Трансерфинг реальности. Ступень III: Вперед в прошлое!

Автор:
Вадим Зеланд

Трансерфинг реальности. Ступень III: Вперед в прошлое!

Вадим Зеланд

Трансерфинг реальности #3

«Вперед в прошлое!» – это третья книга Вадима Зеланда в серии «Трансерфинг реальности». Трансерфинг – это мощная техника, дающая власть творить невозможные с обыденной точки зрения вещи, а именно – управлять судьбой по своему усмотрению. В ее основе лежит модель вариантов – принципиально новый взгляд на устройство нашего мира. Освоив III ступень Трансерфинга, вы действительно увидите свое движение в пространстве вариантов и убедитесь, что можете перемещаться во времени как вперед, так и назад. И это не будет похоже на путешествие в том виде, как его изображают фантасты, – трансерферы занимаются только реальными вещами. Для того чтобы добиваться своих целей, вовсе не обязательно быть сильным и уверенным в себе. Есть другая гораздо более эффективная альтернатива. Координация и фрейлинг – это простые способы мыслить и действовать так, чтобы удача всегда была на вашей стороне. Об этом также в III ступени Трансерфинга. Для широкого круга читателей.

Вадим Зеланд

Трансерфинг реальности

Ступень III: Вперед в прошлое!

Тематика: Эзотерика/Эзотерические учения

Словесное обозначение «Трансерфинг реальности» является зарегистрированным товарным знаком.

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

© ОАО «Издательская группа «Весь», 2004

* * *

Предисловие

Дорогой Читатель!

Во все времена люди смутно догадывались о существовании неких сил, управляющих судьбой человека. Благоговейный страх перед неизвестностью всегда служил стимулом для создания всевозможных фантазий и мифов, начиная с древних легенд и кончая моделями, в которых человек является всего лишь маленькой деталью чудовищной структуры-монстра.

Каждого из нас волнует вопрос, насколько мы способны распоряжаться своей судьбой и как это делать. Именно поэтому магия и нераскрытые психические возможности человека вызывали и вызывают живой интерес.

Данная книга, несомненно, удовлетворит ваше любопытство, поскольку она отвечает на этот вопрос с совершенно неожиданной точки зрения. Трансерфинг открывает волшебную дверь в мир, где вам предстоит столкнуться с очень странными и необычными вещами. Вы узнаете, что реальность – управляема. И цель здесь не достигается, а реализуется по большей части сама.

Это звучит невероятно лишь в рамках обыденного мировоззрения. Все мы находимся в футляре ложных ограничений и стереотипов. Настало время очнуться от наваждения.

Несмотря на всю свою фантастичность идеи управления реальностью уже нашли практическое подтверждение. Трансерфинг еще задолго до выхода этой книги пользовался успехом в широком кругу читателей Интернета.

Окружающий мир трансерфера непостижимым образом меняется буквально на глазах. Когда повседневная действительность предстает в незнакомом обличье, это выглядит потрясающе. Здесь нет никакой мистики – все реально. И пионеры трансерфинга уже смогли в этом убедиться на своем опыте. Вот всего несколько отзывов, которые говорят сами за себя.

«Как это ни странно, трансерфинг действительно работает! Удивительно! Некоторые вещи, которые стали происходить со мной, иначе как чудесами не назовешь. Никогда бы не подумал, что такое возможно!»

«Впечатлений масса! Ощущаю какой-то детский восторг оттого, что начинаю понимать вещи, о которых только догадывался раньше».

«Я увидела вокруг себя счастье, и оно с каждым днем теперь только растет! Странно, но ведь оно всегда было вокруг меня, а я просто его не замечала».

«Должен вам сказать, что такой книги мне не хватало всю жизнь. Она как раз описывает взаимоотношения моей души и разума».

«Сначала появилось чувство сдвига реальности. Меня не стало – я была в потоке энергии, излучаемой… Словами? Смыслом? Не могу объяснить. Затем словно какой-то удар выталкивает на поверхность, и некоторое время ничего не соображаешь».

«Все мои жизненные вопросы стали мягко решаться, все улаживается и становится на места. Здорово!»

«Мне недостает слов, чтобы описать состояние, в котором я теперь пребываю. Это только приблизительно: тишина, покой, счастье…»

«Это действительно работает. Все остальное неважно».

Глава I

Энергия

Для занятий трансерфингом требуется хорошее здоровье и достаточно высокий уровень энергетики. Здесь даются простые и действенные рекомендации, как повысить свой жизненный тонус и вывести энергетику на должный уровень. Для этого вовсе не нужно изматывать себя тренировками, диетами и прочими методами насилия над собой.

Энергетика

Не боритесь за здоровье и не копите энергию.

Впустите их в себя.

Для эффективных занятий трансерфингом требуется хорошее здоровье и достаточно мощная энергетика. Допустим, вы считаете, что и так обладаете достаточно хорошим здоровьем. Но, возможно, вы просто не знаете, как чувствует себя по-настоящему здоровый человек. Если утром вам лень вставать, неохота идти на работу или учебу, если после обеда раскисаете и вас клонит в сон, если вечером у вас нет иных желаний, кроме как только устроиться возле телевизора, значит, нет у вас никакого здоровья. В таком случае энергии хватает только на то, чтобы поддерживать размеренное существование.

Сбросив с себя груз избыточных потенциалов и освободившись от маятников, вы получили достаточно дополнительной энергии, которую раньше тратили зря. Но энергия никогда не бывает лишней. Далее в этой главе будут приведены рекомендации о том, как можно поднять свою энергетику еще на более высокий уровень.

Под энергетикой мы будем понимать способность усваивать и использовать энергию. Можно условно выделить две ее формы в человеческом организме: физиологическую и свободную. Физиологическая энергия получается в результате усвоения пищи. Свободная – это энергия Космоса, проходящая через тело человека. Вместе они формируют нашу энерге-тическую оболочку. Энергия человека затрачивается на выполнение физических функций, а также излучается в окружающее пространство.

Энергия Космоса находится в окружающем мире в неограниченном количестве. Однако человек может усваивать лишь ее мизерную долю. Она проходит через тело человека в двух направлениях. Первый поток, идущий снизу вверх, расположен на один дюйм спереди от позвоночника у мужчин и на два дюйма у женщин. Второй поток идет сверху вниз и расположен почти вплотную к позвоночнику. Величина свободной энергии человека зависит от ширины центральных энергетических каналов. Чем шире эти каналы, тем выше энергетика.

Центральные энергетические потоки были обнаружены людьми очень давно. Мы не будем углубляться в дальнейшую детализацию энергетической структуры человека. Если у вас есть интерес, можете почитать соответствующую литературу. Энергия циркулирует в теле человека довольно сложным образом, но это не должно вас беспокоить. Для наших целей пока достаточно остановиться на двух центральных потоках.

Если нормальное течение энергии нарушается, то есть где-то появляются «пробки» или «дырки», тогда возникают различные болезни. И наоборот, если внутренний орган подвержен заболеванию, энергетическая картина искажается. Трудно провести четкую границу, показывающую, где нарушение циркуляции энергии вызвано физиологическими причинами, например зашлакованностью организма, а где физиологические нарушения вызваны изменением в течении энергии. Иглотерапия, точечный массаж и другие подобные методы могут восстановить нормальную циркуляцию энергии, тогда болезни, вызванные нарушением циркуляции энергии, уйдут. Но это даст только временный эффект.

Чтобы все было в норме, необходимо ухаживать как за физическим, так и за тонким телом.

Энергетика человека тесно связана с состоянием мышц тела. Напряженные мышцы затрудняют нормальное движение незримых потоков и вносят помехи в полевое излучение человека. Человек, внутренне напряженный, может появиться в непринужденной компании и, не сказав ни слова, изменить общее настроение: напряжение как бы зависает в воздухе. Так окружающие воспринимают негативную энергию, не отдавая себе отчета. Напряженность создает неоднородность в общем поле и порождает равновесные силы. Равновесие может быть восстановлено либо приведением энергии к общему знаменателю, либо гашением возникшего потенциала энергией противоположного знака. Например, компания начнет подшучивать над излишне скованным человеком.

Настроение и жизненный тонус напрямую связаны с энергетикой. Подавленное состояние, стресс, опустошенность, усталость и апатия свидетельствуют о нехватке энергии. Одной лишь физиологической энергии недостаточно для поддержания высокого жизненного тонуса. Человек может быть физически уставшим, но довольным и бодрым. И наоборот, сытый и неутомленный человек может чувствовать себя подавленно и вяло.

Главную роль в активной жизненной позиции человека играет именно свободная энергия. Если ничего не хочется, значит, налицо недостаток свободной энергии. При ее дефиците можно заставить себя выполнять рутинные функции, но творить и совершать активные действия будет трудно. За любыми активными действиями человека стоит намерение. Если нет свободной энергии, тогда нет и намерения.

Физиологическая энергия расходуется на собственно выполнение действия. Нас будет интересовать главным образом первый вид, который идет на формирование намерения. Это и есть энергия намерения. Именно благодаря ей у нас появляется решимость иметь и действовать.

Стресс и релаксация

Подавленное или напряженное состояние вызывает блокировку центральных потоков. Центральные каналы сужаются, и циркуляция свободной энергии замедляется или вовсе прекращается. В таком состоянии намерение теряет источник своей энергии. В стрессовом состоянии человек не способен действовать эффективно, поскольку намерение заблокировано. Стресс может воздействовать на энергетические каналы еще и противоположным образом. Каналы могут внезапно расшириться, и тогда человек совершает невероятные действия, на которые в обычном состоянии не способен. Такие примеры известны, но это случается редко. В большинстве случаев способности и возможности человека в состоянии стресса резко снижаются.

В течение дня человек проходит через множество стрессовых ситуаций. Эти ситуации варьируются по силе своего воздействия от совсем слабых, про которые обычно сразу же забывают, до сильных, надолго выбивающих из колеи. Естественная реакция организма на стресс заключается в напряжении тех или иных групп мышц. Эти напряжения уже так глубоко вошли в наши привычки, что мы их просто не замечаем. Например, сейчас, читая эти строки, вы напрягаете отдельные мышцы лица. Но стоило вам обратить на них внимание, они тут же расслабились. Через несколько минут вы забудете о своем лице, и оно снова застынет в маске, отражающей ваше эмоциональное состояние.

Существует ложный стереотип, будто от стресса можно избавиться методом расслабления. На самом деле, расслабляясь, вы пытаетесь бороться со следствием, не устранив причину. Причиной физической напряженности является напряженность психическая. Состояние угнетения, беспокойства, раздражения, страха вызывает спазматическое напряжение мышц. Конечно, сознательное расслабление мышц даст небольшой временный эффект облегчения. Однако психическое напряжение снова вернет все обратно. Чтобы устранить психическую напряженность, необходимо и достаточно сбросить важность. Вы находитесь в состоянии напряжения только за счет избыточного значения, которое придаете тому, что вас задевает.

Стресс является следствием важности. Избавиться от стресса можно мгновенно – просто сбросить важность. Поддерживать важность бесполезно и вредно. Вы никогда не сможете изменить ситуацию к лучшему и действовать эффективно с грузом важности. В стрессовом состоянии достаточно проснуться и осознать, что маятник вас зацепил за важность. В чем эта важность заключается, легко определить в каждом конкретном случае. Напомните себе: сбросив важность, вы освободитесь от маятника и сможете действовать эффективно. Нужно отдавать

себе отчет в том, что завышенная значимость всегда работает против вас.

В любой сложной ситуации достаточно вспомнить про важность и сознательно снизить значимость. Единственная сложность состоит в том, чтобы вовремя вспомнить. В состоянии стресса вы спите и не помните ни о каком трансерфинге. Чтобы избавиться от стресса, необходимо проснуться и сбросить важность.

Если вы имеете привычку обращать внимание на состояние душевного комфорта, тогда для вас не составит труда вовремя вспомнить. Всякий раз, испытывая дискомфорт, задавайте себе вопрос – почему? Где завышена значимость? Как бы это ни было для вас «важно», отказывайтесь от важности сознательно. Поступайте только в рамках очищенного намерения. Только в этом случае вы будете действовать эффективно.

Для того чтобы приобрести иммунитет к стрессу, необходимо заменить старую привычку напрягаться по любому поводу новой привычкой: по возможности находиться в состоянии релаксации. Расслабленное состояние вовсе не означает вялость и апатию. Это состояние гармоничного существования в окружающем мире, равновесие. Равновесие предполагает отсутствие внутренней и внешней важности: я не плохой и не хороший – мир не плохой и не хороший; я не жалкий и не значительный – мир не жалкий и не значительный и так далее.

Отсутствие или, по крайней мере, низкая важность является главным условием достижения состояния релаксации. В любых условиях повышенной важности расслабляться бесполезно. Например, едва ли удастся расслабиться на краю крыши высокого дома, если вы боитесь высоты. Если сбросить важность невозможно, тогда, по крайней мере, не следует тратить силы на расслабление. Так вы расходуете энергию не только на контроль важной ситуации, но еще на то, чтобы сдерживаться. Не нужно этого делать – отпустите себя и волнуйтесь на здоровье.

Для занятий трансерфингом необходимо входить в состояние релаксации в любой обстановке и в кратчайшее время. Никаких словесных самовнушений не потребуется, потому что мышцы управляются не словами, а намерением. Большинство мышц тела можно расслабить сознательно, лишь обратив на них внимание. Обычно мы не обращаем внимания на мышцы, пока не почувствуем боль или дискомфорт. Поэтому достаточно мысленным взором пройтись по всему телу и сбросить зажимы. Однако существуют группы мышц, которые отвыкли подчиняться намерению. Это связано с современным малоподвижным образом

жизни. Например, мышцами спины трудно управлять сознательно, поэтому с возрастом начинает болеть спина. Как это ни банально, регулярная гимнастика, в особенности для мышц спины, совершенно необходима.

Итак, вся процедура состоит в следующем. Не спеша, но быстро пройдитесь внутренним взором по телу и сбросьте зажимы. Обратите внимание сразу на всю поверхность своего тела как на одно целое. Представьте себе, что ваша кожа – это оболочка, которая вдруг быстро нагревается изнутри. Сфокусируйте внимание на поверхности тела. Представьте себе что угодно: кожа нагревается, или по ней бегут мурашки, или энергетические разряды. Главное, чтобы вы ощутили, что у вас есть кожа. А теперь ощутите, как будто энергия переливается по всей поверхности тела, как радужные разводы на мыльном пузыре. В этот момент вы являетесь частью Вселенной и находитесь с ней в равновесии. Не нужно стараться добиться каких-то особых ощущений. Каждый человек чувствует по-своему. Не нужно стараться вообще. Сделайте это как бы между прочим, но решительно. Интегральное ощущение поверхности вашего тела с переливами энергии и есть состояние релаксации, равновесия и единения с окружающим миром. После нескольких попыток у вас это начнет получаться мгновенно, и вскоре войти в состояние релаксации будет так же легко, как скрестить руки на груди.

Энергетические вампиры

Все мы плаваем в океане энергии. Но получить эту энергию не так просто, потому что она распределяется по отношению к человеку не дифференцированно. Чтобы сознательно получить ее, человек должен намеренно расширить свои энергетические каналы и осознанно пустить туда этот поток. Например, вы пьете воду осознанно и намеренно, но не можете с таким же ясным ощущением пустить в себя энергию. Человек, в принципе, имеет возможность намеренно «подзарядиться» от Космоса, но эта способность находится в зачаточном состоянии.

Гораздо проще получить чужую, уже усвоенную энергию. Этим пользуются так называемые энергетические вампиры. Она легко усваивается, потому что имеет определенную частоту. Чтобы получить чужую энергию, достаточно настроиться на эту частоту. Точно так же колебательный контур радиоприемника улавливает

не все радиоволны, а только те, на которые он настроен. Вампиры питаются уже усвоенной чужой энергией. Для этого они настраиваются на частоту ее излучения.

Вампир настраивается на частоту своей жертвы на подсознательном уровне. Внешне это может проявляться по-разному. Он вкрадчиво подходит с каким-нибудь незначительным вопросом, навязчиво заглядывает в глаза, старается прикоснуться, удержать за руку, пристает с разговорами, умеет подстроиться под характер и темперамент, в общем, закрадывается в душу и пытается нащупать фрейле своей жертвы. Это тип «вкрадчивого» вампира. Он, как правило, хороший психолог, общителен, но не обаятелен, а вязко навязчив, и это сразу чувствуется. Правда, он осведомлен о своей навязчивости и пытается по возможности таковым не казаться.

Другой тип вампиров относится к манипуляторам. Манипулятор, как вам известно, играет на чувстве вины человека. Такой вампир подсознательно ищет людей, потенциально расположенных отдать себя на чужой суд или попросить совета в затруднительном положении. Человек с малейшим комплексом вины также подсознательно ищет, кто бы его осудил и тут же помиловал. Поддержка и совет требуются тем, кто ставит свои убеждения под сомнение и отдает себя на чужой суд. Таким образом, вампир и донор находят друг друга и получают каждый то, в чем нуждается. Манипулятор с легкостью настраивается на частоту своей жертвы. Технология здесь очень простая: требуется лишь вскользь затронуть проблему, волнующую человека, как тот сразу же раскрывается и сам выкладывает свою энергию.

Третий тип вампира наиболее грубый и агрессивный – это «провокатор». Такой, особо не задумываясь, сразу идет в лобовую атаку и пытается вывести свою жертву из равновесия. Как действуют провокаторы, вам хорошо известно. Здесь используются все средства, начиная с неявного издевательства и кончая грубым давлением. Главное, чтобы донор вышел из себя, а что будет его реакцией – ответная грубость, раздражение, негодование, страх, неприязнь – не важно, все сгодится.

Энергетическим вампиром человек становится бессознательно. Так же бессознательно он стремится воспользоваться чужой энергией. В течение жизни он подмечает ситуации, в которых получает удовлетворение и прилив сил, а потом неосознанно стремится повторить наработанный опыт. Донор вампира после «сеанса» чувствует себя разбито. Если после общения с человеком вы

ощущаете подавленность, опустошенность, слабость или дрожь, значит, вами «воспользовались».

Однако львиную долю свободной энергии у людей забирают маятники. Как они это делают, вы уже знаете. Маятники получают энергию по каналу важности. В отличие от вампира, который действует короткое время, маятник может сосать энергию постоянно, пока человек транслирует свое излучение на частоте маятника. Мощность этого излучения пропорциональна важности.

Когда вас что-то тревожит и гнетет, ваша энергетика ослаблена. Интуитивно, на энергетическом уровне, это чувствуют окружающие люди и животные. Значит, осознанность и уверенность дали слабину. Именно вас среди прохожих на улице может облаять собака. Цыганка может пристать и выманить деньги. Энергетический вампир может получить от вас хорошую дозу энергии. Вы легко можете быть вовлечены в проблемную ситуацию.

Не нужно видеть в каждом человеке потенциального энергетического вампира. Напрягаясь по этому поводу, вы уже открываете доступ к своему биополю. Чтобы защититься от нежелательного воздействия, необходимо укреплять свою энергетическую оболочку, следить за уровнем важности и развивать в себе осознанность.

Осознанность позволит в нужный момент отдать себе отчет в том, что вас пытаются завлечь в игру или ловушку. Низкий уровень важности затруднит настройку на вашу частоту. Следует особенно обратить внимание на признаки наличия малейшего чувства вины. Если я пустой, меня не за что зацепить. Манипулятор, сделав одну-две безуспешных попытки, оставит вас в покое. Ну а прочная энергетическая оболочка будет служить надежной защитой от вторжения.

Защитная оболочка

Каждый человек окружен невидимой энергетической оболочкой. Обычный человек не способен ее почувствовать, но может представить. Ощутите всю поверхность своего тела, как это бывает, когда вы погружаетесь в горячую ванну. Я не говорю «попробуйте». Просто сделайте это. Когда вы не пробуете, а

делаете, получается сразу, и тренировки не нужны. Энергия распространяется как медленная волна из центра вашего тела, выходит на поверхность и превращается в шар. Вообразите шар вокруг себя. Это ваша энергетическая оболочка. Не важно, что она реально не ощутима. Уже одним лишь воображением вы делаете первый шаг к управлению оболочкой. Со временем придет и реальное ощущение.

Люди с развитыми экстрасенсорными способностями могут видеть как саму оболочку, так и все дефекты на ней. Каждый человек изначально уже имеет экстрасенсорные способности, просто они не используются, а потому находятся в дремлющем состоянии. Разбудить их можно путем длительных тренировок либо в один момент – это лишь вопрос силы намерения. Конечно, обрести такое намерение довольно трудно. Но для наших целей будет вполне достаточно привести свою энергетику в здоровое состояние. Слабая оболочка беззащитна перед насильственным вторжением.

Здоровую энергетику можно развить и поддерживать, регулярно выполняя специальную гимнастику. Это очень просто и занимает немного времени. Встаньте прямо, как вам удобно, не напрягаясь. Делайте вдох и представляйте себе, что энергетический поток выходит из земли, входит в область промежности, движется вдоль позвоночника (примерно на указанном выше расстоянии), выходит из головы и уходит в небо. Теперь делайте выдох и представляйте, что высоко с неба спускается поток энергии, входит в голову, движется вдоль позвоночника и уходит в землю. Вам не обязательно физически ощущать эти потоки. Вполне достаточно просто вообразить себе это. Со временем ваша чувствительность будет натренирована так, что вы научитесь их ощущать.

Затем представьте, как оба потока одновременно движутся навстречу друг другу, не пересекаясь, каждый в своем русле. Поначалу делайте это на вдохе и выдохе, но со временем постарайтесь отказаться от привязки потоков к дыханию. Вы можете силой воображения (намерения) ускорять потоки, придавать им мощь. Теперь представьте, что восходящий поток выходит и разливается над головой фонтаном. Аналогично нисходящий поток выходит и также разливается в противоположном направлении, как раз под ногами. У вас сверху и снизу два фонтана. Мысленно соедините брызги обоих так, чтобы оказаться внутри энергетической сферы. Затем обратите внимание на поверхность вашего тела. Просто почувствуйте поверхность кожи, а затем растяните это ощущение в сферу, подобно тому, как воздушный шар

расширяется, когда его надувают. Когда вы мысленно раздуваете поверхность кожи, сфера замкнутых энергетических фонтанов фиксируется. Все это делается без напряжения. Не нужно изо всех сил стараться что-то почувствовать.

Не беспокойтесь, что физически не ощущаете центральные потоки. Вы так к ним привыкли, что перестали их чувствовать, как и любой другой здоровый внутренний орган. Регулярно время от времени концентрируя внимание на потоках, вы вскоре почувствуете физическое ощущение. Не такое сильное, как, скажем, осязание, но достаточно реальное.

Вот это и есть энергетическая гимнастика. Замыкая потоки друг на друга в сферу, вы создаете вокруг себя защитную оболочку. Растягивая поверхностную энергию тела в шар, вы закрепляете эту оболочку в стабильном состоянии. Пользу от такой гимнастики трудно переоценить. Во-первых, оболочка защищает вас от поражения. Во-вторых, тренируя свою энергетику, вы прочищаете тонкие каналы. Пробки, препятствующие движению энергии, вылетают, а дырки в оболочке, через которые она расходуется, затягиваются. Все это происходит не сразу, постепенно. Но зато не нужно постоянно обращаться за помощью к рефлексотерапевтам и экстрасенсам. Вы сами восстанавливаете нормальную циркуляцию энергии.

Следует отметить, что энергетическая оболочка не может защитить от вампиров и маятников. Эти нахлебники качают энергию за счет настройки на вашу частоту. Когда маятник пытается зацепить жертву, та отклоняется от равновесия. В этот момент, чтобы провалить маятник, вам необходимо проснуться и сбросить важность. Мышцы расслабятся, энергетика придет в равновесие, и маятник провалится в пустоту. Ведь если вы сами не качаетесь, он не сможет забрать энергию. Осознанность необходима для того, чтобы постоянно контролировать те моменты, когда вы непроизвольно отклоняетесь от равновесия.

Повышение энергетики

Повышение энергетики вовсе не означает ее накопление. Это может показаться странным, потому что мы привыкли к фразам типа «мне не хватает энергии» или «я полон энергии». Накапливать можно только физиологическую энергию в виде

калорий. Для этого достаточно хорошо питаться и регулярно отдыхать. Свободную энергию человеку накапливать негде. Она приходит в тело из Космоса. Если каналы достаточно широкие – энергия есть, если они узкие – нет. Поэтому высокая энергетика – это прежде всего широкие каналы.

Свободная энергия всегда присутствует в каждой точке в неограниченном количестве – бери, сколько унесешь. Необходимо научиться впускать ее в себя и ощущать себя частью Вселенной. Это не должно быть каким-то единовременным актом. Необходимо постоянно стремиться к ощущению энергетического единства с окружающим миром.

Человеку кажется, что если он накопит много энергии, он станет сильным и сможет добиться успеха. Такое накопление служит лишь подготовкой к воздействию на мир силой внутреннего намерения. Как вам уже известно, попытки изменить или победить мир силовыми методами – дело крайне трудное, неблагодарное, неэффективное и, следовательно, требующее больших затрат энергии. Человек, взаимодействуя с миром силой внутреннего намерения, слишком много о себе мнит. На самом деле он просто капля в океане.

Внешнее намерение не изменяет мир и не борется с ним. Оно просто выбирает в этом мире то, что требуется. Внешнему намерению в «магазине пространства вариантов» нет необходимости ни выторговывать товары, ни отбирать их у продавцов. Для работы внешним намерением не нужно накапливать энергию. Ее и так навалом повсюду – мы буквально купаемся в ней. Накапливать – все равно что плавать в озере и держать за щеками воду про запас. Не старайтесь накопить энергию, а позвольте ей просто свободно проходить через вас в виде двух встречных потоков. Можете иногда замыкать эти потоки в два противоположных фонтана. Вот и все, что требуется.

Не стремитесь превратиться в сгусток энергии, а представьте себя каплей в океане. Признайте и ощутите, что вы едины с Вселенной, вы часть ее, и тогда вся энергия – в вашем распоряжении. Не концентрируйте энергию в себе, а слейтесь с энергией Вселенной. Расширьте свою энергетическую сферу и растворите ее в окружающем пространстве, не забывая при этом, что вы – отдельная частица. Тогда, лишь пошевелив мизинцем внешнего намерения, вы за некоторый промежуток времени сделаете то, что силой внутреннего намерения сделать невозможно никогда. Я говорю о достижении вашей цели, а не о внутреннем намерении двинуть кого-нибудь по физиономии. Сиюминутные потребности можно удовлетворить действительно только силой внутреннего

намерения.

Свободная энергия будет присутствовать в достаточном количестве, если энергетические каналы не заужены. Сужение энергетических каналов происходит по двум причинам: засорение организма и постоянное воздействие стрессов. В зашлакованном организме энергия не может циркулировать свободно. В стрессовых состояниях каналы зажимаются еще сильнее. Кратковременные всплески энергетического подъема обычно сменяются длительными периодами спада. В такие периоды человек не может жить полноценной активной жизнью, а влачит размеренное существование.

Со временем энергетические каналы все больше атрофируются. Это вызвано тем, что человек с возрастом перестает развиваться, входит в размеренный ритм жизни, и работа с каналами практически прекращается. Тренировка каналов происходит тогда, когда приходится использовать намерение на максимальном уровне. Добиваясь жизненно важных целей, человек стимулирует намерение, а следовательно, и каналы. Как только основные вершины взяты, планка намерения начинает постепенно снижаться. Вот и приходит время, когда вечером (и не только) хочется только одного – расплыться в кресле перед телевизором. Энергетические каналы узкие, энергии намерения нет, жизнь не в радость, а в тягость.

К счастью, все можно легко поправить. Для этого не потребуется заставлять свое намерение брать новые вершины. Энергетические каналы хорошо тренируются энергетической гимнастикой. Но будет еще лучше, если ощущение центральных потоков и тонкого тела вы будете по возможности всегда носить с собой. Это состояние несет в себе ряд преимуществ. Вы находитесь в гармонии и равновесии с окружающим миром, чутко реагируете на изменения в окружении и успешно двигаетесь по течению. Вы подключены к информационному полю – неограниченному источнику для творчества. Получаете доступ к энергии Космоса. Транслируете гармоничное излучение, что создает вокруг вас оазис благополучия и успеха. Но главное – действуете на грани единства души и разума, то есть ближе к внешнему намерению. Так ваша способность управлять внешним намерением развивается, а значит, желания начинают исполняться все быстрее и легче.

Будет достаточно время от времени в течение дня включать фонтаны энергетических потоков и пытаться мысленно их усилить, но без усердия, не напрягаясь. Если при этом вы ощущаете некоторую тяжесть в голове, значит,

восходящий поток по силе превосходит ни-сходящий. В этом случае следует сфокусировать внимание на нисходящем потоке и немного усилить его. Потоки должны быть в равновесии, так, чтобы центральная точка находилась где-то в середине тела. Из этой точки мысленно направляйте излучение на всю энергетическую сферу, при этом ощущение тонкого тела явно усиливается. Таким образом, вы должны получить комплексное ощущение восходящего и нисходящего потоков, соединенное с ощущением своего энергетического тела.

Если сконцентрировать внимание на нисходящем потоке, энергетический центр переместится вниз. И наоборот, если сосредоточиться на восходящем потоке, энергия будет накапливаться в верхней части тела. Помимо этого физический центр тяжести будет перемещаться так же, как и энергетический. Это свойство можно использовать в спорте. Если требуется устойчивость на ногах, как, например, в горных лыжах, стоит усилить нисходящий поток. А если нужно прыгать, то усилить восходящий поток. Мастерам восточных единоборств хорошо известны эти свойства энергетических потоков. Есть такие специалисты, которых практически невозможно сдвинуть с места, если они сконцентрировались на нисходящем потоке. И наоборот, если мастер сконцентрировался на восходящем потоке, он может выполнять невообразимые прыжки.

Выполняя физические упражнения, обращайте внимание на центральные потоки. Не следует это делать слишком старательно – усердием вы ничего не добьетесь. Просто бросайте иногда внутренний взгляд на область перед позвоночником и представляйте, как восходящий поток движется вверх, а нисходящий вниз. Если вы регулярно будете мысленно двигать центральные потоки, постепенно разовьется свободный навык их ощущения. Может показаться, что некоторые движения никак не согласуются с визуализацией потоков. Не торопитесь, со временем вы научитесь легко соотносить любые движения с ощущением потоков.

Если вы занимаетесь силовыми упражнениями, вы можете ощутимо повысить свою энергетику, концентрируя внимание на центральных потоках. Когда делается движение с напряжением сил, внимание обращено на мышцы. Когда делается возвратное движение, при котором мышцы расслабляются, внимание переключается на центральные потоки. Момент расслабления нужно задержать на одну-две секунды и почувствовать движение потоков.

Возьмем для примера подтягивание на перекладине. В начале подъема дыхание задерживается, выполняется подъем, делается выдох, внимание сосредоточено на усилии. Затем, при возврате вниз, делается вдох, мышцы расслабляются, и внимание переключается на центральные потоки. Представляйте, как во время расслабления энергетические потоки движутся одновременно в обоих направлениях. Необходимо до конца разогнуть локти и повисеть на расслабленных руках одну-две секунды. Тогда вы явно почувствуете энергетические потоки – они словно освобождаются и начинают неторопливо двигаться. В момент расслабления не нужно их ускорять, отпустите их и дайте им возможность двигаться свободно.

Выполняя отжимание от пола, центральные потоки можно, напротив, проталкивать с силой. Разогнув локти, одновременно мысленно с силой толкайте потоки на выдохе. Вдох и выдох в упражнениях делайте в таком порядке, как вам удобней, чтобы это не вызывало дискомфорта. Но вообще в большинстве силовых упражнений на фазе усилия дыхание задерживается или делается выдох, а на фазе расслабления – вдох.

Обратив внимание на потоки, вы тем самым уже стимулируете их усиление. Чередование напряжения и релаксации стимулирует их еще больше, если правильно направлять внимание. На стадии напряжения они остановились и сжались, как пружины. Во время расслабления пружины распрямляются, и сила потоков возрастает. После напряжения накопленная и сжатая энергия освобождается и буквально с силой проталкивается через центральные каналы.

Повышение энергетики не только повысит жизненный тонус, но и сделает вас более влиятельной фигурой. Ваше излучение станет более весомым. Это пригодится, когда необходимо будет на кого-либо повлиять или в чем-то убедить. Известны также силовые методы энергетического воздействия на людей, но они идут вразрез с принципом трансерфинга, который гласит, что вы не имеете права что-либо изменять, а можете только выбирать. С окружающим миром не нужно бороться и давить на него. Это очень малоэффективный способ достижения своих целей. Как вам известно, на силовое давление мир, как правило, отвечает тем же.

Чем выше ваша энергетика, тем лучше относятся к вам люди, потому что они подсознательно чувствуют энергию и даже в какой-то мере ее потребляют. Но обычные люди не подпитываются целенаправленно, подобно маятникам. Они словно купаются в чужой энергетике, если энергия в избытке переливается

через край ваших «фонтанов».

Конец ознакомительного фрагмента.

Купить: https://tellnovel.com/vadim-zeland/transerfing-real-nosti-stupen-iii-vpered-v-proshloe

надано
Прочитайте цю книгу цілком, купивши повну легальну версію: Купити