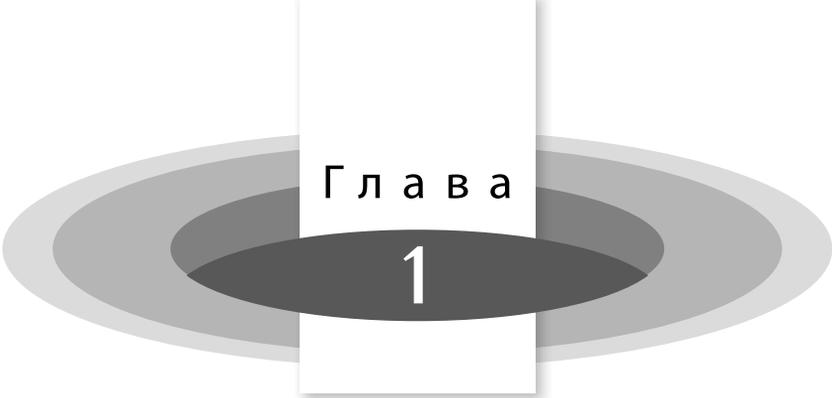


ОГЛАВЛЕНИЕ

Глава 1. ЧТО ТАКОЕ АУРА	9
Приходилось ли вам ощущать энергетическое поле ауры?	11
Свойства ауры	21
Упражнение	33
<i>Отталкивание и притягивание ауры</i>	<i>33</i>
Глава 2. ОЩУЩЕНИЕ АУРЫ	36
Упражнения	40
1. Развитие способности ощущать и воспринимать свои тонкие энергии	40
2. Развитие способности посылать и ощущать разные виды энергии	44
3. Обнаружение вторжений в ауру	49
Глава 3. ЗРИТЕЛЬНОЕ ВОСПРИЯТИЕ АУРЫ	52
Глазные упражнения с карточками	56
Упражнения	57
1. Карточка «Спираль»	57
2. Карточка «Четкость цвета»	60
3. Карточка «Контрастный световой сдвиг»	66
4. Карточка «Движение глаз»	69
Оптимальные условия для зрительного восприятия ауры	71
Зрительное восприятие ауры других людей	76
Глава 4. ИЗМЕРЕНИЕ ПОЛЯ ВАШЕЙ АУРЫ	79
Изготовление «волшебной лозы»	81
Измерение ауры с помощью «волшебной лозы»	88
Возможности маятника	92
Обнаружение ауры с помощью маятника	103

Глава 5. ЗНАЧЕНИЕ ЦВЕТОВОЙ ГАММЫ АУРЫ	106
Значение цветов	112
Цвета радуги	113
<i>Красный</i>	113
<i>Оранжевый</i>	114
<i>Желтый</i>	114
<i>Зеленый</i>	115
<i>Синий</i>	115
<i>Фиолетовый и пурпурный</i>	116
Другие цвета ауры	117
<i>Розовый</i>	117
<i>Золотой</i>	117
<i>Белый</i>	118
<i>Серый</i>	118
<i>Коричневый</i>	119
<i>Черный</i>	120
<i>Серебристые блестки</i>	121
Определение основных цветов ауры	123
Зрительное восприятие здоровой ауры и интерпретация увиденного	128
Глава 6. УКРЕПЛЕНИЕ И ЗАЩИТА АУРЫ	134
Упражнения	141
1. <i>Как уберечь себя от истощения сил</i>	141
2. <i>Техника энергетического дыхания</i>	144
3. <i>Очищающая воронка</i>	147
4. <i>Создание срединного столпа</i>	149
Влияние на ауру ритуального песнопения	157
Примеры мантр	159
1. <i>Ом</i>	159
2. <i>Ом мани падме хум</i>	162
Золотое брачное одеяние	164
ОБ АВТОРЕ	174



Глава

1

ЧТО ТАКОЕ АУРА

Аура есть у каждого человека. Любой из нас видел или ощущал аурические поля других людей. Проблема состоит в том, что большинство людей не обращают внимания на эти ощущения или неправильно понимают их.

Мистики со всех частей света говорят о свечении, которое они видят вокруг головы человека. Но, чтобы хорошо видеть и ощущать ауру, совсем не обязательно быть мистиком. Каждый человек может этому научиться. В данном процессе нет ничего магического; нужно лишь признать существование ауры и внимательно относиться к своим ощущениям. Для этого вам потребуется кое-что узнать и понять, попрактиковаться, затратив какое-то время, и проявить настойчивость. Ниже вы найдете вопросы, касающиеся ауры. Если вы можете дать утвердительный ответ на один или более вопросов, значит, вы уже ощущали на себе энергию ауры.

Очень хорошо видят и ощущают ауру дети. Эти свои ощущения они часто выражают в рисунках. Вокруг нарисованных фигур дети изображают тени необычной цветовой гаммы, таким образом передавая увиденные тонкие энергии.

Очень часто такие рисунки вызывают у взрослых возгласы: «Почему небо вокруг мамы пурпурное?», «Почему у тебя кошка зеленого и розового цвета?», «Почему ты нарисовал брата синим?» Рисунки не означают, что кошка с точки зрения ребенка на самом деле выглядит зелено-розовой, а брат — синим. Просто ребенок ощутил эти цвета ауры и затем с помощью цветных карандашей выразил свои впечатления. К сожалению, подобные комментарии лишь способствуют тому, что это утонченное восприятие у ребенка впоследствии отключается.

Существует множество определений ауры. Между тем в первую очередь следует отметить, что аура представляет собой энергетическое поле, окружающее все одушевленные и неодушевленные предметы. Любой объект, состоящий из атомов, имеет ауру, то есть окружающее его энергетическое поле. Каждый атом любого вещества состоит из электронов и протонов,

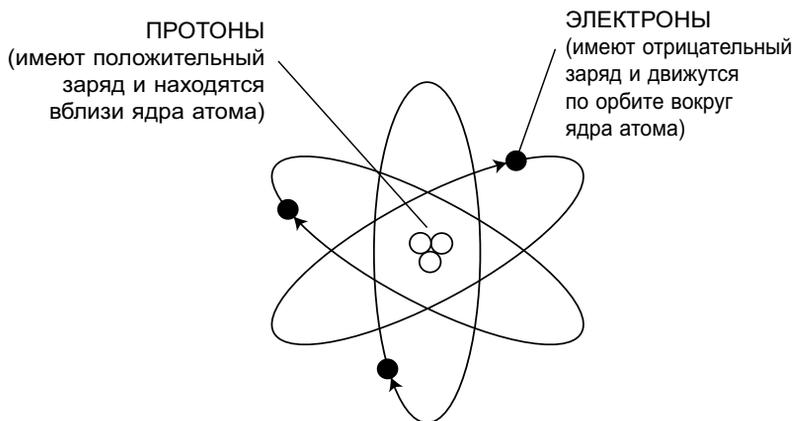


Рис. 1. Энергетические вибрации атомов

находящихся в постоянном движении. Эти электроны и протоны представляют собой вибрации электрической и магнитной энергии (см. рис. 1). Атомы живых существ и растений более активны и вибрируют сильнее, чем атомы неодушевленных предметов. Поэтому энергетические поля деревьев, растений, животных и людей определяются и воспринимаются легче.

Приходилось ли вам ощущать энергетическое поле ауры?

(Если вы можете ответить «да» на какие-либо из приведенных ниже вопросов, значит, вы ощущали на своей ауре влияние внешнего энергетического поля.)

1. Ощущаете ли вы опустошение, находясь в обществе некоторых людей?
2. Ассоциируются ли у вас какие-то определенные цвета с людьми? (Например, можете ли о ком-то сказать: «Я всегда представляю его в желтом цвете».)
3. Вы когда-нибудь чувствовали, что кто-то пристально смотрит на вас?
4. Вызывал ли у вас кто-нибудь мгновенную симпатию или неприязнь?
5. Ощущали ли вы когда-нибудь, как чувствует себя другой человек, невзирая на его поведение?



6. Доводилось ли вам ощущать присутствие другого человека до того, как вы на самом деле слышали или видели его?
7. Могут ли определенные звуки, цвета и запахи заставить вас почувствовать себя более комфортно или, наоборот, дискомфортно?
8. Вызывают ли у вас грозы нервозность и раздражение?
9. Ощущаете ли вы, что одни люди вдохновляют и заряжают вас энергией больше, чем другие?
10. Приходилось ли вам когда-либо, войдя в помещение, ощутить скованность, нервозность или раздражение? Хотелось ли вам в каких-то помещениях остаться надолго? Хотелось ли срочно покинуть то или иное помещение?
11. Приходилось ли вам, проигнорировав или отклонив свое первое впечатление о ком-либо, впоследствии убеждаться, что оно было верным?
12. Кажется ли вам, что в одних помещениях находиться приятнее и комфортнее, чем в других? Можете ли вы определить отличия одного помещения от другого? Замечали ли вы, чем в этом отношении комната вашего брата/сестры (родителей, детей) отличается от вашей?

Человеческая аура является энергетическим полем, которое окружает физическое тело во всех направлениях. Аура трехмерна. У здорового человека она образует вокруг тела форму эллипса или яйца (см. рис. 2). Обычно у среднестатистического чело-

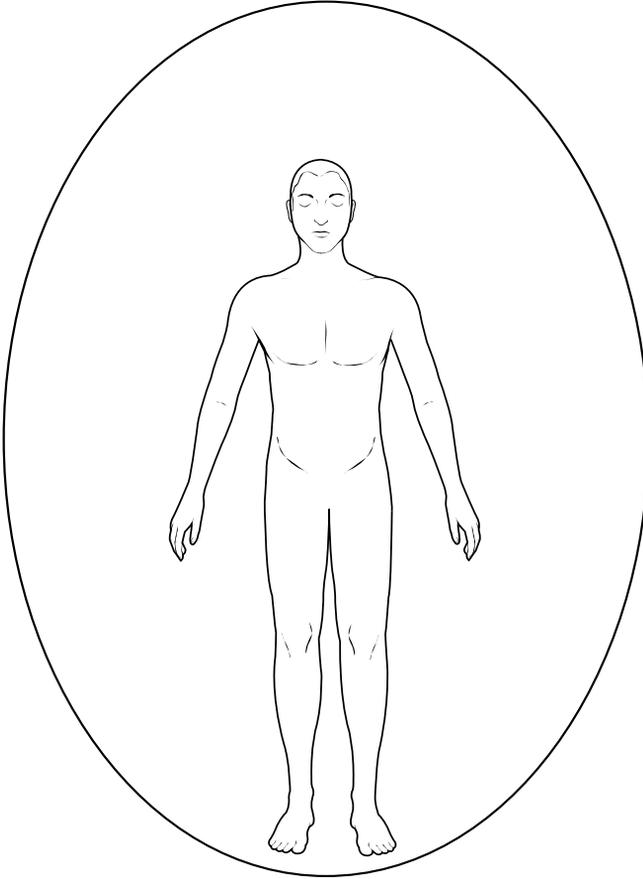


Рис. 2. Аура человека

Аура полностью окружает физическое тело. Она является трехмерной и у здорового человека имеет форму эллипса. Форма, размер, цвет и яркость цвета ауры указывают на индивидуальные особенности вашего физического, эмоционального, ментального и духовного здоровья.



Рис. 3. Нимб

Нимб можно увидеть на большинстве художественных изображений древних мистиков и наставников. Легче всего различить излучение ауры именно вокруг головы. Чем лучше у вас здоровье, чем выше духовное развитие, тем сильнее световые излучения, идущие от вашего тела. Нимб часто считается символом духовной просвещенности.

века аура распространяется от тела на расстояние в 8–10 футов*. Я слышал, что ауры древних учителей могли распространяться от тела на несколько километров. Считается, что в этом состояла одна из причин их умения привлекать большое число последователей где бы то ни было. Стоит отметить, что нередко учителей и наставников человечества было принято изображать с нимбом. Нимб — это часть ауры, которую легче всего увидеть обычному человеку (см. рис. 3).

* Один американский фут равен 30,48 см. — *Примеч. ред.*

И хотя сведения о размере и мощности ауры древних учителей не имеют подтверждения, доподлинно известно, что чем здоровее человек физически и духовно, тем сильнее будет вибрировать его энергия, и тем дальше от его физического тела будет распространяться аура. Чем жизнеспособнее ваша аура, тем больше у вас энергии для осуществления своих планов. Чем сильнее ваша аура, тем меньше вероятность того, что вы подвергнетесь воздействию внешних сил.

Если внешние воздействия легко могут нанести вред человеку, значит, его аурические поля являются слабыми. Такое состояние ауры может привести к тому, что человек будет гораздо податливее по отношению к посторонним манипуляциям и начнет быстрее утомляться. Ослабленная аура может вызывать у человека ощущения, присущие неудачникам, проблемы со здоровьем, а также утрату способности эффективно действовать во многих или во всех жизненных ситуациях. Как вам предстоит узнать из этой книги, контроль над вашим окружением начинается с контроля над вашей энергией. Методы укрепления и увеличения аурического поля для различных целей описаны в последней главе.

Аура, или энергетическое поле, человека включает в себя два аспекта. Во-первых, ауру, как описано в традиционной метафизике, составляют энергии ваших тонких тел. Эти тонкие тела представляют собой слои энергии различной интенсивности, которые окружают и пронизывают ваше физическое тело (см. рис. 4). Их основная функция заключается в том, чтобы оказывать

Ослаблению ауры способствуют:

- 1) плохое питание;
- 2) недостаток физической активности;
- 3) недостаток свежего воздуха;
- 4) недостаток отдыха;
- 5) стресс;
- 6) алкоголь;
- 7) наркотики и сильнодействующие лекарства;
- 8) курение;
- 9) другие вредные привычки;
- 10) неправильно организованная психическая деятельность.

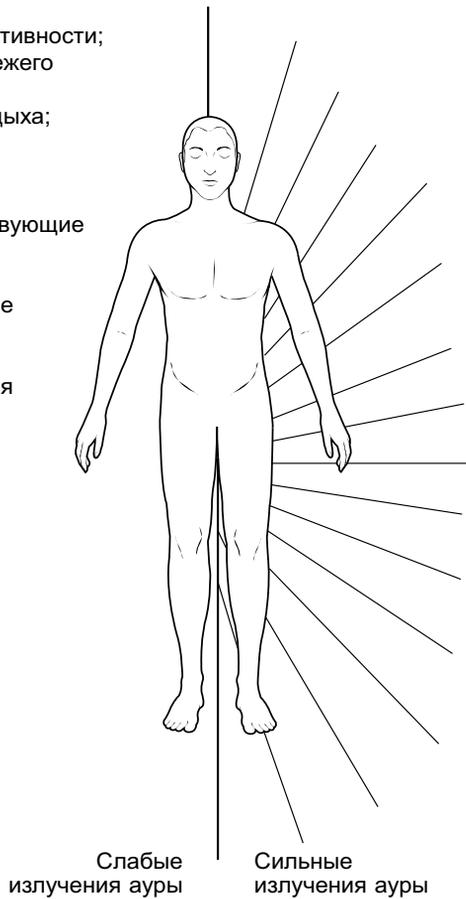


Рис. 4. Слабые и сильные излучения ауры

Чем сильнее аура и ее вибрация, тем лучше у вас здоровье и тем меньше вероятность того, что вы попадете под воздействие внешних сил.

помощь в координации и регулировании деятельности души в материальном мире. Особенности тонких тел в этой книге не рассматриваются. Достаточно, если вы просто будете считать их составной частью аурического поля.

Во-вторых, составной частью аурического поля являются энергии, излучаемые самим физическим телом. Ни них мы и сосредоточимся.

Приятно жить в такое время, когда современная наука и технология имеют возможности обнаруживать и контролировать любые энергетические поля, и особенно те, которые принадлежат человеческому телу. Согласно данным современной науки, человеческое тело состоит из энергетических полей. Энергетические излучения, идущие от тела, включают в себя электрические, магнитные, звуковые, тепловые, световые и электромагнитные поля (см. рис. 6). Некоторые из этих энергетических полей создаются внутри тела. Другие поля тело получает извне, и затем они преобразуются. Данный процесс происходит за счет естественного взаимодействия между энергетическими полями. Такое взаимодействие мы подробно опишем в этой главе. Оно может рассматриваться как особого вида естественный осмос между вашими энергиями и энергиями окружающего вас мира: вы поглощаете энергию растений, деревьев, цветов, животных и даже самой земли.

В древних обычаях коренных американцев и других народов мира значимость и сила природных тотемов складывалась в том числе из того, что путем объединения с энергией этого тотема человек повышал

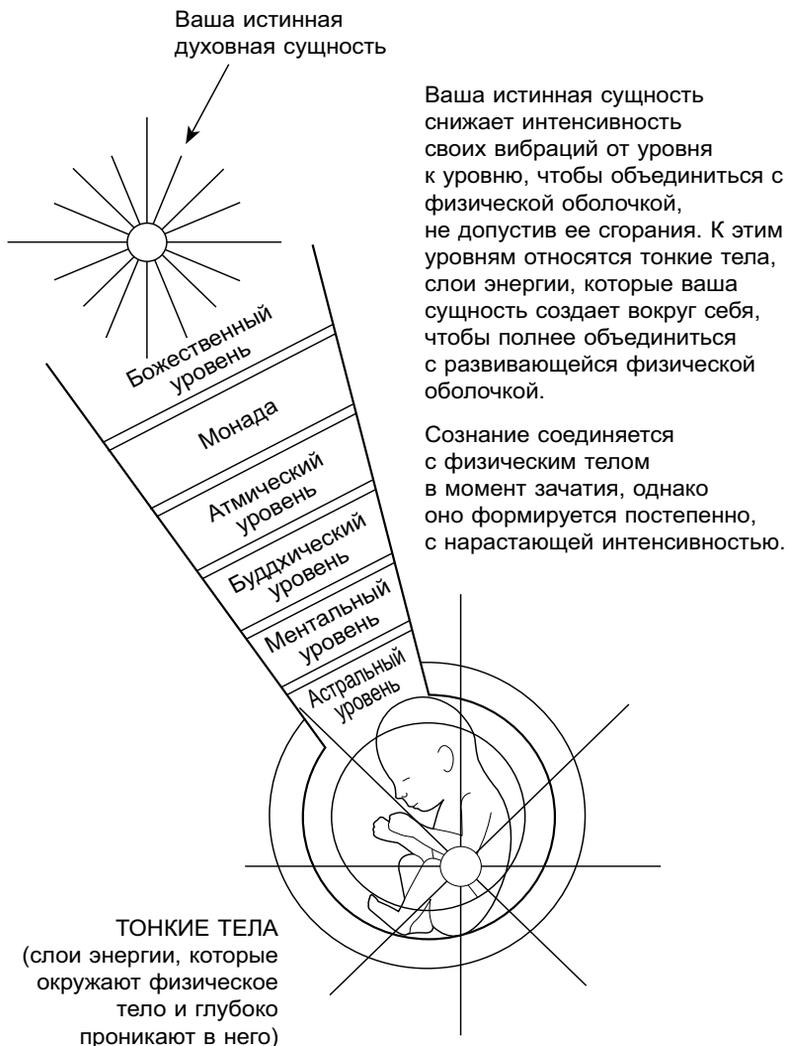


Рис. 5. Тонкие тела, входящие в состав ауры

свою собственную энергию. Чем теснее был контакт и точнее — настройка на тотем, тем сильнее становился человек. В главе 4 мы будем рассматривать измерение ауры, и вы увидите, что при непосредственном контакте с землей или элементами природы аура становится сильнее и больше. Попробуйте воздействовать на ауру, стоя на земле босыми ногами и в обуви. Вы заметите ощутимые изменения.

Энергии природы легко поглощаются и преобразуются телом человека. Распространенной формой исцеления и восстановления сил является поездка к морю. В морском климате содержатся четыре базовых элемента жизни: Огонь — солнце, Воздух — морской бриз, Вода — море и, конечно, Земля. Человеческое тело способно поглощать и превращать эти элементы в исцеляющие энергии, которые укрепляют всю его энергетическую систему — в физическом плане и в других отношениях. Связь и контакт с четырьмя природными элементами восстанавливает в человеке энергетический баланс.

Однако аура состоит не только из энергий, поглощенных и преобразованных из элементов природы. Существует также едва уловимое взаимодействие человеческого тела с энергетическими полями небес (см. рис. 5). Излучения небесных светил — как часто описывается в астрологии — также поглощаются человеком и превращаются в источники его энергии. Одни планеты могут влиять на человека сильнее, чем другие. Имейте в виду, что каждый из нас имеет свою уникальную энергетическую систему, и способ ее вза-

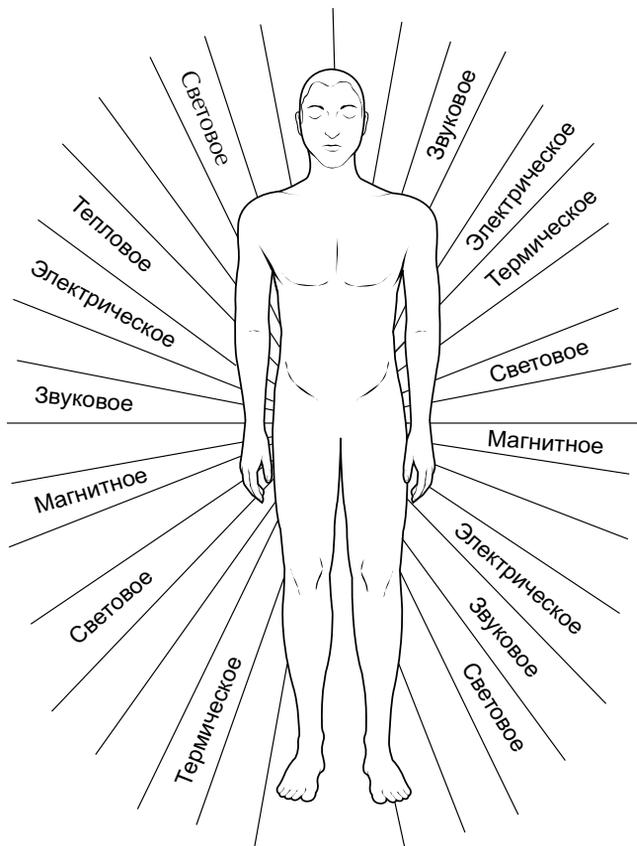


Рис. 6. Энергетические излучения физического тела

Существуют различные энергетические поля, которые излучаются физическим телом и окружают его. К ним относятся световые, электрические, тепловые и термические, звуковые, магнитные, электромагнитные и другие поля. Существуют научные способы измерения этих тел. Они помогают доказать, что человеческое тело представляет собой энергетическую систему.

имодействия с тонкими энергиями окружающей среды у каждого индивидуален. Так или иначе, достаточно непродолжительного обучения и самонаблюдения, чтобы улучшить свое восприятие этих энергий и научиться обращаться с ними более продуктивно.

Вам необходимо знать, как ваше аурическое поле взаимодействует с внешними силами и энергиями. Вы должны понимать, как ваша аура влияет на других людей и как их энергии влияют на нее. Вам следует научиться определять границы и мощность ваших энергетических полей, а также периоды, когда важно укреплять, уравнивать и очищать вашу ауру. Вы должны научиться ощущать, когда ваша аура теряет энергию. Чтобы хорошо себя чувствовать, как в физическом, так и в других отношениях, вам необходимо иметь представление и об этих едва уловимых энергиях, и о более осязаемых энергиях вашего тела.

Свойства ауры

Вы начнете лучше воспринимать и осознавать свою ауру, если поймете, в чем состоят ее основные свойства.

1. Любая аура имеет свою индивидуальную частоту.

Любое энергетическое поле уникально. Невозможно найти два полностью одинаковых энергетических поля, существуют только похожие. В состав ауры могут входить звуковые, световые и электромагнитные



поля, но их мощность и интенсивность будут у разных людей различаться. Каждый человек имеет свою индивидуальную частоту.

Если частота вашей ауры близка к частоте другого человека, между вами возникает естественная гармония. Вы гораздо легче сходитесь именно с такими людьми. Нередко считают, что данная гармония является признаком существования отношений в прошлой жизни. Вполне возможно, что в некоторых случаях это и так, но зачастую причина гармоничных отношений заключается именно в сходном строении ауры. У таких людей близкие частоты на физическом, эмоциональном, ментальном и/или духовном уровнях, и это не зависит от отношений в прошлой жизни.

С другой стороны, есть люди, частота ауры которых сильно отличается от вашей. Из-за этого у вас может возникнуть мгновенная неприязнь к такому человеку, чувство дискомфорта, беспокойство в его присутствии и т. д. Зачастую те едва уловимые первые впечатления, которые вы получаете (или производите на кого-то), отражают способ, с помощью которого ваша аура настраивается на частоту другого человека. Возникающие при этом неприятные ощущения не всегда означают, что человек плохой; скорее всего, на данном этапе два энергетических поля — ваше и его — не попали в резонанс друг с другом. Первоначальный диссонанс может перейти в гармонию, когда вы встретитесь с этим человеком спустя длительное время. Часто так происходит в тех случаях, когда отношения складываются по принципу притяжения противоположностей.

Попрактиковавшись, вы научитесь регулировать и изменять частоту вашей ауры, а значит, легко приспособиться к другим людям и без труда устанавливать с ними отношения. Такие навыки связаны с древними методами оборотней. Вы должны уметь согласовывать энергию своей ауры с окружающей средой и аурами других людей. Как правило, данный процесс происходит естественным образом и часто является мягкой формой самозащиты. Научившись сознательно контролировать его, вы сумеете взаимодействовать с другими энергетическими полями в необходимой степени — мягко или интенсивно.

2. Ваша аура постоянно взаимодействует с аурическими полями других людей.

Ваша аура обладает сильными электромагнитными свойствами, поэтому вы постоянно излучаете и поглощаете энергию. Каждый раз, когда вы вступаете в контакт с другим человеком, происходит обмен энергиями (см. рис. 7). Вы можете отдавать часть своей энергии (электрическое свойство) и поглощать часть их энергии (магнитное свойство). Чем больше число людей, с которыми вы взаимодействуете, тем интенсивнее происходит энергетический обмен.

Если вы не знаете об этом обмене, то к концу дня можете накопить много энергетического мусора: вероятно, почувствуете себя опустошенным, будете испытывать непонятно откуда взявшиеся эмоции, в вашей голове начнут прокручиваться странные мысли. У каждого из нас бывали дни, когда

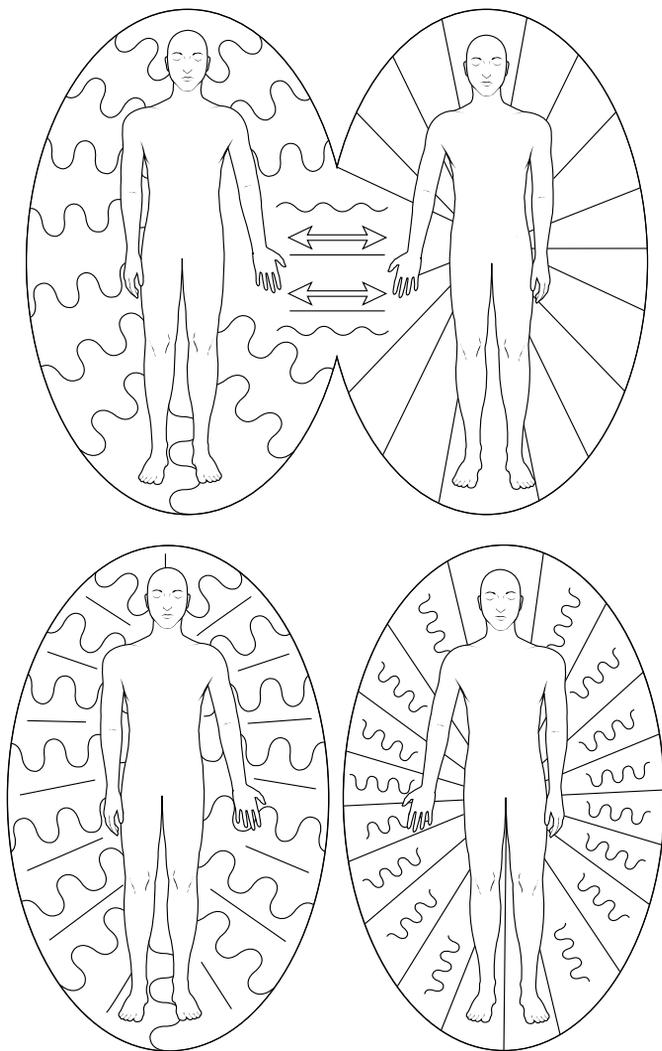


Рис. 7. Энергетический обмен при взаимодействии аур

нам казалось, что мы слегка сошли с ума. Причина таких ощущений заключается не столько в нас самих, сколько в энергии, которую вы накопили при контакте с другими людьми в течение дня.

Все мы знакомы с людьми, которые при общении оказывают на других опустошающее воздействие. Разговор с ними, даже по телефону, может обессилить. Когда такой собеседник уходит или вешает трубку, вы часто чувствуете себя так, словно в вашем желудке пробито отверстие. Энергетический обмен данного типа вреден: происходит лишь отток энергии из вашей ауры. Упражнения, приведенные в последней главе, помогут вам ежедневно уравнивать вашу ауру, поддерживая ее вибрации и предотвращая подобного рода взаимодействие.

3. Энергетическое поле человека может также взаимодействовать с энергетическими полями животных, растений, минералов и других объектов.

Все объекты, одушевленные и неодушевленные, благодаря своей атомной структуре имеют энергетические поля. Энергетические поля одушевленных объектов сильнее и обнаруживаются гораздо легче, чем поля неодушевленных объектов, но и те и другие могут быть использованы для укрепления вашего индивидуального энергетического поля.

Пребывание на природе уравнивает и очищает ауру. Обычай обнимать деревья следует признать мудрым и полезным: у деревьев очень активные энергетические поля, и они динамично взаимо-

действуют с энергетическими полями людей. Каждое дерево, как и каждый человек, имеет свою индивидуальную частоту. Взаимодействие с деревьями разных пород вызывает различные результаты. Если в течение 5–10 минут посидеть под ивой, это облегчит головную боль. Результатом энергетического взаимодействия человека с соснами является очищение: эти деревья вытягивают и поглощают из ауры человека негативные эмоции, в особенности чувство вины. (При этом соснам не причиняется вред, так как они впитывают эти негативные энергии и используют их для себя в качестве удобрения.)

Сейчас вновь стали популярны кристаллы и камни. Это произошло благодаря их электромагнитным свойствам. Энергия, выделяемая кристаллами и камнями, легко поглощается аурическим полем человека. В главе 4 приводятся упражнения для измерения ауры. Они позволят вам провести эксперимент, который даст вам возможность убедиться в результатах воздействия на ауру кристаллов и деревьев. Несколько минут подержите в руках кристалл или на несколько минут обнимите дерево, а затем измерьте вашу ауру. Сравните результаты с первоначальными данными измерений. Вы увидите, что ваша аура увеличилась в размерах.

У животных тоже есть ауры, и они также воздействуют на вас. В нескольких районах страны проводились исследования по выявлению воздействия домашних животных на людей преклонного возраста и больных.

Поглаживание животных не только способствует снижению кровяного давления, но и уравнивает ауру, стабилизирует физические, ментальные и духовные энергии. Вспомните особенность взаимодействия людей с тотемами, о которой мы упоминали, обсуждая первое свойство ауры. Она актуальна и в связи с третьим свойством ауры, о котором идет речь сейчас.

4. Чем продолжительнее и ближе контакт, тем лучше энергетический обмен.

Ваша аура оставляет свои отпечатки на всем, с чем вы взаимодействуете. Это может быть другой человек, часть окружающей среды или даже предмет. Чем продолжительнее и ближе контакт, тем отчетливее будет отпечаток. Благодаря электромагнитному свойству вашей ауры вы намагничиваете места и предметы. Привыкнув сидеть на каком-то определенном стуле, вы оставляете вокруг него отпечатки своей энергии, он становится «вашим». Если в детстве у вас была своя комната, то вы знаете, что ее атмосфера отличалась от атмосферы комнаты родителей либо комнаты вашего брата или сестры.

Ваша аура заряжает окружающую обстановку тем видом энергии, который гармонирует с вашей собственной энергией. Многие люди не могут спать нигде, кроме собственной кровати. На других кроватях нет тех видов энергии, которые были бы комфортны для них. Период привыкания к кроватям, предметам одежды, новым домам и прочим вещам — это время,

которое требуется вашей ауре для того, чтобы намагнитить и настроить окружающую среду или предмет на вашу энергетическую частоту.

Одеяло ребенка или его любимая мягкая игрушка намагничиваются энергией его ауры. Игрушка или одеяло поглощают энергию. Взаимодействие с одеялом или игрушкой является для ребенка способом подзарядки, восстановления равновесия и контакта с его собственным основным видом энергии. Именно поэтому, когда после трудного дня ребенок держит в руках или прижимает к себе игрушку или одеяло, они оказывают на него успокаивающее воздействие. Дети используют запасы энергии, накопленные в игрушке или одеяле. Они всегда расстраиваются, когда их любимые предметы кладут в стиральную машину, потому что чувствуют: при стирке игрушка или одеяло очищаются от накопленного заряда энергии.

Этот же принцип работает в связи с платками и ковриками для молитвы и медитации. Они заряжены энергией определенной частоты, соответствующей процессу медитации и чтения молитвы. Таким образом, каждый раз, когда платок или коврик используется для этих целей, их энергия активизируется, и человеку удастся гораздо легче войти в медитативное состояние и удержать его.

В основе психометрии (считывания вибраций с предметов) лежит результат непосредственного взаимодействия ауры человека с аурой предмета. Чем дольше человек контактировал с предметом, тем сильнее предмет заряжается энергией, сходной с энерги-

ей своего владельца. Если потом эту вещь возьмет в руки восприимчивый человек, то он сможет считать энергетические отпечатки, которые позволят ему понять сущность ее владельца.

Чем дольше вы подвергаетесь воздействию определенных видов энергии, тем сильнее они на вас влияют и тем сильнее вы влияете на них. Если энергетическое поле какого-то человека сильнее вашего, оно может вызвать в вашем поле либо резонанс и позитивный отклик, либо противоположные реакции. Поэтому давление со стороны ваших друзей является мощным воздействием. Энергия целой группы сильнее энергии обычного человека. Чем ближе контакт между группой и отдельным человеком, тем больше аура человека гармонирует с аурой группы и отражает ее особенности.

Близкий контакт, такой как сексуальное взаимодействие, может очень замысловато переплести аурические энергии людей. Секс создает мощный и глубокий обмен энергиями между аурами вовлеченных в него людей. Такие энергетические связи и «мусор» могут существовать намного дольше, чем те, которые возникают при обыденном общении. Их достаточно трудно смыть и уравновесить, для этого требуется время. Независимо от ваших убеждений, такого явления, как «свободный секс», не существует. Если человек неразборчив в сексуальных контактах и вступает в очередную интимную связь, не порвав прежние энергетические соединения, он на тонких уровнях может переплести энергии множества разных людей.

Чем продолжительнее и ближе контакт с другим человеком, тем утонченнее и сильнее взаимодействие их аурических полей. Родители (особенно матери) делятся своей аурической энергией с детьми на протяжении всей жизни. При существовании прочных отношений происходит динамичное сплетение этих энергий и совместное пользование ими. При смерти человека трагедия его близких отчасти состоит и в том, что энергия умершего у них отнимается. Чем ближе и интимнее отношения, тем больше времени может потребоваться на такое энергетическое распутывание. Даже в семьях, где, казалось бы, не было особой близости, возникает неуловимое ощущение пустоты, так как энергия умершего родственника высвобождается и удаляется из энергетического поля тех, кто остается в материальном мире.

5. Аура — и изменения внутри нее — отражает физические, эмоциональные, ментальные и духовные стороны человека.

Цвет, его яркость, размер и форма ауры, а также другие ее характеристики предоставляют информацию о состоянии здоровья и самочувствии человека. Позже вы убедитесь, что увидеть ауру несложно. Как правило, гораздо сложнее объяснить то, что вы видите.

В большинстве случаев слабое поле ауры делает человека более восприимчивым к внешнему воздействию (см. рис. 8) — к болезням, к эмоциональным или ментальным нарушениям. Наглядный пример — самочувствие сотрудников в крупных офисах. Если вы отдохнули, шум в офисе: стук по клавишам и зву-

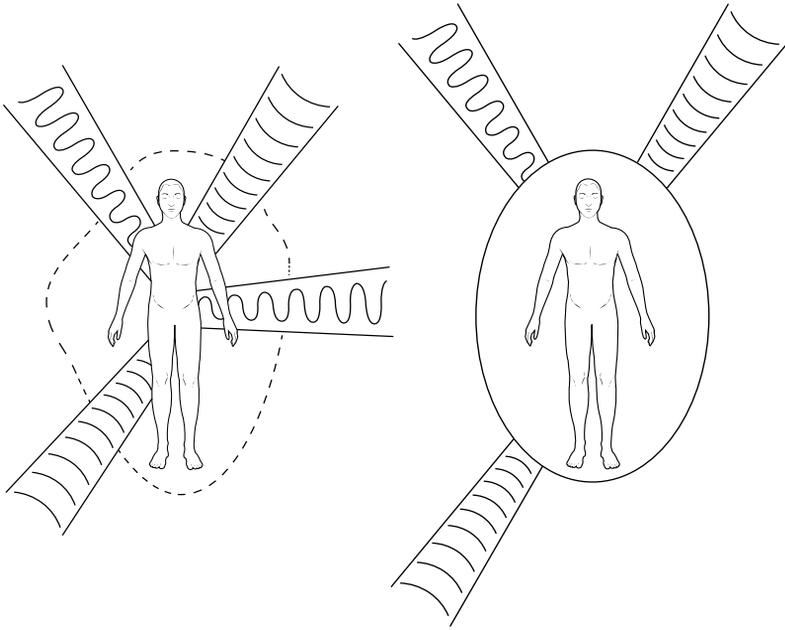


Рис. 8. Примеры воздействия на слабую и сильную ауру

Если ваша аура ослаблена, то вы в большей степени подвержены влиянию внешних сил — физических, эмоциональных, ментальных и духовных. Сильная аура может отталкивать или останавливать внешнее воздействие, предотвращая нарушения баланса.

ки, производимые другой офисной техникой, — вас не беспокоит. Вы легко можете не замечать его. Но когда вы устаете от дневных дел и ваша энергия ослабевает, вибрация ауры уменьшается, и вы легче подвергаетесь воздействию окружающих вас шумов. Они обрушиваются на вас, проникают в поле вашей ауры, вызывая раздражение и нарушение равновесия. Чем лучше вы осознаете это, тем легче вам принять меры

для того, чтобы сохранить вашу ауру в уравновешенном и защищенном состоянии.

Каждый раз, когда вы проявляете сильную эмоциональную реакцию на что-то, в вашей ауре происходит соответствующее изменение. Это может повлиять на цвет, форму или любые другие ее характеристики. Такая же ситуация возникает при ментальных и духовных реакциях. Отражаются на вашей ауре и действия, которые вы совершаете. В главе 5 объясняется, как интерпретировать воспринимаемые характеристики ауры, особенно цветковые.

Цвета ауры и их интенсивность могут резко меняться в течение дня. Данные изменения зависят от того, что происходит или происходило в вашей жизни. Как правило, существует одна или две более устойчивые цветковые вибрации. Они могут отражать образ жизни, который вы ведете в течение определенного периода (от одного месяца до одного года). Количество цвета может служить соответствующим индикатором для этих периодов.

Например, избыток зеленого цвета в ауре на протяжении 4–6 футов от тела иногда указывает на период развития и изменений, длящийся от 4 до 6 месяцев. Однако не нужно всегда строго ограничиваться этим объяснением. В течение одного дня могут происходить различные изменения цвета — наложения на основной вид энергии, которым вы обладаете в данный момент вашей жизни. Так, внутри этого зеленого будут другие цвета различной интенсивности, отражающие разные аспекты развития и измене-

ний. Именно это явление затрудняет интерпретацию увиденного в ауре. В таких случаях приходится действовать методом проб и ошибок, а также развивать и использовать интуицию.

Упражнение

Отталкивание и притягивание ауры

Предлагаемое упражнение может быть легко выполнено вами и кем-то из ваших друзей. Это хороший способ доказать, что энергетическое поле вокруг вас прочно связано с физическим телом и оказывает на него мощное воздействие.

1. Попросите вашего друга встать к вам спиной.
2. Встаньте за спиной друга на расстоянии около 3 футов, поднимите руки перед собой так, как будто вы собираетесь толкать его (см. рис. 9).
3. Медленно вытяните руки, как бы проталкивая вперед невидимую стену.
4. Затем притяните вытянутые руки назад, как будто вы притягиваете невидимую стену к себе.
5. Повторите эти движения. Отталкивайте. Притягивайте. Вперед. Назад. Совершайте движения медленно и осторожно.
6. С помощью этих движений вы отталкиваете и притягиваете ауру вашего друга. Это, в свою



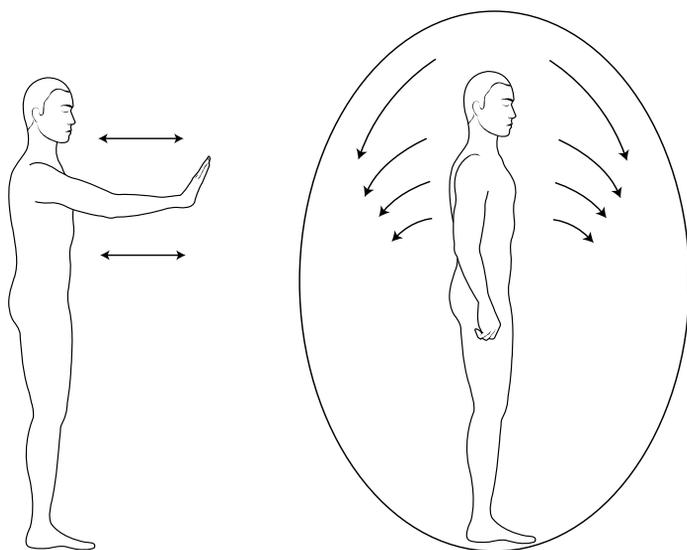


Рис. 9. Отталкивание и притягивание ауры

Поскольку аура является активной частью общей энергетической системы, отталкивание и притягивание ауры заставляет физическое тело двигаться таким же образом вперед и назад.

очередь, приводит к покачиванию вперед и назад его физического тела. Во время ваших отталкивающих движений физическое тело друга будет отклоняться вперед, а во время ваших притягивающих движений — назад.

7. Друг стоит к вам спиной и не видит ваших отталкивающих и притягивающих движений. Следовательно, они оказывают на него влияние на бессознательном уровне.
8. Иногда покачивания непросто заметить тем, кто сам выполняет упражнение. В этом случае при-

влеките третьего человека в качестве наблюдателя. Попросите его встать или сесть на расстоянии 5–10 футов так, чтобы вы и ваш друг стояли к нему боком. Покачивания будут явно заметны.

9. Поменяйтесь ролями. Попросите вашего друга отталкивать и притягивать вашу ауру. Побудьте в роли наблюдателя. Помните: вы делаете упражнение, чтобы убедиться, что аурическое поле, окружающее тело человека, реально существует.
10. Иногда полезно поставить кого-нибудь перед человеком, ауру которого отталкивают и притягивают. Этот третий участник исполняет роль «ловца», предотвращая падение, к которому могут привести покачивания.

