



Все описанные ранее открытия указывают на обладание энергетической системы человека важной для выживания функцией. Когда внутренней энергетической системе не хватает собственных ресурсов, она стремится к поиску других способов выживания. Энергетические вампиры, вместо того чтобы чинить прорехи в себе, обращаются к внешним источникам энергии — энергетическим системам их жертв. Это решение, как бинты для ран, помогает лишь временно — оно не только не способствует восстановлению внутренней энергетической системы, но и препятствует личностному росту, параллельно подрывая здоровье жертв.

## СРАВНЕНИЕ ОБЩЕГО ВАМПИРИЗМА И ВАМПИРИЗМА В ПАРЕ

Одиночный вампиризм проявляется в двух основных формах, связанных с типом потенциальной жертвы. В первой форме, которую мы назвали *общей*, вампир ищет жертву в общественном пространстве, тогда как во второй форме, которую мы называем вампиризмом *в паре*, вампир в качестве «донора» использует своего текущего партнера.

Энерговампиризм в общей форме характеризуется сравнительной сложностью. За исключением периода острой нехватки энергии, энерговампиры обоих полов, как правило, избирательны в поиске «доноров». Опытные вампиры мужского пола обычно намечают себе жертв противоположного пола, вампириши могут одинаково охотиться и на других женщин, и на мужчин при условии восприимчивости жертвы. Неопытные энерговампиры обоих полов обычно выбирают тех, кто кажется им восприимчивым и уязвимым. Очень мало энергетических вампиров признались в выборе детей в качестве жертв.

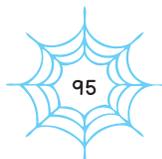




Исследования показывают, что для опытных вампиров часто характерен сформировавшийся набор предпочтений относительно потенциальных жертв. Несмотря на многочисленные исключения, вампиры мужского пола обычно выбирают тех, кто младше их, тогда как вампирши выбирают кого-то их возраста или даже немного старше. Было замечено, что выбор часто основывается на привлекательной внешности «донора» (этот критерий больше всего актуален для мужчин). Многие вампиры основывают свои предпочтения на конкретных физических параметрах, причем для мужчин может быть важен даже цвет волос, особой популярностью пользуются блондинки. Важным параметром для женщин является рост потенциальной жертвы-мужчины. Тем не менее по сравнению с мужчинами женщины более гибкие в своих требованиях, которые часто довольно разнообразны и базируются скорее на комбинации черт, чем на какой-то одной доминирующей характеристике.

Наши исследования, направленные на изучение активного энерговампиризма, дали основания предположить, что на процесс отбора «донора» часто влияет образ родительской фигуры. Например, одна вампирша рассказала, что ее вампирские «завоевания» ограничились кругом мужчин, у которых, как и у ее отца, были седые волосы. Другой вампир выбирал только тех женщин, которые были высокими и спортивными. Как выяснилось, его мама была гораздо выше и настойчивее отца. Несмотря на свою специфичность, эти наблюдения показывают, насколько в долгосрочной перспективе важны отношения родителей и ребенка, в том числе преодоление эдипова комплекса.

В отличие от общего энерговампиризма, парный возникает только между людьми, состоящими в отношениях. Вампиризм



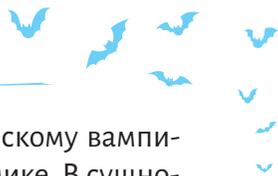


в паре может возникнуть как на ранних стадиях отношений в качестве элемента общения, так и на любом другом этапе. Даже если энергетический вампиризм начинается позднее, в уже сформировавшихся отношениях, первые признаки все равно становятся заметными еще при зарождении отношений. Ниже приведены примеры связи между партнерами, которые склонны к энерговампиризму (если не обречены на него).

**Зависимые отношения.** При таком типе связи один из партнеров эмоционально уязвим и слишком сильно зависит от другого. В контексте таких отношений подвластный партнер, боясь потерять связь, обычно становится либо слишком заботливым, либо слишком ревнивым. Чрезвычайно заботливый партнер разрабатывает хорошую почву для энергетического вампиризма, становясь добровольной жертвой, которая сама инициирует первые признаки вампиризма в отношениях. С другой стороны, излишне ревнивый и зависимый становится цепким, как лоза, вампиром, удушающие тактики которого тянут энергию из более уверенного в себе партнера и постепенно разрушают связь. Любой тип зависимых отношений предрасположен к энергетическому вампиризму с самого начала.

**Созависимые отношения.** К сожалению, это очень популярный тип отношений, в котором оба партнера слишком сильно зависят друг от друга. Такая патологическая связь поддерживается до тех пор, пока нездоровая потребность друг в друге в той или иной мере удовлетворяется с обеих сторон. Нередко созависимые отношения включают в себя злоупотребление психоактивными или алкогольными веществами, причем один из партнеров становится подстрекателем, поддерживающим зависимость другого. Созависимая связь





больше всего предрасположена к энергетическому вампиризму, потому что очень схожа с ним по динамике. В сущности, ее можно рассматривать как программу развития созависимого вампиризма, в котором партнеры вытягивают энергию не только друг из друга, но и из самих отношений. На ранних стадиях созависимого вампиризма жертва, обычно являющаяся подстрекателем, добровольно отдает энергию зависимому партнеру, но скоро распределение ролей меняется, и оба начинают тянуть энергию друг из друга. Возможно, это происходит потому, что отношения изнашивают энергетическую систему обоих партнеров. Несмотря на катастрофические последствия созависимого вампиризма, пара обычно называет свое вампирское взаимодействие «любовью» и не стремится что-либо изменить в отношениях или прервать их.

**Абьюзивные отношения.** Энергетический вампиризм процветает и в условиях абьюзивных отношений. Независимо от пола абьюзер, как и многие энергетические вампиры, не считается с чувствами, правами и желаниями своей половины. Энерговампиры в абьюзивной связи обычно высокомерные и склонны к манипулированию, доминирование над партнером — их главная цель. Они не только не испытывают стыда за свое абьюзивное поведение, такие энерговампиры еще и часто винят во всем своих жертв, утверждая, что те получили заслуженное. Абьюзивные вампиры обычно черствые, агрессивные и совершенно безответственные. На первом месте для них находится собственное эго. Парадоксально, но энерговампиры в таких отношениях часто сами оказываются бывшими жертвами как абьюза, так и энергетического вампиризма.

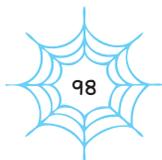
**«Идеальные отношения».** Еще один тип отношений, особенно уязвимый к энерговампиризму. В так называемых





«идеальных отношениях» партнеры отказываются признавать наличие недостатков в их связи. Играя роль «идеальных половинок», они подавляют негативные чувства, создавая иллюзию того, что все прекрасно. Измотанные постоянной необходимостью изображать из себя «идеального» и поддерживать внешний лоск, на котором держатся отношения, партнеры начинают с интересом практиковать энергетический вампиризм, вытягивая энергию друг из друга. И чем активнее они стараются поддерживать безупречность, тем больше их связь ослабевает. Восприятие становится все более и более иррациональным: *«У меня должны быть идеальные отношения. Мне нужно делать все, что в моих силах, чтобы поддерживать идеальность. Я полностью принадлежу своему партнеру. Я никто без него. Все в моем партнере идеально, мне тоже нужно стремиться к этому. Я никто без этих отношений»*. В долгосрочной перспективе такие чрезмерные усилия по сохранению связи наносят вред обоим партнерам, становясь причиной постоянного стресса и самых разных жалоб на здоровье. Неудивительно, что многие «безупречные» отношения в конце концов саморазрушаются.

**Сопернические отношения.** Такой тип обычно построен на эгоистическом стремлении партнеров к успеху, признанию, богатству и статусу. В начале отношений соперничество может быть продуктивным: каждый партнер независимо от другого преследует личные и карьерные цели. Когда же разница в успехе становится слишком заметной, особенно в традиционных парах, в которых женщина обходит неуверенного в себе мужчину, связь становится довольно напряженной. По мере ухудшения отношений оба партнера могут начать переживать внутренний конфликт, испытывать чувство вины, разочарования, уязвимости, неуверенности





в себе, а это все основные условия для возникновения энергетического вампиризма. Когда связь слабеет, менее успешный партнер часто начинает подпитываться от энергетической системы более успешного. Несмотря на то что первое время вампиризм поможет неуверенному чувствовать себя энергичнее, он одновременно с этим обрекает отношения на крах. Успешная половина обычно улавливает, что ей пользуются, и такие отношения начинают казаться нежизнеспособными или, еще хуже, мешающими. Чем сильнее прогрессирует вампиризм, тем больше партнеры начинают презирать друг друга. Если вовремя не прекратить вампирские атаки, отношения будут все больше и больше слабеть, пока окончательно не разрушатся.

**Отношения по договоренности.** Отношения, созданные на основе договоренности между партнерами, как правило, возникают из-за определенных ситуационных факторов, включая удобство и экономическую целесообразность. Например, может быть финансово выгодно снимать квартиру вместе с соседом или, если взять другой уровень, сформировать партнерство, чтобы основать бизнес. Связь по договоренности может быть продуктивной и полезной, но может и ухудшиться, если ожидания партнеров не оправдаются или их усилия будут конфликтовать друг с другом. Стоит отношениям обостриться, с большой вероятностью тут же возникнет динамика, способствующая энергетическому вампиризму: любой из партнеров может взять на себя напористую роль энерговампира. Властный будет тянуть энергию из менее властолюбивого, чтобы показать свою силу; но и подчиненный может стать энерговампиром, чтобы компенсировать недостаток контроля в отношениях. Отвращение, ощущение западни и страх потери себя дополнительно подстегивают

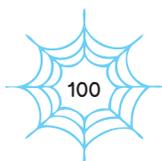




тягу к энерговампиризму. Как только он встраивается в связь, та становится все более напряженной, пока не развалится.

Итак, мы привели лишь часть возможных типов взаимоотношений в паре, особенно уязвимых к развитию энергетического вампиризма. Важно отметить, что продуктивные социальные отношения, независимо от характера, нужны всем нам, потому что они помогают удовлетворить различные потребности и обогащают жизнь. Взаимоотношения содействуют усилению способности к адаптации, повышению самооценки, не дают развиться депрессии и нервозности. Они придают жизни смысл и помогают справляться с ежедневными трудностями. Энергетический вампиризм, с другой стороны, вредит любым связям и угрожает им крахом. Энерговампиризм способен ослабить их и выпить всю жизнь и смысл.

Как бы странно это ни звучало, энергетический вампиризм может возникнуть даже в отношениях двух родственных душ, которые обычно считаются не только высшей формой межличностного общения, но и даром судьбы. Такая связь характеризуется непроходящим ощущением родства. Есть версия, что она возникает между теми людьми, которые были связаны друг с другом важными отношениями в прошлой жизни, пронесли это чувство через смерть и будут встречаться друг с другом и во всех будущих воплощениях. Долгосрочность отношений родственных душ, а также обязательное чувство близости, которое еще иногда называют состоянием слияния друг с другом, иногда оказывают излишнее давление на партнеров и способствуют возникновению нереалистичных ожиданий. Цель каждой нашей жизни — развиваться и меняться. Долгосрочная связь двух родственных душ способствует росту, комфорту и стабильности, но

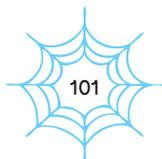




она также может стать поводом для эксплуатации и сократить количество возможностей для роста, которые находят в разных отношениях. Если пара почувствует себя ограниченной и скованной, это может привести к формированию отвращения друг к другу, что очень быстро отравит их связь. К сожалению, партнеры, долгое время состоящие в такой связи, не имеют богатого опыта преодоления ухудшения в отношениях друг с другом. Как только они начинают отдаляться, менее уверенный в себе может по-собственнически подключиться к энергетической системе охладившего, пытаясь восстановить гаснущее чувство. Ревность, возникающая на почве страха быть покинутым, — первый признак энергетического вампиризма. Необузданная ревность может стать гвоздем в крышке гроба любых взаимоотношений.

Удивительно, но энергетический вампиризм в паре может происходить по обоюдному согласию — такая форма называется *добровольным вампиризмом*. Обычно он появляется в хрупких романтических отношениях, в которых один партнер любит доминировать (он обычно и становится вампиром), а другой, более слабый, добровольно становится его жертвой в странной попытке то ли укрепить, то ли спасти отношения. Партнер-вампира часто называет такие отношения «взаимно приятными».

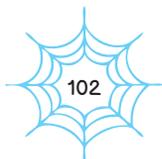
Среди молодых пар студентов, построивших свои отношения на добровольном вампиризме, реципиентом обычно является мужчина, тогда как в старших парах вампиром становится женщина. Это можно объяснить как минимум с двух точек зрения: во-первых, основываясь на возрастных тенденциях, а во-вторых, на представлениях о гендерных ролях. С точки зрения возраста наши исследования показали, что молодые мужчины и взрослые женщины больше

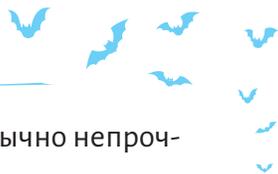




склонны к энергетическому вампиризму, чем молодые женщины и взрослые мужчины. В связи с этим мы можем предположить, что общество ожидает, будто молодые мужчины и взрослые женщины будут действовать более решительно, чем взрослые мужчины и молодые женщины. Так, взрослая женщина и молодой мужчина, состоящие в романтических отношениях, скорее всего, будут бороться за роль главного вампира, потому что оба стремятся к выражению своих вампирских наклонностей. Однако оказалось, что старший партнер, независимо от пола, с гораздо большей вероятностью возьмет на себя требующую решительности роль энергетического вампира.

Во время наших исследований была обнаружена интересная тенденция: зрелые мужчины и женщины (в возрасте от сорока и выше), состоящие в браке или романтических отношениях с партнерами намного младше их, обычно утверждают, что, вступив в эти отношения, они стали чувствовать себя моложе. Согласно статистике, зрелые мужчины и женщины, находящиеся в браке с молодыми супругами, и вправду живут дольше. Этот статистический факт также дает основание предположить, что зрелые мужчины и женщины, стремящиеся к отношениям с молодыми людьми, часто замотивированы своим вампирским стремлением получить доступ к свежей энергии. В отличие от старшего партнера, молодая жертва обычно живет не так много. С некоторыми оговорками мы можем сделать вывод, что долгосрочные отношения между партнерами с большой разницей в возрасте, возможно, способствуют омоложению старшего партнера и ослаблению младшего. Вряд ли для кого-то станет откровением тот факт, что энергетический вампиризм в отношениях чреват неприятными последствиями.

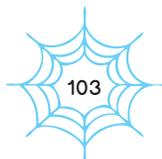




Связи с намного более старшим вампиром обычно непрочные и редко оказываются долгосрочными.

Несмотря на то что одиночный вампиризм широко распространен, о нем мало кто знает, и специалисты сферы здравоохранения часто относятся к нему со скептицизмом. В результате во врачебной среде предпочитают искать сторонние причины симптомам энерговампиризма. Автор этой книги провел опрос восьмидесяти двух профессионалов сферы здоровья, включая клинических психологов, консультантов, соцработников и терапевтов Юго-Востока США; всего восемь были знакомы с термином «психический/энергетический вампир», и только один (клинический психолог) сообщил, что он лечил жертву энергетического вампиризма. И в этом случае пациентка перед обращением к терапии самостоятельно поставила себе диагноз; психологическое лечение в основном состояло из методик паллиативной терапии, созданных для улучшения самочувствия пациента. Ни один из специалистов не обладал опытом лечения энерговампиров и не был обучен ни диагностике, ни лечению энергетического вампиризма. На данный момент, по-видимому, не существует объективного теста для измерения степени прогрессивности энерговампиризма, за исключением проверки, которую мы разработали в наших лабораториях и привели в этой книге.

Так как тенденция к одиночному энергетическому вампиризму широко распространена, процедуры, спроектированные для укрепления и защиты внутренней энергетической системы от энерговампиризма, будут полезны практически всем. Следующие две методики создавали специально для достижения этой важной цели. Первая фокусируется на увеличении мощности внутренней энергетической системы,





а вторая — на наполняющем силами взаимодействии с энергией Вселенной. Обе техники подходят для любого типа энерговампиризма.

## Методика активации энергии

Это упражнение было создано для развития полностью функциональной внутренней энергетической системы, которая бы соответствовала нашим ментальным, физическим и духовным энергетическим потребностям. Мы считаем, что внутренняя энергетическая система по своей природе динамичная и развивающаяся. В этой методике используются ментальные и физические техники, которые не только укрепляют уже имеющиеся функции системы, но и помогают продолжить ее развитие.

**Шаг 1. Внутренний энергетический центр.** Напомните себе, что ваша бессмертная душа состоит из вечной жизненной энергии и скрыта глубоко внутри энергетического центра. Закройте глаза и представьте этот центр — яркое сияющее ядро, которое генерирует и распределяет ментальную, физическую и духовную энергию. Считайте, что вы, а заодно и ваш энергетический центр — создание Вселенной, которое постоянно развивается.

**Шаг 2. Сила сознания.** Сфокусируйте сознание на ярком энергетическом ядре, расположенном в вашем солнечном сплетении. Позвольте энергии сознания аккуратно слиться с внутренним энергетическим ядром, чтобы активировать его возможности к генерированию новой энергии. Почувствуйте, как в солнечном сплетении формируется энергетическая вибрация, которая медленно наполняет свежей силой каждую клеточку вашего тела.

