в повторяющейся ситуации (<i>упражнение</i>)	123
Чакры и другие элементы энергоинформационного развития	125
<i>Заключение</i> НЕСКОЛЬКО СЛОВ О ВЕЖЛИВОСТИ	132

МАНИФЕСТ ЭНЕРГОИНФОРМАЦИОННОГО РАЗВИТИЯ

Человек — это прежде всего слитые в единую живую сущность дух, душа и разум.

Информация в нас направляет нашу энергию, наша энергия проявляет для нас новую информацию.

Человек — это энергоинформационное существо.

Все наши беспредельные возможности начинаются с осознанного направления нашей энергии.

Каждое новое осознание, узнавание, открытие рождает внутри нас новый способ более совершенного энергоинформационного действия.

Каждый раз, сделав новый шаг вперед, мы можем себе сказать, что идем путем дальнейшего энергоинформационного развития себя.

И только от нас зависит, как далеко мы пройдем, в кого превратимся и в каких пространствах будем обитать, пока во вселенной существует время, потому что энергия неуничтожима, а информация вездесуща.

Мы — свободная часть свободного духа нашего мира.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Добрый день! Я рад снова приветствовать вас на страницах пособия школы навыков ДЭИР. На этот раз речь пойдет о сложностях и способах общения.

Расширяя тематику наших программ, мы, конечно, давно обратили внимание на вопросы, связанные со сложностями коммуникации. Действительно, очень часто человек не в полной мере владеет навыками эффективного общения и из-за этого не чувствует себя в обществе безопасно, уверенно и полноценно. И — как не парадоксально — даже не осознает этого!

Вы, наверное, замечали, что иногда бывает сложно вступать в плодотворный контакт с другими людьми. Причем зачастую не только с малознакомыми, что было бы еще понятно, но даже с самыми близкими и родными! Вы пытаетесь что-то объяснить, но вас как будто бы не слышат, не понимают. Другой человек пытается донести до вас какое-то свое чувство или мысль, а кажется, что это полная чушь.

Вроде бы и загадка — не загадка, вроде бы требуется «общий язык», и всего лишь, но как подчас его сложно найти! И чаще всего фундамент такого непонимания — один и тот же.

Сейчас много говорят о том, что меньше половины всей информации мы передаем словами, а все остальное человек так или иначе ощущает, не успевая осознать: видит жесты и мимику, реагирует на интонации и тембр голоса, и, наконец, ощущает энергетику собеседника. Вот несовпадение «энергетической окраски» как раз чаще всего и становится причиной непонимания, трудности общения. А что означает это несовпадение, то ли настроения у вас с оппонентом разные, то ли говорите вы на разных языках, то ли вам вообще его улыбка кажется подозрительной. Тысячи мелочей, а завязаны они на один и тот же вопрос — на несинхронное «энергетическое поведение».

Иногда так важно почувствовать что-то, чего не скажешь словами, или, наоборот, нужно, чтобы ваш собеседник без слов понял, чего вы от него хотите. И ведь это все не фантастика! Напротив, из таких ситуаций и состоит наша жизнь, так как мы живем, постоянно общаясь с другими людьми. Возникает вопрос, можно ли реально развить навыки энергетического общения, так же, как мы развиваем навыки, например, ораторского искусства? Возможна ли настройка собственной энергетики? Можно ли отрегулировать эту систему нашего существа? Можно ли сделать так, чтобы вы лучше понимали своего собеседника и чувствовали его тайные (может быть, даже не осознаваемые им самим) желания? Можно ли сделать так, чтобы мысль, которую вы хотите донести до другого человека, действительно дошла до него как можно скорее и в неискаженном виде?

Вопросы эти далеко не только теоретические. Ведь от наших навыков общения зависят, в общем-то, вся наша жизнь и весь наш успех в любой деятельности. Только монахи-отшельники не общаются с другими людьми.

И если вы не монах, то чем бы вы в этой жизни ни занимались, от вашего умения находить контакт с людьми зависит то, насколько успешной будет ваша деятельность.

Итак, что же делать?

Человечество уже давно озаботилось этим вопросом. В современном мире на него обычно пробует отвечать наука психология. Возникнув уже больше ста лет назад, психология успела разветвиться на сотню разных направлений. Каждое из них предлагает свою систему объяснений того, как происходит общение людей. Есть огромное количество техник, которые как будто бы позволяют решать какие-то проблемы в реальной жизни. И подчас помогают! Только почти все они задействуют лишь сознательную сторону нашего общения. А человек — это значительно больше, чем просто сознание.

Система навыков ДЭИР предлагает вам расширенный взгляд на этот вопрос, соединяя в единый блок психологические и энергетические ресурсы человека. Такой энергоинформационный подход открывает нам много интересно, дает по-иному взглянуть на многие вещи — и доказал свою практическую эффективность.

Энергоинформационный подход позволяет не только узнать много интересного о правилах общения, но использовать их закономерности не автоматически-бездумно, а осознанно предвидя результаты и правильно считывая информацию.

Энергоинформационная структура мира — давно уже не философский секрет. И то, что человек — энергоинформационное существо — не тайна. Следовательно, и общение между людьми — это не просто обмен данными или попытки исподволь заставить собеседника сделать то, что вам нужно.

Это обмен энергией и информацией. И многие наши проблемы разрешаются, если понимать, что это действительно так.

К сожалению, на страницах этого пособия не хватит места, чтобы подробно поговорить о концепции энергоинформационики. В школе навыков ДЭИР разговор об этом ведется в самом начале обучения во время обучения базовым навыкам. Поэтому мы будем касаться только практических вопросов, связанных именно с коммуникацией, уделив самой системе навыков только несколько слов.

Система навыков ДЭИР — исключительно практическая система, ориентированная на социальную и личную успешность каждого человека. Техники, которые мы предлагаем, любой человек может проверить это на себе. И ни в коем случае не верьте нам на слово, напротив, изучайте, пробуйте, проверяйте и используйте то, что работает. Только так можно почувствовать свою энергетику и научиться ею управлять.

Справедливости ради надо сказать, что очень многие (даже, пожалуй, почти все) люди, прошедшие обучение по системе навыков ДЭИР, успешно и активно применяют полученные умения и знания в своей жизни. Причем, применяют их в самых различных ситуациях, и многообразие опыта наших слушателей поражает. Люди самостоятельно восстанавливают здоровье и выправляют свои судьбы, решают социальные задачи, строят карьеры, находят себя в творчестве и взаимоотношениях.

Расскажу немного о ступенях обучения в Школе навыков ДЭИР, чтобы каждый читатель имел представление об открывающихся возможностях. Обучение идет в пять этапов. Каждый этап дает новые возможности и открывает ранее не видимые перспективы для идущего.

Первая ступень «Освобождение» помогает защитить себя от программирования и манипулирования, вернуть себе себя.

Вторая ступень «Становление» помогает научиться жить и творить с чувством абсолютной внутренней свободы и гармонии с собственной личностью.

Третья ступень «Влияние» помогает лучше понять людей.

Четвертая ступень «Зрелость» помогает стать сильнее.

Пятая ступень «Уверенность» и «Мудрость» помогает понять, что мы не отделимы от мира, и что даже движения в природе отражаются в нас, а наши движения — отражаются в природе и мире случайных событий. И, разумеется. Использовать открывающиеся при этом возможности.

Кроме этого, в Школе навыков ДЭИР есть тематические программы, развивающие важные направления жизни человека и его общества — но их семинары слишком многочисленны, чтобы перечислять их здесь.

Перечислить все те навыки, которые могут помочь человеку, не хватит страниц этой книги. А сколько еще предстоит открыть.

Такова — буквально в двух словах — основная программа школы навыков ДЭИР. Чакральные коммуникации — лишь одно из многочисленных практических аспектов применения разработанных в ней технологий.

Теперь несколько слов о том, почему и книга называется именно так — «Чакральные коммуникации». Чтобы не изобретать велосипед и не запутывать читателей новыми терминами, мы использовали сейчас уже ни у кого не вызывающую удивления или протеста систему семи чакр, как систему психоэнергетической структуры человека. Чакры — энергетические центры и мы будем так их называть.

Семинар «Чакральные коммуникации» относится к программе «Влияние», что говорит само за себя. Навыки, получаемые слушателями на этом семинаре, позволяют оказывать влияние на людей и адекватно воспринимать влияние на себя, что в конечном итоге и ведет к эффективному общению. Очные занятия, естественно, отличаются от «книжных» своей эффективностью, однако в данном пособии мы постарались максимально просто, точно и ясно описать техники, чтобы люди могли решать свои коммуникационные проблемы самостоятельно.

Сейчас мы не станем специально останавливаться на описании явлений и понятий, входящих в базовые практики школы ДЭИР. Мы не станем объяснять те вещи, которые знакомы любому слушателю школы, включая новичков, и будем исходить из того, что вы, читатель, уже умеете выделять свои триггерные ощущения и управлять центральными потоками и эфирным телом. Если же нет, у вас всегда есть возможность обратиться к пособиям первых четырех ступеней, называемым так же, как и уже упомянутые мной ступени.

Итак, программа «Влияние», к которой относится этот семинар, направлена на улучшение взаимодействий человека с окружающей социальной средой. Что это значит? Человек живет среди других людей — это аксиома. И только среди других он реализуется как личность. В эту реализацию входят и материальная, и статусная, и творческая, и даже половая реализации. Другими словами, человек старается заработать денег, достигнуть определенного положения в социуме и добиться успеха в творчестве и в любви. Все это он делает не в одиночку и не в безвоздушном пространстве, а среди других людей, которые тоже стремятся к самореализации. Причем их цели и средства могут совпадать с вашими, а могут рез-

ко отличаться от них и даже противоречить им. Все мы знаем, что значит самоутверждаться за счет других, да? Поэтому то, насколько удачно у вас получится реализовать все свои возможности и добиться всех поставленных целей, зависит в первую очередь от того, насколько хорошо вы умеете общаться с другими людьми.

Конечно, речь не идет о «просто общении», тем более что никакого «просто общения» в природе в чистом виде не встречается. Любое общение между людьми — это прежде всего воздействие человека на человека, влияние одной воли на другую. Невиннейший разговор может выглядеть простым обменом информацией, но это только так кажется: на самом деле в основе большинства сообщений, которые люди передают друг другу, содержится приказ. Приведу такой пример. На кухне свистит чайник. В комнате сидят он и она. Она: «Чайник вскипел». Он: «Да, свистит». Что это, просто обмен информацией? Конечно же, нет! Это значит буквально следующее: «Пойди сними чайник» — «Вот сама и сними».

Итак, любое общение — это влияние. Но это не значит, что люди плохие и что все они чего-то от вас хотят. Просто так уж устроен человеческий социум, и это совершенно нормально. А раз он так устроен, в нем нужно уметь существовать.

Общение людей, я повторюсь, происходит не только на физическом уровне: услышал звук — произвел звук. Общение людей — это, в первую очередь, обмен энергией и информацией, который происходит на энергоинформационном уровне. А значит, человеческое общение начинается с чакр как с энергетических центров в системе под названием человек, с «общения» между ними.

Вы наверняка встречали в своей жизни людей, разговаривать с которыми вам было приятно, и людей, неприятных в общении. Причем эта приятность или неприят-

ность совсем не была связана с тем, хороший перед вами человек или плохой. Вы можете отлично знать про человека, что он подлец и предатель, но при этом он может быть очень обаятельной и приятной в общении личностью, правда? Бывает и наоборот: хороший, честный и отзывчивый человек в общении оказывается безумно скучным. И когда мы начинаем пытаться понять, в чем же тут дело и почему один человек для нас приятнее, чем другой, все простые объяснения, оказывается, ничего не объясняют. Он или она красиво улыбаются? Или рассказывает смешные анекдоты? Совсем не обязательно... Так с чем же это связано? Ответ прост — с энергетикой. Иногда говорят, что есть люди с сильной и слабой энергетикой, но это не совсем точно. Энергия у всех людей одна: вопрос только в том, кто умеет пользоваться своими энергетическими ресурсами, а кто нет.

Вот и получается, что тот человек, который — интуитивно или же в результате упорных упражнений — умеет пользоваться своими энергоинформационными возможностями, добьется большего и сделает это быстрее, чем человек, который ими пользоваться не умеет. И это — вне зависимости от того, кто из них умнее, талантливее и вообще лучше. Такова суровая правда жизни.

Любой человек, когда думает об этом, оказывается перед вопросом: а как же я сам? Как меня воспринимают другие люди? Со мной приятно общаться или я кажусь другим скучным? То есть нас волнует, каково наше влияние на других людей, и что надо делать для того, чтобы это влияние увеличить. Школа навыков ДЭИР как раз и предлагает научиться таким техникам, которые позволяют развить навыки энергоинформационного общения. А поскольку в основе такого общения, словно система камертонов для настройки людей друг на друга, лежат как раз чакральные коммуникации («общение чакрами»,

обмен энергией через энергетические центры), то на них и нужно обратить внимание в первую очередь.

Что же конкретно нам предстоит научиться делать? Самый первый навык — это умение отслеживать и контролировать активность собственных чакр в эфирном теле. Потом научиться определять, какая чакра на данный момент активна у другого человека. Потом — подстраиваться под собеседника, чтобы ему было с вами комфортно и интересно. А когда это уже будет освоено, нужно будет научиться изменять чужие энергетические вибрации так, чтобы ситуация развивалась в соответствии с вашими истинными желаниями.

Для этого прежде всего необходимо понять природу чакр. Поэтому мы начнем этот курс с небольшого теоретического вступления, в котором подготовим почву для дальнейших практик и техник. А потом перейдем уже непосредственно к последовательному освоению конкретных приемов.

Главное и основное, чему посвящены занятия в семинаре и, соответственно, главы этой книги, — это практические упражнения. Некоторые из них нужно выполнять в одиночку, некоторые — в паре. С занятиями в одиночку проблем обычно не возникает. Все, что вам для этого нужно, — это немного свободного времени, покой и тишина. Постарайтесь остаться в одиночестве, например в своей комнате, с уверенностью, что вам никто не помешает. Отключите телефон, радио и телевизор, чтобы иметь возможность полностью сосредоточиться на упражнениях. На всякий случай отключите также такие приборы, как микроволновка или компьютер: влияние идущих от них электромагнитных волн на ваши ощущения может быть самым неожиданным. Никакой опасности в этом нет, но проблема заключается в том, что ваши первые шаги в управлении своими чакрами могут

быть искажены слабо осознаваемым воздействием этих приборов, и эффект от упражнений может оказаться неполным или не совсем таким, какого вы ждете.

Перед выполнением любых упражнений успокойтесь, сосредоточьтесь и выполните «настройку». Для этого сначала ощутите в себе центральный восходящий поток. Сядьте или встаньте ровно, спокойно и расслабленно. Сконцентрируйтесь на ощущениях в собственном теле. Почувствуйте движение энергии в районе позвоночника — она идет от ног и низа спины к пояснице, потом к грудному отделу, к шее и к затылку и выходит через макушку. Это мощный, горячий, упругий поток. Потом сосредоточьтесь на центральном нисходящем потоке. Он движется в обратном направлении: от макушки к низу спины и ногам. Задержите свое внимание на этом движении, а потом ощутите оба потока — и восходящий, и нисходящий — одновременно. Почувствуйте себя как бы бусинкой на этих двух нитках. Это простое упражнение введет вас в необходимую степень сосредоточения. Уделите ему пять—десять минут, и тогда у вас точно не будет проблем с упражнениями. Вы будете хорошо контролировать ваши ощущения.

Есть также упражнения, которые необходимо выполнять в паре. Безусловно, человек, с которым вы будете пытаться входить в пробный контакт, должен быть и сам в этом заинтересован. Идеальная ситуация — это когда оба человека, выполняющие упражнение, занимаются по одной программе. Значит, вам полезно будет найти себе партнера, заинтересованного в своем энергоинформационном развитии.

А тех, кто захочет глубже изучить систему навыков ДЭИР, и узнать еще более разнообразные и эффективные приемы управления своей энергоинформационной структурой, я приглашаю на очные занятия в Школу на-

выков ДЭИР. Все подробности и координаты можно найти на нашем сайте [http://www. deir. org/](http://www.deir.org/), или по телефонам Школы, данным в конце каждого пособия.

Собственно, наше вступление уже несколько затянулось, но все же оно было необходимо, чтобы оговорить все принципиальные моменты. Спасибо за ваше терпение. Теперь, я думаю, оно будет в достаточной степени вознаграждено. Что ж, приступим к нашему семинару.

Хороших вам результатов!

*Президент
Школы навыков ДЭИР
Кирилл Титов*

ЧТО ТАКОЕ ЧАКРЫ

Управление собственной чакральной активностью

Итак, для начала давайте все-таки попробуем понять, что же такое эти таинственные чакры. Мало, наверное, найдется людей, которые ни разу не слышали этого слова. Однако если попросить, что называется, «человека с улицы» объяснить, что он понимает под этим словом, в ответ можно услышать массу всего интересного... но имеющего крайне мало отношения к реальности. Не лучше, к сожалению, обстоят дела и со специальными книгами, которые в изобилии устилают прилавки магазинов. Чаще всего такие книги пишут люди не то чтобы неосведомленные, а несколько экзальтированные. Они склонны принимать за действительность либо то, что сами придумали (а не вынесли из собственного опыта), либо то, что имеет отношение только к ним самим, а не ко всем людям вообще. Вот и получается: один с серьезной миной пишет про то, что чакры — это канал общения с богом, другой утверждает, что чакры собирают энергию из окружающего мира. Один говорит, что аджна-чакре соответствует красный цвет, дру-

гой — что синий. В общем, когда в товарищах согласия нет... страдает прежде всего тот человек, который искренне решил понять: что же такое чакры и что с ними можно делать.

Мы уже договорились с вами, что всю мистику будем оставлять за скобками. То есть мы не отрицаем, например, что чакры соединяют нас с божеством — может быть, это и так, а может, и нет. Во всяком случае, проверить это мы не можем. А раз так, то мы и не будем задаваться этим вопросом. Мы будем заниматься только тем, что можно проверить на собственном опыте, попробовать самому — дома или в группе на семинаре.

Наверное, главная проблема состоит в том, что само слово «чакра» пришло к нам с Востока и ассоциируется прежде всего с какими-то восточными традициями и школами. А Восток — вещь таинственная и мистическая, вот нам и кажется зачастую, что чакры — это что-то такое же загадочное. Между тем если отвлечься от всех стандартных представлений о чакрах и попробовать подумать о них самостоятельно, с самого начала, все становится гораздо более понятно.

Итак, прежде всего нужно понять, где находятся чакры. «Ну, знаем, знаем, — скажете вы, — в районе пупка, в районе солнечного сплетения и так далее!» Все верно, но вопрос в другом: в каком теле находятся чакры? Если бы чакры располагались в физическом теле человека, они были бы легко доступны нашему физическому зрению. Их можно было бы увидеть на рентгеновских снимках или в анатомическом театре, и сам вопрос о существовании чакр тогда вообще не стоял бы. Ведь официальная медицина не признает чакры именно потому, что люди их не видят: туда нельзя залезть скальпелем, а значит, тут не о чем и говорить. Только в том случае, если бы чакру можно было отрезать от

физического тела, врачи признали бы, что она существует. Представляете, что бы мы тогда могли услышать, например, в обычной школе: «Марьяванна, у меня с свадхистаной сегодня что-то не то. Можно я со второго урока домой пойду?»

Однако шутки шутками, но факт заключается в том, что в физическом теле человека никаких чакр нет. Есть легкие, сердце, желудок и так далее — все, что вам отлично известно. А вот чакр нет. И это естественно. Ведь чакры имеют отношение, прежде всего, к информационно-энергетическому, а не к материальному миру. Значит, и находиться они должны не в физическом, материальном теле, а в эфирном. И тем не менее чакры обычно все-таки связывают с тем или иным органом или, скорее, местом физического тела. Скажем, говорят, что аджна-чакра расположена на уровне межбровья, а вишудха — у основания шеи. В чем же тут дело? Оказывается, чакры, расположенные в эфирном теле, связаны с определенными анатомическими областями тела физического, к которым они примыкают. Вот почему при повреждении той или иной чакры заболевают те органы физического тела, которые располагаются ближе всего к точке соприкосновения с ними.

Впрочем, то, что чакры действительно соотносятся с конкретными отделами физического тела, можно проверить. Физическое тело человека — это сообщество живых клеток, из которых состоят ткани и органы. Но не все ткани и органы одинаково важны для всего организма. Скажем, если что-то угрожает вашей голове, вы стремитесь защитить ее руками. Это значит, что ваш организм готов скорее повредить руку, чем голову. Лучше, конечно, если есть возможность вообще ничего не повреждать. Но если уж придется выбирать, ваш организм подставит под удар не голову, а руку.

Заметьте, что это происходит без раздумываний, без участия интеллекта вообще, на уровне даже не подсознания, а чистой физиологии. А это значит, что рука для вашего организма менее важна, чем голова. Что ж, хорошо, а теперь давайте представим себе, что выбирать придется между разными частями головы — височными долями, теменной костью, лицом, ушами и так далее. Опыт показывает, что инстинктивно, не раздумывая, человек, прежде всего, стремится защитить, то есть убрать из-под удара, нижнюю часть лба — область межбровья. А именно здесь находится аджна-чакра. Точно так же обстоит дело и с другими чакрами. Если что-то угрожает району груди-шеи, человек в первую очередь защищает основание шеи. Если району средней части груди — то место на уровне сердца, а если району нижней части груди или верхней части живота — то область солнечного сплетения. Наконец, в нижней части живота мы стремимся защитить область лобка. Вот мы с вами и обозначили в первом приближении основные чакры — аджна, вишудха, анахата, манипура и свадхистана. Есть еще две чакры — муладхара и сахасрара, — но о них мы сейчас говорить не будем. Для нашего семинара они не нужны, а кроме того, речь о них идет на занятиях со слушателями третьей и четвертой ступени, а мы не собираемся сейчас заходить в дебри высших ступеней.

Итак, мы видим, что чакры действительно соотносятся с вполне конкретными областями физического тела. И это соотношение совсем не случайно. Дело в том, что именно в этих местах находятся основные нервные узлы нашего организма. Эта связь вполне естественна. Но не нужно думать, будто чакры находятся на своих местах потому, что в них расположены нервные узлы. Это было бы глубоко неверно, ведь совершенно оче-

видно, что чакры и энергетические потоки не могут зависеть от расположения клеток организма. В мире все обычно происходит наоборот: как раз материальные, физические объекты находятся в зависимости от энергoinформационного мира. Вот почему в случае с чакрами и нервными центрами все обстоит ровным счетом наоборот — нервные узлы человеческого тела располагаются там, где в эфирном теле находятся чакры. Почему же это происходит?

В этом нет никакого секрета и нет ничего особенно неожиданного. Хотя для людей, которые привыкли думать о чакрах, как о «каналах общения с богом», может быть, определенная неожиданность и будет. Чакры выполняют в нашем эфирном теле роль своего рода «клапанов», через которые по нему проходит энергия. Скажем, человек дышит воздухом через рот, а рыба — растворенным в воде кислородом через жабры. Примерно так же эфирное тело человека «дышит» энергией восходящего и нисходящего центральных потоков — с помощью чакр.

Чакры преобразуют полученную энергию для нужд физического тела. Вот почему, кстати, рядом с ними располагаются и нервные узлы: им необходимо быть поближе к источникам энергии, чтобы питаться от них. Физическое тело человека нуждается в энергии. Эта энергия проходит через него в виде центральных восходящего и нисходящего потоков, но только чакры могут эту энергию необходимым образом преобразовать и подать в нервные центры.

В здоровом состоянии чакры свободно и активно преобразуют энергию потоков и в требуемых количествах отдают ее в физическое тело. Но, к сожалению, мало кто из людей может похвастаться совершенно здоровыми чакрами. Чаще всего чакры поражаются какими-ли-

бо болезнями, тускнеют и закрываются. В результате физическое тело не может больше получать необходимую энергию космоса и тоже заболевает. В первую очередь страдают именно те органы, которые находятся ближе всего к чакрам. Скажем, если поражена анахата, то, прежде всего, лишается подпитки и начинает болеть сердце.

Часто в таких случаях люди бегут к врачам, и те прописывают им какие-то таблетки, уколы или еще какое-нибудь лечение. Но зачастую все это оказывается бесполезно. И не потому, что человеку попались плохие врачи, а из-за того, что лечить надо не симптомы, а причину заболевания: ведь как только чакра вновь будет здорова, заработает и сердце.

В здоровом состоянии чакра представляет собой небольшой энергетический вихрь, светящийся и сияющий. Эти вихри хорошо различимы на Кирлиан-фотографиях. На них же отлично видно потускнение чакры, если она повреждена.

Как видите, никакой мистики в чакрах нет. Мы уже говорили, что будем вести разговор только о том, что можно, как говорится, «пощупать». Вот и давайте теперь попробуем немного поработать с чакрами, чтобы убедиться, что все сказанное выше не является выдумкой. Я хотел бы обратить ваше внимание на то, что чакры — это, прежде всего, наши ощущения. Если бы не было определенных ощущений, не было бы и никаких чакр, и даже самого слова такого не существовало бы. Издавна люди чувствовали, что в теле есть определенные точки, которые, если с ними так-то и так-то работать, способны что-то делать с нашей энергетикой. Эти места люди и называли чакрами. И никто не мешает нам с вами прямо сейчас повторить ход опыта тех, первых, людей, которые их «открыли».

Разминка, ощущение центральных потоков

Сосредоточьте свое внимание на восходящем потоке. Для этого встаньте или сядьте прямо, расслабьтесь и сконцентрируйтесь. Отбросьте все посторонние мысли и сосредоточьтесь на ощущениях собственного тела. Помните, что вы не должны ничего представлять себе, не должны ничего воображать.

Обращайте внимание только на то, что вы реально чувствуете. Ведь центральные восходящий и нисходящий потоки изначально присущи вам как человеческому существу, и ощущение от этих потоков всегда было с вами — просто вы настолько привыкли к этому ощущению, что не замечаете его. Мы называем эти ощущения триггерными. Вот вам и надо сейчас постараться сознательно ощутить то, чего вы никогда не замечали. Сначала вы ощутите легкое движение энергии по позвоночнику снизу вверх.

Если вы достаточно давно занимаетесь по системе ДЭИР, вы уже, скорее всего, научились хорошо ощущать свои центральные потоки. Если же вы пока только начинаете и ваши ощущения не достаточно отчетливы, не расстраивайтесь — это естественно. Со временем ваш ручеек ощущений обязательно превратится в большую полноводную реку. Вы будете чувствовать, как поток энергии поднимается из земли, входит в свадхистана-чакру, пробивает себе дорогу вверх, к манипуре, на уровень солнечного сплетения, потом устремляется к анахате, наполняя собой всю грудную клетку, затем проходит через вишудху, по области шеи, и выходит через аджна-чакру вверх, устремляясь в космос. Так движется через вас центральный восходящий поток.

Теперь вам нужно почувствовать нисходящий поток. Он входит в вас сверху, из космоса, попадает в аджна-

чакру, наполняет голову и мозг, спускается к области шеи, проходит через вишудху, потом движется еще ниже, к груди, к анахате, пробивает себе дорогу к манипу-ре, в область живота, и затем через свадхистану выходит из вас вниз, к земле.

Теперь почувствуйте оба эти потока. Они мощной волной пронзают вас насквозь, наполняя ваше тело теплом и энергией. А вы, как бусинка, висите на нитках этих потоков.

Подержите это ощущение и почувствуйте, какое наслаждение оно вам доставляет.

Управление активностью аджна-чакры *(упражнение)*

Что ж, это было нечто вроде разминки, а теперь самое время в первый раз попробовать поработать с чакрами.

Сосредоточьте свое внимание на центральном восходящем потоке, подержите немного его ощущение. А теперь представьте, что в центре вашей головы, на уровне межбровья, установлена стрелка. Основание ее укреплено у основания вашего черепа, и вы можете управлять этой стрелкой по своему желанию. Поверните стрелку вперед, и вы почувствуете, как мощность потока резко увеличилась. Теперь восходящий поток движется намного быстрее и ощущается гораздо лучше, интенсивнее. Почувствовали? Отлично. Теперь поворачивайте стрелку обратно, назад. Одновременно с тем, как вы ее поворачиваете, мощность потока будет убывать. Его интенсивность будет падать, и ощущение его станет не таким очевидным. Чувствуете? Очень хорошо.

Но что же происходит с энергией потоков, когда вы поворачиваете стрелку в аджна-чакре назад? Не значит же это, что восходящий поток просто слабеет и все! Конечно, дело не только в этом. Позже, когда мы с вами попробуем рассмотреть наши ощущения в связи с чакральной активностью, сосредоточив внимание на нисходящем потоке, мы увидим, что вместе с тем как стрелка поворачивается назад и слабеет восходящий поток, усиливается поток нисходящий. То есть при повороте стрелки назад аджна начинает как бы всасывать энергию из космоса.

Здесь нужно обязательно заметить и очень хорошо понять, что когда мы говорим о стрелке, мы вовсе не имеем в виду, что у человека в голове действительно есть какая-то стрелка, которую можно поворачивать усилием воли. Нет, дело совсем не в этом. Эта стрелка является для нас как бы инструментом, который помогает нам управлять активностью нашей чакры. Но на самом деле никакой стрелки нет: она существует только в нашем воображении. В принципе, есть и другие способы активировать ту или иную чакры, и совсем не хуже, чем метод «стрелки». Просто некоторые из этих способов требуют большего опыта работы с чакрами. Впрочем, один альтернативный способ, чем-то похожий на «метод стрелки», я вам все-таки предложу. Так что если кому-то из читателей будет неудобно пользоваться «стрелкой», у него появится альтернатива.

Вместо стрелки представьте себе в том же месте — в центре головы, на уровне межбровья, у основания черепа — бутон тюльпана. Этот бутон закрыт. А теперь, чтобы активировать чакру, выдвиньте этот бутон из головы вперед на несколько сантиметров, и пусть он раскроется. Эффект будет тот же, что и от поворота стрелки вперед —

восходящий поток усилится, станет более мощным и интенсивным и будет лучше ощущаться. А чтобы ослабить активность аджна-чакры, закройте лепестки и втяните бутон обратно в голову. Этот способ несколько более нагляден, и, может быть, кому-то будет проще работать именно с «тюльпаном», а не со «стрелкой». Но все равно нужно помнить, что на самом деле ни тюльпана, ни стрелки нет, а есть только определенным образом работающие чакры, которыми мы с вами можем управлять.

Как работают чакры

Итак, мы с вами сделали первый шаг на пути нашего овладения теми возможностями, которые дают нам способность управлять активностью своих чакр. Мы убедились на личном опыте, что чакры — это не мистическая выдумка странных восточных мудрецов, а самая реальная эмпирическая действительность. Вот что я имел в виду, когда говорил о том, что чакры — это, по сути, наши ощущения. Вы чувствуете, что когда вы производите эти действия (со стрелкой или с тюльпаном), энергетические потоки ведут себя соответствующим образом. Эти ощущения повторяются столько раз, сколько вы пробуете совершать эти действия. Более того, эти же эффекты проверяют на себе другие люди. И они чувствуют то же самое, что и вы. Это ли не прекрасное доказательство того, что все люди в основе своей устроены одинаково? И не только на уровне физического тела, но и на уровне тела эфирного. В самом деле, если у всех людей одинаково располагаются сердце, легкие, голова и ноги, почему бы и эфирным телам не быть устроенными примерно по одному и тому же принципу? Ощущения, которые вы только что испытали, доказывают, что в ва-

шем эфирном теле есть некоторые энергетические центры, которые позволяют управлять центральными потоками. И вот эти-то энергетические центры и называют чакрами — не больше и не меньше.

Почему же чакры так важны для нас? На самом деле едва ли можно найти что-то более важное для управления собственной энергетикой, чем чакры. Так или иначе, все энергетические взаимодействия между человеком и окружающим миром проходят через чакры. Свадхистана и манипура собирают энергию Земли и освобождают энергию Космоса, трансформированную сознанием человека. Они похожи на окна, через которые высвобождаются энергетические потоки сознания. Поэтому эти две чакры позволяют с помощью энергии Космоса сознательно воздействовать на явления окружающей среды. Также свадхистана и манипура формируют энергетический слой человеческого существа, имеющий отношение к его физическому телу, или, скорее, к управлению им при помощи сознания.

Вишудха и аджна освобождают энергию Земли, идущую снизу вверх, и поглощают энергию Космоса. Поэтому через эти две чакры с помощью энергии Земли можно осуществлять грубые энергетические взаимодействия — взаимодействия с помощью эмоций.

На самом деле, если говорить по существу, все дело в том, что любые взаимодействия между людьми начинаются, прежде всего, в чакрах и осуществляются именно через чакры. Собственно, поэтому наш семинар и называется «Чакральные коммуникации». Речь идет, в сущности, о человеческом взаимодействии, которое, как мы с вами только что узнали, начинается со взаимодействия чакрального.

Представим себе ситуацию. Два человека встречаются. Оба находятся в одинаково неплохом настроении. Не-

которое время они разговаривают как будто бы ни о чем — во всяком случае, ни о чем важном. А потом они расстаются — один в прекрасном настроении, бодрый и полный сил, а другой — как будто разгружал вагоны. В чем дело? Что же, если вы не первый день интересуетесь проблемами энергетики, вы скажете: энергетический вампиризм. И будете правы, потому что многие люди действительно, осознанно или неосознанно, «высасывают» энергию из своего собеседника. И именно поэтому один человек после разговора как будто заряжен энергией, он «подпитался», а другой как будто разрядился и уходит, как сдувшийся шарик. Все это нам хорошо известно. Но применительно к нашей теме мы должны, прежде всего, заметить, что это взаимодействие — «высасывание» энергии — произошло через чакры. Именно определенная чакральная активность одного человека позволила ему провести такую подпитку. И только потому, что чакры его собеседника не были должным образом защищены, обмен энергией стал возможен.

Это еще более-менее безобидный вариант чакрального взаимодействия. Возможны и намного более серьезные случаи. Скажем, психическое подавление одного человека другим, когда направленный поток энергии из чьей-либо аджны просто блокирует энергетику другого человека, делая его полностью зависимым от воздействующего лица. Такие явления, как порча и сглаз, также имеют в своей основе определенные чакральные воздействия.

Впрочем, все не так страшно. Чакральные взаимодействия совсем не обязательно будут приводить к каким-то отрицательным последствиям или способствовать отрицательному влиянию одного человека на другого. Скажем, именно с помощью чакр у нас есть возможность во время общения с другим человеком

подстроиться под его активность и тем самым войти с ним в энергетическую сонастройку. Общение в этом случае проходит намного легче, человек проникается к своему собеседнику симпатией, и между ними возникает особая атмосфера доверительности и дружбы. С помощью таких сонастроек можно даже подстроить собеседника под ту чакральную активность, которая в данный момент имеется у нас, то есть ввести человека в то состояние, которое нам необходимо, — с тем, опять же, чтобы наше общение прошло более гладко, со взаимным пониманием и удовольствием.

Кроме того, важно знать и то, что именно через чакры на человека действует эгрегор. Посторонняя энергетика, энергетика других людей, которую воспринимают наши чакры, несет в себе, как и весь мир вообще, и положительные, и отрицательные моменты. Вместе с импульсами, исходящими от других людей, мы воспринимаем все, что несет их энергетика. Речь в данном случае идет именно о тех энергоинформационных сущностях, которые не осознаются своими носителями. Приведем такой пример. Всем известен эффект большого начальника, который как бы несет в себе идею начальничества: он окружен ореолом благолепия, и любой человек, даже не находящийся у него в непосредственном подчинении, испытывает восторг от его приказов или просьб, ему хочется склонить перед ним голову, с почтением его выслушать и чем-то помочь, прислужить ему. Казалось бы, человеку, не подчиняющемуся этому начальнику, должно быть вообще все равно, что он про него подумает, — он ведь не может ни уволить его, ни сделать ему выговор. И что самое удивительное, позже этот же человек может удивляться: «Как же так, что это на меня нашло, что я, обычно такой независимый и неуступчивый, так себя повел... В чем дело?» А дело, как

ни странно, опять же в чакрах. Начальник, о котором мы говорим, постоянно находится в окружении подобострастия и почтительности. Его энергетика несет эти импульсы, и сам он постоянно их впитывает. А другие люди через свои чакры втягивают в себя его энергетику, а вместе с ней — и эти импульсы. Все это происходит мгновенно и без участия их сознания. По крайней мере, обычно. Но человек, знакомый с этим эффектом, будет защищен от его воздействия, при условии, что он возьмет на вооружение несколько приемов практической работы с чакрами, с которыми мы еще познакомимся в этой книге.

Это только самый простой пример того, как на нас действуют энергоинформационные сущности, «разлитые» в воздухе. Эгрегориальные конструкции действуют несколько сложнее, хотя и примерно по такой же схеме. Все чувства, которые мы должны испытывать в соответствии с эгрегором по поводу тех или иных явлений, все представления, которые считаются правильными, — все это тоже входит в нас через чакры. Чакры разных людей постоянно взаимодействуют друг с другом, и этот перекрестный процесс не прекращается никогда, только обычно мы не отдаем себе отчета в том, что происходит.

Понятно, что, научившись управлять активностью своих чакр, можно многое исправить в своей энергетике. Глупо отнекиваться от самого существования чакр, как предпочитает делать так называемая официальная наука. Мы убедились на собственном опыте, что в этом что-то есть и что это «что-то» работает. Так давайте же попробуем выяснить механизмы, в соответствии с которыми работают чакры. Такое знание позволит нам добиваться эффективных результатов практически во всех областях нашей деятельности.

В первую очередь, конечно, сферой применения навыков осознанных чакральных взаимодействий будет сфера харизматического влияния на других людей. Через чакры мы можем, обмениваясь с другим человеком энергетическими импульсами, войти в сонастройку с ним и усилить действие своего обаяния.

Навыки, которыми мы овладеем, позволят нам не только усиливать наше влияние на других людей, так сказать, вообще, в целом. У нас появится реальная возможность эффективно решать конкретные ситуации, например конфликтные. Скажем, если я почувствую, что человек, с которым я общаюсь, несет в себе агрессию против меня, и пойму, что эта агрессия вызвана сверх-активной работой его аджна-чакры, то, владея навыками сознательных чакральных взаимодействий, я смогу перестроить собеседника с аджны на вишудху и этим смягчить воздействие его негативных импульсов.

Важно и то, что эти навыки способствуют усилению наших лидерских качеств. Если я умею влиять на активность чакр других людей, я могу и поднастроить их так, как мне будет удобнее в данной конкретной ситуации. Скажем, мне необходимо, чтобы мой коллектив занялся активной мозговой деятельностью. Ну, например, речь идет о выработке предложений по новому проекту или еще что-нибудь в этом роде. Но я вижу, что люди вялые, сонные и думают медленно, не азартно. Скорее всего, в такой ситуации у них будут более активны нижние чакры, а вот самая необходимая для интеллектуальной деятельности аджна-чакра будет, наоборот, работать плохо, а то и вовсе окажется закрытой. Что ж, если в такой ситуации я сумею правильно диагностировать ситуацию, проверю и увижу, что аджна у большинства людей действительно работает плохо, то мне достаточно будет воздействовать на них таким образом, чтобы эта чакра ак-

тивизировалась. Для тренированного человека здесь нет ничего особенно сложного.

Ну и наконец, с помощью навыков сознательной чакральной активности мы можем особым образом программировать свою энергоинформационную структуру. Эта способность поможет нам создавать защиты от внешних энергоинформационных паразитов, сглаза и порчи и от более сильных воздействий, таких как проклятия. Кроме того, таким образом мы сможем скорректировать недостатки в собственном поведении, если они у нас есть, и, конечно, установить защиту от отрицательного влияния эгрегора.

Допустим, некий человек совершенно беспричинно вызывает у нас какие-то чувства, которые мы сознательно не хотим испытывать. Например, это наш партнер по бизнесу, а нам почему-то все время хочется хлопнуть его по плечу и, как говорится, за здорово живешь предложить ему пивка... Может быть, человек так выглядит, может быть, это его какие-то импульсы, несознательно ему присущие, а может быть, это следствие наших собственных внутренних ассоциаций. Но, во всяком случае, нам хотелось бы сохранить деловой настрой, потому что мы видим, что человек этот и сам предпочитает сугубо деловую обстановку и ему комфортно именно в строгом официальном регистре общения. И вот, чтобы привести ситуацию в гармонию, нам нужно избавиться от нежелательного и случайного импульса. Что, опять же, можно сделать с помощью чакр.

Что ж, пожалуй, достаточно теории и самое время перейти к практике. Ведь, в конце концов, смысл семинара именно в том и состоит, чтобы как можно быстрее научить слушателя (или читателя) каким-то конкретным приемам и правилам, а не в том, чтобы теоретически подковать будущих специалистов. Это не

значит, что с чакрами можно было бы работать, вовсе не зная их природы. Конечно, в этой короткой главе мы ни коей мере не исчерпали всего, что можно сказать о чакрах и о теории чакральных взаимодействий. Но мы сказали ровно столько, чтобы научиться тем приемам, ради которых этот семинар и был затеян. Более подробно теоретические аспекты рассматриваются при обучении на четвертой и пятой ступенях. А сейчас мы, вооружившись самыми необходимыми знаниями о чакрах, приступаем к практическому освоению навыков работы с ними.

ЧАКРЫ: СВОЙСТВА И ОСОБЕННОСТИ

Теперь мы приступим к практическому освоению чакральных взаимодействий и, шире, чакральной активности вообще. Позволю себе напомнить, что чакральная активность присуща любому человеку, потому что мы все существуем в двух центральных потоках — восходящем и нисходящем. А значит, так или иначе, с большей или меньшей активностью чакры любого человека перерабатывают полученную энергию и излучают какие-то свои импульсы. Но в абсолютном большинстве случаев чакральная активность людей имеет бессознательный характер. Человек не отдает себе отчета в том, какие его чакры активны, а какие поражены, а также какие чакры активны у его собеседника и что можно с ними сделать. Так до недавнего времени было и у нас с вами. А теперь мы должны овладеть навыками *сознательной* чакральной активности, то есть с этого момента начать понимать, что происходит с нашими чакрами и с чакрами людей, которые нас окружают, и после этого мы будем пробовать сознательно в той или иной мере воздействовать на чакральную активность других людей.

Все это потребует от нас немалого напряжения, особенно на первых этапах, просто потому, что нам слож-

но будет удерживать внимание на таком количестве вещей, которых мы раньше просто не замечали. Но если мы выдержим эту сложность, нас ждет достойная награда.

Думаю, вы уже обуреваемы желанием попробовать что-то сделать со своими чакрами. И я согласен с вами, потому что лучше один раз испытать что-либо на собственном опыте и, так сказать, «пощупать это собственными руками», чем долго пытаться понять это при помощи теоретических объяснений. И все-таки есть еще один вопрос, который мы просто обязаны осветить, прежде чем попробовать какие-либо практические приемы. Мы до сих пор еще не перечислили и не охарактеризовали собственно чакры. Наверное, теперь самое время это сделать.

Очень может быть, что вам уже известны и названия основных чакр, и — более или менее — их свойства и характеристики. Ну, а уж если вы прошли хотя бы одну ступень школы ДЭИР, знание чакр должно быть у вас отличное. Но все-таки давайте еще раз быстро повторим то основное, что нужно знать о чакрах, прежде чем начинать с ними работать. Во-первых, не исключено, что книгу может читать и человек, незнакомый с теорией чакр, а во-вторых, это будет полезно и для тех, кто уже в курсе, ведь не зря говорят, что повторенье — мать ученья.

Начнем наш разговор с аджна-чакры. Она расположена в центре мозга на уровне межбровья. Это и есть тот знаменитый «третий глаз», о котором можно услышать столько разных домыслов. Аджна отвечает за мощь нашего интеллекта и за способность воплощать идеи в жизнь. Она испытывает недостаток нисходящего потока и переизбыток восходящего, и именно поэтому так легко усваивает энергию нисходящего потока и так охотно расстается с энергией восходящего. А значит, комфорт-

ное состояние для этой чакры — это выброс энергии восходящего потока. В свою очередь, выброс энергии восходящего потока зачастую связан с внешней агрессией человека, поэтому именно аджна-чакра обычно ассоциируется с любыми проявлениями агрессивности. Аджна — это зона контроля и направления нашего внимания, и ее активность обусловлена необходимостью сосредоточивать свое внимание на каких-либо объектах внешнего мира или ориентироваться в пространстве.

Вишудха расположена у основания черепа и проявляет себя в районе рта и горла. Она представляет собой центр коммуникации с окружающей средой и с людьми. Переизбыток восходящего потока в ней несколько меньше, чем в аджне, но все-таки он еще довольно значительный. Поэтому она, так же как и аджна, легко поглощает энергию нисходящего потока (и может быть, подвергнута чужому программированию) и одновременно транслирует энергию восходящего потока в виде проявления наших эмоций в интонациях, дыхании и мимике. Желание, чтобы нас поняли или услышали, направляет энергию восходящего потока через вишудху, насыщая ею каждое наше слово. Природа этой чакры связана с голосом, произнесением звуков и получением обратной связи. Функции этой чакры не ограничены только трансляцией эмоций вовне, она также работает, и когда мы внимательно слушаем, принимаемся или делаем что-либо без агрессии и ментального напряжения.

Анахата расположена на уровне сердца, в центре груди, и отвечает за эмоциональность и общение, а также за способность отдавать и воспринимать любовь. Это чакра обмена энергией, энергетического равновесия — ведь именно в ней восходящий и нисходящий потоки уравновешивают друг друга. А поскольку сила их проявле-

ния в анахате одинакова, то сила проявления самой этой чакры в окружающем мире чрезвычайно велика. Это происходит потому, что энергия Космоса встречается в ней с энергией Земли, и когда эта сила направляется во-вне, она обязательно усиливается, так как этот же самый процесс встречи двух энергий происходит вокруг каждого из нас. Анахата связана с любовью, но в этой любви больше нежности, чувства защищенности и комфорта, чем сексуальной составляющей.

Манипура находится в области солнечного сплетения, чуть выше пупка и отвечает за жизненные силы. В ней преобладает нисходящий поток энергии и присутствует некоторый недостаток в восходящем потоке. Соответственно, ее программирующее влияние достаточно велико. Именно с этой чакрой связаны такие качества человека, как воля и его внутренняя сила в целом. Манипура активно проявляет себя в процессе социальной коммуникации при планировании и мысленном конструировании социальных процессов. Она же транслирует в окружающий мир наши намерения и наше понимание порядка.

Наконец, свадхистана располагается в области лобка. Она, конечно, отвечает за накопление сексуальной энергии, но этим ее функция не ограничивается. С этой чакрой связана жизненная энергия человека в целом — та, которая называется витальностью. Свадхистана наполнена в основном энергией нисходящего потока, а восходящий выражен в ней минимально. Энергетика этой чакры несет в себе программы продолжения рода.

Я напомню, что еще две чакры — муладхару и сахасрару — мы сейчас оставим в стороне и не будем о них говорить, во-первых, потому что их изучают на четвертой ступени школы ДЭИР, а во-вторых, потому что именно для тех чисто практических целей, к которым мы

с вами стремимся прямо сейчас, они не особенно пригодятся. Наша задача сейчас — натренировать несколько определенных способностей, чтобы добиваться простых и понятных результатов, и для этого нам вполне достаточно будет тех пяти чакр, которые мы с вами уже обозначили.

Анализ личной чакральной активности

Нам нужно исследовать себя и свои возможности, чтобы потом ими пользоваться. На уроках в нашей школе, когда группа занимается на семинаре, мы заполняем специально составленную таблицу, в которой отражаются все основные характеристики нашей чакральной активности. Она очень удобна и позволяет легко запомнить и структурировать в памяти большое количество новой информации. Думаю, и нам с вами имеет смысл заполнить эту таблицу.

Мы будем одновременно делать упражнения на активизацию определенных чакр и анализировать поведение своей энергетики, внимания, психики и так далее — и по мере получения результатов, будем заносить их в таблицу. Вы станете анализировать свои и только свои ощущения, то есть то, что будете реально чувствовать в своем теле. Это, прежде всего, значит, что информация, которую вы получите, будет сугубо субъективной. Здесь, впрочем, есть один секрет. Дело в том, что субъективное остается субъективным только до тех пор, пока оно не выходит за определенные рамки. То есть если, скажем, мне кажется, что на улице холодно, то это, конечно, мое личное субъективное мнение. Может быть, на улице жара и светит солнце, просто я такой вот мерзляк. Но если зябну не только я, но и еще один человек,

а также еще и еще один, то сумма наших субъективных ощущений уже складывается в объективную картину: на улице действительно холодно, и спорить с этим никто не будет.

Точно так же обстоят дела и в случае с чакрами. Если по моим ощущениям, скажем, какая-то чакра ассоциируется с определенным эмоциональным планом и то же самое ощущение появляется и у других людей, то перед нами картина объективной действительности. А с объективной действительностью спорить сложно. Да и не нужно, ведь мы сейчас выясним те данные, с которыми нам потом надо будет учиться работать. То есть нам придется работать именно с теми ощущениями, которые мы получим на собственном опыте. Это не значит, что у вас обязательно будут точно такие же ощущения, что и у большинства других людей. Наоборот, какие-то расхождения в ощущениях — это, в общем-то, нормально. Ведь люди все разные, и было бы странно, если бы мы все, как роботы, работали одинаково.

Слава богу, этот мир устроен не так, как виделось разным фанатикам фашистско-большевистского толка. А значит, в этом мире есть место каждому человеку, со всеми его индивидуальными особенностями. Именно разнообразие в мире создает его красоту. В то же время едва ли возможно, чтобы чьи-либо ощущения отличались от естественных кардинальным, противоположным образом. Скажем, если практика показывает, что при активизации аджны усиливается восходящий поток, а вы активизируете эту чакру и чувствуете, что восходящий поток слабеет, и, наоборот, лучше ощущаете нисходящий, то это для вас серьезный повод задуматься.

Нет, дело здесь не в том, что с вами что-то не так. Просто каждый человек, как уже было сказано, энергетически связан с двумя центральными потоками, кото-

рые соединяют его с Космосом и с Землей. И аджна играет в энергетической структуре человека роль клапана, вихря, через который восходящий поток выходит в Космос, поэтому при активизации чакры он усиливается. Я не встречал людей, чакры которых работали бы иначе. Предполагаю, что это и невозможно. Скорее всего, если человек «ощущает» усиление нисходящего потока при активной аджне, это значит, что он неправильно работает со своими ощущениями. Подробно такие ошибки обсуждаются в программе первой ступени, и мы не будем сейчас на них останавливаться. Скажу только, что чаще всего дело оказывается в том, что человек не старается «поймать» реальные ощущения в своем теле, а только воображает какие-то ручейки и стрелки. Чаще всего это бывает с людьми, которые в свое время прочитали горы специальной литературы, в которой «знающие люди» объяснили им, какой у потока должен быть цвет, какую он должен иметь форму и так далее. Когда же дело доходит до практики и нужно отбросить все представления о том, как что-либо должно быть, и сосредоточиться на реальном ощущении, возникают проблемы. Бороться с этим можно только одним способом: все-таки сосредоточиваться на себе, на своем теле, а не на том, что было вычитано из книг.

Я предлагаю вам нарисовать на отдельном листочке таблицу. В ней будет шесть строчек и пять столбцов. Со строчками все понятно, это наши чакры — все те, которые мы с вами перечисляли. А вот столбцы требуют несколько более пристального внимания. Первый столбец — это поведение центральных потоков. Сюда мы запишем наши наблюдения над тем, как изменятся восходящий и нисходящий потоки, их характеристики и свойства при активировании той или иной чакры.

Внимание: мы не будем сейчас никак воздействовать на них! В данном случае мы будем просто сторонними наблюдателями, постараемся последить за ними как бы издалека, не вмешиваясь в их течение.

Второй столбец будет посвящен изменениям в нашем внимании. Постараемся заметить, изменится ли как-то направление, область или напряженность нашего внимания. И опять же все наши наблюдения запишем в таблицу.

Третий столбец условно называется «восприятие других людей». Он подразделяется на три небольших столбца, посвященных трем параметрам, которые будут нас интересовать в связи с комфортностью или особенностями восприятия людей при условии, что нами сознательно активизирована та или иная чакра. Во-первых, речь идет о расстоянии, на котором нам удобно будет воспринимать другого человека, во-вторых, о том, какие области или даже части его тела будут нам видны лучше, четче и подробнее, и в-третьих, об уровне, который наиболее комфортен для общения с другим человеком. Имеется в виду уровень относительно горизонта. То есть комфортно ли нам в ситуации, когда мы сидим вровень с партнером, или же нам будет более удобно, если партнер будет ниже нас либо, наоборот, мы окажемся ниже его.

Четвертый столбец — один из самых индивидуальных и в то же время самых любопытных. Он посвящен ассоциативным связям, то есть тем ассоциациям, которые вызывает в нас ощущение именно этой чакральной активности. Речь тут идет, прежде всего, о цвете и о звуке: какой цвет покажется нам наиболее подходящим к тому или иному ощущению и какой звук будет ему наиболее соответствовать. Здесь особенно велика опасность впасть в глупое повторение того, что было когда-то вычитано

в каких-нибудь, может быть, даже и хороших книгах. Вы не должны вспоминать, какой же там цвет должен быть у этой чакры. Вам нужно прислушиваться к себе, к своим собственным ощущениям.

Наконец, пятый, последний столбец предназначен для записей того, какое эмоциональное состояние связано с активностью этой чакры. На практике это выражается простым вопросом: что вам хочется делать? Можно сказать и иначе: какая деятельность кажется вам наиболее подходящей для той или иной чакральной активности?

Заполнение таблицы будет для нас первым опытом серьезного общения с чакрами. Впервые мы коснемся всех пяти срединных чакр и сознательно вмешаемся в работу каждой из них. В то же время для кого-то это, возможно, будет одним из первых, если не первым, взглядов внутрь себя, исследованием своего существа и изучением особенностей строения и функционирования своего эфирного тела. Поэтому очень важно подойти к заполнению таблицы со всей серьезностью. Во-первых, постарайтесь не растягивать этот процесс на несколько этапов: лучше, если вы заполните всю таблицу от начала и до конца сразу, в один прием. Вам понадобится свободное время — около получаса абсолютного покоя, чтобы вам никто не мешал и, главное, не мог помешать.

Однажды один еврейский раввин сказал: «Если ты сажаешь дерево и к тебе прибежали и сказали, что Мессия пришел, ты сначала закончи сажать дерево, а потом иди смотреть на Мессию». Вот что-то от настроения этого раввина нам и нужно взять себе. Главное для нас сейчас — посадить саженец наших будущих возможностей, а все остальное подождет. Поэтому позвольте себе хотя бы полчаса полного и абсолютного покоя. То-

гда процесс заполнения превратится для вас в нечто вроде медитации, и я уверен, что если вы действительно серьезно подойдете к этому делу, то уже скоро, через эти полчаса-час, вы станете немного другими. Вы изменитесь хотя бы потому, что уже будете знать о себе что-то новое, то, что всегда было с вами, но на что вы раньше не обращали внимания. А зная что-то о себе, человек знает то же самое и о других людях, потому что раз все люди похожи, их поведение можно предсказать в большей или меньшей степени. А если мы способны что-то предсказать, значит, сможем и повлиять на это. Помните, что главной нашей целью остается все-таки чисто практическая задача — научиться эффективно влиять на людей сообразно со своими истинными желаниями.

Мы будем работать следующим образом: станем последовательно активизировать одну чакру за другой и фиксировать те или иные наблюдения и ощущения в таблице, а потом переходить к следующей чакре. Однако, чтобы наблюдать за какими-то изменениями и потом делать какие-то выводы, нужно быть уверенными, что результаты, которые мы получаем, показательны, а не случайны и не вызваны какими-то побочными эффектами. Именно с этой целью мы используем так называемое нулевое состояние. Это такое состояние, в котором все чакры неактивны, а наша энергоинформационная структура замкнута вниманием на самой себе. Это состояние, как мы увидим позже, вообще имеет большое практическое значение. Сейчас же оно важно для нас потому, что из него очень удобно совершать первичные пробы чакральной активности. Да и вообще «переключаться» между чакрами намного удобнее именно через нулевое состояние. Кроме того, тот, кто переключается, в этом случае всегда будет уверен, что при пе-

реключения он не забыл о какой-нибудь активизированной чакре.

Состояние нуля — это такое состояние, в котором наше внимание равномерно распределено по всему телу, включая все его части. Ни одна часть или область тела не должны ощущаться лучше других.

Нулевое состояние *(упражнение)*

Закройте глаза, успокойтесь, расслабьтесь, сядьте или встаньте ровно, с прямой спиной, выровняйте дыхание. Почувствуйте свой лоб, лицо, шею, постарайтесь распределить внимание между ними ровно. Теперь подключите ощущение области живота, потом — грудной клетки. Удерживать ровное распределение внимания между всеми этими зонами стало намного сложнее, правда? Что ж, помогите себе эфирной рукой. Выровняйте ее как бы внешнюю оболочку вашего тела, пусть она разгладит все неровности. Для усиления и закрепления эффекта представьте себя стоящим перед ровной стеной, причем вплотную к ней. Отлично. А теперь все то же самое нам нужно проделать с другой стороны — со стороны спины. Почувствуйте свой затылок и шейный отдел позвоночника. Потом уравнивайте это ощущение с ощущением лопаток и нижней части спины, помогите себе эфирной рукой, а для закрепления ощущения представьте себя вплотную стоящим спиной к ровной стене. Теперь все то же самое проделайте с левого и правого боков. Наконец вы находитесь будто бы внутри замкнутой трубы, все абсолютно ровно, все части и районы тела ощущаются одинаково.

Отлично, вы вошли в нулевое состояние. Теперь, находясь в нем, проанализируйте свои ощущения. Оцените ощущение

ние движения центральных потоков. Как они ведут себя? Хорошо ли ощущаются? Есть ли преобладание одного потока над другим или нет? Как распределено ваше внимание? Как вам в этом состоянии удобно направлять ваше внимание, а как, наоборот, неудобно? Уместны ли в этой ситуации другие люди? Какие цвета и звуки удобны для вас в данный момент и ассоциируются с этим состоянием? Испытывали ли вы это состояние когда-либо в жизни? Какие это были ситуации, с чем они были связаны — с каким эмоциональным настроением и с какой деятельностью? Запомните все свои ощущения. А теперь аккуратно выходите из этого состояния, снимайте сосредоточенность и открывайте глаза.

Только что вы сделали важный шаг — научились входить в нулевое состояние. Это действие, которое необходимо нам для того, чтобы дальше работать с активностью чакр. Надеюсь, вы помните, что в таблице, которую вы нарисовали, есть строка «нулевое состояние». Теперь самое время занести туда результаты вашего труда, то есть все ощущения, которые вы только что запомнили.

Сейчас я приведу те результаты, которые обычно получают у слушателей на занятиях в группах: результаты, которые, так сказать, стандартны для большинства людей. Я, однако, не буду давать четких и жестких характеристик, чтобы не сбивать вас с сосредоточенности на ваших индивидуальных наблюдениях.

Итак, что касается поведения центральных потоков, то здесь нужно заметить, что в целом чаще всего отмечается притушеванность этих триггерных ощущений. То есть центральные потоки есть, и они чувствуются, но чувствуются слабо, они неактивные, причем, что важно, неактивные в равной степени. Нельзя сказать, что один

поток перебивает какой-то другой или что один слабее другого. И это естественно, потому что именно в нулевом состоянии, когда чакры не активизированы, то есть все они закручиваются одинаково минимально, человек оказывается в естественном состоянии, когда потоки уравнивают друг друга.

Внимание человека, который находится в нулевом состоянии, распределено равномерно по телу, ведь это и есть основное условие такого состояния. Здесь, однако, важно отметить такую особенность: внимание распределено равномерно изнутри тела, а не снаружи. В нулевом состоянии вообще трудно направить внимание вовне, оно все сосредоточено в пределах физического тела.

Именно поэтому посторонние люди не способствуют сохранению нулевого состояния, ведь другой человек находится вовне, а значит, и обращенное на него внимание требуется отправить вовне, а это уже нарушит равномерность распределения внимания внутри тела.

Поэтому графу «восприятие других людей» мы оставляем пустой и двигаемся дальше. Обратимся к вопросу о тех цветах и звуках, которые ассоциируются с этим состоянием. Здесь, как я и говорил, бывает большой разброс мнений. Кто-то говорит, что цвет серый, кто-то — что белый, черный, светло-голубой или слегка коричневый. Но, во всяком случае, во всех этих свидетельствах есть одна общая черта: некоторая приглушенность цвета. Это, в сущности, может быть почти любой цвет, но обязательно неяркий, приглушенный, тусклый, близкий к черно-бело-серой гамме. Что-то похожее происходит и со звуками. Практика показывает, что большинство людей здесь склоняются к некоему фоновому шуму, близкому к тишине. Некоторые даже путают этот фоновый шум с абсолютной тишиной, однако необходимо понимать, что абсолютной тишины в

природе не бывает. А раз ее не бывает в природе, ее не знает и человек. Даже если человек оказывается в ситуации, когда нет никаких посторонних шумов, он начинает слышать шум крови в ушах, похожий на шум из прижатой к уху раковины. Может быть, это и есть тот фоновый шум, который свойственен нулевому состоянию.

В жизни это состояние нам почти незнакомо. Дело в том, что наше внимание почти всегда направлено вовне. Однако те люди, которые занимаются медитацией, знают нулевое состояние очень хорошо. Оно и понятно: когда еще можно сосредоточиться целиком внутри себя, как не во время медитации? Впрочем, любой человек каждый день засыпает. Момент засыпания также связан с нулевым состоянием и все по той же причине — внимание направлено ни в коем случае не вне нас, а только внутрь.

Можно ли вызвать такое состояние специально, сознательно, в коммуникативной ситуации, когда мы взаимодействуем с другими людьми? Оказывается, можно. И хотя сделать это несколько сложнее, чем войти в нулевое состояние в одиночестве, для тренированного человека это не проблема. В этом случае внешняя стимуляция не сможет проникнуть внутрь нас, она просто будет отскакивать от нас, как мячик от стенки, — мы будем полностью замкнуты на себе, внутри своего тела. Это, если угодно, довольно сильная и самая простая защита от любых энергетических вмешательств. У нее однако есть большой недостаток: сосредоточившись внутри себя, вы не сможете сами контактировать с человеком. Поэтому если вы все-таки намерены взаимодействовать с собеседником, а не просто стоять как непроницаемая для его атак мумия, нулевое состояние нужно использовать очень умело.

Из нулевого состояния очень удобно наблюдать за чакральной активностью других людей. Логика тут, опять же, проста. Если ваши чакры работают хаотично и какая-то одна из них в данный момент доминирует, она будет мешать вам диагностировать активность другой чакры у собеседника. Из нулевого состояния также наиболее удобно наблюдать за своими собственными чакрами, проверять их и диагностировать их работоспособность. Ну и наконец, как уже говорилось, переход от активности одной чакры к активности другой тоже лучше всего делать именно через нулевое состояние. Это не только удобно, но и безопасно: вы всегда сможете следить таким образом за своими энергетическими потоками, и все чакры все время будут у вас под контролем.

Вот это-то последнее свойство нулевого состояния и пригодится нам прямо сейчас, потому что мы уже переходим непосредственно к диагностике собственной чакральной активности.

«Карта» личной энергетической системы

Начнем с аджна-чакры. Я напомним вам, что активизировать чакру (в данном случае аджну) можно, представив в центре головы, у основания черепа, на уровне межбровья, стрелку. Когда она поворачивается вперед, чакра активизируется. Другой способ — это способ тюльпанчика. Мы представляем там же, где мы представляли стрелку, наклоненный вперед бутон тюльпана, выдвигаем его из головы и раскрываем. Чакра активизируется. В дальнейшем мы с вами узнаем и другие способы активизации чакр. Те, кто прошел четвертую ступень учебного курса ДЭИР, с ними уже знакомы. Они удобнее и эффективнее, хотя и требуют больших знаний и навы-

ков. Но сейчас нам вполне достаточно будет этих, самых простых способов — стрелочки и тюльпанчика. Но не забывайте, что это только ваше воображение, а в действительности ни стрелочек, ни тюльпанчиков нет. Я бы даже советовал вам особенно не привыкать ни к одному из этих способов, а использовать их попеременно, чтобы потом вам легче было перейти к другим, более продвинутым и удобным способам активации чакр.

Итак, приступим к нашей аджне.

Активация аджна-чакры *(упражнение)*

Сядьте или встаньте так, чтобы вам было удобно. Ваша спина должна быть ровной, а руки — свободными. Расслабьтесь, отбросьте посторонние мысли и постарайтесь сосредоточиться. Сделайте несколько достаточно глубоких вдохов и выдохов, успокойте дыхание. Побудьте немного в состоянии расслабленности, не торопитесь. Войдите в нулевое состояние. Вы как будто находитесь внутри трубы, и ни одна часть вашего тела не ощущается лучше, чем другая, а внимание равномерно распределено по всему телу изнутри. Центральные потоки еле-еле двигаются через ваше эфирное тело, и для упрочнения этого состояния вы можете помогать себе теми звуками и цветами, которые нашли для себя в предыдущем упражнении. Побудьте немного в нулевом состоянии.

Теперь активизируйте аджну — с помощью стрелки или бутона-тюльпана. Прежде всего обратите внимание на поведение своих центральных потоков. Убедитесь в своем ощущении. На протяжении этого упражнения вы можете активизировать чакру, потом снимать ее активность, а затем снова активизировать. Таким образом вы можете проверять свои ощущения или, если в вашей чакральной ак-

тивности произошли какие-то сбои, выправлять энергетические импульсы. Для этого просто двигайте тюльпанчик или поворачивайте стрелку. Но каждый раз, прежде чем снова активизировать чакру, проверьте устойчивость нулевого состояния. Итак, проверьте свои центральные потоки и запомните возникающие при этом ощущения.

Теперь задайтесь другим вопросом: куда направлено ваше внимание, или, по-другому, куда вам удобнее его направлять? Скажем, может быть такое, что когда вы направляете внимание в одну сторону, вам становится сложнее удерживать активность чакры. Или наоборот, направленное в каком-то направлении внимание помогает вам усилить чакральную активность. Запомните, какое направление для вас сейчас наиболее удобно. Если вам кажется, что вы запутались, не беда — дезактивируйте чакру, войдите в нулевое состояние, а потом снова вернитесь к активности и проверьте направление своего внимания еще раз.

Теперь мы должны перейти к диагностике восприятия других людей в состоянии активированной аджны. Для этого представьте себе некий фантомный образ человека. Пусть это будет зыбкий, неконкретный, абстрактный образ. У него может быть какое-то плохо различимое лицо и другие области тела. Вам не обязательно представлять его себе четко. Не используйте для этого образы знакомых и известных людей. Дело в том, что ко всем знакомым людям у вас есть какое-то определенное отношение. А значит, это отношение неизбежно внесет какие-то коррективы в тот анализ, который вы проводите, а в конечном счете и в тот итоговый энергетический автопортрет, который вы сейчас составляете. (Между тем составить как можно более точный портрет для вас сейчас необыкновенно важно. Не будет преувеличением сказать, что от его точности будет зависеть весь успех семинара и того, на-

сколько эффективно вы сможете потом использовать новые умения. Поэтому советую вам проявить сейчас максимум ответственности.)

Итак, речь шла о том, что мы должны продиагностировать свое восприятие других людей с активированной аджной. Для этого достаточно представить себе фантомный образ любого незнакомого человека и постараться понять, на каком расстоянии от него нам сейчас удобнее всего находиться. Подвигайте его образ вперед-назад и попытайтесь понять, при каком его положении ваша чакральная активность наименее стеснена, а потоки текут максимально свободно. Теперь постарайтесь запомнить, какие области тела этого воображаемого человека приковывают к себе ваше внимание больше других. Грубо говоря, что у него видно лучше, более отчетливо и в какой области заметно больше деталей. Запомните все эти подробности. Теперь вам нужно понять, как удобнее расположить собеседника относительно вас самих горизонтально. Удобно ли вам находиться с ним на одном уровне? Или лучше, если он оказывается выше или ниже вас? Ответьте на все эти вопросы не торопясь и перепроверьте, если необходимо, свои ощущения, вернувшись к нулевому состоянию и вновь активировав чакру. Затем уберите фантомный образ: пока он нам больше не нужен. Сейчас нам надо будет постараться подобрать наиболее подходящие к ситуации цвет и звук.

Переберите все цвета спектра от красного до фиолетового и почувствуйте, с каким цветом наиболее свободно работает ваша аджна-чакра. Когда вы подберете наилучший цвет, пройдитесь по спектру еще раз, чтобы убедиться, что ни один другой цвет действительно не способствует работе аджны лучше, чем тот, который вы выбрали. Запомните этот цвет. Теперь обратимся к звуку. Переберите самые характерные, запоминающиеся звуки — скрипы, гу-

лы, шум моря, свист ветра и так далее вплоть до звона колоколов и гудка паровоза. Какой из звуков помогает работе чакры?

Проверьте все еще раз через нулевое состояние. А потом задумайтесь, приходилось ли вам испытывать подобное состояние когда-нибудь в жизни. Представьте себе разные жизненные ситуации и почувствуйте, будет ли вам комфортно в том или ином случае с активной аджной. Такая ситуация может быть не одна. Возможно, вы подберете несколько ситуаций, в которых активности чакры не будет ничего мешать. Запомните эти ситуации. Теперь вернитесь в нулевое состояние и можете снимать сосредоточенность. Диагностика активности вашей аджны закончена.

Надеюсь, у вас не возникло никаких проблем, вам никто не помешал, у вас было достаточно времени, чтобы внимательно и спокойно проверить и перепроверить все свои ощущения и, конечно, хорошенько их запомнить. Потому что теперь нам нужно будет занести все это в таблицу. Я предлагаю вам сначала занести в графы то, что вы запомнили, а потом уже поговорить об этом и сравнить с тем, что показывает статистика. Во-первых, так у вас будет меньше шансов забыть какие-то детали, а во-вторых, вы не будете связаны статистикой, и ее данные не повлияют на ваши наблюдения. А это очень важно, потому что эта таблица — материал для дальнейшей работы над собой, а не совершенно бесполезное подтверждение каких-то общеизвестных вещей.

Ну что ж, теперь, когда вы заполнили таблицу, давайте поговорим о тех результатах, которые у вас получились.

Начнем с поведения центральных потоков. В ста случаях из ста при активации аджны резко усиливается вос-

ходящий поток. Это ощущение похоже на то, как если бы резко распрямившаяся пружина вдруг ударила вам в голову. Если вы все сделали правильно, вы должны были почувствовать эту мощную энергетическую волну. Это, в принципе, почти единственная вещь, которая одинакова у всех людей, — ну примерно как то, что все люди ходят на ногах кверху головой. Исключений не бывает. По крайней мере, я за долгие годы занятий со слушателями не встречал никаких исключений из этого правила. Обычно это ощущение такое сильное, что производит очень мощное впечатление на тех людей, которые раньше его не испытывали, то есть не вызывали сознательно. Они даже представить себе не могли, что специально, с помощью таких вот несложных приемов можно вызвать в себе подобное чувство! Мне всегда радостно смотреть, как восхищены эти люди, — они только что открыли для себя огромный мир энергоинформационного развития. Если же вы не почувствовали резкого усиления восходящего потока, это, скорее всего, означает, что вы допускаете какую-то неточность в технике. В этой ситуации лучше всего, конечно, проконсультироваться со знающим человеком, желательно преподавателем нашей школы. В общем, в графе «Поведение центральных потоков» напротив аджны смело пишем: резкое усиление восходящего потока.

Теперь что касается направления и распределения внимания. Обычно внимание человека с активной аджной направлено вперед. Куда именно — здесь уже могут быть разночтения. Но все-таки при попытке направить внимание в сторону, вверх, вниз или, тем более, назад тюльпанчик как-то сам собой начинает закрываться, а стрелка исчезает. Затихает и резко усилившийся восходящий поток: он становится менее мощным. Так что направление внимания — только вперед.

Мы представляли себе фантомный образ человека и пытались понять, как нам было бы удобнее, при условии что у нас работает аджна, с ним взаимодействовать. Если опять же говорить о том, что свойственно большинству людей, то мой опыт подсказывает, что в этом случае идеальное расстояние для взаимодействия будет около метра-полтора. Но это не значит, что для вас комфортное расстояние не может быть несколько больше или немного меньше. Такое несовпадение может быть обусловлено, во-первых, особенностями вашего собственного тела — как физического, так и эфирного, а во-вторых, вашим жизненным опытом.

Скажем, если вы привыкли общаться с большими аудиториями, на расстоянии, например вы часто читаете лекции в больших аудиториях, то у вас, скорее всего, сформировались определенные привычки, в соответствии с которыми для вас вообще более комфортно общение на большом расстоянии. А может быть и наоборот: если вы работаете в маленьком коллективе, да еще и живете в тесной квартире с большим количеством жильцов, то вы вообще по жизни могли привыкнуть к небольшим расстояниям, а значит, и взаимодействовать с другими людьми вам удобнее на меньших расстояниях, чем так называемому статистическому большинству людей. Но в любом случае, даже если ваш вариант и не укладывается в стандартные метр-полтора, для вас вряд ли будет комфортным расстоянием, к примеру, десять метров. Как, впрочем, и едва ли вам будет удобно при работающей аджне общаться с человеком, прижавшись к нему чуть ли не вплотную.

Области человеческого тела, которые просматриваются лучше других, когда работает аджна, находятся обычно скорее сверху, чем внизу. Как правило, это голова и лицо или даже скорее верхняя часть лица, чем

нижняя. Во всяком случае, я никогда не слышал, чтобы с активной чакрой человек лучше различал, например, ноги или живот своего собеседника или партнера по упражнению.

Что же касается расположения человека относительно вас по горизонтали, то это, может быть, самый субъективный параметр. Дело в том, что на самом деле здесь нет вообще никакой закономерности. Этот параметр есть в таблице потому, что он может оказаться для вас очень показателен впоследствии. Думаю, он поможет вам лучше понять себя. Здесь нет строгих законов, но практика показывает, что, скорее всего, если с работающей аджной у вас есть желание поставить человека ниже себя по горизонтали, это может значить, что вы стремитесь подавить своего собеседника. Почему это происходит — уже другой вопрос. Дело тут не в особенностях ваших чакр, а в вашем личном опыте и психике. Если же вам удобнее поставить человека выше себя, это значит, что вы стремитесь защититься от него, и, опять же, это следствие каких-то процессов в вашей психике. В любом случае, чем здоровее будут ваши чакры и чем шире будет ваш опыт в сознательных чакральных коммуникациях, тем больше будет сглаживаться это неравновесие. И в конечном счете этот параметр перестанет играть заметную роль.

Цвет, который ассоциируется с аджна-чакрой, всегда был огромным полем для всякого рода махинаций. Так называемые специалисты наперебой кричат о том, какой цвет должен соответствовать каждой чакре. Скажем, часто можно услышать, что активная аджна обязательно должна быть красная, и все тут. И если у кого-то она оранжевая, то ему пора бежать лечиться. А другие кричат, что нет, она должна быть синяя, и если это не так, значит, в вас живут какие-то дьявольские силы. А что де-

лать человеку, которому комфортнее всего представить себе, например, зеленый цвет? Если отбросить домыслы и то, что мы не можем сейчас проанализировать — различную мистику и так далее, — то в конечном счете остается следующая статистика. Большинство называют цветом аджны синий. Меньше бывает красного, а других цветов встречается совсем немного. Единственное, что можно сказать общего о цвете в его отношении к чакрам, это то, что чистота цвета, который проявляется при активности чакры, связана с чистотой самой чакры. Эта закономерность прослеживается довольно четко.

Со звуком ловкие объяснители всего на свете чуть более милосердны, чем с цветом. Они не обязывают нас слышать какой-то определенный звук. И действительно, среди ассоциирующихся с аджной звуков часто называют что-то необыкновенное, ярко индивидуальное. Если и есть одна характеристика, которая объединяет большинство звуков, названных слушателями, то можно сказать, что эти звуки часто выражают какое-то активное движение или даже агрессию. Во всяком случае, обычно это напористые и ни в коем случае не спокойные или вялые звуки. Так зачем же, спросите вы, заполнять таблицу параметрами, которые имеют отношение только ко мне? Вот за тем-то и нужно, чтобы вы хорошенько знали, прежде всего, свою энергетику. Эти знания — какой цвет и какой звук ассоциируются у вас с каждой чакрой — будут иметь сугубо практическое применение. Благодаря им вы будете способны быстро активировать нужную вам чакру или несколько чакр одновременно, просто сосредоточившись на своем цвете или начав определенным образом звучать.

Наконец, давайте обсудим, какое эмоциональное состояние наиболее подходяще для ощущения активной аджны. Здесь расхождений среди слушателей обычно не

бывает. Вернее, расхождения есть, поскольку они неизбежны в любом случае, но обычно они касаются частностей, а в главном все слушатели сходятся. Это состояние, которое можно охарактеризовать как боевое — стремление к действию, движение к цели, активность и концентрация внимания на чем-либо. Никакая пассивность и успокоенность обычно не упоминается.

Итак, мы с вами заполнили вторую строку нашей таблицы. Первая, напоминая, характеризовала нулевое состояние. Впереди у нас еще четыре строки — по одной на каждую оставшуюся чакру. Теперь мы уже не будем так подробно останавливаться на механизме диагностики чакры. Вы просто будете брать за образец то, как мы действовали в случае с аджной, и точно так же диагностировать активность других чакр. Единственное, что будет меняться от чакры к чакре — это расположение стрелки или тюльпана в вашем теле. В случае с вишудхой это будет основание шеи, с анахатой — центральная часть грудной клетки, с манипурой — верхняя часть живота, а со свадхистаной — его нижняя часть.

Проводите диагностику по тому же принципу, по которому вы действовали только что, и заносите результаты в таблицу. После этого нам останется только обсудить результаты ваших изысканий.

Активация вишудха-чакры

Итак, вы продиагностировали активность вишудхи, проверили, как меняются при ее активизации ощущения в вашем теле и что происходит с центральными потоками, вниманием, эмоциональным состоянием и так далее. Все результаты вы занесли в таблицу. Ну, прежде всего, вы должны были заметить, что активность восходящего

потока несколько спала по сравнению с предыдущим случаем, когда мы активировали аджну. Он, конечно, все еще достаточно силен и ощущается намного более отчетливо, чем нисходящий. Но все-таки восходящий поток уже не ударяет в голову так сильно, как отпущенная пружинка, а «останавливается» где-то в районе шеи. В связи с этим, кстати, вы, весьма вероятно, могли почувствовать особый мышечный тонус в области шеи. Именно поэтому с вишудхой обычно ассоциируется пение и вообще все виды деятельности человека, которые связаны с работой голосовых связок, произнесением слов и так далее. Внимание обычно при работающей вишудхе заполняет объем перед человеком и стремится распределиться по пространству в непосредственной близости от него. Нельзя сказать, что внимание фокусируется на каком-то одном направлении — оно как бы растекается по некоторому объему.

Дистанция общения с воображаемым человеком может быть, опять же, разной. Но чаще всего это расстояние несколько меньше, чем комфортное расстояние при работающей аджне. То есть если для аджны это расстояние в среднем равно одному-полутора метрам, то для вишудхи оно составит чуть меньше метра. Отклонения от этих рамок, смысл таких отклонений и их возможные причины мы с вами уже обсудили: здесь они те же самые, так что если они возникнут, волноваться не следует. Любое расстояние, если оно получено верным методом по правильно понятой схеме, будет правильным. Но самое важное — это будет именно ваше расстояние, а не чье-нибудь еще. Поэтому вам нужно запомнить его и использовать эту информацию в дальнейшем.

У большинства людей при работающей вишудхе лучше всего выделяются рот и шея собеседника. Можно сказать шире — выделяется вся нижняя часть лица. Впро-

чем, иногда бывает и так, что в эту зону попадает и верхняя часть груди, и средняя часть лица. Сами понимаете, что четких границ здесь провести нельзя. Кроме того, когда мы говорим об этой особенности чакральной активности, мы не имеем в виду, что рот должен быть виден очень четко, а глаза не видны совсем. Просто в любом случае что-то будет видно лучше чего-то другого. И в данном случае центром притяжения выступает именно нижняя часть лица.

Цвет и звук в этом случае также сугубо индивидуальны. Часто слушатели говорят, что вишудха ассоциируется у них с голубым цветом, но бывают и другие варианты. Пожалуй, можно сказать, что цвета этой чакры объединяет одно: они как бы легкие и в то же время дружелюбные, человеческие.

Эмоциональный фон при активной вишудхе характеризуется повышенной чувствительностью, которая соединяется с желанием звучать, петь, произносить слова и так далее.

Активация анахата-чакры

Вы наверняка почувствовали, что в этой чакре происходит уравнивание двух центральных потоков. При этом оба потока усиливаются по сравнению с нулевым состоянием, причем усиливаются довольно заметно. Их одновременное усиление рождает ощущение, подобное какому-то волнообразному движению по всему телу. Это очень приятное чувство. Надо сказать, что анахата — самая чувствительная из всех чакральных структур. Любая, даже самая небольшая, легкая агрессивность по отношению к человеку, у которого активна анахата, легко задевает его и причиняет ему максимум боли. Поэтому с течением жизни у человека вырабатывается рефлекс — не

активизировать анахату ни в каком подозрительном случае. Обычно человек активизирует ее только тогда, когда уверен, что не «получит» по ней, то есть при общении с самыми близкими людьми, которым он доверяет, и, скорее всего, только в таких местах, где нет никаких посторонних. Есть и еще одна причина, по которой анахата не активизируется в обыденной социальной деятельности человека: дело в том, что работающая анахата вызывает мгновенное и сильное расслабление во всем теле.

Внимание при активной анахате обычно распределяется по ближайшему пространству вокруг человека, но только не спереди, как было в случае с вишудхой, а со всех сторон. Это значит, что вы будете с примерно равным вниманием следить за пространством и слева от себя, и справа, и впереди, и сзади в ближайших пределах вокруг вашего физического тела.

Возможно, в силу этого дистанция комфортного общения при активной анахате снижается до абсолютного минимума. Это самый ближний слой эфирного тела, то есть физические тела в этом случае будут находиться практически вплотную друг к другу. Вот почему близким людям, проявляющим нежность, хочется прижаться друг к другу, обняться и приласкать друг друга.

Ну, а отсюда следует и ответ на вопрос о выделении каких-либо частей или областей тела собеседника. Довольно сложно, обнявшись с человеком, вглядываться в какую-то одну часть его тела, не правда ли? Намного приятнее вообще закрыть глаза и просто ощущать его тело целиком, чувствовать его тепло, нежность и так далее. Это значит, что при работающей анахате внимание не направляется на какие-то детали вообще и другой человек воспринимается целиком, в единстве.

Цветом анахаты часто бывает зеленый, а если говорить о каких-то общих характеристиках цветов этой ча-

кры, то можно, пожалуй, сказать, что это всегда насыщенные, глубокие и комфортные оттенки.

Эмоционально анахата связана с чувством защищенности, внутренней расслабленности, общего комфорта и нежности.

Активация манипура-чакры

Это чакра, в которой восходящий поток уступает главенствующую позицию нисходящему. Он ощущается намного отчетливее и становится сильнее, хотя пока еще не достигает максимума своих возможностей.

Внимание начинает фокусироваться на нижних областях, оно направлено сверху вниз по касательной и фокусируется где-то на уровне нижней части живота на метр-полтора впереди.

Комфортная дистанция для общения возрастает до одного метра и более, иногда до нескольких метров, а в некоторых случаях и еще дальше.

Наиболее четко различимы нижняя часть грудной клетки и живот человека, с которым происходит взаимодействие.

Эмоциональное состояние при таком общении похоже на то, что испытывает шахматист во время игры: это состояние волевого усилия по упорядочиванию мира и социального устройства. Именно поэтому человек с доминирующей манипурой часто становится начальником, управленцем. Он стремится к упорядочиванию и структуризации и при этом проявляет достаточно воли и силы, чтобы реализовать свои устремления. С этим, кстати, в достаточно большой степени связаны и определенные изменения в фигуре этих людей. Частая активность манипуры привлекает в область живота особое внимание активности физического тела, что при-

водит к появлению «начальственного животика». Это, впрочем, совсем не обязательно, но все-таки бывает.

Активация свадхистана-чакры

Свадхистана испытывает откровенный недостаток восходящего потока, и в ней особенно мощно проявляется нисходящий поток. Вы, должно быть, почувствовали, что как только вы активизируете чакру, он устремляется вниз, к ногам, и наполняет собой всю нижнюю часть вашего живота.

Внимание при активной свадхистане направляется сначала вниз, а потом уходит вперед и вверх, достаточно далеко рассеиваясь в пространстве.

Комфортное состояние взаимодействия становится сопоставимым с дистанцией при активной аджне и чаще всего определяется как полтора метра. Но, в отличие от аджны, более отчетливо у собеседника теперь будут видны как раз нижние части тела — живот и ноги. Голова тоже видна, но как бы в отдалении, а средняя часть тела человека (туловище) при общении через свадхистана-чакру словно бы вообще отсутствует.

Эмоциональное состояние при работающей свадхистане лучше всего характеризуется словом «игривый». В этом состоянии хочется шутить, смеяться и рассказывать анекдоты. Здесь очень уместна как бы небольшая хитреца и, в целом, радостная приподнятость.

* * *

Что ж, позвольте вас поздравить. Вы только что провели полную диагностику своих чакр. Думаю, вы узнали много нового, и позвольте вас заверить, что эти знания окажутся в высшей степени полезны для вашей даль-

нейшей работы. Без понимания особенностей своей чакральной структуры практически невозможно эффективно выстраивать такие чакральные коммуникации с другими людьми, которые позволят вам добиваться хороших практических результатов.

В этой главе нам остается только научиться пользоваться теми субъективными данными о цвете, звуке и эмоциональном состоянии, которые мы вывели в результате диагностики чакр. Дело в том, что активировать ту или иную чакру гораздо легче, если опираться на эти данные. Скажем, вы знаете, что аджна ассоциируется у вас с красным цветом. Тогда, чтобы помочь себе активировать эту чакру, вам достаточно будет представить себе красный цвет, и активация станет намного проще. Ведь активировать чакры легко, когда вы находитесь одни в комнате или занимаетесь в группе и у вас есть много свободного времени, чтобы сосредоточиться, принять удобную позу, сконцентрировать внимание на ощущениях в теле и так далее. А в ситуации живого общения все будет выглядеть немного иначе. Вам нужно будет быстро принимать решения и быстро действовать. Времени у вас будет немного: чаще всего активировать чакру, чтобы быть готовым тут же произвести какое-то воздействие, нужно будет буквально за несколько секунд. Конечно, большую роль тут играет опыт. Одно дело, если вы совсем недавно попробовали работать со своими чакрами, и совершенно другое — если вы уже много раз выполняли все эти упражнения. При этом никто не отрицал и того, что при переходе от чакры к чакре необходимо использовать нулевое состояние. А количество времени, отпущенного вам на все про все, резко сокращается, и подчас счет идет на секунды. Вот почему так важно научиться активировать чакру быстро. И в этом нам помогут наши субъективные ассоциации.

**Активация чакральной структуры
с использованием эмоционального состояния,
звука и цвета одновременно
(упражнение)**

Сядьте или встаньте так, чтобы вам было удобно. Спина ровная, руки свободны. Расслабьтесь, отбросьте посторонние мысли и постарайтесь сосредоточиться. Сделайте несколько достаточно глубоких вдохов и выдохов, успокойте дыхание. Побудьте немного в состоянии расслабленности, не торопитесь. Войдите в нулевое состояние. Почувствуйте, что вы как будто находитесь в трубе и все ваше внимание равномерно распределено по телу изнутри. Позвольте себе побыть немного в этом состоянии, почувствуйте себя в нем комфортно. Теперь, не активируя пока специально ни одной чакры, просто вызовите в своем воображении тот цвет, который у вас ассоциируется с аджной. Добейтесь того, чтобы этот цвет ярко и насыщенно стоял у вас перед внутренним взором.

Возможно, уже сейчас вы почувствуете, как условный тюльпанчик (или стрелка), находящийся у вас в голове в районе межбровья, начинает будто бы подаваться вперед, как ему хочется повернуться, раскрыться. Не нужно помогать ему специально — просто отметьте этот факт, и все. Теперь в дополнение к цвету вызовите в своем воображении тот звук, который вы вписали в «звуковую» графу напротив аджны. Пусть он громко и властно звучит у вас в ушах. Сосредоточьтесь на нем вместе с цветом. Здесь уже почти наверняка тюльпанчик и стрелочка должны как бы рваться вперед, чтобы раскрыться или повернуться, но, опять же, специально их подстегивать не следует. Это чувство будет похоже на ощущение, знакомое рыбакам во время хорошей поклевки, когда рыба уже захватила приманку и натянула леску, но дергать ее пока

нельзя, как, впрочем, и отпускать. Напряжение этой натянутой лески будет чем-то схоже с тем напряжением, которое вы почувствуете в области аджны.

Центральный восходящий поток станет несколько напряженнее, он как будто бы окрепнет, но еще не будет рваться через чакру так мощно, как когда она активирована. Теперь, не отпуская ни цвета, ни звука, вызовите в памяти то эмоциональное состояние, которое вы ассоциировали с аджной. Вспомните характерную ситуацию, гипотетическую или имевшую место на самом деле, в которой аджна работала на полную мощность. Теперь, если вы цепко держали в памяти и цвет, и звук и при этом хорошо восстановили в памяти соответствующее эмоциональное состояние, аджне будет очень сложно сдержаться и не заработать. Не держите ее, почувствуйте, как раскрывается тюльпанчик или поворачивается стрелка и чакра начинает работать. Центральный восходящий поток при этом пробьется сквозь чакру и мощно потечет вверх. Теперь выключите чакру и снова войдите в нулевое состояние. Проведите все эти действия еще раз, и вы сами почувствуете, что дело пойдет быстрее. А через два-три раза скорость активации аджны возрастет особенно заметно.

Теперь вам нужно попробовать по тому же сценарию отработать активацию остальных четырех чакр — вишудхи, анахты, манипуры и свадхистаны. Повключайте сначала каждую из этих чакр по несколько раз, а потом попробуйте включать попеременно то одну чакру, то другую.

ЧАКРАЛЬНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

Диагностика активной чакры другого человека

Теперь, после того как мы с вами научились активировать свои чакры и проанализировали особенности своего энергетического устройства, самое время обратиться к тому, чтобы научиться отслеживать чакральную активность других людей. Это вторая составляющая успеха, и заключается она в том, чтобы с помощью чакр и их энергии оказывать на людей сознательное воздействие. То, чем мы до сих пор занимались, в высшей степени важно, и я надеюсь, что вы уделили всем предыдущим упражнениям максимум внимания. Ведь иначе как мы сможем влиять на чакры других людей, если даже не представляем, как мы сами в этом плане устроены? Это все равно что хирург взялся бы оперировать, не зная устройства человеческого тела и даже не понимая, зачем ему руки, как они устроены и как ими следует пользоваться.

С другой стороны, очевидно, что никакие чакральные взаимодействия невозможно осуществлять, если не знать и не видеть, с какими чакрами надо иметь дело. Если

продолжить начатое выше сравнение, можно сказать, что это все равно как если бы хирург взялся оперировать с завязанными глазами или в темных очках.

Поэтому точно так же, как мы только что со всей ответственностью подошли к диагностике своей чакральной структуры, нужно серьезно отнестись и к определению чужих чакральных особенностей.

Способов определения активной чакры у другого человека существует несколько. Все они очень разные и в разной степени действенные. Но все они важны. Нужно понимать, что не существует одного универсального способа на все случаи жизни и для любого человека. Во-первых, как уже неоднократно отмечалось, все мы очень разные. Это значит, что тот способ, которым с успехом пользуется один человек, у другого будет вызывать определенные сложности. А у этого другого человека вполне может быть какой-то свой способ, который с трудом дается первому. Более того, в разных ситуациях один способ может быть более действенным, а другой — менее. Понятно, что, например, определение активной чакры физической рукой возможно только на небольшом расстоянии и только тогда, когда есть возможность этой рукой пользоваться, то есть это позволяют приличия и уровень отношений между взаимодействующими людьми.

Нужно отметить, что зачастую эти способы работают вместе и это не только не снижает эффективность конечного результата, но даже довольно сильно его поднимает. То есть вам нужно научиться пользоваться всеми способами, а потом научиться применять их в разных ситуациях.

Перед вами также стоит задача научиться быстро решать, какой способ или комбинация способов лучше всего подойдет именно в данный момент.

Первое, о чем хочется сказать, — это даже еще не совсем способ, а скорее простая логика и наблюдательность. Они, впрочем, в данном случае будут нашими хорошими союзниками, поэтому отвергать их как недостойные не нужно. Речь идет об очень простой вещи. Мы говорили с вами, что при работающей аджне особое внимание падает на верхнюю часть головы, то есть на лоб и глаза. Это понятно и легко. У каждой чакры есть своя примыкающая к телу зона, в которой внимание фокусируется наилучшим образом. Понятно, что если человек во время взаимодействия обращает внимание на ваше лицо и смотрит вам в глаза, из этого еще не следует однозначно, что в данный момент у него активна именно аджна. Однако для вас это сигнал того, где именно надо искать чакральную активность.

На самом деле возможны, конечно, и ситуации-исключения, когда человек с вовсю работающей аджной будет разглядывать ваши ноги. Человек — это все-таки не машинка с несколькими кнопками, работающая так или иначе в зависимости от того, на какую кнопку нажать. Каждый человек индивидуален, а число возможных ситуаций с разными нюансами поистине бесчисленно. Мы же с вами говорим только о тенденциях, о преобладающих, а не об обязательных направлениях внимания. Да, при работающей аджне внимание обычно концентрируется на верхней части лица собеседника. Его легче всего концентрировать именно там. Но это не значит, что с включенной аджной нельзя смотреть, например, на грудь или на что-нибудь еще, в зависимости от обстоятельств.

И все-таки, может ли направление внимания собеседника помочь нам определить его рабочую чакру? Да, может. Но этот критерий никогда нельзя считать единственно верным и окончательным. Ваша наблюдатель-

ность всегда должна оставаться верной помощницей вашей энергоинформационной сущности. Итак, если внимание вашего собеседника сосредоточено на ваших глазах, на лбу или вообще на верхней части вашего лица, это может означать, что ему легче концентрироваться именно на этих областях, а значит, у него, скорее всего, работает аджна.

Если же человек, с которым вы взаимодействуете, сосредоточен на нижней части лица, на шее или на верхней части груди, то это сигнал для вас проверить, прежде всего, его вишудху.

При активной анахате, как вы уже знаете, внимание не сосредоточивается на какой-то определенной части или области тела, а распределяется целиком по всему собеседнику. Поэтому, если вы видите, что человек не сосредоточен ни на одной зоне, это, действительно, может значить, что в данный момент у него активна анахата.

Манипура и свадхистана направляют внимание на нижнюю часть тела, на живот и на ноги. Отличить на практике одно направление взгляда от другого довольно сложно, да, наверное, и не нужно.

Для вас достаточно будет, если вы увидите, что особое внимание собеседника собирают на себя ваш живот или ваши ноги, а значит, проверять следует его нижние чакры.

Проверять активные чакры необходимо в любом случае, и это тоже нужно уметь делать правильно. Для этого существует несколько разных способов. Мы с вами последовательно освоим два из них: диагностику активной чакры физической рукой и диагностику эфирной рукой. Причем после того, как вы научитесь определять активность физической рукой, действовать эфирной для вас будет проще.

Определение активной чакры другого человека с помощью физической руки (упражнение)

Вам с партнером нужно встать или сесть достаточно удобно. Вы должны быть собраны и сосредоточены, но в то же время в вашем теле не должно быть лишних напряжений, поэтому те мышцы, которые не нужны вам для работы, надо расслабить. Сядьте (или встаньте) друг напротив друга. Один из вас будет последовательно активировать различные чакры, а другой — определять, какая из его чакр активна. Вам, естественно, нужно предварительно договориться об очередности. Итак, предположим, что ваш партнер активировал какую-то чакру, а вы пытаетесь определить, какую именно. Вы должны находиться на не слишком большом расстоянии от партнера: так, чтобы ваша ладонь почти дотягивалась до его груди. Вытяните руку, раскройте ее ладонью вперед и проведите ею сверху вниз и обратно. Водите руку вдоль основных чакр партнера, и рано или поздно вы почувствуете, в какой области происходит наибольший выброс энергии. Потом поменяйтесь ролями. Помните, что нужно активировать только одну чакру и удерживать ее в активном состоянии до тех пор, пока тот партнер, который определяет ее, не даст верный ответ. Не перескакивайте с чакры на чакру, сосредоточьтесь на какой-то одной.

Поработайте с этим упражнением некоторое время, меняя чакры и меняясь друг с другом ролями, а если есть возможность, то меняйте и партнеров. Ведь в реальной практической деятельности вам не придется все время работать с чакрами только одного человека, поэтому вам нужно научиться достаточно быстро определять активные чакры и проводить чакральное воздействие с самы-

ми разными людьми, которых вы можете знать не очень близко, а может быть даже, видеть в первый раз. Неверно было бы приучаться работать только с одним человеком и привыкать к индивидуальным особенностям его чакральной структуры.

Что ж, вы попробовали определять активную чакру другого человека физической рукой. В то же время вы, я думаю, отлично понимаете, что сейчас вы находитесь в тепличных условиях. Человек, с которым вы работаете, ничего не имеет против того, чтобы вы определяли его активные чакры, и не удивляется тому, что вы водите ладонью вдоль его тела. Он терпеливо ждет, пока вы точно определите чакру. Но довольно сложно представить себе подобную ситуацию в реальности, то есть, что называется, «в полевых условиях». Допустим, вы общаетесь с бизнес-партнером и хотите помочь общению определенным чакральным взаимодействием. И вот, например, посреди бизнес-ланча вы вдруг вытягиваете вперед руку и начинаете водить ею вверх-вниз вдоль тела вашего делового партнера! Навряд ли после такой истории ваши дела будут улажены!

Шутки шутками, но вы и сами отлично понимаете, что определять активные чакры, да и вообще проводить любые чакральные взаимодействия нужно так, чтобы это было незаметно. Отсюда очевидна необходимость научиться диагностировать чакральную активность без использования физических рук, то есть с помощью рук эфирных. Это не значит, что то, чем мы только что занимались, было бесполезно. Поработав физическими руками, вы приучили свое тело, в том числе и эфирное, к ощущениям от активной чакры. Вы уже знаете это ощущение небольшого жжения, тепла и вообще энергии, бьющей из чакры. Поэтому для вас теперь намного легче будет проделать все то же самое эфирной рукой.

Определение активной чакры другого человека с помощью эфирной руки (упражнение)

Сядьте вместе с партнером друг напротив друга. Вы должны сидеть удобно, достаточно расслабленно и в то же время сосредоточенно. Держите спину ровной и сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов. Теперь один из вас будет активировать чакры так же, как он делал это в предыдущем упражнении. Другой же должен будет определить активную чакру с помощью эфирной руки. Нужно выдвинуть вперед эфирную руку и точно так же, как и в случае с физической рукой, водить ею вниз и вверх, улавливая, в районе какой из чакр ощущается сильный энергетический поток. Обращаю ваше внимание на то, что в этом упражнении расстояние, на котором вы с партнером находитесь друг от друга, уже не играет роли, как в предыдущем. Более того, желательно даже время от времени менять это расстояние, становясь то дальше от партнера, то ближе к нему. Так, опять же, вы не привыкнете к какому-то одному расстоянию, а научитесь работать на любой дистанции от человека, и это вполне обоснованно, потому что у эфирных рук практически нет ограничений по расстоянию, а значит, вы можете эффективно диагностировать чакральную активность на самых разных дистанциях.

Теперь вы научились определять активные чакры других людей. Поверьте, мало что может сравниться с этим навыком по эффективности. Дело в том, что все те действия, которые мы можем совершить в рамках чакральных взаимодействий, возможны только в том случае, если мы знаем, с какой именно чакрой нам предстоит работать. В то же время, если мы уже умеем определять,

какая чакра активна, остальные умения не вызовут у нас никаких сложностей. Мы с легкостью сумеем и войти в резонанс с человеком, и перестроить его на нужную нам активность. Впрочем, мы несколько забегаем вперед: эти навыки нам еще предстоит освоить и разговор о них пойдет в следующих главах. Сейчас я хочу только отметить, что для всех этих умений навык определения активной чакры является основополагающим: без него никакое дальнейшее движение невозможно. В то же время от скорости и точности определения чакральной активности зависит и общая эффективность взаимодействия.

Если вы определите активную чакру неверно и начнете действовать исходя из ошибочных данных, например направлять энергетический поток не туда, куда надо, последствия этого могут быть самыми непредсказуемыми, вплоть до того, что вы можете добиться прямо противоположного результата. Например, вы хотели подстроиться под чакральную активность собеседника, но неправильно определили, какая чакра у него активна. Допустим, вы решили, что активна аджна, и начинаете открывать собственную аджна-чакру, подстраиваясь под энергетическую активность собеседника. Но если вы с самого начала были не правы и на самом деле у человека была активна вишудха, то может получиться так, что вы со своей активной аджной начнете транслировать агрессивность и активную устремленность на действие, а ваш собеседник, напротив, останется на расположенности к разговору. Между вами возникнет напряженность, а потом и взаимное раздражение от несовпадения чакральной активности. Но, надеюсь, вам такое недоразумение не грозит, ведь вы несколько раз проделали оба упражнения, с помощью физической, а потом и с помощью эфирной руки, и теперь уже не ошибетесь в определении активной чакры.

Впрочем, не лишне будет обратить ваше внимание еще на несколько тонкостей, связанных с определением активной чакры. Можно смело сказать, что это определение не является чем-то строго формальным и простым, вроде умения забивать гвозди. Быстро определить, какая чакра работает в данный момент, — это практически искусство, в котором важную роль играют все мельчайшие знания, умения и жизненный опыт. Ведь уметь определить чакру чаще всего нужно буквально за несколько секунд, и для выполнения этой задачи, что называется, все средства хороши.

Мы уже вели речь о том, что большую помощь нам может оказать в этом внимание человека. То есть по концентрации внимания нашего собеседника мы можем с некоторой долей приближения определять, какая чакра у него активна в данный момент. Но необходимо сказать и об обратном эффекте. Дело в том, что при активации чакры происходит активный выход энергии, будь то восходящий или нисходящий поток — неважно. Эта энергия наполняет собой, прежде всего, причакральную зону физического тела. Соответственно, мышцы тела начинают вести себя немного по-другому. Обычно мы даже не отдаем себе в этом отчета, так как заметить эти ощущения довольно сложно. Но на самом деле мы все-таки видим, как по-другому начинают двигаться мышцы лба и лица человека, когда у него работает аджна, и как несколько расширяются и как будто бы расслабляются мышцы шеи при работающей вишудхе. То же самое можно сказать и об анахате, манипуре и свадхистане. Описать и структурировать эти изменения практически невозможно: для этого нужно было бы написать отдельное исследование. К тому же у каждого человека эти изменения будут индивидуальны. И все же научиться замечать их можно: для этого нуж-

но только почаще тренироваться определять активные чакры и стараться замечать при этом, что происходит с людьми на мышечном уровне.

Тут, впрочем, возможна одна подсказка. Опять же имейте в виду, что активная чакра привлекает к себе внимание. У человека, который сознательно или бессознательно активировал ту или иную чакру, наиболее видны будут те части тела, которые к ней примыкают. Поэтому если вы, сами не зная почему, сосредоточены на лице своего собеседника, это может быть подсказкой о том, что у него активирована аджна. Если же вы вдруг ловите себя на том, что ваше внимание привлекает шея и верхняя часть груди человека, это может означать, что у него активирована вишудха, и так далее. Вы можете даже провести взгляд по всему телу снизу вверх и сверху вниз и отследить, как изменится фокус внимания в ваших глазах: характерное ощущение появится в тот момент, когда ваш взгляд будет направлен в сторону зоны, примыкающей к активированной чакре.

Неплохим вспомогательным инструментом при определении активной чакры является также подбор по ассоциации цвета и звука для человека. Здесь уже, правда, важнее не сиюминутное состояние, а общая привычка человека. Дело в том, что обычно люди, особенно те, чья чакральная активность бессознательна, в течение жизни привыкают работать на какой-либо одной чакре. Так, бывают люди с ярко выраженной аджна-активностью, а бывают такие, кто в основном использует свадхистану, и так далее. Мы еще поговорим об этом поподробнее, а пока хочется только отметить, что это не может не накладывать свой отпечаток на человека, то есть на его внешний вид и на тип его энергетики. Поэтому зачастую по подходящему для этого человека

цвету и звуку можно довольно точно определить, какая из его чакр доминирует.

Для того чтобы провести такую диагностику, достаточно перебрать цвета и звуки своего набора, того самого, который вы занесли в таблицу в прошлой главе. Правда, это не значит, что у другого человека будут те же самые, что и у вас, субъективные цвета и звуки: как раз обычно такого не бывает. Но дело в том, что ваше субъективное восприятие той или иной чакральной активности будет похоже как для ваших собственных чакр, так и для чакр других людей. То есть если вы воспринимаете свою аджну как красное, то с большой долей вероятности красной для вас будет и аджна вашего собеседника. Вот почему, перебрав цвета своего спектра и почувствовав, что один из цветов прочно ассоциируется с человеком, который с вами разговаривает, вы можете быть почти уверены, что доминирующей (или активной в данный момент) чакрой у него будет именно та чakra, для которой вы подбирали этот цвет для себя. То же самое можно проделать и со звуком.

Говоря более обобщенно, вы можете перебирать любые свои «якоря», будь то цвет, звук, эмоциональное состояние или что-то еще. Если какой-то из этих «якорей» начинает резонировать с вашим собеседником, значит, он работает на соответствующей этому «якорю» чакре.

Не менее полезными для вас могут оказаться и наблюдения за эмоциональным состоянием человека, а также за тем, чего он хочет в данный момент, к чему стремится. Скажем, проявление агрессии часто говорит об активности аджны, а проявление игривости и несерьезности может свидетельствовать о том, что работает свадхистана. Итак, проверьте еще раз свою таблицу и обратите внимание на ту графу, в которую мы записывали эмоциональное состояние и цели, свойственные

той или иной чакре. Эти самые эмоциональные состояния и будут для вас сигналами о работе или даже доминировании той или иной чакры у других людей.

Мы заканчиваем с определением чакральной активности. Теперь вам нужно только все больше и больше тренироваться в этом умении. Советую вам практиковать его как можно чаще. Вы можете делать это в компании знакомых людей. Проанализируйте чакральную активность тех людей, которых вы видите чаще других, — ваших близких, родственников, коллег и так далее. Это позволит вам лучше понять их. Пробуйте определять активную чакру в процессе общения. Скажем, вы встречаетесь с каким-то человеком и начинаете говорить с ним. Пусть вы пока еще не знаете, как влиять на человека через его чакры, не умеете сонастраиваться с ним или перенастраивать его нужным вам образом. Все равно — обязательно попробуйте определить его активную чакру. Чем лучше и быстрее вы научитесь это делать, тем проще для вас будут последующие шаги.

Определяйте активные чакры и у совершенно незнакомых людей. Например, вы можете делать это в транспорте или в очереди в магазине. Правда, в этих случаях вы чаще всего будете диагностировать аджну, хотя и не обязательно. Используйте разные методы. Конечно, пользоваться физической рукой для вас в этих случаях будет проблематично. Не делайте этого, если такой способ может вызвать у вас трудности. Пользуйтесь эфирной рукой, но все же не останавливайтесь только на ней. Вы должны приучить себя определять активность чакры комплексно, а не каким-то одним способом. Обращайте внимание и на то, на чем сосредоточен объект вашего наблюдения, и на то, какая часть его тела привлекает большую часть вашего внимания. Пробуйте также подбирать к человеку «якоря». Впоследствии, когда

вы научитесь входить в сонастройку с человеком, у вас появится и еще один способ. Вы сможете определять активность чакры по тому, насколько легко и быстро начнете резонировать с человеком, активировав определенную чакру. Впрочем, об этом речь впереди. Прежде чем учиться входить в сонастройку с другим человеком, нам нужно хотя бы немного познакомиться с теорией энергоинформационного резонанса.

Энергоинформационный резонанс

Вам могло, может быть, показаться, что в процессе наших занятий мы несколько отошли от той цели, которую ставили перед собой изначально, и даже от самой формулировки темы нашего семинара. Но на самом деле это совсем не так: с каждой страницей, с каждым упоминанием мы упорно продвигались по пути к заявленному ранее результату. Я позволю себе напомнить вам о том, о чем мы говорили в самом начале, потому что теперь мы уже вплотную приближаемся к главной теме нашего семинара. Итак, какую же задачу мы ставили себе с самого начала? Вспомните, как называется наш семинар: «Чакральные коммуникации». Уже в самом слове «коммуникация» содержится определенный смысл. Коммуникация может быть только между кем-то и кем-то: то есть для любой коммуникации нужно как минимум два человека. Коммуникация — это всегда взаимодействие людей, и нас, конечно, в этом взаимодействии прежде всего интересует аспект влияния.

Не случайно курс «Чакральные коммуникации» входит в программу «Влияние». Дело в том, что, как мы с вами увидим, именно чакральные коммуникации, то есть взаимодействие с помощью чакр, позволяют одним лю-

дям определенным образом влиять на других. Этот факт можно долго и упорно обосновывать теоретически. Мы сказали об этом несколько слов в самом начале семинара, и, я думаю, этого вполне достаточно. Ведь, в конце концов, этот вопрос интересует нас не с теоретической, а как раз наоборот, с сугубо практической стороны. А в этом смысле ничего доказывать не надо: то, о чем мы ведем речь, работает, и многие выпускники школы ДЭИР в своей повседневной жизни пользуются полученными приемами и навыками. Никто не обязан принимать на веру то, что предлагает вам ДЭИР, прежде чем вы все попробуете сами. Только после того, как вы на собственном опыте убедитесь, что наши программы работают, вы сможете в это поверить. Это предельно честно и очень удобно.

Итак, самое важное, чему мы хотим научиться, — это применять полученные знания на практике, чтобы быть успешнее, свободно осуществлять свои истинные желания и строить свою жизнь самому, а не под влиянием эгрегориальных программ. Программа «Влияние» как раз и нацелена на достижение таких результатов. Главное, чему мы хотим научиться, — это нужным нам образом влиять на других людей и в то же время понимать, когда мы сами подвергаемся чужому влиянию. Положение лидера среди людей всегда связано именно с этим качеством человека. Только когда человек может, что называется, заразить своим энтузиазмом, или, как часто говорят, направить энергию других людей в нужное русло.

Для нас эта метафора становится самым точным описанием процесса. Действительно, зачастую природные лидеры не задумываются о том, какую энергию и как они используют. Но наша с вами задача — научиться пользоваться энергией сознательно, а не стихийно, и

овладеть конкретными приемами воздействия на людей, чтобы занять в социуме то положение, которое нам нужно.

Вот для этого мы и овладеваем навыками работы с чакрами: чтобы научиться с помощью них воздействовать на людей. Но, скажете вы, до сих пор мы почти не занимались никакими коммуникациями. В основном мы пока изучали свои чакральные структуры и чакральные структуры других людей. Никакого воздействия мы еще не проводили. Это действительно так. Но, как вы понимаете, едва ли можно пользоваться чакрами, не зная, что это такое. И нельзя воздействовать на других людей, не узнав прежде всего, что из себя представляют ваши собственные чакры. Если вы когда-нибудь учились в автошколе и получали права, вы знаете, что прежде чем приступить к объяснениям того, как водить автомобиль, слушателям рассказывают о том, как устроен автомобиль, и о том, что, как и почему в нем работает. Это, как вы понимаете, делается неспроста.

Действительно, гораздо эффективнее и быстрее у нас получается водить автомобиль, когда мы знаем, какое колесико в нем крутится и зачем. То же самое происходит и с чакрами. Конечно, мы могли бы сразу попытаться проводить какие-то воздействия на людей, но едва ли добились бы в полной мере того результата, на который рассчитывали. Поэтому мы с вами подробно, не торопясь изучили свои собственные чакры и научились считывать чужую чакральную активность. Эти незаменимые умения позволяют нам осознанно и эффективно воздействовать на других. Более того, эти умения окажутся вам очень полезны и на других курсах школы ДЭИР. Очень многие курсы так или иначе затрагивают тему чакр, и, конечно же, умение пользоваться ими в полную силу увеличит эффективность изучения всех этих программ.

Теперь мы с вами переходим напрямик к коммуникативному воздействию на других людей. Следующим нашим упражнением будет попытка определить активную чакру другого человека (это вы уже умеете) и подстроиться под его резонанс. Но чтобы у вас получилось это упражнение и не возникло дополнительных сложностей, а потом каких-либо серьезных вопросов, нам нужно прежде всего определиться с несколькими теоретическими положениями, касающимися общей теории энергоинформационного резонанса.

Что такое резонанс, вы знаете. Он происходит, когда две находящиеся рядом вещи вибрируют с одинаковой частотой. Совершенно очевидно, что резонировать, то есть вибрировать с одинаковой частотой, могут только вещи, в некотором смысле похожие. Сложно представить себе резонирующие лист металла и кирпич или лист с дерева. Резонировать друг с другом будут два куска металла, два куска стекла и так далее. Люди в этом смысле относятся к группе скорее похожих, чем разных «предметов». При всех наших различиях — внутренних и внешних — и при том, что каждый человек является индивидуальностью, мы все же устроены приблизительно одинаково. Примерно похожи и вибрации людей. Причина этого кроется в свойствах центральных потоков, о которых мы сейчас не будем говорить подробно. А самое важное из того, что нам нужно сейчас отметить, — это то, что люди, при всей их похожести друг на друга, видят мир исключительно субъективно. При чем здесь нет ни мистики, ни сложной квантовой механики: на самом деле все очень просто.

Все прекрасно знают, как, например, устроен слух человека. Колебание молекул воздуха оказывает давление на барабанную перепонку внутреннего уха, и так далее... Но скажите, какова вероятность того, что два

человека, пусть даже они стоят рядом, испытывают абсолютно одинаковое молекулярное давление на уши, такое, чтобы на них давила одно и то же количество молекул и чтобы все они колебались на сто процентов одинаково? Теория вероятности говорит нам, что такое возможно с миллионными долями процента допущения. То есть на практике это невозможно. В действительности всегда, при любых обстоятельствах, количество молекул и их вибрация будут немного различаться. А значит, несколько различными будут и давление на барабанные перепонки, и звук, который слышат эти два человека. То есть, если говорить уже прямо, два человека никогда не услышат один и тот же звук. Даже если они стоят рядом и объективно слышат одно и то же, скажем, лопнувший воздушный шарик, звуки, которые услышат эти два человека, все же будут разными. То же самое можно сказать и о зрительном восприятии. Количество фотонов и частота их колебания никогда не будут одинаковы для двух разных людей. А значит, не будет одинаковой и картинка, которую они видят. Опять же, не будет одинаковым и количество молекул вещества, попадающих на слизистые оболочки носа и рта, а отсюда следует, что и восприятие запаха и вкуса также индивидуально. Все это убеждает нас в том, что так называемой объективной картины мира попросту не существует. Все, что мы видим, слышим и воспринимаем на вкус и запах, как и то, что мы ощущаем тактильно, — все это только то, что мы чувствуем лично. А другой человек, сколь бы он ни был нам близок, увидит, услышит и почувствует все несколько по-другому.

Это, если вдуматься, очень важный факт. Потому что вслед за его осознанием возникает другой вопрос: а где же в этом мире информация? Допустим, два человека ви-

дят футбольный мяч. Как мы уже знаем, они видят, в сущности, разные вещи. То есть объективно-то вещь, конечно, одна. Но воспринимают ее два разных человека по-разному, и появляются два разных восприятия, две разные картинки, два разных предмета в двух разных субъективных восприятиях. И тем не менее оба человека знают, что видят футбольный мяч, и никогда не ошибутся: никто, видя мяч, не скажет, что видит, допустим, яблоко.

Давайте же разберемся. Если два человека получают разные сигналы и на основе их формируют один и тот же вывод, это значит, что никакой информации в самих воспринимаемых вещах нет. Вот, собственно, важнейший вывод: объективный материальный мир не несет в себе никакой информации. Информацию формирует сам человек на основе полученных извне сигналов. Он, используя свой опыт, то есть уже имеющуюся информацию, формирует новую информацию о том, например, что тот предмет, который он видит сейчас перед собой, — это футбольный мяч.

Таким образом, никаких способов передать другому человеку информацию как таковую не существует. Передавать можно только какие-то носители, которые другой человек будет расшифровывать должным образом и на основе этой расшифровки создавать информацию для себя. Если говорить о тех способах передачи, о которых мы с вами говорили только что — о звуке, цвете и так далее, — мы увидим, как это работает. Допустим, нам нужно передать другому человеку информацию о том, что мы хотим завтра встретиться с ним в шесть часов вечера. Мы не можем передать эту информацию непосредственно, из сознания в сознание. Поэтому мы прибегаем к помощи речи. А что такое речь, как не определенным образом сформированный звук? То есть,

грубо говоря, произнося фразу: «Давайте встретимся завтра в шесть», мы создаем в воздухе определенные вибрации. Человек принимает эти вибрации на свои барабанные перепонки, считывает их длину и частоту и на основе полученных данных формирует для себя информацию о том, что мы хотим с ним встретиться завтра в такое-то время. Он делает это, исходя из своего опыта, то есть из знания речи и языка. Если же такого опыта у него нет — скажем, вы произнесли эту фразу по-японски, а ваш собеседник не удосужился в свое время выучить этот язык, и у него нет необходимого опыта, — он просто не поймет, чего вы от него хотите, то есть информация не будет им сформирована.

Можно было бы привести схожие примеры о том, как работает этот механизм в случае со зрительным восприятием, но, думаю, это не обязательно. Вы уже поняли принцип, а это самое главное. Гораздо важнее то, что пятью человеческими чувствами дело не ограничивается. Ведь носителями информации в мире могут быть не только молекулы и фотоны: то же самое можно сказать и об электромагнитных волнах, об инфракрасном и ультрафиолетовом излучении и наверняка о многих других вещах, о которых мы просто пока еще ничего точно не знаем. То же самое относится и к энергии центральных потоков, которая также служит носителем для информации. Такая информация формируется человеком не сознательно, а непосредственно в подсознании, и именно поэтому она интересует нас больше других. Таким прямым воздействием мы можем добиться наилучших результатов: это непосредственный путь к подсознанию другого человека. Поэтому чрезвычайно важно разобратся с этим поподробнее. Как вообще возможно сознательно передавать нужную информацию с помощью центральных потоков?

Тут выясняется одна очень интересная вещь. Оказывается, что, для того чтобы другой человек воспринял наши вибрации, мы должны под него подстроиться. Это единственный путь к тому, чтобы центральные потоки вошли в непосредственный контакт и стали теми носителями, из которых подсознание считает ту или иную информацию. Вот тут-то и появляется понятие резонанса. Энергетические структуры двух людей должны войти в резонанс, чтобы процесс обмена информацией (то есть ее носителями!) стал возможен.

Теперь у нас остался только один вопрос: каков механизм такого резонанса, как его добиться? Вот этим-то мы сейчас и займемся. Представьте себе, что перед вами находятся два камертона. Вы ударяете по одному из них, и он начинает звучать. Слышится чистая, ровная нота. Но если вы вдруг заставите этот камертон замолчать, допустим, прижав его пальцем, вы услышите, что второй камертон продолжает звучать на той же ноте. Это простейший опыт, который показывают всем школьникам на уроках физики. Но, как это обычно бывает, сделать из самых распространенных вещей и явлений необычные, нестандартные выводы люди боятся. А вывод тут очень простой. Если один человек настраивает вибрацию своих потоков определенным образом, другой волей-неволей воспринимает эту вибрацию, и сам в той или иной степени начинает так же вибрировать.

Что же для нас это значит практически? А вот что. Активация той или иной чакры всегда, как минимум, способствует активации этой же чакры у другого человека. Дело в том, что работающая чакра уже настраивает всю систему на конкретный тип вибрации. Человек начинает излучать определенную вибрацию, которая по принципу камертона старается подстроить чужую систему под себя.

И вот тут-то и происходит самое интересное. Когда вибрации двух людей начинают резонировать, они оба испытывают чувство комфорта. Связано это с тем, что их энергетические потоки усиливаются. И здесь опять же вполне уместна аналогия со звуком. Большое количество дополнительных резонаторов увеличивает силу звука. Именно поэтому, например, в оформлении интерьеров концертных залов и оперных театров обычно стараются использовать как можно больше дерева — это отличный резонатор, и в правильно построенном и оформленном с использованием дерева зале даже тихий звук будет слышен везде, вплоть до самых дальних уголков. Точно так же дело обстоит с человеческой энергетикой. Увеличение энергии и усиление центральных потоков приносит человеку чувство удовлетворения. На практике это выглядит так. Если два человека разговаривают и при этом у них работают разные чакры, им не очень приятно, некомфортно находиться рядом друг с другом: они никак не могут сойтись во мнении или же им просто скучно. Но вот один из них подстраивается под другого. И все тут же меняется! Он вдруг становится интересным своему собеседнику, а их разговор делается увлекательным, и они начинают понимать друг друга с полуслова. Вот этот эффект нам и надо научиться использовать в своих целях. Мы должны подстроиться под человека, чтобы общение с нами стало для него приятным и интересным.

Сейчас, проделав несколько простых упражнений, мы с вами почувствуем, как это происходит. Я бы хотел предложить вам предварять все упражнения, которые мы сейчас будем делать, небольшой «раскачкой»: другим небольшим упражнением. Вам нужно сесть (или встать) удобно, спокойно и расслабленно, сосредоточиться и почувствовать в себе сначала восходящий поток, потом

нисходящий, а потом оба потока вместе. Мы уже делали нечто подобное в начале семинара (и книги), так что вам не составит труда подробно вспомнить это упражнение. Итак после того, как вы сделали «раскачку», самое время попробовать подстроиться под чакральную активность другого человека.

Но для начала давайте просто проверим, как работает этот механизм. Вы должны будете попробовать его действие на себе. Поэтому сейчас вы будете просто пассивно наблюдать за действиями своего партнера и за автоматическими реакциями своей энергетической системы. И после того как вы почувствуете эти бессознательные реакции системы, в следующих упражнениях вам уже будет легче работать с ними активно.

Проверка лояльности чакральной структуры к чужой активности (упражнение)

Вам с партнером надо сесть (или встать) рядом, друг напротив друга. Вы должны быть расслабленны, но сосредоточены. Успокойтесь и отбросьте все лишние мысли. Теперь и вы, и ваш партнер должны войти в нулевое состояние. Почувствуйте, что вы как будто бы находитесь внутри замкнутой трубы, распределите свое внимание целиком и равномерно по всему телу, закройте все чакры и проследите, чтобы центральные потоки двигались еле-еле. Теперь один из вас (например, ваш партнер) должен активировать у себя какую-либо чакру и некоторое время удерживать ее в активном состоянии. Обычно бывает достаточно трех — пяти минут. А другой партнер (в данном случае вы) должен остаться в нулевом состоянии, стараясь удержать его и ничего не меняя. Через некоторое вре-

мя устойчивой работы чакры одного партнера чакральная структура другого, который остается в нулевом состоянии, начнет испытывать некоторое давление. Вы почувствуете, как какая-то из ваших чакр будет как бы просить, чтобы ее открыли, а потоки начнут вести себя по-другому, стараясь выплеснуться в определенной чакре. Старайтесь удерживать нулевое состояние, и через некоторое время вы с удивлением отметите, что делать это становится все труднее. А потом поменяйтесь с партнером ролями.

Вы видите, что наша чакральная структура сама стремится подстроиться под активность другого человека. При нулевом состоянии та ваша чакра, которая соответствует активной чакре партнера, начинает открываться. Это естественный момент, свойственный человеческой природе в целом. Ну а теперь давайте попробуем подстроиться под партнера уже активно, так, как нам и нужно будет делать в жизни.

Подстройка под чакральную активность другого человека (упражнение)

Встаньте или сядьте с партнером друг напротив друга: так, чтобы вам было удобно. Расслабьтесь и сосредоточьтесь. Начните непринужденный разговор. Вы можете говорить о чем угодно — о какой-нибудь книге или о фильме, об общих знакомых, если они у вас есть, или даже о политике — все равно. Теперь один из вас (заранее договоритесь, кто это будет) активирует какую-нибудь определенную чакру. Другой партнер должен определить, какая чакра активирована у собеседника, и активировать такую же чакру у себя. Продолжайте разговор с активированными

чакрами некоторое время, чтобы почувствовать, как изменилось ваше общение. Потом поменяйтесь ролями.

После того как вы закончите это упражнение, поделитесь друг с другом впечатлениями о том, что вы почувствовали. Думаю, вы отметите, что как только ваши чакры стали работать в резонансе, общаться вам стало намного легче и приятнее. Обратите внимание и на то, что и вы, и ваш партнер почувствовали прилив энергии, сил и радости. Если вы следили за поведением своих центральных потоков, вы могли заметить, что, в зависимости от того, какая чакра была активна, усилился соответственно либо восходящий (если это были аджна или вишудха), либо нисходящий (если это были манипура или свадхистана) поток. Если же это была анахата, то усиливаться должны были оба потока.

Теперь, чтобы почувствовать работу этого механизма на контрасте, давайте сделаем еще одно упражнение. На этот раз мы не будем подстраиваться под чужую вибрацию, а, напротив, начнем мешать ей тем, что активируем совсем другую чакру.

Искусственное противодействие чужой чакральной активности (упражнение)

Как и в предыдущих упражнениях, вы с партнером должны сесть или встать друг напротив друга, расслабиться и сосредоточиться. Снова заведите беседу (вы можете продолжить и тот разговор, который вели в предыдущем упражнении). Некоторое время поговорите просто так, не выполняя никаких заданий. Потом один из партнеров должен активировать какую-нибудь чакру и удерживать ее в

рабочем состоянии. Задача другого партнера — определить, какая чакра активна, и специально активировать у себя другую чакру. Причем желательно, чтобы это была не соседняя чакра, потому что вероятность сползания какого-нибудь из партнеров к чакральной активности другого партнера в процессе выполнения упражнения весьма велика. То есть если один участник упражнения активировал аджну, другой может активировать манипуру или свадхистану, и наоборот, если один из партнеров работает на свадхистане, другой может включить аджну или вишудху. Оба партнера должны удерживать свою активность и при этом продолжать разговор. Поговорив некоторое время, прекратите выполнение упражнения.

Что вы почувствовали? Поделитесь своими впечатлениями с партнером. Уверен, вы не могли не заметить того, что при разных активированных чакрах разговор не клеится, собеседник кажется вам неинтересным, вы даже можете почувствовать раздражение и желание прекратить беседу. Возможны даже случаи, когда люди начинают грубить друг другу. Так обычно бывает и в жизни: два человека общаются, но разговор у них не клеится, и они переходят на повышенные тона, потом ругаются, бранят друг друга и в конце концов расходятся, удивляясь, какой плохой человек попался им в собеседники. А затем, по прошествии некоторого времени, они могут снова встретиться и долго удивляться: что же это на них нашло в прошлый раз, как будто бес попутал... На самом же деле никакого беса не было: просто получилось так, что когда они встретились, их чакральная активность была резко противоположной, и при этом ни один, ни другой не пожелали подстроиться под собеседника. Обычно это происходит неосознанно, бессознательно, на уровне интуиции. Но мы-то с

вами для того и занимаемся изучением природы чакр, чтобы действовать строго сознательно и так, как нам это выгодно.

Трудно переоценить практическую ценность навыков, которые мы с вами только что освоили. Теперь вы способны, вступая в контакт с человеком и понимая, какая чакра у него работает, сделать так, что уже в течение буквально нескольких секунд вы станете привлекательными в глазах этого человека. А это, в сущности, уже и есть не что иное, как влияние. Вы сознательно формируете энергетический обмен между вами таким образом, чтобы изменить ситуацию в целом. То есть вы заставляете реальность измениться так, как это нужно вам. Делать это можно практически постоянно. Ведь вы каждый день сталкиваетесь с ситуациями, когда должны общаться с людьми. И почти каждый раз в подобных случаях вам от этих людей что-то надо. Человек, который ничего не знает о том, что основное, подспудное общение между людьми происходит на чакральном уровне, недоумевает: «Почему это он меня не понимает, я ведь так все доступно объясняю?» Или: «Почему меня не слушаются, я ведь начальник?» Теперь же вы, вооруженные знаниями о чакральных коммуникациях, сможете просто не попадать в подобные ситуации.

С каждым человеком можно общаться на его языке и в его энергетических вибрациях. Только тогда к вам придет истинное взаимопонимание и радость от общения. Обычному человеку редко удастся так совпасть с другим собеседником чакральными потоками. Как правило, такие моменты потом долго вспоминают: как мы тогда хорошо поговорили, какой он умный и приятный собеседник. Или, например, бывает так, что два человека, которые оба большую часть жизни проводят на одинаковой

чакре, общаются друг с другом с огромным удовольствием, — опять же, мы с вами теперь понимаем почему.

Трудно представить себе ситуацию, в которой не пригодился бы навык чакральной подстройки. Например, вам нужно провести деловые переговоры. Вы приходите на встречу и видите, что у вашего бизнес-партнера активна манипура. Он сосредоточен, готов все упорядочить, разложить по полочкам и обстоятельно объяснить. Может быть, он вообще, что называется, «по жизни» является манипурным человеком. А может быть, обычно у него активна вишудха, а вот сегодня почему-то манипура. Это неважно. Важно то, что вы видите высокую манипурную активность. Глупо было бы пытаться заболтать такого человека или попробовать его рассмешить, или начать работать на открытость и доверие, то есть действовать при помощи анахаты. Но достаточно открыть у себя манипуру — и вот вы со своим партнером уже резонируете. Он объясняет вам одно, вы ему — другое, он рисует вам схему, и вы ему тоже. У вас наступает полное взаимопонимание, вы договариваетесь обо всех делах, и ваш партнер потом рекомендует вас всем своим знакомым как умнейшего и очень хорошего человека.

Бывает и иначе: ваш партнер может прийти на встречу с активной свадхистаной. Он веселый, шутит, каламбурит и, кажется, готов к съемкам КВН, а не к деловым переговорам. На самом деле ничего подобного нет — просто у человека активна свадхистана, и вам не нужно пытаться заставить его что-то формулировать, подсчитывать или рисовать какие-нибудь схемы и графики. В такой ситуации нужно тоже переключиться на свадхистану, и тогда вам станет легко поддерживать веселое настроение партнера. Вы сможете рассказать анекдот и посмеяться. Ошибкой было бы думать, что в таком состоянии невозможно вести никакие, особенно деловые, перегово-

ры. Как раз наоборот, очень многие переговоры успешно ведутся с шутками и прибаутками. Веселое, игривое настроение не нужно путать с наплевательством на поставленные цели. Умелый переговорщик постоянно, каждую секунду, держит в голове свою цель, хотя внешне он может быть занят чем-то совсем другим — обсуждением погоды, цвета галстука или последних новостей. Включение свадхистаны не означает отключения головы. Поэтому в такой ситуации старайтесь не потерять сосредоточенность и помните: то, что вы делаете, — это всего лишь энергетическая подстройка, а не готовый результат переговоров. Именно в таком игривом состоянии вам нужно, как говорится, тянуть свою лямку.

Дело тут в том, что вы должны суметь сделать так, чтобы человеку было с вами приятно, — грубо говоря, сделать человеку хорошо. И самый простой и прямой путь сделать это заключается в том, чтобы подстроиться под его чакральную активность. У хорошо натренированного и опытного человека это занимает от тридцати секунд до минуты. У вас первое время может получаться и дольше. Но ничего страшного — главное, когда вы почувствуете, что добились своего, и ваш собеседник почувствовал удовольствие от общения с вами, не останавливайтесь на этом. Иначе вы рискуете просто приятно провести время, а ваши задачи так и останутся невыполненными. Чакральной подстройкой вы создаете вокруг себя благоприятную атмосферу, среду, в которой вам нужно начинать работать. Другое дело, что работа в такой атмосфере уже пойдет очень легко, но ведь вы этого и добивались, верно? К тому же процесс этот не однонаправленный. Вы не просто «делаете хорошо» другому человеку, вы также увеличиваете и свою энергетику, а значит, вам тоже становится хорошо. Вы вместе с собеседником чувствуете прилив энергии, вам обоим комфортно.

Умение добиться такого состояния, то есть быстро достичь чакрального резонанса, — это практически искусство. Не думайте, что, освоив только те упражнения, которые вы делали в этой и в предыдущих главах, вы сразу научитесь мгновенно и идеальным образом подстраиваться под другого человека. Вам нужно будет еще не один раз попробовать это сделать, еще много раз попрактиковаться. В искусстве подстройки слишком много факторов одновременно играют важную роль. Поэтому невозможно рационализировать этот процесс полностью. Всегда останется что-то неучтенное, что-то, чего никак не получается объяснить и что можно только почувствовать на себе, на своем опыте.

Поэтому, прежде всего, вам нужно как можно больше практиковаться. Старайтесь как можно чаще подстраиваться под других людей. Сколь бы незначительной ни казалась вам какая-либо встреча и какой-либо конкретный человек, все равно постарайтесь подстроиться под него. Это увеличит ваш личный опыт, а значит, и ваше умение, которое будет незаменимо уже в другой, более важной ситуации.

По мере того как вы будете овладевать искусством подстройки, вы почувствуете, как весь комплекс навыков, которые мы с вами освоили, сливается для вас как бы в одно умение. Именно это я и имел в виду, когда говорил, что со временем для вас появится еще один способ определять активную чакру другого человека. Когда вы открываете свою чакру — ту же, которая работает у вашего собеседника, — и ваши с ним потоки начинают резонировать, это среди всего прочего значит и то, что вы верно выяснили, какая чакра активна у находящегося рядом с вами человека. И наоборот: если вы, вычислив активную чакру собеседника, включили соответствующую чакру у себя, а резонанс не возник, это значит

только то, что вы изначально неверно вычислили чакру. В таком случае вам нужно вернуться на шаг назад и повторить все с самого начала, стараясь понять, какая чакра работает у другого человека на самом деле. Но во всяком случае, если резонанс есть, значит, активность определена верно, и это тоже можно считать способом определения рабочей чакры.

Мы с вами уже говорили, что нужно делать в случаях, когда необходимо подстроиться под тех, у кого активны манипура или свадхистана. Давайте пару слов скажем и о других возможных вариантах.

Может случиться и так, что человек, с которым вам нужно будет наладить контакт, окажется анахатным. Здесь для вас тоже нет никаких проблем: вы включаете анахату, и определяющими характеристиками для вашего общения станут не деловитость и не игривость, а открытость. Открытость, к сожалению, вообще встречается редко, а особенно в нашем примере, то есть в случае с деловыми переговорами. Тем не менее бывает и такое. Вспомните — вам наверняка знаком этот особый доверительный тон, эта атмосфера искренности! Иногда люди потом даже удивляются: «Как это так получилось, незнакомый, в общем-то, человек, а я с ним так разоткровенничался?» Не надо этого бояться: наоборот, чем более доверительным будет ваше общение, тем эффективнее вы решите поставленные перед собой задачи.

Активность вишудхи характеризуется потоком слов — для человека становятся очень важны прежде всего слова, голос или мелодия. Поэтому, когда при встрече с человеком, у которого активна эта чакра, вы также активируете вишудху, вас тоже потянет на разговоры, и это естественно. Со стороны кому-то, особенно манипурному человеку, может показаться, что вы

просто болтаете, ведь для него важно все осмыслить и посчитать, а слова кажутся ему неважными. Но на самом деле, если два человека резонируют на вишудхе, важна не информация, которой они обмениваются, а энергетические потоки, которые многократно усиливаются у обоих. Они общаются именно на энергетическом уровне, а не на уровне фактов. Так, очень часто болтовня двух подружек, которые могут часами «щебетать» ни о чем, кажется бессмысленной — вот это тот самый случай. Человек, которому их общение кажется бессмысленным, опять-таки, скорее всего, окажется манипурным. А для людей с активной вишудхой нет ничего более важного, чем слова и звуки. Не забывайте об этом, когда стараетесь подстроиться под человека с активной вишудхой.

Определенные трудности возникают, когда у человека, с которым вы сталкиваетесь, работает аджна. Конечно, далеко не всегда активность аджны означает агрессию, но все-таки это бывает довольно часто. Справиться с чужой агрессией весьма сложно. Важно сделать так, чтобы эта агрессия не была направлена против вас, а в этом вам поможет все та же подстройка. В такой ситуации лучше постараться войти в уже существующую «агрессивную волну». Скажем, вы встречаете человека, который чем-то раздражен и на кого-то ругается: «Да пошли они все...» Вот тут-то вам и нужно, активировав свою аджну, начинать работать в те же ворота. Поддакните ему: «Да все они такие...» И вот — вы для него уже свой человек и вызываете симпатию. После этого можно будет попытаться несколько повлиять на чакральную активность человека, чтобы изменить его настрой, и переключить его в конечном итоге на другую чакру. Здесь, впрочем, мы уже вплотную приближаемся к теме следующей главы.

ВОЛЕВАЯ АКТИВАЦИЯ ЧАКР У ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА

Переключение активности другого человека

Возможности чакральных коммуникаций, конечно, далеко не исчерпываются подстройкой, или, говоря иначе, сонастройкой. Безусловно, это очень полезный инструмент — он практически незаменим, когда нам нужно встроиться в уже существующую ситуацию и найти в ней свое место. Но ведь далеко не всегда бывает так, что нас полностью устраивает текущая ситуация, верно?

Скажем, вы — начальник, и вам нужно, чтобы ваши подчиненные пораскинули мозгами и решили какие-то насущные задачи, то есть сосредоточились и подумали. Вы приходите на работу, а весь ваш офис гудит, как улей: все шутят, у всех игривое, нерабочее настроение, и кругом слышны анекдоты и заигрывания. Нерабочая обстановка, не правда ли? А вам нужно, чтобы все работали. Встраиваться в такую ситуацию будет бесполезно — ну и что с того, что вы тоже начнете шутить и станете для подчиненных «своим в доску»? Доверие их вы, конечно, заработаете, и репутация ваша как хорошего начальника увеличится. Но ведь главное-то, работа останется невыполненной! И какой вы тогда начальник, если нахо-

дитесь в хороших отношениях с коллективом, который не выполняет поставленных задач? Вопрос риторический.

Это только одна ситуация, вообще же таких или подобных случаев может быть очень много. Кто-то из встретившихся вам людей будет излишне агрессивен, и его потребуется успокоить, кто-то станет слишком много болтать, и его понадобится настроить на выполнение определенной задачи. В другой ситуации вам может захотеться искренних отношений с человеком, а в другой, наоборот, более игровых, несерьезных... Во всех этих случаях есть только один рецепт — вы должны повлиять на чакральную активность другого человека таким образом, чтобы он сменил рабочую чакру.

Это уже и есть собственно манипуляция чужой энергетикой. Если до сих пор все, что мы делали, относилось только к нашей энергетике и нашим чакрам, то теперь мы будем воздействовать на чужую структуру, причем воздействовать напрямую, а не опосредованно. Сделать это, конечно, не так просто, но и не слишком сложно. Техника, которой мы для этого пользуемся, называется «коммуникативное ведение». Дело тут вот в чем. После того как у вас с вашим собеседником сложится хорошая чакральная коммуникация, появится сильный резонанс и начнется прилив энергии, вам может показаться, что это — идеальное состояние. С этого состояния очень сложно, а главное, очень не хочется «сползть». Зачем нам искать что-то другое, если нам и так комфортно, правда? Но допустим, что эта ситуация по тем или иным внешним причинам вас не устраивает: вам нужен контакт с этим человеком на уровне другой чакры. А значит, волей-неволей вам придется слезть с той чакры, на которой вы сейчас контактируете. Да, с одной стороны, этому сопротивляется вся структура — и ваша, и вашего партнера, но с другой — у вас есть

реальные способы помочь чакрам перестроиться нужным вам образом.

То, что вы можете сделать, основывается на принципе, согласно которому человеку легче перестраиваться на ту чакру, чье положение соответствует превалирующему центральному потоку. На практике это выглядит очень просто. Допустим, у человека работает аджна. Он настроен по-волевому и, может быть, немного агрессивно, а вам, исходя из ситуации, необходимо, чтобы у него была активна манипура. Скажем, вам нужно, чтобы он что-то просчитал или над чем-то подумал. Так вот, переключиться на манипуру с аджны ему будет гораздо легче, если у него будет сильный нисходящий поток.

Обратная ситуация: предположим, у человека активна анахата, а вам нужно, чтобы у него работала аджна. Он настроен на искренний, доверительный разговор, он открыт и готов поделиться с вами своими переживаниями, но в данный момент вам нужно, чтобы этот человек занялся делом, шел к своей цели и, может быть, был даже несколько агрессивен в ее достижении. Переключить такого человека с анахаты на аджну будет тем легче, чем сильнее у него будет восходящий поток.

О том, как увеличить у другого человека восходящий или нисходящий поток, мы с вами еще поговорим. Сейчас же я хотел бы отметить, что увеличение потока — это только помощь в переключении чакры, но еще не само переключение. Давайте теперь вернемся к тому, о чем я говорил в начале главы. Когда у вас установлен хороший контакт с кем-нибудь, вам обоим жалко его терять, и вашему собеседнику хочется остаться с вами на одной волне, чтобы продолжить столь приятный разговор. Именно поэтому, когда вы переключаетесь на другую чакру, то есть сознательно нарушаете достигнутую гармонию,

ваше общение разлаживается, а взаимопонимание теряется. В результате у вашего собеседника возникает желание восстановить утраченное взаимопонимание и вернуться к комфортному состоянию приятного общения. И получается, что самым простым способом снова достичь нужного состояния для него будет переключение на ту же чакру, на которую перешли вы.

Конечно, у абсолютного большинства людей это произойдет бессознательно: они не будут задумываться о том, почему разговор вдруг увял и какую чакру им надо теперь включить. Человек просто почувствует легкий дискомфорт, а потом что-то случится, и разговор пойдет уже по-новому, но не менее приятно. Именно для этого момента и нужен навык увеличения силы центрального потока у другого человека: с его помощью вы как бы подтолкнете собеседника на верную дорогу, а он уж дальше сам включит нужную вам чакру.

Существует и более прямой способ воздействия на чакральную структуру. Позже мы его тоже обсудим и научимся им пользоваться. И все же этот первый способ — когда вы только подталкиваете человека к нужной вам чакре, а включает он ее сам — во многих ситуациях гораздо более удобен, и поэтому им надо обязательно уметь пользоваться.

Итак, прежде чем пытаться «переключать» человека, нам с вами нужно научиться усиливать центральные потоки у других людей. Механизм этого действия не так уж и сложен. Смысл его в том, чтобы создать излишек восходящего потока в свадхистане человека или нисходящего потока в его аджне — в зависимости от того, что нам нужно. А усиливать поток можно только за счет энергии, которую мы возьмем из всегда доступного нам источника — собственных центральных потоков. Значит, для того чтобы усилить восходящий поток

своего партнера, нам нужно направить в его свадхистану свой восходящий поток, а для того чтобы усилить нисходящий, мы опять-таки должны направить свой нисходящий поток в его аджну. Как видите, ничего сверхъестественного в этом нет: это, в общем-то, простая логика.

Существует еще одно дополнение для этого действия. Мы можем усилить его эффект перетягиванием к себе энергии с противоположного конца. Скажем, мы сбрасываем свой восходящий поток в свадхистану нашего партнера: соответственно, его восходящий поток усиливается. Но если мы при этом будем еще и тянуть его же восходящий поток из аджны к себе в свадхистану, интенсивность и сила его восходящего потока за счет такой «восьмерки» возрастут особенно резко и многократно. Это естественно: точно так же тележка движется быстрее, если ее не просто толкают сзади, но еще и тянут спереди. Но у этого несомненно привлекательного способа есть один существенный недостаток. Речь идет об опасности, которую он в себе несет. Дело в том, что когда вы выбрасываете свою энергию — это не страшно, но когда вы засасываете чужую, да еще таким мощным потоком, всегда есть шанс вместе с энергией втянуть в себя что-то нежелательное. Потому что люди с абсолютно чистой энергетикой встречаются очень редко. Впрочем, конечно, по скорости этот способ выигрывает с большим отрывом. Так что я бы рекомендовал вам научиться пользоваться «восьмеркой», но не прибегать к ней никогда, кроме самых экстренных случаев, когда скорость будет для вас важнее всего остального. Сейчас, когда мы будем выполнять упражнение, мы сначала попробуем простой метод — метод сбрасывания энергии, а потом попробуем сделать то же самое с применением «восьмерки». Ну что ж, давайте начнем?

Усиление восходящего потока другого человека (упражнение)

Встаньте или сядьте друг напротив друга в удобной позе, расслабьте, насколько это возможно, тело и сосредоточьтесь, отбросив все посторонние мысли. Сейчас один из вас будет активным лицом, а другой — пассивным. Потом вы поменяетесь ролями. Тот партнер, который в данный момент ничего не делает, пусть наблюдает за тем, что с ним происходит, и запоминает возникающие при этом ощущения.

Ему надо почувствовать свои центральные потоки — как они проходят сквозь него, пронизывая его насквозь, — и немного задержаться на этом ощущении. Теперь активный партнер должен направить свой восходящий поток из собственной аджны в свадхистану пассивного партнера. Его задача — почувствовать, как его восходящий поток мощно выходит из аджны, и еще больше усилить это ощущение, а затем волевым усилием направить поток вниз, к свадхистане партнера. Дальше надо поддержать поток в этом состоянии некоторое время.

Поделитесь с партнером впечатлениями, пусть он расскажет вам, что почувствовал он, усилился ли у него восходящий поток. Расскажите ему, насколько легко удалось вам направить свой восходящий поток вниз. Поменяйтесь ролями, теперь вы будете пассивным наблюдателем, а ваш партнер будет сбрасывать энергию своего восходящего потока в вашу свадхистану. Опять же, после того как закончите упражнение, поделитесь впечатлениями.

Теперь попробуем сделать обратную вещь: усилить нисходящий поток партнера.

Усиление нисходящего потока (упражнение)

Встаньте или сядьте друг напротив друга, расслабьтесь и сосредоточьтесь. Ощутите мощное движение своих центральных потоков и почувствуйте себя бисеринкой на этих двух ниточках. Теперь активный партнер должен ощутить, как его нисходящий поток выходит из свадхистаны и направляется вниз, к земле, некоторое время поддержать это ощущение, а потом волевым усилием направить нисходящий поток вверх, в аджну пассивного партнера и снова несколько минут поддержать это усилие. Закончите упражнение.

Поделитесь с партнером впечатлениями: расскажите друг другу, что вы чувствовали и насколько легко вам далось это упражнение. Затем поменяйтесь ролями, и если вы только что были активным партнером, то теперь просто наблюдайте за тем, что происходит с вашими потоками, когда ваш товарищ вбрасывает свой нисходящий поток в вашу аджну.

Итак, мы с вами попробовали воздействовать на центральные потоки другого человека и наблюдали, что происходит с нашими потоками, когда они подвергаются такому воздействию. Теперь давайте попробуем усилить эффект с помощью «восьмерки».

«Восьмерка». Усиление воздействия на центральные потоки другого человека (упражнение)

Как и в предыдущих упражнениях, сядьте или встаньте друг напротив друга, расслабьтесь и сосредоточьтесь.

Ощувив центральные потоки и немного подержав ощущение их мощного движения, направьте свой восходящий поток из своей аджны в свадхистану партнера. Некоторое время поддержите это волевое усилие, а затем, не бросая его, ощутите аджну партнера и потяните оттуда энергию восходящего потока к себе в свадхистану. Почувствуйте, как усиливается ваш собственный восходящий поток, когда вы это делаете.

Так же как и в предыдущем упражнении, поменяйтесь ролями, а потом поменяйте потоки: то есть теперь вы будете направлять свой нисходящий поток в аджну партнера и тянуть энергию из его свадхистаны своей аджной. После этого тоже поменяйтесь ролями, как и в прошлый раз.

Как видите, ничего особенно сложного в этом нет. Даже если у вас ничего не вышло с первого раза, не расстраивайтесь: все обязательно получится со второго или третьего.

Вот вы и сделали первый шаг на пути к тому, чтобы воздействовать на чакральную структуру другого человека и заставить его активировать ту чакру, которая вам нужна.

В следующем упражнении мы будем делать практически то же самое, но с небольшим дополнением, которое и приведет к желаемому результату. Усиление чужого центрального потока — это как бы вспомогательный инструмент, с помощью которого мы «помогаем» человеку переключиться на другую чакру. Переключиться же он должен сам, потому что человеку свойственно стремиться оставаться в комфортном положении, раз уж он его достиг.

Коммуникативное ведение *(упражнение)*

Встаньте или сядьте друг напротив друга, расслабьтесь и сосредоточьтесь. Во время упражнения ведите непринужденную беседу о чем-нибудь незначительном, например о погоде, о новостях или о чем-то еще. Один из вас — пассивный партнер — активирует у себя какую-либо чакру и держит ее в активном состоянии. Вы должны определить, какая чакра у него активна, и подстроиться под него. Поддержите немного это ощущение и почувствуйте, как легко и приятно вам общаться. Предположим, что активная чакра — манипура. Теперь вы должны переключить партнера с нее на вишудху. Для этого начните усиливать у него восходящий поток. Сбрасывайте энергию своего восходящего потока из своей аджны в его свадхистану и держите это усилие некоторое время, чтобы восходящий поток партнера успел «разогнаться». А теперь — самое главное — выключайте ту чакру, которая работает у вас в данный момент, то есть манипуру, и включайте свою вишудху. При этом продолжайте усиливать восходящий поток партнера. Через некоторое время вы увидите, что партнер тоже переключился на вишудху.

И вновь расскажите друг другу о своих ощущениях. А затем снова поменяйтесь ролями, активируйте другие чакры и в зависимости от этого начните усиливать либо восходящий, либо нисходящий потоки. Пусть каждый из вас попробует несколько вариантов — переключать партнера с нижних чакр на верхние и с верхних на нижние. Поэкспериментируйте с «восьмеркой». Каждый раз после выполнения упражнения делитесь впечатлениями и приступайте к следующему этапу. Не забывайте и о разговоре, который вы вели, — продолжайте его. Сразу пре-

дупреждаю, что с первого раза у вас может не получиться переключить своего партнера. Но это не повод расстраиваться, а причина для того, чтобы попробовать еще раз. Попытайтесь выполнить предыдущее упражнение по усилению потоков еще несколько раз, попереключайте свои чакры, а потом снова попробуйте соединить и то и другое — переключить с одной чакры на другую постороннего человека.

Мы рассмотрели первый способ активного воздействия на чакральную структуру другого человека. Вы уже ощутили на собственном опыте, что этот способ характеризуется тем, что, в сущности, вы просто создаете наиболее благоприятные условия для того, чтобы ваш партнер сам переключился с чакры на чакру. Он делает это потому, что хочет продолжить приятное общение в комфортной ситуации. В этом случае ваше воздействие строго опосредованно: вы только подталкиваете человека к тому, чтобы он сделал то, что вам надо.

Однако возможно и такое воздействие, когда вы активно и сознательно, напрямую воздействуете на чакральную структуру другого человека и сами переключаете его рабочие чакры. Основывается этот способ на одном простом факте. Дело в том, что любая активная чакра создает в эфирном теле разность энергетических потенциалов. Вы уже знаете, что активность чакры означает выплеск из нее энергии. Активная аджна выбрасывает восходящий поток вверх, и вы можете направлять его по своему желанию, как, например, в предыдущем нашем упражнении, когда вы сбрасывали энергию восходящего потока в свадхистану партнера. То же самое происходит и с нисходящим потоком. Он мощной волной выходит из свадхистаны, направляясь вниз, и его опять же можно направлять куда угодно уси-

лием воли. В точности то же самое происходит и с другими чакрами.

Но тут появляется один любопытный момент. По мере того как энергия направляется туда, куда мы ее отправили, она рассеивается. Этот эффект будет зависеть, конечно, и от силы самого потока, и от напряженности нашего усилия, и от многих других вещей. Но в большей или меньшей степени он будет присутствовать всегда. Вспомните, как рассеивается свет, направленный в темноту из фонарика. Сколь бы ни была сильна лампа, все равно на определенном расстоянии от источника света его луч будет уже не таким тонким и более рассеянным, а его края — не настолько четко очерченными. Примерно то же самое происходит и с потоком энергии. В этом и заключается причина того явления, которое мы называем разностью потенциалов. В области, примыкающей к чакре, скапливается большое количество энергии, которая рассеивается по мере удаления от чакры. Сейчас мы с вами попробуем почувствовать это на себе, чтобы сразу снять все вопросы. Ведь всегда лучше «пощупать» то, о чем идет речь, чтобы понять, что это.

Ощущение разности потенциалов в зоне чакральной активности (упражнение)

Это упражнение можно делать в одиночку. Сядьте или встаньте ровно, расслабьтесь, сосредоточьтесь и отбросьте все посторонние мысли. Сделайте несколько ровных и достаточно глубоких вдохов и выдохов. Теперь войдите в нулевое состояние. Почувствуйте полную рассредоточенность внимания по всему телу, как будто вы находитесь внутри замкнутой трубы, в состоянии покоя и некоторой

притупленности триггерных ощущений. Теперь активируйте какую-нибудь чакру, например аджну, и держите ее в открытом состоянии. Сосредоточьте свое внимание на том, что вы чувствуете в своем теле в зоне, примыкающей к аджне. Подержите это ощущение некоторое время и запомните его, а потом закройте аджну и включите другую чакру. Так попеременно включайте разные чакры и запоминайте возникающие при этом ощущения.

Что ж, теперь самое время обсудить то, что вы запомнили. Вы, вероятно, обратили внимание на то, что при активации аджны голову в районе затылка как будто прихватывает обручем, и даже кожа головы может немного подтягиваться, как будто от холода. Когда активируется вишудха, похожее ощущение возникает в районе шеи — словно бы какой-то воротник ложится на шею сзади, прижимаясь к позвонкам. Нечто похожее происходит и в случае с анахатой на спине: нам сразу хочется распрямить спину и свести лопатки. Когда же активируются нижние чакры — манипура и свадхистана, — что-то как будто бы заставляет нас выпрямить поясницу, и у нас появляется особое ощущение в нижнем отделе позвоночника.

До сих пор мы с вами сосредоточивались на пассивных ощущениях нашего физического тела. Вы уже поняли, что эта разность потенциалов ощущается как энергетический сгусток, появляющийся в примыкающем к чакре районе. Однако оказывается, что этот энергетический сгусток можно даже пощупать. Только, конечно, сделать это можно не физической рукой, а эфирной.

Для этого сядьте или встаньте ровно, расслабьтесь, сосредоточьтесь и успокойте дыхание. Войдите в нулевое состояние и активируйте какую-нибудь чакру. Ощутите, как и в прошлый раз, разность потенциалов в ок-

ружающей эту чакру области. А теперь исследуйте этот сгусток своей эфирной рукой (можно пользоваться и двумя эфирными руками), почувствуйте его тепло и особое свечение.

Думаю, теперь у вас не осталось вопросов относительно того, что такое разность потенциалов: она отлично ощущается на практике с помощью эфирной руки. Но у вас наверняка есть другой вопрос — как можно использовать это явление? Может ли сгусток, который мы только что нащупали, помочь нам в решении наших задач? Оказывается, может. На самом деле, с помощью этого явления можно переключать чакры, воздействуя непосредственно на энергетические потоки. До сих пор мы переключали свои собственные чакры, закрывая одну и открывая другую. Теперь же мы научимся делать это несколько быстрее с помощью открытой нами разности потенциалов.

Переключение активной чакры (упражнение)

Сядьте или встаньте поудобнее, расслабьтесь и сосредоточьтесь. Выровняйте дыхание и отбросьте посторонние мысли. Войдите в нулевое состояние и активируйте какую-нибудь чакру, например аджну. Ощутите, как вашу голову словно бы охватывает обруч, и потянитесь эфирными руками к сгустку энергии за вашей макушкой. Ощутите упругость и тепло этого сгустка. А теперь эфирными руками просто потяните этот сгусток и заставьте его переместиться ниже, в район вишудхи. Не торопитесь, пусть в первый раз это будет сделано медленно: главное — сохранить при этом четкость ощущений. Как только сгусток начнет

двигаться вниз, вы сразу почувствуете, что что-то изменилось. Восходящему потоку будет уже не так комфортно выходить из аджны, и его интенсивность несколько убавится. И по мере того как вы будете двигать сгусток энергии в сторону шеи, восходящий поток будет все больше ослабевать, а аджна — закрываться, и в конце концов вы обнаружите, что ваша аджна больше не работает, зато, наоборот, у вас начала открываться вишудха. В конце упражнения у вас уже в полную силу заработает вишудха, и разность потенциалов будет ощущаться там, где вы ее оставили, — в районе шеи.

Позэкспериментируйте с этим упражнением. Попереключайте чакры — с вишудхи на анахату, с анахаты на манипуру, с манипуры на свадхистану, а потом точно так же «пройдитесь по чакрам» обратно. Не пытайтесь пока «перескакивать» через чакру, скажем, переключаться с аджны на анахату. Позже вы, может быть, и будете так делать, но для первого времени вам нужно научиться переключаться хорошо, качественно, а для этого легче «переходить» на соседнюю чакру.

Как видите, здесь, в сущности, тоже нет ничего очень сложного. Так, небольшими шажками мы с вами подвигаемся к тому, чтобы научиться активно воздействовать на чакральную структуру другого человека и непосредственно включать в человеке нужную нам чакру. Нам осталось сделать совсем немного — ощутить тот же энергетический сгусток, который мы ощущали у себя, у другого человека, и точно так же его перемещать. Это совсем не сложно, и, прежде всего, потому, что в целом энергетическая природа людей похожа. И хотя у другого человека этот сгусток, возможно, будет ощущаться несколько по-иному, скажем, у него будет другая степень упругости или еще какие-то отличия в раз-

ных мелочах, но главное — этот сгусток есть, если у человека открыта какая-нибудь чакра. Он будет неизменно появляться у всех людей. Итак, давайте попробуем с ним поработать: думаю, это не покажется вам сложным. В сущности, это не труднее, чем то, что мы только что делали. По большому счету, разница невелика — перемещать эфирными руками что-то в своем эфирном теле или в чужом.

Переключение активной чакры у другого человека (упражнение)

Это упражнение уже нужно делать в паре. Встаньте с вашим партнером друг напротив друга ровно или сядьте, но опять же с прямыми спинами. Расслабьте тело, избавьте его от лишних напряжений, сосредоточьтесь, отбросьте посторонние мысли и сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов, успокоив таким образом дыхание. Теперь один из партнеров, тот, который будет в этом случае пассивным, пусть активизирует какую-либо чакру. Второй партнер (активный) должен будет определить его чакральную активность. После того как он определит, какая чакра активна у его партнера, ему надо будет протянуть свои эфирные руки и нащупать у партнера энергетический сгусток. Предположим, вы определили, что ваш партнер активировал манипуру. Почувствуйте упругое напряжение энергии со стороны его спины на высоте солнечного сплетения и подержите его, запоминая свои ощущения. А теперь вам нужно перетащить этот сгусток либо вверх, либо вниз. Допустим, вы хотите переключить человека на анахату. Тогда тащите сгусток вверх, на уровень середины груди вашего партнера. Делайте это без суеты, но и

не слишком «тормозя». Когда вы перетащите сгусток, некоторое время поддержите его в этом положении, пока не почувствуете, что нужная вам чакра открылась. Тогда вы можете отпустить энергетический сгусток и закончить упражнение.

Попробуйте выполнять это упражнение в разных вариантах, переключая партнера с одной чакры на другую. Потом, когда ваш партнер сам будет переключать ваши чакры, прислушайтесь к своим ощущениям и запомните их. По мере того как это у вас будет получаться все лучше и лучше, вы можете дополнить данное упражнение непринужденной беседой. Можете говорить с партнером о чем угодно: о погоде, о новостях, о спорте — это не важно. Главное, чтобы у вас получалось одновременно и говорить, не теряя нити разговора, и действовать, переключая человека на нужную вам чакру.

Как вы понимаете, использовать этот навык можно в любой ситуации, вне зависимости от расстояния между людьми, потому что эфирные руки можно растянуть на любую длину. Но главное удобство этого способа состоит, пожалуй, не в этом, а в том, что, поскольку вы воздействуете на энергетическую структуру другого человека непосредственно, эффект достигается быстрее. То есть если в первом способе мы как бы подталкивали систему другого человека к тому, чтобы она сама сделала то, что нам надо, то здесь мы просто делаем это самостоятельно. Это несколько более агрессивно, но зато и более быстро и надежно, особенно в случае, когда переключить человека на новую чакру надо как можно скорее.

Во всяком случае, у вас теперь есть на вооружении два способа переключить другого человека на нужную вам чакру. Кто-то выбирает для себя один из способов

и пользуется преимущественно им, а кто-то старается пользоваться ими попеременно, а кто-то четко определяет для себя, в каких ситуациях он будет пользоваться «подталкивающим» переключением, а в каких — переключением с помощью эфирных рук. Может быть, вы будете, например, использовать один способ для одних людей и другой для других.

Не секрет, что первый, подталкивающий, способ работает в полной мере только тогда, когда воля того, кто переключает чакру, сильнее воли того, у кого их переключают. Дело здесь вот в чем. Мы уже говорили с вами о том, что ведомый партнер переключается на нужную нам чакру потому, что не захочет выходить из комфортной ситуации. С его стороны это выглядит так: вот идет разговор, приятный, значительный и умный, с хорошим и приятным человеком. Вдруг что-то меняется и ему становится некомфортно и скучно, и полного понимания уже нет. В общем, все стало плохо. Но одновременно что-то как будто подталкивает его, и он бессознательно начинает движение внутри своей энергетической системы и вдруг словно бы западает в определенную чакру. Он чувствует, что восстановилось прежнее понимание и легкость общения, — словом, ему снова стало хорошо. Однако все это работает, если человек, почувствовав что-то неладное, сам примется искать, как бы сделать лучше. Но ведь может быть и так, что человек, почувствовав, что вы уходите на другую чакру, даже бессознательно, не отдавая себе в этом отчета, будет стараться вернуть вас на свою и, наоборот, усилит давление потока через собственную чакру.

В такой ситуации «побеждает» обычно тот, кто действует более напористо, тот, чья воля сильнее в данный момент. И в любом случае такая борьба даже сама по себе может быть отрицательным фактором. Скажем, у вас

может просто не быть времени на такую борьбу. Или это может вылиться в конфликт, который для вас очень нежелателен. То есть это прямое столкновение, в которое мудрый человек вступает только в самом крайнем случае. Поэтому если вы подозреваете, что возможна такая ситуация, вам стоит задуматься о том, чтобы не ввязываться в, образно говоря, перетягивание каната, а сразу использовать более агрессивный вариант — прямое воздействие на чакры партнера.

В любом случае, будут ли вам в связи с вашей сферой деятельности часто попадаться люди с очень сильно развитой энергетикой или нет, и, соответственно, будете ли вы часто пользоваться этим последним способом переключения чакральной активности другого человека или не будете, я советую вам не забывать ни один из способов. Со временем вы увидите и почувствуете, что оба способа как бы дополняют друг друга, и часто вы уже как-то интуитивно будете определять, какой из способов более уместен в каждой конкретной ситуации. Своей интуиции надо доверять, поэтому вы всегда должны держать наготове обе возможности влияния, не отказываясь ни от одной из них и время от времени тренировать каждую.

Фиксация чакральной активности в повторяющейся ситуации

На этом мы с вами закончим те упражнения, которые связаны с влиянием на чакральную структуру другого человека, и вернемся к собственным чакрам. Пожалуй, мы с вами научились делать то главное, без чего сложно представить себе какие-либо действия с чакрами вообще. Мы научились открывать свои чакры, определять ак-

тивность чакр другого человека, подстраиваться под других людей и перенастраивать собеседника на другую чакру по собственной воле. Конечно, на самом деле количество действий, которые можно производить с помощью чакр, поистине бесчисленно. Описать все возможности, которые предоставляет нам осознанное и волевое использование своей чакральной структуры, невозможно не только в рамках этого пособия или даже в рамках семинара в школе ДЭИР, но даже в полноценном научном специальном труде. Мы с вами затронули только самые важные из них: те, без которых в принципе нельзя ничего сделать ни со своими чакрами, ни с чужими.

О каких-то приемах работы с чакрами так или иначе говорится на всех ступенях в нашей школе, а особенно подробно их рассматривают на четвертой ступени. Многие приемы, которые там озвучиваются, открывать и объяснять здесь было бы преждевременно, потому что, как мы и сказали с самого начала, эта книга написана не только для тех, кто уже прошел несколько ступеней в школе, но и для тех, кто еще только делает свои первые шаги в Дальнейшем Энерго-Информационном Развитии.

Тем не менее я бы не хотел обойти вниманием один важный, на мой взгляд, момент. Практика и весь мой преподавательский опыт показывают, что этот момент бывает очень важен для очень многих слушателей: пожалуй, даже для большинства. Как вы понимаете, у каждого человека есть какие-то собственные проблемы, и часто после занятий в индивидуальных разговорах со слушателями мне приходится отвечать на множество практических вопросов: «А вот у меня такая-то ситуация, что мне делать?» Иногда бывают очень необычные, исключительные случаи, но это случается редко. Чаще же всего вопросы у людей повторяются. Так вот, после семинара «Чакральные коммуникации» есть один вопрос,

который задают чаще других, и я бы хотел его сейчас обсудить.

Речь идет о закреплении некоторой чакральной активности в повторяющихся ситуациях. Скажем, некая девушка жалуется на то, что каждый раз, когда она приходит на работу, она сразу же становится вялой, ей ничего не хочется делать, и она ленится, сама не зная почему. Конечно, может быть и так, что человеку надоела его работа: она его не интересует, и поэтому он делает ее спустя рукава. Но здесь имел место совсем не тот случай. Наоборот, девушка была очень довольна своей работой и хотела бы делать ее как можно лучше. Мы не будем сейчас разбираться в причинах, почему это происходило. Нам будет достаточно одного: мы хотим решить эту проблему. Можно ли ее решить средствами нашего семинара, то есть с помощью чакр? Оказывается, можно. Не копаясь особенно в причинах, которые могут быть любыми, вплоть до особой энергетики места работы, мы можем активировать в такой ситуации аджну, чтобы сконцентрировать свою волю и внимание на решении задач и дать себе возможность идти напрямик к поставленной цели. Но это решит проблему только один раз, а если она возникает регулярно, имеет смысл заняться ею комплексно, а не пользоваться аджной каждый раз в каждой конкретной ситуации.

Именно для этого и существует техника фиксации чакральной активности в повторяющихся ситуациях. Смысл такого названия очень прост. Скажем, ту ситуацию, которую мы описали, безусловно, можно назвать повторяющейся: девушка постоянно приходит на работу и каждый раз испытывает там упадок сил. Мы же хотим, чтобы на работе она становилась сосредоточенной, волевой и способной упорно трудиться над выполнением поставленных перед ней задач. Мы можем

сделать это с помощью чакр, то есть зафиксировать определенную чакральную активность в этой повторяющейся ситуации, чтобы каждый раз, когда девушка будет приходить на работу, у нее активировалась аджна.

Такие ситуации бывают связаны не только с местом, но и с людьми, а также с какими-либо предметами. Бывает, что каждый раз, когда мы видим какого-нибудь человека, у нас включается свадхистана — помимо нашей воли, как-то сама по себе. Нам хочется шутить с ним, развлекаться и, может быть, даже заигрывать. Но, допустим, этот человек такое не любит или просто обычно бывает в другом настроении. Конечно, мы можем каждый раз под него подстраиваться. Но зачем тратить время и силы, если можно зафиксировать определенную чакральную активность именно на эту личность? Мы можем создать себе целый набор фиксированных чакральных реакций на разные распространенные в нашей жизни места, явления и предметы, а кроме того, на тех людей, с которыми мы сталкиваемся чаще всего. Потом мы можем менять эти зафиксированные активности и добавлять к ним новые по своему усмотрению. Во всяком случае, это довольно удобная техника, и ею пользуются очень многие, поэтому советую вам тоже ей обучиться.

Фиксация чакральной активности в повторяющейся ситуации (упражнение)

Для того чтобы зафиксировать какую-либо чакральную активность, вам нужно создать интегральный образ повторяющейся ситуации. Подробно об этой технике речь идет на второй ступени обучения ДЭИР, но мы можем попробовать сделать это и сейчас, тем более что это не так уж

сложно. Вы должны проиграть эту ситуацию в своем сознании. Возьмем для примера такую ситуацию: вы просыпаетесь утром и идете в ванную чистить зубы. Обычно вы при этом плохо себя чувствуете, вам не хочется жить и вас переполняет злость на весь этот мир. А вам хотелось бы, чтобы утром у вас было хорошее настроение, и с самого утра у вас был боевой и волевой настрой на достижение целей и выполнение задач. Пример довольно глупый, но на нем удобно показывать, о чем вообще идет речь.

Итак, вам нужно создать интегральное ощущение этой повторяющейся ситуации: как вы встаете и идете в ванную. Для этого достаточно очень подробно проиграть эту ситуацию в своем сознании. Вспомните со всеми подробностями, как вы идете в ванную: вот вы просыпаетесь, вот надеваете тапочки, вот зажигаете свет... Чем больше подробностей вы вспомните, тем лучше. Проиграйте ситуацию до конца и начните сначала, добавляя к тем подробностям, которые вспомнили в прошлый раз, какие-то новые. Прокрутите ситуацию столько раз, сколько нужно для того, чтобы она заиграла для вас всеми красками, как живая, как будто все это действительно происходит с вами прямо сейчас. И когда вы этого добьетесь, сознательно откройте ту чакру, которая вам нужна. В данном примере это, конечно же, должна быть аджна. Значит, открывайте аджну и снова проживайте, проигрывайте в уме эту ситуацию уже с открытой чакрой. Проиграв ее до конца, опять начните сначала, не закрывая аджны, и так далее. По мере того как вы каждый раз проигрываете ситуацию заново, увеличивайте темп: как если бы пленка с ее записью каждый раз прокручивалась все быстрее и быстрее. Увеличивайте и увеличивайте темп до тех пор, пока вся ситуация не сольется для вас в единый интегральный комок ощущений. Она уже не должна распадаться для вас

на отдельные события, вам надо чувствовать ее как нечто единое, как комок опыта, который вы можете поддерживать в руках. И вы действительно можете взять это интегральное ощущение — эфирными руками. Возьмите и поддержите его. А теперь приблизьте этот комок к себе и растворите его в оболочке своего эфирного тела, посмотрите, как этот комок растворяется, распространяя по оболочке особое золотистое свечение. А затем, через эталонное состояние, закончите это упражнение.

Теперь, когда вы в действительности столкнетесь с этой ситуацией, то есть, в нашем случае, встанете утром и пойдете чистить зубы, вы вдруг обнаружите, что нужная вам чакра включается очень легко — как будто бы сама просится включиться. А через некоторое время, когда вы несколько раз включите нужную чакру в этой ситуации в действительности, это будет происходить уже само собой, даже без специального волевого усилия. Эту технику можно использовать для снятия любых стереотипов и коррекции своего бытового поведения, в случае если вы в чем-то им недовольны.

Чакры и другие элементы энергоинформационного развития

На этом мы с вами завершаем практическую часть семинара, посвященного чакральным коммуникациям. Я постарался вместить в небольшое пространство учебного пособия максимум полезной информации и техник, которые можно с успехом применять в обыденной жизни. То, чему мы с вами научились, необыкновенно важно. Вы и сами почувствуете это, когда начнете все более активно каждый день использовать свои новые возмож-

ности. Для вас уже не составит проблем сделать так, чтобы понравиться своему собеседнику, донести до него свои мысли и добиться того, чтобы он действовал так, как вам необходимо. Вы можете теперь даже напрямую вмешиваться в чакральную структуру другого человека и подстраивать ее нужным для вас образом.

Умение выстраивать ситуацию наиболее благоприятным образом — свойство любого лидера, и в развитии лидерских качеств навыки чакральных взаимодействий, безусловно, играют очень важную роль. Конечно, не нужно думать, что чакральные коммуникации — это все, что вам нужно знать и уметь, для того чтобы быть успешным лидером, способным всегда подстраивать действительность и добиваться исполнения своих истинных желаний. В рамках программы «Влияние» речь идет и о формировании харизмы — особого свойства человека, благодаря которому окружающие люди считают его исключительным и особенным, стараются прислушиваться к нему, помогать ему и выполнять его просьбы. Харизма — это вообще неотъемлемое свойство лидера: можно даже сказать, что без нее другие лидерские навыки будут в большей или меньшей степени бесполезны. У некоторых людей харизма сформирована интуитивным путем, и есть даже мнение, что харизма — это нечто, данное человеку от Бога, при рождении. Однако в рамках программ школы ДЭИР созданы специальные техники, которые позволяют сознательно сформировать у себя харизму. И безусловно, умение вести осознанную чакральную активность в сочетании с харизматичностью значительно повысит ваши лидерские качества и расширит ваши возможности в социальной деятельности.

Также в рамках программы «Влияние» есть семинары, посвященные теории энергоинформационных взаимодействий, изучению конструкций для внешнего мира

и невербальных коммуникаций и управлению мышлением. На этих семинарах подробно анализируются механизмы энергоинформационных взаимодействий и наиболее распространенные методы индукции, а также изучаются навыки освобождения от блоков и зажимов, не позволяющих в полной мере реализовать возможности личности. Также слушатели учатся расширять границы использования своего энергетического потенциала, манипулировать и расширять энергоинформационное пространство и осваивают навыки снятия критичности восприятия собственной личности и расширения диапазона своих психических возможностей. Рассматриваются также проблемы работы со своим сознанием и взаимодействия с тонкими процессами мышления других людей. Семинар «Формирование группы» посвящен освоению навыков формирования и управления коллективным энергоинформационным процессом с целью реализации групповых задач. Навыки, полученные слушателями этого семинара, позволяют успешно осуществлять руководство, управление, подбор персонала и формирование команды для выполнения каких-либо задач. Не остается без внимания и формирование семьи.

За пределами этого пособия осталось еще много вопросов, так или иначе имеющих отношение к чакрам. Скажем, мы не рассмотрели подробно вопрос о том, как чакры связаны с эгрегором. И все же не хотелось бы оставлять этот животрепещущий вопрос совсем без внимания. Вы уже знаете, что энергетика человека состоит из двух потоков. Один из них идет из Земли, а другой — из Космоса, но оба проходят через человека и через все семь его чакр. Через свадхистану и манипуру в единый восходящий поток собирается вся та энергия, которая рассеяна во внешней среде. В то же время через эти ча-

кры высвобождается та энергия Космоса, которая была трансформирована индивидуальным сознанием человека. Чакры, таким образом, представляют собой как бы окна, с помощью которых через человека проходят энергетические потоки самой его сущности. С другой стороны, аджна и вишудха освобождают энергию Земли и впитывают энергию Космоса.

Аджна и вишудха особенно удобны для любого вида индивидуальных эмоциональных воздействий, это всякого вида внушения, а также, например, гипноз. Именно через аджну и, несколько реже, через вишудху на людей, осознавая это или нет, воздействуют различные политики, актеры, гипнотизеры и все остальные люди, которые активно и зачастую достаточно агрессивно влияют на нашу жизнь. Напротив, манипура и свадхистана — это наиболее комфортные чакры для существования различных паразитических энергоинформационных структур, которые существуют в социуме.

Человек не просто пропускает через себя восходящий и нисходящий потоки, он особым образом перерабатывает их, наполняет своей индивидуальностью и трансформирует в соответствии со своей личностью. Соответственно, все, что человек мыслит и чувствует, в том или ином виде вместе с энергетическими потоками попадает наружу, в окружающую среду. Не секрет, что среди человеческих эмоций значительное место занимают, к сожалению, ненависть, зависть и злость — словом, те эмоции, которые мы справедливо называем отрицательными. И вот эти эмоции, а вернее, их продукты, попадают в окружающую среду. Дело в том, что поток, прошедший через человека, преобразился под влиянием этих эмоций, и наружу вышел уже наполненный ненавистью или завистью, если в данный момент человек был подвержен этим чувствам.

Таким образом, возникает замкнутый круг. Энергоинформационное поле загрязняется отрицательными эмоциями, но ведь и люди черпают энергию именно из окружающей их среды, а значит, другие люди забирают отрицательные эмоции, которые в ней «растворены». Точно так же действуют не только частные эмоции, но и программы, которые сначала вырабатываются в одной личности, а потом приживаются в другой. Так обычно и получается в человеческом обществе. Небольшая группа людей вырабатывает какую-нибудь идею, а затем эта идея воплощается в энергоинформационном поле и подобно вирусу распространяется от одного человека к другому, пока наконец не овладевает массами. Такова история нацизма в Германии или большевизма в Советской России. Вот и получается, что, действительно, «идеи витают в воздухе», а люди становятся их рабами. Таков механизм работы эгрегора.

Но теперь, когда вы это знаете, вы, я думаю, постараетесь не работать шестеренкой такого механизма. Раньше вы и сами, бессознательно, выбрасывали свои отрицательные эмоции наружу вместе с энергетическим потоком.

Теперь же вы стали сознательными и понимаете, что делать этого не надо. Не нужно ни единой каплей энергии поддерживать этот механизм, ведь в конечном счете он существует только потому, что большинство людей в нем задействованы. Чем меньше людей будут выплескивать наружу вместе со своими потоками все отрицательное, что в них есть, тем меньше отрицательного будет и попадать к людям и тем слабее будет этот замкнутый круг. И тогда в результате упорных усилий всех сознательных людей это колесо, я уверен, удастся остановить, и все мы сможем внести свою лепту в исполнение этого. Для этого вам нужно настроиться на то, чтобы пе-

редавать окружающим свои позитивные и благотворные программы.

Подробно о техниках формирования программ речь идет на обучении второй ступени. Рассказывается там и о формировании позитивной программы, а также о применении ее в повседневной чакральной деятельности. Здесь мы, к сожалению, не можем уделить этому вопросу достаточного внимания, поэтому если вы еще не прошли второй ступени нашей школы, я советую вам сделать это. Во всяком случае, если вы еще не знакомы с этой техникой, то до тех пор, пока вы ее не освоите, постарайтесь хотя бы не транслировать в окружающую среду отрицательные программы: это уже будет серьезным вкладом в ослабление эгрегора.

Существует также целый ряд явлений, напрямую связанных с чакрами, о которых мы не говорили в рамках этого семинара. Достаточно сказать, что все виды вампиризма и энергетических присосок работают на чакральном уровне. Программы, которые мы сами себе создаем, как и программы, которые мы создаем для других людей, функционируют там же, в чакрах. Кроме того, мы с вами совсем не говорили о том, что в энергетической структуре человека существуют еще две чакры — муладхара и сахасрара. Речь об этих чакрах не шла потому, что они вообще не участвуют в коммуникациях между людьми, которым был посвящен наш семинар. Эти чакры поглощают и перерабатывают энергию в чистом виде, и они не подвержены чужим программам и влияниям, как другие чакры. И именно эти чакры играют огромную роль в формировании нашей защиты от сущностей-паразитов.

Чакры также могут быть активно использованы для оздоровления физического тела. Дело в том, что под

влиянием среды, эгрегора и различного рода энергетических паразитов чакры человека перестают работать должным образом. Энергия проходит через чакру намного меньшим потоком, чем может и должна, а бывает и так, что чакра и вовсе полностью перестает функционировать. Человек этого обычно не замечает, и только чувствует последствия таких нарушений: у него начинается что-то болеть. Причем если врачи вылечат ему, например, заболевший желудок, у него начнут болеть почки, а когда вылечат их, появятся проблемы с кишечником, и так далее по кругу, который рано или поздно снова замкнется на желудке. Часто больного так и не вылечивают, а лишь гоняют по анализам, пока дело не дойдет до операции. Истинная причина подобного рода заболеваний очень часто заключается в плохо работающих, засоренных чакрах. Существуют специальные техники очищения чакр и оздоровления с помощью них организма.

На использовании муладхары и сахасрары основаны техники развития духовности четвертой ступени. Там выясняется, что использование чакр способно подарить человеку истинную силу путем децентрализации своей энергетической структуры.

В общем, как видите, возможности использования чакр на практике для успешной деятельности в социуме и для развития своей личности практически безграничны. Обо всех этих возможностях можно узнать и на других семинарах, и на всех ступенях обучения. При этом прохождение семинара, посвященного чакральным коммуникациям, безусловно, поможет вам легче осваивать все темы, связанные с чакрами, которые будут вам встречаться в процессе обучения в школе ДЭИР.

Заключение

НЕСКОЛЬКО СЛОВ О ВЕЖЛИВОСТИ

Мы заканчиваем наш заочный семинар. Надеюсь, он вам понравился и вы увидели, что те навыки, которые вы освоили, на практике помогают вам успешнее действовать в социуме. Это тем более приятно, что школа ДЭИР избегает любой мистики и недосказанности, а работает только с теми ощущениями, которые каждый человек может проверить на себе. Все очень просто: в теле есть определенные ощущения, и если научиться к ним прислушиваться, они будут ощущаться все отчетливее и отчетливее. Потом, по одному шажку, добавляя каждый раз одно небольшое изменение, мы научимся осознанно управлять своей энергетикой. И это прекрасно.

На страницах предыдущего пособия мы говорили о харизме. Когда в той книге я отвечал на вопрос о том, почему я начал именно с харизмы, я написал, что в современной России, к сожалению, очень мало харизматичных людей. Ведь харизматичный человек — это не просто личность, которая нравится другим людям, но еще и яркая индивидуальность и активный человек, который может взять на себя ответственность, выделиться из толпы и смело воздействовать на действительность в соответствии со своими истинными желаниями. Я говорил о

том, что критическая масса таких людей может дать новый импульс нашему обществу и придать ему необходимое ускорение. Ведь судьба каждого отдельного человека не может зависеть только от него самого и от набора мелких повседневных фактов. На самом деле каждый человек встроен в огромную социальную систему, законы которой он частично формирует. Но в то же время он и подчиняется этим законам, поэтому нужно уметь жить, действовать и добиваться успеха в этой среде.

Но действие в этой среде означает только взаимодействие с другими людьми. Обратите внимание на то, что практически никакое действие в нашей жизни невозможно без участия других. Вы скажете, что, например, писатели пишут книги в одиночку. Да, это правда, но и здесь, для того чтобы читатель прочитал то, что сочинил писатель, требуется участие огромного числа людей — от литературного агента и редактора до верстальщика, печатника, водителя, который на машине отвезет книгу в магазин, продавца, который продаст эту книгу покупателю, и, если хорошо об этом подумать, еще сотен и сотен людей, без которых ничего бы не получилось. Рукопись так и осталась бы рукописью, ее никто бы не прочитал, а значит, социального действия не произошло бы.

Итак, очевидно, что для развития общества мало того, чтобы в мире просто было некоторое количество ярких, состоявшихся людей, способных управлять и собой, и другими. Нужно еще, чтобы люди умели взаимодействовать друг с другом. Кажется, это так естественно! Ведь мы с самого детства взаимодействуем с другими людьми, общаемся с ними, выполняем их просьбы или сами о чем-то их просим. Но на самом деле в искусстве человеческого общения все гораздо сложнее. Мало кто умеет полноценно, продуктивно и приятно общаться. Под полноценным общением я понимаю такое общение,

при котором собеседники достигают полного взаимопонимания. В таком общении людям достаточно легких намеков и еле заметных оттенков интонаций, чтобы понять, что собеседник имеет в виду, насколько ему близко то, о чем идет речь, что ему можно сказать, а чего лучше не говорить.

Такое общение не просто приятно, но еще и эффективно. Дело в том, что задачи, которые ставит перед нами повседневность — не важно, касаются они нашей работой или личной жизни, — всегда связаны с другими людьми. Сложно представить себе такую задачу, для выполнения которой нам не потребовалась бы чужая помощь. А значит, выполнение любой задачи ставится в зависимость от того, какую помощь нам оказывают другие люди. Если нам помогают охотно, значит, мы быстрее сделаем то, что хотим. Если же, напротив, никто не горит желанием вникать в наши проблемы, а на наши просьбы, даже высказанные напрямую, все отвечают уклончиво и стараются отвертеться, значит, нам будет очень трудно достичь тех целей, которые перед нами поставлены — не важно, начальством, самой жизнью или нами самими.

В то же время очевидно, что люди стремятся нам помогать, когда мы им приятны и интересны. Причем на самом деле, вопреки распространенному мнению, внешние факторы не играют в этом первостепенную роль. Нет, конечно, сбрасывать со счетов такие моменты, как внешнюю красоту, влияние в обществе, богатство и даже ум, не стоит. Ведь действительно, что ни говори, всегда хочется помочь красивой девушке донести пакет до дома или подсказать красивому юноше, как пройти в музей. Поэтому, кстати, даже при полном внимании к энергоинформационному развитию очень важно все-таки не оставлять в стороне и внешние факторы. Не все

люди одинаково красивы, но каждый может сделать свою внешность привлекательной. О том, как это сделать, подробно рассказывается на семинаре, посвященном харизме, и я не буду здесь повторяться. Главное — не забывать об этом.

В то же время особенно важно не забывать об интеллектуальном развитии. Умный и начитанный человек всегда вызывает симпатию, а значит, и желание, при необходимости, помочь ему. Ну а уж о влиянии материального положения и социальной роли я и не говорю: оно очевидно, и рано или поздно вы сами это почувствуете.

И все же причины, по которым люди помогают друг другу, далеко не исчерпываются перечисленными факторами. Наоборот, как я уже сказал, эти факторы вторичны. Главная же причина, по которой люди внимательно относятся друг к другу и стремятся, если это необходимо, друг другу помочь, заключается в степени удовольствия, которой они получают от общения друг с другом. Вы и сами сейчас наверняка вспомните множество таких примеров из своей жизни. Бывают люди, которые не отличаются ни особой красотой, ни выдающимся умом. Более того, у них нет высокого положения в социуме или невероятного богатства, которым можно было бы купить себе дружбу. Тем не менее общаться с ними почему-то очень приятно, все ищут их общества, слушают, что они говорят, и по мере необходимости помогают ему. В чем же тут дело?

Очевидно, люди дорожат его обществом прежде всего потому, что им нравится с ним общаться. То есть им в буквальном смысле слова приятно проводить время с таким человеком. Кстати, очень часто бывает, что такая приятная в общении личность — которая внешне ничем не блещет — добивается большого и даже неожиданно-

го успеха в любви. Вспомните, как бывает: юноша знакомится с двумя девушками. Одна из них красивая, статная, умная и с положением в обществе, а другая — невзрачная, тихая «серая мышка». И все-таки красавица получает от ворот поворот, а семью юноша строит с той самой «серой мышкой». Почему? Ну уж точно не потому, что он мазохист и хочет жену похуже. Скорее всего, просто с этой девушкой он чувствует себя более комфортно, ему приятнее с ней общаться, и поэтому он выбирает ее.

Итак, получается, что приятное общение — это залог успеха человека в социуме. А если мыслить более глобально, то окажется, что приятное общение — это, в сущности, основной двигатель всего, что происходит внутри общества. Между тем приятное общение и полноценные коммуникации, как мы с вами уже знаем, целиком зависят от чакральных коммуникаций. Именно от нашей способности управлять своими чакрами и чакрами своего собеседника зависит, насколько удачным окажется разговор и вообще взаимодействие.

Есть люди, которые отлично управляются со своими чакрами и даже чакрами других людей интуитивно. Такой человек может даже не знать самого слова «чакры» или отрицать их существование как мистику, но все-таки пользоваться своими интуитивными умениями — не осознавая того. Как люди становятся такими умельцами — вопрос сложный, и обсуждать его здесь, пожалуй, не место. В чем-то это явление родственно такому же загадочному явлению «прирожденной» харизмы. Конечно, ничего прирожденного не бывает, но секрет состоит в том, что человек с самого раннего детства обучается каким-то приемам и делает это неосознанно, то экспериментируя со своей энергетикой, то беря пример с кого-нибудь из близких.

Но это не так важно. Главное, что если вы не владеете этими навыками интуитивно (а ими владеют только единицы, которые обычно становятся известными артистами, телеведущими, политиками, крупнейшими бизнесменами и так далее), то, пользуясь опытом школы навыков ДЭИР, вы можете развить их в себе сознательно. А значит, люди будут искать вашего общества и подпадать под ваше влияние.

Конечно, наивно было бы думать, что за тысячелетия своего существования человечество не обратило никакого внимания на феномен общения и не попыталось как-то улучшить положение в этой области. Правда, к сожалению, истинные глубинные причины и основы общения действительно начали изучаться только теперь, в связи с техниками школы ДЭИР. И все же за многие столетия люди выработали целую систему, огромную разветвленную область знаний — практически целую науку об общении. Каждый человек в большей или меньшей степени знаком с этой наукой. Я сейчас говорю, как вы могли уже догадаться, о простой человеческой вежливости. Впрочем, такой ли уж простой? Ведь это только с первого взгляда кажется, что все так просто: здравствуйте, пожалуйста, будьте добры, спасибо... Кажется, что это всего лишь слова, пустые и незначительные. Но на самом деле все сложнее. И если рассмотреть весь набор средств общения, который доступен любому человеку, то вежливость — это самый мощный инструмент для увеличения его комфортности.

Сложно назвать что-либо более важное в повседневности, чем вежливость, которая вообще делает возможным взаимодействие между людьми. Поэт Иосиф Бродский как-то сказал, что вежливость — это то, без чего наше общение превратилось бы в ад. Это, конечно, верно, но только с одной оговоркой: оно стало бы адом для тех

людей, которые не знакомы с техниками чакральных коммуникаций. Так что если бы Бродский учился в школе ДЭИР, он, может быть, сказал бы иначе... Но если говорить серьезно, то даже для человека, знакомого с этими техниками, традиционная вежливость и система человеческого этикета тоже не теряют своей значимости и актуальности.

К сожалению, простая (казалось бы!) человеческая вежливость — большой дефицит в современной России. Практически все, кто бывал за границей, в Европе, отмечают прежде всего такую непривычную деталь: там все улыбаются и по любому поводу говорят «спасибо» и «пожалуйста». Даже продавцу в магазине покупатели всегда говорят «добрый день», и тот, естественно, также отвечает им приветствием. Какой контраст с тем, что происходит у нас на родине! Если утром на улице появится улыбающийся человек, все решат, что это, скорее всего, сумасшедший, а если зайдя в магазин, кто-то поздоровается с продавцами, на него посмотрят с подозрением: уж не хочет ли что-нибудь спереть? Часто можно даже услышать такое мнение, что пресловутая европейская улыбка на самом деле неискренняя, а вежливость этих людей — наигранная, и что лучше уж искренне послать кого-нибудь к такой-то матери, чем лицемерно пожелать ему доброго здоровья.

Скажем прямо: такая точка зрения основывается на недоразумении. В самом деле, о чем идет речь? Если два абсолютно незнакомых человека встречаются по случайному поводу, скажем, один из них — продавец, а другой — покупатель, или даже еще проще, если они просто попадают друг другу навстречу на улице и случайно встречаются глазами, то между такими людьми не может быть отношений взаимной симпатии или неприязни. Не могут два незнакомых человека уже иметь ос-

нования друг друга не любить или, наоборот, нравиться друг другу (ну, если, конечно, речь не идет о половой симпатии, а мы о ней сейчас не говорим). Поэтому и о лицемерии тут никакой речи идти не может. Ведь лицемерный человек — это тот, кто думает про другого человека: «Вот гад», а ему говорит: «Как вы хорошо выглядите!» А незнакомые люди не могут думать друг о друге вообще ничего — значит, не могут и лицемерить.

Так почему же незнакомые люди улыбаются друг другу? На самом деле речь здесь идет об элементарной чакральной гигиене. Вежливость — это не просто пустые слова, а определенная, веками выработанная техника по поддержанию в чистоте энергоинформационного пространства в социуме. Когда человек, идя по улице, улыбается незнакомым людям, а заходя в магазин, здоровается с его работниками, он не просто совершает ритуал, а поддерживает чистоту пространства. Он излучает положительные эмоции и гасит отрицательные программы. Именно в этом заключается великий смысл этого поистине одного из самых значительных изобретений человечества.

Любопытно заметить, что именно страны Западной Европы, где вежливость и этикет практически обязательны для всех, сумели создать самые конкурентоспособные экономики, и именно в этих странах наиболее высок уровень жизни людей. И это неспроста. Если все, что делают люди, так или иначе делается не один человеком, а всем социумом, и если эффективность этих действий напрямую зависит от комфортности общения людей, а легчайший способ достигнуть этого комфорта — это простая человеческая вежливость, значит, эффективность любых усилий, которые предпринимает и человек, и общество в целом, находится в прямой зависимости от уровня вежливости.

Из всего вышесказанного следует один очень простой вывод. При прочих, что называется, равных условиях вежливый человек всегда добьется большего успеха, чем тот, который считает вежливость чем-то несущественным. Компания, в которой сотрудники элементарно вежливы, всегда будет более успешной, чем та, в которой они общаются друг с другом и с клиентами без «спасибо» и «пожалуйста».

Конечно, никакая вежливость не заменит умелого использования навыков чакральных коммуникаций. Все-таки умение подстроить свою энергетическую структуру под другого человека по эффективности невозможно сравнить ни с чем. Не говоря уже об умении перенастроить другого человека в соответствии со своими целями. И все-таки пройти мимо такого важного и эффективно-го инструмента, который, казалось бы, лежит под ногами, невозможно. Глупо отказываться от тысячелетнего опыта человечества. Поэтому любой, кто хочет добиться успеха в сфере взаимодействий между людьми, а значит, и максимальным образом реализовать потенциал своей собственной личности, должен научиться совмещать в себе как умения, полученные в рамках этого семинара, так и способность пользоваться неписаными правилами этикета.

Впрочем, эти правила не так уж и не писаны. Сейчас существует большое количество книг и учебников, которые обобщают в себе опыт, накопленный человечеством в этой области. Не следует думать, что в этих учебниках нечего почерпнуть и что они говорят только о вещах, которые и так всем знакомы. Даже если вы знаете (или думаете, что знаете) все правила вежливости, далеко не лишним будет, во-первых, повторить их, а во-вторых, еще раз систематизировать. Я советую вам прочесть хотя бы пару таких пособий: ведь недаром говорят, что

повторенье — мать ученья. А учиться нужно всю жизнь, в том числе и простой человеческой вежливости.

А еще важнее — применять ее. Помните, что каждый раз, когда вы улыбаетесь кому-то или говорите простые слова, такие как «добрый день» или «спасибо», вы тем самым осуществляете гигиену энергоинформационного пространства вокруг себя. Любопытно, что в помещении, в котором люди на протяжении долгого времени практикуют вежливое общение, стоит совсем другая атмосфера, чем там, где люди общаются друг с другом на языке слов и выражений типа «пошел ты»... Обратите на это внимание, когда в следующий раз зайдете в помещение типа филармонии или университета и когда окажетесь где-нибудь вроде жилконторы. В одном случае вас ждет доброжелательная легкая обстановка, а в другом — тяжелая, гнетущая атмосфера. Секрет прост: в одном помещении энергоинформационное пространство постоянно «дезинфицируется», а в другом, напротив, подвергается заражению всеми возможными энергоинформационными паразитами.

Вот вкратце сообщения, которые побудили меня после описания техник формирования харизмы взяться за популяризацию навыков чакральных коммуникаций. Общество, в котором люди умеют общаться друг другом, не просто не раздражая других людей, а принося им удовольствие от общения, и при этом еще и сами наслаждаются общением с себе подобными, в целом всегда гораздо более успешно. Современному миру не хватает навыков общения: зачастую люди просто не понимают друг друга, и это наглядно демонстрируют очень многие последние события.

Когда люди начинают громить и крушить все вокруг и пытаться уничтожить все, что дорого их врагам, из-за каких-то мелочей типа карикатур, это говорит только о

недостатке навыков общения. Люди просто не понимают и не слышат друг друга. Одни говорят одно, другие — другое, и никто не желает понять своего собеседника. Гораздо чаще у них возникает другое желание — подавить, а если не получается подавить, то и уничтожить. Недаром в одних странах оскорбляют веру целых народов, а других странах потом доходит до убийств христианских священников. А вот другой пример, уже ближе к нам. Совсем недавно в одной стране чуть не уничтожили памятник советским войнам, установленный после Второй мировой войны. После этого по нашей стране прокатилась целая волна ненависти. Всего этого можно было бы избежать, если бы люди умели прислушиваться друг к другу.

Ошибкой было бы думать, что личное общение между людьми, то есть то, как взаимодействуют два отдельно взятых человека, — это частность, которая не стоит внимания и от которой не зависят глобальные вещи и процессы. Совсем наоборот. Ведь в конечном счете все самые сложные взаимодействия состоят именно из таких единичных актов общения. Общение между народами — это просто большое, даже бесчисленное, количество единичных актов общения между конкретными людьми.

Вот почему нам так важно учиться общаться. Не только отдельный человек, который научится пользоваться несложными навыками чакральных коммуникаций и не забывать при этом о правилах вежливости, будет успешным и сможет с легкостью реализовать себя в обществе, но и само общество в целом, если оно будет состоять из людей, которым приятно и интересно общаться друг с другом, сможет добиться впечатляющих успехов. Естественно, это вряд ли случится в ближайшие годы, но рано или поздно человечество, ко-

торое научиться пониманию и вежливости, невероятным образом изменится.

Всегда держите эту перспективу в своих мыслях, и она будет поддерживать вас в самых сложных ситуациях. И старайтесь как можно чаще использовать навыки, которые вы получили. Через какое-то время, если вы будете достаточно усердны и терпеливы, те приемы, которые вы выучили и которые сейчас используете сознательно, войдут в вашу личность как рефлексy. Вы уже не будете давать себе задания типа: вот сейчас мне нужно подстроиться под этого человека, а для этого — определить его рабочую чакру... Нет, вы просто будете сразу *видеть*, что этот человек, допустим, работает на манипуре, и в зависимости от ситуации будете либо подстраиваться под него, либо перенастраивать его самого. Но опять же, как человек, научившийся ездить на велосипеде, не дает себе заданий «нажать правую педаль, нажать левую педаль, повернуть руль», а просто смотрит по сторонам, напевает песню или просто думает о чем-то своем, а то и говорит по сотовому телефону, так и вы не будете продумывать каждое свое действие. Вы просто будете это делать: ваша энергетическая система будет открывать и закрывать чакры, настраивая вас на ситуацию, а ваше сознание — заниматься решением насущных проблем. А сами вы сможете просто насладиться хорошей работой своей энергетической системы.

На этом, с пожеланиями успехов, мы прощаемся с вами. Надеемся, что расстанемся мы ненадолго и что нас еще ждут другие приятные встречи на страницах учебных пособий ДЭИР.