

Геннадий Михайлович Кибардин  
Энергетическое исцеление: диагностика, массаж, медитации, способы  
защиты



Геннадий Кибардин

# Энергетическое ИСЦЕЛЕНИЕ

ДИАГНОСТИКА, МАССАЖ,  
МЕДИТАЦИИ, СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ



## Аннотация

*Читателю предлагается без лишнего тумана и мистики ознакомиться с тем, что представляет собой энергетическое исцеление и каким требованиям должен отвечать настоящий целитель.*

*Ссылаясь на результаты научных исследований, автор утверждает, что опытный целитель фактически подключает своего пациента к пульсациям энергии электромагнитного поля Земли и таким образом открывает доступ к бесконечному источнику животельной энергии природы. На многочисленных примерах показано, как можно избавиться от «необъяснимых» или «неизлечимых» заболеваний и даже спасти жизнь человека в экстремальной ситуации.*

**Г.М. Кибардин**

### **Энергетическое исцеление: диагностика, массаж, медитации, способы защиты**

#### **От автора**

Так повелось, что с детства я безо всяких усилий мог «видеть» только что прочитанный мною текст в закрытой после чтения книге. Особенно часто это проявлялось во время учебы в младших классах. Прочитанная книга «зависала» передо мною в воздухе, необъяснимым образом перелистывались ее прозрачные листы и останавливались на нужном мне месте. А далее я спокойно считывал ярко-черный текст, видный только мне одному, чем приводил в изумление учителей и сверстников, считавших, что у меня феноменальная память.

Однако настоящее видение невидимого стало приходить ко мне после 27 лет. Стрессовые ситуации, словно волшебные ключи, постепенно открывали передо мной все новые варианты ясновидения.

Например, после трагической гибели в Афганистане моего товарища и сослуживца Павла у меня неожиданно открылся дар видеть будущее любого человека. В критических ситуациях неожиданно для себя мог видеть, что ждет конкретного человека сегодня или в ближайшее время, каким-то образом я умел считывать мысли окружающих людей. Поначалу с радостью делился с людьми этой информацией. Однако спустя некоторое время понял, что не нужно рассказывать людям о том, что их ожидает или о чем они думают. Многие просто боятся узнать правду о своем будущем, особенно если предстоит трудное жизненное испытание. Тем более люди не желают, чтобы кто-то «считывал» их тайные мысли без их разрешения.

Замолчав на некоторое время, я решил довести свои способности в области ясновидения до уровня осознания работы этого необычного механизма. Для начала стал усиленно изучать все, что, по моему мнению, было связано с таинственным тонким миром, окружающим человечество. Это направление оказалось настолько захватывающим, что на несколько лет я с головой ушел в познание особенностей тонкого мира Вселенной.

Природа явно шла мне навстречу. Она благосклонно дарила мне все новые возможности заглянуть в таинственный тонкий мир. После очередного стресса, на этот раз связанного с ясновидением, у меня неожиданно открылся дар видеть судьбу человека на ладонях его рук. Происходило это следующим образом. Глядя на ладонь человека, я видел, как она начинала медленно светиться, а окружающее пространство темнело и теряло свои очертания. Линии на ладонях рук поочередно излучали яркий свет, а во мне звучал некий, весьма грубый, мужской голос, который рассказывал о стоящем передо мной человеке то, что он хотел узнать, я же едва успевал проговаривать вслух эти слова. Часто в такие моменты я входил в состояние транса и слабо помнил то, что говорил.

Спустя годы и даже десятилетия люди, которым я рассказывал их судьбу на много лет

вперед, старались найти меня, чтобы с изумлением подтвердить, что все, предсказанное мною, сбылось.

Шло время, и свои способности видеть невидимое я начал использовать для того, чтобы помочь людям избавиться от многих проблем со здоровьем. Этому способствовали хорошие знания и большая практика работы в самых различных областях.

Например, я успешно овладел приемами мануального массажа, методами гирудотерапии, корейской Су-Джок-терапии и китайской пальмологии, аурикотерапии, магнитотерапии и гомеопатии.

Сегодня читателю предлагается более подробно ознакомиться с таинственными методами энергетического исцеления человека. Вы узнаете, что у этих методов имеется вполне научное обоснование. Читатель может обучиться некоторым приемам энергетического исцеления, чтобы в дальнейшем использовать их для себя, а также помогать своим друзьям.

## **Введение**

Дар целительства заложен в каждом человеке с рождения, он вовсе не является привилегией немногих избранных судьбы. Всякий человек может исцелиться сам и исцелять других людей, даже не осознавая этого.

Например, при ушибе мы прижимаем к ушибленному месту руку или растираем его, чтобы унять боль. В этот момент наше сознание и тело автоматически посылают мощные импульсы целительной энергии в пораженную область. Если же вы расслабитесь и поддержите руку на больном месте дольше, чем обычно, то обязательно ощутите более сильный эффект. Приведу один пример. Моя старшая сестра Тамара много лет работала крановщицей в литейном цехе на одном из крупных заводов Урала. При паузах в работе крана она спускалась вниз и помогала мужчинам перемещать металлические заготовки вручную. Конечно, это не женская работа – таскать металлические болванки, однако тридцать лет назад в России и все было иначе. Молодые женщины не стремились покорить мир любой ценой, выйти замуж за принца, стать известными артистками или певицами, на худой конец – консультантами, менеджерами или психологами. Большинство из них успешно трудилось на производстве и дорожило своей работой.

По окончании рабочего дня, когда в цехе уже никого не было, Тамара решила навести порядок – убрать из-под ног некоторые металлические заготовки, весившие не менее 50 килограммов каждая. Перемещая одну из таких болванок волоком по полу, Тамара споткнулась и уронила ее на ногу. Острый край болванки с силой ударил ее по ступне. Превозмогая невыносимую боль, Тамара нагнулась и медленно отодвинула обеими руками болванку со своей ноги. Ни о чем не думая, она интуитивно наложила кисти рук на пораненное место и стала мысленно представлять себе, как под ее руками все заживает и приходит в норму. Так прошло около 20 минут. Тамара не шевелилась, она очень боялась, что у нее случился перелом ступни. Прошло еще некоторое время. Женщина медленно распрямилась и с удивлением ощутила, что ее нога цела, перелома нет. Собравшись с силами, она шагнула один раз, второй – и вдруг с радостью поняла, что ушибленная нога почти не болит. Добравшись до дома, Тамара зашла в ванную и долго поливала больную ногу прохладной струей воды, после чего, не ужиная, легла спать. Проснувшись утром рано (рабочая смена начиналась в 6 часов утра), Тамара не сразу вспомнила о том, что было вчера. А вспомнив, с радостью отметила про себя, что все обошлось. Нога чуть побаливала, однако почти не опухла. Этот феномен можно объяснить только так: наложив руки на больное место и настойчиво пожелав себе, чтобы все зажило, Тамара запустила в своем сознании мощный механизм самоисцеления, который и помог ей быстро нормализовать обменные процессы в месте удара.

Природа мудра, она снабдила каждого человека целой системой самоисцеления, которая срабатывает не только в повседневной жизни, но и в экстремальных ситуациях.

Например, каждая мать гладит, качает на руках, ласкает и целует свое заболевшее дитя. Подобное внимание она оказывает и другим близким ей людям. Если присмотреться внимательнее к этим простым действиям, то вы обнаружите, что ваше прикосновение действует тем сильнее, чем больше вы любите того, к кому прикасаетесь.

Как видите, подавляющее большинство людей, особенно женщин, постоянно занимается целительством, даже не подозревая об этом. Если вы счастливы и испытываете радость или у вас просто хорошее настроение, то ваше прикосновение будет намного приятнее (и полезнее), чем когда вы не в духе.

Энергия радости разительно отличается от энергии плохого настроения. Это следует понять и принять в свою жизнь, которая станет намного ярче и богаче. Занимаясь целительством, всегда будьте в хорошем настроении, умейте его создать. Хорошее настроение – одна из основ быстрого обучения настоящему целительству.

## **Часть первая**

### **Энергетическое исцеление**

Искусство лечить людей наложением рук или просто пассами возникло в глубокой древности. Над его осмыслением, развитием и применением трудились сотни поколений мудрецов разных народов.

Искусство лечить людей наложением рук или просто пассами возникло в глубокой древности. Над его осмыслением, развитием и применением трудились сотни поколений мудрецов разных народов.

Этот метод исцеления был знаком и нашим предкам с древнейших времен. В древних летописях староверов Сибири описаны случаи, когда израненного воина, полуживого, выносили с поля боя, и волхвы, образовав вокруг него коло (круг), накладывали на его тело руки, произносили заклинания – и раны затягивались прямо на глазах. Некоторые способы такой практики лечения дошли и до наших дней. Любое исцеление болезней с помощью энергетики, излучаемой руками, начинается с диагностирования больного при помощи различных приемов: свечки, рамки, ясновидения, исследования рукой. Потом проводится общее распределение энергии больного с помощью рук знахаря.

Сильнейшие носители этого искусства во все времена завоевывали широкую популярность, вызвали восхищение. Вместе с тем люди очень настороженно относились ко всему новому, боялись непонятого, не поддающегося привычным объяснениям, выходящего за пределы собственных знаний и умений.

К тем, кто обладал необычными возможностями, люди всегда искали пути, когда была необходима экстренная помощь. Но не менее охотно обвиняли их во всех бедах. Целителей часто забивали насмерть камнями, распинали на кресте или сжигали на кострах.

Лишь в последние десятилетия, привыкнув к чудесам науки и техники, люди начинают понимать, что неординарные возможности человека, при всей их внешней необычности, обязательно имеют (пусть не изученные пока в должной мере) объективные, глубинные механизмы, которые можно и нужно понять и разумно использовать.

Что же это за загадочная и одновременно спасительная энергия, само существование которой многими учеными до сих пор ставится под сомнение?

Советские ученые А. А. Гуревич и В. П. Казначеев в соавторстве с Ю. В. Гуляевым и Э. Э. Годиком установили наличие энергетических полей вокруг тела человека и других живых организмов, что считается сегодня вполне естественным. В составе этих полей ученые обнаружили практически все известные физикам формы энергии.

Современная наука привыкла верить показаниям приборов, но приборы в сфере биоэнергии до последнего времени молчали. Древнейшие проявления необычных возможностей человека наука смогла отчасти уловить лишь сегодня благодаря новейшим

достижениям исследовательской техники.

Если вспомнить историю физики, то формы различного состояния энергии открывались последовательно, по мере развития научных представлений и методов исследования. Увидев, как работает современный цветной телевизор, Вольта и Гальвани, открывшие электричество, вероятно, были бы ошеломлены, а то и поверили бы в сверхъестественное, хотя в основу работы современного телевизора заложены идеи, вытекающие из их собственных открытий.

И каких бы достижений ни добивалась современная наука, неминуемо будет возникать что-то новое, выходящее за пределы уже известного, воспринимаемое вначале как отрицание уже достигнутого. Но затем это открытие становится источником дальнейшего развития отраслей и всей науки в целом.

Все это полностью относится и к учению о необычных возможностях человека, к лежащей в их основе биоэнергетике – самой сложной, а потому задержавшейся в своем научном оформлении области знаний о человеке во Вселенной.

После начавшегося в последние годы всеобщего научного признания биоэнергетика обязательно распушит широкие крылья своей красоты и силы, постепенно перейдет из области эзотерики в нашу повседневную жизнь.

Сегодня происходит переход человечества от огульного отрицания древнего опыта в области биоэнергетики к всемерному использованию рациональных ее составляющих. О размерах выигрышности этого бережливого и непредвзятого подхода к историческому опыту и глубинным возможностям человека для здравоохранения, животноводства, земледелия и других отраслей народного хозяйства мы можем пока только догадываться.

Наука, как известно, не самоцель, а лишь орудие человечества, созданное им для расширения взаимодействия с внешней средой и управления внутренней средой человеческого организма.

Человечество сегодня не настолько богато, чтобы отбрасывать полезные достижения всех времен и народов лишь потому, что они не укладываются в наши уже сложившиеся, ставшие привычными представления.

## **Глава 1**

### **Исцеление человека**

Любой дискомфорт, телесный или душевный, – это прямое указание свыше на то, что вы находитесь на ложном пути и отвернулись от своей истинной сущности.

Каждый человек является потенциальным целителем от природы. Однако чтобы стать настоящим целителем, необходимо пройти всестороннюю и тщательную подготовку: знать анатомию, физиологию и патологию человека, владеть методами консультирования, овладеть техникой массажа, иметь определенные познания в акупунктуре, Су-Джок-терапии, аурикотерапии, гомеопатии. Все эти познания необходимы для более качественной диагностики и лечения наложением рук.

### **Настоящий целитель**

Настоящий целитель должен иметь четкое представление о различных методах диагностики и лечения для того, чтобы сделать процесс исцеления как можно более полным и не противоречащим другим способам лечения. Знание анатомии и физиологии позволяет цели телу правильно интерпретировать информацию, которую он получает свыше. Кроме того, хорошая подготовка в области анатомии и физиологии человека помогает легко

общаться и работать в одной команде со специалистами различного профиля, находить с ними общий язык.

Стать настоящим целителем – нелегкая задача. Точно так же, как нелегко приобрести высокую квалификацию по любой специальности. Хорошему целителю необходима также духовная практика.

Перед началом работы над своим развитием и совершенствованием следует самостоятельно разработать и пройти тесты, способные выявить у вас слабые звенья характера. После этого необходимо развивать в себе настойчивость и способность к творчеству, ясно видеть перед собой главную цель. Можно, конечно, воспользоваться чужими тестами, но их результаты не будут полностью соответствовать вашей индивидуальности, и их нельзя считать истинными.

Настоящий целитель сам разрабатывает всевозможные методы проверки своих способностей, чтобы понять, насколько эффективно он способен управлять своей энергией и самой жизнью. Свою силу и энергию можно использовать в полной мере лишь будучи цельным, честным и исполненным любви к окружающему миру человеком, потому что причина и следствие всегда идут рука об руку в каждом поступке целителя. В ответ всегда получаешь то, что вкладываешь в других.

По мере возрастания жизненной энергии, циркулирующей в вашем биологическом поле, увеличивается и ее целительная сила. Но если вы начнете использовать эту энергию для достижения негативных целей, то со временем ее отрицательная сила обязательно обрушится на вас. В лучшем случае это приведет к потере дара целительства, в худшем – к тяжелой болезни.

С течением времени влияние невидимой силы, которая ведет настоящего целителя по пути познания и развития, будет становиться все более ощутимым. У вас появится невидимый духовный наставник, благодаря которому вы сможете все слышать и осязать. Он многолик и иногда похож на ветер, который тихо шепчет вам истину сквозь время и пространство.

С простейшей формой наставничества целитель сталкивается ежедневно, иногда по нескольку раз в день, часто не замечая этого. Внешне простейшее наставничество проявляется в ощущении дискомфорта у целителя. Да, да, чтобы «достучаться» до сознания начинающего целителя при его неверном поведении, природа использует самый простой, но весьма ощутимый прием – состояние дискомфорта. Если прислушиваться к этому простейшему сигналу, то духовное наставничество будет эффективным, а сам целитель никогда не заболеет. Иными словами, необходимо внимательно прислушиваться к состоянию дискомфорта, которое мы периодически испытываем. И тогда можно вернуть утраченное равновесие и таким образом сохранить здоровье. Дискомфорт сигнализирует нашему телу физическим недомоганием или болью. Он может проявиться и на любом другом уровне нашего бытия – эмоциональном, умственном или духовном.

Любой дискомфорт, телесный или душевный, – это прямое указание свыше на то, что вы находитесь на ложном пути и отвернулись от своей истинной сущности.

Следуя осознанию «наставничества свыше» на простом уровне, необходимо отдохнуть, если вы устали, или поесть, когда действительно проголодались. Вместе с тем это означает требование изменить те обстоятельства, которые причиняют вам боль или беспокойство.

Подумайте, насколько хорошо организована сегодня ваша личная жизнь. Скорее всего, она организована из рук вон плохо, раз у вас много проблем и вы не заботитесь о себе должным образом.

Если вы станете более внимательно относиться к своим личным потребностям, начнете прислушиваться к ощущениям в организме, то вы обязательно обретете ясность сознания и баланс энергии в своем теле. Такой подход существенно укрепит ваше здоровье. Привычка

прислушиваться к себе улучшает общ ее состояние здоровья и ведет к развитию способностей принимать вербальные послания вашего духовного наставника.

### **Исцеление нетрадиционными методами**

На сегодняшний день существует множество методов нетрадиционного, энергетического исцеления человека. Однако на практике они бывают эффективны далеко не всегда.

Эффективность исцеления человека зависит только от двух факторов:

1. Вера больного человека в свое исцеление, в то, что данный врач (психолог, целитель) безусловно поможет вылечиться.
2. Высокая квалификация врача или целителя и его природный дар исцелять людей.

Для подтверждения сказанного рассмотрим пример, когда нетрадиционными методами успешно и быстро был исцелен мальчик, приговоренный классической медициной к летальному исходу. Медиками США официально отмечен следующий случай. У восьмилетнего ребенка в ходе обследования врач выявил рак головного мозга в той стадии, когда уже было поздно оперировать, облучать или применять химиотерапию.

Совершенно случайно о болезни мальчика узнал местный психолог. За 43 дня он помог ребенку в домашних условиях полностью избавиться от смертельной опухоли сугубо психологическими методами.

Суть его методики состояла в следующем. Каждый день психолог приходил к мальчику домой и просил его родственников оставить их одних в комнате. Он выдавал ребенку чистый лист бумаги и набор цветных карандашей, просил малыша нарисовать свою болезнь так, как это видит сам ребенок. По характеру рисунка, толщине и направлению линий, по цветовой гамме и т. п. психолог оценивал психическое состояние ребенка.

Затем в течение 20 минут он проводил с ребенком медитацию на исцеление. Основу ее составлял следующий сюжет.

Мальчик принимал позу, удобную для медитации. Затем Звучала легкая музыка, ребенок закрывал глаза. Профессионально поставленным голосом и соответствующей интонацией психолог рисовал в сознании малыша следующую картину:

«Издали, от самого Солнца, к тебе на помощь плывут по бескрайним просторам космоса маленькие золотистые рыбки. Множество золотистых рыбок плывут к тебе от самого Солнца. Ты хорошо видишь бесконечную вереницу золотистых рыбок. Рыбки блестят и искрятся в лучах Солнца. Это очень маленькие и красивые рыбки. Размер каждой рыбки – не больше рисового зернышка. Это волшебные рыбки. Их посылает к тебе само Солнце – источник жизни на нашей Земле. Бесконечная вереница золотистых рыбок медленно приближается к тебе. Вот уже они совсем рядом. Это невесомые золотистые рыбки. Они легко парят в воздухе и кружатся возле твоей головы.

Ты видишь, как каждая золотистая рыбка не спеша подплывает к твоей голове и затем мягко и нежно забирает своим ротиком маленькую частицу твоей болезни. Ты ощущаешь нежное прикосновение этих рыбок к твоей голове. Ты чувствуешь, как бесконечное множество золотистых рыбок забирают навсегда частицу твоей болезни и болезнь уменьшается, она становится все меньше и меньше.

Волшебные рыбки уносят к Солнцу множество частиц твоей болезни и бросают их прямо на Солнце. А Солнце тут же сжигает все частицы болезни и посылает тебе взамен свое тепло, свет и любовь. Ты чувствуешь, как нежный свет Солнца наполняет все твое тело и избавляет тебя от болезни. Волшебные рыбки и Солнце помогают тебе навсегда избавиться от болезни. Ты уже ощущаешь себя полностью здоровым человеком. Здесь и сейчас».

С каждым днем ребенку становилось все лучше и лучше. После 43 дней ежедневных занятий психолога с больным ребенком родители повезли малыша на повторное

медицинское обследование. Снимки на томографе показали, что опухоль головного мозга практически рассосалась. После этого случая удивленные произошедшим «чудом» врачи наблюдали ребенка еще несколько лет. Рецидива заболевания я не было.

### **Восстановление здоровья**

Восстановление здоровья у каждого человека может осуществляться двумя основными методами – лечение и исцеление. Эти методы сходны по своим задачам, но качественно отличаются по достигаемым целям и результатам. Чтобы решить, что вам необходимо, лечение или исцеление, следует хорошо понимать, в чем суть этих действий.

Термин «болезнь» в самом широком его смысле означает любое отклонение от состояния, которое принято считать нормальным, касается ли это внешнего вида, структурных особенностей или функции органа, группы органов или организма в целом. По существу болезнь является ответной реакцией нашего организма на повреждение, инфекцию или другие негативные факторы.

Упрощенная формула: «физика + химия = жизнь» не объясняет полноту содержания жизни на Земле. Все живое возникает, растет, сохраняется и размножается по своим внутренним законам. Духовное и психическое состояние каждого живого человека познаваемо, но не объясняется одной лишь физикой и химией. Физическое тело человека – это лишь одна из нескольких составляющих его организма.

Термин «лечение» принадлежит официальной медицине и происходит от слова «лечь». То есть для того, чтобы пройти лечение, нужно сначала лечь в кровать, а далее на основе клинических исследований будет поставлен диагноз. Слово «cline» в греческом языке означает «кровать». Итак, нужно лечь в кровать, и на основе «кроватьных» (клинических) исследований вам будет поставлен медицинский диагноз.

Задача медицинского лечения – сделать человека дееспособным, поднять его из постели и восстановить здоровье физического тела.

При лечении причиной заболевания считается его физический источник – инфекция, вирус, травма и т. п., поэтому лечению подвергается только материальное тело человека. Лечение заключается в назначении медиками лекарств, твренных препаратов, инъекций, уколов, оперативного вмешательства.

Однако классический метод лечения, присущий современной медицине, периодически сталкивается с неразрешимой проблемой – неизлечимыми заболеваниями, против которых медицина пока бессильна.

Это происходит потому, что источник болезни находится не только в теле, но и в душе и разуме человека, а классическое лечение не признает существования этих важнейших составляющих человека, неразрывно связанных с состоянием его физического тела. Поэтому лечение медицинскими методами представляет собой устранение физических симптомов заболевания, но не его основной – духовной – причины. Отсюда в методе лечения появляется понятие рецидива болезни, так как неустранимая причина рано или поздно дает о себе знать.

Исцеление означает восстановление невидимым способом единого целого в теле, разуме и душе человека, после чего внешнее проявление болезни в физическом теле полностью пропадает.

Исцеление – это не просто «ремонт» физических, эмоциональных или психических неполадок. Исцеление подразумевает осознание человеком своего жизненного пути и обретение сил, чтобы успешно двигаться вперед по этому пути.



В этом заключается принципиальное отличие метода исцеления от классического медицинского лечения. Многие люди в повседневной речи часто называют исцеление упрощенным термином «целительство».

Подводя краткий итог, можно сказать, что исцеление основывается на гармонизации не только состояния физического тела человека, но и его души и разума. Поэтому методы исцеления сугубо индивидуальны, особенно в сложных случаях. Человек должен сам решить, что ему делать в случае заболевания: решать свою проблему в корне (исцеление) или изо дня в день подавлять симптомы болезни лекарствами (лечение). Выбор за вами.

### **Целители и наука**

Хорошо известно, что в России наука полностью отрицает как процесс исцеления, целительство, так и самих целителей, называя их шарлатанами. И это несмотря на то, что имеется множество документально подтвержденных фактов исцеления немедицинскими методами большого количества людей, в том числе «неизлечимых» с точки зрения официальной медицины.

Вместе с тем в одних странах врачи официально используют некоторые методы терапии, которые отвергаются в других странах. Например, в России широко и успешно используются в медицине методы магнитной терапии, а в США магнитная терапия не признается. В Китае официальная медицина успешно использует иглотерапию, а в России иглотерапия официально не признается медициной как лечебный метод и т. п.

Однако непредвзятые ученые за рубежом, пожелавшие установить истинный механизм, помогающий целителям вершить чудеса, провели множество научных исследований состояния целителя и больного во время проведения целительских сеансов.

Результаты многочисленных исследований показали, что целители каким-то образом (в большинстве случаев интуитивно) во время сеансов создают в своем теле волны вибраций частотой 7,8–8 Гц, что соответствует альфа-ритмам головного мозга. В этом и заключается основная «изюминка» чудесного исцеления людей.

В подтверждение сказанного обратимся к некоторым примерам работы ученых с целителями. Доктор Роберт Бек, физик-ядерщик, объездил мир, измеряя излучения волн головного мозга у различных целителей и их пациентов. Он обнаружил, что все целители показывают (создают) во время сеанса одинаковую структуру мозговых волн частотой 7,8–8 Гц. И это не зависит от того, каковы их религиозные и духовные традиции. Подлинную причину многочисленных исцелений ученый нашел в колебаниях элек тромангнитного поля Земли, частота которых составляет 7,8–8 Гц. Эти колебания известны как волны Шумана.

При дальнейших исследованиях доктор Бек установил, что в моменты исцеления волны головного мозга целителя становятся синхронизированными как по частоте, так и по фазе с электромагнитными колебаниями Земли (волнами Шумана). Это значит, что пульсация мозговых волн целителя не только имеет одинаковую частоту с волнами Шумана, но еще и происходит в одно время с ними. Целитель в этой ситуации выступает в роли посредника (трансформатора) и усилителя реликтового, материнского поля Земли.

В головном мозге больного человека возникает ответная реакция. Вначале мозговые волны пациента подстраиваются под частоту и фазу электромагнитных колебаний Земли, а затем в его организме происходит резонансный скачкообразный рост амплитуды этих электромагнитных волн.

Быстрый рост амплитуды волн Шумана в головном мозге больного запускает механизм самоисцеления «на полную катушку». И если поддержать работу такого механизма (через безусловную веру больного в свое исцеление и соблюдение определенных рекомендаций), то болезнь может очень быстро отступить, даже запущенная и тяжелая.

Вот вам и ответ на вечный вопрос: «Каков механизм чудесного исцеления человека через общение с целителем?»

Доктор Бек предположил, что целители интуитивно черпают энергию, нужную для лечения пациентов, из бесконечных запасов электромагнитного поля Земли. Ученые называют этот процесс сопряжением полей.

Доктор Джон Зиммерман, основатель и президент Института биоэлектромагнетизма в Рено, штат Невада, занимался изучением обширной литературы по сопряжению полей и соотносением содержащихся там данных с опытом целителей. Он установил: то, что целители называют погружением в землю (заземлением), на самом деле является действием по активному подключению вибраций клеток их головного мозга к электромагнитному полю Земли по частоте и фазе.

Доктор Джон Зиммерман обнаружил, что, как только у целителей устанавливается устойчивая связь с электромагнитным полем Земли (волнами Шумана), правое и левое полушария их мозга уравниваются друг друга и начинают работать в альфа-ритме с частотой 7,8–8 Гц. После того как они накладывают на пациента свои руки для исцеления, мозговые волны последнего также входят в альфа-ритм и синхронизируются с мозговыми волнами целителя. В этот момент у пациентов также устанавливается равновесие между полушариями головного мозга.

В этом и состоит суть быстрого исцеления больного человека от рук целителя, чистого в помыслах и делах.

В России много лет, и вполне успешно, ведутся всевозможные исследования функционирования головного мозга человека. В частности, было установлено, что идеальным условием для раскрытия потенциальных возможностей человека является состояние, когда правое и левое полушария головного мозга находятся в равновесии, а нейронные связи между ними максимально открыты для протекания обменных процессов.

Это состояние позволяет головному мозгу не только получать «озарения», но и успешно запускать механизм самоисцеления на полную мощность, что позволяет реально и быстро избавиться от множества проблем со здоровьем.

Доктор Джон Зиммерман показал, что опытный целитель фактически подключает своего пациента к пульсациям магнитного поля Земли и таким образом для проведения эффективного исцеления открывает доступ к бесконечному источнику живительной энергии природы.

Это поистине эпохальное открытие современных ученых дает ключ к пониманию сути множества «чудесных» методов исцеления человека. На самом деле больного лечит не целитель, не плашки из заморского дерева, не «чудо-прибор» КФС или «Фараон», не голографический браслет НАСА, созданный по технологии TRUMAX, не малогабаритные агрегаты биорезонансной и прочей терапии, не драгоценный камень или кристалл. Нет и еще раз нет!

Во всех случаях лечит, а точнее – исцеляет, только сама природа, через наведение в головном мозге больного человека устойчивых резонансных вибраций электромагнитных полей, в точном соответствии с вибрациями электромагнитных полей Земли.

А любые целители либо очередные технические «чудо-средства» выступают в роли катализаторов – посредников, приводящих сознание больного человека в состояние резонансных колебаний в ритмах гармоничных природных вибраций электромагнитных волн Земли. В результате этого происходит быстрое, а иногда и мгновенное, исцеление больного. Все гениальное – очень просто.

Понимание этого дает в руки врача или целителя возможность быстрого и качественного исцеления практически любого больного. А самому человеку позволяет настроиться на быстрое самоисцеление.

Однако в реальной жизни не так-то легко прийти к такому пониманию медику, целителю

или рядовому гражданину. Еще труднее здоровым людям понять, что для того, чтобы и далее быть здоровыми и успешными, необходимо соблюдать элементарное правило: все хорошо в меру. Это правило требует также умения разбираться в сути окружающих людей и соблюдать здоровый образ жизни.

### **Нормализация ритмов мозговой деятельности**

Возможность исцеления людей посредством нормализации ритмов их мозговой деятельности еще не оценена человечеством в полной мере, хотя активные работы в этой области ведутся во многих развитых странах мира.

В качестве примера рассмотрим суммарные результаты ряда исследований позитивного воздействия альфа-ритма на сознание, здоровье и поведение человека.

При активной нормализации альфа-ритма головного мозга у человека наблюдаются следующие позитивные изменения:

Кровоснабжение головного мозга улучшается минимум на 70% в течение всего одной минуты.

Восстановительные процессы в организме ускоряются в 8–10 раз. Например, человеку, переболевшему гепатитом, при хорошем стечении обстоятельств на восстановление нужно минимум 6 месяцев. При условии применения специальных технических устройств, позволяющих усилить альфа-ритмы, либо регулярной практики выполнения специальных упражнений и глубокого медитативного погружения до 30 минут ежедневно срок реабилитации сокращается в 8–10 раз.

Происходит гармоничное перераспределение энергии из тех мест, где имеются мышечные и энергетические блоки. В результате этого энергия начинает свободно циркулировать по всему организму. В восточных практиках это называется «открытие чакр».

Открывается доступ к огромным объемам информации, гораздо большим, чем в обычной жизни. Люди, которые научились анализировать информацию, когда их мозг работает в альфа-ритме, получают ответы на свои вопросы из кладовых самой Вселенной. Когда наш мозг работает в альфа-ритме, к нам приходят творческие идеи, вдохновенные мысли, обостряется интуиция, что позволяет находить новые неожиданные решения проблем.

Становится возможным перепрограммировать сознание человека в нужную сторону, когда мозг активно работает в альфа-ритме. Например, появляется реальная возможность разобраться со своими проблемами, такими как: лишний вес или бессонница, тревога и напряжение, вредные привычки, мигрени и многое другое. Открывается возможность быстро достигать поставленных целей и превращать свои мечты в реальность.

При настройке мозга на частоты Шумана человек получает доступ к неисчерпаемым источникам информации и жизненной энергии нашей планеты, которые можно успешно использовать для гармонизации как отношений между людьми, так и сознания каждого человека.

Дело за малым – кроме гармонизации работы обоих полушарий головного мозга, желательно иметь еще что-то, позволяющее синхронизировать ритмы нашей мозговой деятельности с электромагнитными вибрациями Земли. Ученые и любители уже создают миниатюрные устройства, которые, по их мнению, защищают информационно-энергетические структуры человека, а также очищают окружающее пространство от вредных излучений.

Такие устройства могут представлять собой генераторы или резонаторы волн Шумана, пульсирующие с частотой около 8 Гц, что соответствует частоте пульсации электромагнитного поля Земли и альфа-ритму головного мозга человека. Эта частота является опорным сигналом для шишковидной железы. Как только частота «уловлена» головным мозгом, начинается согласованная работа левого и правого полушарий, которые осуществляют контроль за всеми вырабатываемыми в организме гормонами, необходимыми для поддержания активного долголетия и творчества.

Шишковидная железа начинает вырабатывать гормон мелатонин, создающий для нашего организма устойчивое состояние здоровья, молодости и долголетия. При этом активизируется также управляющая функция щитовидной железы, которая отвечает за синхронную работу поджелудочной железы, надпочечников, яичников. Весь организм человека начинает работать когерентно в едином ритме, в результате чего успешно восстанавливается целостность и плотность биополя. Как только биополе восстановлено, нормализуются обменные процессы организма с окружающей средой на уровне биоэнергетики. В итоге организм быстро восстанавливает свои жизненные силы, а болезни начинают уходить. Все это хорошо, скажет читатель. А что же надо конкретно делать рядовому человеку, чтобы нормализовать ритмы своей мозговой деятельности?

На сегодняшний день в России и за рубежом применяются следующие основные методы нормализации ритмов мозговой деятельности и биоэнергетики человека:

регулярная медитативная практика;

нахождение внутри специальных объемных резонаторов (в определенной их части), выполненных в виде больших конусообразных шатров или пирамид, ориентированных по сторонам света;

звуковые вибрации;

воздействие на тело отдельными видами природных кристаллов, несущих в себе изначально целебные ритмы вибраций реликтовой эпохи Земли, известные сегодня как волны Шумана;

голографические и иные генераторы волн Шумана, в том числе разработанные в НАСА для обеспечения нормальной жизнедеятельности космонавтов и обслуживающего персонала.

В будущем человечество сможет объединить в одно целое все эти методы и дополнить их иными разработками. Это позволит создать уникальные стационарные устройства, которые смогут быстро восстановить функционирование клеток головного мозга в ритме, заложенном самой природой, что создаст условия для последующего восстановления изношенных тканей, костей и волокон.

Такое действие позволит людям жить до двухсот и более лет – при условии, что они будут вести разумный образ жизни.

Рассмотрим более подробно суть некоторых методов реального исцеления человека.

## **Глава 2** **Диагностика**

Предлагаемые здесь рекомендации предназначены для народных целителей и врачей, постоянно совершенствующих свою практическую деятельность.

Прежде чем приступать к исцелению больного человека, врач и целитель должны иметь перед собой четкие результаты его клинической диагностики.

Часто к целителю люди приходят тогда, когда заболевание трудно лечится или нет возможности быстро получить медицинскую помощь из-за удаленности места проживания. Во всех этих случаях больной человек возлагает на целителя большую человеческую надежду, которую нужно обязательно оправдать. В таких ситуациях опытный целитель часто прибегает к дополнительной диагностике при помощи необычных средств – например, маятника.

В своей практике для диагностики состояния человека я использую специальные методы, в том числе и ясновидение. Вместе с тем как дополнительный вариант провожу диагностику с помощью маятника. Для профессионала эта работа является познавательной и интересной, она представляет настоящий внутренний диалог оператора и тела пациента. Сам пациент при этом практически ничего не ощущает и не слышит.

### **Работа механизма «человек – маятник»**

Прежде чем приступить к диагностике с помощью маятника, необходимо четко осознать, как работает механизм «человек – маятник». Давайте еще раз уточним представление о человеке. Каждый из вас может сказать, что человек имеет физическое тело, анатомия и физиология которого подробно изучены и описаны во множестве книг. Кто-то добавит, что у человека есть меридианы, чакры и аура и что в человеке живет его бессмертная душа. На этом наши знания о природе человека в большинстве случаев заканчиваются.

Для тех, кто посвящает свою жизнь более глубокому изучению сути дела, понятие «человек» не ограничивается трехмерным физическим телом и разговорами вокруг него. Представление о человеке возрастает до его многомерности, которая включает в себя несколько составляющих, в том числе физическое тело и энергетическое сознание.

Физическое тело человека является его биологической составляющей, обладающей огромными способностями по взаимодействию с окружающей средой. Большинство людей на Земле ошибочно отождествляют истинное «Я» со своим физическим телом. Отсюда и берут начало многие жизненные проблемы. Основная масса людей постоянно держит свое сознание в физическом теле, что не позволяет таким людям находиться в гармонии с окружающим миром.

За чрезмерную материализацию своей жизни и сознания, за непонимание своего предназначения и подлинного места во Вселенной человечество многие века расплачивается бесконечными болезнями и жизненными проблемами.

Сознание человека является его второй составляющей. Наше сознание состоит из двух частей: биологической и энергетической. В мозге человека биологическая составляющая сознания занимает около одной четверти его объема и выполняет функции по контролю и управлению состоянием физического тела и взаимодействию с окружающим материальным миром. Остальные три четверти от общего объема сознания человека приходятся на энергетическую составляющую, которая активно взаимодействует с невидимой и практически не ощущаемой человеком энергетической частью его тела, а также тесно общается с многомерной энергией Вселенной.

В процессе работы оператора с маятником энергетическая составляющая его сознания «считывает» нужную информацию, преобразует ее в управляющие нервные импульсы физического тела и вызывает непроизвольное сокращение мышц руки, что ведет к перемещению маятника во внешней среде по определенным траекториям движения.

Сказанное выше означает, что механизм «человек – маятник» работает на высоком уровне подсознания, то есть на бессознательном уровне.

Это очень важное положение, которое указывает на то, что сам по себе маятник ничего не может показать оператору, как ошибочно полагают многие люди. Кроме того, из этого следует, что при работе с маятником сознание и тело оператора должны быть максимально расслаблены, чтобы не вносить ложных управляющих импульсов от «домысливания» ситуации биологическим сознанием.

При работе с маятником оператор вслух или мысленно формирует четкий и конкретный вопрос, на который он хочет получить ответ. На подсознательном уровне энергетическая составляющая его сознания мгновенно считывает нужную информацию и готова дать ее оператору в виде управляющих нервных импульсов физического тела. Однако характер прохождения этих управляющих сигналов по нервным волокнам еще четко не отрабатан и не зафиксирован в сознании человека. С этой целью необходимо осуществить

предварительную настройку механизма «человек – маятник». Более подробно о настройке этого механизма можно прочесть в моей книге «Маятники и рамки». А сейчас целителям и врачам предлагается ознакомиться с опытом диагностики маятником состояния человека по функционированию его энергетических чакр.

### **Диагностика чакр**

Мой многолетний опыт работы показывает, что началом многих болезней человека являются искажения или застои движения потоков жизненной энергии внутри и вокруг его тела. Каждому опытному целителю известно, что наиболее важными энергетическими узлами на теле человека являются его основные энергетические чакры. Стоит только нормализовать их работу, как сразу же начинают уходить болезни и психоэмоциональные проблемы человека.

Опытные целители обязательно диагностируют у больного человека состояние его основных чакр. Для оценки состояния передних чакр при помощи маятника попросите пациента лечь на спину. Для исследования состояния тыльных чакр предложите пациенту лечь на живот.

Чтобы определить состояние любой чакры, поместите маятник на небольшой высоте над чакрой и освободите свой ум от всякой предубежденности относительно пациента и состояния его чакр. Сделать это будет непросто, здесь необходима большая практика. Убедитесь, что маятник максимально приближен к телу, но не касается его.

Ваше энергетическое сознание уже оценивает состояние чакры и начинает передавать импульсы управляющих сигналов через нервные волокна на мышцы вашей руки с маятником. Под действием управляющих нервных импульсов сокращаются мышцы руки, и маятник начинает движение. Маятник может двигаться циклично, очерчивая над телом круг за кругом. Он может двигаться и хаотично. Размах и направление движения маятника указывают на силу и направление движения энергии через диагностируемую чакру.

Движение маятника по часовой стрелке указывает на психодинамически открытую чакру. Это значит, что относительно этой чакры внутренние ощущения человека и его психологический опыт хорошо сбалансированы и полноценны.

Если маятник движется против часовой стрелки, то эта чакра психодинамически закрыта. Это указывает на ту или иную проблему в соответствующем психологическом аспекте. То есть ощущения и психологический опыт, который несут потоки энергии этой чакры, не сбалансированы из-за блокирования энергии, что может быть связано со скрытыми от постороннего взгляда отрицательными переживаниями пациента.

Диаметр вращения маятника при диагностике зависит от состояния чакры и от количества энергии, протекающей через нее в данное время. Он зависит также от частоты и мощности вибраций энергии оператора и пациента на момент сеанса. Если маятник описывает большие круги, это означает, что через чакру проходят мощные потоки энергии. Если круги движения маятника малы, значит, движение энергии через чакру ослаблено.

Важно помнить, что величина фигуры, описываемой маятником, не определяет размер и контуры чакры, а лишь косвенно указывает на них. В процессе диагностики чакр оператор проводит сравнительную оценку характера движения маятника над всеми чакрами.

У здорового человека над всеми его чакрами маятник будет двигаться примерно одинаково как по форме, так и по амплитуде. Однако в реальной жизни мне очень редко приходится сталкиваться с практически здоровыми людьми. У большинства людей полностью или частично заблокировано движение энергии в ряде чакр. Особенно это проявляется в районе солнечного сплетения (третья чакра).

Когда данная книга уже была написана и подготовлена к передаче в издательство, меня пригласили в район Подольска проверить один частный дом на наличие геопатогенных зон. После завершения этой работы я дополнительно «пр осмотрел» при помощи маятника проживающих там взрослых людей, в возрасте от 25 до 63 лет. У всех были обнаружены проблемы с работой отдельных чакр.

Елена – 34 года, мать пятерых детей. Маятник показал, что у нее закрыта сердечная чакра. Кроме того, выше по грудной клетке, до горловой чакры, движение энергии также заблокировано. Через ясновидение я установил, что три года назад у Елены был конфликт с молодой женщиной, у которой она увела красивого и богатого мужчину. В ходе этого конфликта женщина своей негативной, энергетически сильной реакцией вызвала у Елены устойчивые нарушения в работе сердечной чакры. Удивленная Елена подтвердила, что так оно и было.

У ее сестры Ольги, 29 лет, в ходе диагностики при помощи маятника мною был выявлен мощный застой энергии в районе первой чакры. Было видно, что по этой причине Ольга к концу дня сильно устает и ощущает себя разбитой. Ольга также подтвердила, что в конце дня у нее действительно нет сил, хотя она физически не работает и в данное время является домашней хозяйкой.

Существует много сочетаний основных форм движения маятника в районе чакр как по часовой стрелке, так и против нее, указывающих на различные психологические состояния. Движения маятника колеблются в пределах от полностью открытой до полностью закрытой чакры.

Исключительным является состояние чакры, над которой маятник вообще не движется. В этом случае либо чакра меняет направление своего вращения, либо пациент настолько психологически перенапряжен, что невольно подавил или заблокировал у себя определенную психологическую функцию, связанную с этой чакрой. В такой ситуации чакра почти перестала вращаться и обмениваться энергией с окружающей средой. Если такое состояние чакры сохраняется длительное время, то может наступить болезнь того или иного участка тела, прилегающего к данной чакре, ибо физическое тело человека не может нормально функционировать, будучи не способно использовать должным образом энергию природы, поступающую извне.

Любое эллиптическое движение маятника указывает на право– или левосторонний дисбаланс энергетического потока в теле пациента. Определение направления относится к сторонам тела пациента, то есть движение маятника склоняется к левой или правой стороне тела. Это указывает также на то, что одна сторона тела более сильна, чем другая.

Правая сторона представляет активную, энергетическую, мужскую природу (Ян). Левая сторона представляет пассивную, воспринимающую, женскую природу личности (Инь). Если маятник описывает эллипс, склоняясь в правую сторону, мужественный аспект данной личности более развит, чем женственный. Такой человек, возможно, сверхактивен, он деятелен в тех ситуациях, когда более уместна восприимчивость. Это непосредственно связано с той областью психологического функционирования, которой управляет определенная чакра, проявляющая эллиптическое движение.

Если эллиптическое движение маятника склоняется влево от чакры, такой человек чаще всего будет пассивен в ситуациях, связанных с определенными психологическими аспектами, которыми управляет эта чакра. Например, если волевой центр, расположенный между лопатками, пассивен (эллиптическое движение с уклоном влево), человек будет не способен достичь желаемого. Когда необходимы энергичные действия, он будет оставаться пассивным и ждать, что кто-то все сделает за него или даст ему необходимое. Он не сможет также постоять за себя. Часто как оправдание пассивности выставляется ложное смирение, но на самом деле человек опасается быть активным из-за своих представлений об активности как об агрессии.

Представления об агрессии исходят непосредственно из переживаний детства. Например, ребенок мог жить с агрессивным отцом, который подавлял или унижал его всякий раз, когда он пытался обрести желаемое. Это убедило ребенка в том, что такие попытки – не очень хороший способ получить желаемое. Дети очень изобретательны, и ребенок, возможно, искал другие методы достичь желаемого или, по крайней мере, получить что-либо в качестве его компенсации. То, что удавалось получать таким образом, ребенок воспринимал для себя как естественное поведение. Пока это хорошо действует в его жизни, он будет следовать такой линии поведения. К сожалению, такую привычку трудно изменить, и поиск новых методов требует усилий, поскольку активность в этом случае рассматривается сознанием человека главным образом негативно.

Обычно под пассивностью скрывается противоположный агрессивный компонент личности, склонность давать неограниченный выход чувствам и брать желаемое. Если его многократно выявлять и устранять специальными методами на лечебных сеансах, человек, в конечном итоге, может интегрировать свою здоровую агрессию с другими составляющими своей личности. Эту работу по активизации необходимо сочетать с работой, которая обращает пассивность в здоровую восприимчивость.

Чем более искажено круговое движение маятника над чакрой, тем более серьезным является психологическое искажение. Крайнее отклонение влево или вправо определяет движение маятника под углом 45 градусов к вертикальной оси тела.

Чем шире размах маятника, тем больше количество искаженной энергии. Например, движение, заблокированное в сердечной чакре, указывает на то, что человек будет грубо и агрессивно брать то, что он желает, не сообразуясь с обстоятельствами.

То же правило применимо для анализа маятника. Движение вперед-назад указывает на то, что человек отводит энергию по вертикали, это проявляется в его склонности избегать личных взаимодействий. Движение по горизонтали влево-вправо указывает на то, что человек сдерживает и блокирует энергетический поток и чувства, чтобы избежать личных взаимодействий.

Когда человек сосредоточивает свою психологическую работу на каком-либо аспекте своей сущности – либо сам, либо под влиянием внешних обстоятельств, тогда в соответствующей чакре или группе чакр появляется хаотичное, или асимметричное, движение энергии. Это заставит маятник качаться хаотически, как правило, по эллипсу со смещенной осью вращения. Начинающему оператору такое движение будет трудно зафиксировать, но если маятник подержать над чакрой подольше, смещение оси можно заметить. Маятник будет очерчивать эллипсы. Наблюдая такое движение, оператор должен знать, что в пациенте происходят многие изменения. Это время, благоприятное для результативной работы с пациентом, но необходимо вместе с тем предоставить ему самому время и возможности для самопреобразования. Если в этот период важных индивидуальных изменений пациент сможет высвободить несколько дней от работы и провести их в спокойном режиме, это поможет ему завершить все наилучшим образом.

По мере того как оператор накапливает опыт в работе с маятником (заведите дневник наблюдений за работой маятника), он фиксирует все больше качеств в своих наблюдениях.

Скорость вращения маятника указывает на количество энергии, проходящей через чакру.

С постоянной практикой к оператору приходит умение «считывать» у пациента индивидуальные качества. Например, скованность и напряженность, энергичность и подавленность, печаль и страдание, умиротворенность и ясность.

Быстрое и узкое вращение маятника, например, указывает на переутомление,



напряженность и подавленность пациента. Так, развивая высокую чувствительность к качествам энергии, поступающей через чакры, оператор может получить много информации о состоянии пациента. Он сможет также сказать, насколько стабильна чакра, сколько времени она находится в таком состоянии и т. д.

### **Глава 3**

#### **Работа с энергией основных чакр**

Чакра – это центр накопления и распределения энергии. Чакры не существуют в физическом теле. Они проявляются только на плане тонкой энергии.

На санскрите слово «чакра» означает энергетическое колесо, силовой круговорот. Чакра – это центр накопления и распределения энергии. Чакры не существуют в физическом теле. Они проявляются только на плане тонкой энергии.

Каждая чакра состоит из нескольких вихрей энергии, вращающихся с большой скоростью. Количество этих вихрей соответствует количеству лепестков, которые на Востоке изображают графически для каждой чакры. Каждая чакра втягивает в себя из окружающей среды энергию определенной частоты. Эта энергия соответствует конкретной частоте вращения чакры. Чем больше вихрей в чакре, тем выше частота колебаний энергии, которую чакра втягивает в себя из окружающей среды. Каждая чакра имеет форму конуса, который своим основанием упирается в зону области позвоночника. Каждая чакра влияет на физическое тело и испытывает влияние с его стороны. Эта связь преимущественно проявляется в работе желез. В нормально функционирующей чакре потоки энергии движутся по часовой стрелке. Каждая чакра имеет определенный цвет. Цвет чакры напрямую связан с частотой колебания энергии, которая поглощается этой чакрой из окружающей среды.

Следует отметить, что, кроме потока энергии основной частоты колебаний, в каждую чакру в незначительном количестве поступает также энергия, соответствующая частоте колебаний всех остальных (шести) чакр. Это позволяет при нарушении в работе одной или нескольких чакр соседним чакрам частично компенсировать поступление в организм человека недостающей энергии путем перестройки в своей работе.

Поступившая в чакру энергия делится на составляющие части и далее направляется по энергетическим каналам в нервную систему человека. Далее энергия поступает в эндокринные железы и в кровь для насыщения энергией клеток тела человека.

Величина и состояние потоков энергии, поступающих в основные чакры, имеют самое непосредственное отношение к состоянию здоровья человека, к возможности возникновения различных патологий или избавления от них.

Рассмотрим кратко характеристики основных чакр и то, как влияет их состояние на здоровье человека.

#### **Первая чакра – Муладхара**

Первая чакра считается главной для физического тела. Чакра обладает самой низкой частотой вибраций. Она соединена с физическим, твердым телом и с твердыми элементами тела: костным скелетом, плотью, мышцами. Когда в этих частях тела возникает дисбаланс, следует проверить состояние основной чакры. Она расположена у основания позвоночника, в районе основания копчика.

Первая чакра имеет красный (иногда красно-оранжевый) цвет. Она имеет четыре лепестка, или энергетических вихря. Эта чакра питает энергией надпочечные железы. Ее влияние сказывается на состоянии позвоночного столба и почек.

При нормальной, устойчивой работе первой чакры человек ощущает уверенность в себе, стабильность в жизни. При нарушении баланса энергии в этой зоне у человека появляются безволие, неуверенность. Появляются запоры, геморрой, простатит, у женщин заболевают яичники и т. п.

Нормальная работа первой чакры обеспечивает тело человека необходимой жизненной энергией. Это то, что принято называть тягой к жизни. Если есть у человека активная жизненная энергия, тогда он живет, невзирая на многочисленные болезни и трудности.

А бывает и так: все у человека в порядке – и дом полная чаша, и семья на загляденье, и на здоровье никогда не жалуется, а умирает он от первой же, вроде бы и не смертельной, болячки. Значит, жить на земле такого человека не тянуло, а тянуло в другие места. Вот и уходит рано из жизни этот человек.

Жизненная энергия первой чакры – это основание, фундамент человека. Каждому из вас необходимо твердо стоять на земле. Тогда вы будете интересны и людям, и небесным сущностям.

Жизненная энергия первой чакры дает человеку здоровье и материальный достаток, интерес к окружающему миру и жажду общения с людьми, хлебосольство и т. п. Жизненная энергия человека – это его здравый смысл, его чувства, желания, мечты. Если у человека много жизненной энергии, то никакие беды и потрясения не свалят его с ног.

Жизненная энергия человека может накапливаться в его золотых вещах, а затем, излучаясь, позволяет совершенствовать сознание человека и его волю. Память становится более активной, а сам человек становится могущественнее и успешнее. Вспомните о том, что правители всех времен выходили к народу буквально покрытые золотом: золотая корона, парчовые одеяния, золотые перстни, броши, браслеты. Все это отражало мощь и силу правителей, потрясало воображение подданных, и они своей энергией подпитывали этих правителей. Жизненная энергия, поступающая через первую чакру, напрямую обеспечивает и поддеживает здоровье человека. Кроме здоровья и материального достатка, жизненная энергия обеспечивает нормальное человеческое общение. Общение дает человеку неповторимое чувство единения, обретения себя как частицы Вселенной во всей своей целостности и полноте. На Востоке говорят: разделенная радость становится вдвое большей, а разделенное горе уменьшается в два раза.

Общение людей между собой происходит по схемам: муж – жена, родитель – ребенок, друг – друг, сослуживец – сослуживец, партнер – партнер. Во всех этих схемах основополагающим является то, что каждый человек подсознательно выбирает для себя такого партнера, который положительно воздействует на него, на его энергетическое поле, на его самочувствие. Если жена и муж отрицательно действуют на энергетику друг друга, на жизненную энергию своего партнера по жизни, то, как бы им обоим ни казалось, что они любят друг друга, долго такие люди вместе быть не смогут. Они расстанутся, ибо присутствие одного из супругов блокирует, а не активизирует прохождение жизненной энергии другого супруга.

Бывает и наоборот. Находится рядом с вами человек. Вроде бы он ничего явно не делает и особо не говорит. Но у вас вдруг все начинает получаться и в работе, и в отдыхе, и вам просто хочется жить. Вы неосознанно стараетесь больше общаться с этим человеком. Он для вас является ключом для подключения к энергии здоровья, изобилия, творчества, радости и т. п. Хотя вы этому человеку можете ничего не давать, и ему часто бывает с вами скучно.

Вот поэтому и хотят дружить Маша с Петей, а Петя с Катей, а Катя с Витей, а Витя со своим автомобилем и т. п. Итак, жизненная энергия первой чакры, энергия Земли, дает человеку здоровье, материальные блага и теплое общение с друзьями и родными.

При определенной подготовке благодаря первой чакре человек может даже получить способность к левитации, то есть способность преодолевать гравитацию и перемещаться над поверхностью Земли. В отличие от обычных людей, такой человек обладает способностью всесторонне контролировать свое мышление и процессы дыхания. В частности, он легко постигает свое прошлое, настоящее и будущее, умеет достигать естественного состояния блаженства.

В процессе работы с чакрами старайтесь не прибегать к логическому мышлению, не стремитесь получить силу. Идите другим, более рациональным путем. Медитируйте и работайте с чакрами как бы со стороны. Вы только сторонний наблюдатель. Вы помогаете своему телу нормализовать работу основных чакр. А тело само включает необходимые для этого механизмы. Вы мысленно подсказываете своему телу, что необходимо сделать, и не более того. И еще. Настоящие сверхспособности раскрываются у человека, как правило, лишь после 35–40 лет. До этого возраста вы помогаете себе жить в гармонии с окружающим миром, без болезней и нервных переживаний.

Вернемся к первой чакре. Она связана с выживанием в физическом мире, с физической энергией чело века и с его волей к жизни. Копчик человека действует как энергетический насос на эфирном уровне, помогая направлять поток энергии тела вверх по позвоночнику. Человек, у которого нормально функционирует первая чакра, ощущает в себе силу и способность жить, он прочно утверджен в физической реальности. В нем всегда присутствует ощущение, что он «здесь и сейчас». Находящиеся рядом с таким человеком люди чувствуют, что он заряжает их своей энергией.

Любовь к жизни, любовь к своему телу берет начало именно в первой чакре. Если она заблокирована, то блокируется и большая часть физической, жизненной силы. Человек становится пассивным, он выглядит заторможенным, избегает физической активности и может иметь болезненный вид. Он может долго и много болеть без особых, казалось бы, причин.

//-- Из опыта работы --//

В процессе специальной диагностики я наблюдаю у многих людей ослабление или искажение потока энергии, поступающей в зону первой чакры. Следствием этого является быстрая утомляемость, ослабление половой активности человека. Слабость потока энергии, восходящего от Земли через первую чакру, у таких людей часто компенсируется появлением дополнительного потока энергии, восходящего по внутренним поверхностям ног. Такой перекоп энергетических потоков приводит к проблемам со здоровьем, излишней полноте ног и дополнительным жировым отложениям на бедрах. А всему виной является нарушение в работе первой чакры, точнее – резкое ослабление потоков энергии красного цвета, идущих от Земли.

Итак, напоминаю, что копчик – это своеобразный энергетический насос для потока энергии, восходящего от Земли.

У животных эту роль играет хвост. Например, когда у собаки хвост торчит вверх, то она активна и жизнерадостна. При особой активности, агрессивности это выражено еще сильнее. То же самое наблюдается и у других животных. Если же собака ходит с поджатым хвостом, это означает, что у нее приток жизненной энергии минимален. Животное имеет ослабленный, болезненный вид, у него свалявшаяся, грязная шерсть. Собака боязлива и постоянно от всех шарахается.

Точно так же ведет себя человек, у которого заблокирована первая чакра. У такого

человека поджат копчик, это не дает возможности первой чакре нормально работать. Такое состояние может возникнуть из-за травм или явного физического напряжения в области копчика. Когда же первая чakra раскрывается, то ослабевает напряжение мышц вокруг копчика, он начинает распрямляться. При этом нормализуется течение потока энергии, восходящего от Земли через первую чакру, и человек буквально на глазах наполняется жизненной силой.

Профессиональные массажисты хорошо знают, что люди, от которых веет силой, имеют прямой копчик, либо он бывает выгнут наружу.

Уважаемый читатель теперь тоже знает, что если у него недостаточно жизненной силы, то необходимо обратить внимание на свой копчик. Следует снять мышечное напряжение с копчика и распрямить его. Как снять это напряжение? Да очень просто.

1. Не комплексуйте ни перед чем и ни перед кем.
2. Любите себя.
3. Любую критику в свой адрес, в том числе и самокритику, воспринимайте спокойно, не привязывайтесь к содержанию слов и не переносите их смысл на себя. Запомните – в таких ситуациях вы просто сторонний наблюдатель.

Учитесь спокойно, без эмоций следить за своим поведением со стороны. Внешняя критика дает вам возможность задуматься над тем, какие стороны души стоит развивать более усердно. Скажите о себе так: «Я принимаю себя таким человеком, каким я являюсь».

4. За одного битого трех небитых дают! Любой опыт позволяет человеку развиваться и расти. Извлекается урок из происшедшего. Все, что сегодня вам кажется трагедией, через некоторое время станет просто рядовым событием. Это всего лишь очередная ступенька вашего познания окружающего мира. Она вами уже пройдена. Вы спокойны, вы делаете соответствующие выводы и идете дальше, не оглядываясь назад. Прошлого уже нет. Выводы из прошлого вами сделаны. Все ваши силы сосредоточены на сегодняшнем дне. Вы твердо и уверенно смотрите в свое будущее, вы смело идете к нему. Только так вы достигнете нужной вам цели.

В ходе работы со слушателями мне приходится сталкиваться с самыми различными жизненными ситуациями.

Так, Надежда, 32 лет, жаловалась на сильные головные боли, боли в области сердца, горла, на значительное набухание кровеносных сосудов шеи без видимых причин. Медицинские исследования, проведенные в стационарных условиях, не позволили установить истинную причину заболевания. Больная обратилась ко мне с просьбой о помощи. В процессе энергетической диагностики стало ясно, что у Надежды существенно ослаблен основной поток жизненной энергии из первой чакры. В ходе его нормализации наблюдалось постоянное присутствие чужеродного автономного потока негативной энергии, который перемещался по телу пациентки вполне самостоятельно и не выводился за его пределы. Классическое название такого потока энергии звучит так: подключение энергетического тела человека к независимой энергетической сущности или структуре, называемой «проклятье».

Отвечая на мои вопросы, Надежда рассказала, что не так давно она развелась с мужем, затем появились проблемы с разделом квартиры. После этого женщина почувствовала себя очень плохо. Врачи не смогли установить причину ее заболевания. Тогда Надежда обратилась к священнику, который заявил, что ей сделали на высоком профессиональном уровне заговор на смерть и что необходимо побывать несколько раз на специальной церковной службе, чтобы изгнать из тела эту «нечисть». После первой же специальной церковной службы Надежде стало особенно плохо. Только тогда она обратилась ко мне за помощью. Опуская подробности предпринятого лечения, отмечу, что реальный результат принесло мощное воздействие «выдавливающего» потока высокочастотной энергии, направленного мною на стопы ног Надежды. Только после этого ее болезнь отступила.

Энергия первой чакры имеет красный цвет. Рассмотрим более подробно воздействие энергии красного цвета на человека.

Красный – это цвет любви, цвет крови, цвет самой сущности жизни, это ее фундамент. Энергия красного цвета как лава вулкана. Ее выброс может произойти неожиданно, как горящий язык страсти или остроты жизненного момента. Красный цвет символизирует ту самую жизненную силу, которая стимулирует пульсацию физического существования человека. Красный – это цвет сексуальности, заложенной в человеке самой природой.

Пульсирующая энергия крови, проходя через вены человека, может привести его в состояние восторга или печали, стать созидающей или разрушающей. Когда страсть наполняет тело человека, можно заметить, что он краснеет и буквально вспыхивает от охватившего его возбуждения, его губы становятся краснее. Вот почему красный цвет помады ассоциируется со страстными женщинами. Красный цвет губ – это еще и признак хорошего физического здоровья у человека. С помощью красного цвета, вольно или невольно, мы создаем ощущение своего сексуального подъема, порой даже не подозревая об этом. Красный – это самый эмоционально насыщенный цвет. Ярко-красный цвет означает страстную любовь, а также доблесть и энергию. Красный цвет управляет деятельностью репродуктивных органов и влияет на сексуальность человека.

Марс – бог войны, как и богиня материнства в Индии, связан с этим цветом. Богиня материнства, как известно, ассоциируется с основой мироздания. Когда человек активно занимается физической деятельностью, его лицо наливается краской, наполняя каждую клеточку кожи кровью.

Красный – это цвет отваги, рвения и чрезмерной степени уверенности. Он ассоциируется с жаждой крови и власти.

Красный цвет ускоряет протекание обменных процессов в организме человека. Энергия красного цвета вызывает учащающуюся пульсацию, которая подталкивает человека к активизации его деятельности. Если вы застенчивы, тогда красный цвет придает вам храбрости.

Если на вас надето что-нибудь красное, то вы привлекаете к себе внимание окружающих, не прилагая к этому никаких усилий; люди сами тянутся к вам.

Красный цвет, используемый при оформлении залов в ресторанах, вызывает у посетителей чувство благополучия. Красный цвет возбуждает аппетит, у посетителей появляется желание больше съесть и подольше посидеть в ресторане. В такой обстановке кажется, что время замедлило свой ход. Упаковки готовой еды в супермаркетах часто имеют красный цвет, который ассоциируется со скоростью приготовления еды из этой упаковки.

Красный цвет обладает сильным антиоксидантным действием, он помогает организму избавиться от продуктов распада, снять напряжение с тела и души. Красный цвет обладает тонизирующим свойством, особенно при плохом самочувствии и при подавленном состоянии.

Энергия красного цвета несет человеку тепло и жизненно важную энергию, помогает противостоять проблемам, вызванным холодом или нарушением циркуляции крови, в том числе и при носовых кровотечениях.

Употребление в пищу красного перца и красных помидоров оптимизирует способность организма противостоять свободным радикалам, которые разрушают структуру ДНК клеток человека и могут привести к заболеваниям раком. Особенно хорошо с этим справляются красные помидоры. Красная морковь богата веществами, которые стимулируют работу иммунной системы человека.

## Вторая чакра – Свадхистана

Эта чакра расположена в районе лобка. Чакра имеет оранжевый (иногда розовый) цвет, она питает энергией половые железы и влияет на репродуктивную систему человека. Вторая чакра имеет шесть лепестков, или энергетических вихрей. При ее устойчивой работе человек уверен в себе, полон терпения. При нарушении же в этой зоне баланса энергии человек испытывает чувство страха, возникают импотенция, фригидность, заболевания мочеполовой системы. Надпочечные железы выполняют регулирующую функцию. Они контролируют работу второй чакры. В то же время работа второй чакры управляется луной, которая ассоциируется с водой и влияет на движение жидкостей в теле, а также воздействует и на более тонкие аспекты – на любовь и мудрость.

Брюшная полость, почки, органы пищеварения и кишечник, отвечающие за переработку и усвоение пищи, ассоциируются с энергией оранжевого цвета, которая повышает иммунитет и помогает при всех заболеваниях пищеварительного тракта.

Оранжевый цвет обладает более спокойной, сдержанной энергией, чем красный; он является «печатью души» человека: это интуиция, связанная с физическими ощущениями, это наше чувство «живота», внутренняя подсказка, неожиданно приходящая нам на помощь (а мы сами решаем, воспользоваться этой подсказкой или нет).

Энергия оранжевого цвета дает возможность восстановить равновесие между телом и разумом, используется при лечении заболеваний желчного пузыря, помогает при мышечных спазмах и судорогах, является хорошим средством, помогающим при шоке, тяжелых утратах, насилии и при разводах. Эта энергия снимает состояние депрессии, так как проникает до самых глубин души человека, активизируя жизненный тонус. Энергия оранжевого цвета усиливает ощущение радости и счастья, повышает половое влечение.

Вторая чакра дает человеку сексуальную энергию, обеспечивающую продолжение рода. Эта функция настолько сильна, что для ее обеспечения при родах наделила человека неопишным богатством ощущений, эмоций и красок. Особенно это касается женщин. Вместе с сексуальной энергией к человеку может прийти и любовь.

Сексуальная энергия – это мощь и сила, и ею надо умело управлять. Эта сила требует уважения, знаний, времени и любви.

Сексуальная энергия – одна из самых привлекательных и многообещающих. «Деловые» люди зарабатывают многие миллиарды рублей, используя огромный спрос на связанные с ней товары. Это различные учения, практики управления сексуальным поведением – в основном это даосские, тантрические, тибетские и египетские.

Подводя итог, можно сказать, что прохождение через человека сексуальной энергии сопровождается обретением уникального опыта единения со своей кармической половиной и расширением границ восприятия мира и своего индивидуального «Я». Далеко не всем людям удастся встретиться со своей кармической половиной. Такая встреча называется истинно й любовью, и это редкое явление, очень редкое, примерно 1:100 000. В основном люди встречаются не со своей кармической половиной, а с пятой, десятой, сотой, тысячной ее долей. И все равно такая встреча доставляет огромное физическое удовольствие и дает людям, при взаимном понимании, ясность ума, мудрость и т. п. Энергетический потенциал, связанный с сексуальной энергией, был давно оценен многими народами.

Сильные мира сего засекретили эти знания и использовали их только для избранных.

Люди, умеющие управлять энергией второй чакры, обладают всесторонней властью над стихией воды. Такие люди успешно развивают свои психические силы, расширяют способности управления своими чувствами. Они обладают способностью общаться с

астральными существами, окружающими нас, но не видимыми нами в силу глубокого погружения в материальные проблемы.

У основной массы людей эмоциональные нагрузки во второй чакре возникают в связи с переживаниями (стрессами), связанными с различными негативными эмоциями.

К таким эмоциям относятся: семейные отношения и интимная привязанность, различного рода потери, напряженная работа и обучение, ущемление чувства собственного достоинства и одиночество, комплекс вины, насилие и лишения, повышенная чувствительность, беременность и др.

Когда человек овладевает искусством нормализации работы второй чакры, он практически полностью избавляется от болезненных форм различных переживаний, а также от таких состояний, как гнев и алчность, слепая любовь и привязанность, ложное знание и заблуждения, высокомерие, гордыня, зависть, ревность и т. п. Рассмотрим далее переднюю и заднюю составляющие второй чакры.

Передний центр второй чакры отвечает за качество любви к противоположному полу. Когда этот центр открыт, у человека легко происходит обмен с партнером на уровне сексуального и физического удовольствия. Но если человек будет искусственно блокировать этот центр, например ради того, чтобы посвятить себя исключительно духовному развитию (особенно в возрасте до 40 лет), его, скорее всего, ожидает неудача. Человек – это единая энергетическая система, в которой все взаимосвязано.

Задний, или сакральный, центр второй чакры связан с запасом сексуальной энергии. Когда сакральный центр открыт, человек в полной мере ощущает свою сексуальную силу. Если же человек будет искусственно блокировать этот центр, то, несмотря на достаточную половую силу, будет в этой области слабым и разочарованным.

Такой человек избегает секса, отрицает его значение в жизни и связанное с ним наслаждение. Оргазм омывает все существо человека своей энергией. Отсутствие оргазма приводит к ослаблению жизненной энергии. Кроме того, исчезает подпитка тела психологической энергией противоположного пола, что также важно учитывать.

Вспомним, что до недавнего времени в России все, что связано с половой энергией, находилось под молчаливым запретом, считалось греховным. Достаточно вспомнить пресловутую фразу: «У нас в Советском Союзе секса нет!» Между тем, если человек подавляет в себе сексуальную энергию, если считает, что половая жизнь – грех, то рано или поздно сексуальная энергия неизбежно вырывается из-под запрета. И что тогда?

А тогда сексуальная энергия сеет разрушения в нашей жизни. Человек наконец-то дает себе волю «порезвиться». Часто это «веселье» заканчивается печально – разбитые семьи, несчастная любовь и т. п. Характерно, что мужчины страдают от этого относительно мало и очень редко обращаются ко мне за консультацией по этому поводу. У женщин эти проблемы возникают гораздо чаще.

//-- Пример из личных наблюдений --//

Одной женщине 41 год, другой 49. Обе два раза были замужем и вели сексуальную жизнь «как все». Их мужчины были в сексуальном плане достаточно активны, но, сделав свое дело, отворачивались и засыпали. А на слова своих жен о том, что они не очень довольны такой ситуацией, и на предложение экспериментировать в этой области мужчины отвечали примерно так: «Тебе все мало, у нас по-другому как-то не принято заниматься сексом». И вот обе женщины встречают наконец-то мужчин с более высокой сексуальной энергией. Причем их партнеры в половом общении стремятся в первую очередь доставить удовольствие самой женщине, а через ее реакцию достичь и собственного удовлетворения. С этого момента жизнь женщин резко изменилась к лучшему. Они впервые в жизни ощутили состояние истинного блаженства и единения двух человеческих душ и тел. Кроме того, им стал сопутствовать успех в финансах. Обе женщины просто ожили морально и материально.

Итак, умелое, осознанное обращение с сексуальной энергией обоих партнеров позволяет почувствовать прелесть этой стороны жизни, всю ее полноту. Вместе с тем надо помнить,

что любая энергия во Вселенной, любое явление не являются плохи ми или хорошими. Они такие, какие они есть. Это мы своим сознанием придаем им, в том числе сексуальной энергии, некое «дьявольское» содержание, негативный смысл. Мы порой сдерживаем, угнетаем свое сексуальное начало и крепимся изо всех сил, чтобы, не дай бог, не совершить «греха». И понятно, что когда сексуальная энергия накапливается и вырывается наружу, она разрушает личную жизнь человека, отражаясь и на его окружении.

Сдерживание и отрицание сексуальной энергии является причиной целого ряда болезней, таких как неврозы, истерия, частые головные боли, головокружения.

У некоторых людей перед глазами могут плясать языки пламени, но к дьявольщине это не имеет никакого отношения. Связь с другим полом – это естественный закон природы, и не стоит его отрицать. Взаимодействие двух разных полюсов порождает общее силовое поле. Мужчина и женщина естественным образом тяготеют друг к другу. Когда человек игнорирует противоположный пол, когда он избегает общения с ним, то тем самым нарушается взаимодействие между мужской и женской половинами собственного «Я». И это ведет к печальным последствиям.

Напомню, что для организма человека характерен определенный гормональный состав, включающий в себя признаки обоих полов. Например, мужчины имеют в крови примерно 70% мужских и 30% женских гормонов. В целом, мужчины имеют положительный заряд тела. В женской крови «гуляет» примерно 70% женских и 30% мужских гормонов. Общий заряд их тела характеризуется как отрицательный. Таковы биологические законы. И нарушение описанного гормонального соотношения ведет к тому, что в женщине начинает проявляться много черт мужского характера и поведения, а в мужчине – женского.

Мы все живем и процветаем в этом смысле лишь постольку, поскольку в нас благополучно взаимодействуют мужское и женское начала. Более того – сама Вселенная движется и развивается за счет взаимодействия двух по полюсов – положительного и отрицательного. Сексуальная энергия нормально функционирует и проявляет себя только у того человека, кто воспринимает свое физическое естество как нормальную природную данность и относится к противоположному полу так, как это изначально заложено самой природой.

Сексуальная энергия лежит в основе хорошего здоровья человека и его материального благополучия. Напоминаю, что деньги – это та же энергия, принадлежащая к физическому миру. Если вы отрицаете этот мир, закрываетесь от него, то он не даст вам энергии благополучия, энергии денег, энергии материальных благ.

Блоки энергии во второй чакре – самые мощные блоки, которые есть у человека. Они становятся таковыми только за счет того, что половые отношения часто рассматриваются нами как нечто «грязное».

Истоки негативного отношения к сексу восходят к далекому прошлому, к началу первого тысячелетия, когда отцы церкви с помощью страха и искусственно внушенного отвращения к сексу подчинили себе вначале свою церковную паству, а через нее и остальных людей. С помощью страха и ложного стыда легко манипулировать сознанием и отношениями людей. С давних пор, чтобы опорочить человека, говорят о его сексуальных связях. Вспомним 50–80-е годы прошлого века, когда советских представителей за рубежом шантажировали фотосвидетельствами их сексуальных связей «на стороне».

Яркий пример шантажа – история бывшего президента США Б. Клинтона и его сотрудницы М. Левински. Эта история обошла весь мир как образец компромата, построенного на сексуальной «грязи».

Конечно же, все хорошо в меру. Если у партнеров полное взаимопонимание и гармония в сексуальных отношениях, то им нет надобности идти «налево», ибо от добра добра не ищут.



Большинство людей так и поступает.

Не стоит тратить попусту свое время на пересуды и осуждение других людей. Лучше направить эти усилия на себя, на анализ со бственных проблем и энергетических блоков в этой области.

Такой подход позволяет лучше понять себя и свои связи с внешним миром, вернуться в мир здоровья и материального благополучия.

Какие именно физические напряжения в организме человека блокируют его сексуальную энергию?

Эти напряжения могут быть самыми многообразными. В основном такие напряжения концентрируются в области малого таза и вокруг крестца, захватывая и поясничную область. Иногда эти напряжения охватывают мышцы и сухожилия всего таза, затрагивая даже живот до уровня пупка. Если у женщины есть боли в области таза и поясницы, то возможная их причина – наличие блоков, связанных с сексуальной энергией. У мужчины характерные напряжения располагаются вокруг предстательной железы, провоцируя угасание ее функций. Такие напряжения и у мужчин, и у женщин ведут к различным болезням.

Кроме напряжения во внешних мышцах, могут быть напряжены и во внутренних мышцах, в сухожилиях и связках. Внутренние мышцы несут на себе информацию, которая уже ушла в ваше подсознание. А в сухожилиях и связках записываются долгоживущие мыслеформы. Они очень сильны и с трудом поддаются переменам. Поэтому, если у вас болит крестец, необходимо активно поработать над снятием таких напряжений не один месяц, иногда до полугода. Ибо крестец состоит из сухожилий и связок, где записываются все ваши негативные мыслеформы о сексе.

Как снять мышечные напряжения и стереть негативные мыслеформы, связанные с сексуальной сферой, со второй чакрой? Для этого необходимо выполнить следующие рекомендации.

Рекомендации:

1. Для управления своими чувствами и эмоциями необходимо познакомиться с ними. Вы должны позволить своим чувствам и эмоциям течь свободно, наблюдая за ними со стороны, просто ощущая и слыша, как это происходит. В своих действиях старайтесь руководствоваться любовью и пониманием к себе и к окружающим вас людям.

2. Необходимо вспомнить, когда ваши чувства и эмоции страдали от общения с другими людьми, и отпустить этот негативный опыт. Откройте вновь для себя мир эмоций и чувств. Ваши эмоции и чувства помогают вам. Они объединяют вас с внешним миром, вносят в жизнь гармонию и новые краски.

3. Найдите и отпустите свой негативный опыт, свои страхи и предубеждения перед сексуальным общением.

4. Осознайте, что существующие сексуальные проблемы порождаются только вашим сознанием и поведением.

Учитесь дарить нежные чувства своему половому партнеру, не выставляя за это никаких требований. Учитесь любить, понимать и поддерживать своего партнера, развивая новые для вас обоим гармоничные взаимоотношения.

5. Откройтесь навстречу сексуальной энергии своего партнера. Дайте свободу движения своей сексуальной энергии.

6. Найдите и отпустите свои страхи и неприятие противоположного пола, впустите в личную жизнь своего партнера.

7. Отпустите ложные представления о сексе, как о грязи и насилии. Впустите в свою жизнь гармоничные взаимоотношения, полные любви и красоты. Впустите в свое сознание любовь к себе, к людям, к самой жизни.

//-- Из опыта работы --//

В процессе специальной диагностики мне не раз приходилось наблюдать и удалять у людей многочисленные негативные энергетические блоки в районе второй чакры. Как правило, это очень мощные блоки, которые буквально «пропитывают» своей негативной энергией всю область живота и верхнюю часть ног и являются предвестниками самых различных, преимущественно «женских», заболеваний. Эти блоки требуют значительных усилий и времени для их удаления. После их удаления женщины испытывают необычную и приятную новизну в своих сексуальных ощущениях. У мужчин значительно возрастает сила и плотность их энергетического поля, что, как правило, сразу же отмечается их женами и оценивается как положительный факт.

Бывают и другие примеры. Одна женщина, назовем ее Марина, пригласила на день рождения своего мужа Николая близкую подругу Елену. Внешне все было хорошо. Все улыбались и веселились, как обычно. Но через несколько дней у Марины резко обострились давно забытые проблемы в области малого таза.

Марина обратилась ко мне за помощью. В процессе диагностики я наблюдал целое облако негативной энергии в районе второй чакры и несколько выше. После снятия негативной энергии проблемы со здоровьем у Марины сразу исчезли. В ходе разговора мне удалось выяснить, что Марина много лет ревнует своего мужа Николая к своей подруге. На вечере Марина внутренне негодовала и злилась на Елену за то, что она пришла и улыбается Николаю. Через свои внутренние ощущения Елена воспринимала этот негативный поток энергии и мысленно возвращала его Марине. Это и явилось причиной появления негативного облака энергии вокруг тела Марины. А внешне все выглядело пристойно, гости веселились, разговор был только о хорошем.

Обратите внимание на этот пример.

Наши негативные эмоции, как правило, возвращаются к нам и блокируют отдельные участки вокруг нашего физического тела. Это приводит к трудноустраняемым и порой необъяснимым проблемам со здоровьем. Помните об этом, старайтесь больше радоваться жизни и общайтесь по возможности только со своими единомышленниками и друзьями.

### **Третья чакра – Манипура**

Третья чакра расположена в районе солнечного сплетения. Эта чакра имеет желтый цвет. У нее 10 лепестков, или энергетических вихрей. Третья чакра питает энергией поджелудочную железу и влияет на работу желудка, печени, желчного пузыря, нервной системы. При стабильном состоянии третьей чакры человек проявляет большую силу воли, ощущает свою независимость. Он буквально насыщен энергией. При нарушении баланса энергии в этой чакре человек становится жадным, безвольным, неуверенным в себе. У него развивается комплекс вины, возникает язва желудка, образуются камни в желчном пузыре.

С третьей чакрой более чем у половины людей есть проблемы. Ее энергетическая сила у многих, как правило, ослаблена, поэтому сегодня немногие обладают сильной энергией воли. Мне это хорошо видно при диагностике специальными методами. Некоторые могут прожить целую жизнь, так и не испытав активного импульса к действию. Это могут быть талантливые, даже энергичные люди, но совершенно не способные сделать что-то решительное в своей жизни. А если человек осмысленно активизирует свою волевую энергию, то он может добиться многого.

Неослабевающий импульс к действию позволяет такому человеку буквально свернуть гору, и не одну. Важно, чтобы под этой горой находился его творческий успех, изобилие и т. п. Здесь важно не упереться в глухую стену. Энергию своей воли необходимо направлять на решение осознанных и востребованных задач. Таким образом, кроме того, что следует иметь энергию воли, надо еще научиться хорошо управлять ею.

Очень важно помнить о том, что желтый цвет третьей чакры – это самый яркий из всех видимых человеческим глазом цветов. В желтом цвете заключается огромное количество энергии света. Потоки энергии желтого цвета, проходя через третью чакру, дополняют потоки энергии во всех остальных чакрах.

Знающие люди называют чакру солнечного сплетения еще и энергетическим центром, энергетическим насосом души человека!

Чакра солнечного сплетения напрямую связывает человека с его творчеством, благополучием, получением удовольствия и изобилием. Если человек умеет проводить в данную чакру энергию желтого цвета – например в процессе медитации или визуализации солнечной энергии, то в такие моменты он чувствует себя заново родившимся и получает большую радость от своей физической и деятельности. Иначе говоря, в такие моменты человек активно радуется жизни.

Чакра солнечного сплетения по своей функции напоминает небольшое внутреннее солнышко человека. Это его внутренний энергетический очаг, внутренний огонь, находящийся в физическом теле.

Отсюда и название – чакра солнечного сплетения. Это в прямом смысле зона энергетического солнца, которое наполняет своей обновляющей золотистой энергией всю нервную систему человека.

А если у человека жизнь не складывается, тогда поток солнечной энергии из третьей чакры значительно ослабевает. Энергия буквально застревает в районе третьей чакры, что вызывает у человека состояние сильных стрессов со всеми вытекающими последствиями.

Чакра солнечного сплетения тесно связана с процессом пищеварения и оказывает активное влияние на процессы возбуждения, в том числе на процессы, связанные с очищением организма. Так, желтая энергия помогает человеку избавиться от отложений солей кальция и осадков извести, которые образуются в желчном пузыре и в почках, вызывая появление камней.

Под воздействием энергии желтого цвета из организма также выводятся ядовитые вещества. Эта энергия помогает избавиться от продуктов распада, недостаточно эффективное выведение которых из организма вызывает такие болезни, как простатит, инфицирование мочевого пузыря, запоры и т. п.

На психологическом уровне недостаточно эффективное выведение из организма вредных веществ подталкивает сознание человека к погружению в свое прошлое, к неспособности освободиться от него.

С таким фактом мне часто приходится сталкиваться при работе с пожилыми людьми, организм которых, как правило, сильно зашлакован. Они часто погружают свое сознание в прошлое, вспоминая, как там было хорошо. Но прошлое, как всем известно, уже никогда не вернется. Постоянное пребывание сознания в прошлом вызывает у пожилых людей недовольство своей сегодняшней жизнью, что еще больше усугубляет их болезни. Такова обратная сторона зашлакованности физического тела, ведущей к появлению как физических, так и душевных расстройств.

Энергия желтого цвета оказывает ярко выраженное тонизирующее и очищающее воздействие на весь организм человека. Она способствует выделению желудочного сока, который играет важную роль в процессе пищеварения, нормализует пониженное кровяное давление, вызванное анемией, буквально насыщает жизненной силой мышцы физического тела.

Человек, в совершенстве овладевший циркуляцией энергии через третью чакру, обладает повышенными способностями обнаруживать спрятанные сокровища и ценности. Кроме того, такой человек может освободить себя от болезней. У него нет страха перед огнем.

Третья чакра – это центр положительной или отрицательной оценки событий, происходящих в нашей жизни.

Ей мы обязаны возникновением разного рода сомнений, мнительности, боязни казаться в глазах окружающих ниже и хуже своей самооценки.

У некоторых людей такие эмоции и мысли порождают постоянный страх и подпитывают его. В третьей чакре хранятся эмоции, связанные с усилиями, проявляемыми человеком в борьбе за обладание влиянием и властью, с контролем над собою и другими людьми, с желанием подавлять окружающих.

От «сбившейся» третьей чакры берут свое начало такие заболевания, как язва желудка и двенадцатиперстной кишки. В третьей чакре остаются также следы эмоциональных травм, связанных с чувством соперничества в сексуальном плане, а также с комплексом вины. Например, женщина вступила в контакт с малознакомыми мужчинами, выпила с ними и была изнасилована, после чего она начинает винить себя за свое легкомыслие.

Передняя часть третьей чакры отвечает за получение наслаждения от жизни во всем ее богатстве и многообразии. Здесь формируются духовная мудрость и осознание универсальности жизни, когда человек начинает воспринимать свое земное существование как единое гармоничное целое, состоящее из равноценных частей. Через эту чакру человек постигает свое место во Вселенной. Человек, у которого открыта третья чакра, глядя в ночное звездное небо, ощущает себя его частицей.

Если вы научились отбрасывать негативные оценки, если вы научились обнимать мир и свою жизнь единым взглядом, то у вас не остается вопросов типа: «А то ли я делаю? А там ли я нахожусь?» К вам придет полное понимание своего места в мире и осознание того, что вам надо делать в жизни. Перед вами откроется понимание того же самого относительно других людей. От вас уйдет недовольство собой, постоянное стремление соперничать с другими людьми.

Запомните: вашей душе не нужно ни с кем соревноваться, не нужно оценивать действия и поведение других людей. Прежде всего следует разобраться в себе, в своих делах и привычках.

Только тогда начнут постепенно исчезать причины ваших недугов и проблем. Конечным результатом такой работы над собою станет полное физическое здоровье. Вы даже сможете получить возможность исцелять других людей, причем для этого не надо будет выполнять никаких специальных действий. Лечебное воздействие будет исходить непосредственно от ваших слов, вашего присутствия. Вам будет достаточно побыть рядом с человеком, поговорить с ним о пустяках, и у него все начнет налаживаться как бы само собою.

Задняя часть третьей чакры связана со стремлениями человека, направленными на улучшение состояния физического здоровья, и известна как центр лечения и духовного целительства. Если человек внимателен к своему телу и способен поддерживать свое здоровье, тогда этот центр открыт.

//-- Из опыта работы --//

В процессе работы со слушателями часто наблюдаю у них многочисленные энергетические присоски от других людей и сущностей к переднему конусу третьей чакры, а также чуть правее и ниже – в районе печени. По таким присоскам идет мощный отвод жизненной энергии человека, что негативно сказывается на его здоровье. При этом часто наблюдается застой энергии в третьей чакре. После удаления мною энергетических присосок и восстановления работы третьей чакры человек на глазах становится совсем другим. Он

буквально оживает и испытывает ощущение необычайной легкости в теле.

В процессе диагностики иногда наблюдаю в переднем конусе третьей чакры чужеродные энергетические шнуры, плотно «уложенные» по внутренней поверхности конуса чакры. При удалении мною этих энергетических шнуров, с помощью специальных пассов, люди испытывают неприятные физические ощущения, хотя полностью отсутствует какой-либо контакт с телом. В отдельных случаях через ясновидение я находил под относительно ровной внутренней поверхностью переднего энергетического конуса третьей чакры целый слой чужеродных энергетических шнуров. В процессе их бесконтактного удаления было видно, как эти шнуры буквально «с кровью» вырывались с внутренней поверхности энергетического конуса. При этом пациенты ощущают явную физическую боль, хотя все происходит на уровне энергетических полей, за пределами физического тела человека (на расстоянии шести и более сантиметров от его поверхности).

Читатели могут самостоятельно избавиться от чужеродных энергетических присосок, если освоят мою авторскую методику работы с огненным кольцом в состоянии медитации. Очень многим людям помогает избавиться от проблем со здоровьем эта моя простая медитация «по ситуации».

Найдите в вашей квартире или на даче место, удобное для медитации. Очистку своего тела от негативных энергетических присосок лучше проводить сразу же после общения с неприятным в энергетическом плане человеком.

Самым удивительным для многих из вас будет узнать, что энергетическими вампирами могут быть ваши престарелые родители, родные сестры, братья и даже дети. Они становятся для вас вампирами только в том случае, если вы активно работаете над собой, существенно продвинулись вперед по пути своего духовного развития и сильно изменились в лучшую сторону. Если вы научились думать и говорить только о хорошем. Если вы ощущаете тепло и любовь, исходящие от светлых и чистых людей, находящихся рядом с вами. В таком случае существенно меняется энергетика вашего тела. Она становится более тонкой и чистой. В результате вы становитесь другим человеком для своих близких родственников и друзей. Из «серой мышки» вы становитесь теплым солнышком, возле которого все хотят погреться, вольно или невольно. В такой ситуации от находящихся рядом родственников могут произвольно потянуться энергетические шланги или шнуры, которые присасываются к вашему телу, забирая жизненную энергию радости и счастья.

После общения с такими людьми часто появляется ощущение опустошенности, начинает болеть голова, появляются прочие неприятности на физическом уровне. В такой ситуации очистку тела, в том числе избавление от энергетических присосок, следует провести немедленно, в иных случаях – в первой половине дня, когда сама природа помогает вашему телу, насыщая его энергией возрождения всего живого.

Включите легкую медитативную музыку, расслабьте тело и приступайте к очистке. Исходное положение – стоя. Ноги на ширине плеч, стопы несколько разведены в стороны. Поднимаем через стороны прямые руки вверх, одновременно с этим выполняем глубокий вдох. Опускаем руки вниз, делая при этом глубокий выдох. Повторите данное упражнение три раза. Это позволит вам существенно расслабить свое тело и сознание.

//-- Медитация --//

В положении стоя закрываем глаза, руки опущены, тело расслаблено. Опускаем свой мысленный взор вниз и сознанием создаем вокруг ног огненное кольцо золотисто-белого цвета. Вы расслаблены и спокойны. Это не материальный огонь, он духовный. Огонь создан вашим сознанием, в котором находится частица самого Творца. Ваше огненное кольцо подобно священному огню, возникающему ежегодно в Иерусалиме на Пасху, в память о приходе на землю Иисуса Христа. Ваше огненное кольцо имеет в диаметре около одного метра, толщина его стенок составляет около десяти сантиметров. Вы ясно видите это кольцо духовного огня золотисто-белого цвета. За пределами огненного кольца вы вызываете образы тех людей, с которыми вы хотите прервать всякие отношения на духовном или физическом уровне. Эти люди мешают вам жить. Они отнимают у вас жизненную энергию.

Они обесточивают вас. Они живут за счет вашей энергетики. Они мешают вашему творчеству, вашему бизнесу, самой вашей жизни. Вы безо всякого сожаления навсегда расстанетесь с ними. Вы так решили. Это ваше намерение.

Далее произнесите следующие слова: «Я сжигаю навсегда энергетические связи с людьми и энергетическими сущностями, которые мешают моему творчеству, моему здоровью, отнимают у меня жизненную энергию, которые живут за мой счет, не давая мне взамен ничего хорошего. Я расстаюсь с ними навсегда!»

После этих слов своим мысленным указом медленно поднимаете верхнюю часть огненного кольца вверх. Вы видите, как она медленно поднимается и вокруг вас начинает расти вверх огненный цилиндр. Вы слышите какие-то звуки, треск, шипение. Это реакция тонкого мира на воздействие огненного кольца, разрушающего энергетические связи вашего тела с ненужными вам людьми и энергетическими сущностями.

Вы полностью спокойны. Вы положились на Творца и знаете, что Он всегда с вами, что Он всегда вам поможет.

Под действием вашего мысленного указа огненный цилиндр продолжает медленно подниматься и останавливается где-то высоко над вашей головой.

Через несколько секунд под действием вашего мысленного указа огненный цилиндр начинает медленно опускаться. Вы трижды повторяете подъем (выше головы) и опускание огненного энергетического цилиндра. Это позволяет полностью разрушить все энергетические связи с ненужными вам людьми и энергетическими сущностями.

Далее своим мысленным указом вы гасите огненное кольцо и медленно выходите из состояния медитации.

Работу с огненным кольцом и цилиндром проводите по мере необходимости, но не реже одного раза в месяц. После работы с огненным цилиндром вы увидите и ощутите, как изменится ваше внешнее окружение. Вы почувствуете, что у вас прибавилось сил, улучшилось настроение, что вы стали чаще улыбаться. Не забывайте о себе. Ставьте свои интересы на первое место, решайте в первую очередь свои задачи. Только так вы сможете добиться исполнения ваших желаний. Ваше здоровье будет на должном уровне, а жизнь наполнится радостью и творчеством.

### **Четвертая чакра – Анахата**

Это сердечная чакра. Она расположена в районе грудины между сосками. Чакра имеет зеленый цвет и влияет на работу сердца, состояние крови и систему ее циркуляции в организме. Сердечная чакра питает энергией вилочковую железу, влияющую на полноценную работу иммунной системы. У этой чакры имеется 12 лепестков, или энергетических вихрей. Каждый энергетический вихрь соответствует определенному энергетическому каналу в теле человека. Сердечная чакра является также центром духовной любви человека. При ее устойчивой работе происходит активное духовное развитие человека. Чакра регулирует биоритмы в 12 меридианах (каналах) человека. При нарушении баланса энергии в сердечной чакре развивается артрит, заболевания органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.

В сердечной чакре находится духовное начало человека, это ворота между телесным и духовным началами. Сердечная чакра – это центр любви и гармонии. Именно отсюда излучается во внешнюю среду энергия нашего истинного «Я», именно здесь начинается путь человека к свету и к возвышенному сознанию. Сердечная чакра охватывает область груди, плеч и нижнюю часть легких. Отсутствие энергетического равновесия в сердечной чакре может вызвать боль в груди или в сердце, а также послужить причиной возникновения ревности или зависти. Если у человека закрыта сердечная чакра, то ослабевает его способность любить. При работе с энергией этой чакры необходимо раскрыться безграничной любовью, не привязываясь к конкретному человеку.

В сердечной чакре преобладает эмоциональная жизненная энергия, дающая человеку способность к переживанию. Если человек надолго попадает в изолированное пространство, куда не проникает никакая информация и никакие эмоции извне, то за довольно короткое время его поведение может стать похожим на поведение животного.

Если у человека неэффективно работает четвертая чакра, то это пагубно сказывается как на его материальной, так и на духовной жизни. Начиная с четвертой, сердечной, чакры и выше, нормальное прохождение энергии Вселенной обеспечивает получение человеком информации из внешней среды.

В этом случае все большую роль начинают играть музыка, танцы, слова, цвета, запахи, обоняние, которые берут человека за душу. Опираясь на эмоциональную энергию сердечной чакры, человек может значительно активизировать прохождение энергий на всех других уровнях своих чакр. В момент эмоционального подъема энергетическое поле человека (или аура) значительно увеличивается и меняет многие свои качественные стороны.

С помощью умелого управления эмоциональной энергией сердечной чакры можно лечить неизлечимые болезни, изменять качество окружающего пространства, воздействовать на ход времени внутри себя и внутри других людей. Однако все это можно осуществлять только в позитивном направлении, не следует об этом забывать.

Энергия зеленого цвета уравнивает в теле человека потоки негативной и позитивной энергии, успокаивает разум, тело и душу, ведет человека к новому витку его развития и любви. Это цвет богини Венеры, это цвет природы в самом ее расцвете.

Зеленый цвет – это цвет надежды, выздоровления, обновления. Энергия зеленого цвета применяется для поднятия жизненного тонуса. Зеленый цвет символизирует пространство, предоставленное человеку природой. Это приют человека, где он может найти сочувствие, понимание, обрести покой и стабильность.

Зеленый цвет соединяет человека с любовью Земли-матушки, с духовным возрождением и состраданием к природе.

Тем, кто витает в облаках или не может сосредоточиться на самом главном, следует носить одежду зеленого цвета, она обладает приземляющим действием.

Не следует носить одежду зеленого цвета при беременности.

Энергия зеленого цвета символизирует равномерный природный рост и развитие, основанное на благотворной любви, повышает внимание, стимулирует мыслительную деятельность; она обладает антисептическим действием, поэтому ее применяют при лечении инфекционных заболеваний.

Энергия овощей и фруктов зеленого цвета изобилует хлорофиллом, который нейтрализует вредное влияние радиации, противостоит бактериям, очищает кровь от токсинов и ускоряет процесс заживления ран. К таким овощам относятся шпинат, белокочанная и брюссельская капуста. Энергия этих овощей способствует также разрушению клеточной оболочки при лечении злокачественных опухолей.

Сердечная чакра принадлежит к стихии воздуха. Тот, кто в совершенстве владеет искусством управлять работой четвертой чакры, приобретает способность летать над поверхностью земли, может «входить» в тело другого человека, обретает состояние космической любви.

Передняя часть четвертой чакры отвечает за открытость в жизни, за любовь к другим людям и ко всему живому. Если вы ощущаете невидимую стену между собой и людьми, между собой и жизнью, если вы не понимаете свое место в природе, не ощущаете взаимосвязь со всеми живущими на этой Земле, то это означает только одно: у вас есть блоки

в сердечной чакре.

Сердечная чакра частично заблокирована у всех людей. Люди коверкают и разрушают окружающую природу именно потому, что у них частично закрыта четвертая чакра. Эта чакра центральная. Она соединяет небо и землю, верх и низ, левое и правое, внешнее и внутреннее. Полная открытость сердечной чакры и отсутствие всяких блокировок в ней – это особое, совершенно другое состояние человека, другие ощущения и переживания.

Задний энергетический вихрь сердечной чакры связан с волей человека, а также с волей, направленной от человека во внешний мир. Передний и задний аспекты четвертой чакры (как, впрочем, и у других парных чакр) работают синхронно.

Если передний энергетический вихрь сердечной чакры заблокирован, то задний вихрь, будучи открытым, смещает человека в сторону сверхэгоизма.

Такой человек будет казаться окружающим ярко выраженным эгоистом, которому просто наплевать на всех остальных. Если же закрыт задний вихрь, а передний открыт, то человек будет восприниматься нами как добрый, отзывчивый, обладающий прекрасным сердцем. И таких людей мы, к сожалению, часто используем в своих корыстных целях, причем самым бессовестным образом. Увы, мы легко берем что плохо лежит и не спешим помочь человеку, попавшему в беду.

//-- Из опыта работы --//

При диагностике и устранении проблем, связанных с четвертой чакрой, следует помнить, что здесь требуются большая осторожность и ювелирная работа. При работе с передним энергетическим конусом четвертой чакры я, как правило, применяю метод мягкого энергетического поглаживания.

В процессе специальной диагностики заднего конуса сердечной чакры у отдельных людей наблюдается необычное явление. В районе заднего конуса сердечной чакры и чуть выше него видна объемная энергетическая пробка, похожая на хорошо заостренный кол.

Эта пробка сделана на смерть другим человеком (недругом или колдуном по просьбе недруга с воздействием на его энергетическую куклу, фотографию и т. п.). Непростой процесс дистанционного энергетического удаления этой пробки из тела человека напоминает изъятие пробки из бочки. У некоторых людей такая энергетическая пробка по внешнему виду похожа на деревянный клин или огромную иглу.

После снятия энергетической пробки из тела пациента мною дистанционно «извлекались» многочисленные чужеродные энергетические жгуты, веревки, пастообразные составляющие и т. п. При этом люди на физическом уровне ощущали, что из них «что-то болезненно выходит». После удаления таких энергетических пробок человек ощущает, что ему становится гораздо легче дышать, уходят боли в спине, затихают сердечные боли и т. п.

## **Пятая чакра – Вишудха**

Горловая чакра расположена у основания шеи. Эта чакра является центром времени, центром информации о прошлом и будущем. Вишудха имеет голубой цвет. У нее 16 лепестков, или энергетических вихрей. Чакра питает своей энергией щитовидную железу.

Чакра влияет на голосовой и бронхиальный аппараты, на легкие и работу пищеварительного тракта. При устойчивой работе горловой чакры человек обладает ярким воображением, высоким интеллектом. При нарушении же энергетического баланса у горловой чакры, в сознании человека появляются навязчивые идеи, возникают проблемы с горлом, гортанью и голосом.

Горловая чакра дает человеку возможность управлять своей творческой энергией. Занимаясь творчеством, человек приобщается к высшим таинствам мироздания. Любое



проявление творчества – будь то наука, искусство, бизнес, спорт – означает познание неведомого.

Например, анализ творческой деятельности настоящих гениев показывает, что они рассматривают свое творчество не как личную работу, а как совместное творчество человека и природы.

Гениальный композитор периодически «слышит» новую музыку «из ниоткуда». Музыка приходит из окружающего пространства в периоды творческого подъема или огромных потрясений его сознания.

Одаренный художник часто рисует то, что он видит в своем воображении. К нему приходят «видения» прекрасных картин, когда он находится в состоянии творческого подъема.

Это же относится и к писателям, которые «видят» и «слышат» содержание своих будущих произведений. Так же работают и великие ученые, к которым периодически приходит озарение.

В настоящем творчестве гениального человека участвует не только его сознание, но и одновременно с ним несколько энергетических полей тонкого плана. Творческая энергия природы наполняет своим прекрасным содержанием не только творческую составляющую человека, но и его повседневную жизнь.

Умение любого человека активизировать и аккумулировать, то есть накапливать в себе, творческую энергию превращает такого человека в гения. Вот вам решение задачи – как стать гением. Работать и еще раз работать, настойчиво и целеустремленно идти к своей цели. Надо посвятить этому всю свою жизнь.

Настоящее творчество возникает тогда, когда это интересно представителям обеих сторон – и человеку, и Вселенной, которая незримо сотрудничает с нами. В таких случаях люди говорят, что пришло время. Вселенная построена по принципу постоянного, бесконечного самопознания и самосовершенствования. Человек постоянно участвует в этом процессе как часть единого целого.

Творческий человек строит свою жизнь. Это является наивысшим видом творчества. Жизнь такого человека насыщается творческим изобилием, становится значительно интереснее, легче и радостнее.

Решение любой задачи у творческого человека нестандартное. Это акт его творчества. Это всегда иной образ и темп жизни, чем у окружающих его людей. Это совсем другой уровень понимания творческой и изобильной жизни.

Голубой цвет горловой чакры – это цвет неба. Он символизирует чистоту мышления. Этот цвет связан с более обдуманым и рациональным подходом к любовным отношениям, нежели выражение необузданного физического влечения и пылкой страсти.

Голубой – это цвет божественной любви, цвет защиты, спокойствия и умиротворения, он способствует появлению у человека вдохновения, самоотдачи, дает ощущение мира и спокойствия.

Марию, Божью Матерь, еще называют Небесной Царицей, Мадонной. Ее обычно изображают в одеянии голубого цвета. Она несет с собой ощущение мира, защищенности и духовную мудрость. Голубой – это цвет женского начала и зарождения нового.

Голубой цвет является для человека некой гаванью, в которой он чувствует себя в безопасности. Во все времена люди на подсознательном уровне чувствовали связь, существующую между голубым цветом неба над головой и Творцом. В церкви часто центральную часть красят в чистейший голубой цвет, что символизирует небесные сферы и неприкосновенность церкви как убежища.

Наши древние предки обвешивали себя голубыми амулетами, на которые мог быть нанесен рисунок глаза, или же надевали ожерелья с камушками бирюзового цвета. Считалось при этом, что нечистая сила притянется к яркому голубому цвету и не посмотрит в глаза

такому человеку, а значит, не заберет его душу.

Энергия голубого цвета действует на человека успокаивающе, понижает кровяное давление. Она является хорошим средством от губительного воздействия стрессов на организм человека, потому что замедляет протекание всех биологических процессов, включая деятельность головного мозга при его перенапряжении. Специалисты рекомендуют окрашивать в голубой цвет стены в больницах, так как энергия голубого цвета оказывает успокаивающее воздействие на пациентов, особенно на легко возбудимых. Энергия голубого цвета обладает антисептическим действием, это дает человеку ощущение, что он находится в более чистой обстановке.

Человек, овладевший искусством управлять горловой чакрой, добивается высшего успеха в жизни и приобретает знания из своего прошлого, настоящего и будущего.

//-- Из опыта работы --//

В процессе специальной диагностики мне приходилось неоднократно наблюдать многочисленные энергетические блоки в районе горловой чакры. Эти блоки могут внешне проявляться в виде кашля, вынужденного молчания, заикания или напряжения голосовых связок. В последнем случае человек может говорить неестественно высоким и напряженным голосом.

;Горловая чakra человека отвечает за его творчество и проявление силы воли.

Передний вихрь горловой чакры связан с ответственностью человека за удовлетворение своих потребностей. Новорожденному ребенку дают грудь, но чтобы насытиться, он должен сосать. Этот принцип соблюдается во всем. По мере того как человек взрослеет, удовлетворение его потребностей все больше и больше зависит от него самого.

Горловая чakra у взрослого человека нормально функционирует тогда, когда он перестает обвинять в своих неудачах других людей, когда он сам удовлетворяет свои нужды и желания.

Передний вихрь горловой чакры в открытом состоянии позволяет человеку усвоить все, что к нему приходит из окружающей среды. Это и пища, и общение с множеством людей, и использование различных вещей. Это все то, с чем человек сталкивается в процессе своей повседневной жизни.

Горловая чakra связана с ответственностью человека за реализацию его пожеланий. Вся Вселенная построена по принципу закона изобилия. И если у вас есть хоть малейшее подозрение, что Вселенная бедна и враждебна к вам, значит, ваша горловая чakra частично заблокирована. Вселенная – это все то, что находится вокруг вас, в том числе и люди. Все, что вам необходимо, находится совсем рядом с вами. Нужно просто уметь все это видеть и использовать в своих целях. Только вы сами ответственны за то, что сегодня у вас чего-то нет.

По мере духовной работы над собой человек постепенно открывается Вселенной, одновременно с этим открывается и его горловой центр. К физическому телу начинают поступать новые потоки энергии. Все вокруг такого человека становится светлым. Но под действием активных потоков энергии внутри человека начинают шевелиться и выходить наружу глубоко лежащие застойные блоки энергии.

Когда такое происходит, горловой центр снова временно закрывается выходящими из тела энергетическими блоками. И жизнь вокруг вас на короткое время снова становится черной. Не огорчайтесь – это естественный процесс, который говорит о том, что для вас пришло время более активно поработать со своим очередным блоком и что вы стоите на правильном пути.

Такие взлеты и падения каждый из нас испытывает множество раз в своей жизни. Это происходит до тех пор, пока тело не освободится от основной массы энергетических блоков. После этого горловой центр человека пребывает большую часть времени в открытом состоянии. И тогда человек обретает положительную позицию по отношению к самому себе,

к окружающим людям, к идеям, к вещам и т. п. При работе с блоками не вкладывайте в них свои логические мысли, работайте легко и с улыбкой, тогда у вас все обязательно получится.

Задний вихрь горловой чакры отвечает за то, какие у вас отношения с окружающими, как вы ощущаете себя в своей профессии и среди людей. Относитесь легко к своим неудачам. Рассматривайте их как накопление личного опыта.

Не забывайте о том, что в жизни каждого человека всегда есть место радости и наслаждениям. Без колебаний пользуйтесь шансами сменить свою работу, чтобы трудиться там, где мечтается, и общаться с теми людьми, к которым вас тянет. Пробуйте еще и еще раз наладить нужные вам жизненные контакты. Тогда количество предпринятых вами попыток обязательно перейдет в повышение качества вашей жизни.

Внутренняя и внешняя энергетические системы человека изначально настроены только на успех. Это закон, по которому развивается вся Вселенная, а иначе весна на Земле никогда бы не наступила.

//-- Из опыта работы --//

При диагностике горловой чакры и работе с ней неоднократно наблюдаются с лицевой стороны тела человека некие удавки в виде энергетических шнуров или энергетических косынок. Просмотр ситуации показывает схожие варианты развития событий. Например, в свое время молодой женщине свекровь по дарила красивую косынку. Но всякий раз, когда женщина надевала эту косынку на шею, она испытывала давящее, удушающее состояние. Прошло много лет. Этой косынки уже давно нет, но ее энергетическая форма сохранилась и продолжала негативно воздействовать на женщину. Пришлось применить специальную методику бесконтактных пассов, чтобы навсегда убрать следы негативного воздействия этой косынки на шею уже пожилой женщины.

Обращайте свое внимание на то, кто и что вам дарит. Если этот человек относится к вам с завистью или неприязнью, можете принять его подарок, но не используйте его для себя. Отдайте этот подарок другому человеку и не бойтесь за него. На другого человека этот предмет не будет оказывать негативного воздействия, ибо у него другая энергетика и другое восприятие мира.

Галина, 48 лет, часто страдала от затрудненного дыхания. По ее словам, что-то постоянно давило ей на грудь и не позволяло свободно дышать. В процессе специальной диагностики мною было выявлено следующее. Примерно на середине между сердечной и горловой чакрами у Галины наблюдались длинные энергетические шнуры, а также энергетические «ежи», которые весьма болезненно удалялись моими бесконтактными пассами. Просматривая ситуацию, мне удалось установить, что эти сильные энергетические блоки возникли 11–12 лет назад, но не были вовремя удалены. Блоки мешали нормальному функционированию энергии в верхней части грудной клетки. После их энергетического удаления Галина ощутила необычайную легкость в груди, дыхание стало свободным.

В процессе специальной диагностики часто наблюдается у людей самых различных профессий с тыльной стороны горловой чакры, в плечевом поясе значительное энергетическое напряжение. Это напряжение связано с тем, что люди не умеют снимать с себя энергетический груз ежедневных проблем. Этот груз постепенно накапливается, а затем начинает буквально давить человека к земле. Внешне это проявляется в прогрессирующей сутулости, в учащающихся головных болях, в ощущении усталости в конце рабочего дня и т. п. После снятия специальными методами энергетического напряжения в плечевом поясе люди ощущают, как у них буквально распрямляются плечи.

## **Шестая чakra – Аджна**

Эта чakra является органом астрального видения, или «третьим глазом». Чakra расположена между бровями, ее цвет – темно-синий, или индиго. Чakra питает

гипофизарную, или слизобразующую, железу, а также костный скелет человека, в особенности позвоночный столб. Чакра имеет два лепестка, или вихря, и влияет на работу нижнего мозга, на состояние глаз, ушей, носа, на нервную систему. При устойчивой работе шестой чакры человек имеет хороший чувственный контроль и может обладать способностью к ясновидению, появляется умение смотреть в глубь ситуации.

Творческая работа с энергией темно-синего цвета помогает проникнуть в самую глубину жизненной структуры человека, что особо важно при поиске причин болезни, развивает духовную мудрость и способствует эмоциональному росту. Именно из чакры «третьего глаза» приходят к человеку вдохновение и смелость, почерпнутые из вспышек энергии темно-синего цвета.

Энергия шестой чакры – это энергия творчества, она дает человеку возможность осуществить цель его жизни, помогая для этого сознанию задействовать в повседневной жизни свое внутреннее зрение. Шестая чакра управляет восприятием, интеллектом и мудростью. Отсюда появляются у человека наметки новых идей и замыслов. В состоянии хорошо развитой формы эта чакра обозначает бесконечную духовную мудрость и просветление.

В чакре «третьего глаза» циркулирует духовная энергия, обеспечивающая неослабевающий огонь духовной жизни, которая проявляется в том, что духовное начало человека напрямую начинает проявлять себя на материальном уровне.

При активной духовной жизни человека энергия его духа активизируется и участвует в земной жизни с возрастающей силой. Духовная жизнь предполагает внутреннюю чистоту человека, которая включает в себя как чистоту физического тела, так и чистоту аурического поля, причем последняя имеет гораздо большее значение, так как она обеспечивает доступ к духовной энергии Вселенной.

Для реализации своих задумок на высоком духовном плане человеку необходимо стать просветленным, для чего следует активно отработать свою карму. Увы, многие люди, ставшие на путь своего духовного просветления, не знают об этом и не ведают путей продвижения к просветлению.

Как дополнительное действие на этом пути, многие века люди используют тайные учения о фиолетовом огне. Некоторые действия при работе с фиолетовым огнем по специальной методике будут приведены в данной книге несколько позднее.

Просветленный человек становится способным активизировать и направлять духовную энергию изобилия Вселенной по своему усмотрению, распределять огромные богатства своего духа. Все условия существования человека начнут автоматически подстраиваться под запросы его духовной энергии. Если для обеспечения максимального потока духовной энергии такому человеку необходимо жить во дворце, украшенном драгоценными камнями и золотом, то он и будет жить в этом дворце. А если для прохождения сильных потоков духовной энергии человеку необходимо жить в деревянном доме или в хорошей усадьбе, то он и будет там жить. Так предопределено Природой. И нужно совсем немного – жить по законам Природы.

Осмысленное управление прохождением духовных энергий через тело человека и его ауру – это огромная власть, принадлежащая просветленным. И обладают такой властью только Гуру, Мастера и Учителя с большой буквы.

После общения с таким Учителем у человека начинает меняться к лучшему вся его жизнь. Струйка духовной энергии изобилия отделяется от большого потока энергии, которой управляет Учитель, и начинает поступать в аурическое поле его ученика. Ученик через некоторое время начинает это ощущать. Сохраняя духовную связь со своим Учителем, ученик тем самым постоянно сохраняет эту духовную струйку энергии, которая со временем, по мере роста духовной практики, превращается в могучий поток духовной энергии здоровья, знаний и изобилия. И это будет ваш поток. Научиться управлять духовной

энергией своего тела, этой мощью – вот задача, достойная человеческой жизни.

Человек, в совершенстве овладевший работой шестой чакры, сможет убрать все негативные кармические образования из своих прошлых жизней. Такой человек становится свободным, он может управлять многими природными процессами в своих созидательных целях.

Передний вихрь шестой чакры дает возможность образно видеть и понимать мысли, идеи, представления о себе и о мире, понимать все то, чем живет человек. Этот центр отвечает также за способность к ясновидению. Здесь суммируется вся информация о внешнем мире, поступающая из расположенных ниже пяти чакр. Работать с этим центром необходимо очень аккуратно, под наблюдением высококвалифицированного учителя. При работе с шестой чакрой необходимо соблюдать принцип: все хорошо в меру! Не забывайте об этом.

Задний вихрь шестой чакры позволяет нам воплощать свои идеи в жизнь. Другое его название – исполнительный центр.

### **Седьмая чакра – Сахасрара**

Она расположена в районе макушки, и для тех, кто может ее видеть, чакра выглядит как шлем над головой. Она имеет фиолетовый или лилово-белый цвет и питает своей энергией мозг человека. Работа седьмой чакры влияет на состояние верхнего мозга и глаз. Чакра состоит из 1000 лепестков, или энергетических вихрей, которые расположены в двадцати слоях, в каждом слое по 50 лепестков. При устойчивой работе этой чакры человек владеет высшими формами абстрактно-философского мышления. Седьмая чакра связывает энергию человека с энергией Вселенной, а также с той духовной сущностью, в которую верит человек.

В процессе духовного развития человека (медитации, молитвы, занятия йогой и т. п.) все больше раскрывается и совершенствуется его седьмая чакра. При этом развивается самооценка, открывается внутреннее состояние покоя и благополучия, открывается путь, ведущий к счастью. Визуализация с погружением в энергию фиолетового цвета помогает человеку отделиться от личных и материальных проблем и рассеять неприятные воспоминания о своей жизни. В умеренных количествах энергия фиолетового цвета помогает уравновесить эмоции человека. Она помогает избавиться от пагубных привычек, от старых моделей поведения, от изнуряющих мыслей, а также от ненужных чувств.

Энергия фиолетового цвета помогает человеку идти вперед. Фиолетовый – это цвет цели, молитвы и размышления. Его энергия привлекает к человеку достойные перемены в жизни.

Через седьмую чакру проходит Божественная энергия просветления, обеспечивающая возможность Божественного присутствия здесь и сейчас. Это наивысшая форма энергии Вселенной, доступная сегодня человеку на Земле.

Эту энергию невозможно осмысленно активизировать. Раньше этой энергией легко управляли жители Атлантиды. Сегодня к такому уровню развития подходят только святые. Такие люди мыслят категориями всего человечества, категориями Вселенной.

А что же делать всем остальным? Как научиться использовать хотя бы частично огромный потенциал этой Божественной энергии изобилия? Ответ довольно прост. Постоянно отождествляйте себя со своей лучшей, Божественной, частью. Она есть в каждом из вас от рождения. Постоянно посвящайте Творцу свои замыслы и дела, свои порывы и пожелания. Безгранично верьте Творцу и безгранично любите его. И наступит время, когда начнет все больше и больше расширяться ваша Божественная часть. К вам придет и могущественная Божественная энергия здоровья, знаний и изобилия. Такой человек только одним своим присутствием гармонизирует пространство, расставляет всех людей по своим

местам.

В неповторимости каждого человека, в его глубокой индивидуальности и уникальности находится огромный энергетический потенциал.

А если человек становится на проторенную дорогу и начинает повторять то, что уже хорошо известно, то у такого человека сразу же отсекаются возможности получения Божественной энергетики.

Ибо энергетическим сущностям это неинтересно. Это уже было. Это не дает новых путей поступления от человеческой сущности тонкой, индивидуальной, уникальной энергии его Божественного «Я».

Читатель, будь индивидуален (в хорошем смысле этого слова), старайся вносить в свою работу, в свою деятельность, в свое обучение творческую неповторимость. Твоя творческая индивидуальность обязательно будет притягивать из окружающей среды потоки творческой энергии Вселенной, присущие только тебе. Это позволит создать ситуацию здоровья, успеха и изобилия.

Индивидуальное творчество – вот путь настоящего мастера, вот ваш истинный путь к успеху. Запомните эту фразу, и тогда она станет вашей путеводной звездой на пути к здоровой, творческой и изобильной жизни. Индивидуальное творчество во всем, что вы делаете, – вот ваш истинный путь к решению поставленных задач.

Седьмая чakra связана с высшим знанием человека и его пониманием предназначения всей Вселенной. Самостоятельно работать с этой чакрой не рекомендуется. Все, что вам дано от природы, будет автоматически работать на энергетическом уровне седьмой чакры. А по мере вашего духовного роста седьмая чakra самостоятельно раскроется в полную силу.

//-- Из опыта работы --//

В процессе проведения занятий с постоянными слушателями, желающими идти по пути духовного совершенствования, я создаю у присутствующих состояние общения с высокодуховной энергией на уровне седьмой чакры. Это позволяет раскрыть природные способности человека, заложенные с рождения, но пока еще не использованные. Они не раскрыты пока в силу неумения погружать свое сознание в творческое состояние, самое прекрасное состояние в жизни каждого человека. После проведения нескольких занятий многие слушатели впервые в жизни ощутили действие высокодуховной энергии творчества как прекрасные моменты, украшающие повседневную жизнь.

По своей природе люди необыкновенно мудры и знают очень многое. Однако эти же люди часто жалуются на превратности своей судьбы, постоянно о чем-то спрашивают и переспрашивают у других, ждут совета, суетятся по каждому поводу, сомневаются в себе и т. п. Помните о том, что каждый человек изначально наделен природой даром поиска и применения в своей жизни бесконечных знаний Вселенной. Помня это, будьте мудрее и ведите себя достойно. Не забывайте о том, что вы Божественное творение.

Не пытайтесь добиться от других людей силой исполнения ваших желаний. Не разрушайте и не засоряйте бранными словами и низкими делами окружающий вас мир.

Если надо ждать, будьте выдержанны, мудро ждите, и тогда решение придет к вам как бы случайно, принимая самые разнообразные формы. Встречаясь с людьми, стремитесь воспринять от них лучшее, учитесь у них мудрости. А расставаясь с людьми, в которых вы ошиблись, – действительно расставайтесь, не оглядываясь на свое прошлое, уверенно идите вперед своим путем.

Вспомните, как говорится в русских народных сказках: «Иди вперед не оглядываясь, иначе погибнешь или останешься навсегда на старом месте». Прислушайтесь к народной мудрости. Не мечитесь по сторонам в поисках истины. Не мчитесь по жизни сломя голову, не гонитесь за сиюминутным успехом. Идите по жизни спокойно и целеустремленно. И еще живите творчески. Живите здесь и сейчас. Радуйтесь и наслаждайтесь каждым мгновением своей жизни. В этом и состоит ваша духовность, ваша мудрость, весь смысл вашего бытия.

Внимание! Все действия, так или иначе обращенные на седьмую чакру, целесообразно производить под непосредственным руководством опытного учителя. Не рекомендуется без соответствующей подготовки работать на седьмой чакре самому или проводить с ней непроверенные эксперименты.

### **Дополнительная информация о чакрах**

Итак, у каждого человека имеется семь основных чакр. Каждая основная чакра за номерами два – шесть в передней части тела спарена со своим двойником, расположенным на задней стороне тела. Взятые вместе, они рассматриваются как лицевой и тыльный аспекты одной чакры.

Лицевые составляющие чакр соответствуют ощущениям, т. е. являются центрами чувств и эмоций человека.

Тыльные, располагающиеся со стороны спины, исполняют функции волевых центров. Каждая из семи чакр имеет семь энергетических слоев. Каждый слой изолирован от других и соответствует одному из семи слоев аурического поля (или проще сказать – ауры) человека.

Кроме семи основных чакр существует еще двадцать одна малая чакра. Эти чакры расположены следующим образом. По одной чакре впереди каждого уха, по одной над сосками, по одной на ладонях рук, по одной на стопах, по одной за глазами, по одной на гениталиях. Еще одна чакра свя занна с желудком, две с селезенкой, одна находится возле печени, одна возле щитовидной железы, одна возле солнечного сплетения и т. д.

Существует также множество крошечных энергетических вихрей, местоположение которых на теле человека точно соответствует акупунктурным точкам китайской медицины. Читатель, надеюсь, сейчас уже становится понятно, что от состояния каждой чакры существенно зависит состояние вашего здоровья, творчества и успеха.

//-- Из опыта работы --//

В процессе проведения специальной диагностики мне неоднократно приходилось наблюдать практически у каждого человека застойные явления в одной-двух чакрах (внешняя энергия очень слабо поступает в эти чакры). Со временем в прилегающих к ним местах появляются болевые ощущения, которые не убираются лекарственными методами. После нормализации специальными методами движения потоков энергии в зонах застойных чакр болезненные явления, как правило, исчезают. Потоки энергии в основных чакрах вращаются по часовой стрелке. В процессе диагностики у некоторых людей наблюдается вращение энергии в противоположном направлении. В такие чакры из окружающего мира энергия и информация не поступают. Напротив, человек в этом случае отдает свою энергию во внешний мир и отождествляет его со своими чувствами, связанными, как правило, с далеким детством. Такой человек обычно живет в мире своих иллюзий, а не в реальном мире. За этим следуют разочарования, физические и духовные страдания.

## **Глава 4**

### **Бесконтактное воздействие – массаж**

Читателю предлагается ознакомиться с объединенной классической методикой бесконтактного воздействия – массажа, дополненной и усовершенствованной мною по отдельным направлениям.

Наиболее известную основу современного бесконтактного воздействия – массажа – в России составляет классическая методика Джуны (Евгении Ювашевны Давиташв или),

которая была представлена широкому читателю в 1991 году.

Наряду с методикой Джуны существуют и иные способы исцеления руками. Например, в Сибири еще несколько столетий назад успешно применялось исцеление больного с помощью бесконтактного воздействия знахаря. После диагностирования при помощи различных приемов (свечи, рамки, ясновидения, исследования рукой или другими средствами) древние сибиряки осуществляли выравнивание энергии у больного с помощью рук знахаря. Воздействие знахаря осуществлялось следующими стандартными приемами:

Руки у знахаря свободны, без напряжения, он бесконтактно выравнивает кистями рук поле больного, двигаясь по спирали вдоль всего тела по часовой стрелке.

Выравнивание кистями рук энергии над головой.

Перекрестное движение кистями рук вдоль всего тела.

Сабельные движения кистями рук над телом.

«Вытяжка» негативной энергии .

Накачка позитивной энергии.

Регулирование движения энергии.

Метод «краб» – растопыренная ладонь над больным местом для прогрева участка тела.

Бесконтактный метод «пресс» – ладони открыты и развернуты в сторону тела больного параллельно телу, при этом производится выравнивание тока энергии в теле и вокруг него.

В этом виде лечения большую роль играет умение знахаря быстро реализовать свое образное видение, а также умение очищать больного от негативной энергии.

Эти действия классического сибирского знахаря очень напоминают современную методику Джуны. Поэтому в своей практике я взял лучшее из древней сибирской методики, а также из методики Джуны и все это насытил своим видением процесса исцеления. Многолетний опыт работы позволил мне создать свою, объединенную методику, в результате чего появилось новое видение данных приемов и оценка их эффективности.  
<br> Читателю предлагается ознакомиться с объединенной классической методикой бесконтактного воздействия – массажа, дополненной и усовершенствованной мною по отдельным направлениям. В частности, сюда добавлены элементы «тонкого видения» процесса бесконтактного воздействия. Это позволяет выполнять бесконтактное воздействие – массаж более осмысленно и реально видеть результаты своей работы.

Основу любого бесконтактного воздействия – массажа составляет его профилактическая направленность. Она основана на том, что при энергетическом воздействии на один участок тела идет целебное воздействие на весь организм и таким образом устраняется предрасположенность к различным заболеваниям.

В ходе проведения сеанса бесконтактного воздействия квалифицированным целителем его биологическое поле создает значительные позитивные изменения в крови и лимфатической системе пациента. Одновременно идет и большая профилактическая работа внутри организма.

При проведении бесконтактного воздействия – массажа необходимо соблюдать следующие рекомендации:

1. Никогда не пытайтесь лечить тяжелые заболевания, особенно в стадии обострения.
2. Проводить сеанс одновременно с медикаментозным лечением можно и даже нужно, так как это облегчит состояние больного.
3. Не пытайтесь воздействовать на больной орган, если неизвестен точный диагноз. Не занимайтесь самолечением.
4. Если вы хотите оказать помощь человеку с нарушенным артериальным давлением, то необходимо точно знать, пониженное или повышенное у него давление. А также необходимо контролировать давление до и после сеанса, лучше с помощью тонометра.
5. Чтобы узнать, насколько успешна ваша помощь, желательно систематически проверять состояние здоровья вашего пациента в медицинском учреждении.



6. Первые профилактические сеансы нужно проводить ежедневно в течение недели, затем один день – перерыв, потом опять следует проводить сеансы в течение недели, после чего необходим перерыв не менее недели, чтобы организм пациента не отвык работать в обычном режиме. При необходимости этот цикл оздоровления можно повторить.

7. Проводить сеансы беременным ни в коем случае нельзя. В исключительных случаях возможны профилактические сеансы при заболевании почек, но обязательно под наблюдением врача.

8. Активным детям-непоседам профилактические сеансы можно проводить, когда они спят.

Приступая к освоению приемов бесконтактного воздействия на человека, необходимо иметь элементарные знания об анатомии и физиологии, о сердечно-сосудистой системе, органах дыхания и пищеварения, мочеполовых органах. Эти сведения можно почерпнуть в энциклопедиях и популярной медицинской литературе.

Хорошо, если вы знакомы с приемами массажа. Хотя методика и носит название бесконтактного воздействия – массажа, но при некоторых заболеваниях желательно сочетание приемов бесконтактного и контактного массажа, а также наложение рук.

### **Выравнивание плотности ауры**

Что чувствует человек (назовем его оператор), который проводит сеанс бесконтактного воздействия на другого человека? Если оператор (целитель) будет держать руку на расстоянии 5–10 сантиметров над головой пациента или не спеша проводить ею вдоль тела, то он ощутит своей рукой тепло, исходящее от тела пациента, а иногда и покалывание в кончиках пальцев. Бывает и наоборот – при наличии застойных явлений оператор ощущает их как «холодные» места тела. А применяя ясновидение, можно «увидеть» в этих местах участки тела темного или серовато-зеленого цвета. Со временем, приобретая опыт, можно почувствовать существенную разницу излучения тела пациента в различных точках, научиться расшифровывать информацию, посылаемую человеческим организмом в окружающее пространство. Но это умение приходит не сразу, надо очень много работать над собой.

На первых порах достаточно того, что пациент ощущает тепло, исходящее от вашей руки. Потренируйтесь в этом. Руки держите так, чтобы ладони были открыты в сторону тела пациента, пальцы слегка согнуты и направлены подушечками на пациента. Руки держите свободно, не напрягайте, но и не расслабляйте. Мысленно сосредоточьтесь на кончиках ваших пальцев и начинайте плавное движение руками вдоль тела пациента. Сначала сверху вниз (ладони обращены книзу), а затем снизу вверх (ладони обращены вверх). Над головой ладони почти соединяются (расстояние между ними 2–3 см), а затем поворачиваются и скользят вниз.

Движение руками выполняется непрерывно и плавно. Ваши ладони должны ощущать постоянную связь с излучением тела пациента. Можно представить себе, как будто вы выполняете эти движения в воде, плавно обволакивая невесомой водой тело пациента и придавая воде однородную структуру. Те целители, кто обладает видением, «наблюдают», как меняется окраска и выравнивается плотность энергии вокруг пациента.

В профилактических целях с этого приема, как правило, начинается работа с пациентом. Это упражнение можно рассматривать как вступление с ним в энергетический контакт. Итак, не спешите, движения ваших рук должны быть плавными, прислушивайтесь к ощущениям в своих руках. Выполняйте эти движения поочередно в двух плоскостях по 7–9 движений вверх-вниз. Вначале – по бокам (справа и слева одновременно), затем – спереди и сзади.

Для справки. Такое движение рук способствует выравниванию ауры человека в верхней части тела (до поясницы), которая часто нарушена или искажена. Иногда этого действия

бывает вполне достаточно, чтобы помочь человеку избавиться от головной боли, состояния головокружения и т. п.

Опытные целители применяют такое действие руками после завершения каждого лечебного сеанса, чтобы восстановить целостность и равномерность ауры пациента.

### **Петлеобразные движения руками**

Другим общепрофилактическим приемом являются петлеобразные (перекрестные) движения руками. Те целители, кто обладает видением, называют это упражнение «выгребанием» застойной энергии. Такое движение рук целителя действительно оказывает мощное и целенаправленное воздействие на тело пациента. Движения кистей рук начинаются над головой, затем продолжаются вдоль туловища, до нижней его части.

Кисти рук со слегка согнутыми пальцами обращены к телу пациента. Эти движения выполняются как спереди, так и сзади. Движения позволяют «выравнивать» энергию и являются профилактическим методом.

Выполнение упражнений «выравнивание плотности ауры» и «петлеобразные движения руками» позволяет снять утомление, регулирует артериальное давление, улучшает сон и общее самочувствие. Выравнивание потоков энергии является составной частью каждого сеанса при любом заболевании. После проведения этих приемов улучшается микроциркуляция крови, повышается общий тонус организма, возрастает работоспособность.

При проведении сеанса бесконтактного массажа пациент может находиться в положении стоя, сидя или лежа. Это зависит от заболевания, самочувствия и индивидуальных особенностей пациента.

При положении стоя пациент стоит спокойно с опущенными вдоль туловища руками. При положении сидя – руки спокойно лежат на коленях, ладонями вверх. При положении лежа выбирается любая удобная для проведения сеанса поза.

Место и поза оператора определяются видом выполняемого приема. Оператор может находиться перед пациентом, сзади или сбоку. Сеанс можно проводить в любое удобное время – утром, днем, вечером. Каждый сеанс нужно начинать с выравнивания потоков энергии вокруг пациента и внутри его. Тем самым в организме пациента запускается процесс активного самовосстановления. Петлеобразное движение руками в профилактических целях выполняется в течение двух-трех минут.

С точки зрения целителя, обладающего видением, этот прием означает следующее. Выполняя петлеобразные движения руками сверху вниз и снизу вверх, целитель видит, как из его ладоней и кончиков пальцев идет непрерывное излучение потоков невидимой световой энергии. Можно мысленно усилить яркость и мощность света, излучаемого из кистей рук, что существенно повышает эффект профилактики и лечения.

Потоки невидимого света, исходящего от рук целителя, словно энергетические грабли, «выгребают» из тела пациента застойную и негативную энергию и выводят ее за пределы физического тела. В результате таких действий из тела пациента активно уходят застойные энергетические явления, активизируется механизм самоисцеления. Это ведет к восстановлению активности протекания основных физиологических процессов до состояния оптимальных величин.

### **Круговые растирания – энергетический массаж**

После выполнения различных видов энергетического воздействия на определенные участки тела на этих местах можно провести бесконтактные энергичные круговые растирания ладонями рук. Например, бесконтактные круговые растирания грудной клетки и

верхней части спины.

Это еще один, третий по счету, общепрофилактический метод бесконтактного воздействия – массажа. Движения кистями обеих рук выполняются одновременно по часовой стрелке. Если целитель в процессе выполнения кругового энергетического растирания представит себе, как из ладоней его рук исходит яркий золотисто-белый свет, то эффективность этого воздействия значительно возрастет.

Бесконтактными круговыми растираниями можно заканчивать все профилактические сеансы. Они стимулируют деятельность сердца, вилочковой железы и осуществляют приток крови к верхним долям легких. Начните изучение методов бесконтактного массажа с отработки общих профилактических приемов. Продолжительность такого сеанса колеблется в пределах 10–15 минут.

Когда же следует прибегать к профилактической методике бесконтактного воздействия – массажа? При утомлении, неважном самочувствии, часто связанном с изменением погоды, магнитными бурями, при нервном напряжении и в других подобных случаях.

Не спешите глотать таблетки без надобности. Попробуйте воздействовать друг на друга теплом своей души и светом, исходящим из ладоней рук, – ведь тепло (невидимый свет) ваших рук является внешним проявлением энергетического воздействия. Оно реально снимает напряжение в теле пациента и вызывает прилив крови (ощущение тепла). Также усиливается движение энергии по нервным волокнам (ощущение мурашек). Для своих близких не жалейте тепла и света души, сил и энергии. Все это обязательно вернется вам сторицей.

При профилактике различных заболеваний бесконтактными энергетическими методами, кроме распределения энергии, применяют и другие приемы. Рассмотрим некоторые из них.

### **Прессовые движения – вывод застойной энергии за пределы тела**

Прессовые движения относятся к категории лечебно-профилактических действий. Они представляют собой сведение и разведение рук в горизонтальной плоскости. Ладони находятся на расстоянии нескольких сантиметров одна от другой, пальцы направлены в сторону тела пациента.

Ладони раздвигаются в стороны и сдвигаются до расстояния 3–5 сантиметров (мысленно растягиваем и сжимаем невидимые нити). Движение повторяется непрерывно в течение 2–3 минут для профилактики и до 5–10 минут при лечении.

Выполняется этот прием непосредственно на проблемных частях тела, исходя из жалоб пациента на боль или неприятные ощущения и результатов диагностики. Выполняя это упражнение, регулярно спрашивайте пациента о его ощущениях (тепло, холод, «что-то движется» и т. п.). Ответы пациента являются для грамотного целителя хорошим дополнительным индикатором его работы. Целитель, обладающий ясновидением, может сам рассказать пациенту, что он видит, если в этом есть необходимость.

Одной из разновидностей прессовых движений являются «сабельные» движения. Руки целителя при этом находятся в горизонтальном положении, например на уровне плеч пациента, ладонями вниз, пальцы направлены на пациента. Выполняется плавное разведение и сведение рук с большим размахом – на 5–7 см шире плеч. Этот прием может выполняться и на других частях тела. При выполнении «сабельных» движений идет более целенаправленное и мощное воздействие энергии целителя на сравнительно узкий (больной или перегруженный) участок тела пациента, что имеет свои плюсы в исцелении.

### **Точечная вытяжка застойной и негативной энергии**

В целительстве часто применяется такой прием, как вытяжка. Она является чисто

лечебным приемом и представляет собой круговые движения кистью руки (против часовой стрелки) вокруг больного места. Пальцы при этом без напряжения соединены и направлены перпендикулярно телу пациента.

После выполнения 5–6 круговых движений активно выполняется сброс «вытянутой» болезни в сторону. При этом кисть рабочей руки отводится в сторону на 30 и более сантиметров, а пальцы резко распрямляются, как будто вы вытягиваете реальную энергетическую грязь (болезнь) и резко сбрасываете ее за пределы тела пациента.

Пальцы рук направлены перпендикулярно застойному или больному участку тела. При выполнении этого приема особенно важно ощущать обратную связь с пациентом. При удержании рук в неподвижном положении постарайтесь почувствовать реакцию пациента или спросите его о ощущениях. У целителя возможно проявление тепла, холода или покалывания в кончиках пальцев.

//-- Из личной практики --//

Банальная проблема со здоровьем – у пациента часто болит голова. Открыв справочник врача-терапевта, вы найдете в нем описание свыше 60 причин головной боли, и у вас сразу же появится большое желание закрыть этот справочник навсегда.

Но что же делать в такой ситуации? Если исключить тяжелые и хронические заболевания, при которых головная боль часто является их следствием, то круг поиска проблем резко сужается.

Например, просмотр состояния энергии у человека с головной болью часто указывает на то, что головная боль является сигналом: «Застой движения энергии в различных частях физического тела». Такой застой может послужить началом развития энергетической патологии в теле пациента. Эту начальную стадию нужно обязательно убрать, иначе она перерастет в патологию физического тела.

При головной боли, как правило, нарушен ток энергии в районе седьмой чакры (макушка головы «закрыта») и чакре солнечного сплетения (третья чakra). Кроме того, забита негативной или застойной энергией печень. При энергетическом просмотре такой печени она кажется черной или затемненной на значительных участках. В районе кишечника (вторая чakra) находятся мощные энергетические блоки, в тазобедренной области (первая чakra) – застой энергии и т. п.

Если этот человек уже был на моих сеансах, то его проблема решается за 12–15 минут. Рассмотрим именно такой вариант.

Избавление человека от головной боли начинается с обычной энергетической чистки. Чистка начинается с чакры солнечного сплетения, в течение нескольких минут освобождаем ее от застойной энергии. Затем в обширном районе кишечника убираем следы воздействия застойной энергии. Эта энергия при ясновидении похожа на темный, многослойный мокрый слой песка, убрав который наблюдаешь появление света, идущего изнутри физического тела.

Далее убираем остатки внешних энергетических присосок и «черноту» в зоне печени, после чего пациент начинает ощущать легкость в районе живота и печени.

Затем переключаем видение на область копчика; вытяжка и прессовые движения помогают за несколько минут восстановить движение энергии через первую чакру.

После этого переходим к голове и прочищаем седьмую чакру от остатков разрушенных блоков негативной энергии. Через седьмую чакру вытягиваем из всего тела остатки застойной энергии. При этом пациент начинает ощущать движение энергии (в виде легких потоков тепла или вибраций) по всему телу – от ступней до макушки. В некоторых местах (чаще всего в ногах) появляется легкое покалывание.

Далее – вытяжкой и прессовыми движениями чистим голову в районе висков и лобно-затылочной зоне.

После выполнения всех этих действий уходят головная боль и «туман» в глазах, повышается острота зрения, появляется ощущение легкости во всем теле.

В заключение выравниваем плотность ауры физического тела от верхней части головы до тазобедренной области.

## **Выравнивание энергии**

Выравнивание энергии выполняется двумя руками спереди. Кисти рук неплотно собраны в горсть, пальцами направлены в сторону тела пациента.

Поднимаем руки ладонями вверх от солнечного сплетения до подбородка, затем поворачиваем ладонями вниз и опускаем обратно (до солнечного сплетения) и т. д. В верхнем положении, при смене направления движения рук, делаем легкий сброс энергии пальцами (потряхивание).

Такое же движение кистей рук совершается поверх головы пациента.

Обратите внимание, что это упражнение весьма похоже на первое – «выравнивание плотности ауры». Однако упражнение «выравнивание энергии» имеет своей целью более мощное воздействие на ограниченные (локальные) участки тела, ко торые являются проблемными у многих людей.

## **Рекомендации для начинающих**

Приведенные выше приемы составляют основу профилактической методики бесконтактного воздействия – массажа. Их нужно тщательно изучить, хорошо потренироваться, многократно повторяя эти приемы. Начните отрабатывать их не на человеке и не на кошках, а перед большим зеркалом, контролируя движения своих рук. Добивайтесь ритмичного и плавного движения кистей рук.

Только после того как вы почувствуете, что приобрели определенный автоматизм при выполнении этих движений, можно приступать к проведению сеансов профилактики некоторых недомоганий на своих родственниках или друзьяx.

Кстати, зеркало очень хорошо отражает тепловую составляющую энергии рук человека. Чтобы проверить это, прямо сейчас немного потренируйтесь перед большим зеркалом. Включите яркий свет (свет на подсознательном уровне усиливает ощущение тепла). Хорошо п отрите друг о друга ладони и поднесите их к зеркалу (не касаясь его). Вы ясно ощутите, как от зеркального отражения ваших рук исходит легкое тепло. Плавно отводите кисти от зеркала и возвращайте их к зеркалу. Прделав несколько раз такие движения, вы ощутите что-то вязкое, это и есть часть вашего биополя. Дерзайте. Это упражнение является вашим первым шагом на пути профилактического бесконтактного энергетического воздействия на других людей.

Выполняя общие приемы выравнивания энергии, постарайтесь добиться, чтобы ваши движения были легкими и плавными, это очень важно. Свое сознание, тело и руки не напрягайте. Когда руки скользят вдоль тела, они как бы обволакивают его невидимым упругим веществом (эфиром) – почувствуйте его тяжесть на кистях рук. Движения должны быть непрерывными, желательно в одном темпе. Пока вы не достигли достаточного автоматизма в выполнении этих приемов, не отвлекайтесь мысленно от ваших действий, сосредоточьте свое внимание на кончиках пальц ев и мысленно старайтесь направить туда свою энергию.

После каждого сеанса обязательно помойте руки под струей теплой воды, смойте с них чужую, часто негативную энергию. В ряде случаев это следует прделывать несколько раз за один сеанс. При бесконтактном воздействии на человека иногда приходится иметь дело с большими негативными полями, которые буквально «налипают» на кисти рук целителя. Особенно часто это наблюдается, если вы удаляете застойную или негативную энергию.

После предварительного изучения и освоения приемов бесконтактного воздействия можно переходить к непродолжительным профилактическим сеансам, во время которых следует глубже ощутить и осознать выполняемые движения и научиться чувствовать обратную связь со своим пациентом. Поначалу можно спрашивать о его ощущениях от проводимого сеанса.

Не пытайтесь за один сеанс проводить все описанные упражнения. В этом просто нет необходимости. Совершенствуйтесь постепенно, только так вы добьетесь заметного эффекта от ваших действий. Не отчаивайтесь, если не сразу все будет получаться так, как вам хотелось бы.

Будьте терпеливы и усердны, даже если вам будет казаться, что все у вас получается легко и просто. Это труд, деятельный и утомительный, особенно на начальных этапах обучения. Через некоторое время он обязательно будет приносить вам ощущение радости (смог помочь другу) и здоровья.

Убедившись, что ваше энергетическое воздействие ощущается пациентом и приносит ему облегчение, улучшает самочувствие, вы можете приступить к освоению других приемов. Постарайтесь выполнять их также без напряжения, ритмично и непрерывно в течение 10–15 минут.

Рассмотрим некоторые широко распространенные недомогания и заболевания, обострение и проявление которых можно предупредить с помощью бесконтактного воздействия – массажа.

Одно из наиболее распространенных в наше время заболеваний – нарушение артериального давления, вследствие чего возникают гипертоническая и гипотоническая болезни. Эти заболевания не знают возрастных границ – они поражают современного человека с детства до глубокой старости. Методика бесконтактного массажа весьма эффективна при лечении и профилактике заболеваний не только в условиях лечебных учреждений, но и в домашних условиях.

## **Профилактика усталости и болей**

Рассмотрим некоторые недомогания, при которых можно оказать помощь своим близким и друзьям.

### **Профилактика отеков и болей в ногах, а также снятие усталости при длительной ходьбе**

1. Выполнить приемы выравнивания энергии в течение 2–3 минут для повышения общего тонуса организма.

2. Вдоль каждой ноги на расстоянии 5–10 см от нее выполнить пресовые движения (пациент может стоять или лежать). Руки движутся одна навстречу другой плавно, не соприкасаясь, раздвигаются и снова сдвигаются. Движения рук непрерывные, в течение 10–12 минут.

3. В конце сеанса выполняется контактное поглаживание ног обеими руками (сначала одной ноги, потом другой) сверху вниз и снизу вверх 5–6 раз.

4. После этого можно еще раз в течение 1–2 минут выполнить приемы выравнивания энергии и контактное поглаживание верхней части спины и груди по часовой стрелке обеими руками сразу.

При варикозном расширении вен также выполняем пресовые движения обеими руками вдоль ноги. При этом одна рука движется от ступни вверх к колену, а другая навстречу ей – от колена к ступне. Выполнять эти движения нужно и спереди, и сзади. Затем легкое контактное поглаживание. Длительность сеанса 10–15 минут.

При необходимости этот сеанс можно проводить на себе. Для этого нужно сесть, положить одну ногу на колено другой так, чтобы было удобно выполнять описанные выше манипуляции. Затем поменять положение ног и повторить приемы на другой ноге.

## **Профилактика бессонницы и головной боли (мигрени)**

1. Движение правой руки над головой ото лба к затылку и обратно (выравнивание энергии) – 7 раз.

2. Наложение рук на голову в области темени. Ладони слегка выгнуты, соприкасаются внешней боковой стороной больших пальцев, остальные пальцы подушечками слегка нажимают на поверхность головы. Держать так в течение 5–7 минут.

3. Направление энергии на область ушей (кисти обеих рук пальцами направлены сначала к одному уху, затем к другому). Продолжительность 10–12 минут. При этом человек, проводящий сеанс, может ощущать пульсацию в своих ладонях, а пациент чувствует, что боль сосредоточивается на темени, затем концентрируется в одной точке – скажем, распирает висок. После этого вновь выполняем движения правой рукой над головой ото лба к затылку и обратно. Заканчиваем легким растиранием височно й области.

## **Помощь при бытовых травмах и внезапных приступах**

Отдельно рассмотрим оказание помощи при бытовых травмах и других непредвиденных обстоятельствах. Если травма серьезная, то, конечно, нужна немедленная медицинская помощь. В период же заживления и восстановления можно помочь, выполняя следующие приемы.

Растяжение мышц. Наложить подушечки пальцев рук на больное место. Легкое надавливание, не отрывая рук в течение 20–30 минут.

Ожоги. Главное – сначала сделать общее распределение энергии и накачку. Потом движение одной рукой над пораженным местом – как бы собираешь и разжимаешь горсть – с небольшим напряжением. Как правило, после 10–15-минутного воздействия пузыри могут начать опадать, кожа бледнеет. Можно работать обеими руками – делать пресовые движения с перехлестом.

В любом случае необходимо периодически выполнять выравнивание энергии во время сеанса: над головой и по бокам тела.

Затрудненное дыхание при ложном крупе, астме. В медленном темпе выполнять пресовые движения на уровне груди, выводя тем самым застойную энергию за пределы тела. При этом оператор немного покачивается взад-вперед. Он как бы наступает на пациента и отступает. Затем делается выравнивание энергии и растирание (энергетический массаж) в области спины и груди. Длительность сеанса не более 15 минут.

Боли при менструациях. Обязательно научите выполнять это упражнение пациентку. Пусть она научится грамотно помогать себе в данной ситуации, вы же не всегда сможете находиться рядом с ней.

Положить обе руки на область матки. Пальцами надавливать поочередно по кругу, по часовой стрелке. При ощущении болевых точек (их до пяти) углублять пальцы, невзирая на боль, до ощущения биения пульса в пальцах. Продолжать так 15–20 минут, пока боль не подойдет к центру и не растворится.

Оперативный способ понижения кровяного давления. Подушечками пальцев правой руки погрузиться в левую ладонь пациента, левой рукой поддерживать кисть его руки снизу. Держать так 10–15 минут. Затем следует выполнить бесконтактный энергетический массаж вдоль позвоночника с обеих сторон сверху вниз (несколько раз).

Все описанные выше приемы являются профилактическими – об этом не следует забывать. Ваша задача – помочь человеку облегчить его состояние. Конечно, при длительном и правильном применении профилактической методики бесконтактного воздействия – массажа вы можете добиться значительного успеха и полностью избавить человека от какого-либо заболевания. Но не ставьте это своей целью, особенно если вы не врач. Главное – проводить эти сеансы при первых признаках заболевания, когда так важна и эффективна именно профилактика.

## **Рекомендации для медиков**

При лечении серьезных и запущенных заболеваний применяются более сложные специфические приемы, которые доступны только тем, кто уже хорошо владеет профилактической методикой, имеет медицинское образование и соответствующую аппаратуру для контроля состояния пациента.

Для профилактики и лечения широко распространенных заболеваний предлагается несколько советов, которые будут полезны при оказании помощи вашим близким и друзьям. Применять их следует лишь после того, как вы сумеете добиться эффективности при проведении сеансов общей профилактической методики и почувствуете уверенность в своих силах.

**Гайморит, насморк.** Прессовые движения на уровне носа с «перехлестом» (руки при встречном движении заходят одна за другую). Направление энергии на нос с ощущением обратной связи (кисти рук параллельны одна другой, пальцы направлены в сторону носа) в течение от 30–40 секунд до 1 минуты. Вытяжка в области носа (три круговых движения, затем отведение руки в сторону) продолжительностью 1 минута.

Повторение приемов, снова прессовые движения, направление энергии и вытяжка. Длительность всего сеанса до 10–15 минут. Вытяжка делается правой рукой, при этом левая рука опущена вниз.

**Отит.** Выравнивание энергии над головой правой рукой. Сначала ото лба к затылку и обратно, затем от одного уха к другому (1–2 минуты). Направление энергии на ухо (кисть правой руки перпендикулярна уху) в течение 1 минуты. Вытяжка (будто тянем нить) вокруг уха с оттягиванием в сторону. Пальцы сведены как бы в щепоть. Общая продолжительность сеанса до 20 минут. Ребенка лучше лечить во сне.

Так же можно снять зубную боль на некоторое время (вытяжка над зубами) и уменьшить боль при прорезывании молочных зубов у детей.

**Воспаление десен, пародонтоз.** Сначала выполняем прессовые движения на уровне рта (1–2 минуты), затем направление энергии локально на больное место кончиками пальцев правой руки на расстоянии 5 см (1 минута), вытяжка вокруг больного места с отведением в сторону и легким сбросом только пальцами (1 минута). Этот цикл приемов повторяется несколько раз. Общая продолжительность сеанса до 10–15 минут.

**Болезни горла.** Прессовые движения (без перехлеста) выполняем на уровне горла. Вытяжка в области щитовидной железы. Затем выполнить выравнивание энергии двумя руками. Этот прием выполняется следующим образом: пальцы рук неплотно собраны в горсть, поднимаем руки ладонями вверх от солнечного сплетения до подбородка, поворачиваем руки ладонями вниз и опускаем их обратно и так далее. Вверху, при смене направления рук, легкий сброс энергии пальцами.

Затем снова прессовые движения и вытяжка. Каждое движение выполняется в течение одной минуты. Весь сеанс длится не более 10–15 минут. Эти же приемы рекомендуется выполнять и при эпилепсии, сосудистой дистонии.

**Заболевания органов дыхания, сердечно-сосудистые заболевания.** Прессовые движения (руки в горизонтальном положении на уровне плеч пациента, ладонями вниз, пальцы направлены в сторону пациента, левая рука сверху). В таком положении плавно сводить и разводить руки с размахом шире плеч 7–10 раз. Затем медленное выравнивание энергии с обратной связью 7–10 раз; снова прессовые движения, накачка и так далее. Длительность сеанса до 10–15 минут.

**Нарушение функции печени, желчного пузыря, поджелудочной железы.** Прессовые движения на уровне кишечника, печени, поджелудочной железы (1 минута), выравнивание энергии со сбросом энергии пальцами каждый раз (1 минута). Направление энергии на желчные протоки, потом на печень.

Повторения: прессовые движения – накачка – направление энергии. Время от времени



выполняйте приемы распределения энергии вдоль туловища (по бокам туловища сверху вниз – будто оmyваете, снизу вверх – поднимаем энергию на ладони; по 3 раза вверх-вниз). Длительность сеанса до 10–15 минут.

При заболеваниях печени можно рекомендовать и следующие приемы: правой рукой (ладонью вниз) направляем энергию на уровень печени, затем делаем движение рукой вперед-назад (отдаляя руку от туловища и приближая ее).

Можно провести и сеанс самолечения. Для этого нужно лечь на спину, приложить к области печени сначала подушечки пальцев (ладонь приподнята), потом всю ладонь. Постепенно вдавливать пальцы в тело до тех пор, пока не ощутите в пальцах «биение пульса». При этом во рту появляется особый привкус и даже отрыжка. Лежим так 5–10 минут. Так же снимается изжога. Аналогично проводится воздействие и на поджелудочную железу.

Нарушение функции и болезни кишечника. Направление энергии (кисти рук параллельны, ладонями направлены одна к другой на расстоянии 10–15 сантиметров, пальцы направлены к телу перпендикулярно). Держать так 1–2 минуты до появления сильного покалывания в подушечках пальцев или ладонях. Накачка – 1 минута. Распределение энергии вдоль туловища с боков вверх и вниз (3–4 раза). Затем цикл повторяется. Общая продолжительность сеанса до 10–15 минут.

И еще один совет: чтобы наладить перистальтику кишечника, надо каждое утро лежа указательным пальцем правой руки надавить пупок и дождаться того момента, когда палец ощутит, как из пупка «побежит» пульс. Когда палец почувствует ритмическое биение, процедуру прекратить. Так делать каждое утро в постели, до завтрака, 10 дней подряд. Перистальтика наладится. Не забывайте также регулярно пить чистую питьевую воду, особенно утром, сразу после сна.

Нарушение функции почек. Прессовые движения без перехлеста на уровне почек спереди и сзади (1–2 минуты). Дальше воздействие на пациента осуществляем со спины.

Направление энергии двумя руками (ладони перпендикулярны туловищу, пальцы направлены в сторону тела). Вытяжка правой рукой и. Рука движется по эллипсу в горизонтальной плоскости, сначала в области одной почки, затем другой – и так поочередно в течение 2–3 минут. Отведение в сторону после двух-трех круговых движений.

Обучаясь приемам бесконтактного энергетического массажа, не забывайте, что у каждого настоящего мастера есть свои секреты, которые он не раскрывает для широкой публики. Именно эти секреты и позволяют мастеру творить настоящие чудеса исцеления. Совершенствуйтесь, и у вас также появятся свои творческие секреты – дорога к настоящему мастерству.

## Глава 5

### Из практики энергетического исцеления

Читателю предлагается ознакомиться с отдельными примерами моей практической работы в области энергетического целительства.

В конце 80-х – начале 90-х годов прошлого века в России наблюдался настоящий бум целительства. Газеты и журналы пестрили бесконечными потоками рекламы, призывающей людей посетить салоны магии, ясновидения, снятия сглаза и порчи. Стало модно заниматься оккультными «науками», позволявшими зарабатывать большие деньги на невежестве простых россиян. Казалось, что Россию захлестнул мутный поток чародеев и магов сомнительного качества.

В такой обстановке было весьма непросто сохранить свое лицо и не опуститься до уровня ширпотреба. Поэтому я решил пройти «капитальное» обучение у лучших специалистов того

времени. Поездки в Индию, Тибет и прочие святые места меня не привлекали по разным причинам.

Для начала прошел у врачей стандартное обучение и успешно овладел приемами мануального массажа. Затем обучился и работал гирудотерапевтом и гомеопатом. Стал специалистом по корейской Су-Джок-терапии и китайской пальмологии. Обучился иглоукалыванию и аурикотерапии. Познал азы магнитотерапии, медетерапии и многое другое.

В области биоэнерготерапии прикладное обучение начал с освоения классик и того времени – профилактической методики Джуны. Это была очень хорошая методика. Она помогала мне быстро втянуться в непростой процесс целительства. Обретая опыт работы с тонкой энергией, я активно использовал свои природные способности к ясновидению. Постепенно пришло видение причин и внешнего проявления проблем со здоровьем у окружающих меня людей.

Обучался также у целителя Левшинова А. А. из Санкт-Петербурга, у гипнотизера Гончарова Г. А. из Москвы и иных мастеров своего дела.

Много времени посвящал самостоятельной проработке всей доступной мне восточной литературы по ясновидению и лечению.

Шло время, мои способности видеть невидимое активно объединились с возможностями помогать людям избавляться от многих проблем со здоровьем. Этому способствовали хорошие базовые знания и большая практика работы.

### **Исцеление в безвыходной ситуации**

У каждого из нас бывают кри тические ситуации. Встречаются они и в жизни каждого целителя, если он действительно стремится помочь людям быть здоровыми. Увы, подобное часто случается и в моей практике.

Приведу только один пример. В начале 90-х годов я находился в командировке в Челябинске на одном из авиационных заводов. На выходные нам предложили съездить отдохнуть на одну из туристических баз, которая находилась далеко за городской чертой. Надо сказать, что в то время Челябинск относился к числу городов с весьма негативной экологией, поэтому предложение выехать на природу было встречено весьма положительно. В пятницу вечером, через два часа поездки на служебном автобусе, наша группа, состоявшая только из мужчин, благополучно добралась до туристической базы. Дело было глубокой осенью, и, кроме нашей группы, на базе никого не оказалось. Не было ни представителей администрации, ни врача. Один только сторож радушно принял нас и проводил до туристических домиков. Продукты, воду и прочее мы привезли с собой, поэтому были даже рады окружившей нас тишине и чистому лесному воздуху. Все шло хорошо, кто-то играл на гитаре, остальные подпевали ему, делились впечатлениями от прошедшей трудовой недели, кто-то делился с товарищем новостями на личном фронте. Через несколько часов, утомившись, мы не спеша разошлись по выделенным нам на ночлег домикам. Однако через полчаса ко мне прибежали сослуживцы и сообщили, что одному из заводских инженеров стало плохо, добавив, что этот человек последний год часто жалуется на боли в области сердца.

Быстро одевшись, я побежал к больному в соседний домик. На диване лежал Николай, кисти рук он держал на зоне сердца, интуитивно пытаюсь хоть как-то себе помочь. На его бледном лице застыло выражение боли и страха. Николай работал инженером в ОТК, а было ему всего 27 лет.

Никаких лекарственных средств у нас с собой не было, как не было поблизости врача или медсестры, которые могли бы оказать посильную помощь. Никто из окружающих людей не знал, что надо делать в этой ситуации.

К тому времени я уже хорошо владел Су-Джок-терапией, поэтому не задумываясь начал массировать у Николая определенные зоны соответствия на кистях рук и стопах ног.

Положение усугублялось тем, что незадолго до случившегося он выпил несколько рюмок водки «за компанию». Тем не менее за несколько минут мне удалось снять болевой синдром и успокоить больного. Все разошлись, а я еще долго сидел возле испуганного Николая, держал его за руку и спокойным голосом убеждал его в том, что самое плохое уже позади. Большинство людей, как пожилых, так и совсем молодых, при болях в сердце часто ведут себя неадекватно, считая, что сейчас может произойти самое плохое – остановка сердца. Нечто подобное я наблюдал на лице Николая и в его нервном поведении, поэтому не спешил его покидать.

Утром, проснувшись, мы перекусили, и я предложил всей группе не испытывать судьбу, а собраться и вернуться в го род, чтобы вовремя доставить Николая в больницу. Не всем это предложение понравилось, однако через полчаса наш автобус уже ехал в сторону Челябинска.

Кто бы мог подумать, что самое тяжелое нашей группе предстояло пережить очень скоро. Не прошло и тридцати минут, как Николаю снова стало плохо. Испуг и бледность его лица сменились приступами удушья, а изо рта пошла белая пена. Ситуация создалась критическая, все молча смотрели на меня, не зная, что делать. Я попросил остановить автобус и помочь мне вынести Николая на свежий воздух. Его положили на траву в нескольких метрах от дороги. Я попросил всех отойти, чтобы не мешать мне приводить больного в норму.

Наблюдая отрывистое дыхание Николая, сопровождавшееся все большим количеством пены изо рта, я хорошо понимал, что спасти его жизнь поможет только чудо или нечто неординарное. И это неординарное действие должен был выполнить я, прямо сейчас.

Нельзя было терять ни се кунды. Все дальнейшее происходило чисто автоматически. Расстегнув рубашку на груди Николая, чтобы немного охладить верхнюю часть его тела, я начал выполнять кистями рук энергетические, бесконтактные пассы в области его сердца. Через несколько секунд у меня появилось внутреннее видение, а мой внутренний голос подсказывал, что надо сделать прямо сейчас, – успокоить сердце и легкие Николая, убрать из них напряжение и боль.

В моем сознании не было ни одной мысли и тем более испуга. Непроизвольно я вошел в состояние глубокого транса и услышал, как кто-то внутри меня давал четкие указания, что и как мне следует делать. Кисти моих рук двигались непрерывно и автоматически, а мысленный образ был прикован только к одному месту – темному облаку напряжения и боли в груди Николая. С каждым моим энергетическим пассом это темное облако становилось все меньше и меньше. Через две минуты моих активных пассов у больного перестала идти изо рта пена, начало нормализовываться дыхание, а через двадцать минут непрерывных энергетических пассов он ожил в буквальном смысле этого слова.

Все еще находясь в состоянии транса и действуя автоматически, я помог Николаю подняться на ноги, и мы молча пошли к ожидавшему нас автобусу. Через полтора часа автобус прибыл в Челябинск, однако Николай наотрез отказался ехать в ближайшую больницу или в госпиталь, заявив, что он чувствует себя хорошо. Мы отвезли его домой и передали жене, ничего не сказав о том, что случилось.

Не следует забывать, читатель, что Николаю было всего 27 лет, а в этом возрасте мужчины стараются избегать каких бы то ни было жалоб на свое здоровье по самым различным причинам. Одной из причин было то, что Николай являлся военнослужащим (капитан ВВС) и опасался, что его могут уволить из армии по болезни.

В течение последующих двух лет по служебной надобности я периодически звонил в Челябинск, в том числе общался с друзьями Николая. Они сообщали мне, что после того случая «чудесного исцеления» у Николая больше не болит сердце и вообще он значительно изменился в лучшую сторону.

Произошедшее с Николаем показало, что меня продолжают «вести» учителя свыше, а значит, необходимо идти дальше – совершенствовать свои навыки целебного воздействия

энергией рук при помощи пассов.

### **Исцеление через познание себя**

Познание себя является важным шагом к избавлению от множества жизненных проблем, в том числе и со здоровьем. Позаботьтесь о себе прямо сейчас. Начните с необычной для вашего сознания стороны – отправляйтесь в мысленное путешествие внутрь своего тела. Откройте свою божественность, спрятанную в ДНК каждой клетки.

Поверьте, совсем не обязательно знать, на каком принципе работает мотор в рейсовом автобусе, чтобы благополучно доехать на этом автобусе домой. Мотор просто работает, не так ли? А выполняя определенные действия (купили билет и зашли в автобус), вы можете доехать туда, куда пожелаете.

Примерно так же можно поступить, когда вы начинаете путешествие внутрь себя. Обширная база природных данных сознания каждой клетки вашего тела скрыта от вашего понимания. Тем не менее она обязательно проявит себя, когда вы больше всего будете в ней нуждаться (например, интуитивные поступки человека в критической для жизни ситуации).

Эти же знания памяти нашего тела можно творчески использовать в повседневной жизни, не дожидаясь появления критической ситуации. Однако для этого следует подобрать нужный ключ. Давайте прямо сейчас начнем подбирать ключи к генетической памяти ДНК ваших клеток.

Ученым хорошо известно, что каждая клетка физического тела человека на генетическом уровне хранит в своей памяти состояние, когда вам было 5, 10, 15, 19 и более лет. Если специальными методами напомнить клеткам своего тела, что им сейчас 17 лет, то они начнут активно работать в режиме 17-летнего возраста, здесь и сейчас.

Регулярное напоминание своим клеткам об их 17-летнем возрасте приведет к тому, что ваш организм начнет активно омолаживаться. Этот факт проверен мною на себе и на других людях. У тех, кто верит в это явление, происходят разительные перемены к лучшему.

Ощутите радость от того, что ваше тело и сознание наделены бесконечными знаниями.

Каждый человек может исцелять себя, увеличивать продолжительность своей жизни, менять свою генеалогию. Для этого нужно просто уметь грамотно разговаривать со своими клетками и доверять им.

Большинство людей не имеют представления о том, что еще хорошего для себя они могут сделать.

Рассмотрим пример для женщин, у которых в роду есть некая негативная для здоровья предрасположенность. Есть ли у вас мать, сестра или тетя, ушедшие раньше времени в мир иной из-за болезни, которая «есть в семье»? И вы со страхом в душе думаете, что принадлежите к той же семье, и ожидаете проявления у себя этой же болезни. Вы говорите себе и окружающим: «Болезнь у меня проявится, только я не знаю, когда».

Позвольте не согласиться с этим и рассказать о вашем скрытом могуществе – умении убрать склонность к болезни в вашей генеалогии. Это изменит вашу родословную так сильно, что вы никогда не заболите этой болезнью. Более того, не заболеют и ваши дочери, уже живущие или еще не рожденные.

Речь идет о скрытых возможностях ДНК наших клеток. Это настоящее чудо внутри каждого человека. Это могучая сила нашего скрытого мастерства. Рассмотрим два варианта использования на практике такого мастерства.

Вариант первый. От вас потребуется совсем немного – осмыслить содержание приводимых ниже слов, произносить их твердо и уверенно, по несколько раз в день, в

удобное время. Для того чтобы было более понятно, используем ваше имя. Однако имен у читателей этой книги великое множество. Поэтому в качестве примера возьмем распространенное в России прекрасное имя Надежда. А вы на практике будете проговаривать свое имя (Валентина, Татьяна, Настя и т. п.).

Итак, приступаем: «Я ЕСМЬ Дух Надежда! Я Хозяйка физического тела и сознания Надежды! Здесь и сейчас. Слышите, клетки? Слышите, ДНК моих клеток? С вами говорит ваша хозяйка – Дух Надежда! Я, Дух Надежда, восстанавливаю каждую клеточку физического тела и сознания Надежды до состояния 17-летнего возраста ИДЕАЛЬНОЙ ПРИРОДНОЙ МАТРИЦЫ ГАРМОНИИ И ЗДОРОВЬЯ. Здесь и сейчас».

Произнося эти слова, представьте себя молодой и здоровой девчонкой 17-летнего возраста, в которую прямо сейчас входит энергетическая природная матрица идеальной гармонии и здоровья. Верьте в себя, и у вас все обязательно получится. А про свою негативную наследственность можете забыть навсегда. Прямо сейчас.

Некоторые пояснения к первому варианту. Известно, что человек состоит из трех частей: физическое тело, биологическая составляющая его разума и Дух, который мы называем в обиходе словом Душа. В повседневной жизни для нас это три разные части. Они не соединены нашим сознанием в единое целое и поэтому не работают должным образом. Произнося слова: «Я ЕСМЬ Дух Надежда», вы утверждаете, что ваше физическое тело, сознание и Дух являются единым целым. Далее утверждая: «Я Хозяйка физического тела и сознания Надежды», вы тем самым осознанно открываете перед своим Духом дверь и запускаете его в свое материальное сознание, утверждаете, что именно Дух является настоящим хозяином вашего физического тела. А знания Духа безграничны, как безграничны и его возможности. Прямо сейчас вы начинаете получать доступ к безграничным знаниям Вселенной.

Вариант второй. Простым, но эффективным способом исцеления является грамотное общение с лекарствами.

Оказывается, совсем не обязательно месяцами и годами употреблять вовнутрь одни и те же лекарства, чтобы снимать симптомы болезни. Если вы уже принимали конкретное лекарство, то в вашем теле появился эффект воздействия лекарства на организм. А ваше сознание уже давно увязывает лечебные свойства данного лекарства с его внешним видом.

Вам вполне достаточно просто держать в руке таблетки или пузырек с лекарствами, ярко представляя себе при этом, как от лекарства исходят волны целебных свойств. Представьте себе волны целебных свойств лекарства похожими на круги на воде от брошенного камушка. Эти целебные волны непрерывно излучаются от лекарства, заполняют все ваше тело и исцеляют его.

Может появиться вопрос: «Снимает ли такой метод общения с лекарствами вредные побочные эффекты? Могу ли я держать в руках болеутоляющее лекарство без негативных последствий для почек и печени?» Да, сможете.

Человек от рождения обладает способностью осознанно связываться с «разумом своих клеток», в том числе держать в руке лекарства и получать от этого исцеление.

Механизм такого воздействия находится выше вашего человеческого понимания. И не надо стремиться понять его во всей полноте. Вполне достаточно держать в руках лекарство и красочно представлять себе, как оно вас успешно лечит. При этом действительно будет происходить активация клеточного разума для внесения необходимых гормональных (лечебных) изменений в организме.

Если захотите это попробовать на себе, делайте все медленно и с достойной церемонией. Если увидите, что это не работает, остановитесь. Не превращайте свои действия в истину в последней инстанции. Используйте здравый смысл и экспериментируйте. Знайте: у многих людей это успешно работает.

Разум клеток физического тела все знает и понимает ваше намерение. Он ощущает, какое вещество (лекарство) вы держите в руках. Каждому человеку можно мысленно пропитать физическое тело лечебными свойствами своего целебного намерения, образно видя, как лекарство эффективно воздействует на уровне клеток.

В такой ситуации вы не используете лекарство реально, поэтому не возникает никаких побочных эффектов. Сознание клеток «понимает», что вам бы хотелось, чтобы сделало лекарство. Сознание хорошо «видит» целебные свойства лекарства, находящегося в вашей руке, и воздействует на весь организм должным образом. Будьте мудрыми. Это действие находится вне опыта вашей повседневной реальности. Если хотите этим воспользоваться, продвигайтесь медленно, но с большой верой в успех.

Это будет работать по-разному внутри сознания каждого человека, с учетом его истинной веры в свое исцеление. Но оно будет работать, например, с аспирином и инсулином – с разными целями. Люди, которые услышали эти слова и приняли их на веру, со временем значительно уменьшили дозы приема инсулина. И хотя им все еще нужны уколы инсулина, но уже гораздо меньше привычной дозы.

Здесь срабатывает тот же принцип, что и в гомеопатии, когда тело может «видеть и ощущать» одну часть вещества, поделенную на миллион частей воды. Тело человека реагирует многогранно: на намерение, на вещество и на сознание. Главное, чтобы вы это понимали, ощущали и пустили в свою жизнь. Дело за вами.

## **Глава 6** **Фиолетовый огонь**

Будем учиться вызывать и практически использовать этот огонь для своего оздоровления, омоложения и духовного совершенствования. Напомню, что в не видимой простым глазом огненно-белой сердцевине Вселенной берут свое начало семь основных лучей света.

Рассмотрим один из важных аспектов энергии Вселенной – фиолетовый свет. Будем учиться вызывать и практически использовать этот огонь для своего оздоровления, омоложения и духовного совершенствования. Напомню, что в не видимой простым глазом огненно-белой сердцевине Вселенной берут свое начало семь основных лучей света. Иначе говоря, точно так же, как солнечный свет, проходящий сквозь стеклянную призму, преломляется, превращаясь в радуу из семи цветных лучей, так и невидимая огненно-белая энергия Вселенной преломляется в сознании Святого Духа для последующего использования человеком на планах материи.

В результате такого преломления излучаются следующие цвета: синий или голубой, желтый, розовый, белый, зеленый, пурпурный, золотой и фиолетовый.

Существует еще пять «секретных» лучей, берущих начало в невидимой огненно-белой сердцевине Вселенной, а также другие космические лучи. Эти лучи наделены личными качествами небесных сущностей и входят в состав менее развитых жизненных потоков. Но к этому мы вернемся гораздо позднее, в другой книге, когда вы освоите хотя бы небольшую часть законов тонкого мира Вселенной.

### **Возможности фиолетового огня**

Напомню кратко о том, что СВЕТ – э то главный признак внешнего проявления факта

Божественного творения Вселенной (перевода Вселенной из состояния небытия в материальное состояние). Все мы постоянно окружены излучениями энергии самых различных цветовых гамм. Большинство из них мы не можем видеть. Точно так же есть множество звуков, которые мы не можем слышать, или чужих мыслей, которые мы не осознаем.

Мир окружающей нас среды обитания, доступный для зрительного восприятия, весьма ограничен. Например, за красным спектром излучений энергии с одной стороны цветовой гаммы и за лиловым с другой существует огромное количество других излучений. Некоторые из них очень яркие и выразительны. Но мы их не видим. В самом факте наличия вокруг нас непознанного мира содержится понятие непрерывной эволюции и залог вечности. Но вернемся к фиолетовому огню.

Фиолетовый огонь – это священный огонь, который трансмутирует (преобразует) причину и следствие, запись и память негативной энергии человека.

Другими словами, фиолетовый огонь «перерабатывает» негативную энергию человека и превращает ее в потоки чистой энергии тонкого света Вселенной. Это очень важно знать и понимать.

Ежедневная работа с образом фиолетового огня, не менее 10–15 минут в день, позволяет снять с тела остроту застарелых энергетических и физических проблем. Через 4–6 месяцев работы с фиолетовым огнем вы реально ощутите в своем теле значительные перемены. Улучшится общее состояние здоровья, заработает процесс омоложения организма. Восприятие окружающего мира станет более полным, повысится интуиция и т. п.

Фиолетовое пламя с незапамятных времен тайно использовалось лишь избранными. Этим людей посвящали свыше. Знание о фиолетовом пламени давалось после того, как люди проявляли свою самоотверженность – как в качестве получателей знаний о фиолетовом огне, так и в качестве духовных борцов за свободу и освобождение своей души. Но вот пришло время новой эпохи – эпохи ВОДОЛЕЯ. Знания о фиолетовом огне стали даваться свыше все большему числу людей, которые используют эти знания во благо как себе, так и другим людям, помогая им избавиться от болезней и негативных мыслей. Десятки тысяч лет тому назад знания о механизме действия фиолетового огня активно использовались жителями высокодуховной цивилизации – Атлантиды. Но после гибели Атлантиды эти знания были практически утрачены.

Читатель, сегодня пришло твое время научиться вызывать фиолетовый огонь, познать очищающую и омолаживающую силу этого огня.

Рассмотрим более подробно, что происходит, когда человек применяет фиолетовый огонь, вызывая его силой своей свободной воли. Вы сами сможете вызывать фиолетовый огонь. Его очищающее пламя пройдет через ваше тело и выйдет за его пределы. Фиолетовый огонь обладает удивительными свойствами.

Фиолетовое пламя разрыхляет всевозможные уплотнения негативной энергии в теле человека. Концентрированная негативная энергия в организме человека может быть твердой, как бетон, например в виде отложений солей в суставах, в тканях, камней в почках и желчном пузыре. Она может быть липкой, как черная патока, – это различные опухоли и т. п.

Из результатов медицинских исследований достоверно известно, что болезнь того или иного органа, тканей, суставов и т. п. вызывает уменьшение частоты собственных колебаний их клеток. Кроме того, наблюдается значительное «помутнение» энергетических полей над больными участками тела.

Под действием потока энергии фиолетового пламени происходит разрыхление уплотнений негативной энергии. Разрыхленные участки начинают вибрировать с возрастающей частотой и силой. Далее происходит выброс уплотненных частичек негативной энергии в фиолетовое пламя.

Фиолетовый огонь обладает удивительным трансмутирующим действием. Частицы негативной энергии, попавшие в него, не сгорают, а восстанавливаются до своей первоначальной чистоты.

Поэтому отпадает необходимость выведения из организма остатков негативной энергии, на которую воздействовал фиолетовый огонь.

Этот огонь расчленяет частицы негативной субстанции, накопленные человеком. Накопление негатива происходило тогда, когда человек по своему неведению допустил негативные действия, которые проявились через его сознание, мысли, чувства, слова и действия. В ходе повседневной жизни человека негативные выбросы его плотского ума постепенно заполняют широко открытые пространства между электронами и ядрами атомов его тела. Эта негативная энергия накапливается в каждом из 4 нижних тел ауры человека, являясь причиной умственной строптивости, сердечной черствости, равнодушия к нуждам других. Со временем образуется плотная негативная энергетическая масса, которая препятствует нормальному течению энергии через отдельные участки тела человека. Такой человек лишается возможности принимать утонченные дары энергии Вселенной в виде творческих порывов, озарений, блаженства и т. п.

К сожалению, у каждого современного человека есть слои негативной плотской энергии. У одних людей этих слоев больше, у других – меньше. По этой причине большинство людей не способно установить устойчивые контакты даже со своим собственным источником совершенства – своим истинным «Я».

Читатель, вызывая фиолетовое пламя, знай, что этот огонь будет разрыхлять и трансмутировать плотную негативную энергию в твоём теле. Тем самым начнется преобразование негативной энергии тьмы в твоём теле в «прозрачный» свет энергии Вселенной.

Сегодня большинство поступков человека в повседневной жизни является извращением его изначального, Божественного свойства. Фиолетовый огонь, очищая каждого из нас, шаг за шагом, мера за мерой, будет постепенно поднимать человеческое, материалистическое сознание на более высокий духовный уровень.

Вы начнете иначе воспринимать окружающий мир. Появится тяга к творчеству. Ваши зарисовки, стихи, музыкальные сочинения, изобретения будут проникнуты энергией радости и молодости, всем ее многообразием, а не нытьем и тоской.

Научившись использовать фиолетовое пламя, вы ощутите состояние былой молодости, легкости и надежды на лучшее. У вас появится чувство новизны в повседневной жизни. Словно тучи депрессии начнут растворяться солнышком вашего собственного существа, вашего истинного «Я».

Уже наступила и все громче заявляет о себе новая эпоха, эпоха Водолея. Большинству людей сегодня дано познать радость этой эпохи через очищающее действие фиолетового пламени, через поющее фиолетовое пламя свободы души и тела.

Атомы и молекулы, клетки и ткани вашего организма постепенно очистятся от негативной энергии. Они снова приобретут более высокую частоту, присущую колебаниям здорового организма, и тем самым настроятся в тон с ключевой частотой вашего основного потока жизненной энергии.

Вы почувствуете, как отмываются старые стены вашего ментального тела от отложений негативной энергии. Работайте с фиолетовым пламенем не менее чем 10–15 минут ежедневно. Только тогда вы ощутите, как его энергия промывает и обновляет клетки вашего физического тела, клетки вашего разума и тонкую энергию вашей души. Ваше сознание с каждым днем будет все чище и яснее. В вашем теле автоматически запустится процесс



всестороннего омоложения.

Поначалу, когда вы будете пытаться приводить в действие энергию фиолетового пламени, вы не ощутите этот пляшущий поток вибраций, выходящий на сцену сознания.

Сегодня у вас еще нет достаточного представления о потрясающей силе этой части энергии Вселенной. Люди не осознают этот великий потенциал энергии, которая проходит через время и пространство. Но уже сегодня (в ходе чтения книги) начнется пробуждение фиолетового огня в вашем теле.

Трансмутующее действие фиолетового огня значительно продвинет вас вперед на пути познания законов Вселенной. Фиолетовое пламя будет постепенно растворять негативную энергию, осевшую в подсознательном мире и приносящую вам сегодня самые разнообразные жизненные неудобства и недуги.

В подсознательном мире любого человека, даже величайшего из живых святых, существуют тайники негативной энергии в виде астрального ужаса. Они требуют обязательной трансмутации. Иначе в самый неподходящий и неожиданный момент эта негативная энергия может выплеснуться и произвести разрушительные действия, направленные на все окружающее, будь то люди, животные, растения и т. п.

Этой негативной энергии противостоит фиолетовое пламя. Очищающая энергия фиолетового огня восстанавливает в каждом из нас заложенную от природы духовную чистоту, силу, мудрость и любовь.

Применяя фиолетовый огонь для очищения от негативной энергии, вы тем самым запускаете и развиваете в себе процесс применения высших законов, действующих в тонком мире. Это поможет дальнейшему духовному совершенствованию и омоложению.

Примечание. Лично я осознанно работал с очищающим воздействием фиолетового огня по несколько часов в день, и так в течение 6 лет. Например, во время поездки в городском транспорте, в поезде, в самолете, в любое свободное время. Полученный результат просто ошеломляющий. Чего и вам желаю.

### **Работа с фиолетовым огнем**

Существует несколько видов обращения человека к Творцу, к Его невидимой энергии.

1. Молитва – смиренное, покорное, усердное прошение или просьба, адресованные к Творцу или объекту поклонения.

2. Призыв – акт взывания к Творцу о помощи, о защите, вдохновении и т. п. Например, в начале церковной службы осуществляется взывание к Богу или к существам, ставшим едиными с Богом, о даровании мудрости и любви человечеству или о заступничестве за него и т. п.

3. Мантра – это мистическая формула или призыв, слово или формула для декларирования или пения с целью усиления воздействия в человеке Духа Творца.

4. Песнопение – краткий, простой напев, используемый в церковной службе в форме псалмов, стихов и т. п. Имя Творца произносится нараспев. На санскрите имя Творца звучит как АУМ или АУМ ТАТ САТ АУМ, на русском – Я ЕСМЬ ТО, ЧТО Я ЕСМЬ. При произнесении имени Творца или святых происходит отождествление с их высокочастотной энергией. Благодаря этому само Сущее «притягивается» к человеку, читающему нараспев. Тем самым церковные песнопения притягивают к поющему человеку и к окружающим его людям присутствие сознания Творца.

5. Зов – это воззвание, клич, просьба или требование прийти или явиться. Зов – это самое прямое средство общения между человеком и Творцом. Зов часто используется в чрезвычайной ситуации, например: «О Боже, помоги мне». Посвященные люди говорят, что зов заставляет ответить.

6. Веление – представляет собою предопределяющую волю, указ. Веление является самым могущественным из всех обращений к Творцу.

В своей работе с энергией фиолетового огня мы остановимся именно на велении. Правильно произнесенное веление является вашим приказом как сына или дочери Творца, отданным во имя Я ЕСМЬ Присутствия (т. е. вашей Божественной составляющей) и Христа, чтобы Божественная воля проявлялась как в вашем теле, так и рядом с вами. Непроявленная Божественная составляющая человека, его и стинное «Я» находится в каждой клеточке физического тела. Одним из основных участков концентрации энергии высшего «Я» в теле человека является зона спинного мозга.

Запомним это и вернемся к энергии фиолетового огня. Давайте трижды произнесем вслух такие слова: Я ЕСМЬ Присутствие, Я ЕСМЬ Присутствие, Я ЕСМЬ Присутствие!

Произнося эти слова, вы осуществляете прямой призыв к истинному «Я», к невидимой энергии Творца, сосредоточенной в каждой клеточке вашего тела, особенно в центре позвоночника. Эта энергия может годами существовать в неподвижном состоянии до тех пор, пока ее не призовут к действию. Энергия истинного «Я» невидима, ее нельзя измерить никакими современными приборами. Но при травме, сопровождаемой сильным механическим воздействием на центр позвоночника, из него вырывается эта энергия. Она мгновенно сжигает вокруг себя все, что находится за пределами материализованной оболочки, которую вольно или неволью в данном случае нарушили. Человек при этом сразу же парализует из-за возникновения мощного блока энергии в месте травмы. Но вернемся к велению.

Итак, произнося слова: Я ЕСМЬ Присутствие, вы осуществляете призыв к своему истинному «Я». Вибрации энергии вашего голоса активизируют в районе позвоночника энергию истинного «Я». Представьте себе, как одновременно с вашими словами (Я ЕСМЬ Присутствие) начинает светиться и вибрировать тонкий огненно-белый шнур энергии высшего «Я», расположенный в центре позвоночника. Работа с энергией фиолетового огня состоит из 3 частей.

1-я часть – ваш призыв: Я ЕСМЬ Присутствие. Будем считать, что эту часть вы успешно освоили.

2-я часть состоит из формулирования вашего желания. Для чего вы вызываете энергию вашего истинного «Я»? Вы вызываете ее для того, чтобы преобразовать излучение этой энергии в фиолетовый огонь. Произносим вслух слова веления, обращенные к фиолетовому огню: Я ЕСМЬ фиолетовый огонь, что пылает! При э тих словах непрерывное излучение огненно-белой энергии, исходящей из позвоночника, мгновенно окутывается излучением энергии фиолетового огня, который начинает излучаться во все стороны, пронизывая насквозь все тело человека. По мере ваших ежедневных занятий с фиолетовым огнем будет усиливаться его действие. Вы сами и окружающие вас люди смогут периодически видеть вокруг вашего тела фиолетовое свечение.

3-я часть призыва. Для чего все ваше тело пронизано мерцающим фиолетовым огнем? Вы вновь обращаетесь к своему истинному «Я» и ставите фиолетовому огню следующую задачу: Я ЕСМЬ чистота, что Бог желает! Эта часть призыва означает вашу команду: «Очистить тело от негативных энергетических загрязнений».

Соединяем в единое целое все части словесного указа и вслушиваемся в него: Я ЕСМЬ фиолетовый огонь, что пылает! Я ЕСМЬ чистота, что Бог желает! Вот таким является полное содержание веления, состоящее из призыва к активизации излучения энергии вашего истинного «Я» и словесного указа на то, что нужно делать с этой энергией.

Повторяю, вначале необходимо вызвать излучение фиолетового пламени. Затем направить это излучение на очищение вашего тела от негативной энергии. Внешне все это может показаться очень простым.

Но не зря мы так подробно изучаем, что и как надо делать. Вспомните крылатую фразу: «Главное не в том, что ты делаешь, а в том, как ты это делаешь!» Важен не сам факт того, что вы читаете это веление. Важна еще и суть, которую вы в него вкладываете. Важно, как вы произносите это веление, о чем думаете в это время и какой мысленный образ создаете при этом.

Поначалу, готовясь произнести веление, выразите вслух свое намерение вызвать энергию фиолетового огня для очищения тела. После этого сядьте в удобное кресло или на стул с прямой спинкой. Держите спину и голову прямо. Руки и ноги не перекрещивайте, ступни ваших ног должны твердо стоять на полу.

Плохая осанка человека открывает его сознание для притока негативных сил, поскольку в этом случае вне контроля будет находиться солнечное сплетение, являющееся вратами эмоций для каждого человека. Скрещивание рук и ног приводит к «короткому замыканию» потоков энергий, которым предназначено течь сквозь все ваше тело и очищать его от негативных, плотских энергий.

Веление желательно произносить вслух. А когда это невозможно, произносите его про себя. Например, во время поездки в городском транспорте и т. п. Как только умственная матрица веления будет вами усвоена до автоматизма, можете использовать свой сердечный центр для увеличения понятия этого веления, вкладывая в него свою искреннюю любовь. Благодаря вашим чувствам сможет высвободиться заряд любви, жизни и света Творца, который заложен в этом велении.

Занимаясь самостоятельно, вначале произносите веление медленно и четко. Повторяйте его без напряжения, повторяйте до тех пор, пока не начнете полностью понимать значение каждого слова этого веления. Овладевайте смыслом произносимых слов, позволяйте своему уму медитировать о сути и прекрасных идеях, заложенных в каждом слове и в каждой фразе.

Постепенно ваше сознание расширится, возвысится и ваши чувства, веление станет мелодией в вашем сердце и в вашей душе. После этого можно увеличить скорость, с которой вы произносите веление. Это позволит повысить частоту вибраций вашей ауры и пространства вокруг физического тела.

Далее сосредоточьтесь на ритме и начните произносить веление еще быстрее. Вы увидите, как ваш ум начнет с молниеносной быстротой следовать за понятиями, которые вложены в это веление. Вы ощутите высвобождение и рост мощи фиолетового огня по мере того, как читаете веление со все большей скоростью и легкостью.

Запомните! Постепенным повышением вибраций энергии фиолетового огня всегда должен управлять только внутренний голос, исходящий из вашего сердца, и никогда – человеческая воля или дух соревнования. Иначе ваше излучение будет исходить не от вашей души, а от поверхности кожи вашего тела, что существенно затормозит духовное развитие и очищение.

Веление, о котором мы с вами сегодня ведем речь, является важным методом использования священного огня энергии человека от имени его истинного «Я». Когда вы произносите веление, не забывайте при этом, что ваше тело – это храм Божий и что Дух Творца живет в вас. Помогайте энергии Творца без задержек течь через все ваше тело.

Важно при этом глубоко и равномерно дышать, используя силу огненного дыхания Творца в вашем теле. Это поможет проецировать энергию фиолетового огня через все тело во внешний мир. Энергия фиолетового огня, сфокусированная посредством призыва истинного «Я», будет излучаться в окружающий мир и очищать от негативной энергии как физическое тело, так и окружающее пространство.

Очень важно достичь полного понимания сути произносимого веления. Произнося веление, вы привлекаете к активному действию на материальном плане энергию высшего «Я», переводя ее из высоких частот совершенства в более низкие частоты человеческого несовершенства.

Каждый человек должен ясно понимать, что не нужно совершенствовать Творца. Энергия Творца никогда не ослабнет, даруя каждому человеку радость жизни и свободу.

От вас требуется только собственное совершенствование, совершенствование окружающего материального мира – увы, наполненного бесконечным хаосом, болезнями, несчастьем и смертью.

Без отклика на ваши веления чистые энергии Творца могут преспокойно оставаться годами и десятилетиями матрицей без движения в высших октавах бытия.

В повседневной жизни большинства современных людей эта матрица просто не используется. Она не направлена в материю и не связана с миром материальной формы. Произносимое вами веление является ключом для активного привлечения энергии Творца в материальный мир вашего тела и в ваше сознание. Используйте этот ключ в своей повседневной жизни, и тогда ваша жизнь начнет разительно изменяться к лучшему.

## Ответы на вопросы

Читатели и многочисленные слушатели часто задают вопросы по работе с энергией фиолетового огня. Наиболее типичными являются следующие три вопроса.

Первый вопрос. Почему для очищения человека от негативной энергии нужно вызывать вибрации именно энергии фиолетового огня, ведь существуют и другие уровни вибрации энергии?

Вибрации энергии фиолетового огня соответствуют уровню энергии шестой чакры, или чакры «третьего глаза». Это самый высокий уровень вибраций энергии Вселенной, которым способен осознанно управлять среднестатистический человек. Более высокие частоты вибрации не подвластны сознанию и воле человека, а более низкие частоты вибрации энергии Вселенной не способны произвести эффективную очистку физического тела человека от негативной энергии.

Второй вопрос. Какова продолжительность работы с фиолетовым огнем? Наиболее эффективное время суток и место самостоятельной работы с фиолетовым огнем?

Многолетний личный опыт работы показывает, что продолжительность работы с фиолетовым огнем составляет от 15 минут до 1 часа и более в день. Все зависит от конкретной жизненной ситуации. Время суток для работы с фиолетовым огнем не имеет принципиального значения.

Место работы с фиолетовым огнем зависит от вашего образа жизни и складывающихся жизненных обстоятельств.

1. При возникновении негативной для вас ситуации – например, рядом с вами ведется негативный разговор. «Запустив» фиолетовый огонь, вы, во-первых, отключите частично свое сознание от восприятия негативной информации, идущей от собеседника (вольного или невольного), во-вторых, получите общее очищение своего физического тела от негативной энергии.

2. При вынужденной паузе в работе или отдыхе, например при перемещении в транспортном средстве на работу или с работы.

3. При ожидании чего-либо (автобуса, электрички и т. п.) или кого-либо (ждете приема у зубного врача, стоите в очереди за билетом, за справкой и т. п.).

4. При плохом настроении, в состоянии обиды и т. п.

5. Появилось свободное время, а вы не знаете, чем его занять.

6. Выбираете удобное для вас время и осознанно очищаете свое тело энергией фиолетового огня.

Третий вопрос. Как лучше представить себе фиолетовое пламя?

В упрощенном варианте можно представить себе фиолетовое пламя в виде огня газовой горелки на кухне. Для более тонкого восприятия следует отметить, что фиолетовый огонь состоит из синего, символизирующего преданность, и красного, обозначающего его страсть. Представьте себе языки пробуждающего действия энергии красного пламени, пропитанные тонизирующим эффектом энергии синего цвета – это и будет энергия очищающего фиолетового огня.

## **Часть вторая**

### **Осознанное управление внешней энергией**

На каждого современного человека из окружающей среды идет энергетическое воздействие по нескольким направлениям.

На каждого современного человека из окружающей среды идет энергетическое воздействие по нескольким направлениям.

1. Техногенное излучение. Под этим подразумевается излучение энергии от технических устройств, созданных человеком, начиная с излучения радиоволн передатчиков радиостанций, телевизионных излучающих станций, вышек сотовых телефонов, излучений от компьютеров и заканчивая излучением, исходящим от кабелей и электропроводки, размещенной в стенах помещений. Как правило, энергия техногенного излучения негативно воздействует на организм человека, подрывая его иммунитет и вызывая различные заболевания.

2. Излучение энергии различных форм материальных творений человека. Специальные исследования показывают, что резкое преломление внешней или внутренней формы какого-либо творения человека вызывает образование в данном месте зон концентрированного излучения энергии, которая далеко не всегда бывает полезной для живого организма.

Таковыми источниками излучения негативной энергии внешних форм являются все углы в квартире, острые углы столов, стульев, а также экзотические ломаные линии крыши любого здания и т. п.

3. Излучение аномальной энергии Земли, начиная с различных природных, магнитных сеток на поверхности Земли и заканчивая излучениями из аномальных зон: разломов земной коры, мест пересечения на разных уровнях подземных рек и т. п. В большинстве своем эта энергия также является негативной для человека.

4. Излучения от звезд и созвездий, Солнца, планет и других материальных источников Вселенной. Как правило, негативная составляющая этих видов излучений в значительной мере нейтрализуется магнитным полем и атмосферой Земли, что позволяет существовать и развиваться на Земле различным формам жизни.

5. Излучение энергии из центра Земли. Это созидательная, плодотворная энергия красного цвета. Она наполняет своей жизненной силой все творения природы, находящиеся на поверхности Земли: людей, растительный и животный мир, микроорганизмы и т. п.

6. Излучение непроявленной энергии Вселенной из огромного множества невидимых энергетических центров вокруг нас. Это энергия самого Творца, она наполняет жизненной силой каждое материальное творение во всей Вселенной.

7. Направленное или спонтанное воздействие на человека информационной составляющей энергии от одного человека или группы людей. Это может быть как негативное, так и позитивное воздействие.

Рассмотрим более подробно виды информационно-энергетического негативного воздействия, исходящего от человека.

## **Глава 7**

### **Виды негативного воздействия**

Опыт моей практической работы показывает, что человек может быть подвержен одновременно нескольким видам негативного воздействия.

К основным видам негативного энергоинформационного воздействия на организм человека относятся:

- 1) сглаз – прямой энергетический пробой ауры человека;
- 2) вампиризм – различные виды энергетических присосок к телу или ауре человека;
- 3) наговор – энергетическое программирование человека на не свойственное ему поведение или образ жизни;
- 4) порча – вложение со стороны в энергетическое тело человека самостоятельной энергоинформационной сущности;
- 5) проклятие – подключение энергетического тела человека к внешней, независимой и не управляемой им энергетической сущности или структуре.

Как видите, существует не один и не два, а сразу несколько видов внешнего негативного энергоинформационного воздействия на организм человека. Опыт моей практической работы показывает, что человек может быть подвержен одновременно нескольким видам негативного воздействия.

Последствия от различных видов негативного энергоинформационного воздействия могут накапливаться в организме человека и приводить к печальным результатам для здоровья.

Для понимания сути, оценки и нейтрализации каждого вида внешнего негативного воздействия требуется проведение вполне определенных, конкретных действий со стороны пострадавшего человека. Часто при этом может потребоваться помощь энергетически сильного и обязательно чистого, доброго душой человека. Кратко рассмотрим эти виды энергетического воздействия и методы их нейтрализации.

### **Сглаз**

Сглаз представляет собой прямой энергетический пробой ауры человека. Обычно сглаз наблюдается в верхней части ауры, вплоть до эфирного тела, на уровне пятой и шестой чакр. Прямой энергетический пробой верхней части ауры человека, вплоть до эфирного тела, вызывает сильное рассеивание потоков энергии, идущих сверху вниз в верхней части тела, особенно в районе головы.

При сглазе идет отток творческой энергии человека от его ауры, что вызывает притупленное состояние сознания. При этом аура становится меньше по своим размерам в верхней части тела.

Кто может нанести сглаз?

Во-первых, старенькие бабушки, у которых активность нижних чакр (первой, второй и третьей) начинает угасать, а энергия верхних чакр остается еще достаточно сильной. Пожилые люди порой смотрят с тоскою на молодых, полных сил женщин и мужчин, на детей, невольно завидуют их энергии и молодости и тем самым наносят им энергетический пробой типа сглаза.

Во-вторых, это могут быть сами родители. Да, да, не удивляйтесь. Если родители эмоционально разговаривают со своими детьми и при этом тычут в них указательным пальцем, то происходит следующее. На относительно малой поверхности указательного пальца в такие моменты начинает концентрироваться и излучаться колоссальная эмоциональная энергия. Она излучается далеко вперед, на расстояние до полутора-двух метров и может пробить насквозь ауру ребенка.

В-третьих, это может быть практически любой человек, начиная с начальника и заканчивая случайным прохожим, который эмоционально разговаривает с вами и при этом

негативно относится к вашим словам, вашему внешнему виду, поведению и т. п.

То есть сглаз может иметь место в самых разнообразных жизненных ситуациях. Но если энергетическое поле человека сильное и плотное, то ему практически сглаз не страшен, ибо энергия сглаза в общем случае невелика.

При сглазе, на его начальном этапе, еще нет симптомов заболевания физического тела. Но организм уже начинает сигнализировать об оттоке энергии из верхней части тела. Человек начинает чувствовать, что с ним происходит что-то не то. При сглазе на человека находит некоторое оцепенение. Он становится каким-то отсутствующим, впадает в прострацию, уходит в себя, застывает внутренне.

Читатель, будь внимательным к ощущениям в своем теле. Научись замечать даже мелкие симптомы, о которых ранее рассуждал примерно так: «Ничего, скоро и пройдет, это все ерунда». С сегодняшнего дня вы уже знаете о том, что такими симптомами тело сигнализирует – примите меры. А что же это за симптомы?

Вам становится как-то не по себе. Вы не знаете, куда приклонить голову. Вам неудобно стоять, неудобно сидеть. Все это неспроста. Тело раньше, чем разум, начинает ощущать дискомфорт от внешнего негативного энергетического воздействия.

Доверяйте своим ощущениям – и тогда сознание и тело подскажут, где находятся следы от чужого энергетического воздействия на организм. Ибо вслед за сглазом может последовать целый букет болезней: нейродермит, вегетососудистая дистония, опухоли и т. п.

При диагностике руками целитель в зоне сглаза обнаруживает отсутствие упругости энергетического поля, рука диагностирующего как бы проваливается в пустоту.

Рассмотрим некоторые способы самостоятельного снятия сглаза.

Первый, самый простой способ

Сбросьте с себя усилием воли состояние оцепенения. Верните себе мысленно нормальное состояние вашего тела.

Второй способ снятия сглаза

Представьте, как сверху на вас опускается огромный поток ослепительной золотисто-белой энергии Вселенной. Это очень мощный поток энергии. Под действием этого потока в теле и вокруг него растворяется и вымывается из ауры чужеродная негативная энергия. Кроме того, представьте себе, как через седьмую чакру на макушке головы в тело начинает поступать поток золотисто-белой энергии Вселенной. Эта энергия проходит сверху вниз, вдоль позвоночника и, излучаясь во все стороны, постепенно наполняет все тело. Остатки этой энергии, пройдя через верхнюю часть тела, выходят, буквально выливаются наружу, через переднюю часть третьей и второй чакр. Поработайте таким образом со своим телом 5–10 минут, и тогда энергетический пробой закроется сам собою.

Если сглаз более мощный, то можно использовать следующий способ.

Третий способ снятия сглаза

Он заключается в восстановлении целостности энергетической оболочки тела в районе сглаза при помощи управления размерами энергетического тела человека.

Для этого необходимо разучить два-три упражнения по управлению своим эфирным телом. Эфирное тело, как известно, это энергоинформационный двойник физического тела. Голубая энергия эфирного тела пронизывает каждую клетку физического тела человека. Именно через голубое эфирное тело сознание напрямую связано с телом физическим. Эфирное тело обладает способностью самостоятельно управлять процессом восстановления целостности физического тела. Эфирное тело обладает также способностью к самовосстановлению. С помощью специальных упражнений можно ускорить этот процесс.

Пример упражнения на снятие сглаза. Мысленно увеличиваем размеры своего голубого

эфирного тела и заполняем, закрываем этой го лубой энергией всю область над верхней частью своего тела. Выполняйте это упражнение несколько раз в день по 5–10 минут за один подход. Через 3–5 дней у вас появится четкое ощущение, что ваша энергетика полностью восстановилась и ушли все симптомы сглаза.

#### Снятие сглаза с грудного ребенка

У грудного ребенка сглаз обычно проявляется в виде беспричинного плача, после того как на него просто посмотрел чужой человек с сильной энергетикой, особенно с черными глазами. В этом случае мама должна набрать немного теплой воды в рот и слегка опрыснуть своего ребенка этой водой. Далее маме следует прижать малыша к груди и представить, как ее разноцветная аура увеличивается в размерах, обволакивает ауру ребенка и выдавливает из нее чужую энергию сглаза. Практика показывает, что на это может уйти буквально несколько минут.

## Вампиризм

Вампиризм характеризуется появлением на эфирном теле челове ка энергетических присосок от другого человека или от неизвестной сущности низкого уровня энергетики.

Энергетические присоски, как правило, проявляют себя в районе двух нижних чакр: второй и третьей. При этом человек ощущает сильную потерю энергии. Невидимая энергетическая присоска постоянно выкачивает его жизненную энергию. Как правило, это происходит с потоком энергии, идущим от земли, снизу вверх. При этом аура человека в районе талии становится менее плотной, уменьшаются также ее внешние размеры.

В такой ситуации человек начинает терять свою физическую силу и энергию. Резко ухудшается настроение, появляется слабость, как будто человек только что проделал тяжелую физическую работу.

А на самом деле все выглядит гораздо проще. Например, произошла встреча одной женщины с приятельницей, и они немного поболтали. Приятельница позавидовала красоте, молодости и жизненному успеху этой женщины. А как результат – к телу женщ ины прочно подключилась чужая зависть в виде энергетической присоски.

В такой ситуации тело человека начинает сигнализировать: помогите!

//-- Конкретный пример --//

Две подруги летом поехали вместе отдохнуть на одном из теплых южных морей. Одна из них была весьма состоятельная и удачливая, а другая – не очень, как большинство женщин в России.

Удачливая подруга каждый день делилась радостями своей благополучной жизни. А ее приятельница в душе завидовала, хотя внешне этого не показывала, поддакивала и вроде бы даже радовалась за свою подругу. В результате через десять дней вернувшаяся домой удачливая подруга была полностью энергетически обесточена и заболела.

Проведенная мною диагностика показала, что энергетическое поле женщины было буквально «обглодано» и очень ослаблено. А ее подруга, наоборот, была наполнена жизненной силой. В течение часа мне удалось восстановить целостность и плотность энергетического тела пострадавшей женщины.

Энергетическим вампиром может стать ваш начальник, супруг, любовник. Бабушка, которая любит спать вместе со своими внуками, часто не понимая этого, забирает их жизненную энергию, и такие дети растут «вялыми» и болезненными.

Рассмотрим способы самостоятельного избавления от вампиризма.

Первый, наиболее простой способ. Если вы ощутили, что к вашему телу, возможно, присосался вампир, то удалить его можно достаточно простым способом.



На некоторое время приостановите поступление в ваше тело восходящего потока жизненной энергии от Земли. Для этого сделайте глубокий вдох и задержите дыхание на 10–15 секунд, и так повторите 5–7 раз. В такой ситуации внешние энергетические присоски лишатся постоянного притока восходящей энергии Земли и сами отвалятся от вас.

Второй способ. Мысленно увеличьте размеры своего эфирного тела в нижней части живота, в районе второй и третьей чакр. Кроме того, на каждом выдохе мысленно направляйте вдыхаемую вами энергию окружающей среды в район второй и третьей чакр. Делайте это до тех пор, пока не появится ощущение роста и полного восстановления жизненной энергии и физических сил. Это состояние указывает на то, что произошло восстановление целостности внешних границ эфирного тела в районе живота.

Третий способ. Если внешняя энергетическая присоска давнишняя и вам попался сильный вампир, то приготовьтесь буквально отсечь энергетические присоски. Для этого найдите в вашем доме тихое место, чтобы вам никто не мешал. Удобно сядьте, расслабьтесь, прогоните все посторонние мысли и сосредоточьтесь только на ощущениях своего эфирного тела. Проведите диагностику состояния вашего эфирного тела. Для этого необходимо мысленно или через изменение энергии ваших рук оценить общее состояние энергетики в районе второй и третьей чакр. «Пощупайте» себя. Вы можете ощутить энергетические уплотнения – энергетические шнуры, идущие от этих чакр. Обнаружив внешний энергетический шнур, приготовьтесь его отсечь. Мысленно представьте себе, как можно реальнее, что в ваших руках находится острый нож, пила или лазерный меч. Отсекайте, пилите, рубите энергетическую присоску до тех пор, пока не почувствуете ее отделение от вашего эфирного тела. После этого вы сразу же ощутите, как улучшается ваше самочувствие.

Имейте в виду, что чужая энергетическая присоска может попытаться повторно присосаться к вашему телу. Для предупреждения этого представьте себе, что вы погружаете конец отрезанной вами присоски глубоко-глубоко в землю. После этого энергетический вампир уже не будет тянуться к вам.

Четвертый способ. Используйте авторскую методику работы с огненными энергетическими кольцами. Это очень простой, но весьма эффективный способ удаления внешних присосок от человека, ставшего энергетическим вампиром.

Пятый способ. Это работа на упреждение. Например, вы разговариваете с каким-то человеком и вдруг почувствовали, что на вас неожиданно навалилась усталость. В целях самообороны в такой ситуации можно поступить следующим образом. Вначале создайте в своем теле мощный энергетический поток, идущий снизу (от Земли) вверх. Затем направьте этот поток через чакру «третьего глаза» на «третий глаз» собеседника. Тем самым вы лишите его возможности подключиться к вашей энергии. А далее найдите предлог и покиньте этого собеседника.

В своей практической работе я сталкиваюсь с наличием на теле диагностируемого человека чужих энергетических присосок. Энергетические присоски удаляются мною по специально разработанной методике. После этого человек буквально оживает. Периодически сталкиваюсь с наличием очень мощных энергетических вампиров – внешних энергетических сущностей, подключившихся к телу человека. В ходе удаления таких энергетических присосок следует вести себя весьма осторожно и внимательно, иначе можно получить от них «сдачу» в виде мощного энергетического удара с неприятными последствиями.

## Наговор

Наговор – это энергетическое программирование человека на не свойственное ему поведение или образ жизни. Такое программирование вызывается потоком энергии, исходящим из второй и третьей чакр «плохого» человека. Эта энергия направляется в четвертую и пятую чакры программируемого человека.

В итоге при наговоре чужая программа «задерживается» в районе сердечной и горловой чакр.

Такая энергетическая программа представляет собою сгусток энергии, который по своему действию равносителен внедрению в энергетические потоки человека чужой энергетической микросхемы.

Опытные организаторы рекламы товаров прекрасно знают психологию человека и активно программируют нас как потенциальных покупателей.

Программирование людей активно ведется, например, через множество рекламных роликов с экрана телевизора или компьютера. При этом мы не испытываем дискомфорта. Автор рекламы буквально излучает энергию доброжелательности. Он умело завладевает вниманием телезрителей и убедительно подает им свою информацию.

С точки зрения энергетики человек в это время находится под воздействием восходящего потока рекламной энергии и одновременно испытывает дефицит нисходящего сверху потока природной энергии, так как его внимание отвлечено на рекламу. У телезрителя в это время нет никакой другой информации по данному товару. Напористый поток энергии рассчитан на неосознанное запоминание человеком этой рекламы, вызванное отвлечением его сознания. Это и есть один из вариантов коммерческого программирования.

Любое энергетическое программирование, как сознательное, так и бессознательное, опасно для жертвы. Оно нарушает баланс основных энергетических потоков в теле человека. Возникает ощущение дискомфорта, появляется неадекватность в поведении человека.

Наговор сложно выявить самому человеку, ибо он не вызывает четких, ощутимых изменений в его самочувствии.

Энергетическое воздействие при наговоре осуществляется, как правило, на уровне груди (сердечная чакра и несколько выше). В процессе своей работы мне неоднократно приходилось сталкиваться с наличием энергетического программирования в районе различных участков тела пациента.

В случае наговора у человека без видимых причин может неожиданно измениться настроение, мысли вдруг начинают течь совсем в другую сторону. Например, вы только что думали о хорошей погоде, об отпуске, радовались жизни. Все было хорошо. Вдруг что-то неуловимо переменялось. Настроение резко испортилось. Погода не радует. А мысли пошли о том, что костюм на вас старый, ботинки стоптанные и вообще вам постоянно не везет в этой жизни.

Наиболее ярко программирование проявляется в том, что человек начинает совершать поступки, которые не свойственны ему. Человека захлестывает какая-то волна позывов, протестов, действий, эмоций, с которыми он не может сам справиться. В глубине души он смутно чувствует, что делает что-то не так. Но сильная чужая программа подавляет этот внутренний голос.

В последние годы профессиональные политики начали использовать через средства массовой информации умело организованное программирование людей на «протестные» выступления, решая тем самым свои узкокорыстные политические и экономические задачи. А люди, идущие на митинги и шествия с протестными лозунгами, даже не подозревают о том, что ими просто манипулируют.

Опытный специалист через видение может заметить у энергетически запрограммированного человека, что интенсивность потоков его энергии не меняется в зависимости от вдоха или выдоха.

Поступки такого человека часто нелогичны, он действует под влиянием каких-то

неразумных порывов и эмоций, может без видимых причин смеяться или лить слезы, удивляясь порой этому и сваливая все на расшатанные нервы и жизненные потрясения.

Рассмотрим способы самостоятельного снятия наговора (программирования)

Наиболее эффективным является следующий способ. Исходное положение стоя. Расслабляем свое тело. Мысленно опускаем свой внутренний взор в глубь Земли и вызываем из центра Земли жгутик потока ярко-красной природной энергии. На каждом вдохе втягиваем через первую чакру в свое тело этот жгутик.

Далее переносим свой внутренний взор вверх и представляем себе, как сверху на тело опускается мощный поток золотисто-белой энергии Вселенной. Часть этого потока входит в тело через седьмую чакру на макушке головы и далее опускается по телу вниз. На каждом вдохе ваше тело буквально всасывает в себя снизу ярко-красную энергию из центра Земли, а на каждом выдохе сверху опускается и проходит через тело поток золотисто-белой энергии Вселенной. Проходя по вашему телу снизу вверх, ярко-красная энергия Земли наполняет тело своей мощной энергией, а ее остатки выливаются из тела через горловую (пятую) чакру и через чакру «третьего глаза» (шестую).

Золотисто-белая энергия Вселенной, проходя по телу сверху вниз, заполняет его, а остатки энергии выливаются наружу через третью и вторую чакры.

Постепенно усиливайте мощность циклического движения этих потоков энергии. Вы ощутите, как по телу двигаются эти потоки, как они наполняют его своей энергией. Поработайте с потоками 7–10 минут. Мощные потоки энергии Земли и энергии Вселенной удалят из вашего тела любую чужую программу.

После этого расслабьтесь, передохните и проведите повторную очистку вашего тела двумя мощными потоками энергии Земли и энергии Вселенной.

Далее проверьте ваше состояние. При необходимости еще раз проведите чистку основных энергетических каналов вашего тела.

**Примечание.** Если вы попадаете в ситуацию, когда другие люди навязывают вам свой образ жизни и свое поведение, то знайте, что вы имеете дело с сознательным программированием. Например, начальник, сестра или бабушка уговаривают вас поступить против вашего желания, против вашей воли, предлагают пойти куда-то в гости или купить что-то совсем вам не нужное.

В такой ситуации постарайтесь мысленно усилить движение потоков энергии Земли и энергии Вселенной по вашему телу. Это значительно усилит энергетическое поле вашего тела, что не позволит проникнуть к вам чужой программе, откуда бы она ни исходила. А если считаете, что вы правы в своих взглядах и убеждениях, то спокойно, но решительно отстаивайте свое мнение.

## Порча

Порча – это вложение одним человеком в энергетическое тело другого человека самостоятельной энергоинформационной сущности. Это всегда результат преднамеренного воздействия со стороны одного человека с целью оформленного энергетически желания нанести явный вред другому человеку. Ежедневно множество людей наводят порчу друг на друга, порой не понимая, что творят. Например в бытовых ссорах часто говорят друг другу: «Чтоб у тебя руки отсохли, чтоб ты упал и разбился» и т. п. Такие слова произносятся, как правило, весьма эмоционально и несут в себе огромный заряд негативной энергии, которая может самостоятельно оформиться в независимые энергоинформационные конструкции и внедриться в эфирное тело человека.

Как правило, сгусток энергии порчи находится возле верхней части тела человека – у горловой чакры и выше.

Кстати, старайтесь меньше открывать рот (разговаривать или зевать), когда находитесь в метро, ибо на уровне ниже поверхности земли находится большое количество энергетических сущностей, питающихся грубой энергией.

История знает случаи, когда такие сущности проникали в тело человека через широко раскрытый рот, где энергетическая защита минимальная.

Порча может реально погубить здоровье человека или нести постоянную неудачу – как ему, так и окружающим людям.

В таком случае говорят, что этот человек приносит несчастье. Хотя сам по себе такой человек может быть хорошим, но «порченным».

Почувствовать в себе порчу довольно сложно. Ведь она невидима для своей жертвы, у нее нет четких симптомов. Она проявляется в каждом случае по-разному, сугубо индивидуально. Порча живет в энергетическом теле человека вполне самостоятельно, она питается его энергией и при этом разрушает все вокруг себя.

Чтобы выявить порчу, человеку следует быть очень внимательным к своему состоянию. Особенно должно насторожить вас следующее: вдруг начинает что-то смутное мучить и тревожить, а что конкретно, вы не можете понять, или вы без причины впадаете в уныние, и появляются мрачные мысли.

Порча – это и пониженное настроение, и беспричинная тревога. Но самое главное, порча – это неадекватная реакция человека в самых различных областях его деятельности.

Отсюда идет развал в работе, в семье, в здоровье. Самостоятельно убрать порчу не так-то просто. Мне приходилось работать с порчей у различных людей. Энергетическая порча уходит после проведения нескольких специальных сеансов (от трех до пяти).

## Проклятие

Проклятие состоит в принудительном подключении энергетического тела человека к внешней – как правило, независимой и не управляемой им – энергетической сущности или структуре.

Это наиболее редкий, но самый мощный вид внешнего агрессивного воздействия. Человек в этом случае подключается волей других, энергетически сильных людей к внешней, очень мощной и разрушительной энергоинформационной структуре.

Из такого человека постоянно идет отсос жизненной энергии. Отсасывается она одновременно из первой и седьмой чакр, а это очень опасно для здоровья, ибо отнимается одновременно энергия физической силы и умственной деятельности.

Проклятие толкает человека к бессознательному саморазрушению, используя для этого самые различные средства: алкоголь, наркотики, попытки самоубийства и т. п.

Проклятый человек лишается сна и покоя, он становится буквально несчастьем как для себя, так и для близких ему людей. Например, при странных обстоятельствах умирают один за другим мужья или жены.

Человек с наличием проклятия, сам того не понимая и не ощущая, сеет вокруг себя смерть и разрушение. Проклятие наводится только энергетически очень сильным человеком, например черным магом. При проклятии вызывается внешняя, сильная негативная сущность, которая энергетически подключается к своей жертве. Сильное проклятие может распространяться не только на самого человека, но и на его детей, внуков и даже правнуков.

Проклятие для самой жертвы невидимо и неощутимо. Заподозрить наличие проклятия можно только по особо складывающимся обстоятельствам. Это может быть целая полоса

неудач у родных и близких, а также неожиданная тяжелая болезнь.

Мне приходилось заниматься снятием проклятия с людей. Скажу сразу – это очень непростая и опасная процедура. У человека, снимающего проклятие с других людей, должны быть чистые помыслы и обязательная энергетическая поддержка со стороны его высших духовных учителей. Это невидимые высокодуховные энергетические сущности, которые не могут быть оценены человеческим сознанием и имеют невидимый простым глазом бело-золотистый цвет энергии.

При удалении проклятия не используется энергия человека, снимающего проклятие, ибо энергия любого земного человека недостаточно сильна по своей величине и по частоте вибраций. Для этих целей вызывается энергия высокодуховных энергетических сущностей. Только их высокие вибрации, вызванные сознанием высокодуховного человека, способны удалить проклятие. Для полного удаления проклятия необходимо проводить несколько сеансов, после чего из тела человека выходит энергия проклятия в самых различных внешних проявлениях. Уверяю вас, это картина не для слабонервных. И просто не рекомендую читателям самостоятельно этим заниматься. Не играйте с огнем! Это очень опасно. Можно получить сильный энергетический удар и не перенести его. Нужна большая чистота помыслов и очень мощная энергетическая защита со стороны высокодуховных энергетических образований. А в реальной жизни это есть пока у немногих людей.

## **Глава 8**

### **Защита от негативного воздействия**

К общим способам защиты человека от внешнего энергоинформационного негативного воздействия относятся: замыкание контура биополя, постановка энергетического зеркала, возврат энергетического послания и другие методы.

Тем людям, которые не пытаются вникнуть в суть воздействия негативной энергии на организм человека, но желают быть защищенными от нее, предлагаются общие рекомендации по защите от негативного воздействия.

К общим способам защиты человека от внешнего энергоинформационного негативного воздействия относятся: замыкание контура биополя, постановка энергетического зеркала, возврат энергетического послания и другие методы.

В процессе проведения занятий я обучаю своих слушателей подобным приемам защиты от негативного воздействия. Из множества этих способов каждый выбирает для себя один или два и пользуется ими длительное время. Хорошо усвоенная энергетическая защита создает уверенность в себе, у человека повышается жизненный потенциал, растет интерес к жизни и т. п. Рассмотрим несколько вариантов защиты от внешнего энергоинформационного воздействия.

#### **Замыкание контура биополя**

Самым простым способом защиты от внешнего энергетического воздействия является смыкание вместе стоп ног и кистей рук в процессе разговора с человеком, от которого можно ожидать неприятностей. Этот метод позволяет замкнуть циркуляцию энергии по рукам и ногам и применяется в тех случаях, когда вы стоите или сидите и не заняты работой, связанной с движением рук или ног.

Замыкание контура рук и ног позволяет исключить выброс энергии в окружающую среду через пальцы рук и стопы ног.

Если ваше биополе недостаточно плотное, то можно применить более сильную защиту –

кольцо. Большой и указательный пальцы правой руки соединяются с большим и указательным пальцами левой руки. При этом образуется подобие кольца.

В качестве более эффективного варианта защиты можно использовать вариант «вложение кольца». Необходимо соединить вместе большой и указательный пальцы правой руки и вложить их в центр левой ладони. Затем соединить большой и указательный пальцы левой руки, пропустив их через соединенные пальцы правой руки, вложить их в центр правой ладони. При этом три остальных пальца обеих рук просто накладываются друг на друга. Вариант «вложение кольца» позволяет не только замкнуть энергетический контур рук, но и повысить плотность биополя тела человека.

### **Постановка энергетического зеркала**

В жизни часто бывают такие ситуации, когда перед вами находятся люди, которые негативно воздействуют на ваше сознание и тело, а у вас нет возможности замкнуть энергетические контуры кистей рук и стоп ног. Например, люди таких профессий как продавец, администратор или секретарь при приеме любых посетителей прос то вынуждены активно работать руками или ногами. В таких случаях хорошо зарекомендовал себя способ защиты от негативного воздействия с помощью постановки энергетического зеркала.

Мысленно представьте себе, что между вами и «неудобным» человеком или группой лиц сверху медленно опускается огромное зеркало. Это зеркало опускается на пол, а затем, словно резиновый мячик, подпрыгивает несколько раз, покачивается и замирает. Энергетическое зеркало повернуто отражающей поверхностью в сторону человека или группы лиц, от которых можно ожидать неприятностей. Профиль энергетического зеркала несколько изогнут в сторону «неудобных» посетителей, частично огибая их с внешней стороны. Поставив энергетическое зеркало, вы сразу же ощутите, как спадает ваше внутреннее напряжение, связанное с пребыванием рядом с вами «неудобных» посетителей.

### **Постановка энергетической стенки**

Способ постановки энергетической стенки является оч ень простым в исполнении, однако на практике он не раз доказывал свою высокую эффективность при защите от внешнего негативного воздействия.

Представьте, что вы быстро и аккуратно окружаете себя со всех боков и сверху кирпичной стеной из двух-трех рядов кирпичей. С наружной стороны все ваши кирпичные стены покрыты сплошным слоем зеркал, обращенных во внешний мир. В случае постановки вокруг себя энергетической стенки, с какой бы стороны к вам ни подходил внешний негативный сигнал, он всегда будет отражен и возвращен назад.

Помните о том, что, применяя энергетическую зеркальную стенку, вы никогда не должны показывать это человеку, от которого защищаетесь. Ваше внешнее спокойствие и миролюбие в данной ситуации заставят его направлять на вас все более сильные потоки энергии. Эти потоки негативной энергии будут полностью отражены вашей энергетической стенкой, что приведет к быстрому истощению агрессивной энергии нападающего человека, и этот человек оставит вас в покое.

### **Постановка энергетического яйца**

Существует несколько способов постановки энергетического яйца.

Рассмотрим один из вариантов, когда вы успешно блокируете негативное излучение от агрессивного человека в окружающее пространство.

Если человек вызывает у вас неприятное состояние, то можно поместить его на 10–15

минут в его собственное энергетическое яйцо.

Для этого надо представить себе, как из макушки этого человека начинает выходить вверх фонтан белой воды или белого тумана. Этот фонтан, медленно опускаясь вниз, покрывает снаружи все тело человека водой или туманом в форме белого яйца. Четко представьте себе, что на внутренней стороне этого белого яйца появилась зеркальная поверхность, которая возвращает назад любое излучение, идущее от тела негативного человека. Мысленно повторите несколько раз установку о том, что вы ставите энергетическое яйцо вокруг тела агрессивного человека на 10–15 минут. По самым различным причинам не следует ставить эту защиту на большее время.

### **Возврат энергетического послания**

Вы находитесь внутри автобуса, электрички и т. п. Ваше сознание воспринимает чье-то внешнее энергетическое воздействие. Это воздействие неприятно вам, но вы не видите человека, который воздействует на вас, и не можете защититься от него в силу различных причин. В такой ситуации хорошо зарекомендовал себя метод защиты путем возврата неприятного вам энергетического воздействия.

Спокойно и уверенно произносите мысленно следующие слова: «Я возвращаю назад все хорошее и плохое тому, кто на меня воздействует, мне от него ничего не надо!»

Повторите эту фразу пять-семь раз, и вы сразу ощутите, как к вам возвращается состояние покоя, а неприятное внешнее энергетическое воздействие быстро исчезнет.

Способ возврата энергетического послания от неведомого человека весьма эффективно действует также в самых различных помещениях: в квартирах, офисах, выставочных и концертных залах и т. п.

## **Глава 9**

### **Способы накопления энергии**

Существует несколько способов быстрого накопления дополнительной силы и энергии человеком, например: активный прием свежей растительной пищи – овощей и фруктов.

Современный человек отошел от своей изначальной природы и часто подвергается воздействию стрессов. Кроме того, все живое на Земле подвергается нарастающему техногенному излучению от «прелестей» современной цивилизации. Поэтому сегодня, чтобы быть здоровым и успешным, необходимо иметь большой запас жизненной силы и плотное биополе. Существует несколько способов быстрого накопления дополнительной силы и энергии человеком, например: активный прием свежей растительной пищи – овощей и фруктов.

Однако этого недостаточно. Поэтому прием пищи должен быть дополнен другими методами, в том числе выполнением специальных упражнений по концентрации энергии в центре духовных сил, работой с деревьями-донорами и т. п.

Способ концентрации энергии в центре духовных сил (упражнение японских самураев) позволяет за непродолжительное время добиться существенных результатов в повышении плотности биополя человека. Это упражнение можно эффективно выполнять в домашних условиях, а также на природе. Мой многолетний опыт показывает, что через три-четыре недели ежедневного и осознанного выполнения упражнения японских самураев проявляются первые положительные изменения. Идет накопление биологической энергии, повышается

общий энергетический потенциал. В движениях физического тела появляется особая упругость, розовеют щеки. Глаза становятся ясными, значительно улучшается физическое и психическое здоровье. Начинает проявляться то удивительное состояние, которое напо минает сочетание здоровья из далекого детства с мудростью прожитых лет – силы и расслабленности, твердости и мягкости.

Вторым наиболее простым методом активного набора жизненной энергии является работа с деревьями-донорами.

Для того чтобы выжить в современных условиях, принести пользу себе и окружающим людям, каждый человек просто обязан уметь периодически пополнять запасы своей биоэнергии наиболее удобным для него способом.

### **Упражнение японских самураев**

Впервые я столкнулся с этим упражнением около 20 лет назад во время работы консультантом в одном из специализированных научных центров Москвы, где группа специально подобранных мужчин проходила «нестандартную» подготовку, включающую в себя выполнение упражнения японских самураев. Эффект от регулярного выполнения этих упражнений в течение трех месяцев был просто потрясающим.

Через некоторое время я попросил руководство центра выделить это упражнение и подключить к более тщательной оценке его эффективности группу ученых и специалистов. Рядовому читателю впервые предлагается познакомиться с упрощенной технологией выполнения этого закрытого в прошлом от широкой публики упражнения.

Для лучшего усвоения сути данного упражнения поделим его на три части. Приступаем к освоению упражнения поочередно в трех положениях: стоя, сидя и лежа.

Часть первая – освоение. Для освоения упражнения японских самураев – способа быстрой концентрации энергии в центре духовных сил – необходимо определить местоположение этого центра.

На своем животе от пупка отмерьте вертикально вниз 4–5 сантиметров. На этом уровне внутри вашего живота и будет находиться центр концентрации духовных сил. Приступаем к выполнению упражнения в положении стоя.

Исходное положение – стоя, ноги на ширине плеч, тело расслаблено.

Поместите центр ладони правой руки на тело в области ниже пупка (на зону центра духовных сил), левую руку положите сверху на ладонь правой руки.

Вдохните и выдохните животом (вспомните методику брюшного дыхания), дыхание ровное и спокойное.

При каждом вдохе представляйте, как легкие активно наполняются воздухом из окружающего пространства. Обратите внимание на то, что вдыхаемый воздух имеет светлую окраску с легким голубоватым оттенком. На каждом вдохе воздух концентрируется в верхней части легких.

Делаем выдох. На выдохе заострите внимание на следующей особенности движения воздуха: воздух из верхней части легких мысленно делим на две равные части и направляем их в стороны по плечам. Далее воздух движется по обеим рукам в низ живота, а из ладоней уходит в центр духовных сил.

Во время секундной паузы после выдоха постарайтесь «увидеть», как светло-голубой воздух заполняет нижнюю часть вашего живота.

Снова вдохните в легкие из окружающего пространства светло-голубой воздух.

Далее выдохните этот воздух по плечам и рукам прямо в центр духовных сил.

И так не спеша необходимо дышать в течение 5 минут. Старайтесь дышать ровно и спокойно, так, чтобы светло-голубой воздух из окружающей среды на каждом вдохе плавно втягивался в верхнюю часть легких, а на каждом выдохе плавно уходил по рукам вниз, далее



из центра ладоней излучался в низ живота (в центр духовных сил).

Дышите ровно и спокойно, как вам удобно. Обязательно отслеживайте движение воздуха на каждом вдохе и на каждом выдохе – это изюминка данного упражнения.

Постарайтесь выполнять упражнение в удобное время два раза в день (по пять минут) три дня подряд. Это поможет хорошо запомнить его. После этого переходите ко второму варианту выполнения данного упражнения.

Часть вторая – закрепление. Исходное положение – сидя на стуле, тело расслаблено. Можно сидеть и в позе лотоса, если это не вызывает напряжения отдельных мышц.

Сидя на стуле, отодвигаем ягодицы назад так, чтобы таз немного наклонился вперед. Расслабьте живот и дайте нижней части живота немного выступить вперед.

В таком положении ваши внутренние органы в животе немного проваливаются вниз и занимают самое низкое положение, т. е. помещаются ближе к центру духовных сил.

Помещаем кисть правой руки на тело ниже пупка, а кисть левой руки кладем сверху. Дыхание ровное и спокойное. Начинаем дышать так, как это делали в положении стоя.

В процессе выдыхания воздуха по рукам появляется ощущение, что светлый с голубым оттенком воздух надежно заполняет всю нижнюю часть тазовой области.

При этом на каждом вдохе и выдохе необходимо управлять движением воздуха из окружающей среды в легкие, далее по рукам в центр духовных сил.

Упражнение выполняется два раза в день (по 10 минут) в течение двух дней.

Часть третья – набираемся жизненных сил. Исходное положение – лежа на спине, тело расслаблено. Помещаем центр правой ладони на живот ниже пупка на 4–5 сантиметров, а кисть левой руки кладем сверху, на правую руку.

Дыхание ровное и спокойное, дышим так же, как это делалось в положении стоя или лежа. Управляем движением воздуха на каждом вдохе и выдохе, вначале в легкие, из легких по плечам, рукам, кистям – в центр духовных сил.

Вносим изменения в процесс выполнения данного упражнения. Представьте себе, что в окружающем вас воздухе появилось множество светящихся частиц золотисто-белого цвета. Эти светящиеся частицы воздуха, двигаясь в легкие, по плечам и рукам попадают в ладони и далее – внутрь живота. Отслеживаем каждый вдох и выдох.

Под действием золотисто-белых частиц ладони постепенно нагреваются, становятся я теплыми, а в кончиках пальцев появляется легкое покалывание. Отслеживаем каждый вдох и выдох.

Постепенно внутри живота, в центре духовных сил, появляется светящаяся точка, она расширяется с каждым вдохом все больше и больше. Золотисто-белый свет вдыхаемого воздуха заполняет ярким свечением всю нижнюю часть живота. Яркость свечения внутри живота нарастает, золотисто-белый свет заполняет весь живот, туловище, ноги – все тело.

Тело становится легким и невесомым. Отслеживаем движение потоков золотисто-белого воздуха на каждом вдохе и на каждом выдохе.

На третьем этапе упражнение выполняется 15–20 минут, не менее, но не более 30 минут в день.

Освоив поэтапно методику концентрации энергии воздуха в центре духовных сил в положениях стоя, сидя и лежа, выбираем наиболее удобный для себя вариант. Но в любом случае работаем только по методике третьего варианта, с воздухом, наполненным золотисто-белым светом.

Для чего дается три варианта? Это связано с положением вашего тела в течение дня. Если приходится много стоять, можно использовать частично первый вариант. Если большую часть дня сидите на стуле или в кресле – используйте второй вариант. Если считаете, что самый лучший и безопасный – это третий вариант (положение – лежа на спине), используйте его в домашних условиях.

Если вы очень заняты днем, используйте третий вариант непосредственно перед сном. В

этом случае ваш сон будет крепким и спокойным.

Так часто поступают спортсмены из училища олимпийского резерва № 2 города Москвы (по моему совету), некоторые из них из-за сильного нервного напряжения днем не могут заснуть ночью, особенно перед проведением очередных соревнований.

Ежедневно работайте по выбранному варианту 20–30 минут в день (можно суммарно) в течение трех месяцев. Это минимально необходимое время для того, чтобы вы стали другим человеком – энергетически мощным, сильным и здоровым.

В ходе практических занятий мне иногда приходится сталкиваться с отдельными случаями (до 3% от общего количества слушателей), когда концентрация энергии в центре духовных сил человека достаточно высокая и нет необходимости ее повышать.

Существует также иной метод накопления энергии – с помощью деревьев. Рассмотрим этот метод более подробно.

### **Накопление энергии с помощью деревьев**

Для быстрого накопления энергии хорошо подходят деревья-доноры. К ним относятся деревья, которые обладают большим запасом биологической энергии. Умелая работа с такими деревьями позволяет человеку быстро восстановить свою жизненную энергию.

По величине запасов биоэнергии деревья-доноры можно расположить следующим образом: дуб, хвойные деревья (особенно сосна), акация, клен, береза и рябина.

Дуб обладает мощной и ровной биологической энергией. Его энергия придает силу и ясность мысли. Люди, занимающиеся умственной деятельностью, охотно пользуются энергией, исходящей от дуба. Для этих целей порой достаточно просто постоять несколько минут возле дуба. При регулярном использовании энергии дуба появляется легкая и быстрая походка.

Сосна наполняет тело человека плотной, тяжелой энергией. Поэтому энергетическая «зарядка» у сосны не должна быть продолжительной по времени (не более 20 минут), иначе может появиться энергетическая перегрузка организма. Людям, склонным к головным болям и имеющим больное сердце, не следует перегружать себя длительными прогулками в сосновом лесу.

Акация наполняет тело человека энергией бодрости и свежести. Повышается настроение, походка становится легкой. Акация является универсальным энергетическим донором, ее энергия особенно полезна для женщин.

Клен также дает сильную энергию телу человека. Особенно хороши аллеи из клена, они образуют живую цепь, единое мощное биополе.

Береза является особым деревом. Не каждый желающий может получить от березы биологическую энергию. К березе необходимо подходить с любовью, верой и большой лаской, только тогда она будет щедра и активно насытит тело человека своей энергией. Кого береза полюбит, тот всегда будет здоровым рядом с ней.

Рябина своей биологической энергией напоминает акацию, но ее мощность на порядок ниже, чем у акации.

### **Правила накопления энергии с помощью деревьев**

Для начала необходимо выбрать тип дерева-донора. Затем найти свое индивидуальное дерево.

У дерева, обладающего большим запасом биоэнергии, обычно на расстоянии до 6 метров нет соседей. Если деревья растут кучно, независимо от их породы, то вся эта группа и

каждое отдельное дерево не обладают значительным запасом биоэнергии.

Уровень запасов биоэнергии у дерева можно проверить с помощью ладоней. Для этого необходимо с расстояния 1,5 метра поднести к дереву обе ладони, а затем медленно приближаться к стволу дерева. Уже с расстояния около метра от дерева со значительным запасом биологической энергии вы ощутите поток тепла, покалывание в ладонях и повышенную плотность излучения биоэнергии дерева.

Найдя дерево-донор, приступаем к работе с ним.

Становимся на расстоянии 40–60 сантиметров от дерева лицом или спиной к нему. Мысленно обращаемся к дереву с просьбой помочь пополнить запасы биологической энергии. Если ваша просьба наполнена чистыми помыслами, то от дерева быстро придет положительный ответ в виде излучения волн энергии.

После этого расслабляем свое тело. Закрываем глаза и проверяем, все ли части тела расслаблены. Затем направляем сверху вниз по своему телу волны тепла.

Расслабив и прогрев тело, производим набор биоэнергии от дерева с помощью ритмических дыханий по схеме: вдох, небольшая задержка дыхания – выдох. Вдох составляет 4, 6 или 8 секунд (продолжительность вдоха зависит от состояния вашего здоровья). Задержка дыхания составляет 1–2 секунды. Выдох равен вдоху (4, 6 или 8 секунд). Во время вдоха необходимо представлять и чувствовать, как биоэнергия дерева-донора вдыхается поверхностью всего вашего тела. Далее биоэнергия движется к солнечному сплетению по рукам, ногам и телу. Можно представлять себе, что вдыхаемая вами биоэнергия дерева имеет серебристо-голубой или фиолетовый цвет. При незначительной задержке дыхания можно ощутить, как в районе солнечного сплетения с каждым вдохом накапливается и концентрируется биоэнергия дерева.

Во время первой половины выдоха следует представить себе, как из района солнечного сплетения накопленная вами биоэнергия движется вверх по спине, груди (не направляясь в голову) и по рукам. Во время второй половины выдоха биоэнергия из солнечного сплетения направляется в нижнюю часть тела.

На первых порах время набора биоэнергии от дерева-донора не должно превышать 2–3 минут во избежание скачка давления крови у пожилых и ослабленных людей.

Заниматься набором биоэнергии следует не позже, чем за 2–3 часа до сна, иначе могут появиться нарушения сна, вплоть до бессонницы.

Время года играет определенную роль в уровне набираемой у деревьев-доноров энергии. Весной мощнейшим источником биоэнергии являются плодовые деревья, находящиеся в цвету. Зимой запасы биоэнергии у деревьев-доноров снижаются до определенной величины, но не исчезают.

Следует также учитывать соответствие знаков Зодиака определенному типу деревьев. Например: Козерог – сосна, Стрелец – пальма, Скорпион – рябина, Весы – бук, Дева – яблоня, Лев – дуб, Рак – ива, Близнецы – лавр и т. д.

### **Работа с деревьями – потребителями энергии**

Во многих случаях необходимо иметь обратные действия, то есть очистить человека от негативной энергии. Для этих целей подходят деревья – потребители энергии. К ним относятся осина, каштан, тополь, ива. Поднося к такому дереву руку, человек ощущает легкую прохладу, рука как бы притягивается к стволу дерева, не встречая сопротивления.

Самым сильным представителем деревьев – потребителей энергии является осина.

При работе с деревом – потребителем энергии не следует представлять себе, как из вас вытягивается вся отрицательная энергия или информация. Это может привести к резкой потере вами биоэнергии, что вызовет ухудшение состояния здоровья.

Необходимо просто осознавать как факт воздействие на вас дерева – потребителя энергии. Время пребывания возле такого дерева не должно превышать 20 минут за один день. После этого необходимо в обязательном порядке пополнить запас биоэнергии своего тела любым доступным способом (например, выполнить упражнение японских самураев), иначе может наступить резкое ухудшение состояния здоровья.

Деревья-потребители хорошо оттягивают головную боль, способствуют улучшению состояния здоровья при большинстве хронических заболеваний.

Для лечебных целей можно использовать также свежие плашки, изготовленные из этих деревьев, толщиной 10–20 мм, шириной и длиной до 80 мм.

Энергия свежей плашки из тополя лучше всего воздействует на локальные воспалительные процессы. Особенно эффективно применение плашек из тополя при воспалительных процессах в органах пищеварения. Плашки из каштана хорошо помогают при полиартрите.

Плашки из деревьев – потребителей энергии хорошо зарекомендовали себя при комплексном воздействии на организм человека. Рекомендуется прикладывать лечебные деревянные плашки пять дней подряд на 25–30 минут. Затем следует сделать перерыв на один день. Для фиксированного крепления плашек на теле человека можно применять бинты или медицинский антиаллергический лейкопластырь. Общий курс лечения плашками – до одного месяца.

## **Часть третья**

### **Медитация**

Медитация является основой процедуры нейронной модернизации сознания человека, при этом в головном мозге медитирующего образуются новые нейронные пути.

Медитация является основой процедуры нейронной модернизации сознания человека, при этом в головном мозге медитирующего образуются новые нейронные пути. А это является хорошей базой, на которой возводится здание наших новых убеждений, целей и устремлений, в том числе развитие процесса ясновидения и энергетического исцеления.

Многие люди часто воспринимают слово «медитация» как синоним терминов «расслабление» и «снятие стресса». Поэтому на ранних этапах развития науки о личности медитация действительно рассматривалась как средство обретения душевного здоровья.

Однако принципиальное значение медитации не в том, что она позволяет расслабиться, а в том, что она учит наше сознание фокусироваться на расслаблении.

Такая расслабленная фокусировка сознания является кратчайшей дорогой к путешествиям в тонких мирах Вселенной как во времени, так и в пространстве. В этом я убеждался множество раз.

Например, в конце восьмидесятых годов прошлого века я находился в командировке в городе Улан-Удэ на одном из авиационных заводов. На выходные дни нам предложили съездить на озеро Байкал, чему мы были рады. Поездка до озера заняла несколько часов.

В то время мне уже не составляло труда при необходимости мгновенно расслабиться и «запустить» в своем сознании любую программу просмотра ситуации. Спустя час после начала поездки по живописной дороге я закрыл глаза и задал своему сознанию вопрос: «Кем я был в других воплощениях? Прошу показать».

Буквально через мгновение перед моим мысленным взором начали проплывать один за другим живописные образы неизвестных мне ранее людей. Они не спеша сменяли друг

друга, словно я просматривал некое цветное кино. Перед моим внутренним взором проплыл образ пожилого мужчины колоритной внешности, который сменился образом еще одного старца, затем появился четкий образ смуглого индейца. Затаив дыхание, я рассматривал проходившие передо мной образы, никак их не анализируя и без особых эмоций.

В ясновидении есть одно правило: наблюдая образы людей, животных или различные события, не проявлять личных эмоций, иначе образы начинают быстро исчезать или «программа» просмотра переключается на другие темы.

Самое интересное в этой ситуации проявилось через несколько часов, когда мой товарищ Виктор, сидевший рядом со мной во время поездки на Байкал, поделился со мною странными, на его взгляд, впечатлениями. Виктор рассказал, что после выезда из Улан-Удэ, примерно через час, он закрыл глаза и немного задремал. Вдруг перед его мысленным взором появилась цепочка образов не известных ему людей. И Виктор перечислил все образы, которые я видел в то же самое время. Оказалось, что процесс видения, возникший в моем сознании, реально излучался в окружающую среду. И сознание Виктора, находившегося рядом со мной в расслабленном состоянии, невольно настроилось на мою волну.

## **Глава 10**

### **Медитация**

Медитация развивает в головном мозге нервные клетки сосредоточенности, создает новые нейронные связи, подобно тому, как упражнения с гантелями тренируют плечевые и грудные мышцы.

В наши дни медитацией занимается множество людей, с вполне конкретными целями – добиться еще лучших результатов в своей работе или в увлечении.

Например, Лари Эллисон, исполнительный директор «Оракл», требует от топ-менеджеров компании практиковать медитацию трижды в день.

Фил Джексон, легендарный тренер баскетбольной команды НБА «Лос-Анджелес Лейкерс», на протяжении всей своей карьеры учил игроков медитировать.

В 2003 году в журнале «Тайм» Джоэл Стайн опубликовал статью, из которой следовало, что 10 миллионов американцев медитируют регулярно – и это вдвое больше, чем десять лет назад.

За последние тридцать лет на Земле было проведено немало исследований по изучению «механики» и благотворного воздействия медитации на человека. Более 250 университетов и исследовательских институтов из 33 стран выполнили свыше 1000 исследований. Итоги этих работ публиковались в ведущих научных журналах; они показали, что медитация:

- усиливает способность сознания фокусироваться;
- укрепляет наблюдательность;
- повышает внутреннюю энергию;
- усиливает творческие способности;
- снижает вероятность проявления стресса;
- создает ощущение удовлетворенности;
- ; снижает вероятность возникновения депрессии;
- улучшает общее состояние здоровья;
- углубляет связь с квантовым полем.

Обычно мы настолько заняты повседневными делами, настолько вовлечены в текущую материальную деятельность, что наш мозг просто не замечает слабые сигналы нашего подсознания, способные помочь нам добиться поставленных целей.

Медитация развивает в головном мозге нервные клетки сосредоточенности, создает новые нейронные связи, подобно тому, как упражнения с гантелями тренируют плечевые и грудные мышцы.

Медитация «корректирует» работу головного мозга, дает возможность подключиться к источнику творческих идей – квантовому полю бесконечного сознания Вселенной.

Медитация позволяет человеку управлять электромагнитными волнами его головного мозга, учит мозг фокусироваться и передавать подсознанию образы видения и целей, а также с большей эффективностью искать в окружающем мире ответы, подсказки и ресурсы. И все это становится возможным благодаря тому, что мы можем развить в себе способность управлять мозговыми волнами.

В обычном состоянии бодрствования, когда преобладает бета-ритм, работа различных участков мозга координируется довольно слабо. Когда человеку нужно заниматься чисто интеллектуальными расчетами, у него активно работает левое полушарие, а правое включено в работу крайне незначительно. Но когда требуется решить какую-либо новую задачу и чисто логических инструментов для ее решения не хватает, тогда включается интуиция и правое полушарие, а левое отступает на второй план.

В повседневной жизни человека несинхронно работают также затылочные и лобные части мозга, поверхностные и глубинные его участки. Это выражается в резком преобладании какого-то одного ритма мозговой активности на тех участках мозга, которые в данный момент являются ведущими, и одновременном угнетении других ритмов.

Такое преобладание происходит практически во всех видах деятельности человека, во время которых он отождествляется с объектами, заставляющими его фокусировать внимание на себе. Занимается ли человек активной работой чисто внешнего характера или же копается в себе, перебирая варианты обдумываемых решений, у него преобладает какой-то один ритм на доминирующей в данный момент участке мозга.

Ученый Дитрих Эберт, изучающий природу медитации, сравнивает такое состояние мозга с «трескотней» пишущей машинки или компьютера.

Единственным видом деятельности, который останавливает эту ментальную трескотню и помогает преодолеть рассогласованную работу полушарий, различных частей и участков мозга является медитация.

Ученые (Лайвин, Банкуэт, Китт Уоллс) открыли явление когерентности (согласованности), присущее медитативному состоянию и означающее согласование различных ритмов головного мозга. При этом все ритмы головного мозга начинают как бы подстраиваться друг под друга. В первую очередь согласованно начинают работать альфа- и бета-волны. Они приводят в состояние гармоничного баланса правое полушарие, отвечающее за эмоциональную сферу, работу интуиции, подсознание и левое полушарие, связанное с работой интуитивно-образных и подсознательных структур.

Происходит интеграция работы затылочной и лобной частей мозга, а также его поверхностных и глубинных участков. Чем дольше и серьезнее человек занимается медитацией, тем полнее становится когерентность тех участков и структур мозга, которые раньше работали в различных диапазонах.

Ученые-исследователи и авторы (Банкуэт, Готвальд, Уоллс, Эберт) отмечают, что у людей с большим опытом проведения медитаций эффект когерентности все чаще сохраняется и постепенно переходит в их повседневную деятельность.

При этом можно выделить и ведущий ритм, который в процессе медитации оказывает возрастающее влияние на другие ритмы головного мозга. Это альфа-ритм, он отвечает за состояние бодрствования и представляет собой периодическую пульсацию электрических потенциалов. Исследования показывают, что эта периодичность задается из таламуса, в котором находится генератор альфа-ритма, в свою очередь подверженный влиянию ретикулярной формации – особого образования среднего мозга, отвечающего за регуляцию

процессов сна и бодрствования.

Интересно, что в агни-йоге ученику, синтезирующему древнейшие знания Востока с достижениями современной науки Запада, рекомендуется обратить внимание на исследование функций и значение среднего мозга, развитие которого помогает развитию йогизма. Большинство исследователей, наблюдавших электрическую активность мозга у йогов, находящихся в состоянии глубокой медитации и даже в состоянии самадхи, свидетельствуют, что у этих людей происходило повышение амплитуды альфа-ритма при незначительном уменьшении его частоты. Изучение мозговой активности во время медитации мастеров дзен также подтверждает эту закономерность преобладания альфа-ритма, в который иногда вкраплялась дельта-амплитуда.

Усиление альфа-ритмов ведет к релаксации и состоянию расширенного сознания, или гипнотического транса. Творческие люди называют это состояние вдохновением, большинство научных открытий было совершено именно при работе мозга в альфа-ритме.

Вы наверняка слышали, что Д. Менделеев изобрел свою знаменитую таблицу химических элементов в момент перехода от сна к бодрствующему состоянию, а Ньютон открыл закон притяжения, когда проснулся от того, что ему на голову упало яблоко.

Когда наш мозг работает в альфа-ритме, у нас появляется связь с самым центром нашего сознания (бессознательная часть психики), а также и мощная связь со всем миром. Как установили ученые, альфа-ритм головного мозга вступает в резонанс с основным ритмом колебаний атмосферы Земли, волнами Шумана. А это значит, что когда наш мозг работает в альфа-ритме, мы получаем неограниченный доступ к неиссякаемому потоку информации, который содержится в атмосфере и ионосфере нашей планеты. Именно умение гармонизировать частоту работы своего мозга с частотой электромагнитных волн Земли (волн Шумана) открывает экстрасенсорные и паранормальные возможности у человека.

Перейдем к более подробному изучению того, что нужно делать, чтобы успешно заниматься медитацией. В своем классическом виде медитация бывает групповая (с активным участием в ней одного или нескольких преподавателей) и индивидуальная. Рассмотрим назначение групповой медитации.

### **Групповая медитация**

Групповая медитация, как правило, проводится по определенному направлению, которое ведет один или несколько преподавателей. Групповая медитация обычно сопровождается голосом преподавателя, который формирует, направляет и поддерживает ход медитации у слушателей. Для повышения эффекта групповая медитация обычно проводится под музыкальное сопровождение, которое усиливает эффект словесного воздействия. Цель групповой медитации – дать первоначальный опыт медитации, произвести первый духовный толчок для обучающихся людей, чтобы они обрели минимально необходимый медитативный опыт. Групповая медитация позволяет снять у слушателей наиболее грубые энергетические блоки и физические зажимы (спазмы) в позвоночнике. При этом наиболее мощные потоки энергии двигаются в районе позвоночника. Групповая медитация постепенно подготавливает сознание и тело слушателя к индивидуальной медитации.

Применение групповой медитации должно быть взвешенным и умеренным. Ни в коем случае не следует долгое время, систематически, тем более годами, заниматься групповой медитацией. Поймите это и запомните.

Злоупотребляя групповой медитацией (в силу своей лени и некоторой привязанности к людям), вы будете развиваться только в той области, которая задействована вашим преподавателем, в то время как ваше собственное духовное развитие будет односторонним.

Вот почему не следует неумеренно посещать занятия одного преподавателя, тем более летать по разным странам, бесконечно обучаясь то у одного, то у другого духовного наставника или учителя, пусть даже всемирно известного. Следует рассчитывать прежде всего на себя.

Занимаясь в группе, каждый человек со временем получает необходимые теоретические и практические знания. Их будет вполне достаточно для того, чтобы продолжать свое развитие самостоятельно. Можно еще несколько раз обратиться к своим учителям за разъяснением того или иного вопроса. Но помните: вы свободны, как птица, вас научили летать. Так летите, самостоятельно познавайте окружающий вас духовный мир и возвращайтесь к учителям только с рассказами о ваших успехах.

### **Индивидуальная медитация**

Во всех школах Востока считается, что после группового обучения (где закладываются основы той или иной школы духовного развития) вся дальнейшая работа по духовному совершенствованию человека осуществляется индивидуально, в том числе через индивидуальную медитацию. Только индивидуальная медитация по-настоящему открывает пути решения конкретных проблем, запятанных глубоко внутри естества человека.

Самостоятельно медитируя на тот или иной образ, вы получаете индивидуальную информацию об этом образе, а также видите пути решения той или иной проблемы, связанной с ним.

Индивидуальная медитация позволяет также заглянуть в будущее или просто наблюдать картины тонкого мира, наслаждаться их красками, звуками, запахами, которые обычно для человека недоступны.

В пользу индивидуальной медитации говорит еще и такой факт. Земные учителя, как правило, по мере своего совершенствования овладевают знаниями, позволяющим и им активно воздействовать на окружающих людей и на природу. Но учитель никогда во всей полноте не откроет эти знания своим еще не подготовленным ученикам: сила этих знаний огромна, она может быть использована для созидательных целей, но по неразумению – и для разрушительных деяний. Лишь по мере углубления в самостоятельные медитации, по мере вашего духовного роста вы сами сможете получить эти знания свыше от ваших невидимых духовных учителей, которых невозможно обмануть. Они четко видят искренность ваших намерений и не позволят вам употребить свои новые знания на несправедливые цели.

## **Практика индивидуальной медитации**

### **Место для медитации**

Основные требования к месту, в котором проводится медитация, – минимум внешних помех, наличие свежего воздуха.

Рассмотрим оба эти требования. Отсутствие внешних звуковых и световых помех важно только на начальных стадиях самостоятельной медитации. Со временем вы научитесь спокойно входить в состояние медитации в любой ситуации и не реагировать на внешние раздражители.

Одним из вас потребуются для этого месяцы, другим – несколько лет. На начальной стадии желательно медитировать в спокойном месте, относительно изолированном от внешнего шума. Вы должны быть также уверены в том, что на протяжении всего сеанса вам



никто не помешает. Предупредите своих близких, например, так: «Я медитирую утром, с семи до семи часов двадцати минут. Прошу вас не шуметь в это время и не входить в мою комнату». Отключите на это время городской и сотовый телефоны либо уберите их подальше.

О свежем воздухе. Если есть возможность, медитируйте на свежем воздухе: на даче, на берегу моря, у речки, в горах и т. п. При отсутствии такой возможности, находясь в помещении, обязательно проветрите его перед началом медитации, наполните помещение свежим воздухом, свежей энергией природы.

### **; Время медитации**

Время медитации определяется сугубо индивидуально с учетом следующих основных требований.

1. Это должно быть время, удобное для вас лично.
2. Не нужно медитировать раньше, чем через два часа после еды. Это связано с тем, что пищеварительные процессы в организме не дадут вам должным образом расслабиться либо, напротив, во время медитации вы можете просто заснуть.
3. Нежелательно медитировать после тяжелых физических нагрузок, в утомленном состоянии, иначе вы можете просто заснуть в ходе медитации.
4. На начальном этапе продолжительность одной медитации может составлять 10–15 минут, а по мере совершенствования (при ежедневных занятиях не ранее, чем через два-три месяца) – до 20–40 минут. Суммарная продолжительность медитации не должна превышать 60 минут в сутки.
5. Желательно медитировать в одно и то же время суток. На практике удобно увязывать медитацию с действиями, ежедневно повторяющимися в вашем распорядке дня. Лучше заниматься утром, после пробуждения, или вечером перед ужином (минимум за 20–30 минут до еды). Можно медитировать непосредственно перед отходом ко сну, если ужин был не особенно поздним и не очень плотным.

Большинству людей бывает трудно встать утром на 20 минут раньше привычного. Знайте, этот труд окупится с лихвою. После ежедневной утренней медитации в течение 2–3 месяцев вы станете более собранным человеком и сможете рационально использовать свое личное время в течение дня. А когда у вас закрепится привычка вставать раньше, этот процесс станет для вас не таким тягостным. Медитацию можно проводить и в конце дня, особенно если у вас днем было много работы. Вечерняя медитация поможет восстановить силы и обрести уверенность в себе.

Помните о том, что, занимаясь ежедневной медитацией, вы постоянно совершенствуетесь, снимаете не ощутимые вашим сознанием энергетические блоки и физические зажимы в теле.

Медитация позволяет каждому человеку стать более активным, работоспособным и жизнерадостным. Медитативная практика пойдет на пользу как вам, так и окружающим людям, начиная с близких родственников и заканчивая сослуживцами.

Медитация позволяет человеку быть постоянно собранным и активным. Запомните, что ваши повседневные тревоги, ваша слабость заполняют тело только тогда, когда вы забываете собраться, забываете мобилизовать свои силы и мысли.

Не жалейте времени на медитацию, ибо подтянутый, собранный человек меньше всего подвергается воздействию различных случайностей. Эти случайности отнимают у неподготовленного человека гораздо больше времени на их нейтрализацию по сравнению со временем, затраченным на медитативную практику.

## Методы медитации

Существуют самые разные методы медитации. Наиболее распространены из них:

- 1) медитация с концентрацией на дыхании;
- 2) медитация с использованием мантры;
- 3) медитация на музыку;
- 4) медитация с концентрацией на предмете, символе, проблеме, осознании, чакре, аурическом поле и т. п.

Выбор конкретного метода медитации определяется двумя факторами.

1. Уровнем вашего духовного развития. На каком этапе пути своего духовного совершенствования вы сегодня находитесь? В самом начале этого пути или вы уже сами – духовный мастер и учитель?

2. Вашими индивидуальными способностями. Что вам больше подходит, к чему вы более расположены (ваши склонности к живописи, музыке, стихам, науке и т. п.)?

При кажущейся внешней схожести в восприятии духовного мира все люди глубоко индивидуальны, поэтому трудно заранее установить, какой метод лучше работает для конкретного человека. В данной книге читателю будет рекомендовано несколько типовых программ индивидуальной медитации. При разработке этих программ был учтен опыт современных западных специалистов, опыт учителей Востока и собственный опыт автора. Каждую программу рекомендуется опробовать в течение одной-двух недель. Это позволит лучше понять, какой метод или сочетание методов больше всего подходит лично вам.

## Реакция на медитацию

Основным условием правильного проведения медитации является полное расслабление тела и сознания, ваше пассивное отношение ко всему происходящему. Вы все наблюдаете как бы со стороны, без всякого напряжения.

Во время медитации необходимо полностью освободиться от мыслей и забот. Поначалу это будет сделать нелегко. Ваши мысли будут упорно возвращаться в сознание. В этом случае не старайтесь бороться с ними, не беспокойтесь об этом. Просто отметьте появление этих мыслей и постарайтесь вернуть свое внимание к объекту концентрации: дыханию, мантре, предмету и т. п. И тогда ненужные мысли уйдут от вас сами. В процессе медитации, когда вы уже расслаблены, на ум может прийти интересная мысль, некое неожиданное решение. Так нередко бывает, когда вы погружены в решение конкретных задач, связанных с вашей повседневной деятельностью, творчеством. На этот случай имейте под рукой лист бумаги, ручку и т. п.

Запишите посетившую вас идею и продолжайте медитацию. Автору этой книги неоднократно приходили ответы во время медитации, и он действовал именно так, как рекомендовано выше.

## Личный дневник

На начальном этапе самостоятельной медитации (в течение первых 6–8 месяцев) можно вести личный дневник. В нем следует кратко фиксировать свою реакцию на каждый сеанс медитации. Позднее, анализируя эти записи, можно выбрать те виды медитации, которые больше всего соответствуют вашим индивидуальным способностям и запросам. Краткие типовые записи в личном дневнике могут выглядеть следующим образом:

1. Трудно концентрироваться.
2. Неприятные ощущения, мешающие концентрации и способствующие появлению мыслей.
3. Выраженное чувство покоя. Концентрация внимания неустойчивая. Появление в

сознании сцен из далекого детства.

4. Приятное расслабление тела. Появление необычных ощущений, в том числе эротических. Ощущение вибрации тела, ощущение прохождения неких волн через тело.

5. Тело ощущается легким или парящим, концентрация внимания устойчивая.

6. Отчетливо воспринимается метод медитации – дыхание, звуки, предметы, символы и т. п. Концентрация внимания происходит сама собой, без малейших усилий.

7. Состояние медитации дает большое удовлетворение и наступает без каких-либо усилий. Впечатления очень яркие. Любая мысль, любое чувство воспринимаются спокойно, как бы со стороны.

8. Часто происходит потеря чувства веса и наличия тела.

9. Испытываю сильную реакцию, не похожую ни на одну из указанных выше. Во время медитации возникает совершенно новое понимание себя и окружающего мира.

10. Попытки описать это состояние кажутся очень эмоциональными и отрывочными.

По мере вашего духовного роста могут наблюдаться примерно такие виды и этапы реакции организма на проведение индивидуальной медитации.

### **Поза для медитации**

Для повышения эффективности медитации далеко не безразлично, в какой позе вы медитируете. Выбор позы для медитации устанавливает границу между вашей обычной, повседневной деятельностью и состоянием медитации. Тем самым облегчается процесс концентрации на объекте медитации. Специалистам хорошо известно, что каждой позе человека соответствует определенное внутреннее состояние.

Поза в медитации должна быть удобной и не вызывать напряжения в теле или болевых ощущений, в то же время она должна оказывать определенный мобилизующий эффект. Каждый, кто регулярно будет медитировать, рано или поздно сам придет к выводу, что успех медитации во многом зависит от позы.

В большинстве восточных школ придается большое значение позе с прямым туловищем. Если вы внешне держитесь прямо, то и внутренне будете собранны и внимательны. В то же время небрежная поза предполагает внутреннюю леность и вялость. Мягкие кресла, например, не позволяют полностью выпрямить позвоночник и располагают к сонливости. Поэтому лучше всего, если вы воспользуетесь для медитации жестким стулом или табуретом. При этом спинка стула вам не понадобится, т. к. во время медитации вы не должны на нее опираться. В саду или на даче можно медитировать сидя на скамейке.

Но лучше всего медитировать сидя на полу, подложив под себя коврик или одеяло. В любом случае, при медитации на стуле, табурете, скамье или на полу, ваши колени не должны располагаться выше тазобедренных суставов. Если стул или скамья слишком низкие, то следует скрестить ноги, тогда ваши колени опустятся. Если же высота стула или табурета нормальная (45 см и выше), то ноги следует держать слегка разведенными, а стопы параллельными, с опорой о пол всей подошвой. Садиться лучше ближе к переднему краю сиденья, особенно если оно имеет наклон к спинке.

В начальный период медитаций вам может быть трудно сидеть прямо из-за слабости мышц спины, поэтому следует активно увеличить прогиб в пояснице. Когда же ваши мышцы окрепнут, прямая осанка уже не будет вызывать у вас затруднений.

Главное – научиться поддерживать равновесие тела с минимальными мышечными усилиями. Нужно развить у себя чувство равновесия, научиться принимать и удерживать оптимальное положение тела. Все это достигается практикой и только практикой.

Перед началом каждого сеанса, особенно в начальный период, приняв позу, в которой вы собираетесь медитировать, медленно покачайте свое туловище вперед, назад и в стороны. После этого выполните круговые движения туловищем. В ходе покачивания и выполнения

круговых движений старайтесь определить наиболее устойчивое положение вашего тела. В процессе медитации голову держите прямо. Ваша поза будет оптимальной тогда, когда спина все время остается прямой и удерживает позвоночник выпрямленным, тогда как все остальные мышцы полностью расслаблены.

Для медитации на полу существует три классические позы и две дополнительные (стоя и лежа на спине).

1. Сидя «по-турецки» со скрещенными ногами.
2. Сидя на пятках.
3. Поза лотоса.
4. Лежа на спине.
5. Стоя.

Преимущество медитации на полу заключается в следующем. Пол дает человеку чувство безопасности. Вы не будете испытывать беспокойство, что можете упасть, находясь в состоянии глубокой медитации. Э то беспокойство может помешать процессу медитации.

Рассмотрим позы на полу более детально.

### **Медитация в позе «по-турецки»**

Для большинства начинающих наиболее удобна поза со скрещенными ногами. В ряде стран Востока эта поза широко распространена в повседневной жизни и воспринимается как вполне удобная и приятная.

При медитации в позе со скрещенными ногами не сутультесь, следите за тем, чтобы голова, шея и позвоночник составляли более или менее прямую линию.

А каково положение рук во время медитации? Применяется два варианта. Начните с варианта, когда ваши ладони лежат на коленях. По мере приобретения опыта можно держать ладони рук подобно двум чашам, вложенным друг в друга. В индийской школе рекомендуется правую (активную) руку располагать снизу, а левую сверху. У левшей расположение ладоней обратное: левая рука лежит снизу, а правая сверху. Открытость ладоней указывает на то, что в данный момент вы не заняты какой-либо деятельностью, но готовитесь что-то предпринять. Большие пальцы рук слегка соприкасаются друг с другом, как бы замыкая энергетическую цепь. Восточные учителя обращают большое внимание на положение ладоней и больших пальцев медитирующих учеников. По их положению определяется внутреннее состояние человека, его готовность или неготовность к медитации. Если большие пальцы сильно прижаты друг к другу и направлены вверх, это указывает на чрезмерное напряжение, которое будет мешать медитации. И наоборот, опущенные большие пальцы, отсутствие контакта между ними свидетельствуют о вялости медитирующего, что также не способствует медитации. Большие пальцы не должны образовывать «гору» или «овраг», им надлежит располагаться строго горизонтально. Руки медитирующего человека должны опираться на его бедра. Они не должны свободно свешиваться, т. к. в этом случае расслабления не получится. Ладони рук держатся близко к животу, но они не должны давить на живот. Желательно, чтобы прикосновение ладоней к животу было легким, особенно во время вдоха.

### **Медитация в позе сидя на пятках**

Для принятия этой позы необходимо вначале опустить тело на сведенные вместе колени; носки держите вместе, а пятки слегка разверните. Затем опуститесь (присядьте) на пятки. Голова, шея и туловище при этом должны находиться примерно на прямой линии (т. е. необходимо выпрямиться). Такая поза широко распространена в Японии. В этой позе жители Японии с детства сидят и не только медитируют, но и пишут, читают, едят,

выполняют различную работу. В России эта поза многим покажется неудобной, особенно тем, у кого сильно развиты мышцы или имеются солидные жировые отложения в районе бедер. В таких случаях в позе на пятках может появиться неприятное напряжение в бедрах и боль в коленях.

Болевые ощущения можно смягчить, положив подушку между пятками и ягодицами. Под колени можно также положить подушку. Под голеностопные суставы – одеяло. Эту позу следует осваивать постепенно. При появлении неприятных ощущений в мышцах и связках ног возвращайтесь на некоторое время к ранее освоенной позе «по-турецки».

Следует помнить, что в позе сидя на коленях происходит частичное блокирование кровоснабжения крупных кровеносных сосудов бедер. Это может оказать негативное воздействие на людей, склонных к расширению вен. В этом случае следует медитировать в других позах.

### **Медитация в позе лотоса**

Поза лотоса – одна из основных поз в йоге. Она хорошо подходит для медитации. В этой позе, при опоре на таз и колени, поддержание тела в вертикальном положении требует минимальных усилий. Сидеть в позе лотоса, когда она хорошо освоена, относительно легко, мышечное напряжение здесь минимально. Однако большинству европейцев сидеть в этой позе крайне неудобно: они ощущают постоянное напряжение в отдельных мышцах и связках.

В таких случаях лучше начинать медитировать в привычной для вас позе, сидя на стуле или табурете. Однако при настойчивой тренировке и терпении вы можете освоить позу лотоса даже в возрасте 50–60 лет. Если же трудности, связанные с этой позой, вам покажутся слишком большими, не забывайте, что успешно медитировать можно и в других позах. Если вы все же решите освоить позу лотоса для медитации, то ежедневно, по возможности 2–3 раза в день, выполняйте следующие два упражнения.

1-е упражнение. Положение – сидя на полу. Для облегчения выполнения упражнения можно подложить под себя небольшую подушку. Разведите ноги в стороны как можно шире. Согните правую ногу в колене и притяните к себе правую стопу так, чтобы она оказалась на левом бедре у паха. Держите туловище вытянутым, колено правой ноги должно касаться пола. Зафиксируйте такое положение на несколько секунд. Вернитесь в исходное положение – обе ноги развернуты в стороны. Повторите то же самое упражнение левой ногой.

2-е упражнение. Положение – сидя на полу. Подложите под себя одеяло, сложенное в несколько рядов, общей толщиной в ладонь (около 10 см). Разведите ноги в стороны. При прямой левой ноге согните в колене правую ногу и прижмите стопу к левому бедру. Затем согните так же левую ногу и расположите стопу на правом бедре так, чтобы пальцы были обращены вверх. Следите за положением туловища. Туловище должно быть выпрямлено, а оба колена должны касаться пола.

### **Поза медитации – лежа на спине**

В этой позе можно хорошо расслабиться, но такая поза располагает ко сну. Поза хорошо подходит усталым, больным, а также пожилым людям, которые до или после сна занимаются медитацией в постели.

Медитировать лежа лучше без подушки, тогда ваша спина будет более ровной. Ноги держите слегка разведенными, почти параллельными. Руки необходимо положить на живот или сложить подобно двум чашам, вложенным друг в друга. Глаза закрыты или ваш взгляд направлен на потолок.

### **Поза медитации – стоя**

Продолжительность такой медитации всего несколько минут, чтобы не задремать и не упасть. Для тех, кто уже освоил азы медитации, можно использовать для таких занятий время, когда вы стоя едете в транспорте, например в метро. Если вы сидите, то особых проблем с позой медитации у вас не будет. Если же вы стоите, то вам необходимо принимать позу, пригодную для медитации в этих условиях.

Поставьте стопы параллельно, на некотором расстоянии друг от друга, чтобы не упасть при случайном толчке или рывке транспорта. Ноги слегка согнуты в коленях, руки находятся на поручнях и слегка расслаблены. В этом положении больше всего подходит медитация на мантре.

Медитация в положении стоя подойдет для тех, у кого сидячая работа. В этом случае, при наличии в помещении свежего воздуха, можно выполнять медитацию на дыхание.

### **Расслабление при медитации**

В состоянии медитации важно уметь полностью расслабиться. Только тогда медитация будет успешной. Начните расслабление с мышц лица. Для начала подойдите к зеркалу и улыбнитесь себе, тогда лицевые мышцы расслабятся сами собой. Рот при этом остается закрытым. Нижняя челюсть слегка отвисает, зубы разжаты. У некоторых людей можно видеть постоянно озабоченное и даже хмурое выражение лица. Таким людям необходимо начинать упражняться в улыбке перед зеркалом.

В процессе освоения любой медитации глаза целесообразно держать закрытыми или полужакрытыми. При закрытых глазах отсутствуют зрительные отвлекающие факторы, что значительно повышает эффективность медитации, это важно для начинающих медитировать. Во многих школах Востока, где медитацией занимаются регулярно, в течение многих лет, глаза при медитации неизменно держатся открытыми, что облегчает контакт с реальностью и исключает сон. В любом случае в процессе медитации ваши глаза должны быть расслаблены. Запомните – глаза расслаблены, а не напряжены, как это порой бывает на начальной стадии медитативной практики.

При медитации с открытыми глазами сидя на стуле направляем взгляд перед собою на расстояние около 1,5 метра. При медитации сидя на полу расстояние уменьшается до 1 метра. Ваш взгляд должен не жестко фиксироваться, а как бы покоиться в выбранном вами месте. В таком случае ваши глаза действительно отдыхают. На начальных этапах медитации с открытыми глазами ваши глаза могут иногда слезиться. Это свидетельствует о том, что ваш взгляд еще слишком напряжен. В таких случаях необходимо часто поморгать или закрыть глаза на несколько секунд, а затем вновь открыть.

У большинства людей, начинающих медитировать, почти всегда напряжены мышцы плечевого пояса. Это связано с практически ежедневными стрессами.

Любой стресс или неприятность неизбежно вызывают у человека напряжение, «зажатость» мышц плечевого пояса. Плечи при стрессе непроизвольно поднимаются, голова втягивается, как бы защищаясь от предстоящего удара. В результате со временем в плечевом поясе возникает хроническое напряжение мышц, причиняющее человеку много неприятностей со здоровьем.

Приступая к медитации, избавьтесь от скованности в плечах следующим образом. Поднимите плечи, ощутите напряжение и скованность мышц плеч, а затем сбросьте плечи вниз. Прodelайте это упражнение несколько раз.

Представьте себе, что вы сбрасываете со своих плеч тяжесть ваших проблем и что эта тяжесть падает вниз так, как соскальзывает снег с веток деревьев, когда ветки низко

пригибаются под тяжестью снега. Тем самым вы обретете спокойствие, невозмутимое отношение ко всему, что вас беспокоит. Это явится основой для успешного проведения медитации.

Для расслабления груди, диафрагмы и живота сделайте несколько глубоких дыхательных движений. Медленно, но глубоко вдыхайте и выдыхайте, расслабляясь с каждым выдохом. Проследите, чтобы полностью снялось напряжение в области груди, диафрагмы и живота. Пройдитесь мысленно по рукам и расслабьте их. Переключите внимание на нижнюю часть туловища – не скована ли поясница; если да, то снимите это напряжение. Проверьте, нет ли напряжения в тазовой области и в ягодицах.

Далее проконтролируйте состояние мышц бедер, голени и стоп. Несколько раз согните и выпрямите пальцы ног, сделайте вращательные движения стопами, а затем расслабьте их.

Процесс общего расслабления тела завершите так. Мысленным взором еще раз пройдите по всему телу от головы до стоп, контролируя расслабление мышц вашего тела.

### **Настрой на медитацию**

Принятая вами поза для медитации уже влияет определенным образом на внутреннее состояние и способствует успокоению. Но этого явно недостаточно. Необходимо еще и настроиться на медитацию.

Приступая к медитации, постарайтесь отвлечься от всего постороннего. Оставьте на время где-то там, далеко, свои печали и неприятности. Все, что было до этого момента, уходит на задний план, становится неважным. То, что будет потом, вас пока не интересует. Вы находитесь здесь в настоящий момент времени и готовитесь к медитации.

Ваша внутренняя позиция «невовлеченности» в суету проблем бытия необходима для борьбы с помехами, неизбежно возникающими во время сеанса медитации. Создайте в своем сознании ощущение мира и спокойствия.

Появление отвлекающих мыслей неизбежно. Но они не должны вас раздражать. Не следует задерживаться также на приятных мыслях и образах.

Запомните раз и навсегда! В медитации нет места оценкам и суждениям. Мысли, появляющиеся во время медитации, не следует подавлять, но и не нужно их поддерживать и анализировать.

Пусть они текут сами по себе. Часто возвращающиеся в ходе медитации мысли могут быть своего рода ключом к решению ваших проблем. Используйте, когда это нужно, метод «стирания» мыслей. Приступая к медитации, вы руководствуетесь самыми различными соображениями. Одни хотят омолодиться или хотя бы улучшить состояние своего здоровья, другие – повысить умение концентрировать внимание, третьи хотят раскрыть творческие способности и т. п.

### **Необычные ощущения в процессе медитации**

Каждый человек по мере роста медитативной практики рано или поздно испытает новое, удивительное состояние.

Например, вы увидите, как вашу комнату неожиданно заполнит серебристый цвет. Узоры на настенных коврах начнут приобретать необыкновенную яркость и пластичность. Вы услышите удивительные звуки, исходящие ниоткуда. Вокруг вас начнут появляться облака или прозрачные и бесцветные создания типа морских медуз и т. п.

Впервые сталкиваясь с такими явлениями, вы можете почувствовать себя стоящими выше вашего повседневного бытия. Все это легко объяснимо. В такие мгновения ваше сознание

попадает в другое измерение, в мир тонкой энергии, и начинает реально воспринимать его. Поскольку эти состояния сознания бывают очень приятными, у вас появится желание продлить такое состояние, удержать его. И тогда произойдет вот что.

Как только вы станете осознавать происходящее и начнете размышлять о нем, такому состоянию придет конец. Как объяснить это явление? Все очень просто. В какой-то момент медитации вы непроизвольно входите в состояние резонансных колебаний с той или иной частотой вибрации многомерной Вселенной. Пока ваше сознание просто созерцает спонтанное проявление высокочастотных колебаний Божественных творений Вселенной, вы будете их ощущать тем или иным образом. Но как только вы попытаетесь удержать эти образы в своем сознании, сразу же непроизвольно закроете свой энергетический канал, через который и проходили эти высокочастотные вибрации. И тогда ваше чудесное видение просто исчезнет.

Появление таких необычных состояний означает, что в своей медитации вы продвинулись вперед. И это хорошо. Медитация без возникающих мыслей и образов была бы столь же неестественной, как и ваше удивительное путешествие в неведомую страну, расположенную между повседневным сознанием и сном. Но необычные ощущения не самоцель. Ваша дорога познания законов и явлений тонкого мира должна идти дальше, и вам нельзя останавливаться на полпути к главной цели.

Дыхание, мантра и другие объекты концентрации внимания – это рабочая лошадка, которая везет вас по дороге медитации.

На пути регулярной медитации вы столкнетесь с различными мыслями или просто с усталостью. В этом случае не следует защищаться от них. Фиксируете их появление и продолжаете свое путешествие, возвращаясь к объекту вашей медитации: к дыханию, мантре или образам.

После того как процесс медитации войдет в устойчивую стадию, вы будете уже не так привязаны к ритму дыхания, к мантре или к изображениям. В ходе такой медитации вас обязательно подхватит поток событий тонкого мира. Вам останется лишь следовать вместе с ним, спокойно созерцая проходящие мимо образы и видения.

Во время глубокой медитации в теле и сознании наступает сильнейшее внутреннее расслабление и возможно появление глубинных мыслей. Эти мысли обычно не поднимаются на поверхность сознания, они просто им задавлены. Это тот самый случай, когда в ходе медитации оживают ваши неудовлетворенные желания, возникают примитивные чувства. Всплывают воспоминания детства. Измененное состояние сознания наступает далеко не в каждом сеансе медитации. Это состояние трудно выразить словами.

Оно может ощущаться как падение в никуда или как чувство необыкновенной легкости тела. У вас даже может появиться ощущение избавления от действия силы земного притяжения.

В процессе медитации на внешние события или на самого себя (в том числе на собственное тело или отдельные органы) вам необходимо научиться смотреть на все это как бы со стороны, без всяких эмоциональных реакций. Для того чтобы каждый процесс самостоятельной медитации развернулся в полной мере, требуется определенное время.

Поэтому сеансы медитации не должны быть короче тех, которые вам будут рекомендованы ниже. А как узнать, что истекло время вашей медитации? На первых порах вам придется поглядывать на часы. Но при регулярных упражнениях у вас скоро начнут работать свои «внутренние часы». Перед началом каждой медитации вам необходимо наметить ее продолжительность (10–15–20 минут). Очень скоро в нужный момент времени вы станете ощущать, что время медитации истекает.



## **Выход из медитации**

Должен быть постепенным, особенно если сеанс был продолжительным. Резкое воздействие на человека, находящегося в состоянии глубокого погружения в медитацию, может вызвать его испуг или другие неблагоприятные состояния. По этой же причине не следует использовать будильник для обозначения конца сеанса. Так же неприятно бывает, когда вас резко и грубо будят, выводя из глубокого сна. Закончив медитацию, следует еще некоторое время находиться в той же позе, прекратив, конечно, концентрацию на дыхании, образе или мантре. По окончании медитации не следует резко открывать глаза, держите их полузакрытыми. Можно несколько раз проделать медленные покачивания головой. Закройте и откройте глаза, слегка разомните плечевые суставы. На этом выход из состояния медитации можно считать завершенным.

## **Планирование медитации**

Медитация, как и любые другие упражнения, будет эффективной, если она проводится регулярно. А при занятиях от случая к случаю на успех рассчитывать не приходится. Эффект и радость удовлетворения от занятий медитацией могут проявиться после первых же сеансов. Но настоящий эффект будет ощутим только через некоторое время, которое далеко не одинаково для разных людей. Это время составляет от нескольких месяцев до двух лет, когда вы с помощью медитации будете добиваться полного расслабления, научитесь хорошо слушать и эффективно исследовать себя.

Отдельные медитативные упражнения также оказывают неодинаковый эффект на разных людей. Это объясняется как спецификой упражнений, так и индивидуальными человеческими особенностями.

Для успешного развития своей духовной практики можно освоить проведение медитаций по типовой программе. Освоив типовую программу, вы сможете далее составить индивидуальную программу медитации, наиболее соответствующую вашим особенностям и целям, которые вы перед собою ставите. Перед каждым медитативным занятием необходимо определить для себя его цель, содержание и длительность. Например:

Вариант 1. «Сегодняшняя медитация проводится с концентрацией на дыхании, продолжительность медитации 15–20 минут. Во время медитации я добиваюсь хорошего расслабления, повышается мое умение концентрировать внимание».

Вариант 2. «Во время сегодняшней медитации я добиваюсь лучшего осознания ощущений и мыслей, не анализируя их. Медитация поможет мне также освоить метод спонтанного решения моих проблем. Продолжительность медитации 10–15 минут».

Перед каждой медитацией посидите в позе, которая позволяет вам хорошо расслабиться, потом закройте глаза и сфокусируйтесь, вначале на своем дыхании, а затем – на цели своей очередной медитации.

## **Проведение медитации**

Практически на каждом лекционном занятии я провожу несколько непродолжительных (по 4–5 минут) сеансов медитации. Это позволяет слушателям реально ощутить суть изложенной мною информации – на пример: вызов ощущения тепла – или мысленно переместиться на берег теплого южного моря и насладиться его красотами.

Рассмотрим пример проведения медитации. Найдите тихое местечко в доме или на даче, где сможете уединиться на несколько минут. Для начала будет вполне достаточно 5–7 минут.

Немного посидите в тишине и спокойствии на стуле или на полу, сложив руки и ноги, как вам удобно.

Самое главное для начинающих – подобрать позу, в которой вам будет удобно.

Иными словами, не следует закидывать ногу за голову или делать еще что-нибудь столь же экзотическое. Просто посидите в позе, которая позволяет вам расслабиться (можно даже в привычной для россиян позе сесть на стул или табурет), потом закройте глаза и сфокусируйте внимание на своем спокойном дыхании.

Глубоко и медленно вдохните через нос, а выдохните через рот. Сделайте еще два или три вдоха подобным образом. Далее начните ровно и спокойно дышать только через нос. Сосредоточьте свое внимание на кончике носа. Представьте себе, что вдыхаемый вами воздух имеет светло-голубой цвет. Обратите внимание на то, как этот воздух плавно обтекает кончик носа и втягивается внутрь тела. А на выдохе отработанный воздух, уже темного цвета, покидает ваше тело, плавно выходя через нос.

Включите свое образное мышление и расслабьтесь. Представьте себе, что во вдыхаемом воздухе появляется множество частиц золотисто-белого цвета. Это энергия Солнца, дающая жизнь всему на Земле. Множество золотисто-белых частиц воздуха на каждом вдохе входит через нос в ваше тело. Вы видите, как эти частицы вместе с воздухом продвигаются к бронхам и далее попадают в кровеносную систему.

Воздух и частицы света легко разносятся кровеносными сосудами по всему телу. С каждым вдохом количество световых частиц в вашем теле становится все больше. Постепенно все кровеносные сосуды заполняются золотисто-белыми частицами.

Теплый и нежный свет этих частиц излучается во все стороны. Он наполняет своим золотисто-белым сиянием ткани и органы всего тела. Ваше тело постепенно начинает светиться мягким золотисто-белым светом. Это свет вашей жизни, это свет идеального здоровья физического тела и сознания. Здесь и сейчас!

Ваше тело легкое и невесомое. Вы становитесь похожи на маленькое солнышко, излучающее во все стороны мягкий свет, приятное тепло и нежную любовь.

Если сознание в процессе медитации отвлекается, перескакивает с мысли на мысль, не корите себя. Мысленно отметьте это обстоятельство и вновь сосредоточьтесь на кончике носа и процессе дыхания, представляя себе, как золотисто-белые частицы продолжают заполнять все ваше тело. Приятный свет и легкое тепло вымывают боль, усталость и болезни. Ваши проблемы стекают с тела, словно грязь и дым, а на их месте появляется золотисто-белое сияние, присущее идеальному здоровью.

Выполняйте это упражнение 5–7 минут. Далее, запомнив в своем теле состояние света, тепла, любви и блаженства, медленно выходите из состояния медитации.

Дышите медленно, размеренно: вдох – выдох, вдох – выдох. Продолжайте сидеть в расслабленной позе и наблюдать за своим дыханием.

Поначалу, когда вы будете выполнять эту медитацию, может показаться, что мозг так и норовит нарушить сосредоточенность, мысли разбегаются и никак не удается сфокусироваться на дыхании. Словно вы сидите с ребенком, который то и дело от вас убегает, и вы вынуждены его ловить. Не беспокойтесь, поначалу так и должно быть. Не думайте, что у вас ничего не получится. Все в порядке, поверьте.

Если ощущение беспокойства во время медитации повторяется уже несколько дней, ничего страшного. Не имеет значения, насколько удачны ваши попытки фокусироваться на начальном этапе; главное – вы этим уже занимаетесь. Со временем вы обнаружите, что фокусироваться во время медитации становится все легче и легче.

В квантовой Вселенной, частицами которой мы все являемся, наблюдение и фокус – важнейшие характеристики. Во Вселенной нет силы более могучей, чем намерение. Тренируя свое сознание и расслабленно наблюдая за процессом своего дыхания, вы будете укреплять в себе способность утихомиривать разум и пользоваться мощностью намерения и фокусировки своего сознания.

Практикуйте такую медитацию каждый день. Можете вносить в нее коррективы, исходя из

своих эмоциональных и иных особенностей.

После двух недель практики увеличьте время медитации до 15 минут, а спустя еще две недели – до получаса. Однако намного важнее, чтобы вы соблюдали регулярность медитаций. Если один день выпадет по какой-либо причине, отнеситесь к этому, как к блуждающему фокусу: ничего страшного. Не упрекайте себя, не считайте пропущенный день неким провалом. Просто сосредоточьтесь на том, что делаете, и возобновите медитации на следующий день.

При регулярной практике вы станете замечать, что жизнь начала меняться к лучшему. Как-то неожиданно начнет появляться дополнительное время для всякого дела.

Постепенно появится чувство единения с людьми и со всей Вселенной. Более того, вы будете замечать вокруг себя контуры фрагментов ваших мечтаний, желаний, целей, которые на ваших глазах постепенно обретают материальную форму.

Медитация во многих отношениях полезна для здоровья и для повседневной жизни в целом. Особенно благоприятна она для обретения способности неосознанно управлять мозговыми волнами, что намного облегчает достижение поставленных целей.

Вспомните, как часто человеческий разум теряет свой фокус. Увы, каждые 6—10 секунд наше внимание начинает рассеиваться.

Посредством медитации вы научитесь фокусироваться на своих желаниях с точностью лазера – и тем самым откроете для себя квантовое поле, которое будет резонировать с вашими устремлениями и предоставит вам все свои ресурсы, необходимые для их исполнения. Иными словами, вы освоите и начнете реализовывать закон притяжения к себе здоровья, радости, успеха и счастья. Это то, о чем мечтает каждый человек. Начните медитировать, и тогда ваши мечты станут быстрее сбываться. И еще не забывайте простой совет: все хорошо в меру.

## Глава 11

### Примеры проведения медитации

Вашему вниманию предлагается несколько авторских медитаций, в том числе на создание белого облака энергии, на фиолетовое пламя, на работу с цветами радуги.

#### Медитация на белое облако энергии

Создание «белого облака энергии» и работа с ним являются одним из эффективных методов омоложения человека и развития его творческих способностей.

Белое облако является небольшой частью энергии, которая материализуется по воле сознания человека из бесконечного потока непроявленной энергии Вселенной, присутствующей везде и проявляющейся лишь тогда, когда ее призывают к действию.

Сегодня вы научитесь вызывать непроявленную энергию Вселенной и создавать из нее материальное белое облако. Создание белого облака – это творческий акт. Сейчас вы подошли в своих познаниях к черте, за которой сделаете очередной шаг по осмысленному взаимодействию с непроявленной энергией Вселенной. Вы продолжаете изменять свое восприятие окружающего мира. Все это положительно влияет на качество вашей жизни, на состояние духовности. Но это не те изменения, которые приспособливают человека и его здоровье к обыденной жизни, где каждое усилие человека обусловлено только влиянием окружающих факторов: наличием работы, жилья, одежды, дачи, родстве нников и т. п. Сегодня вы подошли к черте других изменений. Они подведут вас к качественному изменению в восприятии окружающей среды, к совершенствованию своего внутреннего мира.

Каждый человек может научиться проводить положительные изменения в себе благодаря своей независимой воле, с привлечением непроявленной энергии Вселенной. Эти изменения направлены на осознание своего места и роли в этом мире, на повышение духовности, на омоложение, на развитие творческих способностей.

Итак, садимся удобно, расслабляем тело и закрываем глаза. Приступаем к медитации на белое облако. Представьте себе, что сейчас на календаре середина лета. У вас только что начался отпуск, вы решили отдохнуть на теплом морском берегу. Вы расслаблены и спокойны. Вы настраиваете свое сознание на безмятежный отдых.

Мысленный взор переносит вас далеко на юг. Вы только что прилетели на берег теплого моря, разместились в гостинице, переоделись и направились к морю.

Вы медленно идете по песчаному берегу. Морские волны тихо плещутся у ваших ног. Вы снимаете верхнюю одежду и наслаждаетесь морским воздухом. Вы ощущаете ласковый теплый ветер. Он обдувает ваше тело. Вы заходите в море, морская вода приятно освежает тело. Вы медленно плывете вдоль берега. Вы испытываете состояние блаженства. Ваше тело расслаблено.

Не спеша подплываете к берегу, выходите из воды и ложитесь на теплый песок. Вашему телу тепло и приятно. Сверху вас согревает яркое солнце, а снизу – теплый морской песок. Вы расслаблены, вы спокойны. Шелест морских волн расслабляет тело и успокаивает сознание. Вы расслаблены. Вы отдыхаете.

Отдохнув, вы не спеша присаживаетесь на песчаном берегу и смотрите вдаль, на море. Перед вами простираются бескрайние синие просторы. Медленно поднимаете свой взор вверх. Вы видите перед собою чистое голубое небо.

Своим мысленным указом создаете на небе небольшое облако белого света. Вы видите, как на небе появилось белое облако. Это ваше облако! Оно создано вами. Вы смотрите на свое облако. Оно состоит из множества белых, мерцающих световых точек. От каждой точки облака исходят волны белого света. Волны света, как круги на воде, медленно рассеиваются во все стороны, производя впечатление кружевной белой энергии клубящегося облака. Мысленным указом медленно подтягиваете к себе мерцающее белое облако. Это ваше облако! Это вы его создали!

Облако все ближе и ближе. Оно совсем близко. Оно медленно накрывает ваше тело. Вы ощущаете себя внутри белого облака. Вам легко и спокойно. Вы полностью растворяетесь в белом облаке. Это ваше облако! Вы ощущаете, что оно всегда было с вами.

Мысленным указом, словно реостатом, увеличиваем интенсивность свечения каждой точки белого облака. Вы видите, как множество световых точек облака вокруг вас начинает ярко светиться и излучает во все стороны волны света. Каждая точка облака светится все ярче и ярче. В вашем теле появляется ощущение приятного тепла и легкого покалывания. Вам тепло и уютно. Многочисленные точки белого облака продолжают свое непрерывное свечение. Покалывание и тепло в вашем теле возрастают все больше и больше. Вам легко и приятно. Волны тепла бегут по вашему телу. Состояние блаженства наполняет все тело! Вам легко и приятно!

Еще больше увеличиваем интенсивность свечения каждой точки облака. Облако становится ослепительно белым! Ослепительный свет облака проникает во все точки вашего тела. По телу бегут упругие волны тепла. Ощущение тепла усиливается. Вашему телу легко и приятно. Вы полностью растворяетесь в этом облаке. Вы сливаетесь в единое целое с ослепительно белым облаком. Ваше тело полностью растворилось в нем. Ваше тело становится невесомым. Постепенно тело наполняется любовью и нежностью к белому облаку. Энергия белого облака полностью заполнила все ваше тело.

Ваше тело само начинает светиться изнутри ослепительно белым, мерцающим цветом. Все тело превратилось в ослепительно белое облако. Ваше тело излучает во все стороны

ослепительно белую энергию.

Теперь вы можете многое! Внутри вас вспыхнуло природное творческое озарение, ожило сознание Творца.

Теперь вы можете многое!

Вы запоминаете это состояние и отпускаете от себя белое облако. Мысленно повторяете следующие слова: «Мое белое облако природной энергии, я отпускаю тебя с Алтаря Творца в моей душе! Спасибо тебе, облако! Лети и освещай своим светом мой город, мою Россию, мою Землю. Спасибо тебе, облако! Спасибо всем, всем, кто мне помогает, спасибо. Теперь я могу многое».

Вы видите, как белое облако медленно отходит от вашего тела и удаляется. Облако продолжает медленно уходить от вас. Оно освещает своим светом пространство вокруг себя. На счет «три» медленно выходим из состояния медитации. Один, два, три. Медленно выходим из состояния медитации и открываем глаза, потягиваемся руками и ногами. Медитация закончена.

### **Медитация на фиолетовое пламя**

Сейчас мы проведем медитацию на фиолетовое пламя.

Эта медитация позволит вам ускорить положительные изменения в своей жизни.

Садимся удобно, закрываем глаза, расслабляем тело и приступаем к медитации. Мысленный взор переносит вас на теплый песчаный берег моря. Вы сидите на берегу. У ваших ног тихо плещутся морские волны. Вы один, вокруг никого, только теплый песок и тихий шелест морских волн. Вы расслаблены, вы спокойны. Вы испытываете состояние покоя и блаженства.

Мысленный взор направляем на свой позвоночник. Вы ясно видите позвоночник. Внутри позвоночника светится тонкий огненно-белый шнур энергии вашей Души, вашего истинного «Я». Трижды произносим слова, которые являются ключом для вызова энергии истинного «Я»: «Я ЕСМЬ Присутствие! Я ЕСМЬ Присутствие! Я ЕСМЬ Присутствие!» Вы видите, как увеличилась частота вибраций огненно-белого шнура в вашем позвоночнике. Это ваше истинное «Я» откликнулось на ваш призыв.

Произносим веления: «Я ЕСМЬ фиолетовый огонь, что пылает!» Вы видите, как огненно-белый шнур энергии в вашем теле покрывается снаружи фиолетовым цветом и начинает излучать во все стороны фиолетовый огонь. Его цвет подобен огню в газовой горелке на кухне. Еще раз повторяем слова веления: «Я ЕСМЬ фиолетовый огонь, что пылает!» Вы видите, как фиолетовый огонь набирает силу, излучается во все стороны. Фиолетовый огонь постепенно заполняет все тело и выходит за его пределы. Ваше тело наполнилось фиолетовым огнем, непрерывно исходящим из позвоночника. Вы ощущаете во всем теле мощные вибрации энергии фиолетового огня. Вы ощущаете легкое покалывание в пальцах рук. Все тело наполнено фиолетовым огнем и излучает его в окружающее пространство. Повторяем слова всего веления: «Я ЕСМЬ фиолетовый огонь, что пылает! Я ЕСМЬ чистота, что Бог желает!» В вашем теле возрастает частота вибраций фиолетового пламени. Вы чувствуете, как энергия фиолетового огня бежит по сосудам вашего тела. Вместе с движением энергии фиолетового огня по кровеносной системе вы ощущаете волны тепла по всему телу.

Продолжаем непрерывно повторять веление: «Я ЕСМЬ фиолетовый огонь, что пылает! Я ЕСМЬ чистота, что Бог желает!»

Вы ощущаете, как фиолетовый огонь бежит по вашим нервным клеткам. Вы ощущаете покалывание во всем теле, особенно в пальцах рук и ног. Вы видите, как волны фиолетового огня непрерывно излучаются во все стороны из вашего позвоночника. Все тело наполняется

плотными потоками излучения фиолетового огня из позвоночника.

Вы ощущаете, как энергия фиолетового огня растворяет черноту негативных полей во всем теле. Сгорает вся негативная энергия. Сгорают хранилища этой энергии, накопленные за многие годы жизни. Под действием фиолетового огня сгорают также кармические хранилища негативной энергии в вашем теле.

Продолжаем непрерывно повторять веление: «Я ЕСМЬ фиолетовый огонь, что пылает! Я ЕСМЬ чистота, что Бог желает!»

Фиолетовый огонь непрерывно вибрирует, разрыхляет и трансмутирует уплотнения негативной энергии во всем теле. Вы чувствуете, как все ваше тело приятно вибрирует от энергии фиолетового огня. Очищающий фиолетовый огонь заполняет все тело, выходит за его пределы и уносится в окружающее пространство. Ваше тело стало чистым!

Своим мысленным указом медленно уменьшаем интенсивность излучения фиолетового огня. Постепенно фиолетовый огонь ослабевает и покидает ваше тело. Вы чувствуете необыкновенную легкость. Ваше тело чистое-чистое. На счет «три» медленно выходим из состояния медитации. Один, два, три. Медленно открываем глаза и выходим из состояния медитации.

### **Медитация на цвета радуги**

После ознакомления с данной медитацией поделите ее на несколько частей, например, на семь. В дальнейшем, в зависимости от ваших проблем со здоровьем или задач по своему духовному совершенствованию, можно использовать отдельно необходимую часть данной медитации. Подходите творчески к своему развитию и совершенствованию, и тогда ваш прогресс на пути духовного развития значительно возрастет.

А сейчас приступаем к общей медитации на все цвета радуги.

Садимся удобно. Закрываем глаза. Расслабляем руки, ноги, все тело. Ваше тело расслаблено. Наполняем тело ощущением легкого тепла. Вы ощущаете в своем теле приятное тепло. Вы расслаблены и спокойны.

Мысленный взор направляем вверх и видим там чистое голубое небо. Своим мысленным указом создаем на небе образ легкого белого облака. Вы видите, как перед вами на фоне чистого голубого неба появилось белое облако. Это ваше облако. Это вы его создали.

Облако состоит из множества мерцающих световых точек. Даем указание световым частицам облака увеличить свою яркость. Каждая световая точка облака начинает светиться все ярче и ярче. Возрастает яркость свечения всего огненно-белого облака.

Вы видите перед собой клубящееся облако приятной огненно-белой энергии. Это ваше облако. Оно знакомо вам. Своим указом медленно приближаем к себе это облако.

Облако все ближе и ближе. Вы ощущаете на лице приятное тепло, исходящее от огненно-белого облака. В теле нарастает ощущение приятного тепла, появляется ощущение легкого покалывания. Волны тепла приятно перекачиваются по всему телу. Вы ощущаете спокойствие, тепло и легкость во всем теле.

Впереди вас светится приятное огненно-белое облако.

Вы видите, как над облаком появляется и ярко вспыхивает необычайно красивая разноцветная радуга. Эта радуга сияет и переливается. Это ваша радуга. Она возникла из вашего огненно-белого облака.

Вы видите, как из нижней красной полосы радуги к вам направляется приятный поток ярких красных лучей. Они достигают вашего тела у основания позвоночника. Вы ощущаете прилив легкого тепла в нижней части тела. Появляется тепло в области таза и в ногах. Вам легко и приятно. Лучи красного цвета, идущие от радуги, приятно согревают всю нижнюю часть вашего тела.

Красный цвет – это цвет любви. Вы ощущаете прилив любви к своему телу. Вы ощущаете прилив жизненных сил и энергии. Поток энергии красного цвета, излучаемый радугой, освобождает ваше тело от заторможенности. Вы снова молоды, сильны и здоровы.

Поток энергии красного цвета медленно приобретает оранжевый оттенок. И вот уже энергия оранжевого цвета заполняет всю нижнюю часть вашего живота. Вы наполняетесь энергией мягкого оранжевого цвета.

Оранжевая энергия медленно поднимается до уровня вашего пупка, заполняет почки, живот, нижнюю часть спины, область таза и ноги.

Оранжевый цвет означает безусловную любовь. Вы чувствуете, как ваша любовь к себе и близким вам людям дополняется ощущением вселенской любви к растениям, к животным, ко всему миру.

Все вокруг вас мягко погружается в энергию оранжевого цвета. Вы испытываете состояние блаженства души и тела. Вам легко и приятно.

Оранжевый цвет хорошо исцеляет женские заболевания. Вы ощущаете, как энергия оранжевого цвета исцеляет ваше тело. Болезни навсегда покидают вас.

Энергия оранжевого цвета снимает напряжение со всего тела. Вам тепло, легко и приятно. Вы ощущаете прилив энергии и бодрости. Вы испытываете состояние полного здоровья. Вы полностью здоровы. Лучи энергии оранжевого цвета продолжают поступать в нижнюю часть тела, наполняя вас блаженством и здоровьем.

Вы видите, как из желтой полосы радуги над огненно-белым облаком к вам устремляется поток лучей энергии золотисто-желтого цвета. Лучи энергии золотистого цвета приятно заполняют верхнюю часть живота в зоне солнечного сплетения. Вы чувствуете, как наливаются энергией золотистого цвета ваш желудок, печень, желчный пузырь, селезенка, поджелудочная железа, вся нервная система. Вы испытываете ощущение тепла, легкости и блаженства.

Лучи энергии золотисто-желтого цвета продолжают наполнять ваше тело. Они мягко стирают следы всех нервных потрясений и стрессов.

Под действием золотисто-желтых лучей восстанавливается гармония в работе органов пищеварения. Пропадает ощущение постоянного чувства голода. Лучи золотисто-желтой энергии омывают ваше тело и стирают все следы кожных заболеваний. Кожа становится чистой и здоровой.

Появляется душевный подъем. Просыпается радостное ощущение весны.

Вместе с потоком энергии золотисто-желтого цвета вы получаете новое начало в своей жизни и. Наступает период полного выздоровления тела. Под действием золотисто-желтых лучей восстанавливается равновесие гормональной системы. Вокруг тела появляется золотисто-желтое свечение. Начинается восстановление связи вашего тела со всей Вселенной.

Вы видите, как из зеленой полосы радуги над огненно-белым облаком к вам устремляется поток лучей энергии ярко-зеленого цвета. Лучи зеленого света мягко и нежно наполняют зону чакры вашего сердца. Вы ощущаете, как приятно наполняются ярко-зеленой живительной энергией ваше сердце, кровь, лимфатическая система и легкие. Вы ощущаете, как по всему телу начинает циркулировать приятная энергия ярко-зеленого цвета. Под действием зеленой энергии оживает каждая клеточка вашего тела.

Тело становится здоровым и молодым. Энергия ярко-зеленого цвета дает осознание истинных нужд, способствует принятию нужных решений и активных действий. Вы ощущаете, как тело все больше наполняется энергией ярко-зеленого цвета .

Вы чувствуете, как ярко-зеленая энергия, исходящая из радуги, создает ощущение свободы и пространства внутри тела и вокруг него. Появляется ощущение настоящей свободы. Вы свободны, как птица в полете.

Из голубой полосы радуги над огненно-белым облаком появляется поток лучей энергии голубого цвета. Энергия голубого цвета нежно ласкает ваше горло, заполняет бронхи, легкие и пищеварительный тракт. Вы испытываете необычайное ощущение свежести и легкости дыхания. Ваши легкие наполняются прохладной энергией голубого цвета. Вам дышится легко и свободно.

Постепенно излучение энергии голубого цвета переходит в энергию синего цвета. Верхняя часть вашего тела наполняется лучами энергии синего цвета. Вы ощущаете спокойствие души и тела. Вы воспринимаете энергию синего цвета как само спокойствие. Синий цвет нельзя понять и оценить разумом. Это один из самых мощных лучей энергии излучения радуги. Вибрации энергии синего цвета по степенно заполняют все тело. Вы ощущаете, что энергия синего цвета созвучна с бесконечностью самой Вселенной. Вибрации энергии синего цвета создают в вашем теле состояние покоя и умиротворения.

Вы видите, как от радуги начинает излучаться энергия сине-фиолетового цвета. Эта энергия заполняет область «третьего глаза», голову, уши, нос, брови, шишковидную железу. Энергия сине-фиолетового цвета постепенно наполняет всю нервную систему.

Ваше сознание становится чистым и ясным. Вы ощущаете прилив вдохновения, у вас обостряется интуиция.

Вы смотрите на радугу и видите, ощущаете потоки всех цветов радуги, излучаемые в вашу сторону и заполнившие ваше тело. Вам легко и приятно.

Мысленным указом медленно уменьшаем свечение радуги. Радуга медленно гаснет. Перед вами снова сияет огненно-белое облако. Это ваше облако. Оно создано вами.

Своим мысленным указом переводим цвет огненно-белого облака в золотистый. Перед вами висит облако золотистого цвета, оно как солнышко – яркое и теплое. Облако приятно согревает все ваше тело.

Вы видите, как из нижней части золотистого облака в вашу сторону медленно движется поток энергии золотистого цвета. Этот поток направляется к ступням ваших ног и втягивается по ногам вверх.

Поток золотистой энергии поднимается вверх по всему телу и наполняет его. Затем этот поток выливается из верхней части головы, словно фонтан.

Выводим сознание из тела и наблюдаем за собой со стороны. Вы видите, как поток золотистой энергии облака проходит снизу вверх через все тело и выходит из макушки головы. Далее этот поток падает вниз и мягко обтекает все тело. Вы оказались в потоке золотистой энергии, как в коконе, как в золотистом яйце. Вам легко и приятно. Вы находитесь внутри непрерывно движущегося потока золотистой энергии, словно внутри золотистого яйца.

Мысленным указом выводим сознание за пределы тела и наблюдаем за собою со стороны. Вы видите золотистое облако, от которого к вашим ногам движется поток золотистой энергии. Этот поток снизу вверх проходит через все тело и выливается из макушки в виде фонтана. Все ваше тело постепенно становится золотистым.

Вам легко и приятно. По всему телу снизу вверх бегут волны золотистой энергии. Вы ощущаете, как волны золотистой энергии, любви и тепла, двигаются по всему телу. Вы полностью растворились в этом потоке золотистой энергии. Вам легко и приятно.

Каждая клеточка тела дышит любовью и здоровьем. Вы ощущаете себя молодым и здоровым человеком. Да будет так.

Вы запоминаете ощущение полного растворения своего тела в потоке золотистой энергии. Теперь вы сможете сами, по своей воле, вызывать исцеляющие потоки золотистой энергии в вашем теле.

Постепенно уменьшаем яркость свечения золотистой энергии, идущей от облака через



ваше тело. Золотистое свечение облака медленно ослабевает и исчезает.

Перед вами снова находится огненно-белое облако. Уменьшаем яркость свечения этого облака и отпускаем его на свободу. Облако медленно уходит от вас вдаль и рассеивается в пространстве.

На счет «три» медленно открываем глаза и выходим из состояния медитации. Один. Два. Три. Медленно открываем глаза и потягиваемся. Медитация закончена.

Поздравляю! Сегодня вы сделали еще один шаг в сторону обретения умения и знаний Вселенной через семь цветов энергетической радуги. Вы поднялись еще на одну ступень познания законов тонкого мира.

### **Сила веры и желания**

Прежде чем перейти к очередной медитации, поговорим о реализации своих возможностей через мощную силу веры и надежды.

Каждый человек должен знать, что внутри него находится некая духовная сила, упр авляя которой он может притягивать к себе все, что ему необходимо: молодость, здоровье, удачу и т. п.

Вот над этим мы сегодня с вами и поработаем. Для начала представьте себе, что перед вами лежат на столе два металлических бруска, совершенно одинаковых по внешней форме, размерам, весу и т. п. Но это только кажется, что между ними нет никакой разницы. На самом деле перед вами лежат два бруска, совершенно различные по своим внутренним свойствам.

Внутри первого металлического бруска происходит обычное хаотическое движение (на атомном и молекулярном уровнях). Этот брусок не оказывает ощутимого воздействия на окружающую среду.

Во втором же бруске атомы и молекулы расположились в определенном направлении. Этот брусок был предварительно подвержен специальному импульсному воздействию постоянного тока большой силы, после чего брусок стал обладать собственным магнитным полем. Такой брусок способен воздействовать на окружающую среду своим магнитным полем. Как известно, магнитные свойства металла широко используются для решения самых разнообразных задач. Это и подъемные магнитные краны, и компас, и огромное разнообразие электродвигателей, магнитных пускателей, прерывателей и т. п.

Примерно так же действуют на окружающую среду мысли различных людей. Возьмем двух внешне похожих людей. Если у первого человека мысли и стремления хаотичны, постоянно разбросаны, то такой человек мало чего достигает в своей жизни. Он не получает от своей жизни тех результатов, о которых мечтал.

Рассмотрим, например, поведение среднестатистической женщины. У нее двое детей. Она бежит с утра в садик или в школу, а затем быстренько – на работу. Дети подрастают, а мама по-прежнему с утра бежит на работу, а мысли ее о доме, о детях, о муже. После работы такая женщина успевает заскочить еще и в магазин. Она приходит домой усталая, а здесь продолжается ее работа: готовка, стирка, глажка белья, уход за детьми и т. п. А тут еще муж требует к себе внимания. В такой ситуации очень непросто сосредоточиться на одной конкретной задаче. Дай бог выполнить текущие дела как на работе, так и дома.

Проходит время, каждый из нас постепенно становится мудрее. Мы начинаем понимать, что для достижения весомых успехов в этой жизни надо что-то менять. Идет поиск своей истины и успеха в этой жизни. Люди хотят узнать, что же надо делать, чтобы сохранить состояние молодости, здоровья, стать богатым, удачливым и т. п. Свой вклад в познание этого, уважаемый читатель, вы получаете уже сегодня, читая эту книгу.

Итак, вернемся к нашим мыслям. Поведение одного типичного человека мы рассмотрели на примере женщины. Увидели, что ее мысли часто хаотичны и разбросанны. Она вся в

проблемах и заботах. Этот человек мало чего «высокого» сможет достичь для себя в жизни.

Рассмотрим поведение второго человека. Внешне он ничем не отличается от других. Но этот человек имеет определенные желания и возможности. Он собран, целеустремлен и внутренне организован. Он может без особого труда упорядочить ход своих мыслей. Это дает ему возможность достичь высоких результатов в бизнесе, в любви, в других областях. Этот человек здоров и удачлив. Читатель, пойми простую истину: насколько организованы и упорядочены твои мысли, настолько высоким и будет результат твоей практической деятельности.

Вот классический пример достижения твердого успеха в деятельности человека. Например, мужчина-алкоголик выходит из своего дома без копейки в кармане, но с твердой мыслью и желанием выпить. К концу дня его желание, как правило, реализуется. Пусть это пример отрицательного «героя» с его желаниями скорее животными, чем человеческими. Но этот пример прямолинеен и неотразим, как удар лома о лед. Каждый человек периодически сталкивался с такими случаями материализации очень сильного желания.

Но вернемся к благородным мыслям и поступкам людей.

Если вы хотите достичь в жизни чего-то конкретного, то вам следует, образно говоря, «намагнитить», настроить свой мозг так, чтобы все силы мыслей и идей были сосредоточены в одном направлении, мобилизованы для решения конкретной задачи.

После такого пояснения перейдем к нашей очередной медитации.

### **Медитация на образ совершенства и гармонии**

Садитесь удобно, расслабьтесь и закройте глаза. Мысленным взглядом проходим по своему телу. Опускаем взор на кисть левой руки и вызываем в ней ощущение тепла. Потoki тепла в кисти левой руки усиливаются и начинают подниматься вверх по руке. Переводим мысленный взор на кисть правой руки. Вызываем ощущение тепла. Оно усиливается. Потoki тепла поднимаются вверх по правой руке. Обе руки теплые.

Направляем свой мысленный взор одновременно на левую и правую стопы. Вы чувствуете, как стопы становятся теплыми. Ощущение тепла усиливается. Потoki тепла поднимаются вверх по обеим ногам. Ваши ноги становятся теплые, теплые. Тепло от ног продолжает подниматься вверх и заполняет все тело. По всему телу медленно двигаются волны тепла. Вам легко и приятно.

Поднимаем мысленный взгляд на небо. Перед вами чистое голубое небо. Мысленным указанием создаем на голубом небе яркое молочно-белое облако. Это облако создано вами. Это ваше облако! Вы научились создавать из непроявленной энергии Вселенной молочно-белое облако.

Увеличиваем свечение облака в каждой его точке. Яркость свечения нарастает. От каждой световой точки исходят во все стороны волны света, они равномерно рассеиваются и смешиваются друг с другом.

Перед вами ярко светит белое облако энергии. Медленно приближаем к себе это облако. Оно все ближе и ближе. Вы чувствуете, как волны тепла исходят из облака и согревают ваше тело. Вы ощущаете приятное тепло, исходящее из облака. По вашему телу бегут волны тепла. Облако остановилось перед вами на расстоянии около трех метров. Вы видите, как перед вами висит огненно-белое облако. Все ваше тело пронизано теплом, исходящим из этого облака. Ощущение тепла усиливается. Вам легко и приятно.

Сейчас на фоне этого облака вы будете рисовать свой прекрасный образ совершенства и гармонии. В правой руке появился разноцветный волшебный карандаш. Это невесомый карандаш. Его внешняя форма представляет собой стержень молочно-белого цвета. Карандаш может рисовать всеми цветами, какими вы только пожелаете. Вы видите, как волшебный карандаш медленно уплывает из вашей руки и приближается к огненно-белому

облаку, висящему впереди вас на расстоянии около трех метров.

Вы понимаете, что ваше сознание может легко управлять движением этого волшебного карандаша. Своим мысленным указом начинаем управлять движением волшебного карандаша.

Карандаш рисует на фоне белого облака ваш образ в реальных размерах. Вы видите, как карандаш рисует внешние очертания туловища, рук, ног, а затем и овал головы. Вы видите, как на фоне огненно-белого облака, висящего перед вами, появляется прозрачный образ вашего прекрасного и совершенного тела.

Ваше сознание легко управляет движением волшебного карандаша. Вы только подумали, а карандаш уже рисует ваши прекрасные волосы. Волосы – это ваше украшение. Карандаш рисует цвет и длину волос такими, какие нравятся вам. Вы видите свою чудесную прическу. Вы любуетесь ею.

Волшебный карандаш движется дальше и рисует ваши глаза. Вся ваша внутренняя сила сосредоточена в этих глазах. Они светятся и ярко блестят, они искрятся внутренней силой, отражают вашу радость, спокойствие души и сердца. Ваши глаза с любовью и нежностью смотрят на вас. Вы видите, как блестят и искрятся ваши глаза.

Карандаш рисует контуры лица. Вы видите, как появляется рисунок вашего прекрасного лица. Ваше лицо расслаблено. На нем спокойная, приятная улыбка. Ваше лицо выражает любовь, понимание и расположение ко всем людям.

Вы удивительный и прекрасный человек. Вы чувствуете это. Вы признаете это. Вы наделены от природы умом и мудростью, красотой и здоровьем. Все ваше тело представляет собой образ совершенства и гармонии.

Волшебный карандаш движется дальше. Он рисует вашу одежду. Вы только подумали, а ваше тело уже одето рисунками волшебного карандаша. Ваша одежда гармонирует с телом и с вашими благородными мыслями. Вы с радостью и удовольствием смотрите на свой прекрасный образ.

Волшебный карандаш движется дальше. Он рисует вашу обувь. Она легкая и прочная, невесомая и удобная, красивая и практичная.

Мысленным взглядом вы окидываете свое изображение. Это ваш портрет. Это ваш образ. Он излучает красоту и гармонию тела и души. Вы на самом деле такой человек – молодой, красивый, мудрый, здо ровый, прекрасный душой и телом.

Вы смотрите на свой рисунок и видите, как на ваших глазах он оживает. Это вы своей любовью вдохнули жизнь в свой рисунок.

Вы видите, как ожившее прекрасное изображение вашего тела на белом облаке начинает медленно двигаться вам навстречу. Вы постепенно сливаетесь с изображением вашего идеального тела. Ваш идеальный образ и ваше тело составляют сейчас единое целое. Вы и ваш божественный рисунок стали одним целым. Теперь вы наяву становитесь идеальным человеком.

Вы очень талантливы. Вы самый здоровый и счастливый человек. Ваши душа и тело находятся в полной гармонии.

Мысленно скажите себе: «Да, это действительно я. Прекрасный, совершенный, любящий и любимый человек. Это я. Прямо сейчас я обладаю огромной силой и здоровьем!»

Скажите себе: «Мои мысли приведены в полный порядок. Я просветленный человек! Я вдохновленный человек! Мое тело полно жизненн ой энергии как никогда прежде. Все в этой жизни мне по плечу! Прекрасный образ своего совершенства я закладываю себе в сознание здесь и сейчас!»

Вы ощущаете, как жизненная энергия вашего образа, нарисованного волшебным карандашом, вошла в ваше тело, заполнила его и растворилась в нем. Вы ощущаете, как жизненная энергия самого совершенства озаряет ваши глаза, лицо, весь ваш облик.

Вы чувствуете, как все тело наполнилось изобилием природной любви, здоровья, света и

гармонии. Вы запоминаете это ощущение совершенства своего тела. Теперь это ощущение совершенства будет постоянно находиться в вашем сознании везде и повсюду.

Ваше тело уже ощущает вибрацию жизненной энергии прекрасного образа вашего совершенства. Это ваш образ.

Мысленным указом отпускаем белое облако на свободу. Повторяем следующие слова: «Спасибо тебе, облако. Лети и освещай своим творческим огнем мой город, мою Россию, мою Землю. Спасибо тебе, облако. Я отпускаю тебя. Спасибо всем, кто помогает мне. Спасибо». Вы видите, как белое облако медленно отходит от вас все дальше и дальше. На счет «три» медленно выходим из состояния медитации. Раз, два, три. Медленно открываем глаза и потягиваемся. Медитация закончена.

### **Медитация на посещение храма души**

Садимся удобно. Закрываем глаза и расслабляем тело. Глубоко вдохнуть и выдохнуть. Мысленным взглядом просматриваем свое тело и расслабляемся.

Переносим свой мысленный взгляд на стопы. Вызываем ощущение тепла в них. Вы ощущаете, как потоки тепла медленно наполняют стопы. Ощущение тепла усиливается. Стопы прогреваются все больше и больше.

Поднимаем по ногам вверх свой мысленный взгляд и ощущаем, как вверх по телу поднимается ощущение тепла. Поток тепла движется по вашему телу. Продолжаем поднимать ощущение тепла вверх по телу.

Тело наполняется ощущением тепла. Все ваше тело становится теплым. Уходит напряжение. Вы расслаблены и спокойны.

### **Приступаем к медитации на посещение храма души**

Мысленный взор переносит вас на большую лесную поляну. Вокруг нежная зеленая трава. На поляне много ярких цветов, вся поляна заполнена красивыми цветами.

Вы видите, что посреди поляны растет огромное дерево. Корни этого дерева уходят глубоко вниз, прямо к центру Земли, а верхние ветки теряются в облаках, где-то там высоко, в небесах.

Вы подходите к дереву и видите у его основания большую дверь. Медленно открываете ее. Внутри дерева видна большая светлая комната. Вы заходите в эту комнату. В ней тепло и уютно. Все вокруг наполнено приятным мягким светом.

Этот свет медленно меняется от золотисто-белого до светло-красного, в зависимости от вашего пожелания. Какой цвет вы пожелаете, такой тут же появляется в этой комнате. Вы понимаете, что можно выбрать тот цвет, который вы любите.

Своим сознанием вы фиксируете нужный цвет. Этот цвет вам очень приятен. Вы вдыхаете в себя этот цвет, он вас наполняет и успокаивает.

В центре комнаты стоит алтарь, на котором горит ровный и спокойный огонь. Вы понимаете, что перед вами находится настоящий храм вашего Разума, вашей Души.

Вы смотрите на огонь и понимаете, что это Божественный огонь, он будет гореть вечно, как будет жить вечно и ваша душа.

Вы легко вдыхаете в себя мягкий свет, которым заполнена эта комната. И вы понимаете, что это уже не комната. Это величественный храм вашей души. Вы находитесь внутри храма своей души.

Вы смотрите на огонь, который горит на алтаре храма вашей души. Вы расслаблены, вы спокойны. Вас ничто не волнует и не тревожит. Перед вами горит Божественный огонь храма вашей души.

Вы замечаете, что огонь становится все устойчивее и устойчивее. Это происходит по мере того, как вы расслабляетесь, а ваше тело наполняется мягким светом окружающего

пространства.

Вы видите, что алтарь ограничен двумя колоннами. Это напоминает о необходимости поддержания духовного баланса в вашей жизни.

На алтаре сияет мягкий свет, как бы ожидая, что его сейчас позовут. Сейчас вы произнесете слова, энергия которых напрямую связана с вашим подсознательным желанием. Из них вы выберете только одно, наиболее важное для вас слово, важное для вашего разума.

С каждым произнесенным словом свет в комнате будет становиться все сильнее и ярче.

Итак: вы хотите иметь КРАСОТУ, СИЛУ, РАЗУМЕНИЕ, МУДРОСТЬ, ВЕЧНОСТЬ. Из этих слов надо выбрать только одно, наиболее важное для вас на сегодняшний день.

Выбрав слово, начните медленно его повторять. Произносите это слово 7–9 раз с решительностью и уверенностью.

Вы видите, как свет в комнате начинает меняться и приобретать некую форму. Вы продолжаете произносить это слово и видите, как из света перед вами возникает образ вашего ангела-хранителя. Это величественное существо, оно воплощает в себе красоту и свет Вселенной. Испускаемая им энергия подобна крыльям, которые заполнили все пространство внутри храма. Энергия света, исходящая от ангела-хранителя, прикасается к вам и вызывает ощущение Божественного тепла и Божественной любви.

Вы видите, как ярко горит огонь на алтаре вашей души. Все пространство вокруг вас начинает приобретать переливающийся золотисто-белый цвет.

Вы слышите в глубине своей души, как кто-то произносит ваше имя. Вы поднимаете свой взгляд на ангела-хранителя, который находится прямо перед вами. И вы понимаете, что вас зовет сам ангел-хранитель.

Глаза ангела наполнены любовью к вам. Вы ощущаете его нежность и большую любовь. Глаза ангела притягивают к себе и завораживают. Эти глаза гораздо старше и мудрее, чем само время, в котором вы живете. Это очень мудрые глаза, они бесконечно любят вас. Ваш разум начинает наполняться Божественными видениями.

Вы начинаете видеть свои проблемы на всех уровнях (физическом и духовном). Божественный свет, исходящий от ангела, высвечивает все ваши проблемы. Ангел говорит вам о том, как нужно решать ваши проблемы.

Ангел показывает, как другие люди воздействуют на вас – помогают они вам или, наоборот, мешают. Ангел показывает пути решения ваших проблем.

Постепенно все образы исчезают. Ангел-хранитель делает шаг навстречу вам. Его крылья лучистой энергии приходят в движение. Все пространство вокруг вас наполняется искрящимися цветами золотистой энергии. Ангел обнимает вас своими световыми крыльями, и вы ощущаете, как все тело наполняется лучистой Божественной энергией. Ангел целует вас в лоб. По вашему телу проходит дрожь восхищения от чистоты и силы лучисто й энергии ангела-хранителя. Ангел продолжает обнимать вас своими крыльями.

Вы ощущаете, как ваше тело излучает во все стороны золотисто-белую энергию. Прямо сейчас ваше тело возвращается в состояние идеального равновесия и здоровья.

Ангел медленно отходит от вас. Вы видите, что храм наполнился яркими красками переливающейся энергии, исходящей от самого ангела.

Ангел открыл вам сейчас и навсегда доступ к безграничной жизненной энергии Вселенной – к энергии вашего здоровья, успеха и материального благополучия.

Вы тянетесь к ангелу всем своим сердцем и душой. Вы ощущаете свое единение с ним. Вы понимаете, что ваше здоровье и ваши успехи с этого момента будут улучшаться каждую секунду, день за днем.

Ангел отходит за алтарь и медленно растворяется в пространстве. Вы видите, что пламя над алтарем стало сильным и устойчивым. Ваш внутренний храм души приведен в полное равновесие. Вы ощущаете себя обновленным и гармоничным человеком.

Не спеша выходите из храма и из дерева наружу. Вы видите, как ожило все пространство

вкруг. Яркие краски цветов и трав заливают лесную поляну перед вами. Поляна выглядит так, как будто ее только что омыли все цвета Божественной радуги.

Вы вдыхаете в себя свежий и бодрящий воздух лесной поляны. Образ цветущей поляны наполняет ваше сердце и разум. Вы понимаете, что лесная поляна является отражением вашего восстановленного физического и духовного здоровья.

Вы сумели в храме своей души с помощью ангела-хранителя полностью восстановить свое физическое и духовное здоровье.

Сейчас вы возвращаетесь с этим Божественным состоянием в свою повседневную жизнь. С этого момента вы будете постоянно получать Божественную помощь и сохранять на высоком уровне свое физическое здоровье и духовное состояние.

На счет «три» медленно выходим из состояния медитации.

## **Заключение**

Читатель, прочитав эту книгу, задумайся над тем, как мало мы знаем о своей настоящей природе и как многого можно достичь, если начать познавать себя и окружающий мир не только с материальной, но и с духовной точки зрения.

Не внешняя красота, не звонкий и приятный голос и не большие деньги являются подлинным счастьем нашей жизни. Все это только дополнение, желанное и приятное.

Настоящая жизнь включает в себя более широкие понятия и горизонты. Невозможно быть счастливым вчера или завтра. Счастье может быть только сегодня, сейчас, именно в этот момент жизни.

Счастье – это мгновение жизни. Надо сделать так, чтобы мгновения радости и счастья постоянно сопровождали вас по жизни. А это возможно только тогда, когда человек постоянно развивается, познает себя и окружающий мир с разных сторон, бережно и с любовью относится к природе, ко всем людям.

Не яростная борьба с другими людьми за место под солнцем и не могучая сила, помогающая отнять последнее у слабого человека, а доброта и душевная щедрость обязательно откроются у каждого читателя, кто внимательно и с пониманием прочитает данную книгу. Работайте над собой, познавайте свою подлинную сущность – многомерного человека, наделенного от природы разносторонним талантом. И тогда все блага природы сами откроются перед вами. А ваша жизнь наполнится радостью бытия, счастьем своего истинного могущества и бесконечным желанием творить и продвигаться вперед.

На этом пути познания истины время для вас может практически остановиться, оно не будет властно над вашим телом, сознанием и здоровьем. Вы легко сможете прожить 120 лет и более в радости, достатке и счастье. Удачи вам на этом благородном пути!

## **Литература**

1. Бреннан Б. Э. Руки света. СПб.: Общество веди ческой культуры, 1997.
2. Маллон Бренда. Творческая визуализация и цвет. М.: Галактион, 2003.
3. Давиташвили Д. Бесконтактный массаж. Профилактическая методика. М.: НПО «Медицинская энциклопедия», 1991.
4. Жикаренцев В. В. Путь к свободе: взгляд в себя. СПб.: Золотой век, Динамит, 1998.
5. Жикаренцев В. В. Путь к свободе: добро и зло. СПб.: Золотой век, Динамит, 1998.
6. Кибардин Г. М. Помощники нашему здоровью. И.: АЛЬПАРИ, 1998.
7. Кибардин Г. М. Энергия природы и человека. Рязань: ООО ПКЦ «Таваксай», 2005.

8. Клизовский А. И. Основы миропонимания новой эпохи. М.: Гранд, 2005.
9. Кузмичева Н. В. Биотерапия. М.: МНПП «ЭСИ», 1993.
10. Москатова А. К. Развивающее обучение. Антропологическая теория и педагогическая практика. М.: Компания Спутник, 2003.
11. Мухина С. О. Пу ть к гармонии. Жуковский, 1998.
12. Озанец Наоми. Медитация для начинающих. М.: ФАИР – ПРЕСС, 2000.
13. Правдина Н. Б. Я исполняю желание. СПб.: Невский проспект, 2003.
14. Профет М. Л., Профет Э. К. Курс алхимии. М.: Лориен Фирма С. Е. Т., 1994 г.
15. Профет М. Л., Профет Э. К. Наука Изреченного Слова. М.: Типография № 2 РАН, 1997.
16. Свияш А. Г. Азбука непознанного. М.: АСТ Астрель, 2003.

### **Об авторе**

Кибардин Геннадий Михайлович – психолог, ученый и практик, кандидат социологических наук. Помогает людям раскрыть творческие способности, обрести веру в свои силы и возможности.

За последние три года автор написал серию книг, в которых освещены с различных сторон (психология, биология, медицина и квантовая механика) вопросы творческого развития личности, обретения успеха и сохранения здоровья естественными методами.

Сегодня автор открывает новое направление в своей деятельности – изложение эзотерических знаний в доступной для читателя форме.

Возглавляя фонд «ГАРМОНИЧНАЯ СЕМЬЯ – ЗДОРОВОЕ ОБЩЕСТВО», автор вносит свой посильный вклад в формирование в нашей стране современного цивилизованного общества успешных и счастливых людей.

Для делового сотрудничества по актуальным вопросам

можно обратиться к автору:

на сайт: <http://g-kibardin.narod.ru>

по электронной почте: [genadi.12@mail.ru](mailto:genadi.12@mail.ru)

по сотовой связи: 8-903-506-40-99