

Как защититься от энергетического вампира и как его распознать



В то, что каждый человек обладает психической энергией, сегодня верят многие. Кроме того, есть люди, пополняющие свои личные психические энергетические запасы просто «высасывая» её при определённых условиях из окружающих. Можно спорить гипотеза это или факт, но знания, как

защититься от такого энергетического вампира, не помешают.

Существует немало рекомендаций, как защититься от энергетического вампира, но прежде чем их применять на практике следует научиться этих энергетических вампиров отличать от остальных людей.

Если сформулировать просто, то [энергетические вампиры](#) – это люди, которым хорошо, когда другим плохо. При общении с ними мы начинаем болеть, а они, наоборот, выздоравливают. Психологи делят энергетических вампиров на категории, но в одном человеке может уживаться сразу несколько типов энергетического вампиризма. Рассмотрим их.

Типы энергетических вампиров

Агрессивный энергетический вампир

К этому типу относятся люди, постоянно провоцирующие окружающих на ссоры и скандалы. Они унижают и оскорбляют будущего энергетического «донора» до тех пор, пока он не вспылит, и откачивают из него энергию во время приступа ярости, пользуясь психической беззащитностью жертвы во время гнева.

Ленивый энергетический вампир

Люди этого типа стараются уйти от самостоятельного решения каких-либо проблем, даже личных, и предпочитают переложить эту ношу на плечи других. Например, они охотно «делятся» своими обязанностями с коллегами

по работе, а в семье с радостью уступают «второй половине» право «решающего голоса».

Паразитирующий «гений»

Энергетические вампиры этого типа предстают перед окружающими в образе яркой личности (роковой женщины или харизматичного мужчины), вызывают у жертвы чувство полного доверия, обожания и восхищения и, пользуясь этим, питаются её психической энергией.

Заботливый «помощник»

Очень часто человек такого склада будто бы стремится услужить людям, на голову которых свалились неприятности, но, на самом деле его он просто выпытывает и «смакует» их подробности. Именно это является способом его энергетической подпитки.

Энергетический вампир «ласковый мерзавец»

Основа этого типа энергетического вампиризма – создание видимости доброты и близости по отношению к окружающим. Но «ласковый мерзавец» никогда не оказывает никакой реальной помощи, а просто принимает похвалы за свою «отзывчивость» и паразитирует на ответной благодарности людей.

Несчастный льстец

Обычно энергетические вампиры этого типа рассказывают человеку о своей несчастливой жизни, вызывая к себе жалость, и, в то же время, подчеркивают какие-либо выдающиеся качества собеседника, демонстрируя свою любовь и уважение к нему. Обычно люди от такого «коктейля» психически расслабляются, и вампир получает возможность пополнить свои энергетические запасы.

Как защититься от энергетического вампира

Самый эффективный совет – это не поддаваться на провокации и не идти на конфликт. Но если этого избежать не удалось, то защититься от энергетического вампира можно, если придерживаться во время общения с ним следующих несложных правил:



- Переплетите пальцы обеих рук и положите руки на солнечное сплетение. Локти должны быть прижаты к бокам;
- Ноги тоже следует прижать друг к другу – так образуется замкнутая цепь;
- Энергетические вампиры часто пытаются добиться подчинения, глядя в глаза собеседника. Не пытайтесь его «переглядеть», но и не прячьте глаз – смотрите ему в переносицу.
- Научитесь защищаться от нападок энергетического вампира мысленно. Например, зная, что ваш будущий собеседник является таковым и общения не избежать, заранее постройте в мыслях между собой и им образ какой-либо преграды (кирпичной стены или стеклянной перегородки).
- Если нападение агрессивного энергетического вампира произошло внезапно, то на все его оскорбительные выпады опять же мысленно отвечайте «сам такой» или просто представьте его в смешном виде. Это очень эффективный способ защититься от энергетического вампира, так как настроенный на ваш страх вампир просто не сможет наладить психический контакт.

Физиотерапевтические способы защититься от энергетического вампира

Лучший способ восстановить запасы психической энергии после контактов с энергетическими вампирами – это вода и общение с природой. Поэтому старайтесь ежедневно гулять на свежем воздухе и принимать прохладный душ.