**Теория циркуляции энергии в организме**

По представлению врачей древнего Востока в организме человека циркулирует некая энергия, которую они называли ЧИ или ЦИ. Теория циркуляции энергии поражает своей целостностью и логичностью: поток энергии циркулирует по системе воображаемых проводящих путей, которые получили название каналов или меридианов. Двенадцать таких меридианов расположены в обеих половинах человеческого тела симметрично. Энергия перетекает из одного меридиана в другой, - причем последний соединяется с первым, образуя замкнутую систему.

Каждый меридиан связан с одним из внутренних органов и носит название этого органа: меридиан легких, сердца, печени и т. д.

Циркуляция энергии по меридианам создает в каждом из них свой энергетический максимум и минимум. Первый наступает в момент прохождения энергии через меридиан, а второй — спустя 12 часов.

Наряду с энергетическим минимумом существует период пассивности, спада, наступающий непосредственно после перехода энергии в последующий меридиан.

Каждый из этих периодов равен двух часам. Например, для меридиана, толстой кишки период активности, или избыточности, приходится на отрезок времени с 5 до 7 часов, пассивности — с 7 до 9 часов, а период энергетического минимума или недостаточности — с 17 до 19 часов.

Понятие недостаточности и избыточности является краеугольным камнем диагностической и лечебной концепции древних медиков. По их представлениям болезни возникают при нарушении циркуляции энергии, - когда создается недостаточность или избыточность меридиана.

Отсюда, коротко говоря, для оказания лечебного воздействия нужно перевести энергию из меридиана с избыточностью в меридиан с недостаточностью.

Приведенные рассуждения имеют отнюдь не только историческое значение.

Для успешного применения точечного массажа и других методов воздействия на точки читатель должен уметь хотя бы ориентировочно оценивать энергетический уровень меридиана и связанного с ним органа.

Как это сделать? Вот некоторые простые советы.

***Избыточность*** — это всегда усиление функции. Например, спазм сосудов — гипертония, спазм бронхов — бронхиальная астма, спазм кишечника—спастический запор. К симптомам избыточности относится и большинство болей : головные боли, радикулиты, невралгии, миозиты, артриты, а также насморк, кашель с мокротой, повышенная температура, судороги мышц, эмоциональное возбуждение, нарушение сна и др.

***Недостаточность*** — это ослабление функции: снижение сосудистого тонуса — гипотония, атония кишечника — атонический запор, нарушение чувствительной и двигательной функции нерва, при невритах, а также ряд других, симптомов: понос, отсутствие аппетита, сердцебиение и одышка при физической нагрузке, утомляемость, угнетенное настроение.

Приведенный перечень, отнюдь, не исчерпывает всего многообразия симптомов избыточности и недостаточности, но может оказать помощь при выборе метода воздействия, а зная схему почасовой активности органов, можно выбрать оптимальное время процедуры.

Кроме того, приведенные сведения можно использовать для выбора момента приема лекарств, - эффективность которых при этом значительно повысится.

Разберем это на примере противоположных состояний — запор и понос. Запор—признак избыточности меридиана толстой кишки, и воздействовать на эту патологию нужно в период наивысшей активности этого меридиана, т. е. - с 5 до 7 часов. Понос — симптом недостаточности, и принимать лекарство целесообразно в периоды пассивности и энергетического минимума, т. е. - с 7 до 9 часов и с 17 до 19 часов.

Хочется надеяться, что, пользуясь этими советами, читатель сможет внести коррективы в стандартные назначения — “по таблетке 3 раза в день”.

***Энергетический механизм возникновения заболеваний***

У каждой чакры есть определенное количество лепестков. В этих лепестках живут стихии. Если стихия презрения, живущая в Манипуре, находится в определенных рамках, - то она составляет часть энергетической гармонии человека. Из-за неприродного воспитания, которое связано с Кали-Югой, люди позволяют себе нарушения природных законов. Например: аристократ презирает грубоватого крестьянина. В этом случае стихия презрения выходит за свои природные границы, активизируется сверх меры и попадает в поле другого человека - в данном случае ее излучает аристократ на крестьянина. Такое действие, с точки зрения природных законов, является тонким энергетическим нападением на психику человека. Вместо того, чтобы помочь крестьянину быть тоньше, чувствительнее, или хотя бы не трогать его, - аристократ засаживает человека в роль безнадежно грубого, неразвитого существа. Такое действие перекрывает человеку эволюцию, накладывает на него штамп, ярлык, из-под которого трудно вылезти. Предположим, что крестьянин внутренне не согласен с таким к себе отношением. Он возмущается, обижается и в это время его чакры делают ответный энергетический выброс, который попадает уже в чакру аристократа. В его Манипуре начинает неправильно циркулировать энергия и страдает орган физического тела, который подпитывается от Манипуры - желудок. Он не успевает выработать вещества, чтобы организовать биологическую защиту организма и у нашего аристократа заводятся глисты. Это звучит как анекдот, - но это, к сожалению, не анекдот, а действие природных законов, проверенное многолетней целительской практикой. Другой пример: жили в одной семье две сестры - старшая и младшая. Одной исполнилось 13 лет, а другой 17 лет. По жизни у них сложились сердечные отношения - девочки были открыты, любили друг друга, всем делились. Но вот неожиданный поворот. На день рождения к старшей сестре пришли гости, среди них был "ее мальчик". И вдруг этот мальчик заметно обратил внимание на младшую сестру, которую раньше вообще не знал. Старшая впервые столкнулась с возникшей в ней ревностью к младшей сестре, появились мысли вроде "Ишь, какая подросла!", - а младшая при этом, вовсе не кокетничала с мальчиком и совсем не собиралась отбивать его у сестры - просто она ему больше понравилась. Внутри сердечной чакры старшей произошло примерно следующее: стихия ревности, резко активизировавшись, вытеснила, пусть на какое-то время, стихию любви, обычно доминирующую в отношении к младшей сестре. Когда девочки столкнулись в коридоре, старшая сказала какую-то колкость, что-то язвительное. Младшая была к этому не готова - ее сердечная чакра продолжала быть открытой на сестру и у нее возникла сильная душевная боль - обида. Эта обида, не высказанная вслух, нанесла энергетический удар по чакре старшей сестры, и к вечеру у той разболелось сердце, причем боль была колющей. При разборе такой ситуации очень важен момент, что младшая сестра не кокетничала с мальчиком, не стремилась привлечь к себе его внимания, не закрывала на сестру сердце и не вставала в позицию конкурентки. Когда женщины конкурируют за внимание мужчин, они уже находятся в состоянии энергетической войны друг с другом, - сердечные чакры автоматически закрываются и когда они обмениваются колкостями, то ни у кого сердце потом не болит.

***Астральное, ментальное, кармическое, интуитивное, кетерное тела человека***

Выходит на 5-10 см за пределы физического тела. Оно не имеет такой четкой формы, как эфирное и представляет собой непрерывно переливающиеся сгустки энергии. У не эмоционального человека - это тело достаточно равномерное и разряженное. У очень эмоционального человека - эти сгустки густые и плотные. Если человек эмоционален, но отходчив, - то сгустки быстро рассасываются. А если человек злопамятный, долго таит обиду, - то и сгустки не рассасываются и наносят урон здоровью.

Подробнее об астральных энергиях Вы можете узнать из книги Ч. Лидбитера "Астральный план".

Астральное тело погибает на 40 день после смерти физического.

***Ментальное тело.***

Ментальное тело имеет ярко-желтый цвет, исходящий из головы человека и распространяющийся на все тело. В ментальном теле имеются сгустки энергий, отражающие наши убеждения и устойчивые мысли. Эти сгустки получили название мыслеформ.

Все три тела, рассмотренные выше, принадлежат материальному миру, рождаются и умирают вместе с человеком.

***Кармическое тело.***

Это тело – бессмертно, - сопровождает человека во всех его реинкарнациях. Это тело содержит причины всех действий человека и сведения о возможных будущих поступках человека.

***Интуитивное тело (буддхическое тело).***

Это энергетическое тело, которое концентрирует в себе высшие неосознанные процессы. Согласно Б. Бреннан это тело является матрицей, по которому строится наше эфирное тело. Как Вы понимаете, пятому телу легко исказить и восстановить наше эфирное тело по желанию.   
***Кетерное тело.***

Выглядит как золотое яйцо (вспомните К.Кастанеду), вмещающее в себя все предыдущие тела. Спереди, - поверхность яйца имеет прочное защитное покрытие, сзади, - оно более уязвимо (поэтому и говорят, что "со спины открыта душа человека", "плюнуть в спину" и т.д.). Это тело обеспечивает связь с Творцом (Высшим Разумом, Богом - как хотите), получает от него информацию и передает сведения. Здесь хранится программа жизни человека. Кармическое тело считывает информацию отсюда и сравнивает ее с реальными поступками, мыслями, эмоциями человека и при расхождении приступает к наказанию.

***Что такое энергетический уровень.***

***«Душу, как и дом, - обустраивает её хозяин, поэтому, если в жизни человека холод и пустота, виноват в этом только он сам».   
 Луи л’Амур***

Человек в течение всей жизни сообщается с Космосом, идет взаимный энергообмен - мы отдаем Космосу свои мысли, поступки, эмоции, а он нам дает такую энергию, которую мы можем получать и усваивать, - ту, к которой мы привыкли. Доброму человеку будет тяжело находиться в доме злого и наоборот, злому человеку будет противен добрый и его поступки, так как противоположные энергии всегда конфликтуют. Каждому дается та энергия, которую человек готов и может принять.

Эту энергию человек тратит на обновление своего организма, на движение, на умственную и психическую деятельность, на секс и проч. Однако, получаемой энергии гораздо больше, чем мы привыкли тратить на физическом уровне. Остальная энергия идёт на поддержание биополя, на нормальную работу чакр, на энергетическую защиту и, если энергии очень много, - то останется ещё и на колдовство, на влияние на свою и чужую судьбу.

К сожалению, люди европеоидной расы не умеют извлекать нужное количество энергии из пищи и воздуха. Люди Востока, питаются намного умереннее нас, но усваивают пищу лучше. "Я из одного рисового зернышка извлекаю больше, чем ты из целого бифштекса", - сказал некий йог англичанину, и это - соответствует истине.

Лет 15-10 назад я видел один фильм, где мальчика-божество пытались умертвить, накормив едой с кровью. Он видел в еде кровь и отказывался от предложенного кушанья. Так как он находился в клетке, в плену, - ему неоткуда было брать пищу. Но, он 1 или 2 раза в день вытаскивал из-за пазухи припасённую веточку, отрывал от неё один единственный зелёный листик и кушал его. Он насыщался. Уже тогда я понял, что он просто сумел извлечь необходимую энергию из этого небольшого листочка. Есть чему поучиться. Поэтому раздельное питание имеет смысл и, даже более глубокий, чем обычно мы думаем.

***По своему энергетическому развитию все люди принадлежат к одному из восьми уровней:***

***Первый уровень***: к нему относятся больные или не совсем здоровые люди, поле которых сильно ослаблено или искажено.

***Второй уровень***: к нему относится большинство людей европеоидной расы. Это люди неспособные почувствовать биополе.

***Третий уровень***: позволяет почувствовать свое биополе и биополе других людей. Европейцы называют людей этого уровня экстрасенсами.

***Четвертый уровень***: позволяет концентрировать поле и создавать направленное излучение, воздействовать на людей, на события, на себя, на животных и на всё, - на что хватит энергии. К нему обычно принадлежат знахари, шаманы, колдуны и ведьмы. В Индии к этому уровню принадлежит большинство асмеров, хилеров (то же, что и у нас знахарь, ведун, колдун, маг) и йогов начальных ступеней.

***Пятый уровень***: позволяет управлять размножением клеток своего организма за исключением половых клеток. Не существует людей, от природы обладающих энергетикой этого уровня и последующих уровней, - на них можно выйти лишь в результате сознательной работы по улучшению своей энергетики.

***Шестой-восьмой уровни***: бывают в основном у йогов, хилеров, асмеров высших ступеней - управление наследственностью, психикой людей и прочие глобальные вещи.

***Факторы способствующие увеличению энергетического уровня   
(по Г. Лэндису):***

1. Специальные упражнения по увеличению энергетического уровня.

2. Исключение отрицательных и накопление положительных эмоций.

3. Медитация.

4. Контакт с людьми, стоящими на более высоком энергетическом уровне.

5. Поглощение большого количества рассеянной космической энергии - праны.

6. Добросовестное выполнение всех своих обязанностей.

7. Повышение способности организма усваивать пищу.

8. Повышение способности организма к интенсивному газообмену при дыхании.

9. Повышение уровня физической тренированности.

10. Развитие высокой гибкости позвоночного столба и суставов.

11. Накопление биоэнергии во время сна.

12. Сведение до минимума ненужных действий и разговоров.

13. Общение с домашними животными и птицами.

14. Занятие цветоводством, садоводством, огородничеством в качестве хобби.

15. Занятие искусством в качестве хобби.

16. Уменьшение и даже полное исключение из пищи мясных продуктов.

Для повышения своего энергетического уровня необязательно выполнять все, что приведено в этом списке. Достаточно выбрать несколько рекомендаций из этого списка, но придерживаться их неукоснительно. Это гораздо лучше, чем выбрать много рекомендаций, - но выполнять их от случая к случаю. Желательно, выбрать рекомендации из начала списка, - поскольку эти факторы действуют наиболее сильно на возрастание энергетического уровня, - но и это правило не является обязательным.

Следует помнить, что очень много энергии тратится на секс, разговоры. Биополе слабнет от курения и от употребления спиртного.

На этом с теорией заканчиваем и переходим к практике. Здесь мы с Вами рассмотрим подробнее первый и самый главный пункт, повышающий энергетику.

Упражнений по повышению энергии очень много, - пока предлагаем те простые, что описывает в своей книге Эль Тат.

***Упражнение. Овладение энергией.***

1. Закрыть глаза. Сосредоточиться на ощущениях тепла. Найти самое холодное место в организме и самое теплое. Постараться только при помощи внутренней сосредоточенности перераспределить тепло, сделать два этих участка тела одинаковыми по температуре. Если это получилось - переходите к упражнению 2.

2. Закрыть глаза. Сосредоточиться на ощущении тела. Найти самые напряженные участки тела. Напрячь мышцы в этих участках еще больше и затем отпустить, расслабить. Добиться таким образом полной расслабленности тела.

3. Сядьте или встаньте удобно. Тщательно разотрите ладони рук, кисти и пальцы. Они должны стать горячими и мягкими. Приложите ладони к копчику: одна ладонь на копчик, другая поверх первой. Посидите так некоторое время до ощущения тепла и пульсации в копчике. Уберите ладони. То, что горит и пульсирует в нижней части тела, - это ваша жизненная энергия. Дышите медленно, спокойно и глубоко. На вдохе - представляйте, как пульсирующее тепло собирается в сгусток. На выдохе - направляйте этот силовой импульс в ту часть тела, к тому органу, который нуждается в помощи. Упражнение можно делать столько, сколько хочется. Ваша жизненная энергия будет только увеличиваться.

Проверить свои энергетические способности можно также по разному. ***Предлагаем такой вариант:*** Лечь на спину, руки вдоль тела, расслабиться, выкинуть все мысли из головы. Представить себя на фоне любого цвета. Потом ярко представить светящуюся золотистую точку в области сердца. Золотистое сияние нужно увеличивать до тех пор, пока оно не будет выходить за пределы физического тела. Длительность 5-30 мин. Не через силу! Сколько сможете. Повторять каждые два три дня. Результаты почувствуете.