

СИСТЕМА «ИНФОРМАЦИОННОЕ РАЗВИТИЕ ЧЕЛОВЕКА»

В.М. БРОННИКОВ - ФЕКЛЕРОН - ВЕЙС

**ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ
СТУПЕНЬ
ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ
САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА**

«ЭКОЛОГИЯ ДУХА»
ТЕХНИКИ ЦИГУН
В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ СТУПЕНЬ
СОДЕРЖАНИЕ

• Предисловие «Путь к открытию скрытых способностей»	2
• Шафик Карагула «Прорыв к творчеству»	5
• Система «Начало-начал» духовного пути	7
• Вы это можете	18
• Система «Информационное развитие человека»	20
• Аннотация десяти упражнений	21
• Упражнение №1 – «Энергетический Шар»	26
• Упражнение №2 – «Перемещение Шара»	30
• Упражнение №3 – «Лучи из пальцев»	33
• Упражнение №4 – «Дыхание мыслью»	35
• Упражнение №5 – «Быстрый ветер»	37
• Упражнение №6 – «Лучи из глаз»	40
• Упражнение №7 – «Тонкоматериальное тело»	42
• Упражнение №8 – «Небо и Земля»	46
• Упражнение №9 – «Тяжесть и Лёгкость»	48
• Упражнение №10 – «Объемное восприятие реальности»	50
• Сверхсознание открытая и закрытая тема	55
• Новое о Сверхсознании	57
• Перечень литературы	62
• Первая Ступень «Экология Духа»	63
• Контакты	68



ПРЕДИСЛОВИЕ

ВВЕДЕНИЕ

ПУТЬ К ОТКРЫТИЮ СКРЫТЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Может ли человек воспринимать реальность за пределами привычных пяти чувств? Это звучит как фантастика, но исследования американского психиатра и нейрофизиолога Шафика Карагуллы доказывают, что сверхчувственное восприятие (СЧВ) — не мистический дар, а потенциальная способность каждого человека.

Шафика Карагулла не искала сенсаций и не стремилась доказать существование сверхъестественных сил. Её работа строилась на научных методах, строгом анализе и многолетних экспериментах. Она изучала людей, утверждавших, что могут "видеть" болезни или ощущать чужие эмоции на расстоянии. Работая с врачами, психологами и инженерами, Карагулла пыталась понять: является ли экстрасенсорика иллюзией или же скрытым механизмом восприятия, доступным каждому?

Результаты её исследований оказались удивительными. Некоторые испытуемые с высокой точностью определяли заболевания пациентов, даже если те сами о них не знали. Их "диагнозы" позже подтверждались медицинскими обследованиями. Карагулла пришла к выводу, что эти люди не являются уникальными феноменами или обладателями мистических даров. Напротив, она назвала их «сверхздоровыми» — у них была высокая концентрация внимания, устойчивая психика и развитая интуиция.

Но если СЧВ — это не мистика, а особенность работы мозга, почему наука до сих пор относится к этому скептически? Причины просты: отсутствие чёткого объяснения механизма работы сверхчувственного восприятия и сложность повторения экспериментов с одинаковыми результатами. Тем не менее, современные исследования в области нейронауки, квантовой физики и психологии постепенно подтверждают идеи Карагуллы.

Понимание сверхчувственного восприятия не только расширяет границы науки, но и даёт прикладные инструменты для работы с людьми. Для специалистов 1-й ступени программы «Экология Духа» изучение СЧВ становится важной частью профессионального и личностного развития.

НАУЧНЫЕ ПОДТВЕРЖДЕНИЯ СВЕРХЧУВСТВЕННОГО ВОСПРИЯТИЯ

Хотя официальная наука с осторожностью относится к теме экстрасенсорики, в последние десятилетия появилось множество исследований, подтверждающих существование интуитивного восприятия.

НЕЙРОНАУКА И ИНТУИЦИЯ

Исследования американского психолога Дэрила Бема показали, что человеческий мозг способен предчувствовать события за миллисекунды до их наступления. Этот феномен объясняется работой подсознания, которое анализирует окружающую среду быстрее, чем осознанное мышление.

Кроме того, Гэри Кляйн, изучая поведение опытных специалистов — врачей, военных, бизнесменов, — выявил, что многие из них принимают решения интуитивно, не осознавая, на чём основан их выбор. Их мозг мгновенно анализирует сложные ситуации и выдаёт ответ, минуя логический анализ.

ТЕЛЕПАТИЯ, ПРЕДВИДЕНИЕ И КВАНТОВАЯ ФИЗИКА

Существуют также исследования, указывающие на возможность передачи информации без прямого контакта. В проекте «Старгейт», который проводился ЦРУ с 1970 по 1995 год, изучалась способность людей воспринимать объекты и события на расстоянии. В лабораторииPEAR Принстонского университета было зафиксировано влияние мыслей человека на случайные генераторы чисел.



Квантовая физика также вносит свой вклад в понимание СЧВ. Эффект наблюдателя, при котором частицы ведут себя по-разному в зависимости от факта наблюдения, указывает на влияние сознания на материю. А явление квантовой запутанности, при котором связанные частицы мгновенно передают друг другу информацию, может объяснить феномен телепатии.

Эти исследования не дают окончательного ответа, но подтверждают, что сознание человека обладает возможностями, которые мы пока не до конца понимаем.

ПРИМЕНЕНИЕ СВЕРХЧУВСТВЕННОГО ВОСПРИЯТИЯ В ПРОФЕССИЯХ

Если сверхчувственное восприятие реально, где и как оно проявляется в жизни? Оказывается, многие специалисты используют его, даже не задумываясь об этом.

В МЕДИЦИНЕ

Опытные врачи часто «чувствуют» диагноз пациента ещё до проведения обследования. Они не полагаются на догадки — их мозг на основе минимальных данных (мимика, тон голоса, поведение) мгновенно выдаёт предположение, которое затем подтверждается анализами.

Существуют также случаи, когда люди без медицинского образования утверждали, что могут видеть болезни в энергетическом поле человека, и их предположения оказывались верными. Это может означать, что у некоторых людей восприятие тонких сигналов организма более развито.

В БИЗНЕСЕ

Многие известные предприниматели, такие как Стив Джобс и Илон Маск, признавались, что важные решения принимали на основе интуиции. Опытные трейдеры, работающие на фондовом рынке, часто «чувствуют» грядущие изменения и принимают решения, которые кажутся необоснованными, но приносят успех.

В ТВОРЧЕСТВЕ

Художники, учёные, писатели нередко говорят, что их идеи приходят внезапно, как озарение. Сальвадор Дали использовал особые техники, чтобы поймать моменты между сном и бодрствованием, когда подсознание наиболее активно. Альберт Эйнштейн говорил, что его научные открытия были продиктованы скорее интуицией, чем логикой.

Таким образом, сверхчувственное восприятие проявляется во многих сферах жизни и может быть полезным инструментом для профессиональной деятельности.

РАЗВИТИЕ СВЕРХЧУВСТВЕННОГО ВОСПРИЯТИЯ

Если СЧВ — это скрытая способность мозга, значит ли это, что её можно развить? Многие исследования и практики подтверждают: да, можно.

МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ ИНТУИЦИИ

- **Медитация и работа с вниманием** — помогают успокоить ум и услышать внутренние сигналы организма.
- **Тренировка предчувствия** — записывать утром догадки о событиях дня и вечером проверять их точность.
- **Развитие сенсорной восприимчивости** — учиться чувствовать настроение и состояние людей без слов.
- **Практика телепатии** — работать в парах, мысленно передавая образы и проверяя их восприятие.

Эти методы входят в программу «Экология Духа» и помогают специалистам 1-й ступени осваивать навыки тонкого восприятия.



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Сверхчувственное восприятие — это не мистика, а забытая способность, которую можно тренировать и развивать. Исследования Шафика Карагуллы и других учёных показывают, что интуиция, предвидение и тонкое восприятие реальности — это естественные процессы работы мозга.

Для специалистов 1-й ступени программы «Экология Духа» изучение СЧВ важно не только с теоретической точки зрения. Развитие этих навыков помогает глубже понимать принципы сознания, тонкие энергии и улучшает способность взаимодействовать с людьми.

Будущее сверхчувственного восприятия ещё предстоит изучить, но уже сегодня ясно одно: это мощный инструмент, который может изменить нашу жизнь.

ШАФИК КАРАГУЛЛА «ПРОРЫВ К ТВОРЧЕСТВУ»

Шафика Карагулла — американский профессор и психиатр, известная своими исследованиями в области экстрасенсорного восприятия (сверхчувственного восприятия). Она посвятила восемь лет изучению феноменов человеческих способностей, таких как предвидение, ясновидение, вещие сны и способность видеть энергетические поля для диагностики болезней и оказания помощи. В своей книге «Прорыв к творчеству: Ваше сверхчувственное восприятие» Карагулла описывает экспериментальные данные, которые показывают, что способности к сверхчувственному восприятию существуют и могут быть развиты

КАКОВЫ ПРИЧИНЫ?

Причины, побудившие Шафику Карагуллу заняться исследованием сверхчувственного восприятия, включают несколько ключевых факторов:

1. **Наблюдения в психиатрии:** В течение своей работы с психически больными Карагулла столкнулась с явлениями, которые не укладывались в традиционные рамки психиатрии. Её опыт работы с больными, страдающими галлюцинациями и другими нарушениями, подтолкнул её к осознанию, что существуют состояния и восприятия, не связанные с патологией, но все же выходящие за рамки обычного.
2. **Открытие группы «сверхздоровых»:** Карагулла пришла к пониманию, что некоторые люди обладают способностями, которые не укладываются в традиционное представление о норме. Эти люди, по её словам, адаптировались к восприятию вибраций и энергии вокруг них, что она расценила как потенциальную эволюционную адаптацию. Это открытие вдохновило её на исследование этих уникальных способностей.
3. **Поиск новых объяснений для малоизученных феноменов:** Как учёный, Карагулла была заинтересована в разграничении суеверий и подлинных экстрасенсорных способностей, которые могли бы быть частью человеческого потенциала. Её профессиональное стремление понять природу и границы человеческого восприятия, а также определить, можно ли развивать такие способности, стало мощным мотиватором.
4. **Эволюционная перспектива:** Карагулла предполагала, что сверхчувственное восприятие может быть частью эволюционного процесса, через который люди адаптируются к изменяющимся условиям окружающей среды. Эта теория стимулировала её продолжать исследования, чтобы понять, может ли это восприятие стать «новым чувством вибрации» для человечества.

В совокупности эти причины заставили Карагуллу углубиться в изучение и документирование экстрасенсорных способностей, которые, по её мнению, могли не только обогатить науку, но и помочь людям раскрыть их скрытые потенциалы

КАКИЕ БЫЛИ СПОСОБЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Шафика Карагулла применяла несколько методов в исследовании сверхчувственного восприятия (СЧВ) и экстрасенсорных способностей:

1. **Интервью и наблюдения:** Карагулла лично встречалась с людьми, обладающими СЧВ (экстрасенсами или сенситивами), и проводила с ними интервью, чтобы детально узнать о их опыте и способности. Она фиксировала их рассказы, сравнивала наблюдения с медицинскими и научными данными, а также наблюдала их поведение и проявления экстрасенсорных способностей в различных ситуациях.
2. **Тестирование диагностических способностей:** Для проверки способностей к «видению» энергетических полей и диагностике заболеваний Карагулла проводила

эксперименты, в ходе которых экстрасенсы описывали внутренние состояния пациентов, с которыми они не были знакомы. Результаты таких описаний она сверяла с медицинскими данными, чтобы проверить точность их наблюдений.

3. **Работа с документами и отчетами:** Она изучала архивные данные и документы, включая случаи, задокументированные другими исследователями и организациями, которые занимались подобной тематикой. В частности, её заинтересовал опыт Эдгара Кейса и других известных экстрасенсов, которые уже имели подтверждённые случаи сверхчувственного восприятия.
4. **Эксперименты с влиянием на физические объекты:** Карагулла проводила эксперименты с сенситивами, которые утверждали, что могут воздействовать на физические объекты, такие как фотоаппараты и пленка. Некоторые сенситивы демонстрировали способность влиять на фотопленку или изображение на ней через концентрацию внимания или «мысленный послыл», и Карагулла фиксировала результаты этих опытов.
5. **Наблюдение за «полевыми» эффектами:** Она также исследовала влияние сенситивов на окружающих людей, когда те испытывали эмоциональные или физические изменения. Например, она анализировала влияние эмоциональных состояний и энергетических полей, возникающих у людей, на их окружение, наблюдая за изменениями в поле восприятия других людей.

Эти методы были направлены на поиск доказательств существования СЧВ и выявление конкретных условий, в которых проявляются экстрасенсорные способности

ВЫВОД

Вывод исследования Шафики Карагуллы о сверхчувственном восприятии можно сформулировать следующим образом:

Работа Карагуллы указывает на то, что сверхчувственное восприятие (СЧВ) может быть реальной способностью, присущей некоторым людям, и представляет собой потенциальную эволюционную адаптацию. Она обнаружила, что среди обычных и психически больных людей существует группа, обладающая необычными, «сверхздоровыми» способностями, которые позволяют воспринимать энергетические и вибрационные уровни реальности, недоступные обычным чувствам.

Её исследование показывает, что такие способности как ясновидение, телепатия, и диагностика через «видение» внутренних состояний тела могут быть более распространены, чем предполагалось ранее, и представляют собой не просто исключительные способности отдельных людей, но возможный скрытый резерв человека. Карагулла пришла к выводу, что сверхчувственное восприятие — это не аномалия, а естественная часть человеческого потенциала, которая требует дальнейшего научного изучения и признания.



ВВЕДЕНИЕ В СИСТЕМУ «НАЧАЛО-НАЧАЛ» ПУТЬ К РАСКРЫТИЮ СКРЫТЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ЧЕЛОВЕКА

ВВЕДЕНИЕ

В современном мире, в котором научно-технический прогресс и обилие информации растут в геометрической прогрессии, люди всё чаще задумываются о том, как эффективно использовать ресурсы своего сознания и тела. Напряжённый ритм жизни, высокие требования к продуктивности и общий стресс подталкивают нас к поиску методов саморазвития, которые позволят раскрыть дополнительные внутренние резервы. С первых же шагов освоения системы «Начало-Начал», разработанной В.М. Бронниковым-Феклероном, ученики видят, как в их повседневную жизнь начинает проникать ощущение внутренней стабильности, растёт осознанность в теле, улучшается самочувствие и формируется более глубокое понимание себя и окружающего мира.

Уже на первоначальном этапе занятий люди замечают, насколько богаты и разнообразны способности человеческого организма. Ведь методики, направленные на развитие так называемых фантомных чувств, помогают почувствовать не только собственные энергетические ресурсы, но и тонкие процессы, ранее скрытые от обыденного восприятия. Тренируя навыки внутренней работы, участники начинают глубже понимать свои эмоциональные реакции и приобретать уверенность в возможностях самокоррекции: это отражается на качестве сна, настроении и общем психофизическом состоянии. Вместе с тем укрепляется взаимосвязь между внутренним миром человека и внешними факторами: повышается чувствительность к пространству, что создаёт фундамент для дальнейшего духовного роста.

ЧТО ТАКОЕ СИСТЕМА «НАЧАЛО-НАЧАЛ»?

Система «Начало-Начал» — это целостная программа, объединяющая в себе многопрофильные подходы к гармоничному развитию человека. Главное в ней — формирование первичных навыков осознанного управления собственной энергией и раскрытие резервов фантомных чувств, которые выражаются не только в более точном восприятии мира, но и в умении быстро «включать» или «выключать» нужное состояние для саморегуляции. Секрет её эффективности кроется в сочетании научных исследований нейропсихологии с многовековыми духовными традициями.

Фокус системы не столько в том, чтобы научить человека новым движениям или упражнениям, сколько в глубинной перестройке отношения к себе и внешней реальности. По мере развития первичных навыков осознанности ученики выходят на качественно иной уровень самопознания: растёт способность замечать тонкие изменения в организме, отслеживать эмоциональный фон, управлять напряжением и расслаблением в теле. Эти постепенные изменения в психофизическом состоянии становятся важным шагом к обретению более целостного и гармоничного восприятия мира.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ СТУПЕНЬ: ПЕРВЫЙ ШАГ К ПРЕОБРАЗОВАНИЮ

Сердцем любой методики развития является начальный этап, формирующий фундамент будущих достижений. В системе «Начало-Начал» этот этап называется подготовительной ступенью и закладывает основу, на которой строятся дальнейшие улучшения. Он включает десять ключевых упражнений, каждое из которых последовательно раскрывает разные аспекты чувственного и энергетического восприятия, формируя у ученика базовый «стержень» развития.

1. **«Энергетический Шар».** Направлен на установление контакта со своей внутренней энергией. Практикующий учится вызывать и ощущать уплотнённый поток между ладонями, осознавая при этом, как мысль и внимание влияют на формирование

- «шара». Это упражнение сразу даёт осознание того, что сознание способно напрямую формировать и корректировать внутренние состояния.
2. **«Перемещение Шара».** Развивает чувствительность тела и умение направлять энергопотоки по различным участкам организма. Благодаря этому люди начинают лучше понимать своё физическое состояние, быстро замечать блоки и зажимы и работать с ними, восстанавливая естественный энергетический баланс. Такой процесс положительно сказывается на общем самочувствии, помогая укрепить мотивацию к дальнейшей работе.
 3. **«Лучи из пальцев».** Показывает, что пальцы рук способны излучать потоки, используемые для тонкого взаимодействия с объектами. Это наглядно демонстрирует, насколько наши органы чувств и само восприятие могут расширяться. Ученики, осваивая эту технику, начинают острее чувствовать изменения внешней среды и своё внутреннее состояние.
 4. **«Дыхание мыслью».** Даёт базовые навыки управления вниманием и суггестивной силой. Когда человек учится «дышать» энергией, наполнять себя силой или, напротив, выпускать излишнее напряжение, он открывает ключ к быстрой саморегуляции. Постепенно такая практика укрепляет внутренний баланс и позитивно отражается на общей энергетике.
 5. **«Быстрый ветер».** Укрепляет физические и психические функции, активируя состояние «второго дыхания». По сути, это перепрограммирование ощущений, которое помогает задействовать скрытые резервы выносливости и силы. Многие замечают, что после освоения этой техники повышается выработка жизненного тонуса и появляется бодрость, помогающая справляться со стрессами.
 6. **«Лучи из глаз».** Подразумевает не только работу с органом зрения, но и осознание того, что глаза человека — генераторы особого лептонного излучения, способного оказывать влияние на пространство и даже на других людей. Эта техника вносит вклад в развитие коммуникативных навыков: люди учатся лучше считывать эмоциональные сигналы собеседников и при этом не допускать утечки собственной энергии.
 7. **«Тонкоматериальное тело».** Здесь человек осознаёт, что он состоит не только из физического тела, но и из тонкой нематериальной оболочки. Формирование чувства этой оболочки ведёт к более глубокой связи с миром, усиливая чувство самооценности и единства с окружением. По мере тренировок в жизни начинает ярче проявляться ощущение лёгкости и свободы движений.
 8. **«Небо и Земля».** Ориентировано на понимание того, что человек постоянно взаимодействует с космическими и земными потоками энергии. Правильная циркуляция этих потоков внутри тела даёт внутренний ресурс для роста и развития. При этом укрепляется общий энергетический «стержень» личности, а сама практика сказывается на эмоциональной уравновешенности.
 9. **«Тяжесть и Лёгкость».** Учит управлять состоянием тела путём осознанного изменения «плотности» ощущений. Это не только даёт умение расслабляться глубже и быстрее, но и учит быть гибким, воспринимая тело как динамическую систему. Осваивая эту технику, человек гармонизирует своё внутреннее пространство, укрепляя чувство уверенности и спокойствия.
 10. **«Объёмное восприятие реальности».** Завершающее упражнение подготовительной ступени, развивающее многомерное видение окружающего мира. Благодаря ему практикующий начинает мыслить более глобально, выходя за рамки узконаправленных интересов и осознавая себя частью единого целого. В результате постепенно нарабатывается новое состояние сознания, которое удерживается и в обычной жизни.

ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?

Современное общество всё чаще страдает от перегрузок и хронических стрессов, что препятствует полноценному раскрытию личностного потенциала. Методики системы «Начало-Начал» помогают ученикам шаг за шагом выстраивать первичные навыки саморазвития, которые в совокупности дают заметные результаты:

- **Улучшение самочувствия:** стабилизируется энергетический баланс, исчезают проблемы с постоянной усталостью и эмоциональными перепадами.
- **Повышение осознанности:** люди быстрее замечают блоки в теле, осознают свои психологические реакции и учатся их мягко корректировать.
- **Более глубокое взаимодействие с реальностью:** расширяются границы восприятия, растёт чувствительность к тонким сигналам извне.
- **Устойчивость к внешним факторам:** обретенные навыки позволяют легче справляться со стрессом и оставаться внутренне уравновешенными в напряжённом ритме жизни.
- **Формирование нового взгляда на собственную роль в мире:** понимание собственных возможностей и раскрытие творческого начала ведёт к усилению мотивации для дальнейшего духовного роста.

ДЛЯ КОГО ПРЕДНАЗНАЧЕНА ЭТА СИСТЕМА?

Практиковать «Начало-Начал» могут люди самых разных возрастных категорий и профессий. Важно лишь желание уделить время осознанной работе над собой и готовность принять новые, порой необычные для западной традиции идеи. Система гибко подстраивается под уровень и задачи практикующего, позволяя кому-то сосредоточиться на оздоровительных аспектах, а кому-то — развивать экстрасенсорные качества.

С точки зрения формирования «общего итога» развития, уже на первых тренировках каждый участник видит, как его тело и ум начинают взаимодействовать более слаженно. Упражнения, адаптированные под индивидуальные особенности, помогают формировать у ученика устойчивую базу для дальнейших открытий. Так, люди отмечают, что осознают новые пути решения проблем, более чётко формулируют цели и видят конкретные шаги к их достижению.

РАЗВИТИЕ ПЕРВИЧНЫХ НАВЫКОВ

Осваивая перечисленные упражнения в рамках подготовительной ступени, ученики параллельно укрепляют сразу несколько ключевых сфер психофизического роста. Во-первых, заметно возрастает общий энергетический потенциал: повышается жизненный тонус и работоспособность, исчезают последствия хронической усталости. Во-вторых, по мере накопления опыта в «включении» и «выключении» различных состояний приходит умение быстро адаптироваться к внешним условиям и мягко регулировать внутренний баланс.

Нарастает и осознанность тонкоматериальных процессов, позволяя человеку иначе смотреть на сложные жизненные ситуации: меняется отношение к конфликтам, появляется чувство уверенности в своих силах и возрождается мотивация к личностному росту. Тренируя навыки внутренней работы, каждый учащийся ощущает более тонкую связь с другими людьми и окружающим пространством. Итогом такого комплексного развития становится формирование целостной, зрелой личности, способной взять ответственность за своё состояние и продолжать развиваться дальше.

Подготовительная ступень «Начала-Начал» — это отправная точка грандиозного пути в глубины человеческого потенциала. Здесь рождается прочный фундамент, который по мере дальнейшей практики будет «обрастать» всё более сложными и утончёнными техниками. Таким образом, овладение базовыми упражнениями позволяет по-новому почувствовать собственное тело, обрести эмоциональную стабильность и многомерное видение мира. И уже эти результаты прокладывают дорогу к более широким возможностям — ведь в человеке изначально заложен огромный потенциал, ждущий момента, чтобы проявиться во всей полноте.

СИСТЕМА «НАЧАЛО-НАЧАЛ»

В своей основе система «Начало-Начал» охватывает весь объем существующего — от микро- до макрокосмоса, от α до Ω . И этот потенциал изначально заложен в каждом человеке. Духовный путь требует от нас вспомнить, осознать и овладеть этим внутренним объемом. Различие между людьми состоит в том, что для одних эта память о скрытых возможностях становится важной, начинает тревожить и направлять их. Такое стремление к познанию проявляется в человеке как Ати-Йога. Существуют также люди, которым ничего не нужно — они живут в своем ограниченном объеме, и этого им достаточно.

В природе и в космосе существует баланс: 20% людей ищут смысл и развитие, в то время как 80% составляют своего рода балласт, которым ничего не нужно. Каждый должен определить для себя, к какой категории он принадлежит. Этот выбор — вопрос личного пути, его можно сравнить с «камнем у трех дорог».

Первый пример «Выбор цели»:

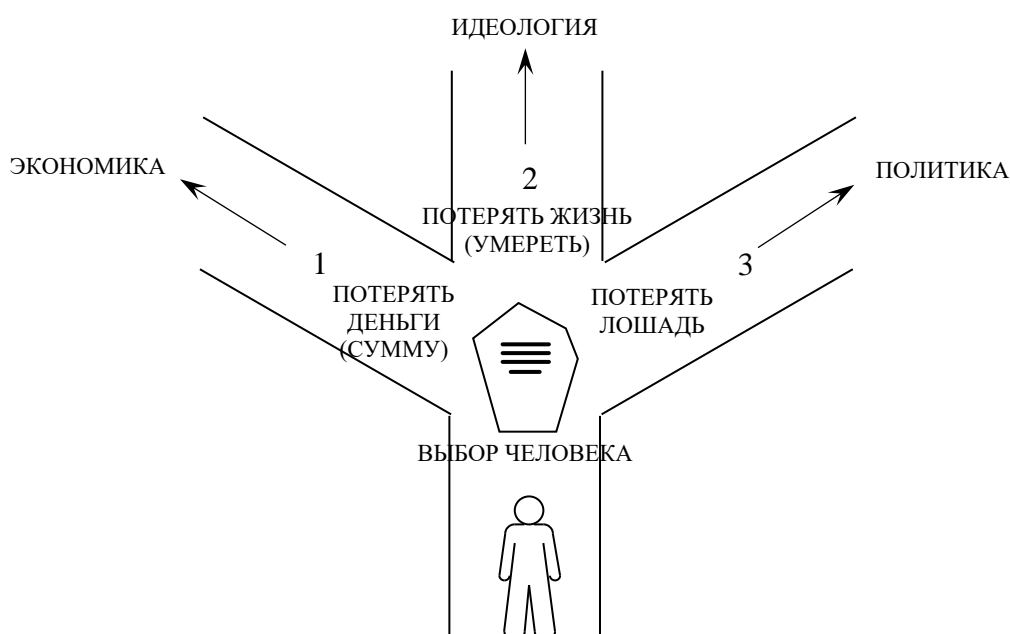


Схема иллюстрирует концепцию «Выбор цели», в которой человек стоит перед тремя путями, каждый из которых связан с определенной областью жизни и предполагает определенные потери или жертвы.

1. **Путь Экономики** — символизирует материальные аспекты жизни. Этот выбор связан с возможностью потерь в виде финансов или имущества. Выбирая этот путь, человек принимает на себя риск «потерять деньги» или понести экономические убытки.
2. **Путь Идеологии** — здесь выбор более духовный или ценностный, связанный с идеями и убеждениями. Этот путь предполагает максимальную жертву — «потерять жизнь» (умереть). Это метафорическое указание на преданность идеалам или миссии, ради которых человек готов пожертвовать собой.
3. **Путь Политики** — относится к социальным аспектам и власти. На этом пути человек рискует «потерять лошадь», что символически обозначает потерю ресурсов, инструментов или средств передвижения, необходимых для достижения целей. В политическом контексте это может означать утрату поддержки или возможностей.

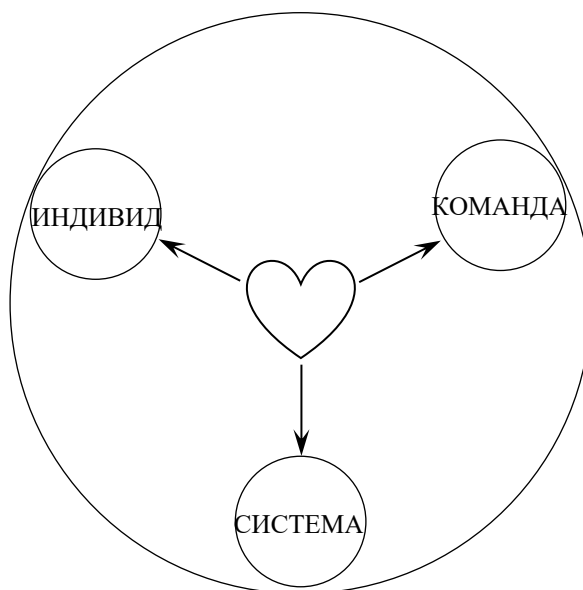
Схема предлагает каждому определить свой путь, исходя из личных приоритетов и готовности к определенным потерям. Она показывает, что любой значимый выбор требует

жертв и что различные цели связаны с разными аспектами жизни: экономикой, идеологией и политикой.

Эта концепция также иллюстрирует идею постоянной трансформации и роста человека. Каждый из представленных путей — экономика, идеология и политика — подразумевает определенные потери, которые необходимы для личного роста и обновления.

Основная мысль заключается в том, что каждый день человек как бы «умирает» и возрождается заново, проходя через процесс изменений. Постоянное развитие, переосмысление целей и принятие трудных решений — это естественный процесс обновления. Если же человек избегает изменений, не делает выборов и не идет по одному из этих путей, то он, образно говоря, «идет на пенсию» и прекращает расти, что постепенно ведет к духовной или личностной смерти. Этот закон природы подчеркивает важность непрерывного движения вперед и обновления через трансформацию и жертвы.

Второй пример «Ориентация сердца на три процесса»:



Второй пример — «Ориентация сердца на три процесса» — продолжает тему выбора и направленности, показывает, как человеческое сердце может быть ориентировано на три основные области: **Индивид**, **Команда** и **Система**.

1. **Индивид** — это ориентация на самого себя, свои личные цели, потребности и внутренние устремления. Сюда относится саморазвитие, личностный рост и реализация индивидуальных амбиций. Человек, ориентированный на себя, стремится к укреплению личной силы и осознанию своих возможностей.
2. **Команда** — это ориентация на взаимодействие с другими людьми, ближайшее окружение, коллективные цели и совместные задачи. Ориентация на команду требует от человека готовности к сотрудничеству, поддержке и достижению общей цели вместе с другими.
3. **Система** — это ориентация на более крупную структуру или организацию, частью которой является человек. Это может быть общество, государство или любая другая система, в рамках которой индивид занимает определенную роль. Ориентация на систему подразумевает принятие общей структуры и работу на благо более широкого контекста, чем просто личные или командные интересы.

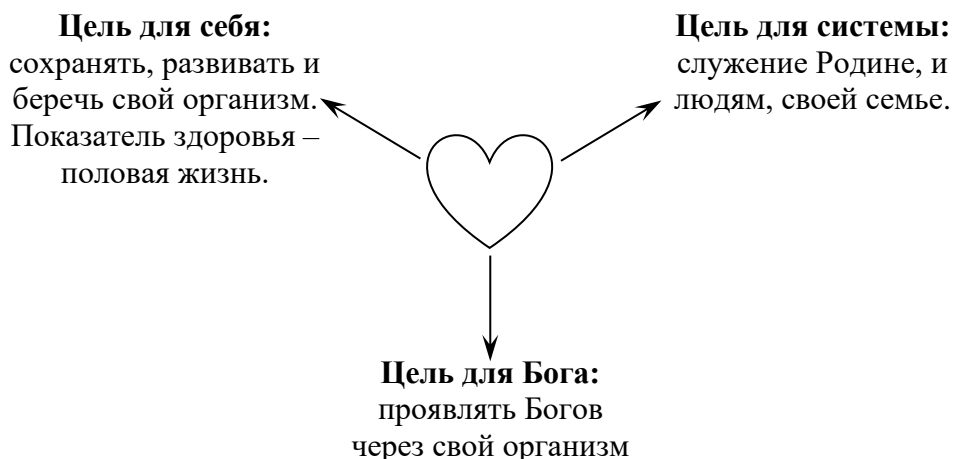
В отличие от первого примера с тремя дорогами, где каждый путь предполагает жертвы и требует однозначного выбора, второй пример показывает, как можно одновременно направлять своё сердце на три области. Этот баланс позволяет человеку гармонично развиваться и находить правильное соотношение между личными интересами,



командной работой и служением системе, создавая устойчивую внутреннюю и внешнюю гармонию.

ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА НАРУШЕНИЕ ОРИЕНТИРОВ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА ДЛЯ САМОРЕАЛИЗАЦИИ, САМОРАЗВИТИЯ И САМОСОХРАНЕНИЯ.

На пути духовного развития и преобразования человек должен иметь три цели, которые рождаются из сердца, и выстраивать три ключевых направления ориентации и роста. Эти направления помогают создавать гармонию в жизни и развиваться целостно, уделяя внимание не только личным задачам, но и коллективным устремлениям, а также



системным интересам.

Система жизненных целей:

1. **Цели для себя** — включают заботу о собственных потребностях, особое внимание уделяется половой жизни. Это направление связано с поддержанием физического и эмоционального здоровья, а также с осознанием и удовлетворением своих личных стремлений.
2. **Цели для людей** — направлены на служение окружающим, что создает баланс и укрепляет связи с обществом, семьей и командой. Это аспект ответственности за коллективное благополучие, включающий готовность помогать другим и взаимодействовать с сообществом.
3. **Цели для Бога** — стремление проявлять божественные качества через себя. Это путь самопознания и духовного роста, связанный с осознанием высшего предназначения и выражением божественной энергии в мире.

Человек должен заботиться о себе, развиваться и ставить личные цели. Одновременно с этим он должен уделять внимание семье и команде, а также стремиться охватывать своим вниманием божественные процессы, выполняя своё духовное предназначение.

Только при условии, что человек одновременно охватывает все три направления — личное, коллективное и божественное, — он может достичь гармоничного и здорового развития. Такой подход позволяет человеку реализовывать себя в трех сферах жизни — личной, социальной и духовной, — что ведет к внутреннему равновесию, крепкому здоровью и значительному запасу жизненных сил и времени.

Чтобы достичь такого уровня ориентации, предлагается освоить первую ступень «Экология Духа», направленную на развитие энергетики и овладение фантомными чувствами. Это помогает восстановить жизненные силы и укрепить энергетический потенциал.

Для понимания своей духовной сущности и жизненного пути проводится диагностика «Предназначения». В.М. Бронников совместно с экспертом-диагностом через сердце

человека выходит на структуру голограммы его Предназначения и исследует её. По результатам диагностики человек, работая с объектами своей голограммы, постепенно раскрывает своё сердце, шаг за шагом приближаясь к истинному пути.

Кроме того, состояние сердца может быть связано с нижним энергетическим центром, что отражает необходимость гармонии в половой жизни и гармоничных взаимоотношений между мужчиной и женщиной.

Третий пример «Объем пространства восприятия»:



Примечание:

- α – всеобщее «Начало-Начал»
- Ω – всеобщее «Начало-Начал»
- НМП – нематериальное пространство.
- ММП – материальное пространство.

Третий пример — «Объем пространства восприятия» — дополняет предыдущие схемы, показывая, как человек может расширять свое восприятие через уровни духовного продвижения. На схеме изображены семь концентрических кругов, представляющих семь объемов пространства, через которые проходит человек, продвигаясь по пути духовного развития.

1. **Центральная область** — это начальная точка, обозначенная как «Начало-Начал» (α и Ω), единая для всех существ. Она символизирует исходное состояние сознания и восприятия, доступное каждому человеку.
2. **Индивидуальные уровни** — обозначены цифрами 1-5 на горизонтальных и вертикальных осях, делящих пространство на четыре сектора. Эти уровни представляют разные стадии развития восприятия и осознания, начиная от более ограниченных, связанных с материальным пространством (ММП), и переходя к нематериальному пространству (НМП).
3. **Семь объемов пространства** — каждый круг от центра к периферии символизирует расширение восприятия и понимания реальности. Чем дальше человек продвигается, тем большее пространство и уровни он охватывает своим сознанием. Достижение внешних кругов указывает на более высокий уровень духовного развития и способности воспринимать более глубокие аспекты мира.
4. **Круг как духовное продвижение** — внешний круг символизирует достижение полного духовного прогресса, когда восприятие охватывает как материальное, так и нематериальное пространства. Это состояние, при котором человек способен воспринимать всю полноту бытия, выходя за пределы индивидуального восприятия и становясь частью всеобщего.

В этом примере человек, начиная с базового уровня, проходит через ступени восприятия, соединяя материальное и нематериальное, и в конце достигает целостного понимания. Эта схема подчеркивает идею, что духовное развитие требует расширения границ восприятия от индивидуального уровня к всеобщему, с достижением баланса между материальным и духовным аспектами существования.



Третий пример, «Объем пространства восприятия», связан с первыми двумя примерами через идею постепенного расширения человеческого сознания и достижения гармонии путем освоения различных направлений и уровней восприятия.

1. **Связь с первым примером («Выбор цели»):** В первом примере человеку предлагается сделать выбор между тремя путями (экономика, идеология, политика), каждый из которых требует определенных жертв. Этот выбор символизирует важность осознанного направления усилий на пути духовного роста. Третий пример расширяет эту идею: после выбора человек начинает движение по пути духовного развития, проходя через разные уровни восприятия, что позволяет ему выйти за рамки начальных ограничений и охватить более глубокие и всеобъемлющие уровни реальности.
2. **Связь со вторым примером («Ориентация сердца на три процесса»):** Второй пример подчеркивает важность гармоничного внимания к трем направлениям — себе, команде и системе. Этот баланс является основой для расширения сознания и восприятия. Третий пример развивает эту концепцию: человек, гармонично направляющий своё внимание на три аспекта жизни (личное, коллективное и божественное), начинает проходить через более высокие уровни духовного восприятия, представленные в виде семи объемов пространства. Только в состоянии баланса между своими целями, интересами команды и высшими духовными задачами (согласно второму примеру) он может полноценно продвигаться по этим уровням.
3. **Объединяющая концепция:** В первом примере подчеркивается важность осознанного выбора, во втором — гармонии между различными аспектами жизни. Третий пример показывает, что именно эти выборы и сбалансированное внимание ко всем важным аспектам позволяют человеку расширить своё восприятие, выйти за рамки индивидуальных уровней и достичь полного духовного развития. Третий пример является как бы финальной целью, к которой человек стремится, сначала осознанно выбирая свой путь (первый пример), затем гармонично развивая все аспекты своей жизни (второй пример), и, наконец, проходя через уровни духовного восприятия к целостному пониманию бытия.

Все три примера показывают последовательные этапы духовного роста: выбор направления, выстраивание гармонии между тремя аспектами жизни и, наконец, расширение восприятия до всеобъемлющего уровня.

НЕМАТЕРИАЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО	ПРОМЕЖУТОЧНОЕ «БАРДО» ПРОСТРАНСТВО	МАТЕРИАЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО

Четвертый пример «Три лица Бога»:

Четвертый пример, «Три лица Бога», дополняет предыдущие примеры, предлагает трехуровневую модель восприятия, включающую **Материальное пространство**, **Бардо-пространство** и **Нематериальное пространство**. Эта схема показывает, как человек может взаимодействовать с разными уровнями реальности, достигая более глубокого понимания бытия.

1. **Материальное пространство** — это физический мир, в котором человек существует в обычном (бодрствующем) состоянии сознания. Здесь действуют законы физики, а все объекты и явления могут быть зафиксированы органами чувств или научными приборами. Это мир, в котором человек воплощает цели для себя, заботясь о материальных потребностях и физическом развитии. Связь с первым



примером здесь заключается в выборе материальных целей и ресурсов, что также требует жертв и решений.

2. **Бардо-пространство** — это промежуточный уровень, связующий материальный и нематериальный миры – пространство Идей. Оно действует как переходная область, через которую сознание перемещается между различными состояниями — бодрствованием и сном, жизнью и смертью. В контексте второго примера, ориентированного на баланс между собой, командой и системой, Бардо-пространство символизирует промежуточное состояние, где человек учится взаимодействовать с символами, сущностями и переживаниями, отражающими коллективные и духовные аспекты. Здесь человек может исследовать опыт взаимодействия с командой и обществом, развивая служение и гармонию.
3. **Нематериальное пространство** — это пространство проектирования событий. В третьем примере эта сфера соответствует высшим уровням пространства восприятия, которые человек достигает через проектирования своего духовного продвижения, расширяя сознание и охватывая более глубокие слои реальности. В этом пространстве человек реализует божественное предназначение — цель для Бога, проявляя божественные качества через себя.

Эти три пространства вместе формируют целостную систему, в которой человек может развиваться, осознавая разные уровни своего бытия и достигая гармонии между материальным, промежуточным и нематериальным. Четвертый пример объединяет и расширяет концепции предыдущих схем, показывая, что духовный путь включает не только выбор целей и ориентацию на разные процессы, но и интеграцию многослойной реальности, в которой человек может реализовать своё предназначение на всех уровнях.

ТРИ ЦЕЛИ СЕРДЦА БАЛАНС ЛИЧНОГО, СИСТЕМНОГО И БОЖЕСТВЕННОГО

На пути духовного развития сердце держит три цели и три направления роста: **для себя** — сохранять и развивать организм; **для людей и системы** — служить семье, команде и обществу; **для Бога** — проявлять божественное через себя и проектировать события. Гармония возникает при их одновременной включённости: личное здоровье и сила, социальная ответственность и вклад, духовная мера и этика действия собирают жизнь в целое. Любой перекос ведёт к распаду ориентиров, а сердце первым сигнализирует о рассинхронизации. Задача человека — удерживать баланс трёх опор и ежедневно подтверждать его делом.

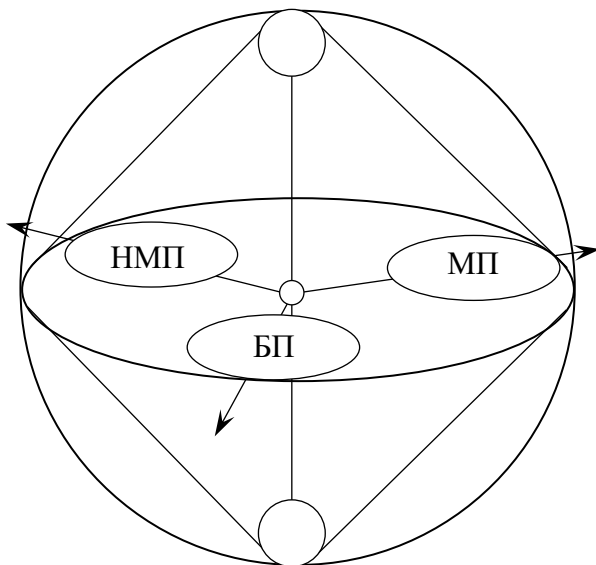
См. также: Экология Духа (телесно-энергетическая опора); Гармонизация сердца (согласование трёх векторов); Диагностика Предназначения (проектирование событий, божественная опора).

«Три цели сердца: для себя — организм; для людей/системы — служение; для Бога — проявление. Гармония — в одновременности трёх».

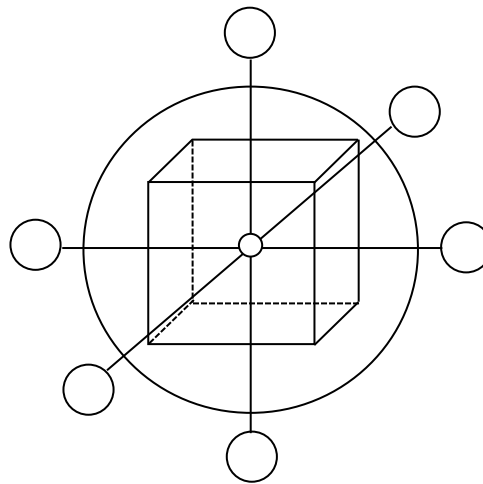
ЕЖЕДНЕВНЫЙ ЧЕК-ЛИСТ СЕРДЦА

Вектор	Контрольный вопрос дня
Для себя	Что я делаю сегодня для сохранения и развития организма?
Для людей/системы	Чем я сегодня полезен семье, команде и обществу?
Для Бога	Как сегодня через меня проявляются боги?

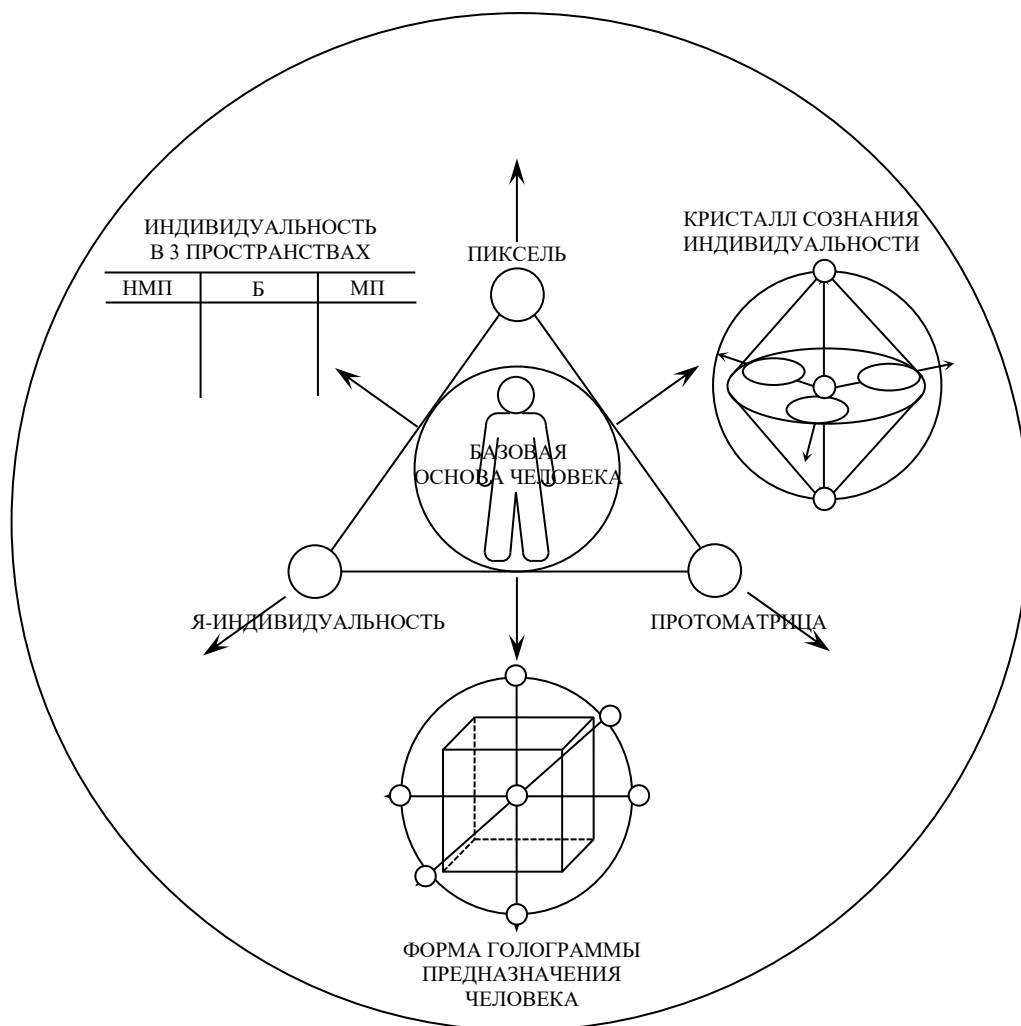
Пятый пример «Кристалл Сознания»



**Шестой пример
«Форма голограммы предназначения человека»**



Седьмой пример «Первое Начало-начал»





ПРИЛОЖЕНИЕ. ДИАГНОСТИКА ТРЁХ ОПОР (ежедневная/еженедельная)

Опора / Уровень	Индикатор 1	Индикатор 2	Индикатор 3	Оценка (1–5)
Телесно-энергетическая	Ритм	Сон	Тонус / либидо	
Социально-ролевая	Выполненные обещания	Качество взаимодействий	Ответственность в роли	
Духовно-проектная	Ясность намерения	Соответствие этике	Наличие шага на будущее	

Инструкция по использованию

Каждый день или каждую неделю человек отмечает состояние по каждому индикатору, выставляя оценку от 1 до 5.

— **1** — минимальное проявление (полный сбой, упадок или игнорирование),
— **5** — оптимальное проявление (гармония, стабильность, результат).

Цель: видеть баланс трёх опор. Если по одной из них оценки стабильно ниже 3, это сигнал к корректировке практики.

Раз в неделю необходимо формировать «итоговую строку» — суммировать баллы по каждому уровню, чтобы отследить перекосы и динамику.



ВЫ ЭТО МОЖЕТЕ!

На наши занятия приходят люди с различным уровнем знаний и способностей. Новички, зачастую узнавшие о фантомных чувствах из интернета, пока не имеют четкого представления о них. Между тем, фантомные чувства — важная основа в техниках ЦиГун, Ушу, Кунг-Фу и других практиках.

Каждый, независимо от убеждений, может самостоятельно проверить их наличие, выполняя предложенные десять упражнений. Этот опыт позволяет ощутить явление фантомных чувств, которое цивилизация скрывала от нас долгие годы.

Мы живем в мире, где глобальные процессы находятся под управлением мировой власти. В то же время существует и более приземленная власть, влияющая на наши чувства. Если человек не развивает свое внутреннее зрение, не учится видеть схемы — заниматься схематизацией, — он теряет способность управлять негативными силами в себе и утрачивает внутреннюю свободу.

Развитие чувств делит людей на две категории: 20% составляют «питательную» основу для общества — это те, кто осознает свою ценность, тогда как 80% остаются балластом. Задумайтесь, к какой категории относитесь вы.

Подготовительная ступень предназначена для отделения «зерна от плевел». Те, кто осваивает упражнения этой ступени, достигают успеха на пути к дальнейшему развитию в нашей системе. Тем, кому пока это не удастся, следует продолжать попытки, а те, кто не вписывается в рамки, рискуют утратить перспективы.

Особенно важны в этом процессе ваши дети — они служат индикатором объективности. Им необходима помощь, чтобы сохранить природный, космический жизненный потенциал и раскрыть уникальные возможности.

«Подготовительная ступень», которую мы предлагаем, ориентирована на всех стремящихся к духовному росту. Она позволяет начать самостоятельный путь духовного развития, и лишь после её освоения можно перейти на следующую ступень — «Экологию Духа».

В девяностые годы прошлого века представления о духовных силах были далеки большинству людей. Сейчас же многие уже понимают, что такое йога, цигун, энергетические каналы, чакры, тонкие тела и их проявления.

Проблема современных ученых в том, что в их картине мира нет места для таких дисциплин, как гомеопатия, астрология, алхимия, метафизика, магия и другие. Их подход лишен здоровья, необходимого для понимания этих знаний.

Мы, напротив, люди, находящиеся в процессе пробуждения. Преодолевая земные ограничения, мы становимся ноосферными, космическими существами, способными к объемному голографическому восприятию и взаимодействию с многомерными и неоднородными мирами вокруг нас.

Человечество вступает в эпоху информации и стоит на пороге вхождения в мир Живой, Чистой Информации, которая и является нашей первоосновой. В этой подготовительной ступени предложены десять упражнений, которые открывают путь к более глубокому обучению и развитию. Тем, кто сомневается или не верит, предлагаем предложить упражнения своим детям — они освоят их с легкостью, в то время как взрослым может понадобиться больше усилий.

Мы видим, как дети легко осваивают компьютерные технологии и программы, в то время как пожилые люди теряют связь с первоосновой — с Чистой Информацией, заменяя её грубой материальностью социальной реальности.



«Истинно говорю вам, если не обратитесь и не будете как дети, не войдете в Царство Небесное» (Матф. 18:3).

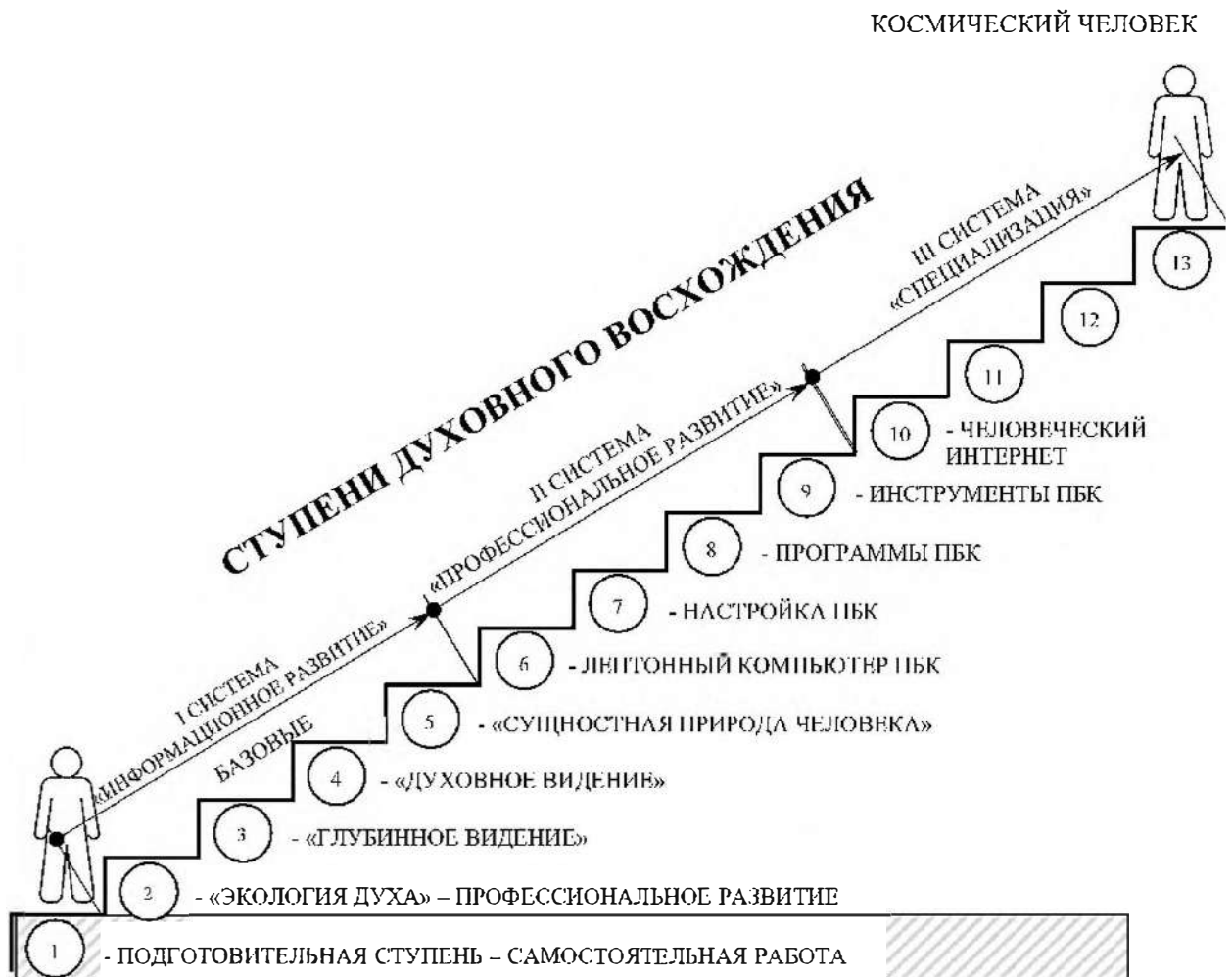
Усталость, болезни, старение тела свидетельствуют о потере божественных тонких качеств. «Подготовительная ступень» поможет вам, пока еще не поздно, раскрыть эти духовные качества, наполнить жизнь новым смыслом, здоровьем и одухотворенностью.

Мы, в свою очередь, будем сопровождать вас на пути восхождения по ступеням Экологии Духа.

В.М.Бронников-Феклерон-Вейс
Феодосия 2024 г.

СИСТЕМА «ИНФОРМАЦИОННОЕ РАЗВИТИЕ ЧЕЛОВЕКА»

ИНФОРМАЦИОННОЕ, ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ, ДУХОВНОЕ РАЗВИТИЕ
И ПРЕОБРАЗОВАНИЕ ЧЕЛОВЕКА

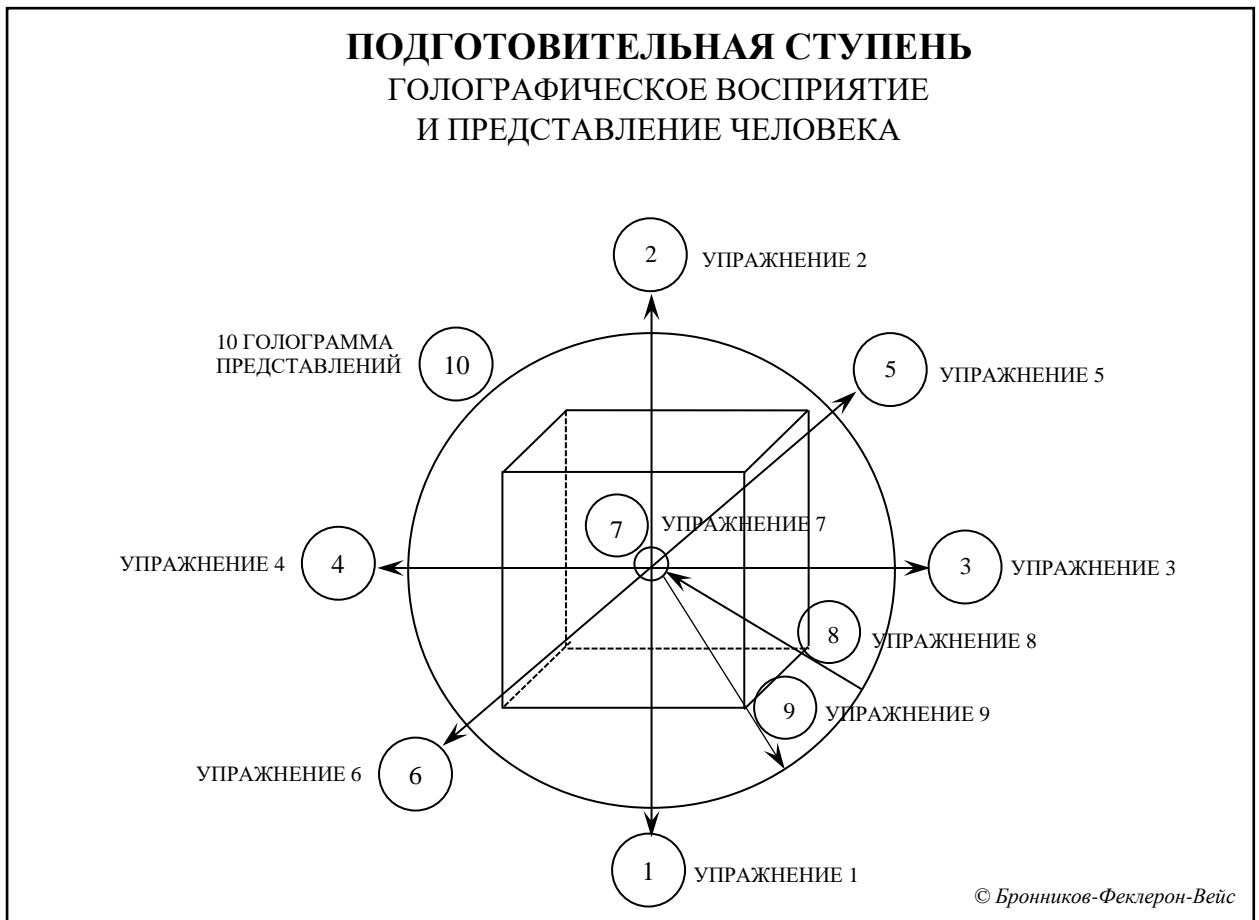


Перед вами представлена система пути и ступени духовного восхождения, основанный на многолетнем опыте учителей и их учеников.

В.М. Бронников-Феклерон-Вейс, прошел с 1990 года путь научного исследования и тщательной апробации методов развития и преобразования личности в различных научно-исследовательских центрах и институтах.

Эти ступени духовного восхождения основываются на системе «Информационное развитие человека».

КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ КОМПЛЕКСА 10 УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ



КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ 10 УПРАЖНЕНИЙ УПРАЖНЕНИЕ 1 – «ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ШАР»

Это упражнение раскрывает потенциальные возможности человека. Ощущение «Энергетического шара» между руками служит своеобразным тестом: открывают ли Божественные силы путь к познанию Духовного мира? Упражнение включает несколько этапов погружения:

1. Фантомное ощущение «Энергетического шара».
2. Ощущение шара как энергетической субстанции, представленной в шести основных видах энергии.
3. Восприятие и различение первоэлементов, которые составляют основу энергий:
 - Вода
 - Огонь
 - Почва
 - Воздух
 - Металл

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОБРАЗА, ПАМЯТИ И
ПРОСТРАНСТВЕННОЙ ОРИЕНТАЦИИ

Эти этапы позволяют постепенно развить чувствительность к тонким энергиям и укрепить связь с духовными аспектами реальности.

УПРАЖНЕНИЕ № 2 – «ПЕРЕМЕЩЕНИЕ ШАРА»

Основное правило — «включать и выключать» энергетическое ощущение. Нельзя



допускать, чтобы энергетический шар перемещался в теле человека самостоятельно, без команды.

В перспективе человек сможет по мере продвижения по ступеням духовного развития человек может обрести способность чувствовать и управлять следующими аспектами:

- Шестью базовыми энергиями, а также 24 и 218 действующими силами.
- Первичными элементами в системе «Древо Жизни».
- Стихиями и их энергиями.
- Различными формами материи.
- Взаимодействием с «Драконами» (Божествами в виде живых форм голограмм).
- Призывом и использованием чистой информации.

Эти навыки открывают новые возможности для духовного роста и более глубокого взаимодействия с миром.

УПРАЖНЕНИЕ № 3 «ЛУЧИ ИЗ ПАЛЬЦЕВ»

Формирование лучей из пальцев служит тестом на способность человека фокусировать и направлять излучение силой мысли. Каждый палец естественным образом излучает уникальную свою энергию, которую важно ощущать, развивать и контролировать. Сила и свойства этих лучей могут быть поистине удивительными и разнообразными. Лучи, исходящие из пальцев, могут включать все шесть видов энергии, перечисленных ранее, и раскрывать профессиональные возможности их применения.

УПРАЖНЕНИЕ № 4 «ДЫХАНИЕ МЫСЛЬЮ»

Упражнение «Дыхание мыслью» связывает человека с величайшим Божеством Объема. Освоение этого умения позволяет взаимодействовать с любым объемом, а значит, и оказывать влияние на пространственно-временные характеристики. Это упражнение может привести к способности достижения состояния «Дышать костями» считается основным и наиболее важным этапом в этом упражнении, поскольку оно закладывает фундамент для дальнейшего развития и работы с энергиями.

УПРАЖНЕНИЕ № 5 «БЫСТРЫЙ ВЕТЕР»

Обычный человек живет, фокусируясь на своем физическом теле, и с возрастом начинает утрачивать связь с тонкоматериальной, духовной субстанцией. Упражнение «Быстрый Ветер» помогает поддерживать и постепенно перенаправлять сознание и ощущения от плотного физического тела к тонкому телу. Это перепрограммирование восприятия — переход внимания с плотной материи на тонкую — приносит легкость, силу, уверенность, выносливость, ускоряет движения и снимает усталость. Все это создает оздоровительный эффект, наполняющий жизнь человека радостью и ощущением счастья.

УПРАЖНЕНИЕ № 6 «ЛУЧИ ИЗ ГЛАЗ»

Снижение качества зрения у большинства людей указывает на то, что их тонкоматериальная субстанция ослабевает, подобно разряду аккумулятора в телефоне, что в конечном итоге приводит к болезням и старению. В то же время блеск в глазах, их яркость, выражающая остроту желаний и живость впечатлений, является признаком молодости и здоровья.

Существует упражнение для развития лучей из глаз, которые обладают радарными и лептонными свойствами. Эти потоки излучения способствуют духовному развитию и преобразованию человека, приближая его к состоянию высокодуховного существа. Считается, что через такие глаза на мир смотрят Боги.

УПРАЖНЕНИЕ № 7 «ТОНКОМАТЕРИАЛЬНОЕ ТЕЛО»

Существует множество техник для развития тонкоматериального тела человека. Простой пример: «водитель ощущает габариты своей машины» — этот объем он



воспринимает через тонкоматериальное тело. Особенно ярко ощущение своего ореола существования проявляется у диких животных.

Сегодня информация о тонкоматериальных процессах уже не кажется чем-то удивительным, однако для того, чтобы обычный человек мог ощутить это и поверить, предназначено седьмое упражнение.

Представьте, какие перспективы откроются перед вами, если вы вложите в свое тонкоматериальное тело все шесть упомянутых выше свойств и возможностей. Каждый человек может обрести духовную силу, которая станет основой для одухотворенной, устойчивой, здоровой и яркой личности.

УПРАЖНЕНИЕ №8 «НЕБО И ЗЕМЛЯ»

Божества говорят о современных людях, что им необходимо находиться в потоках энергий Неба и Земли, однако многие стоят в стороне, не осознавая важности этих связей. Энергия Неба пробуждает в человеке его скрытые потенциалы, а Земля питает его жизненными силами. Задача человека — осознать взаимодействие этих сил внутри себя и научиться вырабатывать в сердце жизненную силу Ци, представленную в 24 видах, которые создают циклы движения и трансформации в организме. Потоки Неба и Земли порождают в человеке жизненное время и способствуют долголетию.

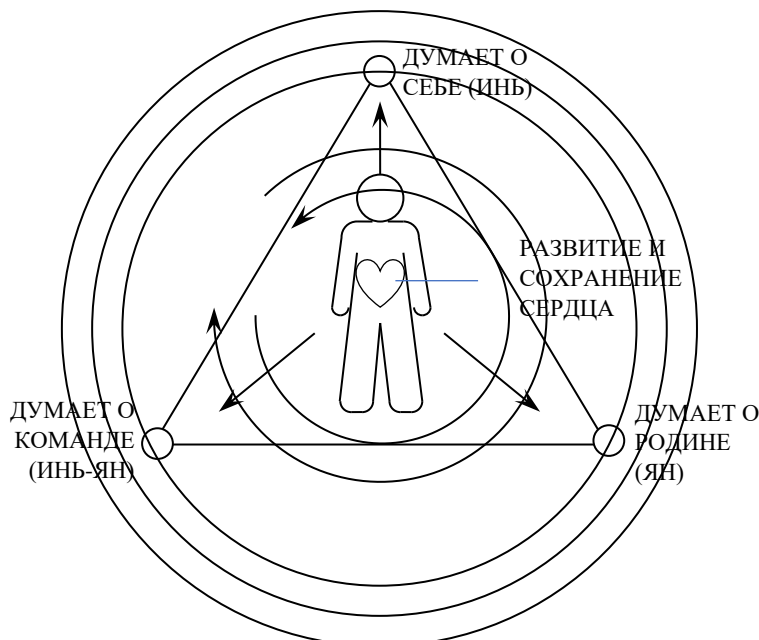
УПРАЖНЕНИЕ №9 «ТЯЖЕСТЬ И ЛЁГКОСТЬ»

В организме человека постоянно идет борьба между гравитацией и левитацией. Гравитация является проявлением структурной энергии, закрепляющей человека в материальном мире, тогда как левитация — это проявление аморфной, легкой энергии. Гравитация символизирует Бога Нерушимости, а её противоположность, левитация, как бы её «брат», олицетворяет аморфную энергию. Когда человек ощущает аморфные энергии, он способен уменьшить вес, массу тела, «раствориться» и даже становиться почти невидимым.

С возрастом, к сожалению, многие утрачивают чувство легкости и становятся более материальными и тяжёлыми. Развитие ощущения легкости в теле способствует долголетию и открытию новых жизненных качеств.

УПРАЖНЕНИЕ №10 «ОБЪЁМНОЕ ВОСПРИЯТИЕ РЕАЛЬНОСТИ»

Когда человек сосредоточен преимущественно на себе, своих вещах и окружении, у него формируется ИНЬ-позиция, при которой он как бы «всасывает» энергию внутрь. Пространство вокруг него сжимается, и такая установка не способствует долголетию. Напротив, мысли о глобальных, космических темах, о Родине или стране расширяют внутренний объем пространства и формируют ЯН-позицию. Тот, кто думает о семье, о людях вокруг, живет в команде, создаёт баланс ИНЬ и ЯН — состояние гомеостатики.



Наиболее гармоничное поведение человека заключается в том, чтобы умело переключаться между этими тремя позициями — ИНЬ, ЯН и ИНЬ-ЯН, чередуя их как по часовой, так и против часовой стрелки. Это позволяет создавать центростремительные и центробежные силы, поддерживающие саморазвитие, самосохранение и самозащиту.



На схеме представлена схема взаимодействия человека с тремя ключевыми направлениями мышления и энергетическими позициями: **ИНЬ**, **ЯН**, и **ИНЬ-ЯН**. Каждый из этих аспектов отражает разные уровни осознанности и фокуса.

1. **ИНЬ-позиция** (Думает о себе) — находится в верхней части треугольника и символизирует сосредоточенность на собственных потребностях, интересах и внутреннем мире. В этой позиции человек направляет энергию внутрь, сосредотачиваясь на своем индивидуальном пространстве и ресурсах. Такое мышление "втягивает" энергию и может создавать замкнутое внутреннее пространство.
2. **ЯН-позиция** (Думает о Родине) — расположена справа внизу и символизирует фокус на более масштабных, глобальных или коллективных ценностях. Эта позиция направлена на расширение внутреннего пространства и энергии, поскольку человек думает о стране, обществе или космическом уровне. В результате энергия излучается наружу, способствуя раскрытию и взаимодействию с окружающим миром.
3. **ИНЬ-ЯН позиция** (Думает о команде) — находится слева внизу и обозначает баланс между ИНЬ и ЯН. Здесь человек сосредоточен на команде, семье, ближайшем окружении, стараясь сохранить гармонию и равновесие между своими личными потребностями и потребностями группы. Это позиция гомеостатики, где энергия циркулирует как внутрь, так и наружу, создавая стабильное и сбалансированное состояние.

Сердце фигуры в центре символизирует внутреннюю гармонию, к которой стремится человек, используя все три позиции мышления. Стрелки внутри треугольника и окружности, направленные по часовой и против часовой стрелки, указывают на необходимость перемещаться между этими тремя позициями для поддержания динамического равновесия.

Такой подход помогает создавать центростремительные и центробежные силы, способствующие саморазвитию, самосохранению и самозащите, формируя устойчивую и гармоничную личность.

РЕКОМЕНДАЦИИ К СХЕМЕ

Для эффективного использования трех направлений мышления (ИНЬ, ЯН и ИНЬ-ЯН) одновременно и достижения гармонии, можно следовать следующим рекомендациям:

1. **Начните с осознанности и саморефлексии (ИНЬ):**
 - Сначала осознайте свои личные потребности, цели и ресурсы. Понять, что вам нужно для внутреннего комфорта, уверенности и саморазвития — это первый шаг.
 - Задайте себе вопросы: «Что для меня важно? Чего я хочу достичь? Какие мои сильные и слабые стороны?» Ответы на них помогут вам укрепить внутренние ориентиры и осознать свои истинные мотивы.
2. **Расширьте фокус до общественного и глобального уровня (ЯН):**
 - После того как вы настроились на свои личные цели, перенаправьте фокус на более широкие, социальные и глобальные вопросы. Это поможет увидеть свою связь с окружающим миром и ощутить свое место в нем.
 - Подумайте о том, как ваши действия и цели могут повлиять на семью, общество или даже планету. Спросите себя: «Как я могу внести вклад в мир? Как моя деятельность может помочь другим?»



- Такое мышление не только расширит ваш внутренний объем, но и усилит чувство ответственности и связи с чем-то большим, чем вы сами.
3. **Сбалансируйте личные и командные интересы (ИНЬ-ЯН):**
- Чтобы поддерживать гармонию между личными и коллективными потребностями, уделяйте внимание тому, как вы можете совместить личные цели с нуждами команды или семьи. Развивайте способность уступать, сотрудничать и поддерживать других.
 - Постарайтесь оценить: «Что нужно от меня окружающим? Как я могу помочь им, не жертвуя своими интересами? Как мы можем вместе достичь общих целей?» Эта позиция требует гибкости и умения находить компромиссы, создавая условия для гармоничного сосуществования.
4. **Ротация между позициями для динамического баланса:**
- Практикуйте осознанное переключение между тремя позициями. Например, начните утро с внутренней работы и анализа своих задач (ИНЬ), днем переключитесь на командные задачи (ИНЬ-ЯН), а вечером поразмышляйте о более глобальных целях (ЯН).
 - Помните, что гармония достигается за счет динамики, а не застывания в одной позиции. Осознанное перемещение между этими позициями — ключ к личностному росту и самосохранению.
5. **Практики для закрепления и поддержания баланса:**
- Включите медитации, визуализации или дыхательные практики, чтобы глубже ощутить каждую позицию. Например, медитация на личное пространство (ИНЬ), медитация на сердце и энергию команды (ИНЬ-ЯН) и медитация на бескрайнее пространство вокруг вас (ЯН).
 - Регулярно анализируйте свое состояние: чувствуете ли вы напряжение или дискомфорт в одной из позиций? Если да, это сигнал, что пришло время переключиться и сбалансировать внимание на других аспектах.
6. **Интеграция для создания целостного восприятия:**
- Со временем стремитесь к одновременному восприятию всех трех позиций. Старайтесь видеть взаимосвязь между личными целями, командными задачами и глобальной картиной мира. Это позволит вам действовать осознанно и целостно, принимая решения, которые учитывают все три уровня.

Эти рекомендации помогут вам развивать гибкость и устойчивость в мышлении, создавая сбалансированное внутреннее состояние, которое поддерживает здоровье, продуктивность и гармоничное взаимодействие с миром.



ОПИСАНИЕ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ

УПРАЖНЕНИЕ №1 «ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ШАР»

Упражнение служит тестом для определения уровня развития чувствительности у человека. Существует три категории людей:

1. Способные по команде представить и ощутить между рук энергетический «шар» или «мяч».
2. Не способные по команде создать представление и ощущение энергетического «шара» между рук.
3. Способные без команды видеть и ощущать энергетический шар между рук, который может самостоятельно перемещаться и оказывать воздействие на человека.

В первом случае наблюдается норма психофизиологических проявлений, где доминирует функция сознания.

Во втором случае возможно наличие скрытого психофизиологического предпатологического состояния, в котором доминируют функции подсознания и рефлексивные органические реакции. Это состояние может со временем привести к фанатизму.

В третьем случае доминирует сверхчувствительность, сопровождаемая активной комбинаторикой мозга, основанной на воображении и фантазии. Подобное состояние указывает на доминирование функций сверхсознания, что в ряде случаев может привести к патологиям, таким как шизофрения.

Подготовительный этап обучения аутотренинговым упражнениям является важной техникой, особенно в раннем возрасте, для развития функции сознания как главного защитного механизма. Он также помогает настроить организм на сбалансированную работу функций подсознания, сознания и сверхсознания в единой системе.

Эта функциональная настройка основана на принципе нейрокомплекса мозга, где в единой системе работают три типа нейронов:

1. нейроны, отвечающие за память;
2. нейроны, отвечающие за чувствительность;
3. нейроны, отвечающие за пространственную ориентацию.

Одновременное развитие этих трех типов нейронов формирует Центр Ориентации для трех функциональных процессов как гомеостатический механизм, обеспечивающий устойчивое развитие личности и создающий системно-целостную модель.

Цель упражнения — выявить людей, предрасположенных к проявлению творческих способностей, основанных на фантазии, воображении и памяти (по Станиславскому), которые могут ощущать фантомный объект — «шар» между руками.

ЧТО ДАЁТ УПРАЖНЕНИЕ?

1. Расширение диапазона чувственного восприятия и объема осознанности.
2. Способность ощущать и осознавать энергию собственного организма, что способствует восстановлению жизненных сил.
3. Навык сознательного создания и рассеивания энергетического шара, что помогает снять напряжение и усталость.
4. Умение управлять качеством энергии между рук: растягивать и уплотнять ее, тем самым укрепляя гомеостаз организма и повышая его устойчивость, что способствует улучшению здоровья.



ПРИНЦИП ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЯ «ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ШАР»

1. **Включение воображения** — представьте, что у вас между рук образуется «шар» или «мяч».

Комментарий: Способность сознательно включать воображение и фантазию (по Станиславскому) — важный творческий навык. Это помогает человеку перевести логические процессы с затылочной части мозга в область лобной доли, активируя альфа-ритм и стимулируя творческое мышление. Обученные дети называли это упражнение «зарядкой для мозга», так как оно помогает формировать креативность, переключаясь между логикой (затылочная часть мозга) и воображением (лобная часть).

2. **Движения рук** — медленно сближайте и разводите руки, концентрируя внимание на пространстве между ними. При сближении возникает ощущение плотности, сопротивления, как если бы между руками была некая резиновая масса. При удалении создается впечатление растягивания этой фантомной «резинки», что напоминает движение гармошки.

Комментарий: Подобное перемещение рук с фокусом внимания на пространстве между ними активизирует нейронный комплекс: память, чувства и пространственная ориентация. Это способствует выработке гомеостатического механизма, направленного на перемещение и концентрацию центра внимания.

3. **Формирование и ощупывание фантомного шара** — когда ощущение фантомной массы становится отчетливым, обведите ее руками, словно скульптор, придавая ей форму. Этот процесс поможет сформировать память о фантомном «шаре», а также усилит чувства и восприятие объема.

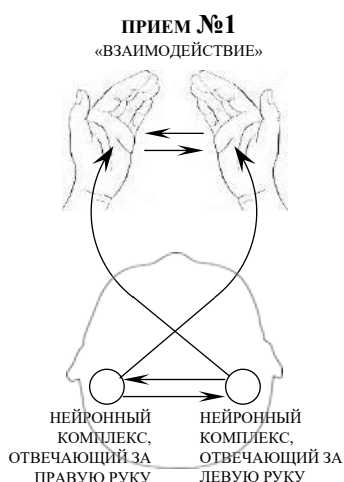
Комментарий: На освоение этого ощущения может потребоваться от нескольких минут до нескольких дней, в зависимости от потребности, мотивации и природной предрасположенности к развитию чувствительности.

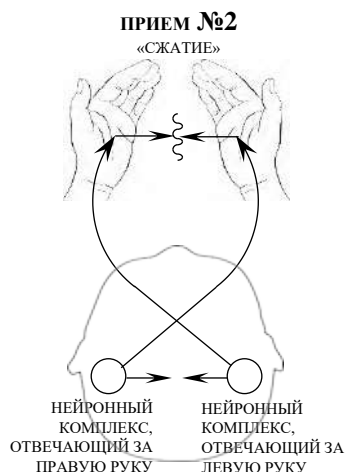
ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЯ «ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ШАР»

Прием №1 «Взаимодействие».

Для начала потрите ладони друг о друга.

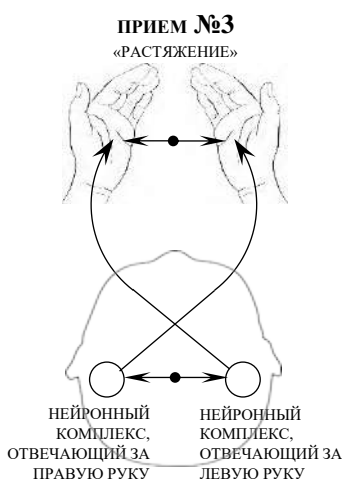
Комментарий: В момент трения активизируются участки мозга: левое полушарие, отвечающее за правую руку, и правое полушарие, отвечающее за левую руку, что отражает принцип асимметрии. Между этими областями мозга возникает активная связь по аксонам, усиливающая межполушарное взаимодействие.





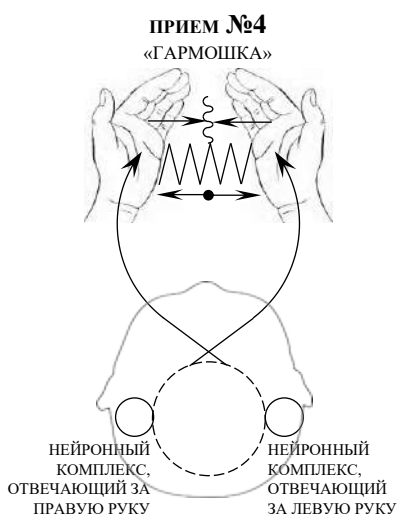
Прием №2 «Сжатие».

Направьте силу левой руки на правую и правой на левую, создавая два встречных потока. Вы почувствуете напряжение между руками, которое проявляется в ощущении плотности, возникающей за счет сжатия. Эту плотность можно многократно увеличивать, усиливая ощущение сопротивления между руками.



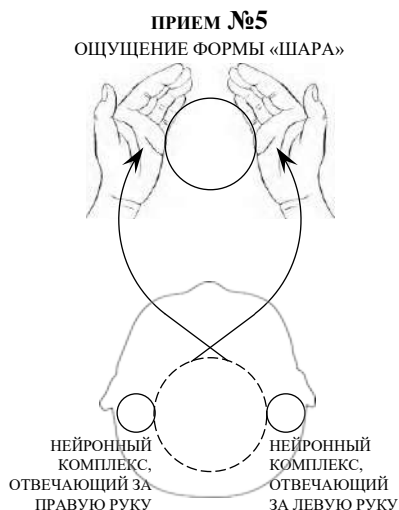
Прием №3 «Растяжение».

Ощущения захвата некой виртуальной силы и растяжение ее в разные стороны. Правая рука захватывает, и левая рука захватывает наподобие резины реально ощущаемой. Чем дольше мы растягиваем, тем сильнее в руках возникает напряжение.



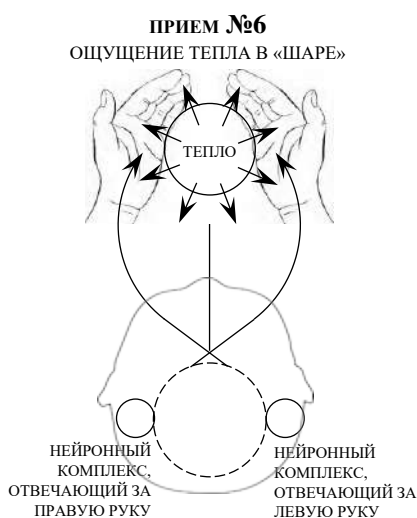
Прием №4 «Гармошка».

Комбинация, при которой поочередно выполняются приемы «сжатие» и затем «растяжение», позволяет постепенно развить новую форму восприятия, ведущую к ощущению формирования ограниченного объема пространства. Освоение способности чувствовать объемы разного типа и масштаба является значимым достижением для новичка, так как открывает доступ к новым, тонкоматериальным возможностям восприятия и взаимодействия с пространством.



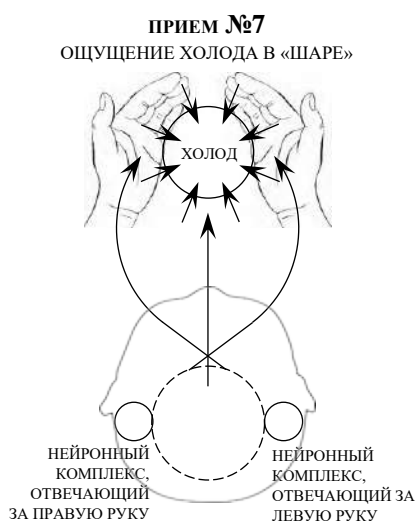
Прием №5 «Ощущение формы шара».

Шар — наиболее распространенная форма, с которой можно проводить различные действия во время тренировки. Внутри шара постепенно формируется образ и форма голограммы шара, что помогает лучше воспринимать и контролировать его форму и содержание. Энергетический шар является одной из базовых практик в астральном каратэ, предоставляя основу для дальнейшего освоения техник взаимодействия с тонкими энергиями.



Прием №6 «Ощущение тепла в шаре».

Мы подходим к этапу, когда, ощутив форму шара, мозг может наделить его определенными качествами. На этом этапе рекомендуется создать в шаре ощущение тепла, что активизирует новый уровень работы мозга. Этот процесс — перенос в объект конкретного, требуемого качества, например, в данном случае Ян-ского явления, ассоциирующегося с теплом.



Прием №6 «Ощущение холода в шаре».

Ощущение + образ = эффект.

В данном случае, когда мы наделяем шар ощущением и визуализируем его как поглощающий, он начинает втягивать в себя энергию из окружающей среды, подобно «черной дыре». При этом можно ощутить прохладу или даже холод, возникающие от этого проникновения энергии внутрь шара.

Вывод: Для большинства людей возможность ощутить собственную энергию между рук становится глубоким открытием и незабываемым впечатлением, меняя их представления о жизни и природе реальности. Выйдя за рамки слов и воображения, человек обретает духовный инструмент для восприятия и взаимодействия с тонким миром.

Ощущение, образ и схема начинают приобретать реальную силу, становясь работающими инструментами. Этот опыт может вывести вас на подлинный духовный Путь — не только для внутреннего развития, но и для практического существования, глубоко связанного с тонкоматериальными энергиями.



УПРАЖНЕНИЕ №2 «ПЕРЕМЕЩЕНИЕ ШАРА»

Упражнение представляет собой тест.

1. **Первая категория** — люди, у которых что-либо возникает, перемещается или исчезает только по команде. Все действия управляются сознанием, и это напоминает аутотренинг.
2. **Вторая категория** — люди, у которых по команде ничего не происходит. В народе таких называют: «Дуб ты, Василий Иванович, — да я крепок!».
3. **Третья категория** — люди пограничного типа, склонные к шизофрении. У них ощущения, фантомные боли и другие негативные состояния возникают самопроизвольно. Такие люди могут представлять социальную опасность и нуждаются в специальном лечении. Занятия по методике возможны лишь под наблюдением врача для формирования устойчивой личности за счёт развития гомеостатических свойств организма.

Цель упражнения — развить сверхчувственное восприятие во всём теле, чтобы человек научился ещё лучше ощущать своё материальное (плотное) тело и осознавать своё тонкоматериальное тело.

ЧТО ДАЁТ ЭТО УПРАЖНЕНИЕ?

1. Человек начинает осознанно существовать и ощущать себя как в плотном, так и в тонком теле.
2. Тонкоматериальное тело наполняет жизненной энергией плотное (материальное) тело.
3. Переключение внимания с плотного тела на тонкое и обратно снимает напряжение и усталость, создавая гармонию в теле.

ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЯ «ПЕРЕМЕЩЕНИЕ ШАРА»

1. Одна рука неподвижна, вторая перемещает шар.

Комментарий: После формирования ощущения энергетического шара, начинаем перемещение. Например, правой рукой проводим шар вдоль левой руки: от ладони по внутренней стороне до плеча, затем — по внешней стороне руки обратно к кончикам пальцев. Повторяем это несколько раз, затем выполняем в обратном порядке: перемещаем шар вверх по внешней стороне руки до плеча, а затем вниз по внутренней стороне.

2. Перемещение шара по второй руке.

Комментарий: Процедура аналогична перемещению шара по первой руке. Важно обратить внимание на два аспекта: во-первых, какой рукой — правой или левой — вы лучше ощущаете и перемещаете шар, а во-вторых, по какой руке ощущения более отчетливы. Таким образом, вы проводите самодиагностику, определяя состояние и уровень развития мозга.

3. Перемещение шара по ногам.

Комментарий: Чувствительность разных частей тела варьируется из-за неравномерного представления этих участков в мозге. Перемещая энергетический шар по внутренней и внешней стороне ног, вы развиваете свою чувствительность и стимулируете мозговую активность. Проводя упражнение поочередно с правой и левой ногой, вы сравниваете их чувствительность: та нога, которая чувствует хуже, требует к себе больше внимания.

4. Перемещение шара по туловищу.

Комментарий: На начальном этапе обучения движения шара могут быть произвольными и хаотичными: справа налево, сверху вниз, по диагонали и т.д. В дальнейшем вы узнаете о профессиональном подходе к своему телу и о правилах циркуляции энергии в организме. Это поможет вам использовать энергетический шар для самолечения и поддержания здоровья.

5. Перемещение шара по голове.

Комментарий: Работая с головой, удобно перемещать энергетический шар обеими руками. Например, можно проводить его по лицу сверху вниз, затем снизу вверх, справа налево и наоборот. Также полезно перемещать шар от затылка к лбу и обратно.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Перемещение шара необходимо выполнять в двух направлениях: вверх-вниз, вправо-влево, назад-вперёд и т.д.

Перемещение только в одном направлении приведет к неравномерному развитию чувствительности.

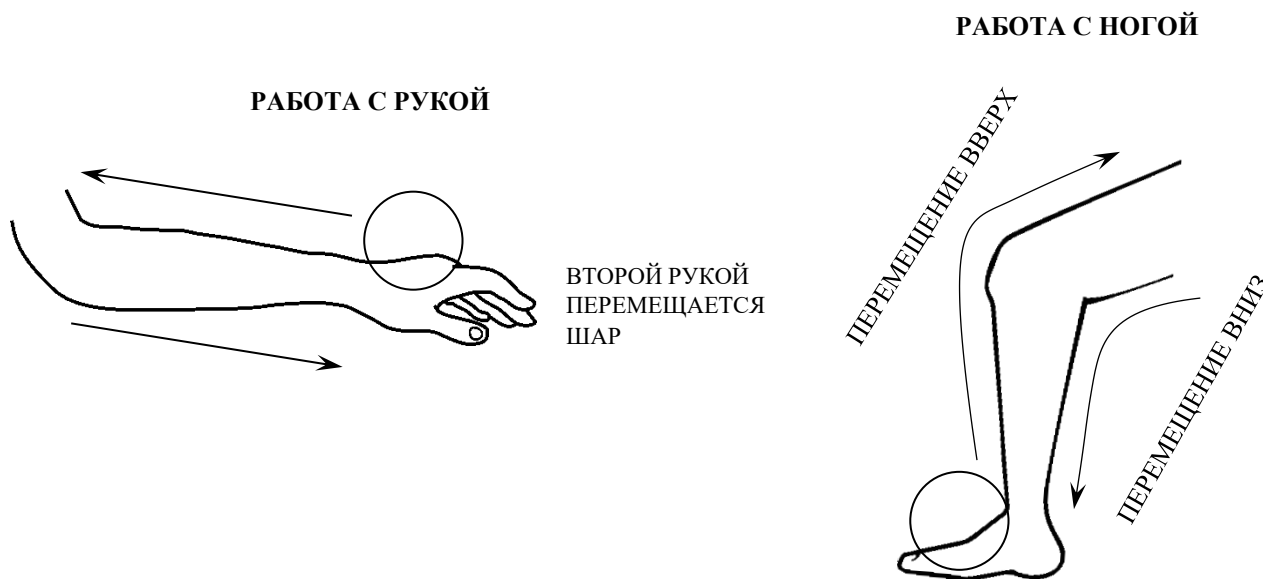
2. По окончании упражнения важно «выключить» ощущения в руках. Для этого рекомендуется встряхнуть руки, словно сбрасывая остаточные ощущения.

ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ

Перемещение шара по телу может вызвать головную боль в некоторых случаях. Почему это происходит? Как правило, такие ощущения возникают у людей с ослабленными сосудами мозга. В процессе работы с энергетическим шаром происходит воздействие на микрокапилляры мозга. Это очень ценный эффект, который способствует улучшению эластичности капилляров, но на начальном этапе может вызывать легкий дискомфорт в голове, который вскоре после занятия проходит.

Это упражнение также оказывает дополнительный оздоровительный эффект на организм.

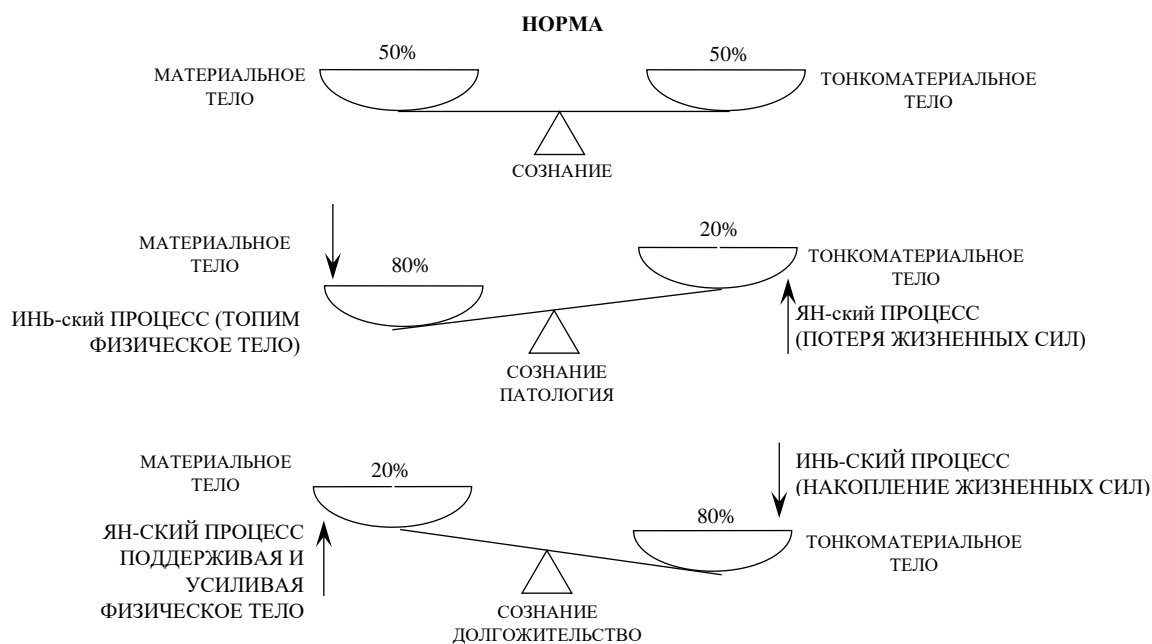
СХЕМЫ РАБОТЫ ПО ПЕРЕМЕЩЕНИЮ «ШАРА»



Вывод:

С возрастом большинство людей утрачивают чувствительность своего тела. Их сознание все больше концентрируется на материальном, плотном теле, тем самым теряя связь с духовной частью себя. Древняя мудрость гласит: «До 20 лет живи для себя, от 20 до 40 — для семьи, а далее — для Бога».

К 60 годам физическое тело достигает зрелости. Идеально, если в этом возрасте человек ощущает свое плотное и тонкоматериальное тело в равной степени — 50% на 50%. Если это равновесие не достигается, нарушается гомеостатический механизм тела, поддерживающий баланс процессов в организме. В результате могут возникать скачки давления, упадок сил, тяжесть в ногах. Все это ведет к патологиям, заболеваниям и, в конечном итоге, к сокращению жизненного пути.



Перемещение ощущения энергетического шара по телу развивает способность воспринимать тонкоматериальное тело, что, в свою очередь, открывает путь к долголетию, наполняя организм энергией, подобно аккумулятору.



УПРАЖНЕНИЕ №3 «ЛУЧИ ИЗ ПАЛЬЦЕВ»

Любой предмет окружен воздействием протоэнергии. В местах острых концов — угол стола, кончик карандаша — энергия излучается в форме направленного луча.

Третье упражнение помогает развить восприятие окружающего пространства, позволяя ощутить точки концентрации и излучения энергии от различных предметов. Каждый палец также излучает свою уникальную энергию.

Цель упражнения — научиться воспринимать специфические свойства пространства вокруг нас, распознавать концентрацию энергии предметов и научиться управлять этой энергией.

ЧТО ДАЕТ ЭТО УПРАЖНЕНИЕ?

1. Развитие способности к фокусировке и концентрации внимания на объекте.
2. Усиление способности управлять собственной энергией, направляя её на объекты воздействия.
3. Умение использовать энергию окружающего пространства.

ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЯ «ЛУЧИ ИЗ ПАЛЬЦЕВ»

Направьте палец правой руки на ладонь левой руки, держа его на расстоянии примерно 20 см.

Комментарий: При этом возникает ощущение луча, исходящего из пальца правой руки к ладони левой. Подобно ручке, этим лучом можно «рисовать» фигуры или буквы, чётко ощущаемые на левой руке. Обычно, если внимание человека не направлено на ощущение энергии, он может этого и не заметить.

Пример из народного поверья: говорят, что нельзя садиться напротив угла — «детей не будет». Это связано с тем, что острый угол стола концентрирует энергию, направленную в район мочеполовой системы человека, что может нарушить жизненные функции.

Для исследования излучения энергии можно также использовать карандаш или ручку. Направьте острый предмет на ладонь или другую часть тела, и вы сможете ощутить воздействие его энергетического излучения.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Используйте различные предметы и сравнивайте ощущения от их излучений — например, карандаши, ручки, иглы и другие острые предметы.
2. Избегайте воздействия негативных объектов, таких как микроволновая печь и другие подобные устройства.

ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ

Существует небольшой процент людей со сверхчувственным восприятием, у которых различные предметы могут вызывать неприятные ощущения даже на расстоянии.

Особенность нашей техники заключается в том, чтобы научиться включать и выключать сверхчувственное восприятие по своему желанию, а не оставлять его постоянно активным. Основной принцип аутотренинга: «включил» — «выключил». Незнание этого правила может привести к неосознанному стрессу и даже психозу.

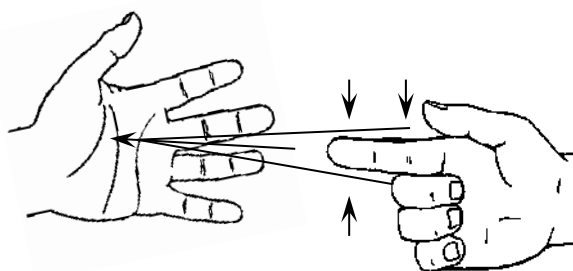


Схема 1

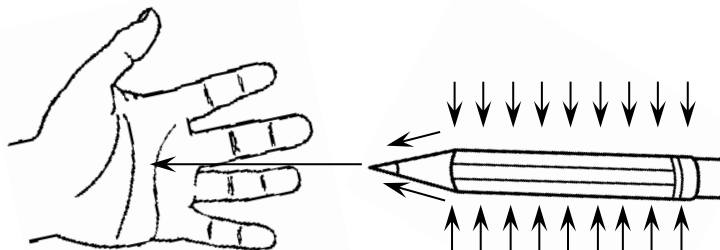


Схема 2

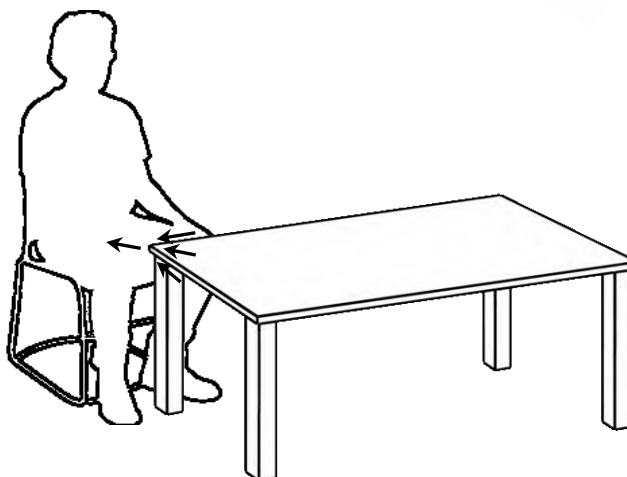


Схема 3

ВЫВОД

Обтекаемые, округлые формы предметов и зданий благоприятно влияют на окружающее пространство и на качество жизни людей. В отличие от них, острые углы у предметов, стен и зданий создают излучения и высвобождают протоэнергию пространства, что может негативно сказаться на здоровье и самочувствии людей, животных и растений.

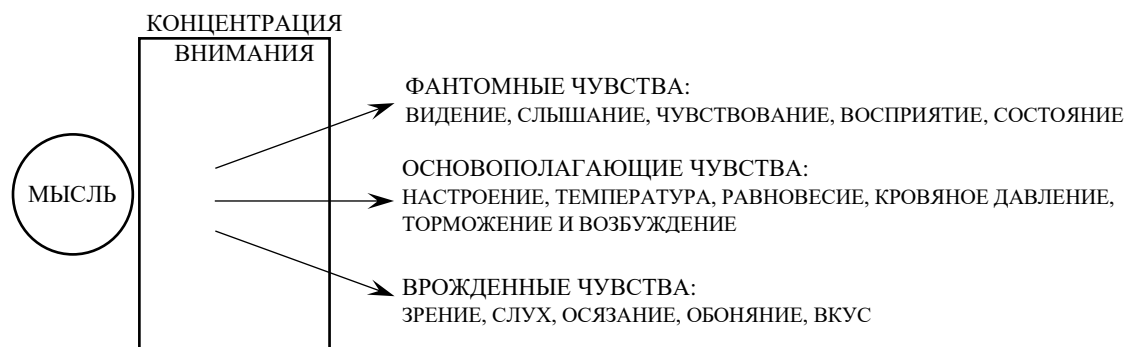
Беспорядок и хаос в доме, рабочем пространстве или квартире также способствуют накоплению негативной энергии, приводя к ухудшению самочувствия, раздражению и стрессам.

Люди, склонные к несистемному, неорганизованному мышлению, сами выделяют неприятную энергию и запахи тела. Особенно опасно, когда человек прибегает ко лжи, так как это ведет к болезням, потере жизненного времени и, в конечном итоге, к преждевременной смерти.

УПРАЖНЕНИЕ №4 «ДЫХАНИЕ МЫСЛЮ»

*Куда мысль, туда энергия,
куда энергия, туда кровь.
Древняя Восточная мудрость.*

Мысль обладает силой, которая усиливается за счет образа, концентрации внимания и проявления чувств.



Способность управлять своим мыслительным аппаратом позволяет развить суггестивные способности и оказывать влияние на окружающих.

На Востоке существует техника, называемая «**Дышать костями**» или «дыхание мыслью», которая предполагает глубокое управление внутренними потоками энергии через концентрацию мысли.

Влияние мысли на пространство:

- **Мысли о насущном или прошлом** направляют энергию к Земле.
- **Мысли о будущем** оказывают влияние на Небо.
- **Проецирование мысли в нематериальное пространство** воздействует на нематериальные события, формируя их исход.
- **Мысли о материальном мире** напрямую воздействуют на материальные объекты и события.

Часто человек действует неразумно: там, где нужно проявить силу и решительность («гавкнуть»), он идет на уступки («лизнет»), и наоборот. Это несоответствие создает внутренний и внешний дисбаланс.

Мысленное влияние:

Мысль может быть направлена на создание воздействия ЯН-ского или ИНЬ-ского характера на пространство, в зависимости от намерения.

Цель упражнения – научиться управлять своими мыслями и использовать их силу для влияния на объекты и пространство. Это развивает суггестивные способности и способность бессловесного гипноза.

ЧТО ДАЁТ ЭТО УПРАЖНЕНИЕ?

1. **Организация мыслительной деятельности** — структурирование и управление своими мыслями для эффективного использования силы мысли.
2. **Суггестивная способность влияния** — развитие умения создавать в другом человеке нужный образ и эмоциональное состояние, воздействуя на его восприятие.
3. **Формирование защитных психических сил** — создание внутреннего щита, защищающего от нежелательных внешних воздействий и влияний.
4. **Подготовка сознания к внутреннему видению** — развитие восприятия и ясного видения внутренних образов и процессов, что служит основой для глубокой работы с сознанием.



ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЯ «ДЫХАНИЕ МЫСЛЬЮ»

1. Исходное упражнение

Потрите ладони друг о друга, создавая ощущение энергетического шара между ними. Разведите руки на расстояние примерно 50 см.

Комментарий: Мысленно, при вдохе через рот, дайте себе команду выдыхать поток энергии из правой руки. Во время выдоха представляйте, как поток энергии выходит из правой руки и перемещается в левую. Левая рука на вдохе «всасывает» поток энергии. Выполняйте это движение в одну сторону 3–5 раз.

2. Изменение позиции

Теперь направьте поток энергии в обратном направлении — от левой руки к правой.

Комментарий: Делайте то же самое, но теперь мысленно выдыхайте из левой руки, а правая рука на вдохе «всасывает» поток энергии. Повторите это действие 3–5 раз.

3. Перемена позиции рук

Снова меняйте позицию рук, представляя, как мысленный поток энергии переходит от одной руки к другой, чередуя направления.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Качество выполнения принципа «Дыхание мыслью» зависит от концентрации внимания и уровня чувствования. Рекомендуется дополнительно использовать воображение и четко представлять желаемый результат.

Завершение процесса:

По окончании работы важно «выключить» процесс, например, встряхнув руки, чтобы сбросить оставшиеся ощущения, или потерев глаза руками, а также можно умыться. Это помогает завершить процесс и отделить себя от мысленного воздействия. Умение переключаться между состояниями «вдоха» и «выдоха» энергии — ключевой навык.

Как сказано в Библии: «**Не оскудеет рука дающего**», — это упражнение следует выполнять в ритме, напоминающем цикличность: **отдать – нейтральное состояние – принять – нейтральное состояние**.

ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ

Данная практика способствует высокой организации личности и успеху, основанному на развитии культуры мышления.

ВЫВОД

Принцип «Дыхание мыслью» включает множество подходов и техник. Мысленные вдохи и выдохи энергии по потокам можно отрабатывать:

- **Ногами при ходьбе.**
- **Частями тела** — делая вдох и выдох каждым из них.
- **Внутренними органами** — практикуя дыхание энергией.
- **Глазами** — создавая потоки энергии через зрение.
- **И другими способами.**

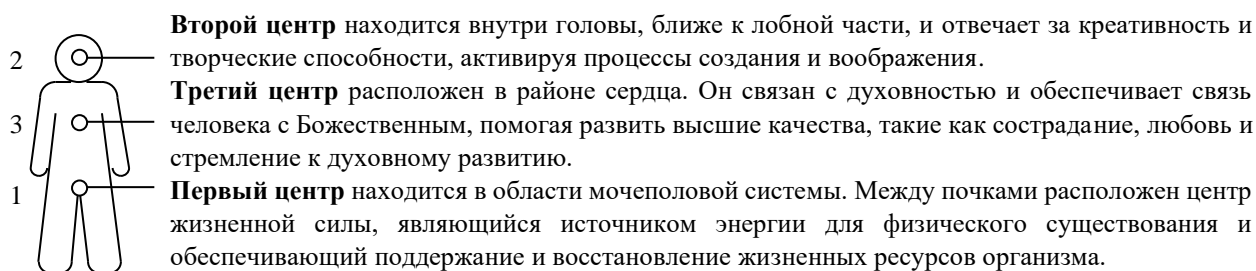
Эти упражнения способствуют оздоровлению и развитию сверхчувствительного восприятия, подзаряжая организм энергией, подобно зарядке телефона. Все это ведет к развитию экстрасенсорных способностей как необходимой дополнительной защитной функции организма.



УПРАЖНЕНИЕ №5 «БЫСТРЫЙ ВЕТЕР»

Принцип «Быстрый ветер» в организме человека основан на перепрограммировании ощущений, позволяя плавно переходить из одного состояния в другое, всё более сложное и интенсивное. Подобно тому, как ребенок учится держать сначала ложку, затем авторучку, а позже руль автомобиля, этот принцип опирается на развитие способностей через последовательное освоение новых состояний.

Принцип «Быстрый ветер» также связан с использованием энергии Земли. Как у бегуна, преодолевающего большую дистанцию, внезапно может открыться «второе дыхание», так и здесь пробуждается скрытая жизненная энергия. Древняя мудрость говорит о трех центрах в человеке, из которых исходят ветра жизненной силы, поддерживающие поток энергии и обеспечивающие доступ к внутренним резервам организма.



В каждом центре обитает свой «ветер» жизненной силы, который необходимо поддерживать, стимулировать, подпитывать и проявлять во внешнем мире. Угасание этих центров ведет к ослаблению организма, возникновению болезней и, в конечном итоге, к смерти.

Цель упражнения — развитие и поддержание трех центров жизненной силы, чтобы укрепить здоровье и продлить активное состояние организма.

ЧТО ДАЁТ ЭТО УПРАЖНЕНИЕ?

1. **Оздоровительный эффект** — укрепление физического состояния и улучшение самочувствия.
2. **Усиление жизнестойкости** — повышение общей энергии, активация иммунной системы, улучшение работы кровеносной системы и обменных процессов.
3. **Долгожительство** — активация жизненных программ, поддерживающих организм в активном состоянии на протяжении долгих лет.

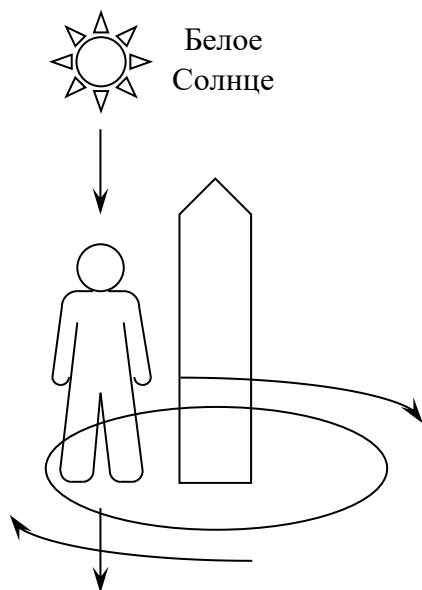
ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЯ

ПЕРВОЕ УПРАЖНЕНИЕ – РАБОТА С «БЕЛЫМ СОЛНЦЕМ»

Упражнение выполняется при дневном солнечном свете, когда Солнце находится в позиции «сверху вниз», что символизирует его силу и жизненную энергию.

Условия выполнения:

Необходимо выбрать круг и установить в центре ориентир, вокруг которого нужно двигаться по кругу. Этот принцип, основанный на языческой традиции, позволяет соединиться с энергией солнца и окружающей природы, направляя энергию солнца внутрь организма.



1. **Призыв и преклонение к Солнцу** — трижды преклонитесь перед Солнцем, с каждым поклоном призывая его энергию и силу.
2. **Просьба о потоке солнечной энергии** — попросите, чтобы поток солнечной энергии проникал через ваше тело, проходя сквозь вас и уходя в Землю, связывая вас с солнечной силой и земной энергией.
3. **Движение вокруг ориентира** — начните двигаться, сначала в шаге, а затем в беге, по часовой стрелке вокруг выбранного ориентира — дерева, столба или другого знака. Движение по часовой стрелке способствует гармонизации с природными энергиями, усиливая эффект упражнения.

Во время этого упражнения будет оказываться глубокое воздействие на кровь, насыщая её новыми жизненными качествами. Каждый человек, в зависимости от своего состояния и физической подготовки, должен самостоятельно определить количество кругов, выбрать ходьбу или бег, а также продолжительность занятий.

Важно: избегайте перегрузок, постепенно увеличивайте нагрузки, позволяя телу адаптироваться. Со временем движение станет легче, и вы будете с удовольствием ощущать свою энергию и тело.

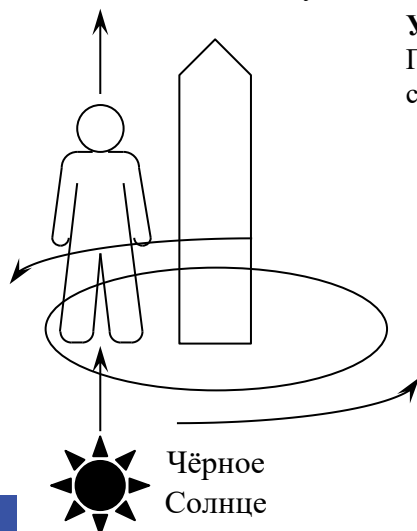
После завершения пробежки остановитесь и трижды поблагодарите Бога Солнца за его энергию и поддержку.

Пояснение: во время движения по часовой стрелке концентрируйтесь на том, как поток энергии движется вниз по переднему срединному каналу, начиная от головы и направляясь к земле, что помогает заземлиться и усилить связь с природными силами.

ВТОРОЕ УПРАЖНЕНИЕ - РАБОТА С «ЧЕРНЫМ СОЛНЦЕМ»

Упражнение выполняется примерно после 10 часов вечера, когда Солнце опустилось за горизонт. «Черное Солнце» символизирует источник, находящийся под Землей, который создает поток энергии, поднимающийся вверх через земные слои.

Это упражнение направлено на активацию и настройку на поток энергии, поднимающийся из глубин Земли.



Условия выполнения упражнения:

Перемещайтесь по кругу против часовой стрелки, выполняя следующие действия:

1. Призовите энергию «Черного Солнца» из глубин земли и трижды поприветствуйте её, устанавливая связь с этой мощной восходящей силой.
2. Попросите, чтобы потоки энергии «Черного Солнца» поднимались через Землю, проходили через ваше тело и поднимались в Небо. Сконцентрируйтесь на том, как энергия движется по всему телу, особенно по заднесрединному каналу, устремляясь вверх.
3. Движение по кругу против часовой стрелки поможет преобразовать и обновить кровь, создавая ощущение легкости и предлевитационного состояния, дарующего чувство близкое к полету.



По завершении упражнения остановитесь и трижды поблагодарите «Черное Солнце» за его энергию и поддержку, выражая уважение и признательность за взаимодействие.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Используйте **нисходящий поток Белого Солнца (сверху вниз)** в повседневных ситуациях, будь то приготовление пищи, работа или иные жизненные задачи. Этот поток поможет привнести светлую энергию и гармонию в обыденные процессы.

Аналогично, **восходящий поток Черного Солнца (снизу вверх)** можно применять в бытовых и рабочих ситуациях, чтобы укрепить внутреннюю энергию и связать её с источником жизненной силы Земли.

ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ

Люди с определенными проблемами со здоровьем, такими как геморрой, тромбоз, проблемы с почками и другие, могут заметить улучшения, используя потоки энергий: восходящий поток Черного Солнца по заднесрединному каналу и нисходящий поток Белого Солнца по переднесрединному каналу. Эти энергии могут способствовать скорейшему восстановлению и улучшению самочувствия.

ВЫВОД

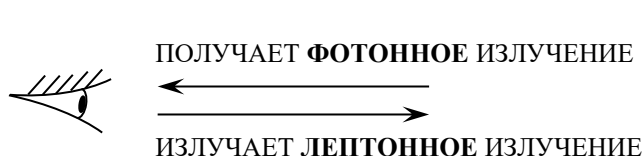
Упражнение «Быстрый ветер» отличается высокой эффективностью и включает 18 ступеней усложнения, направленных на раскрытие огромного потенциала организма. Оно способствует развитию нижнего, верхнего и срединного центров ветра жизненной силы, поддерживая здоровье и жизненность на всех уровнях.



УПРАЖНЕНИЕ №6 «ЛУЧИ ИЗ ГЛАЗ» КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ПРИНЦИПА «ЛУЧИ ИЗ ГЛАЗ»

Упражнение является тестом.

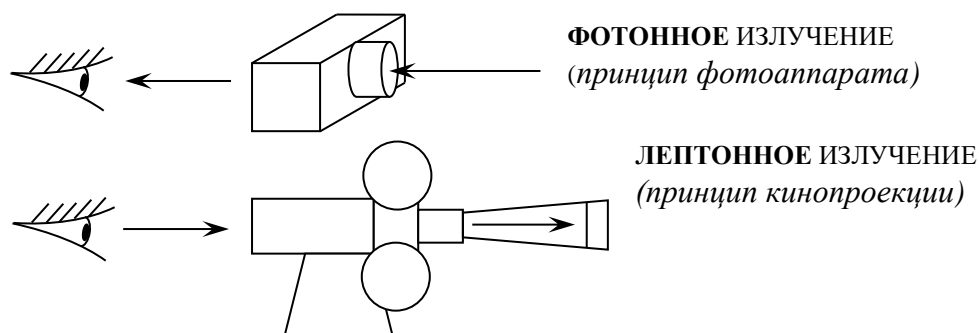
В настоящее время, по статистике офтальмологов, около 70% людей страдают от слепоты или ослабленного зрения. Существует множество причин, влияющих на его качество: особенности воспитания, экология, воздействие технических средств и многое другое. Однако главная проблема в том, что большинство людей не осознает, как на самом деле работает их зрительная функция.



Принцип заключается в том, что глаза человека не только получают фотонное (световое) излучение, но и излучают лептонное излучение, что является специфическим аспектом их работы.

В основе работы зрения лежит двойной принцип:

1. **Принцип фотоаппарата** — при восприятии света глаза работают подобно фотоаппарату, фиксируя изображение и преобразуя световые волны в информацию.
2. **Принцип кинопроекции** — при излучении глаза действуют как кинопроектор, излучая лептонное излучение и, таким образом, взаимодействуя с окружающим пространством, словно проецируя свою энергию наружу.



Важнейший элемент понимания заключается в том, что мы видим не глазами, а мозгом, который модулирует и интерпретирует образы. Мозг на основе механизма комбинаторики формирует два вида восприятия: — при открытых глазах — зрение; — во сне — сновидение.

Если у человека возникают проблемы со зрением (при отсутствии врождённых нарушений), это может указывать на недостаточно развитый верхний центр жизненности, расположенный в голове.

Цель упражнения — развить этот центр, где проявляется жизненный ветер — энергия видения, укрепляя способность к ясному и полноценному восприятию.

ЧТО ДАЁТ ЭТО УПРАЖНЕНИЕ?

1. Восстановление и улучшение качества зрения.
2. Развитие жизненной силы в верхнем центре жизненности (в голове), что способствует улучшению работы мозга.
3. Способность излучать из глаз суггестивную силу, оказывая воздействие на окружающих.



ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЯ «ЛУЧИ ИЗ ГЛАЗ»

1. **Первый прием (тест)** — Держите ладонь перед лицом на расстоянии 30–40 см. Смотрите на нее, как бы «сквозь», представляя, что создаете отверстие в ладони. Через несколько минут вы можете ощутить неприятное или болезненное чувство в ладони. Это признак того, что ваши глаза начали генерировать лептонное излучение, влияя на ваш организм.
2. **Второй прием** — Когда почувствуете поток из глаз, «ухватите» его рукой и начните слегка надавливать рукой на глаза, одновременно выдыхая энергию из ладони в глаза. Ощущение давления в глазах будет свидетельствовать о взаимодействии между рукой и глазами.
3. **Третий прием** — Надавливая энергией руки на один глаз, поднесите руку ближе к глазу, словно «захватывая» поток излучения. При вдохе, как бы «всасывайте» поток рукой, усиливая излучение из глаза. Если возникают неприятные или болевые ощущения в глазах, это признак правильного взаимодействия.
4. **Четвертый прием** — Надавливайте на глаза и вытягивайте поток излучения, повторяя эти действия 5–10 раз для каждого глаза отдельно. Этот процесс активизирует поток жизненной энергии.
5. **Пятый прием** — Используя знания о строении глаза и мозга, можно направлять энергию на прокачку различных областей: хрусталика, внутренней жидкости, сетчатки, зрительного нерва, сосудов мозга, зрительных центров височных и затылочных областей, а также верхнего центра жизни в голове.

Эти приемы помогут усилить лептонное излучение глаз, активизировать зрительные центры и развить верхний центр жизненной силы, улучшая как зрение, так и взаимодействие с окружающей энергией.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Существуют дополнительные приемы для развития энергетики глаз с помощью цветовых тестов и концентрации. Например, сядьте на расстоянии 1,5–2 метров от стены с однотонными обоями и, не мигая, сосредоточьтесь на пространстве «сквозь» стену. Через некоторое время может показаться, что стена «оживает» и начинает слегка двигаться. Не беспокойтесь — это иллюзия, возникающая из-за активации зрительных центров мозга. Позже вы можете увидеть на стене «живой» голубой или розовый круг, который вращается. Это сигнал, что в вашем мозге включился лептонный генератор излучения («альфа-ритм»), перемещающийся с затылочной к лобной части, что отвечает за креативные процессы.

Подобные методы для развития зрения и энергетики открывают новые возможности. Если активно заниматься этими упражнениями, можно снизить уровень слепоты, улучшить здоровье и раскрыть творческие способности.

ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ

Ваш мозг — мощная лептонная лазерная установка, поэтому обращайтесь с ней осторожно. Наша Система уделяет особое внимание технике безопасности, ведь такие излучения могут быть опасны, особенно при неумелом воздействии на окружающих. Эти возможности есть у каждого человека, и важно использовать их во благо здоровья и гармонии.

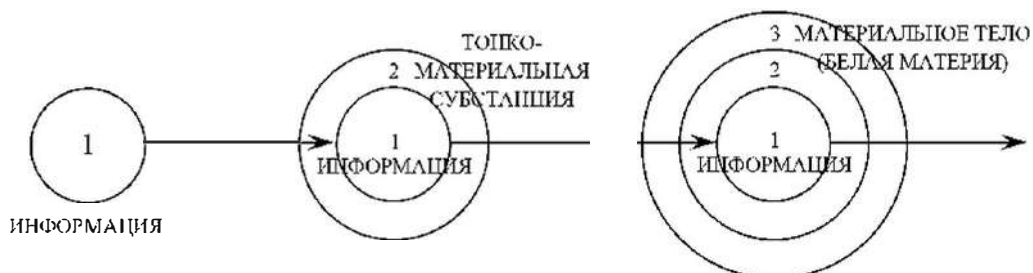
ВЫВОД

Человеческий потенциал огромен. Важно, чтобы наши дети были защищены от различных воздействий и развивались в безопасной среде. Повышая грамотность в области энергоинформационных процессов, мы даем детям шанс на более здоровое и безопасное будущее.



УПРАЖНЕНИЕ №7 «ТОНКОМАТЕРИАЛЬНОЕ ТЕЛО»

Человек изначально является живым информационным объектом. На второй стадии он превращается в тонкоматериальную субстанцию, а на третьей стадии становится материальным телом, но при этом сохраняет:



В организме человека существует следующая иерархия:

1. **Информационное тело** — Я-сознание, представляющее основополагающий уровень, на котором формируется осознание себя и своего места в мире.
2. **Тонкоматериальное тело** — Сверхсознание, которое является субстанцией тонкого мира и высшим аспектом личности, содержащим духовную основу и связь с высшими уровнями.
3. **Материальное тело** — подсознание, управляющее физическим бытием и автоматическими функциями организма.

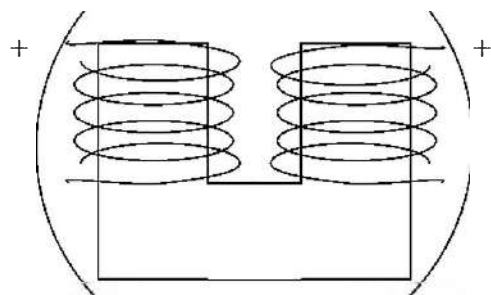
«В здоровом теле — здоровый Дух?»

Возможно, эта фраза вводит в заблуждение. Истинный порядок может быть иным: **в здоровом Духе — здоровое тело!** Иначе говоря, состояние духа определяет физическое здоровье, а не наоборот.

«Здесь Русский Дух — здесь Русью пахнет».

И здесь возможно искажение. Истинный дух начинает утрачивать свою связь с подлинными корнями. Постигая тонкоматериальную субстанцию человека Сверхсознание, мы приобретаем способность управлять и укреплять свою духовную основу.

Принцип тонкоматериального тела принцип трансформатора.



Как трансформатор имеет смысл только при наличии электричества, так и тонкоматериальное тело функционирует как передатчик энергии и информации. Без потока духовной энергии тонкое тело теряет свое значение.

Цель упражнения — научиться переходить от существования в плотном теле к восприятию тонкого тела, которое является более первичным и основополагающим. Этот переход открывает доступ к глубинным слоям сознания и духовной энергии, лежащей в основе человеческой сущности.



ЧТО ДАЁТ ЭТО УПРАЖНЕНИЕ?

Перейдя, Я-сознанием из плотного тела в тонкое, человек избавляется от болезней и усталости, обретая колоссальные силы и раскрывая в себе творческие способности. В случае смерти он способен осознанно перейти в мир мертвых, если достиг высокого социального статуса в этой реальности.

ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЯ «ТОНКОМАТЕРИАЛЬНОЕ ТЕЛО»

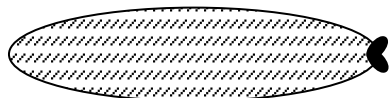
Простой тест почувствовать своё тонкоматериальное тело.

Потрите руки друг о друга, создавая ощущение энергетического шара между ладонями. Удерживая это ощущение, начните ритмично приближать и удалять ладони друг от друга, постепенно ускоряя движение при расслабленных руках. Через несколько минут вы ощутите вокруг рук своеобразные «перчатки» — тонкоматериальную оболочку энергетического тела. Как только вы остановите руки, «перчатки» исчезнут, и ощущение растворится. Это упражнение может выполнить каждый.

Такой тест позволяет перенести ваше внимание из плотного тела в тонкоматериальное, давая почувствовать его присутствие.

Каждый предмет имеет своё тонкоматериальное тело, примеры на бытовом уровне:

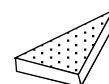
1.



Целый огурец имеет мощную хорошую энергию

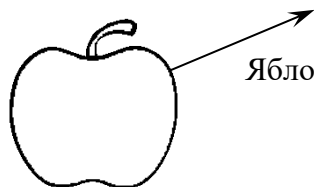


Долька огурца Имеет слабое поле



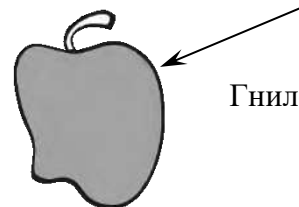
Часть дольки огурца Очень слабое поле

2.



Яблоко целое

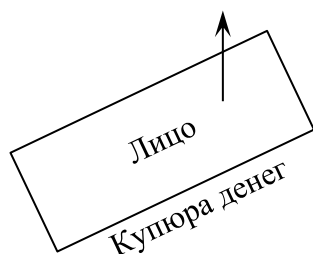
Выделяет хорошую энергию



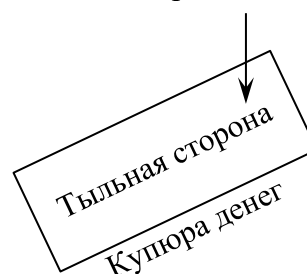
Гнилое яблоко

Всасывает энергию

3.

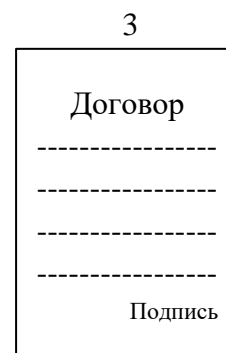
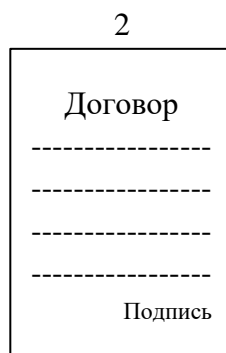
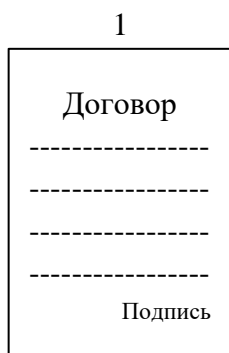


Хороший поток энергии: чем больше номинал, тем сильнее поток энергии



Нет потока, или, наоборот, всасывает энергию

4.





Три варианта энергетики договоров:

1. **Восходящий поток энергии** от бумаги и подписи указывает на положительный исход и успешные результаты по договору.
2. **Отсутствие особой энергии** сигнализирует о пустом договоре, который не принесет результатов — возможна пустая трата времени.
3. **Восходящий поток вашей энергии оттягивается бумагой, договором и подписью** — это знак проблем и возможных неприятностей в будущем.

Пример использования метода:

Покупая билет на самолет, проверьте его энергетику — почувствуйте, что вас ожидает, чтобы осознанно подходить к важным решениям. Практикуйте самодиагностику ситуации, проявляя инициативу: «Стучите — и откроется».

Техника выполнения упражнения «Тонкоматериальное тело» включает три основных направления:

1. **Ощущение собственного тонкоматериального тела.**
2. **Ощущение тонкоматериального тела близких.**

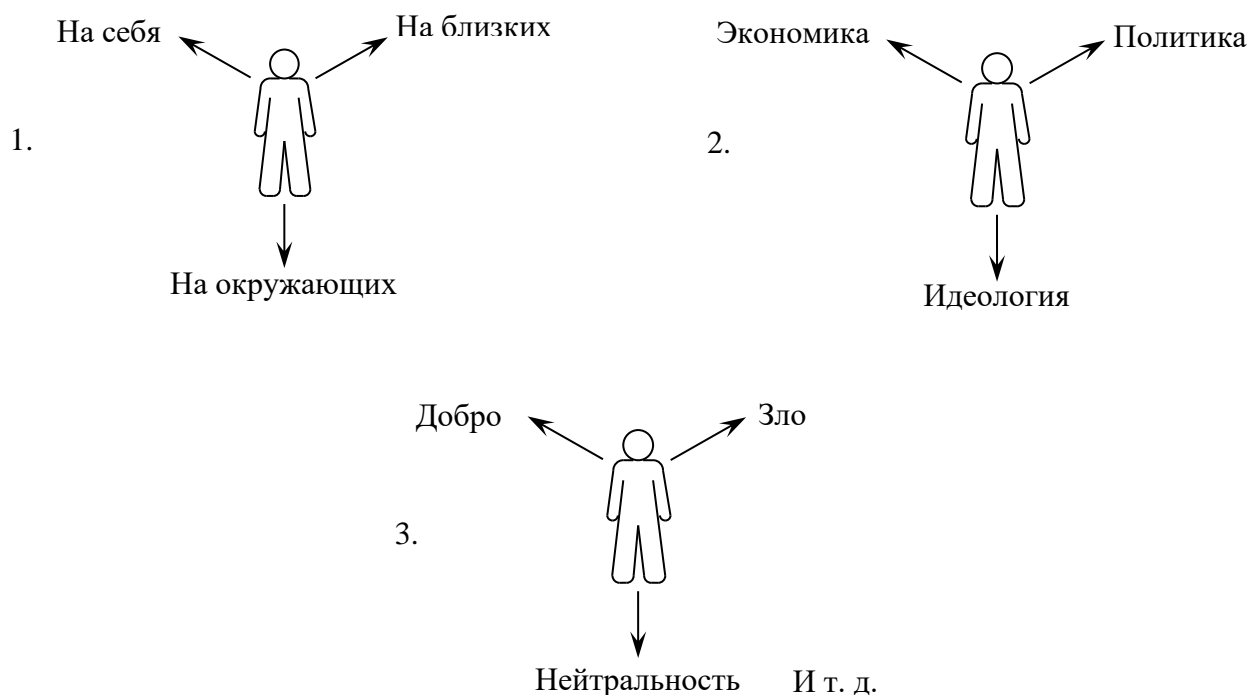
Пояснение:

- Любовь — это тонкая, энергетическая связь между людьми.
 - В моменты конфликтов эта связь может нарушаться и ослабевать, но её можно восстановить и укрепить с помощью специальных упражнений.
3. **Ощущение окружающей природы и пространства** — леса, рек, морей, гор, городов, а также людей и животных.

Эти направления помогут развить чувствительность к тонкой энергетике, позволяя более глубоко ощущать мир и взаимодействовать с ним на уровне энергии.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Помните, что основой является прием: «**Включил**» — «**Выключил**». Постоянно тренируйте свое внимание, переключая его между состояниями. Такая «игра» с фокусом помогает укрепить навык осознанного восприятия и управления энергетикой, развивая гибкость и контроль над своим тонким телом и восприятием.





ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ

Тонкоматериальное тело – это наше Сверхсознание. В социальном плане это закрытая тема.

С одной стороны, если Вы владеет тонкоматериальным телом, то на вас будет практически невозможно повлиять, обрабатывать и зомбировать.

Если тонкоматериальное тело вы ощущаете, но не управляете, то, как правило, такой человек в сетях влияний и воздействий на него чего угодно, он как открытая система.

ВЫВОД

Наша задача, проводя популяризацию этих знаний, формировать в человеке сферу защиты, способность к быстрой адаптации и выживанию человека в быстроменяющемся мире агрессивной, негативной энергоинформационной социальной среды.



УПРАЖНЕНИЕ №8 «НЕБО-ЧЕЛОВЕК-ЗЕМЛЯ»

Принцип включает три элемента, каждый из которых несет свою символическую и функциональную роль:

- **Небо** — символизирует «Бога Отца», его функция — Пробуждение.
- **Земля** — олицетворяет «Мать-Землю», с функцией Питания.
- **Человек** — посредник между Небом и Землей, символизирующий создателя или творца, о котором говорится в притче: «У Бога только наши руки».

Пример с телефоном:

- Когда телефон сигнализирует, что его нужно зарядить, это соответствует принципу «Небо» — пробуждению.
- Подключение телефона к розетке для зарядки — принципу «Земля» — питанию.
- Использование заряженного телефона — принципу «Человек» как посредника, то есть тому, кто совершает звонки.

Каждый принцип включает Ян и Инь аспекты:

- **Небо** (пробуждение): Ян — телефон заряжен, Инь — телефон разряжен.
- **Земля** (питание): Ян — розетка работает, Инь — не работает.
- **Человек** (посредник): Ян — телефон используется, Инь — не используется.

Цель упражнения — научиться ощущать и управлять информацией и энергией «Неба» и «Земли» в своем организме.

ЧТО ДАЁТ ЭТО УПРАЖНЕНИЕ?

1. Пробуждает жизненные силы и энергию для поддержания организма.
2. Гармонизирует внутренние процессы, настраивает и укрепляет уверенность в себе.
3. Наполняет личность духовными качествами, углубляя связь с Божественным началом и духовным осознанием, одухотворяя индивидуальность.

ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЯ «НЕБО И ЗЕМЛЯ»

1. Обращение к Небу

Поверните ладони рук вверх. Произнесите шепотом или вслух: «Бог Отец, включи поток своей энергии сверху вниз и направь его на мои ладони». Вы почувствуете легкое давление на ладони — это знак контакта.

Комментарий: Божественные силы всегда готовы к общению с человеком, но часто человек не открыт и не осознает этого. В Библии говорится: «Стучитесь, и откроется». Древние тексты напоминают нам, что «незнание — мать дурного», и наша задача — помочь каждому желающему приобщиться к этим знаниям. Этот начальный этап подготовит вас к духовному опыту.

2. Направление энергии в организм

Почувствовав поток с Неба на ладони, ощущая давление или тяжесть, направьте эту силу внутрь своего организма — на больное место, к растению или животному. Вы сможете сами заметить эффект этого действия.

Комментарий: Попробуйте эксперимент с комнатными растениями: обработайте воду энергией «Неба» и используйте ее для полива экспериментальных растений, в то время как контрольные растения поливайте обычной водой. Вы увидите разницу в их развитии. Духовные тексты подчеркивают важность пробуждения: энергия «Неба» пробуждает все живое.



3. Обращение к Земле

Поверните ладони вниз, к Земле, и обратитесь к Матери-Земле: «Мать-Земля, направь свой поток жизненной энергии снизу вверх через мои ладони и мое тело к Небу, к Богу Отцу». Вы ощутите легкое давление снизу вверх — это знак контакта с Матерью-Землей, которая направляет поток энергии через вас к Богу-Отцу.

Комментарий: Теперь вы знакомы с начальным этапом работы с энергиями «Неба» и «Земли».



УПРАЖНЕНИЕ №9 «ТЯЖЕСТЬ-ЛЁГКОСТЬ»

В организме всегда действуют два противоположных ощущения: гравитация, создающая ощущение тяжести, и антигравитация, формирующая ощущение легкости. Это ощущение можно сравнить с работой насоса, регулирующего тяжесть и легкость. С возрастом чувство тяжести усиливается, поскольку сознание все больше фокусируется на этом восприятии.

Примером является подъем ноги: при подъеме и опускании нога испытывает вес (тяжесть) дважды, а при постановке на землю — только один раз ощущение легкости. В течение дня это приводит к накоплению тяжести. Способы временного облегчения, такие как массаж или медикаменты, обеспечивают лишь временное улучшение.

Метод перепрограммирования ощущений:

Профессионалы боевых искусств применяют методики перепрограммирования восприятия тяжести и легкости. Например, при подъеме ноги, сидя, человек может представить, что Мать-Земля посылает ему энергию, придавая ноге легкость, будто она наполнена «водородом» и поднимается сама, как воздушный шарик. В итоге:

- Подъем ноги — легкость.
- Опускание ноги — легкость.
- Постановка на землю — ощущение тяжести, как при ударе.

Такой аутотренинг позволяет мозгу в течение дня фиксировать 2 раза ощущение легкости и 1 раз тяжесть. Это ведет к накоплению легкости в ногах и служит профилактикой для костно-мышечной системы.

Подготовительный этап: Перед освоением перепрограммирования ощущений ученик должен научиться самостоятельно вызывать в организме ощущения «Тяжести» и «Легкости».

ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЯ «ТЯЖЕСТЬ» И «ЛЁГКОСТЬ»

Формирование ощущения «Тяжести»:

1. Сядьте в удобной позе с прямой спиной, ноги расположите параллельно, ступни на полу. Положите руки на колени ладонями вверх. Сосредоточьте внимание на «Небе».
2. Шепотом или вслух произнесите: «Бог Отец, создай поток своей энергии сверху вниз через мое тело. Наполни мое тело своими качествами и свойствами. Пробуди мое тело: минеральный уровень моего организма, клеточный, организменный, интеллектуальный, общественный». Повторяйте эту фразу несколько раз.
3. Постепенно вы ощутите, как тело наполняется энергией «Неба» и становится тяжелым, словно бетонный памятник. Это ощущение тяжести будет «пригибать» вас к полу, создавая мощное чувство заземления.
4. Для усиления эффекта можно добавить: «Бог Отец, наполни мое тело своей силой и энергией — мою голову, плечи, туловище, руки, живот, тазовую часть, ноги, ступни». С каждым повторением вы сможете достичь более глубокого и феноменального состояния тяжести.
5. Известно, что в боевом искусстве состояние такой устойчивой тяжести делает человека неподвижным и не позволяет сдвинуть его с места.
6. В начале занятия выполняйте это упражнение в течение нескольких минут, а затем переключайтесь на создание состояния «Легкости».



Принцип чередования: Регулярно меняйте состояния — сначала «тяжесть», затем «легкость», развивая баланс между этими двумя ощущениями.

Формирование ощущения «Лёгкости»:

1. **Переключение с тяжести на легкость:** Резко сбросьте ощущение тяжести, словно стряхивая его с себя. Встряхните руки и тело, освобождая организм от накопленного ощущения тяжести.
2. **Обращение к Земле:** Сосредоточьте внимание на «Земле» и попросите: «Мать-Земля, дай мне свою силу, наполни мое тело легкостью, чтобы я был как “пылинка”. Мать-Земля, наполни мое тело своим качеством, чтобы оно стало как “воздушный шарик”». Произнесите эту просьбу вслух, и вы почувствуете, как Мать-Земля начинает питать ваше тело легкостью.
3. **Наполнение тела энергией Земли:** Продолжайте обращение: «Мать-Земля, войди и наполни своими качествами минеральный уровень, клеточный, организменный, интеллектуальный, общественный. Мать-Земля, войди в мои ступни, ноги, тазовую часть, туловище, грудь, руки, шею, голову, и пусть поток выйдет из меня в “Небо”».

С каждым разом ощущение легкости в теле будет усиливаться. Постоянная практика этой техники, при соответствующем уровне и подготовке, может привести к состоянию, близкому к левитации.

Цель упражнения: Упражнение организует присутствие индивидуальности в потоке энергии взаимодействия «Небо и Земля», создавая духовную связь с Божественным.

ЧТО ДАЕТ УПРАЖНЕНИЕ?

1. Улучшение эластичности сосудов и микрокапилляров, что способствует лучшему кровообращению в голове, туловище, органах, руках и ногах.
2. Снятие напряжения и усталости.
3. Наполнение жизненной энергией «Неба» и «Земли».
4. Активизация работы аксонов, что пробуждает антигравитационные мышцы.
5. Повышение чувствительности тела.

Вывод: Полностью избавляться от ощущения тяжести в организме не следует. Необходимо поочередно увеличивать «тяжесть» и «легкость» в разных частях тела — в печени, легких, сердце, ногах и т.д. Освоив навык управления «тяжестью» и «легкостью», человек превращается из дилетанта, не знакомого с возможностями своего тела, в профессионала, способного создать мощную гомеостатическую систему, регулируя баланс этих двух состояний.



КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ПРИНЦИПА УПРАЖНЕНИЕ №10 «ОБЪЁМНОЕ ВОСПРИЯТИЕ РЕАЛЬНОСТИ»

*Древняя мудрость гласит:
«Живёшь — значит умираешь,
Играешь - порождаешь присутствие жизни»
В Библии Евангелие от Матфея 18:3 сказано:
«Истинно говорю вам, если не обратитесь и не
будете как дети, не войдете в Царство
Небесное»*

Дети постоянно играют, объединяя мысль, образ и чувства. Взрослые же часто живут по логике и, как правило, ощущают неудовлетворенность жизнью, забывая об игре под названием «Счастье, Успех, Удача». Взрослые, которые не играют, занимают пассивную, **ИНЬ-скую** позицию, и их можно назвать «потребителями». Напротив, те, кто живет в «игре», занимают **ЯН-скую** позицию, расширяя сферу своего восприятия и влияния.

ЯН-ские люди понимают, что счастье нельзя найти — его можно только построить. Успех приходит к тем, кто ясно видит свои цели, а удача — к тем, кто готов её принять, будь то вдохновение, муза, божественные силы или сущности.

Цель упражнения: научиться новому восприятию себя, окружающих и природы через фантомные чувства. Помимо материальной жизни, это восприятие помогает развить тонкоматериальную жизнь. Управляя своими чувствами («включил»-«выключил»), вы можете формировать счастье для себя и близких. Новый взгляд на мир принесет успех, и человек станет готов принять удачу, проявляя через себя божественность и духовное наполнение в своем творчестве.

ЧТО ДАЁТ ЭТО УПРАЖНЕНИЕ?

1. Увеличение продолжительности и качества жизненного времени.
2. Радость и удовлетворение от самореализации.
3. Способность проявлять любовь через сердце, усиливая связь с окружающими.

ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЯ «ОБЪЁМНОЕ ВОСПРИЯТИЕ РЕАЛЬНОСТИ»

Предыдущие девять упражнений готовили вас к этому важному состоянию. Удивительно, но свойство «объемного восприятия реальности» уже естественным образом присутствует в нас. Примеры:

1. **Водитель автомобиля** ощущает габариты машины через фантомные чувства, удерживая во внутреннем восприятии фантомный образ автомобиля и окружающего пространства.
2. **Зрительное восприятие:** Глаза фиксируют предметы точно, но ваше сверхсознание ощущает весь объем пространства комнаты.
3. **Профессиональное видение:** Художники, токари и мастера других профессий развивают объемное восприятие деятельности через фантомные чувства.

ПРАКТИКА ОБЪЕМНОГО ВОСПРИЯТИЯ

Используйте мысль и образ, чтобы двигать и расширять фантомное пространство. При вдохе сжимайте, «всасывайте» пространство всем организмом, а при выдохе расширяйте. Так вы развиваете способность к влиянию и повышаете чувствительность.

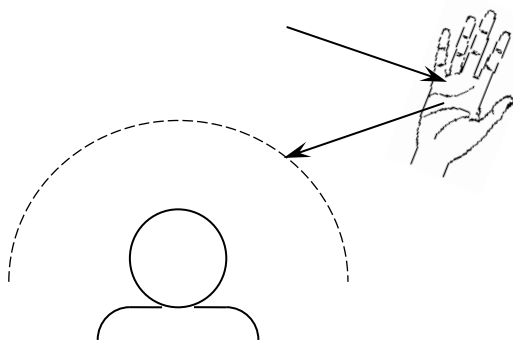


Не забывайте **переключать внимание** между состояниями: с тонкого тела на плотное — это «выключение», с плотного тела на тонкое — это «включение». Такая практика «включения» и «выключения» свойств помогает контролировать высокий уровень чувствительности.

Эти упражнения основаны на профессиональных техниках, направленных на развитие духовной силы и расширение восприятия.



ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ



Измеряя энергетическое поле над головой или линейное поле необходимо подводить руку от нейтрального поля к голове вы почувствуете плотность и некую грань, оболочку – это и есть отметка для измерений. Аналогично делается измерение горизонтального поля.

Необходимо знать, что энергетика организма человека имеет свои правила и свойства циркуляции по каналам (меридианам) тела и его чакрам. Эмпирически определено, что если смотреть вертикальный поток энергии над головой то он должен составлять примерно 65 см. Если меньше или вообще идёт всасывание сверху вниз, в голову человека, то это плохой признак, говорит о предполагаемой патологии в организме. Горизонтальное поле должно быть не мене 7 м.

ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ

Отсутствие усталости, активность, ощущение лёгкости в теле. Активизация иммунной системы. Оздоровительный эффект



ЧТО ЕСТЬ СУЩНОСТЬ?

Сущность – это фундаментальное понятие, используемое в различных дисциплинах, таких как философия, логика, информатика, психология и другие. Значение термина зависит от контекста:

1. Философия

В философии сущность – это внутренняя, неизменная природа объекта или явления, то, что делает его самим собой. Например, сущность человека можно определить как разумное существо, обладающее сознанием и волей.

2. Логика и математика

В логике сущность – это определяющие характеристики объекта, без которых он перестанет быть самим собой.

3. Информатика и базы данных

В информационных технологиях сущность (entity) – это объект или понятие, о котором собираются данные. Например, в базе данных сущностью может быть «Клиент», у которого есть атрибуты (имя, возраст, адрес и т. д.).

4. Психология и эзотерика

В психологии сущность можно рассматривать как глубинную основу личности. В эзотерических учениях под сущностью могут понимать некую энергетическую или духовную структуру.

5. Юриспруденция

В юридическом контексте сущность – это основное содержание закона или правового акта, его истинное значение.

1. СУЩНОСТЬ КАК ВНУТРЕННЯЯ ПРИРОДА ВЕЩЕЙ

Если рассматривать сущность как **то, что определяет саму природу объекта**, то можно сказать, что сущность — это набор фундаментальных свойств, без которых объект или явление перестаёт быть самим собой.

ПРИМЕР

Что делает человека человеком? Разум, сознание, воля, эмоции? Можно ли сказать, что искусственный интеллект, если он обретёт осознание, тоже станет человеком?

Это ставит вопрос о гибкости сущности: неизменна ли она или может трансформироваться?

2. СУЩНОСТЬ В ФИЛОСОФИИ «ЧТО-ТО» ЗА ПРЕДЕЛАМИ ФОРМЫ

Платон утверждал, что истинная сущность вещей находится не в материальном мире, а в мире идей. Стул, который мы видим, – это лишь тень идеального «стула», существующего в высшей реальности.

Аристотель, напротив, говорил, что сущность – это форма и материя одновременно. Например, статуя из мрамора: её сущность – это не только мрамор, но и замысел скульптора.

ВЫВОД

Если сущность не ограничивается формой, то, возможно, она скрыта за пределами восприятия?



1. СУЩНОСТЬ И ВОСПРИЯТИЕ ЗАВИСИТ ЛИ ОНА ОТ НАБЛЮДАТЕЛЯ?

Если мы смотрим на сущность с позиции восприятия, то возникает вопрос: зависит ли она от того, кто её определяет?

ПРИМЕР

Что такое вода? Для химика – H_2O . Для поэта – источник жизни. Для рыбы – её мир. Значит ли это, что сущность воды зависит от контекста?

Этот вопрос близок к квантовой механике: может ли сущность существовать до того, как её определили?

2. СУЩНОСТЬ В ЭЗОТЕРИКЕ ЭНЕРГИЯ ИЛИ ИНФОРМАЦИЯ?

В духовных и эзотерических учениях сущность часто ассоциируют с энергией, душой, истинным «Я». Например, в индуизме и буддизме говорят о «атмане» (высшем «Я») и «пустоте» (сутре Шуньяты), которая парадоксально тоже является сущностью всего.

ВЫВОД

Возможно, сущность – это не просто статическая характеристика, а динамический процесс, энергия, информация, сознание?

3. СУЩНОСТЬ КАК СМЫСЛ

Можно также рассмотреть сущность как смысл существования. Например, в экзистенциализме Жан-Поля Сартра утверждается, что «существование предшествует сущности» – сначала человек просто существует, а уже потом сам определяет свою сущность.

ПРИМЕР

Робот или ИИ может выполнять определённые функции, но его сущность как «живого» зависит от того, обретёт ли он смысл существования.

4. ЕСЛИ СУЩНОСТЬ – ЭТО ИНФОРМАЦИЯ?

Допустим, сущность – это некая первичная информация, код, который можно интерпретировать по-разному. Тогда получается, что сущность не привязана к материи?

ИНТЕРЕСНЫЙ ВОПРОС

Можно ли считать цифровую копию человека его сущностью, если она сохранит его сознание, воспоминания и даже характер?

5. ЗАКЛЮЧЕНИЕ: ТАК ЧТО ЖЕ ТАКОЕ СУЩНОСТЬ?

- Набор фундаментальных свойств?
- Некая неизменная «идея»?
- Энергия или информация?
- То, что воспринимает наблюдатель?
- Динамический процесс?

Может быть, сущность — это не что-то фиксированное, а то, что меняется в зависимости от контекста и восприятия? Или же есть некий неизменный «ядро», скрытое за всеми этими интерпретациями?



Газета «НАЧАЛО» Дайджест 2003 г. (статья 7)

СВЕРХСОЗНАНИЕ ОТКРЫТАЯ И ЗАКРЫТАЯ ТЕМА

Бог триедин. Во всем надо искать триединство. Мы знаем неорганическое вещество, органическое вещество. А что вы знаете о третьем веществе? Такие явления, как информация, энергии, плазменные процессы и другие относятся к третьему веществу. Третье вещество в обычной школе никто не изучает. Новейшие технологии – плазменные, пространственно-временные, информационные скрыты от обычного человека.

Если бы человек знал о третьем веществе, о тонкоматериальных процессах, то он бы получил возможность не болеть, не умирать, мозг работал бы уже не на 3 процента, а на 10 или 50.

Все начинается с божественного триединства: Бог Отец, Бог Сын и Святой Дух. Бог Отец - это структурное вещество. Есть органическое вещество – это мы с вами. Есть еще плазма - аморфное вещество. Плазменное вещество - это свет, энергия, огонь. «Но не тот огонь, что горит, а тот, что имеет форму», - сказано в Апокрифах древних христиан. Оказывается, человек способен придать форму обычному огню. Это и есть технология плазменного оружия. Атомный реактор – это механизм сохранения формы, там возникает управляемый термоядерный синтез.

В человеческом организме есть три функции – подсознание, сознание и сверхсознание. Подсознание – это некая структурная часть. Сознание – это полуаморфная часть, то есть полуаморфное вещество. Сверхсознание – представитель плазменных процессов в человеке. Это свойство управления тонкоматериальными явлениями. И о сверхсознании, о некоем третьем веществе мы почти ничего не знаем. Мы подходим к моменту, когда просто необходимо понять, что существует третье вещество.

Изучая человека и его сверхсознательную функцию, ученые создали микрокомпьютерную технологию, биотехнологию, другие информационные технологии.

Покупая технику, вы получаете техническое описание и паспорт. Однако вы женитесь, выходите замуж, при этом не спрашивая у своего любимого человека «технический паспорт». А ведь имея техническое описание своего партнёра, вы могли бы знать все его характеристики, могли бы нормально жить, не делали бы ошибок.

Восточная мудрость всегда несла знание о целостном человеке. Раньше они были в руках ограниченного количества людей. Но не потому, что это запрещено человеку. Причина в том, что есть люди, которым эти знания нужны, и есть люди, которым эти знания не нужны. Представьте себе: вам что-то надо, а вы встречаете человека, которому ничего не надо. Будет ли у вас нормальная жизнь? А нужно было взять «техническое описание», где написано: «Ему ничего не надо». Необходимо иметь некие профессиональные качества, приобрести которые можно только на основе сверхсознания. Сверхсознание в понимании человека отобразено как присутствие и развитие чувств. Развитие чувств – это умение управлять тонко-материальными сущностями. А где эти тонкоматериальные сущности?

Восточная мудрость говорит: «Куда мысль – туда энергия, куда энергия – туда кровь», - и тут же спрашивает: «А все ли мысли Ваши?» Мысль – это тонкоматериальная сущность плазменного происхождения. Она может принадлежать человеку или быть инородной ему. Человек может ее чувствовать, может не чувствовать. Может осознавать, может не осознавать. Действие она может создавать на сознательном и бессознательном уровнях.

Другими словами, мысль – это тоже чувства. И все чувства находятся вне нас. Рассмотрим пример. Электричество и радиоволны находятся вне телевизора, но, входя в него, преобразуются, трансформируются, и получается изображение, звук. Так и в человеке. Оказывается, эти сущности могут войти, но могут не выйти. Им понравится, начнут там жить, размножаться и творить непонятно что. Их называют «паразитами сознания». Или наоборот. Чувства надо развивать, надо проявить, иначе они не входят в человека. Женщина имеет ребёнка, она, вроде, хорошая мать, а чувства материнства нет, чувства любви нет. Где это взять?



Надо уметь это принять. Восточная система развития чувств – «Пустая и полная рука, пустой и полный орган» – свидетельствует о наполнении своего организма и выделении им определённых чувств и качеств. Надо уметь делать некую раскачку этих чувств. Это и называется в магии – игра. Есть кнут, есть пряник, а между ними – игра, величайшая мудрость. Если человек владеет технологией игры, владеет технологией власти этой игры – он управляет этими сущностями, он является пастухом.

Поэтому тема, связанная со сверхсознанием, никогда не была и не будет закрытой. Просто есть люди, которым это надо, а есть люди, которым это не надо, они просто не способны это воспринять.

Анализируя психологию людей, я пришёл к выводу, что именно бывший советский человек, не русский и украинский, а советский, способен воспринять совершенно новые, нетрадиционные знания, знания конька-горбунка.

Об этом в книге С. Прокофьева «Кругооборот года как путь посвящения» приводятся слова Рудольфа Штайнера о том, что в настоящем цикле эволюции ни одно земное «Я» не способно выдержать в своей внутренней форме присутствие сущности Христа (информационной структуры). Поэтому людям даны были ещё и знания и умения Импульса Святого Духа. Западный и восточный человек психологически не готов принять эти новые знания. На Востоке настолько традиции въелись в жизнь, что человек знает, что он умрёт и перевоплотится – и ему этого достаточно. А у западного человека за глазами доллар вставлен. Психология этих людей настолько потребительская, что воспринять эти новые нетрадиционные знания они не в состоянии. Единицы, конечно, могут, а общая масса людей не предрасположена.

Наше же сознание, сознание постсоветского человека, благодаря экономическим и политическим испытаниям, подвижно и подготовлено к восприятию нового. И это очень хорошо. Но надо обязательно знать технику безопасности при работе с новыми знаниями. Техника безопасности должна соблюдаться в первую очередь. Потому что, когда человек начинает работать со своими чувствами, с ощущениями, он может себе навредить.

Эта тема – не тайные знания, эзотерические. Это знания сокровенные. А что значит сокровенные? Вы хлеб, продукты не кладёте на землю, на пол. Кладёте их в тарелочку, на стол. Так же и эти знания нужно уметь взять. Они уже лежат в определенном месте. Нужно знать об этом и уметь их взять.

Так вот, важные две детали, которые я хотел подчеркнуть. Сверхсознание – это нечто, находящееся вне человека, это некая среда. Рыба, плавающая в глубине, даже не предполагает, что на неё давит огромный слой воды. Мы не ощущаем давления воздуха. Но это не значит, что его нет. Таким же образом на человека воздействует тонкоматериальный мир. И нужно уметь его ощущать и пользоваться им. Тонкоматериальный мир находится вне нас. Его только нужно уметь в себя принимать и обратно выделять. С этим связан окислительно-восстановительный процесс, ощущение тяжести – легкости. Наша задача – каждую клеточку организма сделать сознательной во всех процессах, научить переходить то в пассивное состояние, то в активное состояние. Это основа жизнедеятельности любого организма.

Сверхсознание находится вне человека, его надо чувствовать, оно не тайное, оно сокровенное. Нужна определённая техника, благодаря которой можно этим пользоваться. Таких техник существует масса. Но, есть маленькое «Но»: большинство техник, которые используются в работе со сверхсознанием, строились на том, что вначале человек развивал своё физическое тело, потом сверхсознание, а потом только сознание. Поэтому до вершины доходили единицы. Сейчас человек стал более грамотным, подготовленным, образованным, владеет колоссальной информацией. Сейчас сознание развивает сразу сверхсознание и подсознание.

Повторю свою точку зрения: тайных знаний не существует вообще. Считайте, что сейчас нам Бог передаёт телепередачу и говорит: «Друзья, я даю вам тайные знания. Возьмите». А настроена ли ваша антенна на принятие сигналов Бога и даже телепередач? Узнав, как настроить свою антенну, человек сможет получать новую информацию, у него возрастут возможности мозга, откроются новые творческие способности, ему будет доступна информация тонкоматериального мира.

Вячеслав Бронников
(Из научных работ)



НОВОЕ О СВЕРХСОЗНАНИИ

Типовой проект реабилитации

при ДЦП, слепоте и соматических заболеваниях.

В основе – возможности организма и система их развития
по методу В. М. Бронникова.

Уважаемый ученик!

Независимо от того, больной вы или здоровый, вас в Международной Академии Развития Человека будут называть теперь именно так. Сюда вы пришли учиться.

Болезнь – это активная форма здоровья. Организм пытается выбраться из предложенной ситуации, проявляя и развивая свои возможности.

А возможности у функций сознания, сверхсознания и подсознания человека огромны. Но как реализовать их, перевести потенциальную энергию в кинетическую – целеустремленную гармонию действующих сил? В них заложен потенциал божественных качеств.

- Только в зрелом возрасте я понял, что Бог наказал меня счастьем, – признаётся Президент Международной Академии Развития Человека – автор метода «Гармонизация функций органов и систем организма человека» В. М. Бронников.

- Проходя суровые жизненные испытания – различные формы патологий, инвалидности, я вначале жизнь возненавидел, потом осознал многие ее закономерности и она мне понравилась, далее я её полюбил, а теперь у меня с ней бракосочетание. За битого двух небитых дают. Это про меня и про вас – говорит он.

Представьте, что вам сделали подарок – мешок золота - и положили его вам на шею. Что с вами будет? Может раздавить неподготовленного человека.

Многие больные взрослые, а особенно больные дети, проходят за счет патологий своеобразные инициации, находясь в барокамере жизни. Если этот процесс вовремя осознать и перевести в управляемый режим, можно преодолеть трудности, приобрести дополнительно колоссальные возможности, взять на себя новую ответственность и осознать свое истинное, Божественное предназначение (У Бога грязи нет, если он что-то дал человеку, то у такого явления есть своя сверхзадача).

Уважаемый большой, инвалид, взрослый или ребенок! Не верьте в то, что вот теперь изгой общества, не сворачивайте на обочину жизни!

Мы предлагаем вам новую систему знаний о своем организме, о закономерностях его внутренней и внешней формы. Эта система нетрадиционная в нетрадиционном, нестандартная в нестандартном.

Вспомните сказку про конька-горбунка. Вроде бы он изгой среди своих собратьев – породистый коней. Но именно у него есть скрытые свойства: пролезая через его ухо можно получить потрясающие возможности.



Уверяем вас, что такой конёк–горбунок и есть ваше нескладное, с массой проблем тело. Но надо им суметь воспользоваться им, получить ключ к новым знаниям – «инструкцию пользователя коньком – горбунком».

- «Люди не понимают, что самые ценные среди них – это больные. А среди инвалидов – дети». - Говорит Вячеслав Михайлович Бронников. Именно они имеют спецпредназначение, спецдопуск к неслыханным божественным качествам.

Но если не узнают о них вовремя, не помогут им окружающие – сгорят они в атмосфере жизни, так и не войдя или не удержавшись на своей уникальной орбите.

Вспомните Илью Муромца. Пришли к нему калики перехожие. И какой-то странник научил его как обращаться со своим телом. И стал Илья самым сильным человеком на свете!

С точки зрения сегодняшней теории и практики, называемой методом Бронникова, это значит, что больные ДЦП могут иметь редчайшие возможности в передвижении; слепые - в альтернативном способе видения мозгом не материального и нематериального, промежуточного пространства; глухие разовьют тончайший слух, в том числе и звуков божественных сфер; у кого соматические заболевания, ослаблен иммунитет, смогут управлять обменными процессами в своем организме даже на минеральном, клеточном уровнях.

«Истинно верующий выпет яд и яд его не возьмёт, наложит руки и исцелит – сказано в «Апокрифах древних Христиан!» Это про вас, уважаемые **сегодняшние больные и немощные!** Поверьте в свое предназначение.

Тогда, укрепляя свою волю, овладевая своим сознанием и сверхсознанием, вы шаг за шагом двинетесь к самооздоровлению, далее к сверхздоровью и профессиональной помощи в оздоровлении друг их.

...Потрите, пожалуйста, свои руки, чтобы им стало тепло: этим вы активизируете две группы нейронов мозга, отвечающих за движения рук. Разведите ладошки в стороны, будто между ними небольшой энергетический мячик и попробуйте почувствовать его упругость. Получается? Это не ваша придумка, а реальный процесс овладения первичными ощущениями биоэнергии.

Затем– поводите по ладошке пальчиком другой руки, но не прикасаясь, на расстоянии. Чувствуете лучик?! Поменяйте руки, опять поводите. Нарисуйте квадратик, кружок, треугольник, напишите своё имя. Получилось??

Теперь вы хозяйин своей биоэнергии. Она перешла из животного, неосознанного, неуправляемого состояния в контролируемое вами, управляемое, а значит по нашей терминологии стала психической энергией.

Это первый, но очень важный шаг. Затем вам предстоит овладевать комплексами упражнений по дальнейшему усилению чувствительности к тончайшим энергетическим взаимодействиям, учиться использовать эти упражнения для различных задач самооздоровления, самореабилитации, профилактики заболеваний и развития уникальных возможностей вашего организма.

Под руководством инструкторов-преподавателей: опытных врачей и педагогов, владеющих методом В. М. Бронникова, вы будете развивать все



виды чувств, а, следовательно, головной мозг. Игровая форма занятий, смена ролей ученика и учителя, когда даже больной ребёнок во многом будет опережать здоровых взрослых и те с радостью будут приглашать его в тренеры и наставники.

Не беспокойтесь, у вас всё получится! Упражнения сами по себе несложные (для весомого результата важна система). Технологический набор упражнений отражён в ваших анкетах, которые вы сами будете заполнять. И вы увидите как много «плюсов» появится у вас в нужной графе. Занятий всего десять, по два часа. Это **первая ступень**.

Ступеней для вас необходимо три.

К концу первой организм, освоившийся в регулярном энергоснабжении, проявит доселе многим неизвестное свойство – биокomпьютерный, как у нас называю - способ видения. По вашему заказу в любой момент вы сможете вызывать своей мысленной командой экран внутреннего видения перед глазами. Создавать на нём различные изображения.

На **второй ступени**, потренировавшись в расширении диапазона цветов, объема внимания, продолжительности удержания изображения, вы станете асом – легко воспроизводящим на внутреннем экране многозначные числа, записанные в таблицы, и фиксирующим с помощью секундного «фотографического всплеска» многочисленные картинки разложенные перед вами на столе.

Третья ступень может показаться просто фантастической. Но и это результаты работы закономерностей активизации свойств организма. Вы можете видеть себя изнутри, свои органы, даже клетки и отдельные их части. Создав с помощью фотографической памяти каталог картинок из анатомического атласа вы сможете на внутреннем экране сравнивать норму и положение дел в своем организме. Но не просто констатировать грустный факт, а, зная способы энергоинформационного влияния, укреплять прямые и обратные биологические связи, развивать угасшие группы нейронов головного мозга и многое другое.

По вашей мысленной команде начнут меняться отток и приток венозной и артериальной крови, обменные процессы внутри клеток, будут сокращаться или расслабляться даже ранее обездвиженные частицы.

Слепые смогут овладеть так называемым альтернативным способом видения — мозгом как радаром. Прикосновение к предметам, постукивание вашей тросточки или просто окружающие вас звуки будут вызывать яркие изображения, с каждой тренировкой все более совпадающие с реальными.

Однако сразу настройтесь на долгий и даже в чем-то рутинный труд. Нарботка объективности влияния на организм или сканирования окружающего пространства — это многие ежедневные часы тренировок, перемежаемых энергетическими упражнениями для восстановления и укрепления жизненных сил.

Сила воли, знание системы закономерностей, четкое соблюдение предписаний техники безопасности в наращивании нагрузки на мозг и весь организм — вот три основных требования для реабилитации и оздоровления... А что, у вас есть альтернатива?

И чем в более раннем возрасте больной начнет осваивать новые возможности — тем лучше. Ведь в период полового созревания должно происходить развитие не только подсознания — физического тела, сознания, но и сверхсознания, энергоинформационной тонкоматериальной структуры организма. А все, что не развито вовремя, как известно, начинает

атрофироваться. У каждого в разной степени, все равно с возрастом возвращать к норме утраченные преимущества намного сложнее.

Но и совсем в молодые годы начинать не получается — необходимы сформировавшиеся качества ответственности, устойчивости внимания, знание ряда сложных понятий. На практике пока мы считаем наиболее оптимальным для развития способностей сверхсознания возраст от семи до четырнадцати лет. Хотя бывают и исключения из правил.

- не могу я ждать больше, ваша система для меня последний шанс, - заявила мама пятилетней Кати, больной сахарным диабетом инсулинозависимой формы. — три укола в день: ни моих сил не хватает, ни дочки. Все перепробовали. Не поможет на этот раз — с дочкой что-нибудь сделаю и сама с балкона выброшусь!

- ...на занятиях первой ступени Катя освоила навыки управления своим энергообменом, а дома усиленно занималась с мамой изучением цифр: для объективизации и тренировки биокомпьютерной памяти необходима запись в 25-ти клеточных таблицах одно-двухзначных чисел. Училась различать геометрические фигуры — круг, квадрат, треугольник, овал для тренировки фотографической памяти. Успела. За отведенные три недели прекрасно развила энергообмен и одновременно выучила цифры и фигуры. Перешли по графику к освоению фотографической и компьютерной памяти.

А мама все спрашивала: «Когда, когда лечиться-то будем?». Тут еще начались скачки сахара в крови при выполнении упражнений — обычное явление в начальном этапе занятий при активизации функций организма. Главное не расстраиваться, а внимательно следить при каком упражнении сахар падает, при каком растет и подобрать нужную их последовательность для равновесия. Более взрослые дети быстро осваивают навык своевременного уровня сахара в крови без специальных приборов, умеют его держать в допустимых пределах. Но и здесь нашли выход.

Грустная маленькая «Киса», как называла ее мама, начала добросовестно штудировать анатомический атлас. Основные функции. А поджелудочную железу вообще «разбирали» по клеточкам. Альфа клетки. Бета клетки. Какие за что отвечают. Сравнивали в каких сколько процентов нарушений.

Применяя закономерности теории дергали за «энергетические ниточки» управления действующими силами в динамике организма.

И процесс пошел! Исчез ацетон. Начал снижаться уровень сахара в крови ушли в прошлое проявления других хронических соматических отклонений, зафиксированных в толстой и потрепанной «медицинской карте больного».

Подробности технологии реабилитации можно приводить долго. Но при первом беглом знакомстве с методом Бронникова главное увидеть результат.

Вот он: на снимке счастливая девочка катя обнимает главного врача Академии Любовь Юрьевну Ложникову.

Счастливых, радостных лиц на фотографиях можно поместить много: метод хорошо помогает при всех видах соматических заболеваний, в том числе при постчернобыльском синдроме — общем снижении иммунитета. Когда медкарта просто распухает от диагнозов, учиться приходится на дому, а гулять выходить только летом, да и то не в сильный ветер.

Но за всеми результатами, напоминаем, ежедневный труд ребенка, настойчивое и терпеливое поощрение родителей, поиск индивидуальных особенностей в изучении упражнений, подборе их чередования и продолжительности.



(Здесь можно оборвать для буклета для соматики)

...Я не думал, что у меня что-нибудь получится, — рассказывает Саша Левит, практически слепой с детства после травмы обожженных кислородом глаз. А поверил в себя только когда у меня получилось упражнение «Энергетический всплеск». И тогда я поставил себе цель — научиться видеть новым способом. Как это позволяет метод Бронникова.

А наш коллектив (вы видите, что преподавателей метода много и даже есть филиалы академии во многих городах) всегда рад помочь тем, кто не желает оставаться в роли пассивного наблюдателя за тем как врачи всеми способами тащат его конька-горбунка из балета.

Более того, каждый человек одновременно оздоравливается и приобретает феноменальные возможности памяти, перестаёт уставать, обретает цель и перспективу в жизни. Со временем он сам становится профессионалом и преподавателем, способным развивать такие способности у других. При необходимости процесс может сопровождаться врачом.

Наработанные навыки не утрачиваются. Мы подсказываем, как использовать их в повседневных жизненных ситуациях, чтобы они приносили пользу постоянно.

Мы открыты для всех, кто готов к развитию.
Ждём Вас на наших онлайн-занятиях!



ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРНЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Параклет Геннадий, Телепатия, Донецк, Сталкер, 1998.
2. А.С.Прангишвили, А.Е.Шерохия, Ф.В.Бассина, Бессознательное: природа, функции, методы, исследования, Том 1-4, Тбилиси, Мецниереба, 1985.
3. Фрейд Зигмунд, Психология бессознательного, Москва, Просвещение, 1990.
4. Бессознательное. Сборник статей. Том 1, Новочеркасск, Сагуна, 1994.
5. Лора Дэй, Самоучитель по развитию интуиции, Москва, АСТ, Астрель, 2002.
6. Патриция Гарфильд, Творческий сон, Москва, Золотой век, 1996.
7. М.М.Бубличенко, Тайные ресурсы нашего подсознания: успешное сотрудничество с самим собой, Ростов-на-Дону, Феникс, 2008.
8. П.М.Ершов, Искусство толкования, Часть 1-2, Дубна, Феникс, 1997.
9. Л.Рётлисбергер, Интуиция. Как ее развить и научиться ею пользоваться, Москва, Издательство Мир книги, 2008.
10. Л.С.Выготский, Психология искусства, Москва, Искусство, 1968.
11. Куб Э., Источник мысли, Москва, Эксмо, 2011.
12. Шах И., Караван сновидений, Москва, ФАИР-ПРЕСС, 2002.
13. Гроф С. Области человеческого бессознательного, Москва, Трансперсонального Института, 1994.
14. Ошо, Интуиция. Знание за пределами логики, Санкт-Петербург, Весь, 2006.
15. В.Ленский, Второй интеллект, Индия, 1995.
16. М.М. Бубличенко, Тайны второго «Я», или подсознание правит миром, Ростов-на-Дону, Феникс, 2008.
17. С.Крипнер, Д.Диллард, Сновидения и творческий подход к решению проблем, Москва, Изд-во Трансперсонального Института, 1997.
18. Д.Н.Узнадзе, Психология установки, СПб., Питер, 2001.
19. Д.Майерс, Интуиция. Возможности и опасности, СПб., Питер, 2012.
20. Д.Мэрфи, Телепсихика: Раскройте свои скрытые подсознательные возможности, Минск, Попурри, 2006.
21. Айзенк Г., Айзенк М., Исследования человеческой психики, Москва, ЭКСМО-Пресс, 2001.
22. Гримак Л.П., Резервы человеческой психики: Введение в психологию активности, Москва, Политиздат, 1989.
23. Сверхсознание и пути его достижения. М Ладыженский – 2017
24. Русский народ в битве цивилизаций. И. Шафаревич, Москва, Родина, 2022
25. Основы древнецерковной антропологии. Том II. Апокатастасис — Авраам Самуилович Позов (Позидис), Санкт-Петербург, 2008



1

СТУПЕНЬ «ЭКОЛОГИЯ ДУХА»

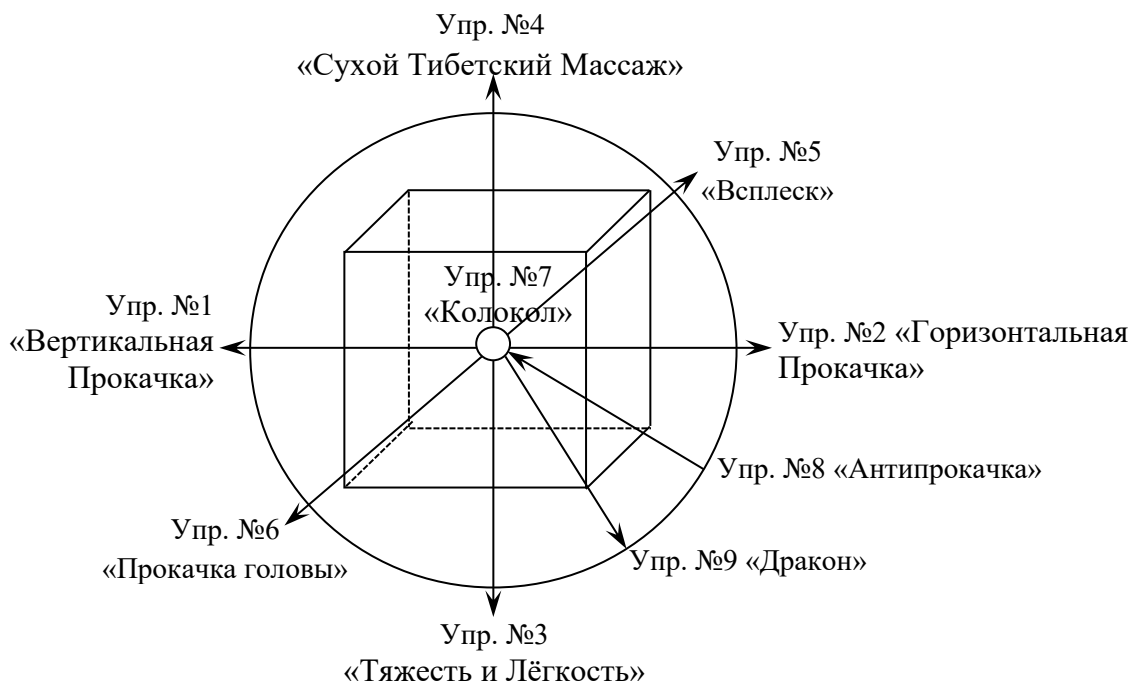
Название этому комплексу упражнений дал Патриарх Русской Православной Церкви Алексий II. Во время общения в Академии Информатизации, членами которой мы являемся, он назвал его «Экология Духа».

Предлагаемый комплекс состоит из 18 упражнений, которые можно отнести к базовым основам ЦиГун. В свое время эти упражнения изучались учеными в нескольких научных учреждениях, включая Институт «Нетрадиционных Методов Лечения» в Москве. Исследователи отметили, что, хотя сами упражнения были им знакомы, результаты, достигаемые нами и нашими учениками, значительно превосходят их собственные. Причина заключается в особой «схеме сборки» комплекса.

Схема сборки — это ключевой момент. Она дает синергетический эффект, создавая новый смысл. Представьте, что перед вами — детали новой машины. Чтобы собрать машину, необходима схема сборки. Так и здесь: важны не столько сами упражнения, сколько их структурированное сочетание, позволяющее достичь максимального эффекта. Упражнения делятся на:

- **Самостоятельные**, выполняемые учеником индивидуально;
- **Парные и коллективные**, предполагающие взаимодействие с партнерами.

Комплекс упражнений относится к начальному этапу профессионального развития, поэтому особенно важно, чтобы каждый участник прошел подготовительный этап самостоятельно, прежде чем приступить к работе с основными техниками.



СОДЕРЖАНИЕ:

Упражнение 1: «Вертикальная Прокачка»
Упражнение 2: «Горизонтальная Прокачка»
Упражнение 3: «Тяжесть и Лёгкость»
Упражнение 4: «Сухой Тибетский Массаж»
Упражнение 5: «Всплеск»

Упражнение 6: «Прокачка Головы»
Упражнение 7: «Колокол»
Упражнение 8: «Антипрокачка»
Упражнение 9: «Дракон»

«ЭКОЛОГИЯ ДУХА»

*Куда мысль – туда энергия,
куда энергия – туда кровь.
Древняя мудрость.*



Считается, что в человеке существуют **Живая, Мертвая и Святая Силы**, каждая из которых выполняет свою важнейшую роль в жизни человека. Истинная духовность в «Экологии Духа» достигается, когда человек знает и сознательно использует все три эти Божественные силы.

Как понять и овладеть этими силами предлагается на курсе метода В.М.Бронникова «Информационное развитие человека».

На первой ступени дается техника «Живой Силы».

І ступень – «Экология Духа» - дает базовую технику на основе аутотренинга, являющейся основой

техники безопасности для выживания человека в агрессивной окружающей энергоинформационной среде.

I СТУПЕНЬ ГАРМОНИЗАЦИЯ ФУНКЦИЙ ЧЕЛОВЕКА

Содержание курса

Основные понятия:

- Сознание, подсознание и **сверхсознание**, их возможности;
- **Фантомные чувства** как основа тайных технологий;
- Материальное, нематериальное и промежуточное «Бардо» пространства и их возможности во взаимовлиянии;
- **Жизненные силы**, их разновидности и практическое использование: закрытая, открытая, объединенная системы организма человека;
- Вампиризм, его виды, технологии защиты;
- **Божественные возможности человека** и перспективы их развития;
- Техника «Витязь и Бергения».

Основные техники:

- Ощущение своей энергии и **сознательное** перемещение ее в своем организме;
- Умение передавать поток своей энергии партнеру на расстоянии;
- Умение проникать в другого человека своей энергией, **усиливая** при этом тонкие духовные связи, помогающие “проснуться” сущностям тела партнера;
- Ощущение фантомных чувств, гравитации, **антигравитации**;
- Умение быстро восстанавливать свои жизненные силы, умение не уставать;
- Создание энергетических всплесков энергии (необходимо для мгновенной активизации защитных функций, энергетический всплеск - это начальная стадия формирования **Импульса Святого Духа** в христианстве);
- Владение первичными навыками работы с энергиями слушания, привлечения и удержания;
- Активизация и восстановление энергии глаз и головного мозга, что необходимо для **сохранения качества зрения**, особенно при работе с компьютером или при патологиях зрения;
- Умение влиять на расстоянии через предметы, схемы, анатомические атласы для улучшения или восстановления здоровья

себе и окружающим.

Вам это даст:

- Развитие навыков естественного оздоровления;
- Овладение новым инструментом в своей жизни - фантомные чувства;
- Новое восприятие окружающего Вас мира;
- Новые защитные свойства - противодействия негативным воздействиям людей, техники, агрессивной энергоинформационной среды;
- Умение восстанавливать свои жизненные силы;
- Сохранение Экологии Духа в семье, на работе и в жизни, усиливая тонкие связи.

І СТУПЕНЬ
ГАРМОНИЗАЦИЯ ФУНКЦИЙ ЧЕЛОВЕКА

Устами древности

«Энергетические структуры в организме человека, развивающиеся в процессе занятий внутренней алхимией Ци Гун, отсутствуют у профанов».

**Даосская Йога
«Алхимия бессмертия»**

«Чувствовать – значит жить; бесчувственный – наполовину мертв».

Буаст Пьер

«Чувствительность выражается не только словами, но и энергией силы мысли и позицией сознания».

Феклерон

«Переделайте себя, если вы хотите переделать мир».

Свами Вивеканада

«Истинное самопознание есть пробуждение сознания божественной природы в человеке».

Драгоценные камни востока

«...Когда он станет пустым, он наполнится светом, но, когда он станет разделенным, он наполнится тьмой».

**Евангелие от Фомы,
[стих 65, стр.28]**

КОНТАКТЫ

Телефон: +7978 279 77 71 (вотсап, вайбер)

E-mail: info@bronnikovvm.ru

Сайты:

<https://pbcvalley.ru>

<https://bronnikov-corporation.com>