

# Талисман счастья и удачи. Мудрая психология на каждый день

**Автор:**

[Анна Кирьянова](#)

Талисман счастья и удачи. Мудрая психология на каждый день

Анна Валентиновна Кирьянова

Вкус мяты. Душевные книги для добрых людей

С древних времен люди умели читать знаки судьбы, защищаться от дурного влияния, использовать талисманы и проводить необходимые обряды. Но затем многое было забыто или признано антинаучным. Анна Кирьянова – известный психолог и философ – уверена: эти знания по-настоящему мудры, а их пользу подтверждает современная психология. Из этой книги вы узнаете, как распознать токсичных людей в своем окружении и защититься от них, как правильно загадывать желания, как привлечь удачу и достаток, избежать беды и сохранить счастье.

Анна Кирьянова

Талисман счастья и удачи: мудрая психология на каждый день

Самый простой способ получить талисман на удачу и счастье

– взять его у успешного человека. У богатого, сильного, энергичного, который всего добился в жизни сам и стал Победителем. Вот поэтому поклонники-«фанаты» готовы на части разорвать своего кумира; оторвать частичку его одежды, а если повезет – прядь волос! Это с древних времен такая манера идет;

раньше самого успешного и удачливого просто могли съесть. Чтобы получить энергию Победителя.

Есть никого не надо. И на части рвать чье-то имущество тоже нет смысла. Насильно вырванный кусок не пойдет на пользу. Это как ворованная вещь; она не принесет счастья. Счастливую вещь можно только получить в подарок или купить на заработанные деньги у владельца. Талисман только тогда станет настоящим талисманом и принесет счастье.

Однажды Сальвадор Дали, который очень любил деньги, продал музыканту из «Битлз» свои усы. Не все, а один волосок из усов. На все усы у музыканта денег бы не хватило; за один волосок богач-художник попросил 5 тысяч долларов! Он внушил музыканту дикую идею; мол, усы – это антенны, по которым к Сальвадору Дали идет творческая и денежная энергия. Поэтому даже один волосок так дорого стоит. Музыкант был небогат; но поверил и купил у хитрого художника этот волос. И вскоре разбогател, прославился, стал Победителем! Всем известна история «Битлз» и их баснословные гонорары.

Так что обман обернулся славой и деньгами. Талисман сработал – он же был оплачен. И можно купить у успешного человека какую-нибудь вещь; ту, которая нам по карману. Она принесет успех! Это мощная психологическая поддержка. А если получить в подарок – тоже отличный талисман получится. Главное – верить в себя и в свою звезду...

### Признаки приближения любви

Любовь приближается неслышными шагами к тому, кто ее ждет. Иногда человек уж и надеяться перестал, но в глубине души тоскует о любви. И это – первый признак, что любовь к нему придет. Тоска о любви, желание любить и быть любимым безошибочно указывают на то, что с «программой любви» все в порядке. Прошлые разочарования, утраты и одиночество не повредили ее. Вы способны любить и можете принять любовь. Значит, вы ее найдете. Сможете ощутить, распознать, не упустите свой шанс!

Иногда окружающие, сами того не зная, предчувствуют нашу любовь раньше нас. Часто почему-то, словно сговорившись, советуют сменить прическу или

вдруг произносят, что нам пошел бы тот или иной головной убор. Эта примета связана с тем, что замужняя женщина первым делом по-другому укладывала волосы и надевала другой головной убор; иначе «покрывала голову». Непонятно как, но другие люди словно «видят» нас в другом уборе, с другой прической. Вот и проговариваются...

Вы можете получить в подарок кольцо или серьги, причем неожиданно. Это символы: вечного союза – кольцо и парности – серьги. Но самая верная примета, как считали издревле, – это найти свое собственное потерянное украшение. Это не просто суеверие; психоаналитики много толкуют о потерянных вещах. Мы их находим, когда подсознательно хотим найти; также и с любовью. Мы ее почти нашли, вот-вот! Скоро мы найдем «своего человека», он где-то рядом!

Вы можете чувствовать особенный запах, важный для вас. Мандаринов, елки, ирисов, теплого молока, гвоздичного масла – у каждого свои «значимые запахи». Окружающие могут не ощущать запах, а вы его чувствуете! Возможно, в преддверии любви активизируются важные зоны мозга, утончается обоняние. А может быть, любовь имеет свой запах? Кто знает...

Вы часто становитесь свидетелем сцены рождения; наяву, в интернете или по телевизору. Цыплята вылупляются из яйца, на свет появляется котенок, расцветают бутоны цветов, в аквариуме появляются новые рыбки, у соседней родилась малыш... Это знаки любви, которая скоро придет в вашу жизнь.

Мелкие досадные промахи и неудачи преследуют вас. То пересолите еду, то порвете одежду, сломаете каблук, опоздаете на работу, забудете вещь где-то... Не стоит слишком огорчаться из-за этих мелочей. Это немножко ослабло внимание; на самом деле внимание полностью поглощено поиском любви, распознаванием «своего человека».

Даже если два знака из перечисленных появились, можно ждать любви. Она приходит к тем, кто ее ждет. Возможно, она уже на пути к вам. И вы ее ни за что не пропустите...

От человека агрессивного или ядовитого надо уходить

Нет другого способа почувствовать себя лучше. И бесполезны советы «мирно сосуществовать», «игнорировать», «не обращать внимания». Наше подсознание безошибочно распознает угрозу и подает непрерывный сигнал тревоги. Оно, так сказать, думает, что мы глухие дурачки и не слышим сигнал, вот и не уходим от опасного человека. Значит, надо сигналить громче! Сильнее!

И в кровь выбрасывается все больше опасных «гормонов стресса». Возникает паралич симпатической нервной системы, как это называл антрополог Стивенсон. В конце концов дело может кончиться плохо. Как в знаменитом эксперименте, когда овечку и волка привязывали рядом, но на безопасном расстоянии друг от друга. В конце концов бедная овечка умерла от разрыва сердца, хотя волк не причинил ей вреда. Просто смотрел, наблюдал...

Так и человек устроен. Если он постоянно вынужден находиться в обществе того, кого подсознание распознает как опасный объект, возникает сначала плохое самочувствие, а потом – заболевание. Даже если неприятный, «опасный» человек просто находится рядом и смотрит. Сидит в кабинете рядом, едет в одном купе, приходит в гости на правах родственника... Такая уж у организма «химия», ничего не поделаешь. А веревка, которая нас держит, – это родственные узы, например. Воспитание, вежливость, интеллигентность, другие страхи: как это я попрошу начальника пересадить меня в другой кабинет? Или сам пересяду на другое место? Или не приглашу злую двоюродную тетю на именины?

Но сигнал тревоги будет все громче и громче. И надо вспомнить, что мы – не овечки. И не привязаны в буквальном смысле слова. Единственный способ – соблюдать дистанцию. Другого нет.

Что вредит вашему дому. Магниты болезней и ссор

Если дома стали часто происходить беспричинные ссоры, если домашние начали болеть, исчезло ощущение «психологического убежища», неуютно стало – может быть, дело в каких-то предметах, которые влияют на ваше психоэмоциональное состояние. Без всякой мистики может происходить вот что: мы смотрим – и не видим. Не замечаем. Глаз «замылился», мы скользим взором по негативному для нас предмету, подсознательно реагируя на него. И каждый раз испытываем

стресс. Но не успеваем обработать информацию в сознании. «Подсознание ничего не прощает», как сказал психолог Ференци.

У одного мужчины дома висела картина – друг ему подарил на юбилей. А потом этот друг совершил низкий поступок, предательство; отношения распались. Картина продолжала висеть в гостиной, каждый раз напоминая о болезненном опыте прошлого. Мужчина забыл о картине, он к ней привык. Но подсознание ничего не забывает! Или женщина спала на кровати, на которой умер во сне ее муж. Даже матрас не поменяла; подсознательно она не «отпустила» дорогого ей человека; здоровье ее разрушалось с каждым днем. В душе она не хотела жить. Поэтому и не расставалась с постелью. Стоило ей понять причину, поменять матрас – и постепенно вернулись силы и здоровье.

Подарки от негативных людей заставляют вспоминать о них. Предметы-маркеры, связанные с умершими, тоже могут погружать в депрессию. Опасна не вещь сама по себе; опасен ее психологический смысл. И тарелка с трещинкой, которую чуть не разбили в ссоре, будет напоминать о ссоре. А пальто умершего человека в шкафу будет напоминать об утрате, хотим мы этого или нет...

Но бывают и загадочные вещи. Человек может не знать о негативном предмете, но ощущать ухудшение состояния. В одной семье начались болезни и общее угнетенное состояние; детям снились плохие сны, взрослые еле ноги волочили от необъяснимой усталости. А бабушка, вполне еще крепкая пожилая женщина, в шкафу держала вещи, собранные «на смерть»: тапочки, белье, платье. И предусмотрительно заказанный свой портрет на овале; для будущего памятника. Неудивительно, что она начала болеть и хиреть. Удивительно, что родные тоже почувствовали упадок сил. Впрочем, «подсознание знает все!», как считают психоаналитики. Мы все чувствуем и ощущаем за порогом сознания.

Надо осознанно и спокойно посмотреть на свой дом. На все привычные предметы. И во время этого созерцания можно душой почувствовать, какая именно вещь внушает беспокойство. Можно и проанализировать, что не так с этим предметом. А потом избавиться от него – не обязательно выбрасывать дорогую вещь. Если ее продать или подарить, она не принесет дурного покупателю; он же эмоционально не связан с нашей ситуацией. А вред возникает именно от бессознательной эмоциональной реакции. Конечно, это только одна из причин нарушения гармонии в доме. Но надо об этом знать и принимать разумные меры.

## Как сделать свою «счастливую фотографию»

Что можно узнать по фотографии? Очень многое. Сначала физиогномику считали лженаукой, а сейчас психологов и врачей учат распознавать болезни и черты характера по внешности человека. Аристотель признавал физиогномику, а вот Генрих Восьмой так рассердился на физиогномистов, что приказал запретить им брать деньги за работу. И долгие годы считалось, что распознавать по внешности черты характера – это мистика и суеверие.

Но эксперименты поразили ученых. По фотографии совершенно обычные неподготовленные люди отлично распознавали богачей и успешных людей – хотя на фотографиях были только лица с нейтральным выражением. Обычные студенты колледжа предсказали по фотографиям успех некоторым людям – и со временем предсказание сбылось. Потенциальные работодатели откладывали в сторонку фотографии больных – хотя фотографии были сделаны задолго до начала болезни. А школьники по фотографиям распознавали отличников и умниц... Так что совершенно обычные люди по совершенно обычной фотографии могут многое понять о нас. А как – науке неизвестно. Но даже гомосексуальность распознают, едва взглянув на фотографию, за 5 секунд.

Если нужно получить хорошую работу, или вы хотите познакомиться и устроить свою жизнь, или, скажем, разместить на деловом сайте свое изображение, надо вспомнить интересные факты:

- если человека фотографировали в его лучшей одежде, другим людям на фотографии он казался более счастливым и привлекательным. Хотя на фото было только лицо! Одежду было не видно. Так что стоит красиво и элегантно одеться, а уж потом фотографироваться;
- надо подумать о хорошем и оживить в памяти самые лучшие воспоминания. Улыбаться не обязательно! Каким-то образом на вашем лице в момент съемки запечатлется умиротворение и счастье. Эти фотографии выбирали как самые привлекательные;
- воспользуйтесь любимым ароматом. Фотография не передает запах, конечно, но каким-то образом отражает ваше психологическое и эмоциональное

состояние. Незримый аромат делает ваше изображение притягательным;

- фотографируйтесь только тогда, когда вы чувствуете себя хорошо. Когда у вас много энергии. Усталость тоже передается – а кому нужен утомленный человек на работе или в личных отношениях? Избегайте съемок в период грусти и раздражения, недомогания. Подождите, пока почувствуете себя лучше;

- и сосредоточьтесь на цели – если фотография нужна для устройства личной жизни, думайте о любви и будущей встрече. Если для работы – думайте о своих важных задачах и о деньгах. И в любом случае помните – тем, кто смотрит на вашу фотографию, передается ваша самооценка. Поэтому думайте о себе хорошо. Вы прекрасный человек и отличный специалист. Это очень важно.

А улыбаться совершенно не обязательно. Зрители отлично распознали фальшивые эмоции на фотографиях. Так что ни к чему делать усилия и растягивать губы в голливудской улыбке. Достаточно привести в порядок свой внутренний мир, успокоиться и хорошо думать о себе и о мире в целом.

Много случаев, когда человек менял фотографию на сайте, на аватарке, в резюме – и дела начинали идти в гору. Попробуйте сфотографироваться по-новому – и удача будет всегда с вами!

Если на работе преследуют, обесценивают, унижают

—

конечно, лучше уйти. Только вот иногда уходить некуда. Пока некуда. А деньги нужны, потому что надо содержать семью, платить кредиты, детей кормить... Этим и пользуются агрессоры. Они всегда нападают на того, кто не может убежать.

Дидье Ломбар, директор «Франс-Телеком», согласно обвинению, довел до суицида несколько десятков сотрудников. Он их не бил, не оскорблял открыто. Он планомерно давил, преследовал, унижал, обесценивал – в общем, делал все, чтобы лишить человека энергии и самоуважения. Травля на работе – довольно

распространенное явление. Во главе травли всегда стоит один человек, а другие преследователи выполняют его волю. Создается впечатление, что в травле участвуют все! Это не так. Обычно возглавляет травлю «акула», которая открыто редко нападает. Ждет удобного момента. Приспешники «акулы» безнаказанно преследуют жертву, стараются загнать ее в угол и укусить побольнее, ослабить. Обязательно есть и «рыба-лоцман». Это человек, который демонстрирует дружелюбие и вступает в общение с тем, кого преследуют. Вроде как дружит. На самом деле цель «рыбы-лоцмана» – выведать информацию, узнать слабые места и передать все это «акуле».

Для начала надо понять, кто есть кто. Не откровенничать с «рыбами-лоцманами», понимать, что «акула» скрывает свои истинные намерения и даже может демонстрировать безразличие к происходящему, вычислить всех, кто входит в группу «приспешников». Как правило, это весьма небольшая часть коллектива. Остальные держат нейтралитет, а может быть, искренне не замечают травли – у всех полно своих забот.

Когда в офисах компаний установили прозрачные перегородки, случаи травли резко снизились! Те, кто нападают, трусливы. Они действуют исподтишка, надеясь на безнаказанность. Поэтому следует сделать конфликт открытым. При всех внятно и ясно спросить у нападающего: «Я вижу, у вас предвзятое ко мне отношение. Почему?», «Вы постоянно обесцениваете мою работу. Что именно вам не нравится?», «Выскажите, пожалуйста, вслух ваши замечания. Я бы хотел исправить ошибки, помогите мне их увидеть». Любая громкая фраза привлечет внимание других людей к ситуации. Это как в общественном транспорте громко сказать: «Зачем вы лезете в мой карман, вы, наверное, ошиблись?»

Не надо держать ситуацию в себе. Следует оповестить о ней начальство. Если в травле принимает участие ваш начальник – следует пойти к вышестоящему. Смело пишите заявления, жалобы, претензии – все должно быть задокументировано. И сами не допускайте досадных промахов. Травля всегда требует бдительности и осторожности.

И помните главное – работа нам нужна из-за денег. Хорошо, если коллектив как семья. Но если нет – тоже отчаиваться не стоит. Работа – это деньги, в которых пока мы так нуждаемся, что не можем уйти. Но необходимо просматривать вакансии и подготавливать план побега из рабства – это облегчит ваше состояние. Надо помнить, что вы не раб; придет время и возможность – и вы покинете это токсичное место. Или сменится расстановка сил – «акулы» не

вечны, к счастью. Их могут уволить, перевести, да что угодно может с ними случиться. Главное – продолжать открытую борьбу и оказывать сопротивление, если пока уйти невозможно.

## Дорожные знаки могут предсказать будущее

Что делать и как будут развиваться события? Иногда так важно это понять, а спросить не у кого. «Куда двигаться, где повернуть, куда дорога выведет?» – вот видите, всегда в подсознании возникает древний и таинственный символ – дорога. Дорога жизни, дорога судьбы. У нее и надо спросить.

В самом прямом смысле надо спросить у дороги, правильное ли решение мы принимаем. Всего-то и надо – быть внимательным. И замечать дорожные знаки. И настоящие дорожные знаки, и символические. Итак, надо задать мысленный вопрос о своем решении и внимательно наблюдать весь день за дорогой, по которой вы идете или едете.

Если решение необдуманно, если вами управляют эмоции, на дороге будут возникать препятствия. Здесь перерыли дорогу, не проехать. Здесь тупик. Здесь яма. Приходится обходить или объезжать препятствия. Значит, надо пойти другим путем, как Ленин говорил. Решение надо еще раз обдумать, переменить или подкорректировать.

Если на дороге вас толкают и мешают вам – будет много препятствий при достижении цели. Если обгоняют и «подрезают» нахально – будут умышленно мешать противники и конкуренты. Надо быть готовым к борьбе!

Если горит все время красный свет – надо проявить разумное терпение. Оно вознаградится. И потом загорится зеленый. А «зеленый коридор» на дороге – прекрасный знак будущего успеха в деле, которое занимает ваш ум.

Если вас остановил «гаишник» – подумайте, все ли благополучно с юридической стороной вашей проблемы. Может, вы что-то нарушаете или что-то неверно оформили.

Находки на дороге в такой важный день – счастливый знак. Даже старый башмак или шина – наши предки очень обрадовались бы и считали это благословением. Брать находку себе не надо; это просто символ и знак удачи в деле.

Едете быстро и легко – так и дело сложится. Пробки – значит, будут затруднения.

А самый счастливый знак знаете какой? Если кто-то встал у вас на дороге; шел навстречу, а потом вы оказались лицом к лицу и никак не можете разойтись. Вы направо – и другой человек направо. Вы шаг налево делаете – и другой человек делает шаг налево. Такой комичный танец получается, это у всех бывало. Раздражаться не надо, наоборот, это знак синхронизма с миром. Вы попали в синхронную связь, в резонанс, в такт и в ритм, – вот что значит такая заминка и встреча, когда не можешь разойтись. Или разъехаться. Вас ждет удача в деле!

Дорожные знаки тоже надо примечать особо – у них есть смысл. Ограничить скорость в решении проблемы или никуда не сворачивать, двигаться только прямо! – все это символически написано на знаках. Главное – обратить на них внимание.

И вы сможете принять верное решение. И получить ценную информацию о развитии событий. Дорога многому учит. И обязательно выведет туда, куда надо.

О неудачах не стоит рассказывать направо-налево

Это опасно для нашего будущего. Сначала человеку хочется рассказать о своем поражении, чтобы ему посочувствовали, как-то поддержали.

Но сочувствие сменяется жалостью, а жалость всегда связана с долей презрения. Рассказывая эмоционально и подробно о своей неудаче, в глазах окружающих вы становитесь Неудачником, Горемыкой, Бедолагой... Вы теряете уважение.

Кроме того, неудачи считались «заразными»; неудачников избегали и сторонились, чтобы «лихо» не перешло на нормальных людей. Сначала вас пожалеют, а потом отойдут подальше. И постараются не иметь с вами дел.

Ваша неудача привлекает злых людей. Вас обманули? Значит, вас можно обмануть еще раз и поживиться за наш счет. Вас унизили? Значит, вы беззащитны и не можете за себя постоять. Самое время напасть! Вы попали в аварию? Значит, вы утратили бдительность, можно со спины нанести удар. Вы становитесь лакомой добычей для стервятников и хищников.

Люди склонны винить жертву. Это такая самозащита; если с кем-то случилось плохое, он сам в этом виноват. Он сам «притянул» к себе неудачу. Он неправильно мыслил, неправильно действовал, он несет наказание за свои проступки! Так что вас же еще и обвинят в вашей неудаче. Так людям легче пережить ваши проблемы и сохранить иллюзию собственной безопасности.

И наконец, ваш собственный мозг усваивает «программу неудачи». Вы же сами вслух рассказываете о своем поражении, о своей проблеме и беде. Создаются нейронные связи, неудача закрепляется в мозге. Чем чаще и эмоциональнее вы рассказываете о своем промахе или неприятности, тем сильнее «программа неудачи» усваивается и запоминается. Как упражнение на тренировке. И вероятность новых неудач возрастает.

Фараон Рамзес Второй потерпел сокрушительную неудачу на войне с хеттами. Его войска наголову разбили. Рамзес вернулся в Египет и приказал высечь на стеле надпись: рассказ о своей победе. Чтобы подданные думали – Рамзес победил. Ему даже присвоили имя Рамзес-Победитель. И через год правитель собрал войско, отправился к хеттам и одержал победу. А если бы он рассказывал о своей неудаче, его бы просто свергли враги, поняв, что он слаб и беззащитен.

Обманывать не надо, конечно. Но и слишком распространяться о поражении тоже не следует. Пройдет время, вы наберетесь сил и одержите победу над обстоятельствами. Потому что вы Победитель, а не Неудачник – об этом следует помнить!

Зачем снятся кошмары?

Ночью проснется человек от страшного сна; сердце колотится, еще не понимаешь, что это всего лишь сон, кошмар. Раньше кошмары называли «привидением сна»; это привидение пришло к нам и пугает до полусмерти. И до сих пор кошмары считаются расстройством сна. Они возникают от нервных перегрузок, стрессов и переутомления. Так считают ученые.

Но во всем есть смысл и польза. Даже в «привидении сна». Ведь духи являются к человеку, чтобы передать послание, – так думали в древности. И кошмарный сон – это послание. Важное послание. У вас есть какая-то проблема, задача, которую вы никак не можете решить. Думаете, мучаетесь, сомневаетесь, а решение не приходит. Хотя на самом деле оно лежит на поверхности, вы уже его нашли! Но мозг никак не может осознать это решение. И тогда приходит Кошмар. И трясет нас за плечи, и орет во все горло, и показывает страшные картинки, чтобы разбудить спящее подсознание, подключить его к сознанию. Вот же ответ! Смотри и слушай! Кошмар – это вопль, КАПСЛОК, в котором есть ответ на мучающий вас вопрос.

Изобретатель швейной машинки Элиас Хоу машинку-то изобрел. И был уже на пути к богатству и славе. Еще шаг, еще стежок остался до миллионов и признания. Но он никак не мог придумать, как вставлять нитку в иглоу машинки. Все придумал, а как нитку вставлять – не мог придумать. И ему приснился кошмар: за ним гнались дикари-людоеды с копьями. Они окружили изобретателя и хотели его схватить и съесть. Хоу проснулся в холодном поту, с колотящимся сердцем. И вспомнил маленькую деталь: во сне у дикарей в наконечниках копий были дырочки. Отверстия. И они были в нижней части наконечников, понимаете? Хоу засмеялся от радости и немедленно закончил изобретать машинку. Все готово! Надо просто сделать отверстие не в верхней, а в нижней части иголки, тогда машинка заработает! И машинка заработала, а изобретатель стал мультимиллионером.

Так что кошмар – вещь полезная. Надо вспомнить мельчайшие детали. Цифры, элементы одежды, предметы... Вампир может быть одет в пальто вашей подруги. И давно пора пересмотреть отношения с ней. Маньяк не просто гонится за вами, а заставляет вас убежать из плохого места, из которого вы никак не хотите уходить. Поменять работу или окружение. А обвалившийся потолок или потоп вопят: начинайте ремонт! И душит вас невыносимый родственник, а не домовый... В кошмарах – ответ на наш внутренний вопрос, только не шепотом, а воплем. Как только мы пойдем ответ, все станет благополучно. А может быть, и великолепно, как у изобретателя швейной машинки...

## Признаки карликовой измены

Подумаешь: «лайкнул» наш близкий человек чужую двусмысленную фотографию, написал игривый комментарий, улыбнулся кокетливо чужому человеку, начал заигрывать с посторонним, обнимает и целует при встрече бывшего партнера – это же не измена? Это просто такое общение. И предъявлять претензии смешно и нелепо. Мы будем выглядеть как ненормальные ревнивцы, о чем нам близкий человек и скажет раздраженно. Может быть, не стоит обращать внимание, раз это не измена?

Ученые сейчас говорят: это измена. Пока маленькая, крошечная. Карликовая измена, микроизмена. И мы отлично чувствуем, что близкий человек не просто так общается и уделяет внимание чужим. Карлик измены уже втерся в наши отношения и растет с каждым днем. Скоро он превратится в великана и все разрушит! Но стоит нам проявить недовольство и сказать, что нам не нравится излишнее внимание, уделенное другим, как начинаются конфликт и обвинения. Вот это и есть первые признаки микроизмены.

На замечания человек отвечает, мол, а что такого? Что же мне, совсем ни с кем не общаться? Я смотрю, ты в раба меня хочешь превратить или в рабыню? Да ты просто слишком ревнивый или не умеешь доверять. Тебе надо к психологу обратиться! Лучшая защита – нападение. И поэтому в случае микроизмены вместо нормального разговора сразу начинается конфликт и ссора. Наши вопросы и аргументы не слышат или язвительно вышучивают. А нас выставляют сумасшедшими ревнивцами.

Человек не прекращает свое поведение, даже если произошел конфликт. Он начинает действовать тайно. Продолжает «лайкать», комментировать, звонить, писать, обнимать при встрече, скрывая от партнера свое поведение. Он явно получает удовольствие от своих секретов. И находит способ снова получить дозу удовольствия. Он начинает лгать.

Карлик растет. И со временем можно обнаружить анкету близкого на сайте знакомств. Или его эротическую переписку с фотографиями. Или узнать о тайной связи – рано или поздно это может случиться, если не обращать

внимания на сигналы. Микроизмена говорит вот о чем: или ваш любимый человек изо всех сил пытается привлечь ваше внимание. Вот таким «безобидным» способом. Или ваши чувства и переживания для него мало значат по сравнению с удовольствием, которое он получает от своего поведения.

В любом случае, карликовая измена – это повод серьезно заняться своими отношениями и решать вопрос открыто. Вы чувствуете сердцем, что вас обманывают, а ваши чувства обесценивают. Что в ваши отношения втерся третий – вот этот карлик измены. Надо прогнать карлика, пока не поздно. И спокойно выразить свои чувства, свою боль – подсознание не обманывает нас. Нас предают по капельке, по крошечке, готовясь к настоящей измене или предательству. И мы имеем право на свои чувства и переживания. Если мы дороги близкому – он остановится. Если нет – отношения распадутся, и не по нашей вине. Чем раньше начать открытый разговор, тем больше шансов не оказаться обманутым и преданным. Карлики коварны. И лучше справляться с ними, пока они маленькие...

Как понять, что человек «тянет из нас энергию»

Общение с человеком нас тяготит; но, может быть, он просто нам не подходит, по-другому воспитан, имеет другие ценности? Может, просто мы от общения устали. А может, мы сами не делаем над собой должных усилий, чтобы принять человека таким, какой он есть? Может, он вовсе не забирает нашу энергию и не вредит своим общением?

Добрые люди всегда сомневаются. Ищут причину в себе и стараются наладить контакт, все улучшить. А после вспышки раздражения испытывают чувство вины... Есть простой способ понять, «вампирит» нас человек или нет. Попробуйте «свернуть контакт». Дистанцироваться. Скажите, что вы заняты и пока не можете общаться. Не отвечайте на звонки и сообщения; а если не отвечать нельзя – отвечайте очень коротко и сдержанно.

Нормальный человек поймет и примет ситуацию. Может, ему станет без привычного общения немного грустно. Может, он даже обидится немного. Но отреагирует нормально, отойдет на время на дистанцию. А «вампир», который пополнял свои запасы энергии от вас, начнет так себя вести, что вы изумитесь.

Он навязчиво и истерично начнет требовать объяснений, будет эмоционально шантажировать, звонить и писать беспрестанно, требуя контакта. Это преследование. Или вдруг проявит злобу и ненависть, которые были всегда; просто теперь, когда пища сбежала, нечего стесняться! И можно открыто напасть, проявив свои истинные чувства.

Так что временное дистанцирование отлично показывает, кто есть кто. И теперь надо сделать правильные выводы. Даже если придется продолжить общение, скажем, с коллегой или родственником, теперь все ясно! Это токсичный контакт, в котором надо проявлять осторожность. Способ хороший и безобидный. Он отлично все показывает в течение нескольких дней...

Какая у вас «личная энергия»? Можно ли ее измерить?

У каждого свой «заряд» энергии. Туземцы называли сильную личную энергию «мана»; она есть у воинов, вождей и шаманов. О личной энергии писал великий Фрейд; есть мнение, что он и лечил своих пациентов не столько психоанализом, сколько личной энергией. Ее иногда называют харизмой, но это немного другое все же. Личную энергию невозможно объяснить словами, как невозможно объяснить силу музыки или картины. Ее можно только почувствовать; пример Мэрилин Монро вспоминал, что когда прикасался к актрисе – его будто било током. Диккенс лечил людей чтением своих произведений, мог снимать боль прикосновением рук. Или вот при Сталине лидеры других стран испытывали желание встать «смирно». А взгляд Николая Первого никто не мог выдержать – он гипнотизировал и лишал воли...

Все это – проявление «маны». «Маной» можно лишить других сил и воли. А можно – исцелять и поддерживать. Люди с высоким уровнем личной энергии непременно достигнут высокого положения и славы. Богатства или власти. Но иногда сам человек не знает, что обладает загадочной «маной».

Если вы можете в разговоре заставить другого человека переменить мнение и разделить вашу точку зрения, не прибегая к долгому спору, да так, что он будет считать ваши мысли своими, – вы обладаете высоким уровнем личной энергии.

Стоит вам заговорить о чем-то – и эти события происходят. Стоит вам вспомнить о человеке, которого вы давно не видели, и он встречается вам. Стоит вам сильно захотеть чего-то – и оно появляется! – все это тоже признаки сильной энергии.

Если вы расстроены или рассержены, начинает ломаться техника. В один день может и чайник перегореть, и стиральная машина сломаться... Бьется посуда и даже останавливаются часы. Автомобиль «капризничает» – даже если вы скрыли свой гнев или обиду.

Вы обладаете способностью гасить конфликты и утешать других. Не специально; просто в вашем присутствии всем становится лучше. Окружающие подмечают эту вашу способность и часто «достают» вас жалобами и просьбами. Они видят вашу силу, а вы можете ее не замечать.

Вы часто оказываетесь в центре внимания совершенно случайно. То вас примут за другого, то странный человек пристанет, то вам придется решать проблему, которую другие люди не могут решить. Вас тормозат, к вам подходят, вас спрашивают... Хочется сказать: ну вот, как всегда, опять ко мне подходят! Вас замечают, вот в чем дело.

Вас считают гораздо богаче и успешнее, чем вы есть на самом деле. Люди почему-то думают, что вы очень обеспеченный, счастливый, здоровый, даже если вы в плохом положении. Они словно видят корону у вас на голове. Сияние успеха, которого пока нет...

Если есть эти признаки – у вас сильная личная энергия. Вы особенный человек. Вы от рождения наделены «маной». Главное – понять, как вы будете использовать свой потенциал, как реализуете свое предназначение. Но жизнь совершенно точно даст вам большие возможности себя проявить. Лучше выбрать светлую сторону. Это увеличит личную энергию; зло ее губит со временем. И надо чуть больше верить в себя и свое предназначение...

Бывает, что надо отвадить от дома негативного человека.

Да, надо быть гостеприимным. И надо находить общий язык с другими людьми. Но жизнь сложна. И бывает, что в ваш дом повадился ходить человек тяжелый, завистливый. Или навязчивый, который перепутал ваш дом с отелом «все

включено» или кабинетом психологической разгрузки. Или вовсе – пришел враждебный, опасный человек с дурными вестями. И не надо, чтобы он приходил вновь. Не всегда можно прямо сказать: «Чтобы ноги вашей здесь не было!» И не всегда нас еще и послушают...

Когда из дома выносят покойника, начинают сразу мыть полы. Это древний обычай – так замывали дорогу Смерти. Чтобы она не нашла по следам наш дом, не вернулась снова. И после ухода токсичного человека надо немедленно помыть полы в направлении к входной двери. Или подмести хорошенько, если полы мыть нельзя – раньше, например, в некоторых избах были земляные полы.

Надо сразу убрать в стирку полотенце, которым пользовался токсичный гость. Тщательно вымыть посуду, которой он пользовался. Проветрить помещение как следует. И мысленно при этом прощаться с гостем навсегда; «чтобы духу его здесь не было», как в старину говорили. У некоторых народов было принято стегать порог плетью – так отгоняли «черную тень», которую привел с собой дурной или навязчивый человек. Он-то ушел, а тень осталась и будет вредить. Надо ее прогнать! У азиатских народов был обычай – кинуть вслед ушедшему плохому гостю камень или пригоршню песка. Не в него, понятное дело, а вслед. Это символическое изгнание зла из нашего дома.

Во время визита такого человека не надо проявлять эмоции. Театрально изображать радость встречи или внимательно выслушивать токсичные речи. В глубине души токсичный человек чувствует, что ему не рады, что его визит в тягость, и наслаждается вашими вымученными улыбками и вниманием. Займитесь своими делами, извинившись. Стирка, глажка, уборка, готовка, проверка уроков у детей – все должно идти по плану. Кроме того, во время активной деятельности вы не так уязвимы и ранимы. Деятельность позволяет сосредоточить внимание на полезных вещах. И энергию отдать на благое дело, а не на подпитку незваного гостя.

Можно довести себя до ужасного состояния в собственном доме, если не принять меры. Писатель Зощенко специально просил жену, чтобы она напоминала, что ему якобы срочно надо уйти по делу. Надевал пальто и шатался по холодным улицам, ждал, пока гость уйдет. Актер Даль сделал себе потайную каморку за книжным шкафом и прятался там от незваных гостей. Так поступать не надо. Чем больше вы будете прятаться, тем наглее будут вести себя токсичные люди. Они отлично все чувствуют. Поэтому занимайтесь своими делами, прямо говорите, что времени нет, будьте вежливы, но искренни в своих

чувствах.

Если же визитер вообще чужой человек, мытье полов и проветривание очень помогают, как ни странно. Очищение пространства работает. Без злости и раздражения проведите дезинфекцию; это называется «психогигиена», вполне научная мера. И дышать станет легче. А потом надо подумать, почему ослабла ваша защита, почему незваные токсичные гости потянулись к вам в дом? Причина всегда есть. Ее надо найти!

Есть ли у вас предназначение?

Одни люди даже не задумываются о своем предназначении. Другие – с детства знают, в чем их миссия. Защищать родину, лечить, учить, помогать, творить или властвовать... Третьим предназначение открывают таинственные силы. Жанна д'Арк слышала голоса, которые велели ей освободить Францию. А бедный слуга Дик, которого злая кухарка довела до побега из дома, услышал в звоне колоколов: «Вернись, Уиттингтон, лорд-мэр Лондона!» Вернулся, вытерпел удары судьбы и трижды стал лорд-мэром Лондона!

А если нет голосов? Как найти свое предназначение и понять, для чего мы нужны? Есть признаки, на которые стоит обратить внимание.

И главный признак – то, что вы задумались о смысле своей жизни и о своей миссии. Об этом задумывается очень немного людей. И эти мысли – тот самый голос, пока шепот, который говорит: вы для чего-то очень нужны на земле!

Вы чувствуете успокоение и умиротворение, когда говорите на определенные темы: защиты, спасения, борьбы, научных открытий, искусства, политики или лечения болезней. Или смотрите фильмы, читаете книги на определенную тему. Это вас вдохновляет. Есть тема, которая вам близка и понятна.

У вас есть образец, кумир в хорошем смысле слова. Какой-то человек восхищает вас достижениями в определенной области. Вас интересует его жизнь, даже если он жил давным-давно. Он вам близок духовно, ближе, чем привычный круг общения.

Вы постоянно попадаете в одну и ту же ситуацию. И от вас требуются действия, которые не очень хочется совершать, но приходится. Например, заступаться за кого-то и конфликтовать, хотя вы не любите конфликты. Или подбирать котят, которые встречаются именно вам. Или брать на себя руководство в трудной ситуации. Или что-то чинить и налаживать... Вот в повторяющейся ситуации – намек на ваше предназначение. Смысл вашей миссии.

Вам снятся повторяющиеся сны, в которых вы куда-то едете, летите, плывете. Или воюете. Во сне вы можете получать советы и поддержку от мистических существ или умерших людей. Вы можете также обладать способностями, которых нет в земной жизни. Сны яркие и совсем не похожи на обычную жизнь. Это тоже – голос, зов высших сил.

Призвание – это и есть зов, голос. Надо прислушаться к своему подсознанию и к своей судьбе. Предназначение точно есть; постепенно смысл откроется вам. Надо делать то, что вызывает умиротворение, чувство выполненного долга. И готовьтесь к сопротивлению окружения – это тоже признак того, что вы находите, почти нашли, свой путь и свою миссию. А специально что-то делать не надо. Вас ведут за руку к цели. И надо терпеливо идти, доверившись голосу подсознания. Или – звону колоколов...

Если хотите всегда быть при деньгах – заведите себе «фармазонский рупь» —

так советовали в старые времена. Достанешь этот «рупь» из кармана, потратишь, а он снова в кармане. И можно всю жизнь жить, не заботясь о деньгах, если есть у тебя «фармазонский рупь». «Фармазонами» в народе называли «франкмасонов», членов тайного ордена. Вот там, в этом тайном ордене, и дают неразменные рубли. Потому все масоны очень богатые и не знают горя в жизни.

Получить «фармазонский рупь» можно и самому; надо продать черного кота на перекрестке за рубль. И этот рубль никогда не закончится, на всю жизнь его хватит. Ну, или выпросить у масона, если есть знакомый масон. Можно также положить монетку в птичье гнездо; когда выведется третье поколение птенчиков, монетка станет неразменной. Таким рублем не обязательно должен быть рубль; любая денежка может стать вечной...

Сказка – ложь, да в ней намек. Действительно, есть способ улучшить свое благосостояние. Надо взять купюру покрупнее из тех денег, что вы получили за выгодную продажу или в качестве награды, премии. Деньги эти должны быть «сверхплановыми», неожиданными, вроде приятного сюрприза, неучтенными в бюджете. Это как бы надбавка, даже подарок судьбы. Деньги быстро тратятся! Поэтому надо сразу отложить крупную купюру. А если деньги пришли на счет – надо снять часть в виде вот этой купюры, ассигнации.

Затем надо эту купюру запечатать в конверт. Бережно и с уважением. Ни в коем случае не надо запихивать деньги в книгу или в кошелек, которым вы постоянно пользуетесь. Если уж откладывать, так откладывать. Можно даже специальный кошелечек купить для этой ассигнации. Сделали? А теперь ни в коем случае, ни при каких условиях не трогайте эту денежку. Это ваш «фармазонский рупь». Эта купюра будет «приманивать» к вам деньги, и они никогда не кончатся. Всегда будет остаток. Даже если сменятся дензнаки в стране, пусть лежит себе ваш неразменный рубль на своем месте. Нетронутый. С каждым годом он набирает силу!

С точки зрения психологии вы совершили особое ритуальное действие. Создали программу в мозге и закрепили ее. И теперь учитесь избегать соблазнов, учитесь терпению и правильным расчетам. Учитесь себе отказывать. Деньги есть, но вы прилагаете усилие воли и не тратите их. И при этом помните: у вас есть запас. Припас на черный день. Это придает сил и уверенности. Так что магического ничего нет в таком «фармазонском рубле»; впрочем, кто знает? Но упражнение полезное!

Если есть у вас конверт с «заповедным рублем», дела могут пойти в гору. Пусть себе лежит и приносит богатство. Может, поэтому и делали клады и «схоронки» наши предки – не для трат, а для приманивания денег? И потому их не трогали, не тратили? Впрочем, был случай, когда женщина приманивала деньги и берегла свой «неразменный рубль» – купюру в пять тысяч. А потом разменяла: старушка-соседка заболела сильно. А денег не было на лекарство. И женщина отдала свой «волшебный рубль»... И знаете, ей все вернулось с лихвой, она потом разбогатела и стала в достатке жить. Потому что доброта и щедрость иногда тоже «примагничивают» деньги. Так что все хорошо в меру. Но техника «неразменного рубля» работает. Можно попробовать!

Как понять, что неприятности скоро закончатся?

Долгой холодной зимой уже не верится, что весна придет. Снег растает, станет тепло и светло. Так и во время затяжного тяжелого периода, когда неприятности и потери идут одна за другой, не верится, что наступит светлое время, счастливое избавление. Кажется, зима будет вечной. И несчастья никогда не кончатся.

Но есть приметы приближения весны. Пение птиц по утрам, капель, солнце светит ярче и дольше... Есть и признаки приближения счастливого периода, освобождения от невзгод и переживаний. Надо внимательно посмотреть вокруг – и вы увидите знаки надежды.

Вам начинают встречаться добродушные люди. Ни с того ни с сего вам что-то дарят: пусть даже пакетик кошачьего корма в качестве рекламы. Вам достается маленький приз: конфетка или игрушка в виде бонуса за покупку. Или просто добрый человек вас угощает чем-то, сосед например. Иногда вам просто улыбнется ребенок или взрослый. Просто так. Но это хороший признак.

Конец ознакомительного фрагмента.

----

Купить: [https://tellnovel.me/ru/kir-yanova\\_anna/talisman-schast-ya-i-udachi-mudraya-psihologiya-na-kazhdyu-den](https://tellnovel.me/ru/kir-yanova_anna/talisman-schast-ya-i-udachi-mudraya-psihologiya-na-kazhdyu-den)

Текст предоставлен ООО «ИТ»

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию: [Купить](#)