

Карин Брандл

Освобождаване от енергийни влияния
и зависимости



*„Може ли да бъде любов онова,
което поглъща другия, както сунгерът водата ...?“*

Уилям Блейк

Индивидуално предразположение към астрална пъпна връв

*Енергийният организъм на астралните
близнаци*



Сливането на астралните близнаци

Познаването на вътрешното предразположение на човека към образуване на енергийни връзки е важно за правилното диагностициране на астралната симбиоза. Какво ни кара да се стремим към нея?

Има хора – твърде малко за съжаление – които по природа са неуязвими и защитени от такива зависимости. Всяко общуване е придружено от психо-енергийна връзка и това е напълно нормално. Но не всяка психо-енергийна връзка е смущаваща, завладяваща и ограничаваща.

„Незатворена астрална телефонна слушалка“ нарекохме онази, която в астралната сфера създава от двама души нещо като общ енергиен организъм. Характерна за нея е взаимната енергийна зависимост един от друг, която налага често възобновяване на физическия контакти. Силният копнеж по партньора най-често е индикатор за наличието на астрална пъпна връв. Ето откъде идва и съвсем основателният страх на някои хора, че ако се сближат с някого прекомерно, могат да изгубят себе си. Те просто не се осмеляват да се отдадат на любовта, понеже винаги, когато до този момент са се отдавали, по-

късно не са успявали „да затворят слушалката“. Причината за страха им е дълготрайната астрална връзка, създадена все пак не без тяхно участие.

Изброяването на симптомите ни даде да разберем, че по-слабият полюс на енергийната симбиоза с времето действително изгубва себе си, специфичните си характеристики, своеобразието и може би дори жизнеността и здравето си. Общият организъм обуславя онова силно чувство за „ние“, което вече не търпи никакви индивидуални особености. В резултат на това възниква борба за власт, която по принцип е борба за индивидуалност. И още – появява се чувство за вина, понеже всяка крачка към самостоятелността на индивида бива оценена от общия организъм като постъпка в ущърб на партньора, а следователно – срещу съществуването на енергийната цялост. Силната енергийна форма на пъпната връв се автономизира и управлява партньорите така, че тя самата да не бъде застрашена.

Заедността сега вече не се определя от двамата, а от енергийната форма на техните отношения. Тази ситуация е твърде сходна със ситуацията, в която би могъл да изпадне един маг, ако изпусне юздите на собствените си психични творения. Той ще се види принуден да ги разруши, преди да са станали твърде силни.

Създавайки от себе си едно единно енергийно творение, безумно влюбените се превръщат в чираци-магьосници, без дори да подозират. Пъпната връв води самостоятелен астрален живот и образува мета-ниво на връзката им. Така безграничното енергийно сливане осигурява немалко напълно безпочвени страдания и недоразумения, нямащи нищо общо с реалността.

Общият организъм в любовните отношения е продукт и на митовете, които ни се поднасят в най-различни форми от киното, телевизията или поп-музиката. Те изграждат образа на истинската любов, която в стремежа си да

бъде възможно най-интензивна, неминуемо съдържа самоунищожителна програма. Духът на времето е такъв, че онова, което не стимулира чувствата, потъва в пъстроцветното море от дразнителни като нещо, незаслужаващо внимание. Само суперлативите докосват душата и затова емоциите трябва да са толкова силни, че да впечатляват.

Известен ни е класическият мит за *астралните близнаци*, за онези две половини, представлявали може би някога едно цяло. Имат се предвид хора, които са си *душевно близки*, а това означава, че възприемат и преживяват нещата еднакво. Те придават на връзката си загадъчен ореол на *мечтана или бленувана близост*.

Емоционалното ниво на душата функционира като цяло неосъзнато, тоест то не допуска намесата на съзнанието ни. Така несъвместимите части от душите на партньорите често изчезват в бездната на подсъзнанието, докато двамата си внушават, че са във висша хармония. Горещото желание за сливане с астралния близък по парадоксален начин осуетява истинското вникване в интимния свят на другия.

Ето как на една връзка, която се разминава с човека и с истинската любов, се придава мистична окраска. Освен това видяхме какво се случва, след като всяко различие на партньорите бива подведено под общия знаменател на полученото от сливането единство. Те вече са не две взаимно предани самостоятелни същества, а две болезнено отделени поради материалните си тела части, зависими една от друга, доколкото само заедно са в състояние да постигат някакво чувство за цялост. За мен митът за душата-близък е продукт на астралната пъпна връв, която в един такъв случай най-вероятно има кармичен произход. Възможно е в някоя предишна инкарнация партньорите да са водили крайно симбиотичен съвместен живот, който сега подсъзнателно ги подтиква отново да търсят липсващата им половина.

Разпределение на властта в отношенията

Астралната пъпна връв винаги води до неравнопоставеност и конкурентно поведение. Една връзка, приятелство или други отношения, в които двамата партньори по никакъв начин не се опитват да властват *един над друг*, се осъществява с участието на сърдечната или гърлената чакра, или пък – на разблокирания слънчев сплит.

Това ще рече, че благодарение на развитието и осъзнаването на личността, стремежът ѝ към доминиране се е трансформирал от неизменна форма на властване над хора и ситуации в положителна форма на *себевладеене* (владеене на собственото его и подсъзнание).

Господар на себе си е онзи човек, който знае мястото си във вселената и се самонаблюдава и изучава. Но тук се включва и една духовна компонента. Господар на себе си е и онзи човек, който се оставя на Бог или на космическия порядък да го ръководи и съществува скромно сред останалите частички на Цялото. Ето защо той е спокоен и не изпитва необходимост да си осигурява превес, като властва над другите. Освен това се чувства духовно закрилян сред вселената и приема кръговрата, състоящ се от възникване и разпадане. Такъв човек общува посредством слънчевия си сплит отговорно, с любов и със съчувствие към всички хора.

Блокираният слънчев сплит се стреми да властва и контролира. Той действа безогледно, воден от чист егоизъм и желанието да се налага. В този контекст е уместна древната мъдрост, че всеки, който не е господар на себе си, предпочита да стане господар на волята на съседа си!

Словесно това се изразява в отстояването на собствената безусловна правота. Страстно се брани единствената истина – онази именно, която служи на собственото

благо. Гледната точка на другия почти няма значение. Човекът се върти само около себе си.

Така слънчевият сплит се превръща в бариера за енергийния поток по продължение на гръбначния стълб, свързващ една с друга всички чакри. Следователно сексуалната емоционална жизнена енергия не може да се качи до сърдечната и до по-горните чакри, а се събира в центъра на властта. Такъв човек подменя любовта с надмощието, като това е определящо за начина, по който общува, но прави невъзможно преживяването на по-дълбоки чувства. Сексуалността се проявява единствено за задоволяване на чисто физиологичните потребности. Тя или дегенерира до средство за доминиране над останалите или пък всички отношения подсъзнателно се сексуализират. Сексуалността и чувствата се възприемат като две отделни неща, които не могат да бъдат изпитвани едновременно и съответно биват държани настрана едно от друго с идеята, че съществуват две партньорства – едно сексуално и едно чисто платоническо. Сексуалното удоволствие често е неразривно свързано с усещанията за сила/безсилие; затова вълненията на сърцето се обличат в думи. Безкрайните монолози, чийто обект са емоциите, възпрепятстват действителното преживяване на собствената спонтанност.

На този стадий съпринадлежност се постига не благодарение на искрената любов, а на астралната пъпна връв. Всеки от обвързаните е своего рода мост в енергийния кръговрат, тъй като е отражение и на двете – на сексуалната вещественост и на емоционалността, и така създава връзка между сакралната и сърдечната си чакра. Едва тогава, посредством другия, те са в състояние изобщо да възприемат собствените си чувства. Това ги изправя пред дилемата на зависимост от партньора, защото ако пъпната връв се прекъсне, блокираният слънчев сплит ще послужи отново за бариера и те отново ще са болезнено

изолирани от сърцето, тоест – от своя чувствен свят. По тази причина всяко „посегателство“ върху астралната пъпна връв е обременено със страх от загуба.

Това обяснява защо истинската любов (към ближния) може да бъде резултат единствено от любовта към самия себе си или с други думи – от свободното протичане на енергията от първата и от сакралната чакра към собственото сърце. Само тогава човекът постига вътрешен мир и е искрено отворен към себе си и към ближните си. Превъзнесената „голяма любов“ най-често е пропита от също толкова голям егоизъм. Отначало, в стихията на страстта, това почти никога не се осъзнава; когато обаче бъде инсталирана пъпната връв, партньорите започват по някакъв начин „да се задушават“ и в повечето случаи единият прави опит да се дистанцира, което пък другият усеща като непоносимо отдалечаване и отхвърляне.

Така се създава един омагьосан кръг, който непрестанно се разширява, докато накрая се скъса. Вследствие на това астралната връзка често бива разрушена силно и без съзнателното участие на въображението. Отваря се *астрална рана*, която много скоро се запущва с подходящ заместител. Или пък след раздялата бившите партньори възобновяват пъпната връв, което води до редуването на раздели и събирания в отношенията на някои двойки.

Рана в аурата може да възникне и при хора, които се отделят рязко от семейството си – или поради разрыв вследствие на скандал, или в случай на смърт. Тогава те се привързват към „заместник-родители“.



За да се установи наличието на астрална пъпна връв, човек би трябвало да си отговори на следните въпроси:

- Как участниците употребяват властта?
- Доколко са егоистични?
- В каква степен са нарцистични? Или по-добре: какво си въобразяват за себе си и за своята голяма любов?
- Как е разпределена властта във връзката? Опитва ли се единият да властва над другия (или го правят и двамата), пък било то и само в отделни сфери?
- Конкурират ли се двамата помежду си? Чувства ли се единият по принцип по-слаб от другия (по-грозен, понекадърен, по-незначителен и т. н.)?
- Зачитат ли се личните граници и различия или се усещат като причиняващи дисхармония и като лична обида?
- Какво е отношението на хората към родителите им (към бившите им партньори)? Таят ли непреодолима омраза и/или нежелание да им простят за неща, които са се случили някога?

Позиция от рода на: „Родителите са виновни за всичко! Ако те се бяха държали с мен по друг начин, днес щях да съм далеч по-добре“ свидетелства за вкопчване в миналото. Или пък съществува силно, несъответстващо на реалността идеализиране на хората от доброто старо време? („Имах най-прекрасното детство и най-милите родители, които винаги правеха за мен и невъзможното. Не съм преживял нищо лошо и никога не съм бил нещастен. Ах, де да бях отново дете!“)

И в двата случая – и на омраза, и на идеализиране – най-често съществува неразградена връзка в астралната сфера. Личното царство на емоциите също се намира в астралното ниво. Силните, дълготрайни чувства към някого винаги образуват съответната енергийна форма и така ни обвързват с адресата.

Хора, които не са се отделили астрално от родителите си или от предишните си партньори след физическото прекратяване на отношенията си с тях, продължават да не са сами по себе си, независимо от възрастта си. Те все още не са излезли от обсега на астралната симбиоза и затова са доста склонни към образуване на нова. Отдалечаването в пространството или във времето не променя нищо.

Дори и смъртта на единия обвързан не води до автоматично освобождаване от пъпната връв. В астрала часовниците се движат различно от часовниците във физическата реалност, а разстоянията не съответстват на земните. Съпоставени с представите ни за време и пространство, валидни за нашата планетарна биосфера, астралното време и астралното пространство са почти вечни.

Въпросът за неразрушените астрални връзки, продължаващи да съществуват и след изчерпването на предишни близки (родствени) отношения е много важен. Те често подкопават всяко ново познание още в самото му начало. Ако разглеждаме една такава връзка като живо енергийно създание (чието съдържание представлява съвсем определен психически модел или система), ще се убедим, че това създание ще иска да живее и да се възпроизвежда и в по-нататъшния ни живот. То може дори да ни принуди да възстановим някогашната, носила ни страдание структура на отношенията.

Астралната пъпна връв от отдавна приключили отношения с родители или с партньор като нищо може да проектира стария модел върху новата любов и да се превърне в неин реален убиец. Уникалността на другия човек дори няма шанс да бъде забелязана, тъй като пъпната връв управлява случващото се. Тя „преслушва“ новия партньор/ новата партньорка за използвани и неизползвани структури и целенасочено свързва нишките, отговарящи на проекциите от миналото.

Тъй като в останалия от старата енергийна форма фрагмент са запазени и всички натрупани негативни преживявания, несбъднати желания, рани и т. н., сега, след поредното свързване, те биват подхранени с енергия и съживени. Именно затова още след зараждането на връзката усещаме да изплува вече познат ни проблем, който обаче впоследствие – ако цялата ситуация бъде обсъдена открито – се оказва несъществуващ. А работата е там, че партньорът Б по грешка се взема за партньора А (или за лошия/добрия родител). Колкото по-силно човек е привързан към фрагмента, толкова по-голямо ще бъде влиянието на последния върху бъдещата близост.

Ето защо е желателно старата връзка напълно да се прекрати, преди да е положено началото на следващата. Понякога астралните фрагменти (отцепени, изтласкани в подсъзнанието чувства) биват разградени в рамките на новата връзка, ако имаме шанса да се натъкнем на партньор, упорито съпротивляващ се на опитите ни за астрално скачване, така че да нямаме друг изход, освен да променим вижданията си и да се решим на равнопоставени отношения. Тогава остатъците от астралната пъпна връв изсъхват и излиняват, докато изчезнат напълно.

Истински изчистената от астрални фрагменти някогашна емоционална връзка се познава по това, че не е подвластна на силни емоции, които я забулват като облаци. Това не означава, че преставаш да обичаш съответния човек или че ставаш безразличен. А означава само, че сега любовта идва направо от сърцето – извора и на всички останали чувства, които се проявяват спокойно и се подхранват от взаимно приемане и уважение. Ако този процес приключи успешно, омразата или желанието за мъст отпадат и правят място на прошката, взаимното зачитане и респективно – спазването на границите на другия.

Прекъсване на нежеланите енергийни връзки

Лекуване на двете страни

Бих искала да напомня отново, че ефектът от астралната пъпна връв е като от незатворена телефонна слушалка. Тази слушалка трябва първо да се сложи на мястото ѝ, за да послужи като бариера на информационния поток, което, разбира се, се отразява и на двете страни. Това не означава, че никога повече няма да набирате съответния номер, но отсега нататък след разговора ще трябва да прекъсвате връзката, за да избегнете продължителния нежелан симбиотичен контакт.

Ако сте сигурни, че причината за онова, което ви смущава в отношенията ви с определен човек, е наличието на астрална пъпна връв, можете да си послужите с някой от многото различни начини за бързо реагиране, възпрепятстващи едно или друго неприятно енергийно влияние или появата на психични феномени. Впоследствие обаче ще се наложи да промените собствения си модел, който ви диктува да приемате и да създавате неравностойни връзки. Промяната може да се осъществи с помощта на подходяща терапия, а защо не и със собствени сили, със самонаблюдение и самопознание.

Решите ли се на такава стъпка, първото най-важно нещо ще е постигането на обратна духовна връзка с Първоизточника. Прилепването към всичко земно на материално, ментално и емоционално ниво произлиза от изгубената връзка с висшия Аз. При раждането си все още сме били едно с всичко. Усвоявайки уроците на живота и срещайки се с други хора, ние „изпадаме“ от състоянието на единение в света на ограниченията и отделността. Този процес е от изключително значение, тъй ка-

то само когато се отдели и разграничи, човек се индивидуализира. Същевременно обаче, ако преживяванията му са мъчителни и деструктивни, неговата духовна връзка с Първоизточника може напълно да се прекъсне.

За да обърнем това развитие, трябва отново да повярваме във висшия Аз като в пътеводна звезда, защото той е носител на базисното доверие и упованието в цялото съществуване, които могат да ни освободят от всички измамни убеждения и зависимости. Описаната в тази книга работа с енергиите и чакрите ще подпомогне вашето израстване. Измолена за себе си, енергийната благословия, на която се спрях в предходната глава, е друго средство за възстановяване на връзката с висшия Аз. Просто променете текста според нуждите си. Но всекидневната молба да бъдеш воден и защитаван според мен е най-ефикасна. Висшият Аз ще избере най-добрия път за решаване на всички ваши задачи и проблеми и с времето ще привлича вниманието ви върху себе си все по-често, дарявайки ви с прозрение и интуитивна увереност.

Както бе казано неведнъж, астралната пъпна връв винаги е двустранна. В основата ѝ стоят любовта или най-малко симпатията. Това обстоятелство прави прекъсването ѝ толкова трудно и съответно нерядко води до рецидиви. Любовта, която желае да властва, не може да се дозира, при нея винаги става дума за „всичко или нищо“. Спешната помощ в енергийната сфера дава временен резултат и не може да замести работата върху себе си.

Срещала съм хора, които просто *изтръгват* от аурата си нежеланите връзки, „защото другият ги дърпа“. После обаче си продължават по старому. По този начин пъпната връв почти веднага се образува отново. Само когато се поровите в себе си за причините и осъзнаете всички взаимозависимости, ще промените успешно своя модел и перспективно – своите отношения. Това включва както системно очертаване на границите на физическо и на ас-

трално ниво, така и отказ от собствения стремеж за доминиране и оказване на контрол.

На второ място се налага да преосмислите представата си за любовта и да се конфронтирате с проблема за преходността на физическото съществуване. Всяко приятелство или любовна връзка все някога свършват. Дори ако тази мисъл отначало ви натъжава, постарайте се да не се вкопчвате в каквото и да било, опитвайки се да го задържите, а да се наслаждавате на това, което се случва в момента. Ако можете да приемете идеята за края, ще подходите по-отговорно към скъпоценното време, което ви е дадено да сте заедно с любимия човек. И убедили се, че никой друг не е в състояние да засити космическия ви глад за любов и свързаност, ще намерите правилната, подходяща за вашия съюз човешка мяра.

Надявам се, че сте открили и себе си в списъка с диспозициите и в общи линии сте наясно кога и в какво да се самонаблюдавате, ако искате да избегнете симбиозата.

Когато близостта е твърде голяма, а не се предвижда прекратяване на отношенията, е желателно другият също да се потруди съзнателно над собственото си преобращаване. В противен случай най-вероятно ще реагира със страх и ще се мисли за изоставен, което на свой ред ще породи у вас състрадание и чувство за вина. Така едностранните ви усилия ще бъдат подкопани. Ако обаче и двамата сте съгласни да се освободите взаимно, можете да пристъпите към *ритуала за прекъсване на пълната връв*.

Необходимостта да се заемете сами с разрушаването на властническите структури, защото партньорът/ партньорката ви не ще и да чуе за отграничаване или пък смята енергийната работа за чиста безсмислица, ще ви изправи пред споменатите противодействия. Да свършите работата и на двамата е, разбира се, много по-трудно. Ще ви трябва повече време и повече търпение, а ако

партньорът ви се окаже абсолютно резистентен към каквато и да било положителна промяна, бъдете готови при определени обстоятелства окончателно да се разделите.

Докато отстранявате астралната пъпна връв, съзнанието ви също ще се променя, а невидимите взаимовръзки ще започнат да се проявяват. Съвместният живот на хора с твърде различна степен на осъзнатост е меко казано сложен. Те схващат погрешно думите на другия и от това общуването страда. За да се нивелират крайно различните хоризонти в една връзка, се иска много самоотвержена любов. Само истинската любов е в състояние да приеме различията и да уважава партньора такъв, какъвто е.

Тя обаче може да вирее единствено при наличието на равнопоставеност. Подчинението и самолишаването не са любов, а само жертвената страна на модела сила/безсилие. Осъзнаете ли тези взаимовръзки и започнете ли да се освобождавате от тях, с течение на времето ще ви бъде все по-малко възможно да живеете заедно с човек, който се опитва да властва над вас. Ако той не приема несъгласието ви с всичко и не го споделя, а се придържа здраво към старите параметри, вие вече не си подходите и пътищата ви се разделят. Този акт ще се отрази позитивно и на него (не само на вас), защото собственият му опит ще го научи, че вкопчването, доминирането и зависимостта разрушават любовта и съвместния живот.

Но каквото и да се случи, ще бъдат излекувани и двете страни. Излекуване означава постигане на цялост. То включва и интегрирането на собствените сенчести страни. Ако един човек не приема негативните си аспекти, ако сам не полага усилия да ги осъзнае и трансформира, то волю-неволю ще се конфронтира с тях посредством реакциите на другите. А ако след отстраняването на астралната пъпна връв връзката се разпадне, понеже единият от двамата не желае да се раздели с претенцията си

да доминира, той по принцип ще бъде принуден от съдбата да се занимае отново със същата тема. Тази съдба обаче не е нещо външно, а собственото му твърдоглавие. Човекът ще продължи да създава връзки по старата схема, които ще се провалят навярно все по същата позната ни вече причина, но всеки път с нещичко ще го променят, колкото и да е инертен.

Сигурно трябва да се мине многократно един и същ път и темата за доминирането да се отработва в продължение на много животи. От еволюцията обаче не може да се избяга, колкото и всеки да се развива според собствения си ритъм. Не бива да упрекувате партньора си, че се развивате по-бързо от него. Разделете се с добро, простете си и продължете по своя си път!

Какво може да се постигне с енергийна работа?

Мерките за отстраняване на астралната пъпна връв се определят на първо място от това какво искате: дали да сложите край на връзката си или, ако вече сте го направили – да се освободите от продължаващите енергийни влияния, или пък да я съхраните, но в променена форма. Всеки от партньорите трябва да оттегли участието си в пъпната връв, като си даде сметка за него и го преработи. Всички посегателства, страхове, желаниа за превес и склонност към оказване на контрол трябва да бъдат осъзнати и трансформирани. В зависимост от силата и дълготрайността на астралната пъпна връв този процес може да отнеме месеци, та дори и години. Тя не може да се отстрани просто така, с магическа пръчица, без да се замени с нищо.

Енергийната работа с участието на въображението е вмешателство в полето и на двамата партньори. Съ-

ществуващата отдавна симбиоза не може да се прекрати изведнъж. Рязкото разрушаване на енергийната форма поражда вакуум, който тепърва трябва да се запълни с нова положителна енергия. Но тази нова енергия няма откъде да се вземе, преди да сте постигнали яснота относно взаимозависимостите и скритите причини. Ако не знаете какво всъщност искате да промените и ви липсва ново разбиране за нещата, ще повторите някогашните модели.

Интензивността, с която астралната пъпна връв влияе на връзката

Астралната пъпна връв е свързана винаги с борба за власт. Според това доколко целенасочено се стремят партньорите да доминират и откога съществува тя, интензивността на влиянието ѝ върху живота им е различна.

1. Кармичната връзка от едно или повече минали прераждания по принцип е силно обсебваща; същото важи и за всяка дългогодишна връзка – било със собствените родители или с други хора.

2. Болните или въобще хората в беда създават за кратко астрална връзка, чиято сила зависи от тяхната емоционалност и психически способности. Колкото по-безнадеждно се чувства човек (което не би трябвало да има нищо общо с обективната сериозност на заболяването или на бедата), толкова по-здраво ще се вкопчи.

3. Срещат се обаче и хора, които са склонни често и бързо да завързват астрална връзка, за да си извоюват психично надмощие над другите, например – в разговор или спор. Така те се опитват да манипулират опонента или да го обезоръжат. Не е изключено да са движени от несъзнаван рефлекс и дори от страх или несигурност. Но понякога става дума за истинска енергийна атака.

Освен всичко изброено, силата на астралната пъпна връв неминуемо зависи и от нейния емоционален заряд. Колкото по-наситени са чувствата, а и желанието да изкопчиш нещо определено, толкова по-осезателно е влиянието ѝ.

Правилото е, че краткотрайната енергийна връзка се прекратява по-лесно от дългогодишната, като важен фактор при диагностицирането ѝ е колко време все пак е била поддържана. Ако е създадена неотдавна, а функционира с голяма интензивност, е възможно да е с кармичен произход.

Но вашата отговорност не отпада дори в този случай, защото никой не би могъл да се свърже астрално с вас, ако не сте му позволили, било то и без да съзнавате. Все някога трябва да сте го допуснали да проникне в системата ви. Кога е могло да се случи това? Лудото влюбване е единият вариант. Едното желание да сте с другия е достатъчно. Така е било на времето и по отношение на родителите ви, с които бездруго сте свързани напълно естествено от самото начало. Кармичната връзка се маскира много умело. Да не говорим, че може да е била натоварена с негативен заряд още преди няколко инкарнации – тогава най-вероятно ще се натъкнете на човек, който ще ви се види отблъскващ или ще ви вдъхва страх по абсолютно непонятни причини.

Аз бих проверила веднага как стоят нещата на астрално ниво и открива ли пъпна връв, бих я прекъснала също веднага, преди да съм се вкарала в нови неприятности. Може да се наложи да повторите процедурата многократно, за да елиминирате различните кармични аспекти във вашите отношенията. После ще изпитате вероятно и симпатия или още по-силни положителни чувства, което може да ви се стори абсолютно ирационално – но нали всяка връзка в началото се поражда от непреодолимо привличане. Не се впечатлявайте, а продължете отде-

лянето, докато емоциите ви се уталожат и се изпълните с вътрешен мир.

Кармичното освобождаване изисква голяма доза готовност за осъзнаване на скритите причини и зависимости, особено когато става дума за съществуваща връзка. Не можете да отстраните онази карма, от която имате да учите важни неща. Няма да се справите и ако все още ви липсва решителност. Най-напред трябва да позволите на надигащите се чувства да достигнат съзнанието ви, за да ги приемете, а сетне и да ги освободите. Само което е осъзнато, може да бъде отхвърлено или трансформирано. А неосъзнатото ще продължи да си съществува, като ви дразни и ви влияе и занаяпред.

Ако сте узрели да работите върху себе си и да осъзнавате, ще продължите да провокирате такива преживявания с кармичния партньор, които ще допринесат за изчистване на вашата карма. И тогава ще видите, че процесът протича съобразно личните ви потребности и вътрешната ви готовност.

Може би болните се прикачват към вас, защото сте грижовни, симпатични и умели. Вие от своя страна се отваряте за тях емоционално (астрално), щом си позволите да се ангажирате лично. Ако ви е мъчно за някого (обърнете внимание на езика!), то той ще ви причини мъка. Състраданието няма нищо общо с любовта, а се числи към сферата на астралната пъпна връв. Който го проявява, от една страна се възприема като по-силен и по-влиятелен от обекта на чувствата си, поставяйки го така в неравностойно положение, а от друга – се отваря за *съ-страдание*.

Астралната пъпна връв между здрави и психичноболни или обременени с проблеми хора може да доведе до там, че посредством нея здравите да отработват и изстрадват чужди проблеми и емоции. Болните за съжаление нямат никаква полза от това, защото никой не може

да поеме върху себе си чужда съдба и да учи вместо друг!

Енергийната атака също трябва да получи емоционален отклик от адресата, за да постигне целите си. Неочакваният психически натиск поражда страх, несигурност или чувства за вина (ако не желаете например да купите скъпия предмет, който надареният с психически способности продавач ви навира в очите). Тези съвсем нормални емоции ви правят астрално уязвими. Който не се плаши, печели. Когато се усещате атакувани, не си мерете силите, което хаби енергия, а спечелете време, помолете за почивка, идете до тоалетната, кажете си съвсем откровено, че ви е нужна отсрочка, за да размислите и затова не желаете сега, на момента, да подпишете договора или там каквото и да било. Това вече означава прекъсване на кратковременния рапорт. После веднага очертайте своя защитен обръч (вижте раздела „*Енергийна работа и защита*“).

Как се отразява отделянето?

Емоционалното съдържание на една астрална пъпна връв определя и начина за нейното отстраняване. Ако възнамерявате да съхраните партньорството си, е важно да си дадете време за намиране на нови форми на поведение – без ничие надмощие и зависимост. Както казахме, това става най-добре и най-бързо, когато участват и двете страни. Да продължите да мислите за бившата си любов и след физическата раздяла означава по принцип да предизвикате нейното продължение на астрално ниво.

Прекъсването на пъпната връв води до завършек, до окончателен край на връзката. Ако тя е била кармична, натрапливият цикъл от приливи и отливи в отношенията ще приключи. Една част от кармата е отработена. Сега астралните близнаци могат да поемат всеки по своя път

или, ако са готови – да останат заедно, без да водят борба за надмощие.

Прекъсването на пъпната връв с болни и страдащи служи на първо място на собствената ви защита от енергийно изчерпване и обсебване. Помолете се за тях (а защо не и за злонамерения нападател?) да получат изцеление и благодат от един по-голям източник, който да ги поддържа и коригира енергийния им дисбаланс. Тази практика обаче не бива да замества дължимата им физическа помощ.

Прекъсването на астралната пъпна връв възстановява енергийната самостоятелност на личността и полага началото на психическото ѝ преобразяване и освобождаване, което пък се отразява и на цялостното ѝ развитие. В идеалния случай, когато и двамата участват в еднаква степен, моделът на отношенията се трансформира в съжителство на взаимно уважаващи се и взаимно приемащи се равнопоставени хора.

Емоционалната атмосфера помежду им се характеризира с овладяна, ненадрапчива сърдечност, която проявяват и към другите. Това чувство не изважда никого от равновесие и не кара никого да напуска контекста на живота, изпадайки в краен възторг. Тъкмо обратното – нивелира ярките различия между хората, тъй като приема другостта им. Тази безусловна любов е толкова всеобхватна, защото се подхранва от любовта на космическия Дух. Същевременно отделният човек се смирява пред висшата воля – за разлика от обсебващия влюбен, който иска да диктува събитията съобразно егото си. Немалко проблеми тръгват оттам, че хората са откъснати от висшия си Аз и съответно – от висшата воля, а виждат Божия пръст в своите новосъздадени или кармични връзки. Любовта на висшия Аз обаче не предполага никакво доминиране, обсебване, вкопчване, които по своята същност са производни на страха и омразата.

Новата форма на съвместен живот изисква ясни споразумения (*договори** между партньорите, гарантиращи взаимната *поносимост*) и се основава на напрудено благоразположение, искреност и честност, а не на психично-астрално насилие и утвърдени механизми за упражняване на власт.

Според моето виждане за епохата на Водолея, такова ще е развитието през следващите десетилетия и то вече се очертава както в рамките на личните, така и в рамките на социалните и политическите отношения по целия свят. Онези, които упорито се придържат към старите поведенчески модели, ще бъдат изолирани и ще останат сами. Убедена съм, че тези модели един ден просто ще се окажат несъвместими с живота на хората на тази планета. Изживялата времето си форма на неравностойни отношения (а с това и астралната пъпна връв) бавно ще отмира, щом не се намери кой да я възпроизвежда.

Това, разбира се, е музика от далечното бъдеще ..., но всяка успешно прекъснатата астрална пъпна връв допринася за крайно необходимата промяна на ценностите в цялото общество, дори и тя засега да се осъществява само в личната сфера.

Позволих си да отклоня вниманието ви към глобалните взаимовръзки напълно преднамерено и неслучайно, преди да започна да говоря за техниката на освобождаването.

Много хора се страхуват от тотален срив на контакта с партньора след отстраняването на астралната връзка, както и от твърде голям индивидуализъм и отделност, самотност и изолация. Това обаче не е вярно. Ние не попадаме в пълен вакуум, дори непоправимите сред нас отначало да са нещастни и огорчени. Пробуждането на сърдечния център у индивида и на любовта у хората ка-

*Непреводима игра на думи: от нем. – Vertrag – договор; (sich) vertragen – понасям (се). – Б. пр.

то цяло води в истинския смисъл на думата до едно по-широко схващане за устройството на отношенията, което допуска повече човешка другост и повече различни форми на заедност. Никой човек не живее и не ще живее без каквито и да било контакти само защото се бои да не изпадне в зависимост и да не изгуби свободата си. Опасението от изолация е продиктувано от противоположния полюс, тоест от изискването за абсолютна слятост в схемата на близнаците, която предвижда прекалена отдаденост на един конкретен образ с всички зависещи само от него както позитивни, така и негативни преживявания, докато *останалият свят* бива изключен.

Как да започнем?

Най-напред трябва да се убедите, че връзката ви наистина е обременена с астрална пъпна връв. Вглеждате се в ежедневието си и си записвате по-странните инциденти. Спомнете си как е започнало всичко. Понякога възникването на пъпната връв може е съвсем осезаемо. Усещането напомня прословутите „пеперуди в стомаха“, когато влакчето в лунапарка полита стремглаво надолу, после в областта на слънчевия ви сплит се разлива топлина.

Трябва да сте сигурни, че една значителна част от описаните признаци, начини на поведение и форми на общуване важат и за вашата връзка. Ако някога по-рано едно от тези неща ви се е случило, но повече не се е повторило и като цяло останалото не съвпада, следва да се предположи, че не сте свързани астрално с партньора си. Имате ли някакви подозрения, запитайте се дали пък проблемът не е у самите вас. Очертайте около себе си защитния обръч и работете с чакрите. Това може да ви помогне да разберете правилно случващото се.

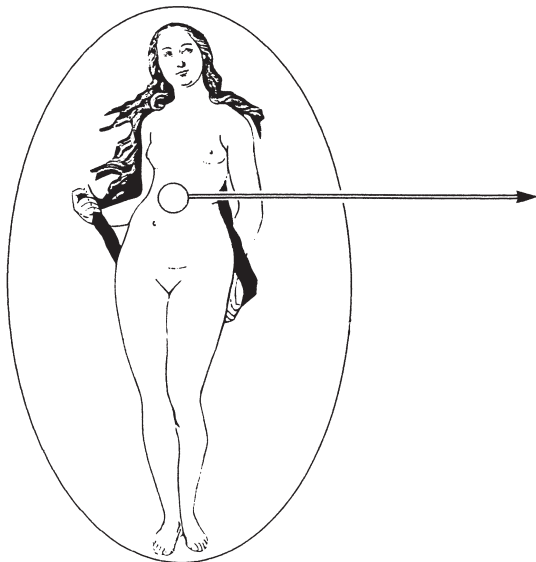
Ако вече имате цял списък с очебийни факти, преценката ще е значително по-лесна. Важното е да не си въобразявате нещо, което изобщо не съществува.

*** Упражнение**

Виждане на астрално ниво

Проверете наблюденията си на физическо ниво със средствата на *вътрешното си зрение*. Затворете очи и се отпуснете. Можете да сте в легнало или седнало положение, но с изправен гръб. Вдишайте и издишайте дълбоко и бавно няколко пъти. После визуализирайте аурата си, която ви обгръща като бяла мъгла с формата на яйце.

Опитайте се да се погледнете фронтално. По аурата се открояват енергийните вихри на чакрите. Обърнете внимание на слънчевия сплит. Излиза ли нещо оттам, което да напомня светлинна нишка? Ако излиза, проследете я до другия ѝ край и тогава би трябвало да ви се открие кой се намира там.



Излиза ли светлинна нишка от слънчевия ви сплит?

Сега всъщност бихте могли веднага да прекъснете тази „нишка“. Но има сериозни причини да не го правите така прибързано. Вие също сте допринесли за възникването ѝ и навярно се нуждаете от другия човек, както и той от вас. Запитайте се най-напред какво точно очаквате още:

- Доколко сте привързани към него? Доколко (и за какво) ви е нужен?
- Водите ли изобщо някакъв собствен живот? Или вече сте се посветили напълно на партньора/ партньорката си (детето, приятелите, началниците)?
- Какво място бихте отредили на връзката си (какво време бихте отделили)?
- Какво е усещането ви за собствената ви стойност? Колко струвате без половинката си? Чувствате ли се пълноценни само когато някой се нуждае от вас?
- Какво умее притежава човекът до вас, което вие не умеете/ не притежавате (но бихте искали на драго сърце)? Завиждате ли му?
- Как мислите, че би се справил без вас? Грижа ли ви е твърде за това?

Направете си равностметка колко от себе си сте дали на партньора си до този момент! Бъдете честни и си признайте зависимостта (също и материалната), желанието си да доминирате, вкопчването си в него и претенциите си към него. Дори от това да ви дострашее или заболи.

Но не забравяйте: само неосъзнатото има власт над вас и не може да бъде променено. Осъзнатото обаче може по всяко време, стига да поискате! А сега вие искате тъкмо това.

В една любовна връзка е много важно и двамата партньори взаимно да си дадат свобода и да се приемат един друг като самостоятелни същества. Това би било немислимо, ако не се разделите с илюзията за *трайно сливане*

с любовта на живота си. Преживяванията на човека протичат по определена времева ос. Надвремеви е само нашият висш Аз. Вкопчването на астралната душа в собствените ѝ емоции поражда въздействие с определена продължителност, като същевременно допринася за повторението им в присъщата им проявна форма. Тоест – тя също знае какво е време и запаметява възприятията си за отделни негови отрязъци от различните инкарнации. Следователно връзките между душите са ограничени във времето – инак кармичните щяха да са нерушими. И вечната любов на две души е наистина романтична илюзия, за която евентуално би могло да се умре, но не и да се живее. Тоталната любов на нашия безсмъртен висш Аз е свръхперсонална. Тя не се насочва към един определен обект на желанието, а просто е всеобхватна. Ако любовта между двама може да бъде оприличена на лазерен лъч, то космическата вселюбов е като мека светлина, която облива всичко край себе си.

Митът за *голямата любов* прави от партньорите нещо толкова изключително и специално, „каквото светът никога не е виждал“. Навярно благодарение на преживяните психически феномени сте създали във фантазията си една абсолютно свръхестествена, богоизбрана, съдбовна, страхотна връзка и същевременно – съответстващата ѝ енергийна форма, която – извисена над земното ежедневие – тормози и двама ви с вложената в нея прекомерна претенция. И тъй, слезте от сцената, забравете за ореола на връзката си, свалете лавровия венец както от своята глава, така и от главата на партньора/ партньорката си и действайте.

Би било по-просто, ако раздялата вече се е състояла, защото посоката ще е съвсем ясна и няма да е необходимо тепърва „да си уреждате сметките“ и да се съобразявате с развитието на другия. Но и тогава съществува още известна доза зависимост и някакъв стар емоционален

товар, който трябва да бъде отхвърлен, преди астралната пъпна връв да се отстрани.

Незабавно освобождаване препоръчвам в случай на истинска атака, в случай, че някой се опитва да ви управлява против волята ви и „ви притиска с психическа сила в ъгъла“ или ви досажда на астрално ниво. И все пак, при възможност изчистете и стабилизирайте най-напред чакрите си (вижте следващия абзац). Ако имате отношение към кристалите, вземете в ръка своя камък! Той ще ви балансира, тъй като прекъсването на пъпната връв може да причини обратен удар и съответно – да се получи недостиг или излишък на енергия в зависимост от това какъв процес е протичал към началото на процедурата – дали вие сте се зареждали от близнака си или той от вас. Енергийният удар обикновено бива усетен като внезапно завиване на свят или прилошаване.

До момента системата на отдавания психична енергия е работила на високи обороти, за да предотврати евентуален енергиен спад и да удовлетвори потребностите. След отделянето на близнаците тази система функционира още известно време по стария начин, докато се нагоди към новата ситуация. През това време обаче аурата на човека се оказва залята от излишъка. И наопаки – получавалят психична енергия след прекъсването на пъпната връв може да се почувства слаб и празен и да поиска да зареди енергийното си поле.

Енергийна работа и защита

В следващите дни, преди да пристъпите към прекъсването на връзката, всекидневно укрепвайте аурата си. Най-добре е да си дадете няколко седмици време.

Щом сте допуснали създаването на пъпна връв, може да се окаже, че сте зависими от астралния си близък. Ако сами захраните енергийната си система, той няма да

ви е нужен за тази цел. Но ако захранвате и него, ще се чувствате изморени и изчерпани, особено когато по-дълго сте заедно. Системното чистене и зареждане на чакрите ще ви помогне да възстановите загубите си. То се прави обикновено веднъж месечно, 2–3 дни поред. В кризисни моменти и при наличието на силна астрална пъпна връв – и всяка седмица, а ако е нужно – и по-често. Работата с чакрите е ефективно средство за постигане на положителни промени в психиката, както и за усилване на енергийното поле. Служете си акуратно с това лечебно средство! С времето то ще повиши нивото на вашето съзнание и усета ви за фината материя. Така ще започнете да разбирате все по-ясно от какво боледуват отношенията ви с партньора.

* Упражнение

Чистене на чакрите и защитен обръч

Аз изчиствам чакрите си, като ги визуализирам, започвайки от коренната. Представям си се застанала срещу себе си. Можете да правите упражнението седнали на стол или на пода по турски. Проследявам чакрите си в съответните им основни цветове като енергийни вихри в аурата. Ако функционират нормално, те би трябвало да се въртят по посока на часовниковата стрелка. В противен случай, докато преминавам мислено през тях, им повлиявам да се задвижат правилно. После, отново отдолу нагоре, ги изчаквам да заблестят една по една с бяла светлина или дори да запламтят като огън. Можете да изберете и друг цвят, но белият, бидейки неутрален и духовен, е най-подходящ за лечителска работа. Отделете на чакрите толкова време, колкото е необходимо, за да се заредят и изчистят от всички тъмни петна и замърсявания. След това нека продължат да се въртят всяка в своя си цвят.

Приключила с упражнението, визуализирам защитен обръч от бяла светлина, който ме опасва подобно пръстена на Сатурн (освен всичко друго в астрологията Сатурн символизира и отграничаването). Той образува ба-

риера срещу негативните влияния и отнемането на енергия. Можете да си представите и ауричната си обвивка, кълбо от светлина, пирамида или нещо друго, което за вас означава защита и цялост. Отначало прибягвайте винаги до един и същ образ, за да се затвърди, а вие да се почувствате по-стабилни във визуализирането.

Важното е да сте сами в своето очертане. Да няма никого друго! Най-малкото пък човека, с когото сте свързани. След сексуален контакт веднага отново се оградете. Така ще попречите на трайния рапорт между свързалите се по време на контакта чакри. В някои религии този род енергийно сливане се разглежда като рефлексия на съединяването на двете биполярни творчески енергии – на *изначално съществуващата двойка богове*. В тантризма ритуалният полов акт е смятан за свързване на творческата сила и мъдростта. Тази архетипна прегръдка на Божията творческа сила и на космическата мъдрост в действителност е безкрайна, защото символизира непрестанното създаване на нови форми и същества. Но с безкрайност се отличават само Божественото ниво и архетипните богове!

Когато една човешка двойка осъществява такъв ритуален акт, в мига на екстаза и двамата влизат за малко в архетипните роли и докосват собствените си божествени искри, а с това – и нивото, където всичко е Едно. За хората този кратък миг не може да се удължи до вселенската безкрайност, тъй като нашата функция и форма са ограничени. Всяко вкопчване след такъв акт може да създаде астрална връзка като сурогат на Божествената любов и свързаността с всичко, а това би лишило ритуала от истинския му смисъл и би привързало хората към породени от илюзията проекции. С други думи, копнежът по астралния близък би могъл да бъде и несъзнавано и ориентирано в погрешна посока търсене на Бог. От това става ясно колко важно е възстановяването на връзката

с висшия Аз, с Бог в нас като абсолютно необходим фактор за самоосвобождане.

Никъде не е казано, че като прокарвате защитната си граница, затваряте *плътно вратите си*. Енергийното ви поле си остава способно да осъществява обмен, но е осигурено срещу чужди влияния и отнемането на енергия. Защитата е символ на вашата цялост и индивидуалност. Затова вложете в своя обръч задължението да ви предпазва на всички нива. Той трябва да отблъсква физическите, менталните, психическите и духовните влияния, които не хармонират с вашия висш Аз. Тоест – да служи като преграда за всичко, което не ви е нужно, а да пропуска безпрепятствено онова, което ще стимулира развитието ви. Ако системно прилагате тази техника, с времето ще усещате все по-ясно своя висш Аз и все по-рядко ще допускате да ви отклонят от предопределения ви път. Редовната грижа за защитата не означава нищо друго освен отговорност към самия себе си. А отговорността към самия себе си е предпоставка за широкообхватно съзнание (за отговорност).

Устойчивостта на защитния обръч е все пак лимитирана. С еднократния ритуал не се постига за съжаление резултат с неограничена трайност, доколкото във вселената всичко е в постоянно движение (“Бог наново създава света всеки ден“). Една сила винаги предизвиква анти-сила и така вашата красива бяла защитна обвивка отслабва, ако не я зареждате непрекъснато. Тя се изчерпва например от други хора, от електромагнитни полета, от земните лъчения, от стрес, преумора, болест и т. н., поради което би трябвало да я визуализирате по-често – минимум по два пъти на ден (сутрин и вечер). Не е лошо да я активирате и когато съществува опасност събеседниците ви да ви окажат натиск.

Носенето на черен турмалин или кварц, в който има черни турмалинови жилки, осигурява нещо като щит срещу енергийно вмешателство. Аз лично намирам визуали-

зирането на защитната обвивка за по-ефективно, но ако в началото не вярвате особено на представната си способност, уповавайте се на камъка. Той определено прави аурата по-плътна* и възпрепятства бързото изчерпване на енергията. Нарисуваният от мен символ на силата е подходящ за талисман. Той ще ви помогне, ако имате трудности с визуализирането и не успявате да си представите своята обвивка. Направете си копие, влезте в медитативно състояние и го гледайте, докато се изпълните с чувство за сигурност и защитеност. Повтаряйте упражненията, за да се запечата той трайно в съзнанието ви досущ пътен знак и само щом хвърлите поглед върху листчето, да се изпълвате със спокойствие. Символът е толкова елементарен, че ще го запомните без проблем и после по всяко време ще можете да го извикате пред вътрешния си взор.



Знак за здрава и защитена аура

*** Упражнение**

Зареждане на чакрите с кристали

Функциите на чакрите могат да бъдат подпомогнати и с полагане или носене на скъпоценни камъни. Аз самата обичам да работя с малки късчета планински кристал, с които за около 10-20 минути зареждам отслабените чакри (ако това са опасната или теменната – закрепвам на корема и съответно на челото).

* Още по темата: Д. Ешуърт, „Което нашите очи не виждат“, Аквариус, София, 2006

Така се захранват не само енергийните центрове. Кристалите възстановяват връзката с висшия Аз и стимулират духовното ви развитие. Планинският кристал е превъзходен енергиен акумулатор. Висшият Аз е свързан по принцип с всички чакри, тъй като всяка сфера на техните функции е пропита от светлината му. Някои хора полагат кристалите само на третото око или на темето си, защото смятат, че по този начин ще се свържат по-бързо с висшия си Аз. Моят съвет е да задвижвате с тях онези чакри, които при визуализирането или проверката с махалото се въртят наляво или изобщо не се въртят. Какъв смисъл, ако „се отваряте за небето“, а на земно ниво сте блокирани!

Преди използване камъните задължително се изчистват, като моят начин е мислено да ги потапям в сребристобяла светлина. Ако искате, визуализирайте хладен бял пламък (или множество бели пламъци, цял огън). И в този случай, както при „продухването“ на чакрите, се отстраняват всички енергийни замърсявания и природната сила на камъка се освобождава докрай. Кристалите имат висока вибрация и отдават много енергия, поради което на мен лично ми стигат големи колкото върха на пръстите, необработени заострени късове. Полагам един с най-голямата му плоска страна върху чакрата, която не функционира пълноценно. После се концентрирам върху него, докато лежа спокойно.

Понякога си пускам приятна, релаксираща музика. Излъчването на кристалите е стабилно и се отразява в молекулярния строеж на кристалната им решетка. Ето защо те предават на ауричното ни поле еднакви по форма стабилизиращи дози информация. Накрая благодаря на своя камък, доколкото и той като нас хората е едно от проявленията на безкрайната изначална енергия и в него също вибрира Духът на космоса.

Всеки път след работа с енергиите от каквото и да било естество трябва да се заземяваме, за да сме баланси-

рани и да не губим почва под краката си, както и връзка с реалността. Хора, които все още не познават добре реакциите на енергийното си тяло, често се презареждат. Покачването на жизнената сила е наистина приятно и ни кара да се чувстваме някак си *извисени*, но не бива да забравяме, че изобилието от енергия с високи духовни вибрации ни изважда от равновесие също както и прекаленото акцентирание върху материалното.

Презареждането води до натрупване на голямо количество неизползвана енергия, която циркулира безцелно из аурата, тъй като няма никакво конкретно приложение. Затова не предприемайте ненужни действия без сериозна причина и определено намерение. Тези неща не са нито играчка, нито служат за забавление, а са резултатни лечебни средства обикновено без сензационен ефект.

Ефектът от енергийната работа е субтилен и невидим и за да усетите непосредствено промените в полето си, съзнанието ви трябва да е на доста високо ниво. Когато се презаредите, неизбежно ще бъдете нервни и крайно напрегнати, а кръвта във вените ви ще шуми и ще пулсира. Не се ли разтоварите, няма да мигнете цяла нощ. После не се чудете, ако получите сърцебиене и пулсът ви се ускори, което е действително плашещо. Понякога, макар и рядко, се наблюдава и рязко повишаване на температурата. Това са сигнали за ненужно голям излишък от жизнена енергия и на тях следва да се гледа сериозно.

След прочистване на чакрите трябва да се чувствате освежени и бодри, но не и свръхдинамизирани. Но ако все пак ви се случи, направете следното упражнение:

★ Упражнение

Заземяване

Застанете прави и по чорапи, с крака, раздалечени на около лакът (на ширината на раменете), и с леко присвити колене. Усетете с ходилата си пода и се уверете, че сте стабилно, свийте ръцете си в юмруци, опрете ги на кръс-

та, после вдишайте и издишайте дълбоко и много бавно около 10 пъти, като си представяте, че при всяко издишване излишната енергия изтича през ходилата ви. Ето ви заземени и изцяло Тук и Сега. Упражнението действа добре и при стрес, без значение от какво е предизвикан той.

В бъдеще бъдете по-разумни и не чак толкова усърдни. Защото, който напредва бавно, не се разминава с целта! Същевременно си е осигурил много по-солидна основа. Това важи с особена сила за духовното израстване.

Докато се занимавате с финото тяло обаче, гледайте да не забравяте физическото. Що се отнася до защитата, то нашата кожа е нашата граница с външния свят. Ако е здрава, тя максимално ни пази от всякакви нашественици като микроби, гъбички и т. н., което ще рече, че би трябвало да се грижите всекидневно за нея. Набавете си мека четка, за да стимулирате кръвоснабдяването, а след като вземете душ – използвайте качествено растително масло, за да я подхраните, например – от магарешки бодил, пшенични зародиши или сусам. Маслото от магарешки бодил, чиято обвивка е бодлива и плътна като животинска кожа, е отлично средство за защита. Бихте могли да го ароматизирате с няколко капки етерично масло. Или да му придадете турмалинова вибрация, да речем. За целта оставете в него едно късче турмалин за цяла нощ. На другия ден извадете късчето и го измийте с малко шампоан. Маслото обаче е поело излъчваната от турмалина информация и при всяко намазване с него тя ще попада в енергийното ви поле.

Доброто хранене също заземява и ви прави по-устойчиви спрямо външни влияния. Не пропускайте да си осигурите и достатъчно сън и движение. Стресът е силен фактор, който разрушава задълго имунната система на физическо и на fino ниво. Оптимална защита е необходима на всичките четири нива, съответстващи на тялото, душата, разума и духовната същност на човека.