

ОТ АВТОРА

В книге рассказывается об удивительном и загадочном природном явлении — психической энергии. Один из ее источников — эмоции. Выполняя роль связующего звена между материальным и духовным миром, эмоции проникают в системы межличностных отношений. Здесь продолжается их жизнь, полная неожиданностей и драматизма. Энергетика эмоций сопутствует разным проявлениям бытия людей: рождению и смерти, здоровью и болезни, влюбленности и конфликтам, профессиональной деятельности и досугу. Энергия эмоций, не нашедшая выхода вовне, становится причиной мышечных зажимов, психического и соматического нездоровья и даже деформации личности.

Читатель найдет ответы на практические вопросы: как управлять своей психической энергией, как выявить особенности эмоций у себя и у других, что следует делать, чтобы энергия эмоций укрепляла отношения в бизнесе и семье, в любви и дружбе, в процессе лечения пациентов и воспитания учащихся.

Книга адресована тем, кто интересуется проблемами общения, познанием людей, тайнами психики. Особенно полезна профессионалам, деятельность которых предполагает воздействие на человека.

При каждом удобном случае предоставляется возможность оценить себя, свои эмоции, их энергетические свойства. Для этого разработаны или заимствованы у разных авторов целевые методики, их 40. Ряд методик представляет собой стандартизированные опросники, прошедшие проверку на надежность и достоверность. Некоторые методики, разработанные автором книги, проходят опробацию. Тем не менее содержащиеся в них вопросы выполняют роль поведенческих признаков при иллюстрации отдельных эмоциональных явлений и могут использоваться для предварительной характеристики личности.

Приношу благодарность ученым Санкт-Петербургского психоневрологического института им. В. М. Бехтерева, любезно позволившим воспроизвести на страницах книги некоторые их методические разработки.

ПСИХИЧЕСКАЯ ЭНЕРГИЯ

Энергетический двойник человека

Энергия (в переводе с греческого означает деятельность) — общая мера различных видов движения и взаимодействия. Энергия есть побудительная сила абсолютно всех наблюдаемых и невидимых *перемен*, которые происходят с живыми и неживыми объектами, а также при их взаимодействии. Жизнь основана на обмене энергий. Затрачивая и восстанавливая энергию, человек переживает реальность своего бытия.

▶ Традиционно выделяют такие разновидности или формы энергии: механическую, тепловую, электромагнитную, химическую, гравитационную, ядерную. В текущем столетии наукой установлено, что все живые существа, и особенно достоверно человек, обладают специфической энергией — биопсихической.

Биопсихическая энергия порождается жизнедеятельностью всего человеческого организма, и в ее образовании, как известно, участвуют разные формы энергий и, в первую очередь, тепловая, электромагнитная, химическая. Наличие у человека биополя — научно доказанный факт, как и существование ауры — так называется часть биополя, которая выходит за рамки физического тела. Аура измеряется физическими методами и имеет несколько параметров: электрические, магнитные, звуковые, оптические, световые. Психическая энергия является частью биопсихической энергии, но она несводима к другим известным видам энергии и не является результатом их превращения. В то же время психическая энергия, по всей вероятности, связана с прочими видами энергии и способна преобразовываться в иные ее разновидности, например, в механическую или тепловую.

Источником психической энергии является головной мозг вместе с каналами восприятия информации разного вида (модальности) — анализаторами. Каждый анализатор, как известно, приспособлен к отражению конкретной энергии: зрительный и слуховой — электромагнитной (в основе света и звука лежат электромагнитные колебания), обонятельный и вкусовой — химической; кожный и кинестетический, дающие сведения о температуре, внешнем и внутреннем давлении,

о движениях собственного тела, — механической и тепловой; вестибулярный, отражающий наше положение в пространстве, — гравитационной. Восприняв воздействие энергии того или иного вида, мозг затем производит оценку поступившей информации: сопоставляет с «образцами», хранящимися в памяти, определяет степень полезности или опасности для жизни, выявляет степень привлекательности для личности своего хозяина и т. д. После этого, как известно, происходит ответное реагирование, например, при помощи слов, эмоций, принятия решений или действий.

Но где же здесь психическая энергия? Пока речь шла о фактах, знакомых науке столетней давности: объекты материального мира воздействуют на органы восприятия посредством различных известных энергий и вызывают ответные реакции. Все обстоит именно так. Осталось без должного внимания одно важнейшее звено: когда та или иная энергия извне воздействует на мозг, она приводит в действие нематериальные, или идеальные, компоненты психики. Начинают работать мышление, память, внимание, представления, словно бы оживают хранящиеся в клетках мозга опыт и знания, пробуждаются установки, ценности, потребности, всплывают в сознании некогда приобретенные привычки, навыки, умения. Эти и подобные проявления психики нематериальны. Они идеальны, поскольку не обладают физическими параметрами или химическими свойствами, их нельзя изъять из мозга, подвергнуть анализу или измерению до тех пор, пока они не проявятся вовне. Правда, когда осуществляется деятельность идеального, то в мозгу фиксируют с помощью приборов конкретные физические и химические изменения. Однако это лишь физиологическая основа, а не содержание психического, и они ни о чем не говорят. Подобно тому, как температура нагреваемого котла ничего не сообщает нам о свойствах налитой в него жидкости.

► Живой мозг представляет собой аппарат, с помощью которого происходит преобразование разных видов энергии, воздействующих на человека, в психическую энергию (энергию идеального) и обратно — психической энергии (энергии идеального) в прочие виды энергии.

Известно, как активно «работает» идеальное в психике: одна мысль, возникшая под влиянием конкретного внешнего воздействия, способна пробудить целый поток мыслей, желаний, потребностей, планов; образ недалекого прошлого порой оживляет образы юности или детства

ва, внешнее воздействие может мобилизовать волю человека, побудить его к творчеству и т. д. Что же получается? Получается удивительное: нематериальные проявления психики обладают энергией. Энергией наделены образы, мысли, потребности, способности, эмоции, чувства, знания, установки, настроения, привычки, желания, мотивы, свойства характера, — все эти и прочие проявления психики являются носителями идеального. Дело в том, что они насыщены информацией, которая и есть источник энергии, информация постоянно действует, находится в процессе преобразования и, что крайне важно, существует в очень сжатой форме. Мозг каждого человека хранит огромное количество информации, готовой в любой момент заявить о себе. Информацией заполнено наше сознание, предсознание и подсознание.

► Психическая энергия представляет собой деятельность нематериальных, или идеальных, явлений психики, обладающих информацией, которая сосредоточена на разных ее уровнях — сознания, предсознания и подсознания.

По всей вероятности, психическая энергия начинает накапливаться у человека еще в утробном состоянии. Известно, что уже в этот момент психика обогащается информацией. Но основная информация усваивается человеком после появления на свет, в частности, в виде приятных или неприятных впечатлений, положительного или отрицательного опыта, в форме образов безопасной или угрожающей среды и т. д. Вполне вероятно, что преобладание позитивного или негативного информационного содержания определяет качество психической энергии, воспроизводимой мозгом конкретного индивида. Если мысленно добавить в этот энергетический поток все то, что привносят в него привычные состояния и типичные свойства человека, — преобладающие положительные или отрицательные чувства, плохие или хорошие черты характера, позитивные или негативные установки и т. д., получится энергетический «двойник» личности.

► Информационно-энергетическое поле является отображением невидимой и неслышимой, но, тем не менее, воспринимаемой сущности личности.

В историческом сознании многих народов имеется представление о том, что у каждого человека существует «двойник». Он пребывает либо в образе какого-то животного-партнера, либо в форме относи-

тельно самостоятельной души. В свете лептонно-электромагнитной гипотезы наличие «двойника» получает объяснение. На поверхности кожи есть несколько сот биологически активных точек — их излучения создают суммарные квантовые оболочки человеческого тела. Несомненно, что психическая энергия присутствует в биоэнергетическом потоке.

Что «делает» психическая энергия? Во-первых, она объединяет внешнюю и внутреннюю среду жизнедеятельности человека. Ведь именно психическая энергия участвует в преобразовании материального в идеальное и обратно. В этом смысле лишь условно можно говорить о психике как атрибуте человека. Фактически она является частью некоторой более общей, информационно-биоэнергетической системы, составляющей мир, в который погружены мы и прочие обитатели пространства, включая космос. Это неделимый мир материального и духовного. Его объединяют общие силы действия — гармония и дисгармония, противоборствующие начала, стихии неба, воды, огня и земли, время и пространство. Этот мир соединяют принципы и тенденции взаимопроникновений и связей самых разных явлений и процессов. В материальном и духовном слоях этого мира господствуют одни и те же энергетические компоненты — краски (цвета), звуки, запахи, ритмы, температура, давление.

Психика — неотъемлемая часть этого мира, резонирующая, как и все остальное в нем, в ответ на происходящие события и способная в свою очередь влиять на них. Психика — преобразователь различных видов энергии. Эмоции — уникальное творение живой природы, наиболее универсально реализованное в человеке. Они устроены так, что оказались на линии слияния двух миров — материального и идеального, обеспечивая преобразование разных видов энергий, воздействующих на индивида, в психическую энергию и обратно.

► Эмоции исполняют роль посредника в преобразовании материальных внешних и внутренних воздействий в психическую энергию.

В результате возникает мир, который не имеет ни физических, ни временных, ни мировоззренческих границ. Многие явления и процессы, объединяющие материальное и духовное, давно известны и примерно одинаково осмыслены в разных точках земного пространства — в мексиканской провинции и в Древнем Китае, в Новом и Старом Свете, в Индии и Тибете. Буддисты, индийские йоги, северные шаманы, кол-

дуны индейцев цоцилей имеют во многих отношениях сходные представления о связях энергетических сфер (оболочек) человека с энергетическими потенциалами Космоса, а также близкие представления о способах установления контактов между материальным и психическим.

Материальное и духовное в мире лучше всего объединяют посредники, которым люди прошлого присвоили разные ранги и которых называли по-разному — боги, колдуны, маги, феи, знахари, предсказатели, шаманы. Это те, кто благодаря своим особым способностям много легче остальных преодолевает невидимую грань материального и духовного. Однако на чем основано такое посредничество? Ответ один — на свойствах эмоций, способных вбирать в себя разные виды психической энергии. Молитва, обращенная к «создателю», действия колдуна, мага, шамана — все основано на концентрации психической энергии. Эмоциональная энергетика вбирает в себя психическую энергию от разных источников — задатков, интеллекта, мировоззрения, планов, потребностей, воли и т. д. Концентрация энергии достигает силы внушения, побуждения, порыва, созидания или разрушения.

К особо одаренным посредникам материального и духовного надо отнести художников, скульпторов, композиторов, музыкантов, поэтов, танцовщиков, изобретателей. Все они являются талантливыми генераторами психической энергии и трансляторами информации из внешнего мира, где они черпают вдохновение, во внутренний, где они берут энергию для созидания, и преобразуют ее обратно во внешнее — в продукты своего творчества.

Творец обладает мощной психической энергией, позволяющей ему запечатлеть свое эмоциональное состояние в творении. При этом сила энергетики столь велика, что ее достаточно для того, чтобы обычный человек, потребитель творчества, смог воспринять, расшифровать и выразить свое ответное отношение. Это означает, что воздействовавшая на потребителя энергия многократно трансформировалась в нем: была переведена извне вовнутрь, отразилась, вызвала резонанс в чувствах, мыслях, ценностях и «вышла» вовне в виде восторга, мнения, настроения.

Шедевры мировой классики — это посредники материального и духовного, чья информационно-энергетическая сущность способна транслироваться на протяжении веков, практически бесконечно, пока существует фундамент для этого — эмоциональные программы пове-

дения. Шлягер-однодневка мгновением своего существования подчиняется тем же законам: композитор и поэт «попадают» в эмоциональный настрой современников. Но его энергетическая сила мизерна и исчезает после нескольких актов восприятия.

Самый обыкновенный человек благодаря эмоциям тоже становится посредником между материальным и духовным. При этом он осуществляет прозаичную работу: свойства физического мира ежесекундно преобразует в психическую энергию и обратно. Правда, современному человеку препятствует разум. Сегодня человечество находится в трагикомическом положении: оказывается, древние отражали мир точнее, чем это могут сделать нынешние просвещенные поколения. Наши предки с успехом проникали в единую космологическую матрицу и жили по ее законам.

Они достигали этого при помощи ощущений, эмоций, интуиции и чувств и в чем-то были мудрее нас. Парадокс заключается в том, что с помощью разума и знаний, коими гордится человек нашего времени, настроиться и проникнуть в матрицу Вселенной практически невозможно.

Гораздо проще это достигается в том случае, если разум «отключен» и вместо него начинает действовать сенсорика, эмоции, предсознание и подсознание. Тогда мозг уподобляется сверхчувствительному приемно-передающему устройству, которое реагирует на космические реалии и действует в единстве с ними. Вот, оказывается, в чем заключается ритуальное действо колдуна: он постепенно «выключает» свой разум и превращается в приемник и генератор энергий.

Парадокс ли в том, что разум препятствует проникновению в космологическую матрицу? Конечно, нет. Ну как может взаимодействовать с окружающим миром сознание человека, обремененное, скажем, школьными знаниями? В этом случае мозг способен декодировать информацию и действовать строго направленно в соответствии с заданной ему программой — посредством усвоенных представлений, понятий, нравственных принципов. И уж совсем дефективно работает мозг, подвергнутый какой-либо идеологической обработке. Наше мышление зашорено.

Кроме того, психическая энергия приводит в движение разные нематериальные субстанции психики и передается от одних психических реалий к другим. Например, мысль побуждает чувство или волю, а воля управляет чувством или заставляет концентрироваться мышление.