

# МЕТОДЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ

**А. Сафронов**

Подобно тому, как каждый человек бессознательно владеет методами психологического нападения\*, большинство людей владеют также способами психологической защиты. Тем не менее, осознанное овладение этими методами весьма полезно, поскольку позволяет расширить спектр отражаемых психологических атак.

Методы психологической защиты можно свести к трем базовым техникам, которые различаются между собой типом энергетической работы.

## 1. Дистанцирование от агрессора

Этот метод связан с уходом атакуемого в себя, в свои дела, попыткой отвлечься от фрустрирующей ситуации. Именно этим методом бессознательно пользуется муж, который в ответ на упреки жены утыкается носом в газету или телевизор.

Метод дистанцирования рекомендуется в качестве метода энергетической защиты большинством пособий по экстрасенсорике и магии. На энергетическом уровне это выглядит как попытка окружить себя защитным слоем, стенкой, энергетическим вихрем и т. д., тем самым не пропустить в себя энергию агрессора.

Основным недостатком метода дистанцирования является тот факт, что простроенная указанным способом любая защита держится только до тех пор, пока на это хватает энергии атакуемого, кроме того, будучи пассивной, эта защита позволяет агрессору перегруппировать силы и найти более совершенный способ атаки.

\* См. А. Сафронов. Психологические атаки в нашей жизни («Городское управление» №3–2010).

Миф о том, что энергия агрессора «отразится от стенки» и вернется атакующему, редко реализуется в действительности.

## 2. Контратака

Контратака представляет собой также распространенный метод психологической защиты. Энергетически контратака представляет собой выброс потока энергии навстречу потоку энергии атакующего, как правило, из одноименной чакры. Контратака обычно перерастает в обычный скандал и «бодание».

Например, «бодание» интеллектуального типа выглядит подобным образом: «Я считаю что ...» – «Ты не прав потому, что...» – «Нет, в твоих доводах ошибка...» и т. д.

В результате подобного рода взаимодействий энергетический резерв обоих враждующих уменьшается и, в конце концов, один из них – тот, у которого заканчивается энергетический резерв, – пробивается. Силовые конфликты с некоторой степенью вероятности перерастают в обычную драку.

## 3. Метод психологической амортизации

В момент психологической агрессии атакующий лишается энергетической целостности, поскольку вынужден переключить энергетический резерв с других энергетических центров на тот, из которого выпускается поток.

Сущность метода психологической амортизации состоит в том, чтобы ответить агрессору с посылом на том центре, который у него наиболее ослаблен вследствие атаки, и тем самым разрушить энергетическую целостность его атаки.

Признаками удавшейся психологической амортизации являются:

Над ним вспыхнуло  
и растет ошолово-  
е облако,  
фосфорический,  
желтоватый туман  
неравномерно лег  
на серую сеть тесно  
сомкнутых зданий.  
Теперь город  
не кажется  
разрушенным огнем  
и облитым кровью,  
— неровные линии  
крыш и стен  
напоминают что-то  
волшебное,  
но — недостроенное,  
неоконченное,  
как будто тот,  
кто затеял этот  
великий город для  
людей, устал и спит  
разочаровался и,  
бросив всё, — ушел  
или потерял веру и  
мер.

