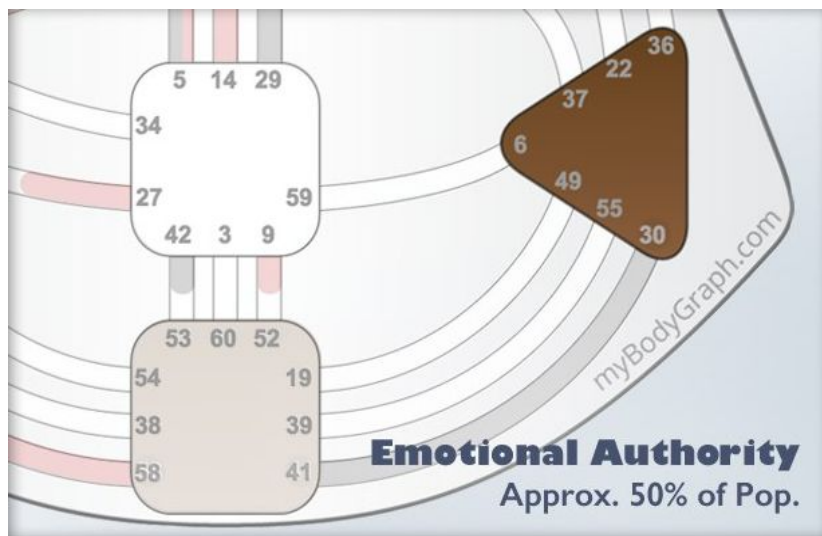


Центр Солнечного сплетения

Когда мы только-только начинаем рассматривать Бодиграф человека, первое, с чем мы сталкиваемся — это Центры. Всего существует 9 Центров, и они находятся в одном из состояний: либо Центр определен (закрашен), либо не определен (белый). Определенные Центры — это ваш способ влиять на мир, те качества, что вы выносите в реальность. Неопределенные Центры — это места, где вы восприимчивы к обуславливанию, к влиянию на вас извне. Пропуская это влияние через себя, вы отражаете и приумножаете его, вынося наружу. Более подробно о принципах воздействия на неопределенный Центр вы узнаете далее, в соответствующем разделе.

Разница состоит в том, что в случае определенных Центров, источником того или иного влияния являетесь вы сами, а если мы говорим о неопределенных, то здесь влияют на вас. Существуют также и полностью открытые Центры, в которых нет ни единой активации Ворот. Таких людей мало и общий смысл с неопределенными Центрами примерно такой же.



Как правило, в Бодиграфе каждого человека часть Центров всегда определена, а другая часть остается неопределенной. Но существуют уникальные случаи, когда все Центры не определены (Тип — Рефлектор), а также такие, когда все Центры определены (особый формат Типа — Генератора). Но они встречаются чрезвычайно редко, и для них существуют особые, ни на что не похожие Стратегии жизни и функционирования.

Каждый из девяти Центров оказывает на человека особое воздействие, и сочетаясь друг с другом, они создают уникальную картину личности каждого из нас. Даже если Центр остается неопределенным, он все равно вносит свою лепту — в зависимости от того, как на вас будут влиять окружающие люди и для чего вы будете уязвимы. Механика человеческой личности такова, что мы всегда будем притягиваться к противоположностям. То есть если один из ваших Центров не определен, то вы подсознательно будете стремиться найти человека, у которого этот самый Центр определен.

В этой статье я хотел бы поговорить с вами конкретно об одном из Центров, а именно о Центре Солнечного сплетения. Его еще называют эмоциональным, и это как нельзя лучше отражает его истинную природу. В нем заключена тема переменчивости настроений и эмоциональных состояний. Неважно, определен у вас этот Центр или нет, вам в любом случае стоит узнать о механике его работы.

Эмоциональность Солнечного сплетения

Центр Солнечного сплетения напрямую отвечает за наличие у человека таких проявлений чувств, как: романтичность, сострадание, чувствительность, способность переживать и любить, но также затрагивает и негативные эмоциональные состояния: злоба, ненависть, зависть, безразличие к другим или страх негативных эмоций. В этом Центре сосредоточены все те качества, что развились у человечества в относительно недавнее время — наши эмоции. И зачастую, мы не способны контролировать все эти переживания. Порой они могут внезапно захлестнуть нас с головой, и снова взять себя “в руки” мы можем лишь тогда, когда эмоции утихнут.



Реакции, порождаемые эмоциональным Центром, в большинстве случаев воспринимаются в качестве намного более мощного “мотиватора”, чем логические рассуждения. Мы подвержены влиянию настроения настолько, что в большинстве ситуаций принимаем решения, находясь под эмоциональным воздействием, выраженным прямо или косвенно. Голос рассудка легко подавить, потому что он тих, рассудителен и адекватен. Но вот крик эмоций подавить очень сложно, а для некоторых людей и вовсе невозможно. Как по вашему мнению, кого легче перебить и заставить замолчать: спокойного, рассудительного человека, или вышедшего из себя, кричащего и рушащего все на своем пути? Такое сравнение максимально приближено к разнице истинной природы между голосом разума и эмоций.

По статистике, планету населяет около 50 процентов людей с определенным Центром Солнечного сплетения, и 50 процентов с неопределенным. Этот Центр имеет огромное влияние не только на общество в целом, но и на каждого отдельно взятого человека. Именно он ответственен за регулярные периоды эмоциональных взлетов и падений, циклов боли и циклов удовольствий. Те, у кого Центр определен, страдают от своей излишней эмоциональности. Сегодня они в потрясающем расположении духа и готовы сворачивать горы, а завтра погружены в глубокую депрессию и не способны сдвинуться с места. Те же, у кого Центр не определен, страдают больше от влияния своего общества — сами по себе, в одиночестве, они остаются эмоционально инертными, но зато очень сильно подвержены влиянию чужих эмоций.



Так и получается, что одни мучаются из-за того, что не знают, как контролировать свою эмоциональность, а другие стараются избегать контактов с негативно настроенными людьми, чтобы не переживать таких же негативных эмоций. И чтобы корректно воспринимать те эмоциональные перепады, что

будут происходить с вами, вам необходимо узнать о принципах работы эмоционального Центра. Суть познания состоит не в том, чтобы обрести полный контроль над своими эмоциями. Вовсе нет, эти знания нужны вам для того, чтобы иметь возможность адекватно реагировать на нестабильность собственного настроения. Вы все так же будете подвержены перепадам эмоционального фона, но зная о механике работы эмоционального Центра, вам будет гораздо легче справляться с его проявлениями.

Представьте себе средневековых мореплавателей, внезапно попавших в бурю. Они могут отчаяться и начать обвинять судьбу, могут прийти в замешательство и все их мысли будут лишь о том, как пережить эту ночь. Но благодаря современной метеорологии мы можем своевременно определить, когда и где ожидается шторм, и заранее предупредить тех, кто находится в море. И одного знания об этом уже будет достаточно для того, чтобы быть готовым к непогоде и стойко перенести ее. Ничто не пугает больше неизвестности. Поэтому начнем с проявлений работы эмоционального Центра, с которыми вы будете сталкиваться по жизни. Так, вы по крайней мере будете готовы к разнообразию выражения своего эмоционального Центра. Вникайте в эту тему поглубже, ибо распаковывается она не с первого раза.

Определенный Центр Солнечного сплетения

Давайте для начала рассмотрим механику определенного Центра Солнечного сплетения. В первую очередь хочется сказать о том, что будучи определенным, этот Центр всегда выступает в роли надежного внутреннего Авторитета для своего владельца. При должном обращении, он позволяет принимать правильные, взвешенные решения. Но так как мы говорим об эмоциях, то очень трудно представить, как возможно сочетать эмоциональность и взвешенность решений.

Людам с определенным эмоциональным Центром (далее, буду называть таких людей “определенными”) нужна терпеливость, и причем очень! Только будучи невероятно терпеливым, определенный человек может использовать особенности своей природы себе во благо, а не во вред. Главный постулат гласит: “Нет истины в моменте”. Это означает, что нужно пройти через все фазы своего настроения, прежде чем принимать решение. Иначе, вы рискуете сделать выбор под воздействием эмоциональной волны, и впоследствии будете сожалеть о своей торопливости.



Заниматься чем-то, когда вы на гребне эмоциональной волны, доставляет поистине несказанное удовольствие. Но что происходит, когда ваши эмоции сойдут на нет, и вы окажетесь в плохом расположении духа? Тогда вы снова будете ждать подъема, считая его единственно верным состоянием для какой-либо деятельности. Вы будете ассоциировать свое “нормальное” состояние исключительно с фазой подъема, а значит сознательно игнорировать оставшееся время. В итоге, в периоды спада вы не чувствуете желания делать что-либо лишь потому, что текущее настроение не совпадает с вашим представлением о необходимом состоянии для работы.

Это может затрагивать абсолютно все сферы вашей жизни. Начиная с работы или повседневной деятельности, заканчивая дружбой и отношениями. Для обретения ясности, вы должны “распробовать” какую-либо деятельность или человека во всех своих состояниях. Когда вы на пике эмоциональной волны, когда вы на ее спаде, и когда находитесь где-то между двумя этими состояниями. Если пройдя через все эти фазы вы все еще ощущаете влечение к этому делу или человеку, значит это действительно доставляет вам удовольствие.

А что касается взаимодействия с людьми, то такой подход можно назвать максимально честным по отношению к тому, с кем вы хотите дружить или создать более интимную связь. Позвольте избранному вами человеку испытать весь спектр ваших эмоций и настроений, пусть он увидит вас не только на расцвете, но и на спаде эмоциональной волны. Мы созданы таким образом, что притягиваемся к противоположностям. Соответственно вы, будучи человеком с определенным центром солнечного сплетения, будете притягивать к себе человека с неопределенным Центром (далее, неопределенного). И если он, даже отражая и усиливая вашу негативную энергетику не даст задний ход, то

возможно, вам повезло друг с другом и вы сможете создать действительно корректный союз.

Главная ошибка человечества в том, что оно считает, что мы должны постоянно находиться в хорошем расположении духа. Грусть и депрессия считаются отклонениями и недугами, которые нужно исправить, чтобы вновь вернуть себе “нормальное” состояние. Однако, механика эмоций далеко не так проста. Мы должны проживать весь спектр эмоционального Центра, иначе не будет никакой объективности в принятии решений. Потому что порой, наше согласие или отказ означают вовсе не то, что мы действительно хотим сказать да или нет. Это может быть простой демонстрацией нашего настроения на этот самый момент, которое впоследствии изменится, как изменится и ваше решение.

Поэтому не пытайтесь бороться с плохим настроением. Просто примите его в качестве неизбежного, но все же временного упадка волны. Посмотрите, как вы реагируете на те или иные вещи и события с этой точки зрения, сравните с той реакцией, которую вы испытываете будучи на эмоциональном подъеме. Это поможет вам гораздо лучше понять природу собственных эмоций, и механику эмоционального Центра в общем.

И на самом деле, периоды спада могут очень эффективно использоваться для работы или творчества. Это время специфического вдохновения, пропитанного трагической красотой. Я думаю каждый человек может согласиться, что есть какая-то особенная атмосфера в драмах и трагедиях (по крайней мере в искусстве). Так почему же тогда, мы пытаемся отрицать эти проявления в собственных характерах — остается загадкой.

“Причины” плохого настроения

Одной из наиболее ярко выраженных сторон определенных людей является то, что они, зачастую, пытаются найти “причины” или “поводы” для своего настроения. Допустим, пример: обычная семейная пара, начало нового дня. Мужчина с самого утра просыпается на спаде эмоциональной волны, но пока что этого не чувствует. Точнее, он понимает, что находится в дурном настроении, но совсем не может понять почему. И тогда, происходит какая-нибудь обычная, бытовая ситуация, которая послужит отличным катализатором. Например то, что его жена забыла вчера погладить/постирать его одежду или еще какая нелепость. И вот он готов вылить весь свой негатив на ничего не понимающую девушку, и в разуме мужчины именно она станет причиной плохого настроения, которое может закрепиться на весь оставшийся день.



Это как раз и является одной из целей, для чего вам нужно узнать механику работы эмоционального Центра. Если бы взятый из нашего примера мужчина знал, что он просто находится на спаде своей эмоциональной волны, и что ему неизбежно придется столкнуться с негативом, то вряд ли бы он выплескивал его на свою жену. Он смог бы принять такое настроение в качестве одного из своих состояний, и не стал бы впутывать в это кого-то еще. Тем более, близкого для себя человека.

То же самое может происходить и в другую сторону. То есть вы можете попытаться связать причины своего приподнятого настроения с каким-то событием или человеком. Например, молодая девушка решила после тяжелого дня собраться в кафе с подругами, посидеть и пообщаться. К ним подходит компания парней и начинает знакомство. И если героиня нашего примера находится в эмоциональном подъеме, то несомненно, она может связать это настроение с фактом нахождения рядом с ней одного из тех парней, с кем они общаются. В итоге, девушка и парень очень понравились друг другу, слово за слово, бокал за бокалом, и пара оказывается в одной постели. На следующий день девушка просыпается (уже на спаде эмоциональной волны) и искренне недоумевает, как такое могло произойти и как она могла провести ночь с таким парнем.

В итоге, девушка расстроена и разочарована в себе, парень остался в недоумении относительно реакции девушки, и разойдутся они на негативной ноте, оставив друг у друга не самые приятные воспоминания. Довольно распространенная история, отлично демонстрирующая, как нестабильность Эмоционального Центра может создавать и разрушать связи.

Помните, эмоции — лишь часть процесса. Это не осознанность, это волна, которая может быть на спаде, а может быть на вершине. Не спешите решать что-либо под воздействием эмоций. “Нет истины в моменте”. Истина в терпении и полном прохождении всей волны. Ясность обретается со временем, поэтому не спешите делать из мухи слона даже тогда, когда вы, якобы уверены в своем решении. Человеческая сущность такова — восхваляя и боготворя разумность, мы все же предпочитаем действовать из эмоций, чем принимать взвешенные решения.

Борьба с эмоциональной нестабильностью

Но не стоит думать о том, что ваша эмоциональность — что-то исключительно негативное. Напротив, она позволяет вам гораздо лучше рассмотреть свое решение, сделать действительно правильный и взвешенный выбор. Вот только вам нужно научиться терпению. Лишь когда исчезает тот эмоциональный заряд, что изначально появился в качестве реакции на раздражитель, лишь тогда вы сможете объективно рассмотреть вопрос. Преимущество эмоциональности в том, что она дает невероятную глубину. Главное, научиться этим пользоваться.



Фишка состоит в том, что вам не нужно рационализировать свою изменчивую природу. Разве нужно белке знать, почему и зачем приходит зима? Нет, она просто готовится к ней, заранее собирая орехи и обеспечивая свое выживание. Так и вам не нужно задаваться вопросами о том, почему и зачем эмоциональный Центр работает так, как работает. Эмоциональный центр является самым мощным и продвинутым центром осознанности в Бодиграфе, но шутка в том, что эта осознанность находится за пределами нашего понимания. И даже если бы была возможность понять принципы и причины его

работы, это вряд ли бы что-нибудь изменило. Вместо того, чтобы задавать вопросы, на которые ни у кого нет ответов, вам лучше принять свою природу и всегда быть готовым к изменчивости ее проявления.

Многие люди не могут просто принять перепады своих настроений — они пытаются бороться с ними. Пытаясь делать вид, что все хорошо, что их ничто не беспокоит, и вообще это не они на негативе, а все вокруг на негативе, а у них то все на самом деле хорошо. Они подавляют эти чувства, пытаются играть роль позитивно настроенного человека. И чем дольше они сдерживают свой внутренний негатив, тем больше он накапливается, превращаясь в бомбу замедленного действия. И когда человек находится уже на пределе, то катализатором его “взрыва” может послужить любая мелочь, любое незначительное происшествие. Очень многие конфликты происходят далеко не по той причине, которая кажется наиболее очевидной. Например, человек работающий в стрессовых для себя условиях. День ото дня он накапливает в себе негатив, невысказанность, а тут еще ему позвонит жена, и попросит вместо нее забрать ребенка из садика/школы. Скрипя зубами он согласится, все еще сдерживая рвущийся наружу негатив. Заедет в садик/школу, заберет ребенка, и находясь уже на пределе терпения, направится домой. Как вдруг, чадо начнет просить своего отца что-нибудь купить, а после отказа хныкать и повторять назойливое: “Купи, купи!”. В какой-то момент отец не выдержит и его прорвет, вот только к сожалению, точка приложения накопившейся в нем агрессии будет не самая подходящая...

Лимит “терпения” у каждого человека свой. Впрочем, разница между людьми состоит и в том, что периоды спада и подъема у всех занимают разное количество времени. Кто-то большую часть времени проводит в плохом настроении, а кто-то лишь изредка бывает на негативе, оставаясь практически всегда веселым и жизнерадостным. И поверьте — дело вовсе не в материальном положении или каких-то других “показателях” успешности человека. Даже самые богатые люди, которые, казалось бы, могут позволить себе все, что угодно, подвержены депрессиям. Поэтому не думайте, что достижение какой-то цели позволит вам навсегда забыть об унынии и постоянно пребывать в хорошем настроении. Эти эмоции лежат внутри нас, и совершенно не зависят от каких-либо внешних факторов.

Поэтому не нужно пытаться подавлять ваши эмоции. Суть состоит как раз в том, чтобы вы научились замечать перемены своего настроения, но не более того. Каким бы безнадежным вам не казался этот день или вся жизнь, эти мысли никак не должны влиять на ваше внутреннее спокойствие. Потому что эмоции — это навигатор для вашего сознания, работающий в более широком диапазоне, чем хорошо/плохо. Не отождествляйте себя с ними, а просто

подмечайте их проявления. Все мы люди, и каждый из нас в разные периоды времени бывает разозлен или огорчен. Но до тех пор, пока вы фиксируете эти эмоции как бы со стороны, с позиции наблюдателя, вы сможете развиваться и приобретать правильный опыт.

Определенный Центр как тот, кто задает направление

В мире примерно равное количество людей с определенным и неопределенным эмоциональным Центром, и они очень зависят друг от друга. Как я говорил ранее, мы подсознательно ищем тех, кто нам “противоположен” — то есть человек с определенным Центром будет искать того, у кого Центр не определен и наоборот. Они дополняют и усиливают друг друга, и в той же мере у них есть зависимость друг от друга.



Если вы относитесь к определенным людям, то вам нужно усвоить, что именно вы ответственны за то, какое настроение преобладает в вашем коллективе или группе. Чувствуете себя неуверенно или испытываете нервозность? Тогда и окружающие вас люди будут испытывать подобные эмоции. Если же вы в хорошем расположении духа, в таком случае и те, кто вокруг вас, также будут в хорошем настроении. Общество неопределенных всегда подстраивается под определенных, и вам нужно понимать, что такой “властью” нужно пользоваться корректно. Кто-то сам по себе всегда остается очень жизнерадостным и активным, и тогда неопределенным людям ничего не остается, кроме как перенять это настроение, самим стать такими же. А другие наоборот, большую часть времени пребывают в депрессии и подавленности, пагубно влияя на свое восприимчивое окружение неопределенных людей.

Если вам хорошо с каким-то человеком, то он рядом с вами будет ощущать себя счастливым вдвойне. Если рядом с кем-то вы ощущаете себя подавленным, то он будет в два раза подавленнее. А если вы разозлены, и случайно выместите свои эмоции на другого человека, то он ответит вам с двойной агрессией. И помните — не только вы можете ассоциировать нестабильность своего характера с тем, кто находится с вами в данный момент. Эмоционально неопределенные люди перенимают ваше настроение — и вряд ли кому-то захочется вновь встречаться с тем, кто “провоцирует” выброс негативных эмоций.

Но одного понимания своей механики уже будет достаточно для того, чтобы уменьшить свое негативное влияние на других. Так, вы сможете больше не “обвинять” окружающих в своих эмоциях. Способность не ассоциировать собственные чувства с событиями и людьми, дает огромный потенциал осознанности. Вы сможете трезво смотреть на вещи и видеть истинную природу происходящего. Необязательно кто-то извне становится причиной вашего плохого или хорошего настроения — причиной может быть просто волна эмоционального спада или подъема.

Неопределенный Центр Солнечного сплетения

Давайте теперь рассмотрим то, какое влияние на человека оказывает Центр Солнечного сплетения, будучи неопределенным или открытым. Первое, что хочется подчеркнуть и с чего в принципе стоит начинать разговор — это невозможность контролирования своих эмоций. Неопределенные люди всегда зависят от эмоций тех, у кого этот Центр определен. И на самом деле, это оказывает очень разрушительное влияние на жизнь — не зная о причинах перепадов своего настроения, а уж тем более не имея возможности этот процесс как-то контролировать, многие из них пытаются вовсе избегать проявления каких-то эмоций. Либо подавляя их в себе на стадии зарождения, либо сторонясь контактов с окружающим миром, они пытаются обрести таким образом душевно-эмоциональную стабильность.



В неопределенном Центре лежит очень глубокий потенциал к обуславливанию и к мудрости, если правильно его использовать. В потоке тех эмоций, что ежедневно проходят через людей с неопределенным центром Солнечного сплетения, им очень тяжело отыскать свои собственные реакции и настроения. Отождествляясь со всем тем влиянием, что оказывают на них определенные люди, они могут постоянно переходить от одного настроения к другому, не в силах установить причины такого своего поведения. И под чужим влиянием, такие люди очень часто принимают поспешные, эмоциональные решения, о которых жалеют впоследствии.

Допустим, вы знаете, что завтра вам с самого утра надо на работу/учебу, и лучше бы сегодня лечь спать пораньше. Но неожиданно, вы встречаете на улице своего старого друга, и он приглашает вас посидеть в баре. “Если только ненадолго” — произносите вы и неуверенно соглашаетесь. В результате, вы со своим другом выпиваете стакан за стаканом, и вроде бы понимаете, что нужно уйти, но не можете. Чужая энергетика накрыла вас с головой, и вот на часах уже 4 утра, а вы только-только попали домой. И вы прекрасно понимаете, что следующий день будет ужасным...

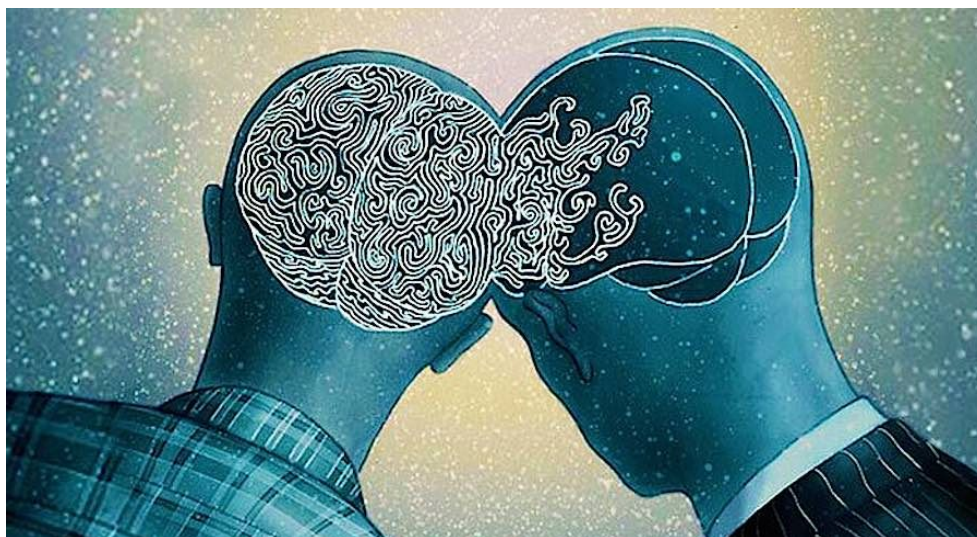
Неопределенный эмоциональный Центр — усилитель чужих эмоций. И шутка в том, что именно неопределенные люди намного больше склонны считать самих себя эмоциональными, чем те, у кого Центр определен. Потому что они не только отражают, они еще и удваивают чужие эмоции, находящиеся в поле их проекций. Счастливы ли они, или находятся в глубокой печали — это зависит лишь от людей в их окружении. Если рядом находится грустный человек, то они сами будут в два раза более грустными, а рядом со счастливыми в два раза

счастливее. Но на деле, неопределенные люди абсолютно свободны от эмоций, что может быть обнаружено лишь в моменты их обособления от чужого воздействия, например, когда они находятся одни дома.

Неопределенные всегда будут искать общения только с теми людьми, что находятся на вершине эмоциональной волны. Не желая испытывать и пропускать через себя негативные эмоции, которые на самом деле к ним никакого отношения не имеют, неопределенные люди очень вдумчиво выбирают свое окружение. Они стремятся создать вокруг себя круг счастливых по жизни друзей и знакомых, минимально взаимодействуя с теми, кто по большей части пребывает в негативе. Это подсознательная стратегия избегания ненужных переживаний, которая может даже и не быть обнаружена сознательно. Им просто кажется, что с кем-то проводить время намного интереснее и приятнее, не отдавая себя отчета об истинных причинах такой “избирательности”.

Эмпатия неопределенного Центра

Одной из удивительных черт неопределенных людей является их выдающаяся способность к эмпатии. Они буквально на уровне подсознания способны ощущать изменения в окружающей среде, улавливая малейшие колебания эмоционального фона. Нельзя сказать, что у них внутри есть “нечто”, что помогает им определять перемены — скорее они сами являются индикатором, ведь именно через них проходят эмоции других людей. И по своим ощущениям им отлично удастся подмечать, как себя чувствует находящийся рядом человек.



Эмпаты неопределенного Центра видят в этом мире гораздо больше, чем другие люди. Они способны проживать жизни многих людей, становясь катализатором для чужих эмоций. С одной стороны, благодаря этому, они испытывают гораздо больше искренней радости и счастья, но с другой, они также проживают гораздо больше страданий и боли, перенимая все эмоции от своих знакомых и близких. Незнание механики эмоционального Центра может со временем истощить их, довести до настоящего безумия. Они не способны распознать самих себя в хаотическом потоке накрывающих их эмоциональных волн, что приводит к привычке отождествлять себя сразу со всеми переживаемыми эмоциями.

К сожалению, эмпатия — способность неконтролируемая. Ее нельзя включать/выключать по своему желанию, а значит неопределенные эмоционально люди вынуждены всю жизнь проживать поток наплывающих на них эмоций и ощущений, не в силах остановить его. Конечно, окружая себя счастливыми и жизнерадостными людьми, они могут способствовать и собственному благополучию. Но жизнь такова, что неизбежно придется сталкиваться с источниками негатива, со всеми вытекающими из этого последствиями.

Одна из достаточно выразительных особенностей неопределенных эмоционально людей — пренебрежение к своим целям и желаниям. При корректном использовании своего центра они могут предпочесть больше отдавать, чем получать. Ведь сами по себе они являются практически безэмоциональными, и потому им многого для счастья не нужно. Находиться в компании счастливых людей — вот что по-настоящему приносит им удовольствие. Именно эта черта объединяет всех неопределенных людей — они в большинстве случаев предпочитают осчастливить своих близких. Они черпают внутреннее удовлетворение жизнью из позитивных эмоций других людей. И это нельзя назвать самопожертвованием или чем-то в этом роде. Скорее, это своего рода симбиоз, где они получают энергию из позитивного настроения окружающих людей, стремясь создать подходящие для этого настроения условия.

Глубокая связь с окружением

По своему смыслу, эмпатия буквально означает способность воспринимать чужие эмоции и переживания, умение ставить себя на место другого человека. Неопределенные люди хорошо реагируют на перепады чужого настроения, улавливают малейшие колебания. Эта способность позволяет им устанавливать связь с другими людьми на очень глубоком уровне. Буквально

на уровне подсознания они чувствуют, какие темы можно поднимать со своим собеседником, а какие лучше пропускать, как выстраивать общение, а как не стоит.



Для своих близких людей, они что-то вроде отдушины — с ними всегда можно поговорить по душам, и после них никогда не остается какого-то неприятного “послевкусия”. Фактически это связано с тем, что определенные люди контактируют буквально со своей же энергетикой, которая отражается посредством неопределенных. Это можно сравнить с разговором с самим собой, когда без утайки можешь рассказать о своих чувствах и переживаниях, не боясь, что тебя высмеют или осудят.

Но именно такая, открытая позиция неопределенных людей, делает их очень уязвимыми для разного рода манипуляций. Они очень сильно переживают чужие эмоции и порой, даже сильнее, чем их обладатели. И поэтому они с радостью готовы предложить свою помощь, лишь бы помочь кому-то решить свои проблемы. Для них это вполне естественно — таким образом, они корректируют эмоциональные частоты, в пределах которых сами находятся. Друзья и знакомые очень часто обращаются за помощью к людям с неопределенным центром Солнечного сплетения, потому что точно знают, что на них “можно положиться”.

И пока определенные люди с уважением относятся к такой позиции, в этом нет ничего плохого. Но зачастую происходит так, что они начинают использовать свои эмоции в качестве средства для манипуляции, буквально вымаливая поддержку даже тогда, когда в принципе могут справиться и сами. Определенные люди жалуются на несправедливость и жестокую судьбу, надеясь, что неопределенный его пожалеет и поможет. И в большинстве ситуаций, именно так и происходит.

Пацифист от природы

Те, у кого Центр эмоций не определен, склонны избегать любых проявлений конфликтов, даже если они сами не имеют к нему никакого отношения, а лишь стали случайными свидетелями. Неважно, начинают ли они ссору сами, или же просто оказываются в ненужном месте в ненужное время — они испытают намного более “тяжелые” негативные эмоции, даже по сравнению с непосредственными участниками конфронтации. Не имея способности должным образом контролировать проявление своих эмоций, вкупе с усиленной восприимчивостью к чужой энергетике, неопределенные люди буквально вбирают в себя весь образующийся негатив. И поэтому они не только сами стараются всеми возможными способами избегать конфликтов, но и помогают разрешить их в своей семье, среди друзей или знакомых.



Порой, их страх разногласий с людьми становится настолько силен, что они предпочитают и вовсе не говорить ничего, что могло бы спровоцировать окружающих. С одной стороны, людей с неопределенным Эмоциональным центром можно назвать очень учтивыми — потому что они сами редко когда оскорбляют окружающих, надеясь избежать разногласий. С другой стороны, они порой не говорят ничего даже тогда, когда напрямую затрагиваются их интересы. Лишь бы не спровоцировать конфликт, они готовы пожертвовать своими желаниями и целями, сознательно пасуя перед возможностями.

Подобная позиция со временем приводит к их обособленности от окружающего мира. Словно понимая, что у них не хватит энергии постоянно бороться за свое счастье, сталкиваясь с возможными “противниками”, неопределенные люди стремятся построить свою жизнь и быт так, чтобы по минимуму встречаться с потенциально конфликтными ситуациями. Они старательно прокладывают собственный путь таким образом, чтобы на нем не попадались негативно настроенные люди, а также те, кто будет ими манипулировать.

Неопределенные люди всегда стараются избегать излишней болтливости, и поэтому по жизни занимают роль наблюдателей. Они не из тех, кто будет говорить просто ради того, чтобы впустую сотрясать воздух. Напротив, они предпочитают слушать, и ориентируясь на эмоции человека постараются высказать только то, что будет действительно полезно. И уж тем более, они не будут говорить другому человеку что-то, что могло бы его ненароком обидеть. А если уж случилось так, что неопределенный человек не выдержал эмоционального напряжения и высказал все, что думает на самом деле, то он будет ощущать за собой огромное чувство вины. При удобной возможности он постарается искренне извиниться, даже за те события и слова, которые другие люди оставили бы без внимания.

По этой же причине, неопределенные люди становятся превосходными “политиками” и льстецами. Всячески избегая малейших проявлений конфликтов, со временем они начинают профессионально подбирать слова при разговоре. Зачем говорить, что какой-то человек — ужасный, когда можно сказать, что он не самый лучший? Нужно ли намекать своей девушке, что она растолстела, когда можно просто предложить ей вместе начать ходить в спортивный зал? Неопределенные люди — настоящие мастера слова, способные найти бесконфликтный выход из любой ситуации.

Эмоциональное пресыщение

Люди с неопределенным Эмоциональным центром вынуждены иметь дело с огромным количеством внешней информации. Чужие эмоции буквально программируют их собственные, как если бы они “окрашивались” в цвет того человека, кто находится рядом с ними. И если они остаются в неведении относительно своей природы, они пресыщаются посторонними эмоциями, не в силах справиться с ними.



Самое печальное в этом то, что эмоции не просто проживаются — каждый неопределенный человек всегда старается найти причины своих переживаний, разумным способом обосновать их. Возьмем в пример маленького ребенка, который живет с эмоционально определенными родителями. Если они начнут ссориться при своем ребенке, громко выясняя отношения, то тяжело представить, какой стресс ему придется пережить. Он будет всячески размышлять, что же пошло не так, и почему родители ссорятся. Не в силах понять “взрослые” проблемы, в конце концов он придет к выводу, что виноват в этом он сам. И тогда в нем будет формироваться устойчивое чувство вины, которое будет гложить его многие годы. Иногда, семейные конфликты становятся причиной формирования устойчивых комплексов у ребенка, которые он пронесит с собой на протяжении всей жизни.

И чем больше в компании неопределенного человека “источников” эмоциональности, тем сложнее ему будет по жизни. Впитывая настроения других людей, он будет постоянно скакать вверх-вниз по эмоциональной волне. Такие перепады могут неоднократно случаться даже в течение одного дня, приводя неопределенного человека в настоящее замешательство. То он счастлив, то в глубокой печали, а потом вновь преисполнен искренней радости. Он будет ощущать себя в качестве эмоционально неуравновешенного человека, и опасаться того, что это его качество будет подмечено и осуждено другими людьми.

Доверие

Неопределенным людям очень сложно научиться доверять кому-либо. Конечно, они могут быть с вами добры и любезны, но по-настоящему открыться способны лишь единицам. Проживая чужую боль в течение всей жизни, испытывая не относящиеся к ним страдания и тоску, они становятся очень избирательными относительно того, кто будет входить в их близкий круг, а кто нет. словно подсознательно выбирая, кто может влиять на них, а кому стоит держаться подальше. И поэтому, неопределенные люди стараются всячески “распробовать” человека, прежде чем войти с ним в близкий контакт. Они должны быть твердо убеждены, что не только радость, но и печаль избранного человека будет корректной для них, и тогда они смогут по-настоящему открыться ему.

Но конечно, мы рассматриваем связь именно неопределенный+определенный. Разумеется, это не является абсолютным условием развития корректных отношений. Просто человек устроен так, что ищет противоположность, ищет то, чего нет в нем самом. Если отношения будут между двумя неопределенными людьми, то они могут страдать от недостатка эмоциональности. Как если бы каждый ждал от другого бурного проявления чувств, но никто из них не смог бы проявить себя подобным образом. Если же говорить об отношениях между двумя определенными, то у них напротив, будет избыток эмоций. Каждый из них хотел бы, чтобы на его чувства обратили внимание, и в итоге, они будут жить самопогруженной жизнью, не в силах должным образом понять друг друга.

“Чистота” одиночества

Корректным способом эмоциональной “разгрузки” для неопределенных людей является выделение для себя периодов времени, в которое они могли бы побыть в полном одиночестве. Когда исчезает влияние извне, бурный поток эмоций рассеивается, оставляя на своем месте пустое и тихое безмолвие. В одиночестве неопределенные люди становятся очень инертными. Они могут наконец-то разобраться в самих себе, ощутить гармонию внутри. Периоды эмоционального голода просто необходимы, чтобы хотя бы на время разотождествиться с влиянием чужого настроения.



Отчасти поэтому среди неопределенных так много людей, склонных к искусству во всех его формах. Не имея возможности как-то совладать с переполняющей их эмоциональной энергетикой, они обособляются от мира, и изливают свои чувства на бумагу, картину или вкладывают в музыку. Так, они словно разотождествляются с этими переживаниями, “избавляются” от них посредством перенесения в какую-либо деятельность. И речь необязательно должна идти о создании какого-либо шедевра. Тут важен не столько результат, сколько сам процесс. Такая сублимация хорошо помогает справляться с нестабильностью эмоций — найти способ, где эти чувства могут послужить в качестве вдохновения.

Но с другой стороны, слишком долгое одиночество может стать причиной уныния. Сами по себе люди с неопределенным центром Солнечного сплетения практически не испытывают эмоций, по крайней мере по сравнению с теми ситуациями, когда на них влияют извне. И если период эмоционального голода затянется, то они могут начать считать себя слишком пассивными в плане эмоций. Вся жизнь постепенно будет наполняться однообразием, и появится даже некоторое чувство тоски по бушующим когда-то переживаниям. Все хорошо в меру, и каждый человек сам для себя определяет, сколько ему нужно времени, чтобы прийти в норму.

Но некоторым неопределенным людям начинает нравиться постоянно быть в одиночестве. В тишине и покое они твердо уверены, что ничто не сможет повлиять на них, что они всегда смогут держать свои эмоции под контролем. И после этого они начинают сознательно игнорировать любые контакты с людьми, чтобы их не подвергли своему влиянию снова, или по крайней мере, сводят их до минимума. Конечно, нельзя сказать, что это что-то плохое. В конце концов, каждый человек сам выбирает свой путь, и если кому-то

нравится одиночество, то в этом нет ничего плохого. Ведь нужно помнить, что наш Дизайн состоит из многих аспектов, каждый из которых вносит свою посильную лепту. Поэтому даже если мы говорим о двух неопределенных эмоционально людях, между ними может быть столь много отличий, что это будут два абсолютно разных человека.

Заключение

В заключение, хочу сказать, что не нужно воспринимать определенный или неопределенный Центр Солнечного сплетения как что-то однозначно “плохое” или “хорошее”. Концепции “хорошо”-“плохо” в принципе не рассматриваются в Дизайне Человека, и нет никакой причины считать что-то уязвимостью, а другое преимуществом. Просто мы все — разные люди. И в этом удивительном сочетании непохожестей и рождается истинная красота нашего мира.

Знание механики этого Центра — первое и главное условие того, чтобы вы могли корректно справляться с его проявлениями в жизни. Не пытайтесь им сопротивляться или как-то подавлять в себе, иначе накопленное напряжение все равно рано или поздно приведет к выплеску, только гораздо более разрушительному и менее продуктивному. Просто знайте о механизме своего Эмоционального Центра, и будьте готовы ко всем его преимуществам и ограничениям. Думая о своих эмоциях, как о неизбежном выражении Центра Солнечного сплетения, вы научитесь принимать свою природу такой, какая она есть. Это именно то, что заложено в основе системы Дизайн Человека.

Познакомиться со всеми остальными элементами своего Бодиграфа вы можете заказав электронную расшифровку. Спасибо за внимание!