

В. М. Бронников — автор уникального метода развития человека (ча

В. М. Бронников

В.М. БРОННИКОВ

АВТОР УНИКАЛЬНОГО МЕТОДА РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА

Вячеслав Михайлович Бронников - необычный человек. Это может сказать каждый, кто смотрел ему в глаза, кто говорил с ним, хотя бы пять минут. Необычность этого человека подтверждает и история его рода. Его предки по материнской линии - испанские баски. В роду было 7 инквизиторов и даже один Главный инквизитор Испании, крестным отцом которого был Карл V. Когда в 1997 году Вячеслав Михайлович был в Германии в г. Аахене, его пригласили осмотреть замок - как оказалось, родовое имение Карла V.

Один из предков строил флот на Азовском море. Двое были адмиралами Российского флота. Один из них ездил в Константинополь лично подписывать документ о присоединении Крыма к России.

В роду никогда не было никаких генетических или серьезных хронических заболеваний.

Все предки обладали художественным талантом: дядя бабушки обучался у Айвазовского:

великолепным чертежником был отец, бабушка, мама - прекрасные художницы. Вячеслав в первом классе слепил букет роз из пластилина - они были как настоящие. Работа с камнем и сейчас его хобби.

Дед матери носил фамилию Коронелло. Он был богатейшим человеком, его владения простирались от станции Айва-зовская до нынешнего поселка Приморский. Но, несмотря на свое богатство, он собственноручно строил дома в Феодосии - ему это нравилось. Многие стоят и сегодня. Здание главпочтамта - одно из них.

По отцовской линии род был не таким знатным и не таким богатым. Дед был медиком и краснодеревщиком (казалось бы. такие разные профессии), отец - офицером. Но с особой теплотой Вячеслав Михайлович вспоминает мать отца - бабу Полю Имея всего 4 класса образования. она говорила литературным языком, обладала необычайной силой, многие даже считали ее ведьмой, имела глубокие познания в эзотерике и очень много передала внуку.

Во время Великой Отечественной войны мать была угнана в Германию, где пленный итальянец предсказал ей всю ее жизнь до мельчайших подробностей. Среди прочего было сказано; один из четверых детей станет великим человеком

Третий ребенок - сын - у Азы (так все звали мать Бронникова) родился мертвым. В этот обеденный час дома не было никого. и помочь матери было некому. Но вдруг пришла незнакомая женщина - татарка и оживила ребенка. До 7 лет мальчик постоянно болел, не раз находился между жизнью и смертью "Врачи говорили - не выживет". - вспоминает мама. Сейчас Вячеслав Михайлович понимает: шла постоянная борьба, внутри него боролись некие силы. В 2.5 года он был сильно напуган, стал заикаться и почти перестал говорить. Он вынужден был рисовать схемы и отвечать письменно. Это тоже было нужно - для развития абстрактно-логического мышления.

Сейчас мы поражаемся простоте и лаконичности схем Бронникова, о каждой из которых он может прочесть целую лекцию

Примерно в три года мальчик осознал свое предназначение. "Я слышал женский голос, который звал меня. Мне. маленькому ребенку, страшно было идти в темноту. но однажды я пересилил себя и вышел ночью из дома. Я знал. куда мне нужно было прийти. В небе светила яркая звезда - она говорила, общалась со мной, рассказывала мою судьбу. Это было. как сейчас говорят, расширение сознания. Пришло осознание того. кто я. какова моя жизненная задача. Выполню ее - смогу вернуться на родину. Тогда поверить в это было просто невозможно. Потом от отца я узнал: человеческой жизни не хватит. чтобы долететь до звезды. Это было для меня потрясением»

Мать считала, что рассказы сына о звезде - лишь детские фантазии. Но постепенно стала понимать, что ее сын и не такой, как все, что у него особый дар.

Он обучался во сне. (Такой способ передачи информации, наиболее высокоэффективный и достаточно распространенный. называется "Школой небесных бессмертных святых". Когда человек спит, мозг работает еще более интенсивно, мы как бы находимся в "проектном институте", где можем получать колоссальные знания.) Изучал боевые технологии, астрологию, геронтологию, гипноз, телепатию, учился видеть на 360°. Жизнь во сне была во сто крат более реальной, более естественной, чем сама реальность. Во сне приходил учитель. В жизни они встречались лишь раз. Вячеславу было в ту пору около 10 лет. Баба Поля повезла его в Тульскую область в г Богородицк (какое название!), на родину отца, повезла его по святым местам, для определенного посвящения. Во время прогулки по окраинам города мальчику встретился мужчина, от которого исходило удивительное тепло. Он без слов сказал: «Тебя ждет большое будущее.» Вячеслав, имея слабое физическое здоровье, нарушенную координацию движений, обладал необычными, удивительными способностями: видел сквозь стены, видел внутри себя, свои внутренние органы; было сверхчувствительное восприятие: гвоздь, торчавший в стене, мимо которой он проходил, больно царапал его тело на любом расстоянии. Он видел, что творится под землей, видел ходы, клады. Но однажды женский голос сказал: "Нет. это не клад. Придет время -ты напишешь книгу - это будет самый большой клад. Пока ты будешь писать ее - полностью изменишься".

Он пытался рассказать друзьям, близким о том, что с ним происходит - ему не верили. В лучшем случае его рассказы воспринимались как фантазия.

Обучение шло очень тяжело. И когда уже у подростка не было больше сил терпеть, учитель сказал ему: "Кто-то должен быть первым. Кто-то должен взять на себя эту ношу. Ты что, хочешь, чтобы твои дети все это проходили?" И тогда Вячеслав понял, что должен стать воспитателем. чтобы провести своих и наших детей через лабиринты жизни, провести так, чтобы они не испытали того, что испытал в свое время он. Наши дети идут по проторенной дороге - за своим Учителем

Знания давались в течение многих лет. закладывались кусками. Нужно было собрать их воедино, систематизировать, создать собственную систему дешифровки информации. Кстати, этими знаниями владели тамплиеры (рыцари-храмовики, религиозный рыцарский орден, возникший в эпоху крестовых походов). Карл V владел техникой "Рубиновый глаз Дракона» - именно к этой технике относятся знания, заложенные в основе методики Бронникова. Его цель - передача знаний и опыта людям для их развития, трансформации и постижения Системы Перевоплощения - "Дракон". В данную Систему входит обучение людей по уникальным технологиям умению раскрывать скрытые возможности своего организма.

Еще в начале 90-х гг. Бронников создал в Феодосии центр "Сфинкс", где обучал детей, развивал у них феноменальные способности. В 1994 году с группой единомышленников уехал в Москву. Это было необходимо для научного подтверждения эффективности его технологии. Центр "Кортас" Академия духовного развития. Международная Академия Развития человека. Это вехи пути, пройденного Вячеславом Михайловичем. Сегодня к нему пришло заслуженное признание Он - профессор, академик, гранд доктор философии. По его методу обучены тысячи людей в России, Украине, ближнем и дальнем зарубежье

Самое страшное, считает Вячеслав Михайлович. - невыполнение своего предназначения. К сожалению, далеко не каждый человек осознает, что в него заложена определенная жизненная программа. Бронников осознает. И уверенно идет к своей цели.

ЧЕЛОВЕК БУДУЩЕГО УЖЕ СЕГОДНЯ!

Мой сын читает книгу, его глаза завязаны... Что это - фантастика, трюк? Нет, это всего лишь одно из развитых мною в сыне умений (а еще он может диагностировать и лечить больных, умеет не болеть и не уставать, владеет фотографической и биокомпьютерной памятью, системой закономерностей дешифровки информации...), которые для него сегодня столь же обычны, как для Вас мышление, также

естественны, как дыхание.

Познай себя - и завтра феноменальные способности станут доступными и Вам. они будут нормой жизни для наших детей в XXI столетии.

Овладеть этими навыками, как и мой сын в свое время, уже смогли многие. Сложился коллектив единомышленников, преподавателей и учеников.

В настоящее время Международная Академия Развития Человека проводит конкурсный отбор увлеченных людей с высшим медицинским или педагогическим образованием для подготовки к работе в России, на Украине и за рубежом.

Предлагается начальный курс обучения из трех ступеней:

1 ступень - общее оздоровление организма, укрепление и развитие жизненных сил.

2 ступень - развитие мозга, прямых и обратных биологических связей, внутреннего видения.

3 ступень — развитие и использование феноменальных способностей. Каждая ступень состоит из десяти двухчасовых занятий. Наиболее способные смогут поступить в группу для годичного стационарного обучения супервозможностям.

С миром и любовью в сердце, ради счастливого будущего детей Земли мы приглашаем к сотрудничеству всех, кто сегодня идет путем совершенствования, ищет возможности решения глобальных проблем Человечества. - передовых ученых и исследователей, общественных и политических деятелей, бизнесменов.

Мы глубоко убеждены, что совместная работа по нашей методике даст такие результаты, которые превзойдут самые смелые ожидания.

ИЗ ИСТОРИИ РАЗВИТИЯ МЕТОДА

В 1994 году Вячеслав Михайлович Бронников был приглашен из города Феодосии для проведения научно-исследовательских работ в г. Москву.

На кафедре компьютерной физики МГУ под руководством профессора Ю.П.ПЫТЬЕВА проводимые исследования способности видения с закрытыми глазами подтвердили, что ученики В. М.Бронникова сознательно управляют длиной волны при «радарном видении мозгом».

На кафедре глазных болезней Тверской Медицинской Академии (зав. кафедрой П.Н. Попов) успешно применяют метод на практике. Сам П.Н.Попов передает новую систему закономерностей студентам. Головным подразделением Минздрава России по исследованию подобных методов - Институтом традиционных методов лечения, - получены убедительные подтверждения высокой эффективности и полезности метода.

За три года внедрения метода прошли обучение в Москве более 4 тысяч человек. Стабильны результаты реабилитации инвалидов, развития феноменальных способностей у детей. Подготовлено 30 ведущих специалистов, владеющих методом преподавания, 50 человек - на стадии выпуска к самостоятельной работе.

В 18-ти городах России создаются филиалы Академии.

На Украине создан Международный Благотворительный Фонд Развития Человека.

В Киеве под патронажем Академии Медицинских Наук Украины обучаются методу тяжело больные дети с патологией зрения, ДЦП и сахарным диабетом.

В Германии сняли и неоднократно демонстрировали по телевидению фильм о методе В.М.Бронникова. Организован Центр в г. Аахен.

Проведена подготовительная организационная работа до созданию филиалов во Франции, Швейцарии, Венгрии, США.

Успешно ведутся переговоры о создании Российско-Украинско-Американского (США) института по подготовке специалистов для филиалов в различных странах.

• Слепой учится «видеть мозгом» - реальность сегодняшнего дня.

Мало кто знает, что наши глаза ничего не видят.

Они играют роль механизма принятия и передачи световых сигналов ограниченного диапазона

электромагнитных волн, моделирующие изображение в мозге.

В затылочной части головного мозга, в зрительных буграх имеются два вида зрительных клеток; одни создают изображение за счет видимого света, другие, наоборот, при видимом свете не работают, а создают изображение при закрытых глазах, создавая во сне сновидения.

Известно, что у некоторых животных, ведущих ночной образ жизни, именно второй вид зрительных клеток более развит. Мозг излучает определенный сигнал и принимает его отражение. Так видят летучие мыши, дельфины. Этот способ видения более совершенен по своей природе и имеет огромную перспективу для человека.

Метод Бронникова Вячеслава Михайловича позволяет слепым от рождения, даже не имеющим глаз, научиться, расширяя анализируемый диапазон волн, не только создавать прежние, свойственные обычным людям, модели изображения, но еще и объективно воспринимать структуры атомов, клеток, органов человека и т.д.

Простые и доступные каждому человеку упражнения развивают правое и левое полушария мозга, формируют новые и укрепляют старые прямые и обратные биологические связи. Улучшают работу сосудов мозга, укрепляя память и внимание. Создают общий оздоровительный эффект.

- Новые возможности в развитии мозга оживляют и восстанавливают нарушенные двигательные функции.

Специальные упражнения активизируют центры мозга, отвечающие за двигательную функцию, развивают прямые и обратные биологические связи в организме, активизируя конкретные нарушенные функции. И все это способен делать сам ребенок, используя древний принцип «Куда мысль - туда энергия, куда энергия - туда кровь». Ребенок, больной детским церебральным параличом, из лежачего неподвижного состояния через два-три месяца приобретет способность двигаться, перемещаться, будет учиться ходить, а самое главное - приобретет инструмент для саморазвития, самовосстановления, что окрылит его сознание и одухотворит жизнь. Наша с Вами задача - помочь больным детям.

- Хочешь всегда быть здоровым? - Научись не болеть!

С первых занятий по методу В.М.Бронникова Вы научитесь управлять своей сверхсознательной функцией.

Упражнения помогут активизировать иммунную систему и увеличить защитные функции организма, ослабленные воздействием неблагоприятной экологической средой. Уменьшатся проявления различных заболеваний, таких как: «синдром хронической усталости», анемии, воспалительных заболеваний желудочно-кишечного тракта, неврозов и вегетососудистой дистонии, прогрессирующей близорукости, бронхо-легочных и других заболеваний.

ОПИСАНИЕ МЕТОДА

Истоки знаний, заложенные в методе развития человека

В основе метода гармонизации и развития функций органов и систем организма человека лежит одно из направлений сокровенной Даосской Йоги.

Три функциональные системы

На международном симпозиуме по проблемам бессознательного, проходившем в Тбилиси в 1979 г., ученые разделили функциональные процессы в организме человека на подсознательные, сознательные и сверхсознательные. Им соответствуют три функциональные системы - подсознание (ПО), сознание (О) и сверхсознание (СО).

О подсознании, т.е. о нашем физическом теле, знает каждый. Знание об этой части нашего организма - клетках, тканях, органах - укладывается в рамки естественной анатомии и физиологии. Тела сознания и сверхсознания рассматриваются абстрактно-логической анатомией. И если тело подсознания находится в материальном пространстве, то тела сознания и сверхсознания для нас не проявлены и находятся в нематериальном пространстве. Существование этого нематериального, непроявленного мира уже никто не оспаривает. Между материальным и нематериальным пространствами есть

соединительное пространство. на Востоке называемое Бардо.

Все функциональные системы человека работают как энерго-информационные структуры.

Энергетические процессы, протекающие на всех уровнях организации подсознания (на клеточном, минеральном, организменном, интеллектуальном и общественном), формируют энергетическое поле, имеющее форму яблока. У практически здорового человека радиус ПОЛЯ составляет не менее семи метров. Центральная и периферическая нервные системы формируют энергетическое поле, имеющее форму вытянутого овала (яйца), и его высота над головой у практически здорового человека составляет 60 см. Если параметры полей ниже нормы, то это говорит о слабом состоянии здоровья, ослабленной иммунной системе, плохом энергообмене в организме.

Методика, используя тантрический путь развития (один человек помогает активизировать энергообмен другому человеку), позволяет развивать энергетические структуры, улучшать кровообращение, гармонизировать работу головного мозга и вегетативной нервной системы, усиливать иммунитет, что приводит к общему оздоровлению организма.

Левое полушарие мозга доминирующе связано с энергетическими явлениями в его работа направлена в материальное пространство. Энергетические каналы, точки акупунктуры и деятельность левого полушария связаны с поступлением энергии в наш организм. Если поступление энергии в организм нарушено, наступает патология.

Правое полушарие головного мозга связано с явлениями, которые несут информацию и имеют тесную связь с нематериальным пространством, т.е. с нашей сверхсознательной функцией.

Художники, музыканты, поэты, писатели - это те люди, у которых правое полушарие функционирует, т.е. они получают информацию через свое сверхсознание из единого информационного поля, которое представляет из себя нематериализованное пространство.

В целом же деятельность мозга формирует наше сознание, и от гармоничной работы обоих его полушарий зависит степень развития нашего сознания, а следовательно и подсознания, и всего организма.

Неумение влиять на сохранение равновесия энергообмена приводит к возникновению патологий на различных уровнях организма человека.

На основе активизации энергообмена головного мозга и в целом организма можно осуществить развитие подсознательной, сознательной и сверхсознательной функций организма человека. Это позволит перевести организм из пассивного, слабо развитого, неуправляемого состояния - в активное, сознательно управляемое, создавая при этом мощный оздоровительный эффект, омоложение органов и систем. Все люди способны фиксировать размеры и однородность биополя посредством органов чувств.

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/images/image003.jpg" * MERGEFORMATINET

Поле сверхсознания Поле сознания

С помощью рук можно измерить параметры энергетического поля подсознания и поля сознания, определять в каком состоянии находится организм, почувствовать три функциональные системы. Создавая ощущения тяжести можно научиться ощущать свое тело подсознания. | Создавая ощущения перемещения биоэнергии - почувствовать работу сознания, а создавая ощущения легкости - чувствовать свою сверхсознательную функцию. На основе этих ощущений диагностируется «включенность» трех тел организма.

Общая техника безопасности и основные правила выполнения упражнений

1. Все упражнения выполнять с открытыми глазами (иное оговорено в тексте)

Все движения совершать по часовой стрелке

Ученик должен правильно скорректировать сознание: быть в позиции наблюдателя, концентрировать внимание на ощущениях энергии, сравнивать их в различных упражнениях и сообщать учителю

Контрольным словом при выполнении упражнений является четкий ответ Ученика «есть», что говорит об уверенной позиции сознания

Ученик и учитель не должны использовать мыслеформы, работать только с энергией.

При возникновении болевых или других на первый взгляд негативных проявлений сократить время выполнения упражнения, либо прекратить на время. Нужно помнить, что идет процесс активизации энергообмена в организме, включаются в работу различные участки головного мозга, организм переходит в активное состояние. В процессе развития негативные реакции исчезнут.

УПРАЖНЕНИЕ 1

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПАРАМЕТРОВ ПОЛЕЙ

Рис. 1,2.

1. Горизонтального (функции подсознания).

2. Вертикального (функции сознания).

• Определение горизонтальных границ биополя человека. Исходное положение: Тестируемый Ученик стоит на расстоянии более 7м.

Методика выполнения.

При измерении параметров полей Ученик не должен перекрещивать руки, ноги. Учитель потирает руки до ощутимого тепла, активизируя энергообмен, поднимает руку, согнутую в локте, ладонь направлена на тестируемого Ученика. Слегка покачивая рукой вперед-назад, постепенно приближается к нему до появления в ладони фонового (гудящего, покалывающего, давящего) ощущения энергии, а затем первой плотной границы поля. Поле по расстоянию от ладони Учителя до Ученика должно быть в норме 7 метров и более (при любом росте и возрасте), плотным, активным, равномерным, правильной формы.

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/bronnikov2.files/image002.jpg" * MERGEFORMATINET

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/bronnikov2.files/image003.png" * MERGEFORMATINET

Рис. 1

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/bronnikov2.files/image005.png" * MERGEFORMATINET

Рис.2

• Определение границы вертикального поля.

Исходное положение: Учитель стоит спереди или сбоку Ученика на возвышении или высоко подняв руку над его головой. При измерении вертикального поля Ученик не должен приседать; так как поле деформируется.

Методика выполнения.

Производится Учителем над головой Ученика аналогично описанному выше. В норме граница биополя должна быть 60 см и более.

Значение упражнения.

У большинства начинающих обучение энергетические поля в два-три раза меньше нормы по размеру и плотности. По мере занятий ощущаемая граница постепенно увеличивается, что свидетельствует об оздоровительном эффекте.

Измерение параметров полей у разных Учеников в различных стадиях обучения позволяет наработать высокую объективность.

УПРАЖНЕНИЕ 2

РАЗВИТИЕ ОЩУЩЕНИЙ БИОЭНЕРГИИ

(«МЯЧ», «ГАРМОШКА», «ЛУЧ»)

Рис. 3,4, 5.

Исходное положение: Упражнение выполняется самостоятельно на любом расстоянии между ладонями в положении сидя, стоя, лежа.

Методика выполнения.

«Мяч»

Для активизации ощущений биоэнергии в ладонях- необходимо потереть их друг о друга и медленно развести в стороны. Приближая и удаляя ладони, прислушиваться к ощущениям: покалывания в пальцах, тепла или холода в ладонях, плотности, давления между ладонями. Мысленно дать себе

команду почувствовать «мячик», его упругость, поворачивать его, меняя положение рук.

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/upr1-3.files/image008.jpg" * MERGEFORMATINET

Рис.3 «Гармошка»

Приближая и удаляя ладони, создать ощущение сжатия и растяжения энергетической гармошки (пружинки, резинки).

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/upr1-3.files/image009.png" * MERGEFORMATINET

Рис. 4 «Луч»

Развести ладони на 15-20 см друг от друга, дать себе мысленную команду о том, чтобы из одной ладони в другую посылался и возвращался энергетический луч

Указательным пальцем одной руки поворачивать напротив ладони другой руки, посылая из пальца энергетический лучик и ощущая его вращение на ладони. Попытаться нарисовать лучиком на ладони квадрат, треугольник, круг и так далее.

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/upr1-3.files/image011.png" * MERGEFORMATINET

Рис.5

Выполняя все упражнения на разных расстояниях, необходимо сравнивать силу ощущений и свои возможности управления энергией.

Значение упражнения.

При любых ощущениях биоэнергии включается в работу правое полушарие головного мозга, происходит развитие прямых и обратных биологических связей, нарабатывается сознательное управление ими.

УПРАЖНЕНИЕ 3

АКТИВИЗАЦИЯ И РАЗВИТИЕ ЖИЗНЕННЫХ СИЛ

(«ПРОКАЧКА» ЭНЕРГИЕЙ)

Исходное положение: Учитель и Ученик становятся лицом друг к Другу.

Методика выполнения.

В процессе выполнения упражнения Ученик должен стоять устойчиво и спокойно (без каких-либо лишних движений). Внимание сосредоточено на ощущениях.

Учитель не имеет права использовать какие-либо мыслеформы (нельзя думать о конкретной патологии Ученика, других его проблемах). Работа ведется только с энергией.

Учитель и Ученик активизируют энергетику, растирая свои ладони. Устанавливают энергетический контакт между ладонями друг друга (руки перед грудью, согнуты в локтях). Учитель производит круговые движения ладонями, тем самым активизируя энергетику Ученика. В руках Ученика возникают различного рода первичные ощущения энергии в виде покалывания, тепла, холода, давления, тянущих нитей, волн, ветерка, гудения и т.д. (индивидуальное чувство восприятия энергии). Ученик постоянно концентрирует внимание на своих ощущениях. Со временем, при дальнейшем развитии чувствительности, различные ощущения будут возникать и в других участках тела.

• Работа с внешней формой.

1. При возникновении устойчивого энергетического контакта Ученик говорит «есть» и медленно отходит назад на 7 метров от Учителя (рис. 6), (руки не опускает). Оба через ладони сохраняют энергетический контакт друг с другом, растягивая энергетическое поле (как бы растягивают резинку).

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/upr1-3.files/image014.jpg" * MERGEFORMATINET

рис. 6

2. Учитель плавными вихреобразными движениями рук поднимает энергопоток снизу вверх, как бы взбивая перину, создает волны в объединенном поле. Из верхнего положения, разведя руки в стороны, делает ниспадающее движение руками ладонями вниз. Повторяет движение 10-12 раз (или до приближения плотности поля к «густоте» по ощущениям).

3. Ученик поворачивается по часовой стрелке на 180 градусов (рис. 7) (спиной к Учителю) и медленно опускает руки вниз. Учитель повторяет вышеописанные движения руками 10-12 раз, уплотняя поле со спины.

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/upr1-3.files/image015.png" * MERGEFORMATINET

4. Ученик поворачивается по часовой стрелке лисом к Учителю (рис. 7). Учитель делает в завершение те же движения 2-3 раза

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/upr1-3.files/image017.png" * MERGEFORMATINET

• Работа с внутренней формой.

1. Ученик остается стоять на месте с опущенными руками. Учитель подходит к Ученику и становится за его спиной (все передвижения Учителя вокруг Ученика производятся только по часовой стрелке).

2. Учитель подтаскивающими движениями рук направляет энергию от ступней ног к копчику и вдоль позвоночника вверх к голове Ученика, делает ниспадающее движение руками через голову и вдоль боков Ученика. Его ладони обращены вниз к полу (рис. 8). Повторяются движения 5-6 раз.

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/upr1-3.files/image019.png" * MERGEFORMATINET

Рис.8

3. Учитель стоит с левого бока Ученика. Расположив правую ладонь сзади, левую (экран) спереди Ученика на расстоянии 10-15 см от его тела, правой рукой совершает плещущие движения, проталкивая энергию сквозь тело Ученика, левой ладонью (экраном) отражает этот поток. После каждого взмаха Учитель согласованно поднимает обе руки вверх на 15—20 см и повторяет плещущие движения. Дойдя до головы, переводит правую руку вперед и плавно опускает обе руки вниз. Повторяет движения 5-6 раз (рис. 9).

Рис.9

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/upr1-3.files/image021.png" * MERGEFORMATINET

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/upr1-3.files/image023.png" * MERGEFORMATINET

4. Учитель - лицом к Ученику. Подтаскивающими движениями обеих рук поднимает энергию по бокам Ученика

вверх к плечам, заводит руки за его шею и, переведя ими энергию через голову Ученика, опускает их вниз (рис. 10). Повторяет движение 5-6 раз.

5. Учитель находится с правого бока Ученика. Движения те же, что и в пункте 4, только работает сзади левая рука, правая впереди - «экран». Повторяет движения 5-6 раз (рис. 11).

6. Учитель стоит сзади Ученика. Заводит руки вперед на уровне шеи, захватив ладонями ощущение энергии, подтаскивающими движениями перемещает ее к затылку, темени и переводит через голову Ученика вперед - вниз, формируя своеобразный «шлем». Повторяет 5-6 раз. Одновременно проверяет правильность формы и плотность поля вокруг головы Ученика (рис. 12).

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/upr1-3.files/image027.png" * MERGEFORMATINET

7. Учитель - перед Учеником. Круговыми движениями одной ладони по часовой стрелке гармонизирует поле над головой, делая 2-3 круга, медленно опускает руку вниз спереди (рис. 13). Те же движения делает и перед глазами Ученика.

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/upr1-3.files/image025.png" * MERGEFORMATINET

8. Далее Учитель обходит Ученика по кругу (по часовой стрелке), уплотняя и приглаживая поле Ученика (как бы лепит «снеговичка-энерговичка»).

Значение упражнения.

Усиление энергообмена или «прокачка» энергией проводится во внешней и внутренней форме поля человека. При этом никто из партнеров не теряет энергию, происходит взаимное развитие. Один из партнеров, находящийся в позиции Учителя, производит усиленный «выдох» энергии, другой партнер, находящийся в позиции Ученика, производит усиленный «вдох» энергией. Затем их роли меняются.

INCLUDEPICTURE "http://khohuun.h1.ru/upr1-3.files/image027.png" * MERGEFORMATINET

Рис. 13

Упражнение способствует развитию и укреплению энергосистемы организма, энергетических центров, центробежных и центростремительных каналов, формирует объединенную (тантрическую) систему между Учеником и Учителем. Активизирует иммунную систему, развивает защитные функции и

восстанавливает другие функциональные процессы в его организме. Эффект воздействия усиливается, так как партнеры находятся друг от друга на расстоянии семи метров (норма линейного морфологического поля). Работает принцип «растянутой резинки»: возникает напряжение общего биополя.

Возможное возникновение состояния тяжести в теле или легких болезненных ощущений является следствием неразвитого энергообмена между внутренней и внешней формами. Через несколько занятий неприятные ощущения должны пройти.

Учителю надо постоянно спрашивать о самочувствии Ученика. В случае появления сильной головной боли, упражнение прекратить.

Часто возникает тянущее ощущение внутри костей рук и ног, где располагаются ряд энергетических каналов, поэтому на Востоке подобное упражнение называется энергетическое «дыхание костями».

УПРАЖНЕНИЕ 4 "ТЯЖЕСТЬ"

Рис. 14.

Исходное положение: Ученик сидит, спина прямая, руки на коленях ладонями вверх, колени разведены на 10-15 см. Упражнение выполняется как по команде Учителя, так и самостоятельно.

Методика выполнения.

Ощущение должно возникать после команды Учителя: «Пусть тело станет тяжелым». Ученик мысленно представляет себя в образе пустого сосуда, ориентируется на поток нисходящей солнечной энергии, которая является для человека формонаполняющей, ощущает, как энергия вливается в сосуд. Все внимание на тело, возможные ощущения в нем: тепло, пульсация, «переполнение изнутри». Как только появилось ощущение тяжести, необходимо произнести ответ «есть» и вернуться в обычное состояние. Выполнять упражнение лучше на выдохе, несколько раз в день по 5-10 мин. Продолжительность упражнения со временем можно увеличивать.

Диагностика: Зафиксировать проблемные зоны, где не возникает ощущение тяжести, что свидетельствует о пониженной чувствительности, плохой связи головного мозга с данным органом или участком, а также недостаточном контроле за функционированием подсознания.

Рис.14

УПРАЖНЕНИЕ 5 «ЛЕГКОСТЬ»

Исходное положение: То же, что и в упражнении 4.

Методика выполнения.

Ощущение легкости должно возникать после команды Учителя: «Пусть мое тело станет легким». Ученик мысленно ориентируется на поток восходящей космической энергии, которая является для человека формообразующей. Тело тянет вверх, оно как бы увеличивается в объеме, теряется чувство веса, нет ощущения внутренних органов. Как только появилась легкость, необходимо произнести «есть» и вернуться в обычное состояние.

Упражнение выполнять на вдохе, несколько раз в день по 5-10 мин., нагрузку постепенно увеличивать.

Диагностика: Зафиксировать зоны, где не возникает ощущение легкости, что говорит о недостаточном контроле за функционированием сверхсознания.

УПРАЖНЕНИЕ 6 ПЕРЕМЕЩЕНИЕ ОЩУЩЕНИЙ ЭНЕРГИИ

Рис. 14,15.

Исходное положение: Ученик сидит, спина прямая, руки на коленях ладонями вверх, колени разведены на 10-15см.

Методика выполнения.

1. Учитель становится перед Учеником и ладонью своей руки совершает вращательные движения по часовой стрелке над ладонью правой руки Ученика, активизируя энергообмен до появления каких-либо ощущений энергии: тепла, холода, покалывания, гудения и др.

Затем Учитель, продолжая вращать ладонью, медленно перемещает ее вверх вдоль руки Ученика, проводит по плечам, далее вниз по левой руке и ладони. (Ученик постоянно фиксирует свои ощущения и сообщает о них Учителю). Завершая круг движения энергии, помогает Ученику такими же движениями перенести ощущения на ладонь правой руки. И опять помогает перемещать энергию по кругу (рука — плечи - рука) еще 2-3 раза.

2. Ученик перемещает энергию самостоятельно, сравнивая качество и силу ощущений с теми, что были достигнуты ранее при помощи Учителя. Пробует ускорить перемещение энергии, замедлять, остановить в любом месте кругового энергопотока. При выполнении упражнения необходимо перемещать энергию по часовой стрелке (идет усиление процесса).

Если ощущения перемещаются слабо или исчезают. Учитель помогает вновь.

Дополнительно Ученик может развить перемещение ощущений энергии, выполняя элементы «Сухого тибетского массажа».

Если упражнение получается очень хорошо, можно перемещать энергию по ногам, спине, животу, груди, голове, создавая различные комбинации.

Значение упражнения.

Перемещая ощущения энергии от одного участка тела к другому, Ученик развивает структуры головного мозга, отвечающие за них. По качеству ощущений и степени управляемости делает себе диагностику функции сознания.

Развитие упражнений «Тяжесть», «Легкость», «Перемещение ощущений»

Упражнения «тяжесть-легкость» впоследствии рекомендуется выполнять в различных комбинациях: отдельные участки тела и органы «тяжелые» отдельные участки тела «легкие».

Например: Верхняя часть тела тяжелая, нижняя (от пояса) - легкая, и наоборот, левая половина тела тяжелая, правая - легкая, и наоборот, одна нога - легкая, другая - тяжелая: одна рука - легкая, другая - тяжелая и т.д.

При выполнении данных упражнений могут возникать субъективные ощущения «перекоса» или «асимметрии» тела.

Упражнения улучшают энергообмен всего организма, дыхательную систему, кровообращение, обмен веществ, укрепляют тонус сосудов головного мозга, стенки сосудов, гармонизируется работа правого и левого полушария мозга.

УПРАЖНЕНИЕ

АКТИВИЗАЦИЯ И ГАРМОНИЗАЦИЯ ЭНЕРГОСТРУКТУРЫ ГОЛОВНОГО МОЗГА. «ПРОКАЧКА» ГОЛОВЫ

Рис. 16.17. 18,19,20,21

Исходное положение: Ученик сидит, спина прямая, ноги расположены под прямым углом, слегка раздвинуты, руки на коленях ладонями вверх.

Методика выполнения.

Упражнение рекомендуется выполнять в паре. На уровне глаз Ученика на расстоянии 70-80 см на стене прикрепить лист бумаги, в центре которого нанесена черная точка диаметром 4-5 мм. Учитель стоит сбоку от Ученика или за его спиной. Упражнение выполняется на основе способа «Дыхание мыслью».

Учитель, прикладывая руки к определенным частям головы Ученика, посылает поток энергии из одной руки в другую, направляя его через голову. Ученик концентрирует свое внимание на точке, прислушивается к своим ощущениям в голове и во всем организме. При изменении изображения точки и ощущений производится диагностика состояния систем головного мозга.

Позиция -№1. рис. 16.

Ладонь левой руки приложить на лобную часть, ладонь правой руки - на затылочную часть головы. При выдохе через правую руку поток энергии через голову «втекает» в левую руку. Затем - левая рука посылает поток энергии, а правая ладонь - его принимает. Рис. 16

Меняем положение левой и правой рук: ладонь левой руки располагается на теменной части, а правой - на затылочной части головы.

"Прокачка" головы потоком энергии осуществляется аналогичным способом, как в позиции №1.

Позиция №2 рис, 17

Позиция №3, рис. 18, 19.

Диагональная «прокачка» головы потоком энергии производится от левого затылочного бугра к правому виску и наоборот. Затем - от правого виска к левому затылочному бугру.

Затем происходит смена рук: от правого затылочного бугра к левому виску; от левого виска - к правому затылочному бугру.

Приложить ладони правой и левой рук параллельно друг другу на затылочно-теменную часть головы.

«Прокачка» головы потоком энергии осуществляется аналогично позиции .№ 1.

Позиция №4, рис. 20.

Правую ладонь расположить на теменной области головы и мысленно направлять поток энергии вертикально вниз - вверх от головы к ногам и обратно.. В каждой позиции количество повторений должно составлять от 10 до 20 раз в зависимости от силы потока энергии и реакции на ощущения в голове Ученика. Через 3-4 занятия количество движений в упражнении может быть увеличено.

Позиция № 5, рис. 21

С Учеником можно заниматься до возникновения легкой головной боли, что является признаком допустимой нагрузки при развитии энергообмена головного мозга. Через несколько занятий все неприятные ощущения должны исчезнуть.

Для гармонизации состояния Ученика и выравнивания его биополя возможно выполнение следующих упражнений:

- Учитель движениями рук выравнивает форму биополя Ученика, добиваясь его равномерности по всей окружности (см. рис. 8-11).
- Учитель стоит за спиной Ученика. Захватывающими движениями рук из области вилочковой железы перемещает биоэнергию назад к четвертому шейному позвонку и через голову Ученика вперед - вниз. Упражнение повторить 5-7 раз (см. рис. 12).

Значение упражнения.

При выполнении упражнений происходит стабилизация центра осознания ощущений, а затем - гармонизация его на новом качественном уровне.

Возможно также возникновение небольшой тяжести к легкой боли в голове, что свидетельствует о неразвитых сосудах головного мозга. В случае изменений в восприятии изображения и цвета - подается сигнал о недостаточном развитии гомеостатического механизма.

В процессе выполнения упражнения происходит улучшение обменных функций организма, усиление межполушарных связей, развитие зон головного мозга, его корковых и подкорковых структур, энергетической и сосудистой систем правого и левого полушарий, гомеостатического механизма, который должен удерживать в равновесии динамическую систему энергоинформационного обмена и систему кровообращения головного мозга.

УПРАЖНЕНИЕ 8 ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ ВСПЛЕСК

Рис.22.

Исходное положение: Ученик сидит, спина прямая, ноги под прямым углом, слегка раздвинуты, руки па коленах ладонями вверх.

Методика выполнения.

1 этап - упражнение выполняется с открытыми глазами. Ученик и Учитель (партнеры) работают в паре. Ученик находится в исходной позиции. Учитель стоит сбоку от него. Одна его рука расположена впереди - «экранный». другой вращательными движениями ладони он активизирует ощущения энергии в области копчика Ученика, до появления у него новых ощущений (гудения, волн, вращения сгустка энергии, шарика, тепла, холода, покалываний).

Как только появляются какие-либо ощущения. Ученик говорит «есть», а Учитель вращательными движениями своих ладоней медленно перемещает энергию от копчика Ученика вдоль позвоночника до его головы, а рука - «экранный» поднимается вверх вместе с работающей рукой.

Надо постоянно спрашивать Ученика о том, что он ощущает и где (в какой части спины). Как только возникли в голове ощущения прилива энергии или тяжести. Ученик должен самостоятельно «выплеснуть энергию через глаза», смотреть вдаль в течение 30-60 сек., давая возможность энергии свободно «вытекать». В этом случае необходимо обратить внимание на ощущения в глазах.

Рис. 22

2 этап - выполняется таким же образом, но глаза Ученика закрыты. Когда ощущение энергии дойдет до головы. Ученик должен резко открыть глаза и почувствовать, как через них выплеснулся поток энергии.

3 этап-Ученик самостоятельно создает ощущение энергии в копчике, на вдохе перемешивает ее до головы, и как только возникнут ощущения прилива энергии в голове, резко открывает глаза и на вдохе делает выброс энергии через них.

Упражнение можно выполнять в разных положениях: стоя, сидя, лежа. Необходимо постараться довести его выполнение до автоматизма и в течение 2-3 секунд, при этом нарабатывая и силу «всплеска». Ученик может самостоятельно проконтролировать качество «всплеска», расположив свои руки перед глазами. В момент выхода энергии необходимо ощутить толчок ее потока в ладонь.

Значение упражнения.

Упражнение «подпитывает» организм энергией, активизирует циркуляцию энергии по заднесерединному и переднесерединному каналам, улучшает кровообращение головного мозга, укрепляет кровеносные сосуды, делает их более эластичными, гибкими, активизирует энергообмен глазных анализаторов и др.

УПРАЖНЕНИЕ 9 "СУХОЙ ТИБЕТСКИЙ МАССАЖ"

Рис. 23-25. Исходное положение: Ученик стоит, ноги - на ширине плеч.

Методика выполнения.

Дыхание: На вдохе кончик языка упирается в небо.

Вход и выход энергии в организме: Внешняя поверхность отдает, внутренняя - принимает; спина - выход энергии, живот - вход энергии, голова сзади — выход энергии, спереди - вход энергии.

1. Энергичными движениями растереть одну руку от плеча до кончиков пальцев ладонью другой руки по внешней поверхности, затем от кончиков пальцев до плеча по внутренней поверхности до получения ощутимого тепла. Аналогичным образом необходимо растереть и другую руку. Затем, аналогичным способом поочередно растирать: - внешнюю и внутреннюю стороны ног, области копчика и живота, голову, начиная сзади с затылочной части и заканчивая областью лица.

Рис. 23

рис 24

2. Захватив ощущения энергии в области седьмого шейного позвонка, на вдохе, одной рукой необходимо как бы вытаскивать и перемещать энергию по внешней стороне руки к кончикам пальцев. А на выдохе - энергию перемешать и как бы вдавливая во внутрь, перемешавшись от кончиков пальцев вверх по внутренней стороне руки. Движения необходимо повторять по 5-10 раз. Таким же образом

следует поработать с другой рукой.

3. Захватив ощущение энергии в области копчика (на вдохе), медленно «подтянуть» энергию обеими руками вниз, к стопе. На выдохе - энергию следует как бы вдавить во внутреннюю сторону ноги, перемещая руки вверх. Движения следует повторить 5-10 раз. Таким же образом следует провести комплекс движений и ощущений и на другой ноге.

Рис. 25

4. На вдохе, захватив ощущение энергии в области седьмого шейного позвонка, следует переместить ее вверх через голову, а на выдохе как бы вдавить ее в лицо и шею. Повторять упражнение >-10 раз.

5. Помассировав обеими руками область копчика, на вдохе захватить ощущение энергии и, как бы, собрать ее в две чаши. Затем подталкивающими движениями поднять руки к пояснице и сделать резкий выдох и толчок руками, как бы вдавливая энергию во внутрь. Упражнение следует повторять 5-10 раз.

В целом, упражнение «Сухой тибетский массаж» рекомендуется выполнять 5-10 минут, постепенно увеличивая общее время его проведения.

Упражнение можно выполнять как в положении лежа, так и в положении сидя. Рекомендуется выполнять упражнение медленно, прислушиваясь к ощущениям.

Ученику следует постараться почувствовать движение энергии, с которой он работает, как в ладонях, так и во всем теле. Необходимо также следить за тем, чтобы эти ощущения не прерывались.

Недостаточно чувствительные места рекомендуется проработать энергией дополнительно. Задача Ученика - вызвать ощущение отека энергии по внешней стороне руки и, как бы, втекания ее по внутренней поверхности руки.

Рекомендуется попробовать ощутить ход энергии без помощи ладоней, исключительно по мысленной команде.

Значение упражнения.

Упражнение активизирует циркуляцию энергии в организме, вход и выход энергии через энергетические центры, усиливает кровообращение, развивает дыхательную систему.

УПРАЖНЕНИЕ 10 «ДРАКОН»

Исходное положение: Ноги на ширине плеч, слегка согнуты в коленях. Руки - согнуты в локтях. Ладони рук расположены на уровне плеч и направлены вверх

Методика выполнения.

При выполнении упражнения Ученик должен стараться производить дыхание через рот (в это время - язык слегка прижат к нёбу. губы почти сомкнуты).

1. На вдохе Ученик как бы всасывает энергию через три верхних центра (ладони обеих рук и рот), затем перемещает ее до области солнечного сплетения и задерживает

дыхание на долю секунды. На выдохе энергию необходимо перемещать вниз, выводя ее через три нижних центра (промежность и ступни обеих ног).

2. Позиция изменяется: «вдох» энергии происходит через нижние центры, а ее «выдох» - через верхние. При выполнении упражнения Ученику необходимо ощутить всасывание энергии как верхними, так и нижними центрами, тем самым как бы перекачивая энергию внутри своего тела. При этом необходимо изменять ритм своего дыхания и скорость передвижения энергии.

Выполнять упражнение рекомендуется в течение 5-10 мин. При отсутствии неприятных ощущений нагрузку можно увеличивать.

Значение упражнения.

Происходит развитие внутрикостных, межорганных и других энергетических каналов и центров организма, его гравитационных мышц, сосудов, нервов. Происходит профилактика всех систем организма, активизируется прохождение потоков солнечной и космической энергии.

УПРАЖНЕНИЕ 11 "ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ КОЛОКОЛ"

Нижний и верхний колокол» развивают два энергетических центра: верхний - в самом центре головы,

нижний - в центре промежности.

- «Нижний колокол» (рис. 26).

Исходное положение: Ноги на ширине плеч, колени слегка согнуты, руки обращены ладонями к телу и слегка разведены в стороны.

Методика выполнения.

«Колокол» направлен вниз: вершина его находится в центре головы, а его основание - у кончиков пальцев. Необходимо постараться зафиксировать верхушку «колокола», как бы подвесить его в центре головы. После этого необходимо захватить ощущение сектора энергетического поля руками, почувствовав его плотность, и медленно перемещать «конус - колокол» руками вперед-назад, вправо-влево, полукругом. Ощущения в голове: сжатие, плотность, напряжение; в нижнем центре - расширение. Между двумя центрами должна возникнуть связь (как бы натянутая резинка).

Рис, 26

Покачивая еще немного «конус - колокол» руками, следует остановить их. При этом необходимо постараться ощутить, как «энергетические руки» продолжают двигаться самостоятельно, согласно с ними должен двигаться и сам «энергетический колокол». При этом продолжают работать нижний и верхний энергетические центры.

- «Верхний колокол» (рис. 27). Исходное положение: Ноги на ширине плеч, колени слегка согнуты, руки подняты вверх и немного согнуты

Рис. 27

Методика выполнения.

«Колокол» направлен вверх: вершина его находится в центре промежности, основание направлено вверх. Почувствовав вершину колокола, необходимо постараться захватить ощущение сектора поля вокруг головы, медленно перемещать его руками вперед-назад, вправо-влево, полукругом. Ощущения в нижнем центре - сжатие, плотность, напряжение. Ощущения в верхнем центре - расширение.

Так же, как и в нижнем «колоколе» поработать с колоколом и центрами «энергетическими руками». Упражнение выполнять 2-3 мин, постепенно увеличивая его продолжительность до 8—10 минут (зависимости от самочувствия).

Значение упражнения.

Происходит развитие и укрепление энергетических центров в организме, улучшается энергетическое состояние, нарабатывается гомеостаз.

УПРАЖНЕНИЕ 12 "ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ КОКОН"

Рис. 28.

Исходное положение: Ученик стоит, подняв руки на уровень груди ладонями к себе, и держит их на расстоянии 10-15 см. от своего тела.

Методика выполнения.

Рис.28

Отдав себе мысленную команду почувствовать энергетический кокон, совершает вокруг себя руками поглаживающе - прихлопывающие движения и до появления под ладонями упругой энергетической плотности, а в участках тела напротив движущихся ладоней - ответного поглаживающе-вибрирующего ощущения.

Ученик ощупывает таким образом свой энергетический скафандр в разных участках, убеждаясь в однородности возникающих ощущений. Затем его руки возвращаются на уровень груди и, покачивая ими еще немного. Ученик останавливает собственные руки, при этом ощущая как энергетические руки

продолжают двигаться. По дополнительной команде, согласно с ними двигается и энергетический кокон.

Ученик дает себе команду на ускорение или замедление движения, пробуя вращать «кокон» в разные стороны, сдвигать его вверх или вниз. Затем опять помогает создать ощущение своими руками. Ученик сравнивает силу и качество ощущений в том и другом случае.

Значение упражнения.

Позволяет согласовать взаимодействие внутренней и внешней энергетических структур, наработать чувствительность в полевой структуре.

УПРАЖНЕНИЕ 13 АКТИВИЗАЦИЯ ЭНЕРГООБМЕНА зрительного АНАЛИЗАТОРА ("ПРОКАЧКА" ГЛАЗ)

Рж. 29.

Исходное положение: Ученик сидит, спина прямая, ноги слегка расставлены- Учитель располагает одну свою руку на уровне левого глаза Ученика на расстоянии 15-20 см., другую - на уровне его правого зрительного бугра на расстоянии 10-15 см.

Методика выполнения.

1. Медленно покачивая руками из стороны в сторону, необходимо постараться создать между ними натянутую «энергетическую ниточку», направляя энергопоток из одной руки в другую (поочередно на вдохе и выдохе). Аналогично выполняется работа с правым глазом и левым зрительным бугром.
2. Ученик ладонью одной руки закрывает левый глаз. Учитель, расположив ладонь своей руки на расстоянии 10-15 см от правого глаза Ученика, вращательными движениями создает контакт с выходящим энергопоток. Делая вдох, плавно отводит руку от глаза вперед, как бы вбирая ладонью энергию. Ученик при этом делает выдох (см. способ дыхания в упражнении «Дракон» и т.п.) и максимально усиливает выход энергии из глаза. Затем на выдохе Учитель «вталкивает» энергию, ведя ладонь к глазу Ученика. Ученик в этот момент делает вдох и старается максимально усилить процесс всасывания энергии через глаз- Аналогично проводятся работа с правым глазом, затем с двумя глазами одновременно обеими руками. Ритм вдоха и выдоха Учителя и Ученика противоположны.

Рис.29

*Ученик может выполнять упражнение самостоятельно. Закрыв один глаз рукой, он через ладонь другой руки, отводя её от себя, одновременно делает «всасывание» энергии из глаза, сопровождая это выдохом через рот. Затем, на вдохе, «вталкивает» ладонью энергопоток в глаз.

При выполнении упражнений возможны ощущения пощипывания в глазах и слезотечение (особенно если есть патология).

Выполнять упражнение необходимо в течение 2-7 минут, 2-3 раза в день, постепенно увеличивая нагрузку.

Упражнение возможно выполнять в положении стоя, сидя, лежа.

Значение упражнения.

Упражнение направлено на развитие сосудистой, мышечной, энергетической систем зрительных анализаторов.

УПРАЖНЕНИЕ 14

АКТИВИЗАЦИЯ ЭНЕРГИИ ВО ВСЕМ ТЕЛЕ В ПОЛОЖЕНИИ ЛЕЖА (ГОРИЗОНТАЛЬНАЯ «ПРОКАЧКА»)

Рис.30,31.

Исходное положение: Ученик лежит на животе, руки расположены вдоль туловища, расслаблены.

Методика выполнения.

1. Учитель должен активизировать Ученику центр, связанный с клеточным уровнем (в области пупка): приглаживающими движениями обеих ладоней законтрактировать с этим центром Ученика и

короткими и плавными взмахами поднять энергию ладонями вверх «фонтанчиком» на высоту вытянутых рук. После этого следует плавно возвратиться в этот же центр. Повторить упражнение 3-5 раз до появления активных ощущений плотности энергии в руках.

2. Захватив ощущения энергии из центра, растягивающими вихреобразными движениями рук отвести энергопоток в сторону ног Ученика, отходя от него на расстояние 5-7 метров

- Сделать движения подобные «взбиванию перины», тем самым активизируя энергию вихреобразными движениями рук 3-5 раз. Не прекращая движения рук, возвратиться к Ученику.

Рис.30 Рис.31

3. Далее следует выполнять комплексы активизации энергии, как описано в пункте 2, в направлении левого бока, головы и правого бока Ученика.

4. Законтактировать с центром и направить энергопоток по позвоночнику вверх до головы, после чего Ученик должен перевернуться на спину. Захватить энергопоток от головы, направить его поглаживающими движениями к центру в область пупка и вновь активизировать энергию «фонтанчиком».

5. Затем, активизируя энергию Ученика, Учитель поочередно как бы «растягивает» ее по четырем направлениям: голова, левый бок, правый бок, ноги. Движения осуществляются по схеме, описанной в п. 2 настоящего упражнения. Далее, двигаясь по часовой стрелке, приглаживающими движениями рук Учитель старается гармонизировать и уплотнить поле Ученика. В случае возникновения болевых или неприятных ощущений, выполнение упражнения следует сократить или прекратить. По мере развития ощущений, нагрузку Ученику увеличить.

Значение упражнения.

В организме происходит активизация энергии на клеточном уровне, укрепляются дыхательная, иммунная, кроветворная системы.

УПРАЖНЕНИЕ 15

«ДЫХАНИЕ МЫСЛЬЮ» («ВДОХ И ВЫДОХ ПОЛЕМ»)

Исходное положение: Учитель и Ученик стоят лицом друг к другу на расстоянии 50 см, их руки располагаются на уровне плеч, ладонями вперед, согнуты в локтях.

Методика выполнения.

Растереть ладони рук, плавно раскачивая ими вперед-назад, законтактировать энергией. Захватив ощущения руками. Ученик отходит на расстояние 5—7 метров. После этого он работает как «приемник» ощущений. Учитель делает плавные движения руками вперед-назад на уровне груди и с выдохом посылает мысленно энергопоток из своих ладоней в ладони Ученика, с вдохом принимает отраженный сигнал. Упражнение выполняется попеременно правой и левой рукой, затем вместе обеими руками.

Потом Учитель и Ученик меняются местами.

УПРАЖНЕНИЕ 16 ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ КОНТАКТ С ПРЕДМЕТАМИ

Рис.32,33.

Исходное положение: Растерев до тепла ладонь руки, поднять её над предметом (столом, сиденьем стула и т.д.) на 50-70 см.

Методика выполнения.

1. Медленно опускать руку, ладонь напряжена, внимание сконцентрировано на ощущении сжатия энергетического поля между рукой и предметом.

Коснувшись ладонью поверхности, медленно поднимать руку, чувствуя, как сопротивляется её отрыву энергетическое поле.

Хорошо зафиксировав возникшие ощущения, отключить внимание от сверхсознательной функции и почувствовать, как все ощущения сразу исчезли.

В дальнейшем для тренировки необходимо использовать любые бытовые ситуации, создавая и обрывая энергетический контакт с различными предметами на разном расстоянии.

2. Создать энергетический контакт с предметом ладонью на расстоянии 2-3 метров. Мысленно послать поток энергии из ладони на предмет и постараться ощутить отраженный энергопоток в виде толчка, покалывания и т. п.

3. С закрытыми глазами при помощи «виртуальной руки» ощутить прикосновение к стенам помещения, определить расстояние до них. Представив выходящие из тела лучики энергии, отражающиеся от окружающих предметов, наработать ощущение пространства.

Рис.32 Рис. 33

Значение упражнения.

Учащийся расширяет диапазон возможностей осознанного использования сверхсознания.

ВКЛЮЧЕНИЕ ЭКРАНА ВНУТРЕННЕГО ВИДЕНИЯ

Когда границы биополя обучаемого расширяются до нормальных размеров, что достигается к 6-7-му занятию, приступают к открытию внутреннего видения (формирование экрана видения или биокомпьютера). Для этого обучаемому предлагается при закрытых глазах представить (сформировать) белую точку на темном фоне, развернуть точку в горизонтальную линию, затем эту линию развернуть в экран по вертикали. Все операции вначале выполняются по команде преподавателя. На последующих занятиях по команде «включить биокомпьютер» ученики выполняют программу включения экрана самостоятельно. Процесс включения продолжается 3-5 секунд. По окончании работы с экраном его выключение производится в обратном порядке. У детей включение, выключение и работа с экраном происходят очень легко. Взрослым удастся это с трудом, у некоторых из них экран вообще не появляется, что может свидетельствовать о сравнительно невысокой мозговой активности или же о наличии непреодолимых психологических барьеров или установок.

При появлении экрана становится возможным с помощью воображения получать яркие картины, их анимировать, записывать необходимую информацию и т.д. Основная работа с экраном внутреннего видения происходит на 2-ой ступени развития.

ПРАКТИЧЕСКИЕ НАВЫКИ «СКОРОЙ ПОМОЩИ»

Каждое упражнение 1 ступени или какая-то его часть имеет свою область воздействия. Так, например:

«Прокачка головы» - это усиление энергообмена непосредственно головы.

«Вертикальная прокачка» - работа на усиление перетекания вертикальных потоков через человека (солнечная и космическая энергии).

«Горизонтальная прокачка» - активный набор энергии всеми клеточками, всеми тканями.

«Дракон» - самостоятельное усиление вертикальных потоков солнечной и космической энергии (отличие «Вертикальной прокачки» от «Дракона» - состоит в том, что на начальном этапе один человек помогает другому расширить каналы перетекания энергии).

«Колокол» (верх. и ниж.) - работа с клапанами: верхним и нижним, которые помогают энергии войти внутрь нашего тела.

«Сухой тибетский массаж» - активизация работы каналов рук и ног, усиление движения энергии по кольцу бессмертия (по малой космической орбите - по задне- и переднесрединным меридианам) - тем самым улучшается приток энергии по всем внутренним органам.

Зная, какое упражнение на какую область воздействует, можно использовать это упражнение

(частично или полностью) в любой критической ситуации, оказать быструю доврачебную помощь. Но ни в коем случае нельзя исключать грамотную медицинскую помощь. Наша помощь не является лечебной, это просто снятие острой, критической ситуации, когда стоит вопрос жизни или смерти. Если приступы бывают регулярными, как, например, при гипертонических кризах, мы не можем постоянно их снимать, т.к. это не приведет к их полному исчезновению и не даст человеку шанс справиться с его болезнью. В этом случае нужно просто объяснить человеку о способах восстановления регуляции сосудистого тонуса и прекращения гипертонической болезни; и показать ему базовые упражнения методики.

Как вести себя в острых ситуациях?

ВНЕЗАПНОЕ ПОВЫШЕНИЕ ТЕМПЕРАТУРЫ ДО 40-40С

- которое возникает при заболеваниях ОРЗ, гриппа. Высокая температура - это естественная защитная реакция организма. Необходимо понимать, что если температура не поднимается - это очень плохой показатель, говорящий о том, что иммунная система совсем не работает, нет реакции на вирус. Фебрильная температура (до 40-40С) - это пограничное состояние между жизнью и смертью, т.к. при температуре выше 41С молекулы белка становятся не жизнедеятельными, могут возникнуть судороги, коматозное состояние.

Наша задача состоит не в том, чтобы совсем убрать температуру, а только снизить ее до субфебрильной. Эта температура, которая подходит для борьбы с вирусом и не вредит организму (температура 38 С).

Какие энергетические процессы происходят в данный момент в организме ?

В организме человека нарушен энергообмен: голова и какие-то внутренние органы работают как сопротивление, энергия плохо проходит через них. отсюда идет мощное нагревание. Идет большой набор энергии, а «энергетический выдох» затруднен.

Наша задача:

Необходимо сделать упражнения, которые помогут сделать человеку «энергетический выдох», т.е. снять повышенную энергетику и перераспределить ее. Для этого нужно:

- 1) снять повышенный энергетический выброс с того места, где он есть (обычно это голова);
- 2) усилить общий проток энергии;
- 3) восстановить и сгормонизировать работу вегетативного центра (центр терморегуляции) - чтобы организм поддерживал ту температуру, которая необходима для жизни, но не приводящая к смерти;
- 4) активизировать капиллярное кровообращение и межтканевое дыхание - т.к. обычно при повышенной температуре работают только основные центральные кровеносные сосуды и нагрузка идет на сердце с повышением артериального давления.

Какие упражнения для этого существуют?

1. В первую очередь спасайте голову. Необходимо:

- энергично снять с головы пациента очаг повышенного выброса энергии: захватите ощущения и раскрутите их против часовой стрелки;
- поработать с внутренней формой -перевести всю энергетику, которая скопилась вокруг головы, на переднесрединный меридиан. Захватите с плеч энергетику и перенести через голову вперед («Шлем»);
- расширить ауру вокруг головы, т.к. аура человека маленькая, а энергетика распирает его изнутри-происходит эффект «трехлитровой банки вокруг головы». Энергия никуда не выходит и идет большая нагрузка на сосуды головы, поэтому нужно: захватите ощущения поля головы пациента и растяните его во все стороны.

2. Далее, необходимо усилить общий энергообъем - сделайте «Горизонтальную прокачку». (Все упражнения необходимо делать очень энергично.)

3- После этого восстановите центр терморегуляции: поработайте по атласу с вегетативной нервной системой (причем возьмите картинку, где есть головной мозг и спинной). Захватите ощущения поля

пациента и перенесите на схему, потом на схеме растащите их по восьмерке.

4. В заключение активизируйте работу капилляров: поработайте по атласу с кровеносной системой (возьмите общий круг кровообращения - большой и малый).

ПОВЫШЕНИЕ ДАВЛЕНИЯ. ГИПЕРТОНИЧЕСКИЕ КРИЗЫ

При повышении давления наблюдается та же картина, как и при температуре:

идет мощный подъем энергии в голову, накопления и раслирания изнутри - а сброс не происходит.

Наша задача:

Необходимо снять повышенную энергетику с головы и (гармонизировать работу внутренней формы.

Какие упражнения необходимо выполнить?

Для начала хорошо размассируйте воротниковую зону - плечи, шею, верхнюю часть позвоночника.

Далее:

1. Активизируйте работу переднесрединного меридиана: поднимите ощущения энергетики с боков, захватите вокруг головы и переведите на переднесрединную линию.
2. Снимите избыточную энергию против часовой стрелки.
3. Расширьте ауру головы: захватите ощущения над головой и вытяните их наверх, также вытяните поток энергии через глаза.
4. Откройте выходы каналов на руках, ногах: энергично разомните и встряхните пальцы рук и ног, вытяните через конечности поток энергии, (часть «Сухого тибетского массажа») Затем помогаем выходу-энергии из головы: вытягиваем энергию из макушки.
5. После этого поработайте с атласом по вегетативной системе и по кровеносной. Когда состояние улучшится и пациент сможет спокойно сидеть, можно сделать ему «Верхний колокол».

ПОНИЖЕНИЕ ДАВЛЕНИЯ. ОБМОРОКИ.

Ситуация в точности наоборот предыдущей, когда идет отток энергии от головы вниз или в окружающее пространство(обесточка головного мозга).

Наша задача:

Необходимо поднять энергетику к голове и уравновесить состояние всех функциональных систем.

Какие упражнения необходимо выполнить?

Сначала хорошо разотрите всю воротниковую зону. Далее:

1. Активизируйте работу заднесрединного меридиана: сзади - от копчика к голове, по позвоночнику - поднимите энергетику. Так же поднимаем по бокам к голове. Но энергетику не сбрасываем, а только подтягиваем из позвоночника в голову!
2. Сделайте «Прокачку головы», вытяните энергетику через глаза.
3. Откройте выходы энергетических каналов рук.
4. Когда пациенту станет лучше, можно сделать «Вертикальную прокачку» и «Нижний колокол».
5. В заключении поработайте с атласом (вегетососудистая и кровеносная система).

УКУСЫ НАСЕКОМЫХ

У детей и людей-аллергиков при укусах идет местная воспалительная реакция:

беспокойство, температура, отеки, зуд. В месте укуса идет затруднение перетекания энергии - оно является сопротивлением, и там идет повышенный выброс энергетики. Наша. задача:

Восстановить равномерное движение энергии в месте укуса.

Какие упражнения при этом выполняются?

1. Поработайте непосредственно с местом воспаления: захватите ощущения и растащите их в разные стороны по восьмерке.
2. Раскрутите ощущения против часовой стрелки, снимите остаточный выброс энергетики так, чтобы она сравнялась на всех участках тела.
3. «Прокачайте» внутрь тела и наружу (как при «Прокачке головы»). Прокачивать» до тех пор. пока у пациента не исчезнут болевые ощущения.
4. Если укусы на голове, то можно сделать «Шлем», если это руки или ноги, то можно выполнить часть

«Сухого тибет. массажа» - активизировать пораненную часть тела. Далее поработайте по атласу с вегетативной нервной системой и с местной кровеносной системой.

5. В заключении сделайте «Прокачку» (горизонтальную и вертикальную).