

ОТ АВТОРА
МГНОВЕННОГО
БЕСТСЕЛЛЕРА
«ЗАКОНЫ
ВСЕЛЕННОЙ»

Сергей Шейкин

СЕМЬ
ЭНЕРГИЙ
ДУШИ

Инструкция
по применению жизни

УДК 133
ББК 87.2
ШЗ9

Литературная обработка текста — *Тери Аболевич*

Шейкин, Сергей Сергеевич.

ШЗ9 Семь энергий души. Инструкция по применению жизни / Сергей Шейкин. — Москва : Эксмо, 2026. — 288 с. — (Книги-драйверы).

ISBN 978-5-04-241179-3

Мы часто ищем проблему не там, где стояло бы. Ощущаем «дыру» в груди и пытаемся заткнуть ее вещами, работой, скроллингом соцсетей и мимолетными связями. Но настоящая причина ноющей пустоты внутри — дефицит, который испытывает ваша душа.

Автор этой книги объясняет, что душу каждого из нас питают семь энергий: свободы, наслаждения, любви, гармонии, порядка, реализма и связи со Вселенной. Важно понять, какой из них вам не хватает, и добавить ее в свою жизнь. Тогда и только тогда вы почувствуете, как «дыра» затягивается и ваше существование наполняется смыслом. А заодно появляются силы для глубоких отношений, воспитания детей, работы с полной отдачей, радости и наслаждения каждым прожитым днем.

Сергей Шейкин — исследователь природы энергий человека с 12-летним стажем, автор книги «Законы Вселенной». Его метод соединяет рациональность и метафизику, помогая людям наводить порядок в жизни и бизнесе, становиться богаче, выбирать из вариантов и находить смысл и счастье.

УДК 133
ББК 87.2

© С. Шейкин, текст, 2026

© В. Вандакуров, фото, 2026

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

ISBN 978-5-04-241179-3

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	7
Глава 0. Душа: назначение и семь ее энергий.....	17
Глава 1. Энергия свободы	43
Глава 2. Энергия наслаждения	83
Глава 3. Энергия гармонии	135
Глава 4. Энергия любви	166
Глава 5. Энергия порядка	200
Глава 6. Энергия реализма.....	227
Глава 7. Энергия связи со Вселенной	260
Вместо заключения. Зачем мы вообще рождаемся	280

ВВЕДЕНИЕ

Вы знаете, что такое душа? Наверняка хоть раз задумывались. Можно следовать религии, быть идеалистом или материалистом, — это совершенно не важно. Практически каждый человек на планете имеет свое представление о душе. Оно обычно очень абстрактное и порождает только больше вопросов.

Где именно в организме находится душа, какие функции она выполняет?

Живет ли она вечно, и если да, то с чем она сталкивается? И что происходит с ней после смерти человека?

ВВЕДЕНИЕ

Если душа «болит», как ее лечить?

Люди становятся великими, потому что сделали великой свою душу?

И главное: как пользоваться своей душой? Это что-то «воздушное» и нереальное или она может быть инструментом для обычной жизни, как интеллект?

Отвечаю на последний вопрос: не только может, но именно им она и является.

Душа — это уникальный метафизический инструмент, позволяющий улучшить нашу повседневную жизнь, сделать ее гораздо легче.

И им можно научиться пользоваться.

Меня зовут Сергей Шейкин. Уже больше 12 лет я исследую природу энергий человека, эзотерику, рациональный мистицизм. Я не спорю с академической наукой и не подменяю ее, я лишь расширяю круг интересов — обращаюсь к чувствам, из которых рождается мысль, поступок, а следом появляется и результат. За все эти годы я проконсультировал тысячи людей и помог им наладить свою жизнь, научив следовать законам Вселенной. Об этом вы можете прочитать

ВВЕДЕНИЕ

в моей предыдущей книге, она так и называется — «Законы Вселенной»¹.

Я много лет наблюдаю, как мои клиенты налаживают отношения с миром на энергетическом уровне, — и в итоге добиваются успехов в бизнесе, находят любовь, узнают, что жизнь может быть радостной и приятной без преодоления сложностей и столкновения с миром... Конечно, я тоже задумывался о природе души. И о том, какую роль она играет в нашей жизни — не после смерти, не в моменты каких-то откровений, а **ежедневно**. Когда мы общаемся с близкими за обедом, ходим на работу к 9:00 или выбираем новую машину. Где в этот момент душа? Что ей нужно?

Расскажу вам историю.

Одна моя клиентка, назовем ее Светлана, на консультации пожаловалась, что полностью перестала чувствовать. У нее все было хорошо: муж и дети, успешная карьера, денег хватало. Жили дружно, все были здоровы. Но Светлана

¹ С. Шейкин. Законы Вселенной. Инструкция к счастливой жизни. — М: Бомбора, 2025 г. — 224 с.

ВВЕДЕНИЕ

не чувствовала себя полноценной, как будто внутри была какая-то пустота, которой не хватало любви. Ее это очень удивляло — супруг любит, дети тоже, да и она их. Но как она сама говорила:

— Мне не хватает какой-то другой любви, которая бы давала импульс, чтобы жить.

Внутри у моей клиентки не доставало чего-то, что дало бы ей стимул к развитию, к ощущению, что жизнь полноценна.

Ее душа требовала энергии любви.

Я отправил ее побыть волонтером в приюте для бездомных животных.

Теперь Светлана несколько раз в неделю меняла строгий костюм на потертую куртку и резиновые сапоги и шла прибираться в вольерах, выгуливать собак и «нянчить» кошек. Смотреть в их полные тоски, жадные до любви глаза и пытаться хоть немного наполнить их существование теплотой.

Уже через месяц ее чувства проснулись — расцвела любовь в семье, в жизнь вернулся смысл. Они с мужем взяли из приюта двух собак и теперь вместе с детьми заботятся о них.

Душа Светланы получила нужную энергию.

ВВЕДЕНИЕ

Главный вывод, который я сделал после многолетних исследований феномена души: это наш партнер, живущий параллельную с нами жизнь. Это компас, подсказывающий, каких энергий нам не хватает, где та брешь, в которую утекают силы и позитивные чувства.

Душа помогает нам принимать важные решения и зарабатывать деньги. Находить общий язык с людьми. Она берет управление в свои руки тогда, когда сдается ум.

Вспомните выражения из нашего богатого русского языка: «*сделано с душой*», «*поздравил от души*», «*душевно посидели*». Это высшая степень личного участия, как будто человек действительно заложил и передал частицу себя, своей энергии. И наоборот — нечто «*бездушное*» одним лишь словом ставит крест на ценности чего-либо.

В большинстве мировых культур душа — объект, который требует бережного отношения и сохранения здесь, в «земном» мире. Но никто не говорит, как именно этого достичь. Наше тело нуждается в заботе, и для этого существует медицина. Ухода и внимания просит ум, его здоровьем и ясностью занимаются психология и психиатрия.

ВВЕДЕНИЕ

А что с душой? Она слишком абстрактна, чтобы мы могли как следует о ней позаботиться. Но при этом наша душа умеет:

тревожиться

дышать

летать

радоваться

замирать

горевать

болеть

отчаиваться

оживлять

Вы наверняка чувствуете внутри себя некую неведомую силу, которую трудно постичь. Человек не понимает, как ее толком назвать, определить и главное — как применить в реальности. Эта сила иногда пугает, а бывает и так, что как будто мешает жить.

Приведу некоторые базовые мысли о душе, которые накопило человечество.

Согласно Платону, душа бессмертна и нематериальна. Она предшествует нашему существованию в физическом теле. До рождения душа созерцает идеи в нематериальном мире, а после, «вселяясь» в тело, забывает о них. Отсюда суждение Платона

ВВЕДЕНИЕ

о том, что все наши знания — лишь воспоминания об идеях, увиденных душой до воплощения.

Авраамические религии говорят нам, что душа — это частица Бога.

В Талмуде, своде правовых и религиозно-этических положений иудаизма, душа обозначена как отличная от тела человеческая часть, непосредственно созданная Богом. В христианстве она предстает божественной сущностью, носителем разума, чувств и воли («*троичность души*»). В исламе она описывается как нечто неосязаемое и непостижимое, то, что человеку не стоит и пытаться понять — не сможет.

Хорошо, религии не дают нам никакой конкретики. Как насчет ученых?

Американский медик и биолог Дункан Макдугалл в 1901 году решил доказать существование души. Свои научные опыты он проводил несколько лет в больнице для туберкулезников. На особую кровать, сделанную из промышленных весов, он клаал умирающих — от чахотки уходят тихо, что было на руку Макдугаллу. Он измерял их вес перед смертью и сразу после нее, разницу считая за вес души, покинувшей тело. Результаты были разные: от 22,4 до 14 граммов, в итоге Макдугалл вывел

среднее число, объявив, что вес души составляет около 21 грамма. В принципе, такой потере есть физиологические объяснения, но опровергнуть теорию Макдугалла попросту невозможно. Кстати, ставил эксперименты он и на собаках — и при этом никакой потери в весе не было.

Уверен, вы знаете еще десятки различных представлений о душе. И все они сводятся к одному: *нематериальна и непостижима*. Умрешь — вот и узнаешь. А может и нет.

Ни одна из известных концепций о душе — религиозных, философских, светских — не дает конкретного понимания, как интегрировать душу в повседневную жизнь.

И эту задачу я беру на себя. С помощью этой книги я помогу вам овладеть уникальным метафизическим инструментом, раскрыть потенциал, таящийся абсолютно в каждой душе. Эффективность этого инструмента сложно переоценить, особенно в контексте последних лет, когда все мы проходим через серьезные испытания. Мы перешагнули времена, когда нужно было выживать физически, спасаться от хищника или голода. Прошли эпоху разума, логики и всего материального, когда критерием успеха были только

ВВЕДЕНИЕ

богатство и дом с золотым унитазом. Сейчас люди обратились к чувствам, к самопознанию, психообразованию, к проживанию впечатлений — а значит, к энергиям души.

Душа — это неизвестный большинству людей ингредиент личностного и финансового развития, счастливой жизни. Вот, что возможно с ее помощью:

- перестать тревожиться и научиться доверять миру;
- обнаружить внутри себя выдающиеся идеи и реализовать их;
- стать гораздо богаче и заняться делом, приносящим не проблемы, а удовольствие;
- обрести и сохранить любовь;
- понять, чего на самом деле хочешь, — и получить это;
- создать нечто великое, оставить наследие этому миру;
- перестать зависеть от окружающих, обрести свободу;
- наслаждаться каждым днем вне зависимости от финансового положения или физического состояния;
- стать собой.