

Оглавление

Об авторе	8
Введение	9
Как пользоваться этой книгой	15
Описания доминантных чакр для (само-)определения.....	16
Глава 1. Тест на определение доминантной чакры	19
Семь доминантных чакр	23
Глава 2. Красные: прирожденные лидеры	33
Мистер Бэбкок	34
Энергичный итальянец	40
Уверенность и самоуверенность	44
Характеристики красных.....	47
Глава 3. Оранжевые: прирожденные промоутеры	50
Дело о леденце	53
Дело о налоговой лазейке	53
Дело о постоянной корректировке курса.....	54
Дело о странном алиби.....	60
Глава 4. Желтые: прирожденные мыслители	64
Глава 5. Зеленые: прирожденные механики	71
Дело о клубке цепочек	77
Дело о безграмотном механике.....	77
Глава 6. Синие: прирожденные учителя	81
Глава 7. Пурпурные: прирожденные художники	87
Глава 8. Фиолетовые: прирожденные помощники	98
Глава 9. Соседние чакры	107
Как соседние чакры влияют на основные	108
Глава 10. Цвета-партнеры	111
Родственные цветковые пары	112
Как эффективно взаимодействовать с собственным цветом	114
Взаимно подходящие цвета	117
Глава 11. Практические руководства по работе с доминантными чакрами	121

Глава 12. Практическое руководство для красных	123
Вопросы для размышления	125
Ежедневные практики	130
Процесс очищения: избавление от последствий чужой лжи, манипуляций	134
Медитация для выхода из западни	135
Процесс концентрации	136
Глава 13. Практическое руководство для оранжевых	137
Вопросы для размышления	141
Ежедневные практики	146
Отпускание оранжевых шариков	150
Процесс концентрации	152
Глава 14. Практическое руководство для желтых	153
Ежедневные практики	160
Медитация для подключения к природному знанию	163
Процесс концентрации	166
Глава 15. Практическое руководство для зеленых	167
Ежедневные практики	176
Медитация для обретения способности отдавать лишь из божественной любви	177
Процесс концентрации	179
Глава 16. Практическое руководство для синих	180
Ежедневные практики	195
Медитация для приобщения к любви и мудрости	197
Процесс концентрации	199
Глава 17. Практическое руководство для пурпурных	200
Ежедневные практики	211
Медитация для укрепления веры в то, что Бог дает вам все необходимое	214
Процесс концентрации	215
Глава 18. Практическое руководство для фиолетовых	217
Ежедневные практики	224
Медитация для обретения милосердия и сострадания	231
Как выйти из ловушки бездействия	232
Медитация для тренировки способности принимать	235
Процесс концентрации	237



Описания доминантных чакр для (само-)определения

Красные — это лидеры от природы, они знают, куда вести других и что те должны делать. Красные всегда на шаг впереди остальных, так как способны видеть наперед и знают, что нужно сделать для достижения цели. Они умеют быть здесь и сейчас. В чрезвычайных ситуациях они действуют быстро, стараясь помочь остальным, а также предотвращают разные неприятности, поскольку твердо стоят ногами на земле. Они любят действовать и упорно продвигаться к своим целям, побуждая других идти вместе с ними — не только для своего, но и для общего блага. Они указывают направление тем, кто сам с трудом понимает, куда нужно идти.

Оранжевые — это звезды вечеринок, люди, живущие «без тормозов», ограничений и регламентов; для них не существует запретов. Оранжевые способны устроить все так, как им нужно, и при этом никто не пострадает, а они смогут удовлетворить потребность своей доминантной чакры — выразить себя в реальном физическом мире. Они несут свет другим людям, заливая каждого своим сияющим светом так, что никто не может устоять перед их обаянием. Они вовлекают всех в свой водоворот чудачеств, приключений, делая их частью своего круга «сумасшедших». Оранжевые черпают из света, служат свету и выполняют свое духовное предназначение, двигаясь в русле веселья и дружеского участия. Они дают вам совет и надежду, когда вы не в духе.

Желтые стремятся к высшему идеалу и самым высоким целям. Они способны использовать любые средства, чтобы

добиться желаемого — могут, например, создать машину времени. Они воплощают свои мечты, находят лучшие способы пройти все этапы задуманного, потому что страстно увлечены этим. Чтобы добраться в нужное место, они находят карты и схемы, создают их сами или перерисовывают с чужих. Они всегда в поисках оптимального решения. Их цель — показать всем остальным улучшенную реальность, чтобы другие люди смогли воспользоваться плодами их мудрости.

Для **зеленых** поиск решений не прекращается никогда, поскольку неработающие системы становятся для них вызовом — они развивают эти системы, помогая другим людям добиваться успеха. Им важно находить (возвращать) равновесие, а также чинить, ремонтировать, приводить в рабочее состояние то, что сломано. Они любят, когда вещи работают, потому что это делает жизнь лучше и обеспечивает зеленым душевный покой. Они способны сохранять спокойствие, будучи совершенно одни, даже в тяжелые времена — и это единственный цвет, дающий такую способность. Зеленые — врачи, механики и бухгалтеры; они делают свою работу из сострадания и возвышенной любви к людям. Они отмечены символом бесконечности, который означает не только изобилие, но и равновесие, и духовное здоровье.

Синие — это не просто учителя, это духовные мастера. Именно страсть к искусству передачи знаний, а не только к получению оных, побуждает их интегрировать эти знания в собственную систему. Очень часто синий, говоря о чем-то, одновременно преподает — ученику ли или просто собеседнику, — стараясь просветить последнего. У остальных обычно нет такой цели (разве что добиться ясного понимания сказанного) — а у синих режим просвещения включен по умолчанию. Такая потребность поддерживать равновесие в восприятии чего-либо, объясняя, что здесь хорошо, а что плохо — это своеобразный Божий дар, помогающий остальным увидеть единство противоположностей в балансе. Синие —



ярые сторонники равенства и справедливости, объединения противодействующих сил ради высшего блага.

Пурпурные, как говорил мой учитель Джозеф Крэйн, — «мастера петь и танцевать». С помощью движений своего тела, звука и света они умеют давать представления, помогающие другим духовно расти, развиваться, узнавать что-то новое о себе и других и просто держаться на плаву. Пурпурные любят читать наизусть стихи и показывать что-то «в лицах». Они могут продемонстрировать вам свою любовь, приготовив вкусный ужин, или соорудить для вас, например, уютный гамак. Могут поставить пьесу в театре — и сделать многое другое, что поможет другим лучше узнать самих себя, разобраться в отношениях и приблизиться к божественной сути бытия. Пурпурные стремятся к единению вопреки ограничениям, не признавая их.

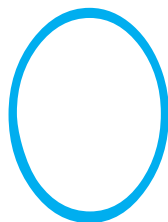
Фиолетовые — это люди-спасатели. Им часто приходится падать, помогая другим, но они всегда поднимаются и следят за тем, чтобы самые слабые получали помощь первыми — так в их понимании выглядит нормальный мир, и они сделают все возможное, чтобы так было всегда. Фиолетовые особенно остро чувствуют взаимосвязи во вселенной, и понимают, что нужно делать для исцеления всего мира. Однако ими движут не только такие глобальные идеи. Они любят помогать людям в обычной жизни, что обеспечивает им востребованность и всеобщее восхищение. Они очень великодушны и стараются никого не обидеть; главное для них — служить людям и дарить надежду.



1 *Глава*

Тест
на определение
доминантной
чакры





откройте свой истинный дар — узнайте, какая чakra доминирует в вас. В каждом из следующих разделов с вопросами выберите то описание, которое наиболее характерно для вас. Тест можно использовать не только для того, чтобы определить свой цвет, но и чтобы потренироваться распознавать основные признаки всех цветовых типов.

Держайте! Чтобы узнать свой цвет, в каждом разделе отметьте пункт, который больше всего вам подходит. А чтобы проверить свои новые знания, попробуйте определить, о каком цвете идет речь в каждом пункте.

Когда вы входите в помещение:

1. Вы стараетесь стать здесь «главным героем».
2. Вы делитесь с другими своими мыслями о том, как каждый в этой комнате мог бы лучше реализовать свое предназначение, и при этом ставите предложенный вариант под сомнение.
3. Вы собираете всех присутствующих вместе, чтобы поговорить на очень важную, по вашему мнению, тему.
4. Вы постоянно проверяете, не голоден ли кто, не грустит ли, и помогаете тем, кому это нужно.
5. С вашим приходом начинаются ТАНЦЫ!
6. Вы ищете, что бы починить в этом помещении. Находите инструменты, и, видя, что всем все равно, молча исправляете неполадки.

• • • Тест на определение доминантной чакры

7. Для начала вы эффектно появляетесь — опоздав, как и положено светскому льву. Вы слушаете, что вам рассказывают другие, а затем, когда вас все заметили, вы рисуете картину или поете песню о том, почему вы все здесь сегодня собрались.

Когда вы на концерте:

1. Вам не очень интересна музыка — вы больше увлечены чтением новостной ленты в своем смартфоне. И если эта информация окажется более занимательной, чем концерт, вы продолжите читать.
2. Вы сидите на последнем ряду, чтобы видеть всех и в случае пожара помочь людям выбраться в безопасное место.
3. Вы выглядите безукоризненно — возможно, вы не самый большой модник в этом зале, но бесподобны в своем внимании к деталям и производите фурор.
4. Вы выходите в центр зала и самозабвенно танцуете, вовлекая окружающих в свой танец. Вы знакомитесь с новыми людьми и после концерта заваливаете с ними еще на три вечеринки, нигде подолгу не задерживаясь.
5. Раздав детям ваших соседей по залу бутылки с водой (они хотели пить), вы возвращаетесь к своей машине, чтобы взять плоды для своих детей, потому что им холодно. Только убедившись, что у всех все в порядке, вы можете расслабиться.
6. Вы полностью отдаетесь музыке, и вас раздражает, что люди смотрят в свои телефоны. Вы обнимаете своего возлюбленного, отмечаете особенности акустики, все нюансы звука, и параллельно даже наслаждаетесь закатом.
7. Вы не хотите слушать этот концерт — вам гораздо интереснее поговорить с соседями. Вы болтаете без остановки, ведь вокруг так много людей, и вам столько хочется им сказать.



Как вы ведете себя, когда выдался трудный день:

1. Вам кажется, что вы недостаточно хороши, и именно поэтому все так плохо.
2. Вы используете других людей, чтобы получить желаемое.
3. Вы разгневаны и раздосадованы тем, что люди не задумываются о последствиях своих действий.
4. Обычно вы склонны брать на себя обязательства, но сегодня вам этого совсем не хочется.
5. Вы сосредоточены на себе и недовольны всеми вокруг.
6. Вы обвиняете во всем других людей.
7. Вы выключаетесь на этот день из жизни, забываясь в свой угол.

Вы с огромным энтузиазмом:

1. Придумываете что-то интересное, что можно сделать прямо сейчас, когда текущее занятие уже становится скучным. Вы из всего можете сделать развлечение.
2. Читаете, пишете и получаете новые знания — делаете все, что свойственно интеллектуалам. Взвешиваете за и против, думаете о людях и общественном сознании, занимаетесь своим телом...
3. Находите (или прогнозируете) наилучшее решение проблемы, а затем действуете. Вы счастливы, когда знаете, как все исправить.
4. Соединяете разрозненные фрагменты, и можете делать это часами. На самом деле вы проводите за подобным занятием гораздо больше времени, чем большинство людей способны вынести. Вы с азартом превращаете достижение желанной цели в игру, когда что-то изобретаете.
5. Самовыражаетесь в искусстве или науке. Жизнь есть любовь, она невозможна без ярких эмоций и красоты. Смысл жизни — созидание и построение отношений, наполненных любовью.

• • • Тест на определение доминантной чакры

6. Следуете смелым идеям и своей вере. Вам легко поверить в нечто незримое и увидеть, что произойдет в ближайшем будущем. Вы уверенно делаете прогнозы.
7. Совершаете что-либо, о чем только что прочитали, чтобы помочь другим людям.

Во взаимодействии с другими вам особенно хорошо удастся:

1. Указать другому на какие-либо проблемы и показать, как их устранить.
2. Опознавать эмоции, которые движут людьми, когда они даже не понимают, что делают, и не сознают, какие чувства ими управляют в той или иной ситуации.
3. Давать советы — вас даже просят об этом!
4. Проникаться чужими проблемами. Вы даже можете поменять свои планы, чтобы помочь их решить.
5. Говорить правду.
6. Возвращать людям блеск в глазах, говоря то, что им было необходимо узнать и что может изменить их жизнь.
7. Развеселить тех, кто загрустил.

Загляните в конец этой главы (с. 31–32), и вы узнаете, что значат ваши ответы!

Семь доминантных чакр

Лучший способ определить свою доминантную чакру — прочитать этот список характеристик цветов. Данная глава также служит кратким справочником по всем цветам.

Свойства семи доминантных чакр, или цветов лучей души, перечисленных ниже, описывают природные способности людей, рожденных с тем или иным творческим даром. Цвет этого луча отражается во всех их действиях.



Доминирующие мотивы цветов таковы:

- красный — руководить;
- оранжевый — приносить радость;
- желтый — искать правду;
- зеленый — исцелять;
- синий — учить;
- пурпурный — любить;
- фиолетовый — служить.

Прочтите каждое из нижеследующих описаний — в них детально, но достаточно кратко охарактеризованы главные «дары» и «западни» (западня в случае каждой доминантной чакры означает, что человек превращает свой дар в способ достижения эгоистических целей) каждого цвета — и решите, какой доминирующий мотив вам ближе.

Если возникнут сомнения, посоветуйтесь с кем-нибудь, кто хорошо вас знает. Либо обратите пристальное внимание на «западни» — какие вам больше знакомы?

Красные

Ими движет страсть к руководству. Они способны вести к цели не только отдельных людей, но и целые коллективы — ради блага всех участников.

Все, за что они берутся, идет на ура. Они фокусируются на конкретном результате и побуждают других сосредоточенно работать для его достижения. Они анализируют, что может сделать каждый для реализации общей цели.

Западня красных в том, что они берутся за все сами, не умеют делегировать полномочия, и даже в мелочах пытаются все контролировать.

Однако, осознав свою ошибку, они начинают передоверять другим разные мелкие обязанности, а сами руководят на высшем уровне, формируя цели.

... Тест на определение доминантной чакры

Красные наиболее эффективны тогда, когда сосредотачиваются на общей задаче и на том, что понадобится другим для ее решения, а затем делают со своей стороны все необходимое.

В отношениях красный вселяет своему партнеру уверенность в себе и подбадривает. Красные — это люди, которые верят, что «вы можете», даже когда никто не верит. Это их жизненная позиция — «нет ничего невозможного, нужно только понять, как это сделать»; и их миссия — держать в голове общую картину происходящего и контролировать работу других. Они прагматичны и в разговоре ждут от собеседника внятных рассуждений по делу.

У красных нет времени на игры и прочую ерунду. Они не терпят прогульщиков и бунтарей, поведение которых мешает важному делу и ставит под удар результат. Также они умеют заметить поведение, которое чем-то угрожает другим, и способны пресечь его до наступления реальной опасности. Красные вообще чувствуют себя уверенно перед лицом опасности; им несложно открыто критиковать других — однако не все красные делают это.

Красные не любят, когда их ставят на пьедестал. Слава для них — это когда побеждают все, достигнув общей цели. Но попав в западню своего дара, они могут все успехи приписывать себе — их эго раздувается.

Красные очень ответственные, на них всегда можно положиться; они не винят других в своих неудачах. Они помогают другим добиться успеха, превзойти самих себя, но в западне могут использовать людей просто как средство достижения своих целей.

Красные имеют и другие цветовые грани — фиолетовая делает их нежными и сострадательными; оранжевая — пробивными и веселыми.



Но они точно знают, что успех должен быть осязаемым; и до тех пор, пока этого не произошло, он остается эфемерной абстракцией.

Им важно всегда знать, что происходит, и контролировать это, даже если у них нет таких полномочий.

Оранжевые

Они любят веселиться и приносить радость всем вокруг.

Они владеют искусством оставаться безнаказанными благодаря своему обаянию — избежать, например, штрафа за неправильную парковку.

Из оранжевых получаются лучшие продавцы на свете — их усилиями люди всегда счастливы и воодушевлены. Они прекрасно умеют представлять все в лучшем свете и способны продать вам что угодно.

Оранжевые — радостные и довольные жизнью люди, с которыми можно приятно провести время. Это любители развлечений (так что не оставляйте их дома одних надолго). Им нравится дарить всем вокруг веселье.

Оранжевые любят внимание и стараются полностью сосредоточить его на себе. Они всегда душа компании, но и им необходимо иногда побыть в одиночестве, чтобы подзарядить свои батарейки.

Это очень эмоциональные люди, но они предпочитают позитивные эмоции: таким образом они пытаются поднять себя и других на более высокие эмоциональные вибрации. Поэтому им трудно пассивно находиться в атмосфере негатива в течение долгого времени, — они будут пытаться утешить тех, кто в беде, помочь им увидеть положительные стороны ситуации, рассказывать человеку, какой он замечательный и что все у него на самом деле хорошо.

Оранжевым тяжело слышать «нет», и они склонны к риску больше, чем остальные люди.