

# Метод Бронникова

## В. М. Бронников

Бронников В.М. – Метод Бронникова

ГАРМОНИЗАЦИЯ ФУНКЦИИ ОРГАНИЗМА  
НАВЫКИ ЕСТЕСТВЕННОГО ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
РАЗВИТИЕ ЭНЕРГОИНФОРМАЦИОННОГО ОБМЕНА  
РАЗВИТИЕ ДИАПАЗОНА ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ

Автор метода БРОННИКОВ Вячеслав Михайлович  
Авторские свидетельства №№ 1586, 1598  
Государственные патенты №№ 2157263, 2143290, 2134596

СОДЕРЖАНИЕ :

ОБЩАЯ ЧАСТЬ ..... 4

I СТУПЕНЬ 5

Преимущество метода Бронникова перед другими методами ... 5

Московская методичка Бронникова 2001 г.

От автора ... 7

Из истории развития метода ... 8

Описание метода 8

Три функциональные системы 9

Общая техника безопасности . 10

Программа занятий ... 10

Упражнения.

Упражнение 1. Определение параметров биополей 12

Упражнение 2. Мяч, гармошка, луч .. 13

Упражнение 3. Вертикальная прокачка энергией.

Активизация и развитие жизненных сил ... 14

Упражнение 4. Тяжесть ..... 19

Упражнение 5. Лёгкость .... 19

Упражнение 6. Перемещение ощущений энергии . 20

Упражнение 7. Прокачка головы .... 22

Упражнение 8. Энергетический всплеск 24

Упражнение 9. Сухой тибетский массаж .... 25

Упражнение 10. Дракон ... 27

Упражнение 11. Колокол . 28

Упражнение 12. Кокон .... 29

Упражнение 13. Прокачка глаз. Активизация энергообмена  
зрительного анализатора .... 29

Упражнение 14. Горизонтальная прокачка. Активизация

|                                                                                                              |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| энергии во всём теле в положении лёжа ...                                                                    | 30 |
| Упражнение 15. Дыхание мыслью ( вдох и выдох полем ) ...                                                     | 31 |
| Упражнение 16. Энергетический контакт с предметами .                                                         | 31 |
| Дистанционное воздействие. Работа по графическому изображению и фантому                                      | 32 |
| Замечание составителя о методике работы с биокомпьютером и раскрытии внутреннего видения ...                 | 33 |
| Практические навыки скорой помощи ....                                                                       | 33 |
| Внезапное повышение температуры до 40-41° С .....                                                            | 34 |
| Повышение давления .....                                                                                     | 35 |
| Понижение давления. Обморок. ...                                                                             | 35 |
| Упражнения из крымской методички Бутузова 2000 г., не вошедшие в московскую методичку Бронникова 2001 г. ... | 35 |
| Упражнение «Вращение шарика по передне- и заднесерединному меридиану» ...                                    | 35 |
| Упражнение «Создание позиции стороннего наблюдателя»                                                         | 36 |
| Упражнение «Активизация точек вокруг глаз» ....                                                              | 36 |
| Упражнение «Самостоятельная прокачка глаз» ....                                                              | 37 |
| Упражнение «Активизация слуха» ..                                                                            | 37 |
| Упражнение «Активизация обоняния» ...                                                                        | 37 |
| Упражнение «Колодец Майя» ..                                                                                 | 38 |
| Включение внутреннего видения. Работа с биокомпьютером ..                                                    | 38 |
| Первое занятие с биокомпьютером ..                                                                           | 38 |
| Второе занятие с биокомпьютером ..                                                                           | 42 |

|                                                                                                                                           |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Полезные советы составителя тем, кто освоил 1ю ступень школы Бронникова, но не может открыть экран и не может визуализировать образы .... | 43 |
| Московская методичка Бронникова 2001 г.                                                                                                   |    |
| Отзывы прошедших обучение по I ступени ...                                                                                                | 43 |
| Десять принципов системы Бронникова ...                                                                                                   | 45 |
| Наиболее часто встречающиеся вопросы по методике ..                                                                                       | 45 |
| Фрагмент методички Н.Е.Бутузова. Вопросы и ответы ...                                                                                     | 50 |

## II СТУПЕНЬ ... 65

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| Техника безопасности ....                                   | 65 |
| Краткое описание 2й ступени .....                           | 66 |
| Пояснения к некоторым терминам .....                        | 66 |
| 1е занятие .                                                | 68 |
| 2е занятие .                                                | 71 |
| 3е занятие .                                                | 73 |
| 4е занятие .                                                | 75 |
| 5е и 6е занятия                                             | 77 |
| 7е и 8е занятия                                             | 78 |
| 9е и 10е занятия ....                                       | 80 |
| Наблюдение .....                                            | 81 |
| Логические выводы из 2й ступени школы Бронникова .          | 81 |
| Соображения о энергоинформационном контакте между людьми .. | 82 |
| Соображения о телепатической связи ...                      | 82 |

## ОБЩАЯ ЧАСТЬ

Метод Бронникова В.М. развивает энергетическую систему человека, укрепляет здоровье, даёт возможность самому вылечить многие болезни только за счёт собственных сил организма, даёт возможность человеку чувствовать и видеть тонкие энергии, развить ясновидение, дальновидение и т.п. паранормальные навыки, лечить других людей, если необходимо вмешательство со стороны в течение болезни.

Обучение разделено на 4 ступени (по состоянию на 2004 г.). Каждая ступень разделена на 10 занятий по 2 часа каждое. Оптимальный график занятий — 2 занятия в неделю с примерно равным промежутком между всеми занятиями.

На занятиях учитель показывает упражнение и даёт ученикам возможность потренироваться. В это время учитель исправляет замеченные ошибки в действиях учеников и помогает преодолеть возникшие препятствия. Также учитель проверяет правильность выполнения ранее пройденных упражнений и исправляет допущенные ошибки. Отработка упражнений производится учениками дома самостоятельно.

1я ступень обучения заключается в развитии энергетической системы человека, укреплении его здоровья, развитии начальных навыков чувствования и управления тонкой энергией и начальных навыков работы с информацией (начальные навыки работы с биокомпьютером — видение на внутреннем экране предметов).

2я ступень обучения заключается в развитии навыков работы с биокомпьютером — видение на внутреннем экране предметов, тонких полей, и разные способы сделать доступной сознанию разную полезную информацию, ранее доступную только бессознательно. Даются начальные навыки внешнего видения — человек видит окружающий мир без помощи глаз.

3я ступень обучения заключается в развитии внешнего видения — т.е. видения окружающего мира без помощи глаз, видение объектов на расстоянии, даже если они находятся так далеко что скрыты горизонтом или другими предметами, а также видение тонких полей и тонких объектов. (Эта методика применяется для реабилитации слепых. Их глаза по прежнему остаются слепыми или вообще отсутствуют, но люди начинают видеть окружающий мир без помощи глаз. Это альтернативный способ зрения. Внешнее видения осваивают как ранее зрячие люди, потерявшие зрение, так и слепые от рождения.) К сожалению, освоение внешнего видения по методу Бронникова имеет возрастные ограничения. Дети осваивают его легко, особенно не достигшие половой зрелости, взрослые с трудом или вообще не могут. Освоенный в детстве навык остаётся с человеком на всю оставшуюся жизнь.

4я ступень обучения заключается в развитии телепатии.

## I СТУПЕНЬ ОБУЧЕНИЯ

Компиляция московской методички 2001 г. и крымской 2000 г.  
с пояснениями к неясным местам

ГАРМОНИЗАЦИЯ ФУНКЦИИ ОРГАНИЗМА  
НАВЫКИ ЕСТЕСТВЕННОГО ОЗДОРОВЛЕНИЯ  
И  
РАЗВИТИЕ ДИАПАЗОНА ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ  
2001 г.

Н.Е. БУТУЗОВ  
НОВЫЕ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ ДАННЫЕ  
КРЫМСКОГО РЕГИОНАЛЬНОГО ЦЕНТРА РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА

И  
МЕЖДУНАРОДНОЙ АКАДЕМИИ РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА  
ПО ТЕОРИИ И ПРАКТИКЕ  
МЕТОДА ВЯЧЕСЛАВА МИХАЙЛОВИЧА БРОННИКОВА  
КРЫМ 2000

Появление настоящего Методического пособия стало возможным благодаря Многолетней работе коллектива ведущих специалистов Академии: Бронниковой Л.Д., Бронниковой Н.В., Ложниковой Л.Ю., Галинской А.В., Галинскому В.А., Петровой С.Т., осуществивших внедрение метода в таких городах как Феодосия, Москва, Киев и многих других, за что выражаю мою самую сердечную благодарность.  
В.Бронников

Преимущество метода Бронникова перед другими методами  
(Отсебятина составителя, основанная на собственном опыте и опыте друзей)

Метод Бронникова существенно отличается от методов других школ в подходе к обучению.

С чего начинают все методы развития человека? С развития энергетической системы человека. Это фундамент, на котором стоят все остальные энергоинформационные техники, потому что любая работа хоть с информацией (например, ясновидение), хоть с энергией (например, целительство или наведение порчи) требуют затрат энергии. Телевизор без электричества работать не будет.

Но все методы начинают строительство фундамента по своему.

В книгах по ДЭИР предлагается сначала почувствовать восходящий и нисходящий энергетические потоки по позвоночнику и начать управлять им. А как быть, если НИЧЕГО НЕ ЧУВСТВУЕШЬ? Затем предлагается мысленно заткнуть пробками 1ю и 7ю чакры, чтобы прекратить поступление энергии в организм. Когда энергия в организме иссякнет, пробки сами вылетят и энергия хлынет в организм мощным потоком, расширяя энергоканаллы организма и прочищая их. Мероприятие действительно эффективное, но и рискованное. Если вы НИЧЕГО НЕ ЧУВСТВУЕТЕ (а таких большинство) то вы не сможете заткнуть пробками чакры, и ничего в результате не получите. А если всё же заткнёте, что тогда? Вдруг пробки сами не вылетят? Придётся самому выбить пробки. А как быть если вы этого не чувствуете? Сумеете ли вы их в этом случае выбить? Если не сумеете, то узнаете об этом когда помрёте. Норбеков советует вызывать в своём организме в нужных местах чувство тепла, холода и покалывания по очереди и перемещать их куда надо. Многие ли из вас могут это сделать, никогда ранее не делав этого?

Другие авторы, например, Шлахтер и Хольнов, предлагают вызвать зуд и покалывание в промежности и подхватив это ощущение тянуть его вверх по позвоночнику (по заднесрединному меридиану) до макушки и от неё вниз по переднесрединному меридиану до промежности т.е. вращать энергию по кольцу бессмертия. Хороший совет. Но как быть, если большинство людей НЕ ЧУВСТВУЮТ того, что предлагают авторы и НЕ МОГУТ вызвать у себя эти ощущения?

И т.д. и т.п.

Можно, конечно, нафантазировать себе всё это. Но нафантазировать и действительно почувствовать — разные вещи. Если вы действительно почувствовали, то упражнение у вас получится. А если нафантазировали — то результат нулевой.

Метод Бронникова ничего этого не требует. Он позволяет обойти эту трудность стороной.

Большинство учащихся, приходящих учиться на 1ю ступень школы Бронникова, НЕ чувствуют движения энергии в теле и НЕ могут вызвать у себя в теле эти ощущения, а также чувство тепла, холода, покалывания. Это приходит к ним со временем, в результате тренировок. Для этого и существуют упражнения в паре. Есть ещё упражнения, выполняемые в одиночку, но поскольку с ними всё ясно, нет смысла о них сейчас говорить.

Упражнения в паре выполняются так. Учащиеся разбиваются на пары. Активный партнёр делает пасы

руками определённым образом возле тела пассивного партнёра. Потом они меняются ролями. Бронников называет активного партнёра учителем, а пассивного — учеником. Я предпочитаю называть их — оператор и объект, поскольку они оба ученики, которые по очереди воздействуют друг на друга.

Когда оператор совершает определённым образом пасы руками возле тела объекта, биополе оператора заставляет активизироваться биополе объекта. Так происходит развитие энергосистемы не зависимо от того, чувствует человек что либо или ничего не чувствует.

На обучение по 1й ступени приходят люди самого разного возраста. Большинство — среднего (35-45 лет). Молодёжь, особенно дети, чувствует энергию сразу, как только о ней им расскажут. Они и раньше её чувствовали, только не знали, что эти ощущения означают. А вот люди среднего возраста и старше сначала ничего не чувствуют. Практика показывает, что люди среднего возраста, занимаясь регулярно, начинают чувствовать движение энергии в теле и сознательно её перемещать к концу второй недели занятий. А к концу первого месяца — могут мысленно выполнять парные упражнения без помощи партнёра. Ощущения при выполнении упражнения мысленно те же что и при работе с партнёром. Т.е. партнёр становится не нужен. Но если есть возможность работать с партнёром, то лучше воспользоваться такой возможностью. Упражнение, выполненное мысленно, работает немного слабее чем пасы партнёра. Но ведь не всегда же есть партнёр.

Научившись выполнять упражнения мысленно можно их делать когда угодно и где угодно. Очень хорошо их делать во время поездки в общественном транспорте — время проводится с пользой. Люди пожилого возраста и старики, при регулярных занятиях достигают того же уровня гораздо позже, но всё таки достигают. Возраст даёт себя знать. Но даже не научившись чувствовать энергию к концу курса, старики отмечают значительное улучшение самочувствия и повышение общего тонуса. Под регулярностью занятий надо понимать занятия 5-6 раз в неделю. 1-2 дня в неделю надо давать отдых своей энергетической системе. Если заниматься реже — темпы развития энергетической системы снижаются. Если отдыха не давать, возникает усталость, и как следствие, замедление развития. 5-6 занятий в неделю — оптимально. Ступень включает 10 занятий 2 раза в неделю. На занятиях показывают упражнения и дают их усвоить. Проверяют, правильно ли усвоены упражнения предыдущих уроков. Отработку упражнений на развитие энергосистемы проводит каждый самостоятельно, когда может. Поэтому, если вы хотите добиться успеха — ищите партнёра для самостоятельных занятий.

В этом-то и заключается преимущество метода Бронникова. Он не требует от вас делать то, что вы не можете сделать.

Ещё одно примечание: Бронников употребляет термины из восточной эзотерики, что не всем нравится и бывает вносит путаницу. Я предпочитаю вместо терминов «солнечная» и «космическая энергия» термины «нисходящий» и «восходящий поток», вместо «солнечное» дыхание — возбуждающее дыхание (медленный вдох, задержка дыхания на вдохе, быстрый выдох, и снова, медленный вдох, задержка дыхания на вдохе, быстрый выдох и т.д.), вместо «лунное» дыхание — успокаивающее дыхание (быстрый вдох, медленный выдох, задержка дыхания на выдохе, и снова, быстрый вдох, медленный выдох, задержка дыхания на выдохе и т.д.).

(Конец отсебятины.)

МОСКОВСКАЯ МЕТОДИЧКА БРОННИКОВА 2001 г.

ОТ АВТОРА

В «Апокрифах» древних христиан сказано: «Познай себя и познаешь весь мир». Человек — сложный биологический аппарат. И он должен правильно воспринимать себя.

Одна из основных задач методики — развитие сверхчувствительного восприятия. В человеке многие жизненные качества не востребовааны. «Будьте как дети» — а у детей процесс обучения идёт гораздо

лучше. Взрослый должен «возвратиться» в детство, развить свою чувствительность. За счёт этого идёт развитие мозга, а развитый мозг открывает огромные возможности в оздоровлении, развитии, самоопределении. Это выход на новую жизненную стезю. Сверхчувствительное восприятие расширяет диапазон осознания явлений.

Если человек идёт путём обучения – это безопасно. Если же он имеет природные способности и, не зная техники безопасности, начинает проводить эксперименты с собой и окружающими, – это может привести к большим проблемам.

На первой ступени человек развивает в себе способность быть хорошим генератором, вырабатывать жизненную силу, уметь наполнять себя этой жизненной силой.

Предлагаемые упражнения достаточно известны, давно описаны в различных источниках. Но разрозненные упражнения не дают таких результатов, как система подобранных упражнений.

В бодрствующем состоянии человек получает энергию через глаза. Ночью он получает энергию в мозг, а мозг обеспечивается за счёт внутренней «динамо-машины». Говорят, сон – это здоровье.

Оказывается, во сне человек вырабатывает эту жизненную силу. Днём же внутренняя структура человека работает в пониженном режиме. Получается, что если человек закрывает глаза хоть на минуту, то идёт обесточка мозга, потому что сейчас он питается за счёт дневного света. Это легко проверяется. Кто ощущает энергию над головой, сам может проверить: когда человек закрывает глаза, энергия резко падает.

Мы на первой ступени учим пользоваться внутренней энергией, развивать внутреннюю силу для того, чтобы обеспечивать энергообмен мозга. Учим человека сознательно включать внутренний генератор днём, без внешнего источника подпитывать головной мозг своей энергией. Если на первой ступени человек овладел энергообменом, на второй ступени мы развиваем у него совершенно новые качества. Эмпирически вычислено, что для развития энергетики, для перестройки организма необходимо десять занятий, при этом через день: день нагрузки, день отдыха – организм отдыхает и преобразовывается внутри, потом снова нагрузка. Только в том случае, если человек хорошо овладел энергообменом, умеет подпитывать свои силы, мы начинаем работать с развитием внутреннего видения.

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

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

На занятиях вы научитесь управлять своей сверхсознательной функцией. Упражнения помогут активизировать иммунную систему и усилить защитные возможности организма, ослабленные воздействием неблагоприятной экологической среды. Уменьшатся проявления различных заболеваний: синдрома хронической усталости, анемии, заболеваний желудочно-кишечного тракта, неврозов, вегетососудистой дистонии, прогрессирующей близорукости, бронхо-лёгочных и др.

## ИЗ ИСТОРИИ РАЗВИТИЯ МЕТОДА

В 1994 году Коллектив Вячеслава Михайловича Бронникова после апробации метода в международном детском оздоровительном лагере "Артек" был приглашён для проведения научно-исследовательских работ в Москву. На кафедре компьютерной физики МГУ под руководством профессора Ю.П.Пытьева было подтверждено, что ученики В.М.Бронникова сознательно управляют длиной волны при "радарном видении мозгом" с закрытыми глазами.

На кафедре глазных болезней Тверской Медицинской Академии (зав. кафедрой П.Н.Попов) первыми применили метод на практике. В Московском Гос. Университете Сервиса был открыт специализированный центр обучения по методу Бронникова. Начали преподавать новую систему закономерностей студентам в Салаватском филиале Гос. педагогического университета.

Главным подразделением Минздрава России по исследованию подобных методов – Институтом традиционных методов лечения – получены убедительные подтверждения высокой эффективности и полезности метода. Стабильны результаты реабилитации инвалидов, развития феноменальных способностей у детей.

Высокую оценку эффективности, системности и безопасности метода дали в институте высшей нервной деятельности (дир. П.В.Симонов), в институте Мозга человека (научн. рук. Н.П.Бехтерева). Филиалы Академии создаются в 60-ти городах России, Украины, Казахстана, Белоруссии и в странах дальнего зарубежья.

Нет неуправляемых функций, есть функции, задача сознательного опроизволения которых не ставилась.

И.М. Сеченов

## ОПИСАНИЕ МЕТОДА

В основе метода гармонизации и развития функций органов и систем организма человека лежит Дао. Древние рассматривали человека в триединой системе космических взаимодействий: Небо – Человек – Земля.

Проявление небесной сущности в человеке – перетекание солнечной энергии. Солнце – олицетворение сущности неба. Проявление космической сущности – перетекание космической энергии, или проявление сущности Земли. Человек – продукт взаимодействия солнечной и космической энергий, формонаполняющей и формообразующей. В дневное время суток солнечная энергия – нисходящий поток, космическая – восходящий. В тёмное время суток эти процессы меняются. В результате трансформации этих двух энергий в организме человека на бессознательном уровне вырабатывается биоэнергия.

Сознательно управлять процессами перетекания энергий в организме позволяют упражнения «тяжесть – лёгкость».

Умение вызывать ощущение тяжести в теле позволяет увеличить приток солнечной энергии, ощущение лёгкости – приток космической энергии.

## Три функциональные системы

На международном симпозиуме по проблемам бессознательного, проходившем в Тбилиси в 1979 г., учёные разделили функциональные процессы в организме человека на подсознательные, сознательные и сверхсознательные. Им соответствуют три функциональные системы – подсознание (ПС), сознание (С) и сверхсознание (СС).

О подсознании, физическом теле, знает каждый. Знания об этой части нашего организма – клетках, тканях, органах – укладываются 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 энергоинформационные структуры. Энергетические процессы, протекающие на всех уровнях организации подсознания (клеточном, минеральном, организменном, интеллектуальном и общественном), формируют энергетическое поле, имеющее форму яблока. У 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 здорового человека составляет 60 см.

Если параметры полей ниже нормы, то это говорит об 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, и 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.

Например, у многих художников, музыкантов, поэтов, писателей правое полушарие функционирует, т.е. они получают информацию через своё сверхсознание из единого информационного поля, нематериализованного пространства.

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

Неумение влиять на сохранение равновесия энергообмена может приводить 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 человека.

Это позволит перевести организм из пассивного, слаборазвитого, неуправляемого состояния в активное, сознательно управляемое, создав при этом мощный оздоровительный эффект, омоложение органов и систем. Все люди способны фиксировать размеры и однородность биополя посредством органов чувств.

С помощью рук можно измерить параметры энергетического поля подсознания и поля сознания, определить, в каком состоянии находится организм, почувствовать три функциональные системы. Создавая ощущения тяжести, можно научиться ощущать своё тело подсознания. Создавая ощущения перемещения биоэнергии и почувствовать работу сознания, а создавая ощущения лёгкости и чувствовать свою сверхсознательную функцию. На основе этих ощущений диагностируется "включённость" трёх тел организма.

#### ОБЩАЯ ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ И ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЙ

1. Все упражнения выполняются с открытыми глазами (иное оговорено в тексте).
2. Движения совершаются по часовой стрелке.
3. Ученик должен правильно скорректировать сознание: быть в позиции наблюдателя, концентрировать внимание на ощущениях энергии, сравнивать их в различных упражнениях и сообщать тому, кто в роли учителя.
4. Контрольным словом при выполнении упражнения является чёткий ответ Ученика "есть", что говорит об уверенной позиции сознания.
5. Ученик и Учитель не должны использовать видение (ауры и т.д.), работать только с энергией.
6. При возникновении болевых или других, на первый взгляд, негативных проявлений необходимо сократить продолжительность выполнения упражнения либо на время прекратить. Нужно помнить, что идёт процесс активизации энергообмена в организме, включаются в работу различные участки головного мозга, организм переходит в активное состояние. В процессе занятий негативные реакции

исчезнут.

## ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ

Воспроизводится по методичке 90х годов.

В методичке 2001 г. отсутствует.

Уточнение составителя.

Обучение по 1й ступени метода Бронникова происходит за 10 занятий. Оптимальный график 2 занятия в неделю с примерно равными промежутками между занятиями. На занятиях преподаватель показывает новые упражнения и даёт их усвоить. Учащиеся повторяют то что показал преподаватель. Преподаватель следит за правильностью выполнения. Также преподаватель проверяет, правильно ли усвоены упражнения предыдущих уроков. Отработку упражнений, разученных на занятии, проводит каждый самостоятельно, когда может.

Начиная с первого занятия все занятия начинаются с измерения размера биополя по горизонтали и по вертикали, чтобы каждый ученик мог следить за своими успехами по росту биополя. Ученики, чувствующие ладонями биополе, помогают преподавателю, чтобы это заняло меньше времени. Начиная со второго занятия сразу после измерения биополя все ученики делают друг другу вертикальную прокачку. Затем начинается само занятие. (Конец уточнения)

1е занятие.

1. Измерение величины биополей учеников. (Упражнение 1)
2. Разучивание упражнений ощущения биополя. (Упр. 2)
3. Разучивание упражнения «Тяжесть» (Упр.4)
4. Разучивание упражнения «Лёгкость» (Упр. 5)
5. Разучивание упражнения «Вертикальная прокачка» (Упр. 3)

2е занятие.

1. Измерение величины биополей учеников. (Упр. 1)
2. Выполняется вертикальная прокачка. (Упр. 3)
3. Проверка правильности выполнения упражнений, разученных на предыдущем занятии. (Упр. 2, 4, 5)
4. Разучивание упражнения «Перемещение ощущений энергии» (Упр. 6)

3е занятие.

1. Измерение величины биополей учеников. (Упр. 1)
2. Выполняется вертикальная прокачка. (Упр. 3)
3. Проверка правильности выполнения упражнений, разученных на предыдущем занятии. (Упр. 6), а также повторение ранее разученных упражнений.
4. Разучивание упражнения «Прокачка головы» (Упр. 7)

4е занятие.

1. Измерение величины биополей учеников. (Упр. 1)
2. Выполняется вертикальная прокачка. (Упр. 3)
3. Проверка правильности выполнения упражнений, разученных на предыдущем занятии. (Упр. 7), а также повторение ранее разученных упражнений.
4. Разучивание упражнения «Всплеск» (Упр. 8)
5. Разучивание упражнения «Сухой тибетский массаж» (Упр.9).

5е занятие.

1. Измерение величины биополей учеников. (Упр. 1)
2. Выполняется вертикальная прокачка. (Упр. 3)

3. Проверка правильности выполнения упражнений, разученных на предыдущем занятии. (Упр. 8, 9), а также повторение ранее разученных упражнений.
4. Разучивание упражнения «Колокол» (Упр. 11)
5. Разучивание упражнения «Кокон» (Упр. 12).
6. Разучивается упражнение «Дыхание мыслью, полем» (Упр. 15)

6е занятие.

1. Измерение величины биополей учеников. (Упр. 1)
2. Выполняется вертикальная прокачка. (Упр. 3)
3. Проверка правильности выполнения упражнений, разученных на предыдущем занятии. (Упр. 11, 12, 15), а также повторение ранее разученных упражнений.
4. Разучивание упражнения «Дракон». (Упр. 10)
5. Разучивание упражнения «Прокачка глаз». (Упр. 13)

7е занятие.

1. Измерение величины биополей учеников. (Упр. 1)
2. Выполняется вертикальная прокачка. (Упр. 3)
3. Проверка правильности выполнения упражнений, разученных на предыдущем занятии. (Упр. 10, 13), а также повторение ранее разученных упражнений.
4. Разучивание упражнения «Горизонтальная прокачка». (Упр. 14)
5. Разучивание упражнения «Энергетический контакт с предметами». (Упр. 16)

8е занятие.

1. Измерение величины биополей учеников. (Упр. 1)
2. Выполняется вертикальная прокачка. (Упр. 3)
3. Проверка правильности выполнения упражнений, разученных на предыдущем занятии. (Упр. 14, 16), а также повторение ранее разученных упражнений.

9е и 10е занятия.

1. Измерение величины биополей учеников. (Упр. 1)
2. Выполняется вертикальная прокачка. (Упр. 3)
3. Выполнение упражнений «Тяжесть», «Лёгкость». (Упр. 4, 5)
4. Выполнение упражнения «Всплеск». (Упр. 8)
5. Включение внутреннего видения.
6. Выполнение упражнения «Всплеск». (Упр. 8)
7. Выполнение упражнения «Прокачка головы». (Упр. 7)
8. Измерение величины биополей учеников.

## УПРАЖНЕНИЯ

Объяснения составителя.

Когда выполняются парные упражнения на основе пасов руками, пасы надо выполнять энергично но плавно, без рывков, так чтобы руки полностью были включены в работу от плеча до пальцев. Такие пасы можно смело назвать взмахами. Руки двигаются так как если бы вы взбивали подушку или перину. Вялые движения руками дают слабый эффект.

При пасах руками ладони раскрыты и чуть согнуты в лодочку, но не сильно, без напряжения, практически расслаблены. Ладонь раскрыта по направлению движения.

Стрелки на рисунках показывают траекторию движения ладоней.

(Конец объяснений.)

## Упражнение 1

### ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПАРАМЕТРОВ ПОЛЕЙ

#### ОПРЕДЕЛЕНИЕ ГОРИЗОНТАЛЬНЫХ ГРАНИЦ БИОПОЛЯ ЧЕЛОВЕКА

Исходное положение: тестируемый Ученик стоит на расстоянии более семи метров.

##### 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 вперёд-назад, постепенно приближается к нему до появления в ладони фонового (гудящего, покалывающего, давящего) ощущения, а затем первой плотной границы поля (чувствуется скачок уплотнения, это и есть граница биополя). Поле по расстоянию от ладони Учителя до Ученика должно быть в норме от семи метров и более (при любом росте и возрасте), плотным, активным, равномерным, правильной формы. Если меньше ☒ то организм ослаблен.

#### ОПРЕДЕЛЕНИЕ ГРАНИЦЫ ВЕРТИКАЛЬНОГО ПОЛЯ

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

##### Методика выполнения

Определение параметров поля сознания производится Учителем над головой Ученика аналогично описанному выше. В норме граница биополя должна быть 60 см и более. Если менее ☒ то организм ослаблен.

##### Значение упражнения

У большинства начинающих обучение энергетические поля в 2-3 раза меньше нормы по размеру и плотности. По мере занятий ощущаемая граница постепенно расширяется, что свидетельствует об оздоровительном эффекте.

Измерение параметров полей у разных учеников на разных стадиях обучения позволяет наработать высокую объективность.

## Упражнение 2

### РАЗВИТИЕ ОЩУЩЕНИЙ БИОЭНЕРГИИ

("мяч", "гармошка", "луч")

Исходное положение: Упражнение выполняется самостоятельно в положении сидя, стоя, лёжа; между ладонями ☒ любое расстояние.

##### 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.

###### ГАРМОШКА

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

###### ЛУЧ

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

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 т.д.

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.

Пояснения составителя. Если ощущения энергии не появились – не страшно. У людей в возрасте чувствительность ниже чем у молодых. Со временем выбудете чувствовать энергию. Надо только регулярно выполнять упражнения, развивающие энергетику, особенно парные. Они самые эффективные и работают, даже если вы ничего не чувствуете. (Конец пояснений.)

#### Упражнение 3

##### АКТИВИЗАЦИЯ И РАЗВИТИЕ ЖИЗНЕННЫХ СИЛ

(веитикальная “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 ведётся только с энергией.

Учитель и Ученик активизируют ощущение энергии, растирая свои ладони. Устанавливают энергетический контакт между ладонями друг друга (руки перед грудью, согнуты в локтях). Учитель делает 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 семь метров от Учителя (рис. 6), не опуская рук. Оба через ладони сохраняют энергетический контакт друг с другом, растягивая энергетическое поле (как бы растягивают резинку).
2. Учитель плавными вихреобразными движениями рук поднимает энергопоток снизу вверх, как бы взбивая перину, создаёт волны в объединённом 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° (рис. 7) спиной к Учителю и медленно опускает руки вниз. Учитель повторяет описанные выше движения руками 10-12 раз, уплотняя поле со спины.
4. Ученик поворачивается по часовой стрелке лицом к Учителю (рис. 7). Учитель делает в завершение те же движения 2-3 раза.

Пояснения составителя.

Не важно, чувствует ли Оператор энергию или нет, упражнение всё равно работает. Это замечание относится ко всем парным упражнениям, а также к «сухому тибетскому массажу», выполняемому в одиночку. Когда Оператор делает пасы руками возле тела Объекта, он активизирует биополе Объекта независимо от того, чувствует он что либо или нет.

1. Учитель и Ученик стоя друг перед другом сначала растирают свои ладони. Затем, держа руки, согнутые в локтях, на уровне груди, Учитель делает круговые движения своими ладонями возле ладоней Ученика. Этим он устанавливает контакт. Затем Ученик отходит от Учителя примерно на 7 м не опуская рук. Учитель держит контакт, сохраняя ощущение (если оно есть, по крайней мере, к этому надо стремиться).

2. Ученик стоит лицом к Учителю. Учитель делает энергичные вихреобразные пасы-взмахи руками снизу вверх по оси тела Ученика. Когда руки Учителя приходят в верхнее положение, он опускает их вниз через стороны широким движением без вихрей. Повторить 10-12 раз.

3. Ученик поворачивается по часовой стрелке спиной к Учителю и медленно опускает руки вниз. Учитель делает вихреобразные пасы-взмахи руками расставив руки в стороны, как бы вихреобразно поднимая энергию по бокам Ученика. Когда руки Учителя приходят в верхнее положение, он опускает их по оси тела ученика без вихрей. Повторить 10-12 раз.

4. Ученик поворачивается по часовой стрелке лицом к учителю, руки опущены. Учитель делает движения руками как в п.2. Повторить 2-3 раза.

Учитель поддерживает энергетический контакт с учеником в течении всей процедуры.

(Конец пояснений)

Примечание составителя.

В работе с внешней формой я нахожу одно несоответствие.

Теоретически, когда учитель делает такие пасы на расстоянии около 7 м от Ученика, он воздействует на внешний край яблокообразного поля и заставляет двигаться энергию так, что в самом теле Ученика энергия опускается по переднесрединному меридиану и поднимается по заднесрединному.

На практике я ощущаю движение энергии в соответствии с движениями рук оператора. Его руки идут вверх и ощущение энергии идёт вверх. Его руки идут вниз и ощущение энергии идёт вниз. То есть имеет место дистанционное воздействие на энергию в теле, а не на край поля.

Кроме того. По мере развития энергосистемы радиус биополя увеличивается до нескольких десятков метров. А оператор продолжает работать на расстоянии около 7 м. Где же здесь воздействие на край поля?

Объяснения преподавателей на этот счёт звучат не очень вразумительно. С самим Бронниковым встречаться не доводилось, так что вопрос остался не прояснённым.

Но это мои личные сомнения. Можно не обращать внимания. По другим упражнениям сомнений нет.

(Конец примечания)

#### Работа с внутренней формой

1. Ученик остаётся стоять на месте с опущенными руками. Учитель подходит к Ученику и становится за его спиной. Учитель передвигается вокруг Ученика 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.

3. Учитель стоит с левого бока Ученика. Расположив правую ладонь сзади, левую (экран) спереди Ученика на расстоянии 10-15 см и поднимая обе руки параллельно, повторяет плещущие движения. Дойдя до головы, переводит правую руку вперёд и плавно опускает обе руки. Повторяет движения 5-6 раз (рис. 9).

4. Учитель ∞ лицом к Ученику. Подтаскивающими движениями обеих рук поднимает энергию по бокам Ученика к плечам, заводит руки за его шею и, переведя энергию через голову Ученика, опускает их

(рис. 10). Повторяет движение 5-6 раз.

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

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

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

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 партнёров не теряет энергию, происходит взаимное развитие. Один из партнёров, находящийся в позиции Учителя, делает усиленный “выдох” энергии, другой партнёр, находящийся в позиции Ученика, делает усиленный “вдох” энергии. Затем их роли меняются.

Упражнение способствует развитию и укреплению энергосистемы организма, энергетических центров, центробежных и центростремительных каналов, формирует объединённую (тантрическую) систему между Учеником и Учителем. Активизирует иммунную систему, развивает защитные функции и восстанавливает другие функциональные процессы в его организме. Эффект усиливается, так как партнёры находятся друг от друга на расстоянии семи метров (норма линейного поля).

Работает принцип “растянутой резинки”: возникает напряжение общего биополя.

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

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

### Пояснения составителя.

Закончив работу с внешней формой Учитель подходит к Ученику и становится у него за спиной.

1. С первым пунктом всё ясно, пояснения не нужны.

2. Учитель стоит за спиной Ученика. Учитель делает вихреобразные пасы-взмахи руками возле тела Ученика, не касаясь его. Учитель делает вихреобразные пасы-взмахи с общим направлением движения от пяток к макушке вдоль оси симметрии тела Ученика. Над макушкой руки разводятся в стороны и опускаются вдоль боков. (Рис. 8) Повторить 5-6 раз. Таким образом Учитель активизирует подъём энергии по заднесрединному меридиану, а также в руках и ногах Ученика.

3. Учитель стоит с левого бока Ученика. Учитель держит левую руку перед Учеником, а правую сзади на расстоянии 10-15 см от тела. Обе руки расположены по оси симметрии тела Ученика. Правая рука Учителя совершает вихреобразные пасы-взмахи и при этом поднимается от пяток к макушке. Левая ладонь (экран) одновременно поднимается вместе с правой, но ровно, без взмахов и всё время находится на одном с ней уровне. Левая ладонь всё время повернута к телу Ученика. Когда правая ладонь Учителя поднимется до макушки Ученика Учитель переводит правую ладонь вперёд и плавно опускает обе руки вместе ладонями вниз вдоль оси симметрии спереди тела Ученика. (Рис. 9) Повторить 5-6 раз. Таким образом Учитель активизирует движение энергии по кольцу бессмертия (оно же – малая космическая орбита – из промежности вверх по заднесрединному меридиану в макушку и из макушки вниз по переднесрединному меридиану в промежность).

4. Учитель стоит лицом к Ученику. Учитель делает вихреобразные пасы-взмахи руками вдоль боков тела Ученика от пола к плечам, над плечами заводит ладони вдоль шеи к затылку и от затылка к макушке. От макушки вниз по прямой. (Рис. 10) Повторить 5-6 раз. Таким образом Учитель активизирует спуск энергии по переднесрединному меридиану, а также движение энергии по рукам и ногам.

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

6. “Шлем” Учитель стоит за спиной Ученика, протягивает руки вперёд поверх плеч Ученика и сгребаёт ладонями энергию из под подбородка, вокруг шеи к затылку. Затем одним движением рук перемещает энергию (как бы толкает ладонями) от затылка через макушку к подбородку. Повторить 5-6 раз. (Рис. 12)

7. Хотя в методичке написано, что Учитель стоит перед Учеником, удобней стоять сбоку, справа или слева, кому как удобней. В данном случае местоположение Учителя не существенно. Учитель делает 3-4 круговых движения ладонью (всё равно какой руки) по часовой стрелке над макушкой Ученика. Далее есть два варианта. (1) Первоначально на курсах учили, что сделав круговые движения надо плавно поднять руку вверх, тем самым вытягивая энергию кверху. Ладонь всё время ориентирована на макушку Ученика. Этим активизируется выброс энергии через макушку. Поступление энергии в организм активизируется процедурами пп. 2, 3, 5. (2) Потом стали учить, что сделав круговые движения надо опустить руку вниз вдоль переднесрединного меридиана, тем самым активизируя движение энергии по меридиану. Ладонь ориентирована во время вращательных движений на макушку Ученика, а когда опускается – по направлению движения. На мой взгляд, надо использовать в упражнении оба варианта.

Аналогичная ситуация с вытягиванием энергии из глаз. Есть два варианта. (1) Первоначально учили, что Учитель, сделав 2-3 вращательных движения по часовой стрелке перед глазами Ученика (Ученик при этом всё время смотрит на ладонь, ладонь всё время ориентирована на глаза Ученика), плавно отводит руку вперёд, тем самым вытягивая вперёд энергию из глаз. Это хорошо прочищает энергоканалы глаз и нормализует внутриглазное давление. (2) Потом стали учить, что сделав круговые движения надо опустить руку вниз вдоль переднесрединного меридиана. В этом случае ладонь сначала ориентирована на глаза ученика, а когда идёт вниз – по направлению движения. На мой взгляд, надо использовать в упражнении оба варианта.

8. Учитель обходит Ученика по кругу по часовой стрелке и делает приглаживающие и прихлопывающие движения руками не касаясь тела Ученика. Учитель уплотняет энергетический кокон Ученика. В упражнении «Вертикальная прокачка» есть ещё одна процедура, которая почему-то не вошла в методичку. На курсах её дают. Называется эта процедура «Ниточка» или «Ёршик». Её делают между пунктами 7 и 8.

Учитель растирает ладони и растягивает их чуть шире плеч, ощущая при этом (если может, не может – не страшно, позже почувствует) энергию, протянувшуюся между ладонями. Самый сильный энергетический шнур протянут между центрами ладоней. Вот этим-то шнуром Учитель воздействует на Ученика.

Учитель встаёт перед Учеником и поднимает и вытягивает руки так, чтобы голова Ученика оказалась между ладоней Учителя. Ладони на уровне головного мозга. Между головой и ладонями должен быть зазор, позволяющий Учителю двигать ладони вправо-влево так, чтобы расстояние между ладонями оставалось постоянным. Ученик при этом чувствует (если может, конечно), как в мозгу его движется энергия. Так двигая руками Учитель обходит по кругу по часовой стрелке Ученика. Надо сделать 3-5 кругов. После 5го занятия процедура «ниточки» усложняется. Учитель сначала 3 раза обходит ученика, делая «ниточку» головного мозга, а потом медленно опускает руки продолжая ходить по кругу по часовой стрелки, делая «ниточку» всего тела. В результате «ниточка» идёт по спирали.

(Конец пояснений)

#### Упражнение 4

##### ТЯЖЕСТЬ

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 тяжёлым". 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. Всё внимание на тело, возможные ощущения в нём: тепло, пульсация, переполнение изнутри. Как только появилось ощущение тяжести, необходимо произнести "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.

#### Упражнение 5

##### ЛЁГКОСТЬ

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

Методика выполнения

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

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

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

Значение упражнений "Тяжесть", "Лёгкость"

Упражнения № 4, 5, впоследствии рекомендуется выполнять в различных комбинациях: отдельные участки тела и органы тяжёлые, отдельные участки тела лёгкие.

Например: верхняя часть тела тяжёлая, нижняя (от пояса) ☒ лёгкая; левая половина тела тяжёлая, правая ☒ лёгкая; одна нога ☒ лёгкая, другая ☒ тяжёлая; одна рука ☒ лёгкая, другая ☒ тяжёлая и т.д.

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

Упражнения улучшают энергообмен всего организма, кровообращение, работу дыхательной системы, обмен веществ, повышает тонус сосудов головного мозга, укрепляют стенки сосудов, гармонизируется работа правого и левого полушарий мозга.

Пояснения составителя.

К описанию выполнения ничего добавлять не требуется. Всё ясно. Надо вызвать в организме ощущения то тяжести, так что придавливать к полу, то лёгкости, когда кажется что сейчас взлетишь. На занятиях эти упражнения делают в связке и выполняют по очереди несколько раз подряд.

На занятиях всегда уточняют:

Упражнения «тяжесть» и «лёгкость» всегда должны заканчиваться упражнением «лёгкость».

Команды выполняются не по команде Учителя, а по собственной команде. Так вырабатывается навык «Хозяина».

(Конец пояснений)

## Упражнение 6

### ПЕРЕМЕЩЕНИЕ ОЩУЩЕНИЙ ЭНЕРГИИ

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

#### 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 вращательные движения, медленно перемещает ладонь вверх вдоль руки Ученика, проводит по плечам, далее вниз по левой руке и ладони. (Ученик постоянно фиксирует свои ощущения и сообщает о них Учителю). Завершив круг, помогает Ученику такими же движениями перенести ощущения энергии на ладонь правой руки. И опять помогает перемещать их по кругу (рука → плечи → рука) ещё 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, замедлить, остановить в любом месте кругового энергопотока. При выполнении упражнения необходимо перемещать энергию по часовой стрелке (идёт усиление процесса).

Если ощущения слабые 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. (Рис. 15)

#### Значение упражнения

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

#### Примечание составителя.

На рис. 15 показан маршрут энергетического шарика (малый круг), отрабатываемый на занятиях.

Сначала ученики чувствуют движение энергии не во всех частях тела. В этих случаях Учитель делает вращательные движения ладонями по часовой стрелке над участком, в котором Ученик не чувствует движение энергии. Это хорошо помогает.

Когда ученики осваивают перемещение энергии по малому кругу так что во всех местах, по которым проходит шарик, есть ощущения движения энергии, переходят к перемещению энергетического шарика по большому кругу.

Ученики садятся на стулья. Спина прямо. Руки кладут на бёдра ладонями вверх. Шарик создают в правой ладони, поднимают по правой руке, перемещают из правого плеча в левое, спускают по левой руке в левую ладонь, из левой ладони в левую ногу, спускают по ноге в левую ступню, из левой ступни перебрасывают в правую ступню, поднимают по правой ноге до правой ладони и переносят в правую ладонь.

Когда перемещение хорошо получается надо отработать и перемещение в обратном направлении.

При самостоятельных занятиях хорошо помогает, для активизации ощущений энергии в ладони, представить на наиболее чувствительной ладони энергетический шарик, покатав его по ладони по часовой стрелке и затем начать перебрасывать его с ладони на ладонь до появления сильного устойчивого ощущения наличия энергетического шарика. После появления устойчивого ощущения

начать перемещать энергию в соответствии с требованиями упражнения.

На занятиях рассказывают о медицинском применении этого упражнения.

Если вы получили травму (ушиб, растяжение, болит старая, давно зажившая травма), сформируйте в этом месте энергетический шарик и погоняйте его в больном месте вверх-вниз, вправо-влево, по кругу минут 5. Боль быстро пройдёт и травма быстро заживёт. Проверено опытом.

С помощью энергетического шара хорошо прокачивать самому себе мозг. Сформируйте энергетический шар у себя в голове и вращайте его по часовой стрелке у себя в мозгу, затем против. Потом двигайте шар вправо-влево, одновременно смещая его вперёд, затем назад. Потом двигайте шар вперёд-назад, одновременно смещая его вправо, затем влево. Двигайте шаром так, чтобы прокатать весь объём мозга.

Таким образом можно прокачивать любой орган самому себе. Будьте осторожны с сердцем – можно случайно вызвать сердечный приступ.

С помощью энергетического шара хорошо получается прокачка глаз. Очень полезное для глаз упражнение. Выполняется в два этапа. Сначала упражнение “Пальминг”, потом сама прокачка.

“Пальминг”. Сядьте возле стола, так чтобы удобно опереться на стол локтями. Разотрите ладони друг о друга так, чтобы они стали тёплыми. Закройте глаза ладонями так, чтобы центр ладоней был напротив глаз. Глаза при этом открыты. Ладони прижимайте плотно, чтобы свет не проникал под них. Смотрите в тёплую темноту. Это очень полезно для глаз и подготавливает глаза к прокачке. Выполняйте “Пальминг” несколько минут. Затем, не отнимая ладоней от лица начинайте прокачку.

Ладони закрывают глаза. Глаза открыты и смотрят в тёплую темноту. Сформируйте энергетический шарик в районе шеи. Перемещайте шарик в Голову. В середине головы шарик разделяется на два шарика и они расходятся влево и вправо. Одновременно шарики движутся в глаза ☒ левый шарик в левый глаз, правый ☒ в правый. Не останавливаясь, выходят из глаз в ладони, из ладоней по рукам движутся в плечи, из плеч в шею. В шее шарики сливаются в один. Он поднимается в голову. Цикл повторяется.

Покрутите так энергетический шарик несколько раз. Потом покрутите в обратном направлении.  
(Конец примечания)

#### Упражнение 7

##### АКТИВИЗАЦИЯ И ГАРМОНИЗАЦИЯ

##### ЭНЕРГОСТРУКТУРЫ ГОЛОВНОГО МОЗГА.

##### (ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ “ПРОКАЧКА” ГОЛОВЫ)

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 чёрная 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 определённым участкам головы Ученика, посылает поток энергии из одной руки в другую, направляя его через центр головы. Ученик концентрирует своё внимание на точке, прислушивается к своим ощущениям в голове и во всём организме. При изменении изображения точки и ощущений проводится диагностика состояния систем головного мозга.

##### Позиция № 1, рис. 16

Ладонь одной руки приложить на лобную часть, ладонь другой руки ☒ на затылочную часть головы. При выдохе, например, через правую руку поток энергии через голову “втекает” в левую руку. Затем правая рука всасывает поток энергии на вдохе. Левая рука ☒ экран.

##### Позиция № 2, рис. 17

Меняем положение: ладонь одной руки располагается на теменной части, а другой ✕ на затылочной части головы.

"Прокачка" головы потоком энергии осуществляется тем же способом, что и в позиции № 1.

Позиция № 3, рис. 18, 19

Диагональная "прокачка" головы потоком энергии осуществляется от левого затылочного бугра к правому виску и обратно.

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

Позиция № 4, рис. 20

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

"Прокачка" головы потоком энергии осуществляется аналогично позиции №1.

Позиция № 5, рис. 21

Одну ладонь расположить на теменной области головы и мысленно направлять поток энергии вертикально вниз ✕ вверх, от головы через позвоночник обратно.

В каждой позиции количество повторений может 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.

Примечание составителя.

Номера рисунков 20 и 21 в методичке перепутаны.

После отработки этого упражнения на занятии давался альтернативный способ прокачки головы, а также прокачка заднесрединного меридиана, которые не вошли в методичку.

Головы можно прокачать «Ниточкой» в тех же направлениях что и описанном в методичке упражнении. Только надо руками двигать не только вправо-влево но ещё и одновременно с этим вперед-назад. Это нужно для того чтобы обработать весь объём мозга, ведь энергетический шнур, выходящий из ладоней имеет небольшое сечение. Работает послабее (судя по ощущениям) но выполняется проще и можно делать больше.

Прокачка заднесрединного меридиана осуществляется так:

Ученик садится на табуретку (или стул, но так чтобы спинка стула была сбоку и не закрывала спину), спина прямая, голову держит прямо, руки спокойно лежат на бёдрах. Руки и ноги НЕ перекрещивать. Учитель встаёт сбоку.

Даю описание для позиции оператора с левого бока объекта. Для положения с другого бока просто меняются руки.

Ученик сидит на табуретке. Учитель стоит с левого бока Ученика. Учитель держит левую руку в 5-10 см над макушкой Ученика. Правая рука возле левой так, чтобы её можно было опускать вдоль спины ученика в 5-10 см от неё.

Ладони Учителя всё время параллельны полу. Левая ладонь всегда смотрит вниз. Правая смотрит по направлению движения, если движется одна, и вниз, если движется вместе с левой.

1я часть. Сначала Учитель опускает правую руку вдоль позвоночника Ученика ниже сиденья почти до пола, при этом наклоняется. Левая рука остаётся возле макушки Ученика. Затем Учитель поднимает правую руку вверх вдоль позвоночника Ученика. Правая ладонь смотрит вверх. Сравнявшись с левой ладонью, правая ладонь поворачивается вниз. Далее обе руки поднимаются вверх на всю возможную высоту над макушкой Ученика. Замирают на секунду и опускаются вниз. Левая ладонь останавливается в 5-10 см от макушки ученика, правая продолжает движение вдоль позвоночника Ученика и останавливается немного выше пола. Цикл повторяется. Повторить 10-12 раз.

2я часть. Исходное положение ✕ левая рука Учителя над макушкой Ученика, правая опущена почти до пола. Руки Учителя вверх идут как в 1й части. Правая ✕ снизу вдоль позвоночника и головы вверх. Затем вместе с левой вверх на максимальную высоту. Вниз обе руки опускаются вместе и движутся с передней части туловища Ученика вдоль переднесрединного меридиана. Останавливаются не доходя 5-10 см до ног сидящего ученика. Затем руки возвращаются в исходное положение. Повторить 10-12

раз.

3-я часть. Исходное положение – левая рука Учителя над макушкой Ученика, правая опущена почти до пола. Учитель поднимает правую руку вдоль позвоночника и головы и соединив правую и левую руки воле больших пальцев опускает их вдоль переднесрединного меридиана как во 2-й части. Руки над макушкой НЕ поднимаются. Повторить 10-12 раз.

При прокачке Учитель дышит в соответствии с движениями. Язык учителя прижат к нёбу. Дыхание через рот. Когда руки опускаются делается выдох, когда поднимаются – вдох.

Очень хорошее упражнение. Его можно использовать для придания сил ослабленному человеку. Если человек слаб и ему трудно стоять, то вертикальную прокачку можно заменить такой сидячей прокачкой заднесрединного меридиана. А когда человек наберётся сил, делать ему вертикальные прокачки. Вертикальная прокачка – самое эффективное упражнение для повышения энергетического потенциала из всех описанных в этой методичке.

(Конец примечания)

С Учеником можно заниматься до возникновения лёгкой 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 четвёртому шейному позвонку и через голову Ученика вперёд – вниз. Упражнение повторить 5-7 раз (см. рис. 12).

Значение упражнения

При выполнении упражнения происходит активизация центра осознания ощущений, а затем – гармонизация его на новом качественном уровне. Возможно также возникновение небольшой тяжести и лёгкой боли в голове, что свидетельствует о неразвитых сосудах головного мозга. Укреплённый на стене листок с точкой посередине в восприятии ученика может изменять контрастность, точка – расплываться, раздваиваться и опять сходитьсь. Это свидетельствует о недоразвитии и слабой устойчивости работы зрительных анализаторов. Через несколько занятий эти явления исчезнут, заработает гомеостаз (равновесие).

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

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

Методика выполнения

1 этап – упражнение выполняется с открытыми глазами. Ученик и Учитель (партнёры) работают в паре.

Ученик находится в исходной позиции. Учитель стоит сбоку от него. Одна его рука расположена впереди (экран), другой вращательными движениями ладони он активизирует ощущения энергии в области копчика Ученика до появления у него новых ощущений (гудения, покалывания, волн, энергии, шарика, тепла, холода и т.д.).

Как только появляются какие-либо ощущения, Ученик говорит "есть", а Учитель вращательными движениями своей ладони медленно перемещает энергию от копчика Ученика вдоль позвоночника до головы, а рука ☒ экран поднимается вместе с работающей рукой.

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

2 этап ☒ упражнение выполняется таким же образом, но глаза Ученика закрыты. Когда ощущение энергии с помощью руки Учителя дойдёт до головы, Ученик должен резко открыть глаза и почувствовать, как через них выплеснулся поток энергии.

3 этап ☒ Ученик самостоятельно создаёт ощущение энергии в копчике, усиливает его концентрацией своего внимания, перемещает его вдоль позвоночника до головы, и как только возникнет ощущение прилива энергии в голове, резко открывает глаза и на выдохе делает выброс энергии через них. Упражнение можно выполнять в разных положениях: стоя, сидя, лёжа. Необходимо постараться довести его выполнение до автоматизма и в течение 2-3 с, при этом нарабатывая и силу "всплеска". Ученик может самостоятельно проконтролировать качество "всплеска", расположив руку перед глазами. В момент выхода энергии ощущается толчок в ладонь.

Пояснение составителя.

К 1 этапу. Учитель вращательными движениями ладони активизирует энергию в области копчика и затем поднимает руки голове ученика. Руки поднимаются вместе и держатся на одном уровне. Рука перед Учеником ☒ экран, поднимается прямолинейно и равномерно ладонью к телу Ученика. Рука за спиной Ученика поднимается вдоль хребта совершая вращательные движения, ладонь повёрнута к телу Ученика.

В остальном пояснения не нужны.

(Конец пояснений)

#### Значение упражнения

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

#### Упражнение 9

##### СУХОЙ ТИБЕТСКИЙ МАССАЖ

Исходное положение: Ученик стоит, ноги ☒ на ширине плеч.

Методика выполнения

Дыхание при работе с энергией в этом упражнении осуществляется через рот с усилием на вдохе и выдохе (кончик языка, упираясь в нёбо, препятствует свободному прохождению воздуха).

Вход и выход энергии в организме. Внешняя поверхность отдаёт, 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 поочередно растирать: внешнюю и внутреннюю стороны ног, области копчика и живота, голову, начиная сзади с затылочной части и заканчивая областью лица.

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 перемещать "вдавливая" вовнутрь, 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 "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.

4. На вдохе, захватив ощущение энергии в области седьмого шейного позвонка, следует переместить её вверх через голову, а на выдохе "вдавить" её в лицо и шею. Повторять упражнение 5-10 раз.

5. Помассировав обеими руками область копчика, на вдохе захватить ощущение энергии и как бы собрать её в две чаши. Затем подталкивающими движениями поднять руки к пояснице, перевести вперёд и на выдохе сделать резкий толчок руками, "вдавливая" энергию вовнутрь. Упражнение следует повторять 5-10 раз.

В целом упражнение "Сухой тибетский массаж" рекомендуется выполнять 5-10 мин, постепенно увеличивая общее время его проведения. Упражнение можно выполнять как в положении лёжа, 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 всём теле. Необходимо также следить за тем, чтобы эти ощущения не прерывались.

Недостаточно чувствительные места рекомендуется проработать энергией дополнительно. Задача Ученика ☒ вызвать ощущение стекания энергии по внешней стороне руки и "втекания" её 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.

Пояснения составителя.

1. С этим пунктом всё ясно.

2. Правой рукой из-за левого плеча от позвоночника двигаем ладонь вдоль внешней стороны левой руки до кончиков её пальцев. При этом делается вдох. От кончиков пальцев левой руки ладонь правой руки движется вдоль внутренней стороны левой руки до подмышки. При этом делается выдох. Повторить 5-10 раз. Поменять руки.

3. Ноги расставлены немного шире плеч. Обе ладони расположить возле места, где позвоночник соединяется с тазом. Делая наклон влево-вниз двигать обе ладони вместе вниз по внешней стороне левой ноги до стопы. При этом делается вдох. От стопы обе ладони вместе поднимаются вверх по внутренней стороне левой ноги до промежности. Повторить 5-10 раз. То же сделать и с правой ногой. Упражнение можно сделать и иначе. Обе ладони расположить возле места, где позвоночник соединяется с тазом. Правую ☒ справа, левую ☒ слева. Наклоняясь вперёд перемещать ладони вдоль внешних сторон ног до стоп ☒ левая ладонь вдоль левой ноги, правая вдоль правой. От стопы ладони поднимаются до промежности вдоль внутренней стороны ног.

4. Выполняется «Шлем», или действие почти как «Шлем».

5. Помассировав обеими руками область копчика, на вдохе захватить ощущение энергии и как бы собрать её в ладони в две чаши. Затем, продолжая вдох, поднять ладони вдоль середины таза к пояснице, перевести вперёд и на выдохе резко опустить к гениталиям. Повторить 5-10 раз.

Некоторые преподаватели сообщают, что после освоения работы с биокомпьютером это упражнение можно расширить. К 5му пункту добавляются ещё 3. (Работа с биокомпьютером ☒ 2я ступень обучения, самое главное в ней ☒ научиться управлять биокомпьютером, включать и выключать его когда сам пожелаешь, не давать ему своевольничать.)

6. Помассировав обеими руками область копчика, на вдохе захватить ощущение энергии и как бы

собрать её в ладони в две чаши. Затем, продолжая вдох, поднять ладони вдоль позвоночника на уровень пупка, перевести вперёд и на выдохе опустить ладони к гениталиям. Повторить 5-10 раз.

7. Помассировав обеими руками область копчика, на вдохе захватить ощущение энергии и как бы собрать её в ладони в две чаши. Затем, продолжая вдох, поднять ладони вдоль позвоночника на уровень солнечного сплетения, перевести вперёд и на выдохе опустить ладони к гениталиям. Повторить 5-10 раз.

8. Помассировав обеими руками область копчика, на вдохе захватить ощущение энергии и как бы собрать её в ладони в две чаши. Затем, продолжая вдох, поднять ладони вдоль позвоночника на максимально возможный уровень (до лопаток), перебросить руки через верх за спину и продолжать подъём до макушки. Всё это делается на вдохе. То есть надо на вдохе поднимать энергию руками по заднесрединному меридиану. От макушки на выдохе опустить ладони к гениталиям. То есть ладонями опустить энергию по переднесрединному меридиану. Повторить 5-10 раз.

(Конец пояснений)

## 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 дышать ртом (в это время ☒ язык слегка прижат к нёбу, губы почти сомкнуты).

1. На вдохе Ученик как бы всасывает энергию через три основных верхних точки (ладони рук и центр головы), затем перемещает её до области солнечного сплетения и задерживает дыхание на долю секунды. На выдохе энергию необходимо перемещать вниз, выводя её через три основные нижние точки (промежность и ступни ног).

2. Позиция изменяется: вдох энергии происходит через нижние точки, а её выдох ☒ через верхние.

При выполнении упражнения Ученику необходимо ощутить всасывание энергии как верхним (голова), так и нижним (область промежности) центрами, тем самым перекачивая энергию внутри своего тела. При этом необходимо изменять ритм своего дыхания и скорость передвижения энергии.

Выполнять упражнение рекомендуется в течение 3-5 мин. При отсутствии неприятных ощущений нагрузку можно увеличить.

Значение упражнения.

Происходит развитие внутрикостных, межорганных и других энергетических каналов и центров организма, его антигравитационных мышц, сосудов, нервов. Идёт профилактика всех систем организма, активизируется прохождение в нём 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. Постарайтесь зафиксировать верхушку "колокола" и "подвесить" его в центре головы. После

этого необходимо захватить ощущение сектора энергетического поля руками, почувствовав его плотность, и медленно перемещать "конус-колокол" руками вперёд и назад, вправо и влево, полукругом. Ощущения в голове: сжатие, плотность, напряжение; в нижнем центре и расширение. Между двумя центрами должна возникнуть связь (натянута резинка).

Покачивая ещё немного "конус-колокол" руками, следует остановить их. При этом постарайтесь ощутить, как "энергетические руки" продолжают двигаться самостоятельно, согласно с ними должен двигаться и сам "энергетический колокол". При этом работают нижний и верхний энергетические центры.

Верхний колокол (рис. 27)

Исходное положение: Ноги на ширине плеч, колени слегка согнуты, руки подняты вверх и немного согнуты в локтях.

"Колокол" направлен вверх: вершина его находится в центре промежности, основание вверх.

Почувствовав вершину "колокола", захватить ощущение сектора поля вокруг головы, медленно перемещать его руками вперёд и назад, вправо и влево, полукругом.

Ощущения в нижнем центре и сжатие, плотность, напряжение. Ощущения в верхнем центре и расширение. Как и в упражнении "нижний колокол", поработать с колоколом и центрами "энергетическими руками". Упражнение выполнять 2-3 мин, постепенно увеличивая его продолжительность до 8-10 мин (в зависимости от самочувствия).

Значение упражнения.

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

Примечание составителя.

Вобщем-то всё понятно, но можно добавить. Если не совсем понятно с движениями, опишу так.

Человек и язык колокола. Язык прикреплён к колоколу шарниром. Язык неподвижен. Качается только колокол. Когда колокол качается и шарнир движется и соответственно вызывает ощущения. У «Нижнего колокола» шарнир в голове, у «Верхнего колокола» шарнир в промежности.

(Конец примечания)

Упражнение 12

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ КОКОН

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

Дав себе мысленную команду почувствовать энергетический кокон, Ученик совершает вокруг себя руками поглаживающе-прихлопывающие движения до появления под ладонями упругой энергетической плотности, а в участках тела напротив движущихся ладоней и ответного покалывающе-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 ещё немного, Ученик останавливает собственные руки, при этом ощущая, как "энергетические руки" продолжают двигаться. По дополнительной команде согласно с ними двигается и энергетический кокон. (Рис. 28)

Ученик даёт 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.

Происходит согласование взаимодействия внутренней и внешней энергетических структур,

нарабатывается чувствительность в полевой структуре.

### Упражнение 13

#### АКТИВИЗАЦИЯ ЭНЕРГООБМЕНА

#### ЗРИТЕЛЬНОГО АНАЛИЗАТОРА

("прокачка" глаз) (Рис. 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 затылочного 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 (поочерёдно на вдохе и выдохе). Аналогично выполняется работа с правым глазом и левым затылочным 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 создаёт контакт с выходящим энергопоток. Делая вдох, плавно отводит руку от глаза вперёд, 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 проводится работа с правым глазом, затем с двумя глазами одновременно обеими руками. Ритм вдоха и выдоха Учителя и Ученика противоположны. 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 ощущение пощипывания в глазах и слезотечение (особенно если есть патология). Выполнять упражнение необходимо в течение 2-7 мин, 2-3 раза в день, постепенно увеличивая нагрузку. Упражнение возможно выполнять в положении стоя, сидя, лёжа. Значение упражнения.

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

### Упражнение 14

#### АКТИВИЗАЦИЯ ЭНЕРГИИ ВО ВСЁМ ТЕЛЕ В ПОЛОЖЕНИИ ЛЁЖА

(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 плавными взмахами поднять энергию ладонями вверх "фонтанчиком" на высоту вытянутых рук. После этого следует плавно возвратить ладони. Повторить упражнение 3-5 раз до появления ощущений плотности энергии в руках.
2. Захватив ощущение энергии из центра, растягивающими вихреобразными движениями рук отвести энергопоток в сторону ног Ученика, отходя от него на расстояние 5-7 м. Сделать движения, подобные "взбиванию перины", тем самым активизируя энергию вихреобразными движениями рук 3-5 раз. Не прекращая движения рук, возвратиться к Ученику.
3. Далее следует выполнять комплексы активизации энергии, как описано в п.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" её по четырём направлениям: голова, левый бок, ноги, правый бок. Движения осуществляются по схеме, описанной в п.2 настоящего упражнения.

6. Далее, двигаясь по часовой стрелке, приглаживающими движениями рук Учитель старается сгармонизировать 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.

Примечание составителя.

На занятиях говорится, что упражнение надо выполнять на пустой желудок. Если желудок полный, то упражнение может вызвать тошноту.

Ещё на занятиях говорится, что «Горизонтальная прокачка» – единственное упражнение из медицинских, которое даётся в общеразвивающем комплексе. Оно хорошо помогает при воспалениях, простудах и т.п. Проверено опытом при воспалении лёгких.

Краем уха слышал, что его нельзя применять при онкологии, но достоверно не знаю.

(Конец примечания)

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 вперёд, согнуты в локтях.

Методика выполнения

Растереть ладони рук, плавно раскачивая ими вперёд-назад, законтактировать энергетически друг с другом. Захватив ощущения руками, Ученик отходит на расстояние 5-7 м. После этого он работает как "приёмник" ощущений.

Учитель делает плавные движения руками вперёд-назад на уровне груди и с выдохом посылает мысленно энергопоток из своих ладоней в ладони Ученика, с вдохом принимает отражённый сигнал.

Упражнение выполняется попеременно правой и левой рукой, затем вместе обеими руками.

Потом Учитель и Ученик меняются ролями.

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 отражённый 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.

Значение упражнения

Учащийся расширяет диапазон возможностей осознанного использования сверхсознания.

## ДИСТАНЦИОННОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ

### РАБОТА ПО ГРАФИЧЕСКОМУ ИЗОБРАЖЕНИЮ И ФАНТОМУ

Эта техника в Бронниковских и Бутузовских методичках не приводится, даётся только на занятиях в школе Бронникова 1й ступени.

Описание по памяти

Когда ученики в большей своей массе почувствовали энергию и научились её направлять куда захотят, начинают изучение дистанционного воздействия в работе по графическому изображению и фантому.

Для начала надо взять медицинский атлас, в котором человек и его органы и системы изображены крупно. Для массовой работы можно сделать ксерокопии нужных рисунков. Для обучения на начальном этапе нужен рисунок, изображающий всё тело человека, его внешний вид.

Ученики разбиваются на пары. Каждой паре выдаётся один рисунок. В паре один ученик – Оператор, второй – Объект. Потом они меняются ролями.

Оператор и Объект садятся рядом друг против друга и рядом кладут рисунок. Оператор и Объект растирают ладони и затем Оператор круговыми движениями своих ладоней возле ладоней Объекта устанавливает с ним контакт и затем своими ладонями круговыми движениями переносит контакт на рисунок. Затем Оператор сосредотачивает энергетический контакт в указательном пальце правой (а можно и левой) руки и водит этим пальцем по рисунку не касаясь его. Расстояние от пальца до рисунка 1-3 см. Оператор посылает энергию из пальца в рисунок, а Объект говорит, что он чувствует.

Энергию можно посылать только в руки и ноги. Нельзя посылать энергию в туловище и голову чтобы не принести вреда объекту.

Сначала Оператор говорит Объекту, куда он посылает энергию, а Объект сообщает, чувствует ли он в этом месте энергию или нет. Например: левый локоть, правая ладонь, указательный палец левой руки, правое колено, левая ступня и т.п.

Затем Оператор не говорит и не показывает рисунок Объекту. Он посылает энергию в какую либо часть руки или ноги рисунка, а Объект говорит, в каком месте он чувствует появление энергии Оператора. Потом они меняются ролями.

Так можно работать с любым органом человеческого тела по медицинскому атласу. Можно гармонизировать поле Объекта, водя по рисунку ладонью, можно подавать энергию в изображённый на рисунке орган или отсасывать её из него, можно гонять энергию по телу и органам, изображённым на рисунке, и всё это будет происходить и в организме Объекта. Правда, это получается, если Объект не сопротивляется.

У Оператора ничего не получится, если энергопотенциал Объекта выше чем у Оператора, и Объект сопротивляется воздействию.

У Оператора может ничего не получиться, если Объект не сопротивляется, но он энергетически

сильнее. В этом случае организм Объекта может на бессознательном уровне отразить или ослабить слабый сигнал Оператора.

Соппротивление слабого Объекта сильному Оператору ослабляет воздействие.

Когда учащиеся хорошо освоят этот навык, они быстро убедятся, что можно работать даже по такому примитивному рисунку, который приведён здесь. Они убедятся, что рисунок здесь не обязателен.

Можно обходиться вообще без рисунка, создавая образ Объекта в своём воображении, представляя себе, что вот он перед вами, и таким образом создавать фантом, и воздействовать на фантом с тем же успехом. А через некоторое время ученики обнаружат, что и фантом и рисунок – это просто посредники, без которых можно обойтись, устанавливая энергоинформационную связь прямо с Объектом. Для этого надо всего лишь дать себе команду. Но чтобы освоить эту технику надо пройти в обучении все стадии.

Помните как в книгах описывается, как в старину колдуны, чтобы навести порчу, делали куклу, нарекали её именем человека, на которого хотели воздействовать и потом проводили с ней манипуляции – кололи, били и т.п. Это та самая техника. Если у колдуна был большой энергопотенциал, то он достигал успеха. А если нет – то ничего не получалось.

#### ЗАМЕЧАНИЕ СОСТАВИТЕЛЯ О МЕТОДИКЕ РАБОТЫ С БИОКОМПЬЮТЕРОМ И РАСКРЫТИИ ВНУТРЕННЕГО ВИДЕНИЯ

В московскую методичку описание начальных упражнений работы с биокомпьютером не включено. Но оно есть в крымской методичке Бутузова и приводится ниже (см. содержание).

На 9-10м занятиях проводят начальные упражнения работы с биокомпьютером. Те, у кого всё получилось, могут идти на 2ю ступень обучения. Те, у кого не получилось, должны самостоятельно заниматься упражнениями 1й ступени (включая и начальные упражнения работы с биокомпьютером), чтобы их энергетический потенциал вырос достаточно для того чтобы экран внутреннего видения заработал. Тогда они могут идти учиться на 2ю ступень.

Бронников не расшифровывает, что такое биокомпьютер и в результате создаётся впечатление, что это что-то такое особенное, отдельное от человека. На самом деле это бессознательное человека – его сверхсознание (в первую очередь) и подсознание. Работа с биокомпьютером – это попытка установки сознательной устойчивой связи между сознанием и бессознательным. А компьютером его назвали потому что действительно очень похоже: даёшь команду и получаешь результат, как была произведена работа – не ясно и не видно.

(Конец замечания)

#### ПРАКТИЧЕСКИЕ НАВЫКИ СКОРОЙ ПОМОЩИ

Каждое упражнение I 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 (солнечной и космической 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 помотает другому расширить каналы перетекания энергии).

Колокол – работа с верхним и нижним клапанами, 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 ко 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 квалифицированную медицинскую помощь. Наша помощь не является лечебной, это просто снятие острой, критической ситуации.

Если приступы бывают регулярными, как например при гипертонических кризах, мы не можем постоянно их снимать, так как это не приведёт к их полному исчезновению и не даст человеку шанс расправиться с его болезнью. В этом случае нужно просто рассказать человеку о способах восстановления регуляции сосудистого тонуса и показать ему базовые упражнения методики.

#### Внезапное повышение температуры до 40-41°C

Высокая температура — это естественная защитная реакция организма, которая возникает при ОРЗ, гриппе, и т.д. 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 40-41°C) — это пограничное состояние между жизнью и смертью, так как при температуре выше 41°C молекулы белка становятся нежизнеспособными, могут возникнуть судороги, коматозное состояние.

Наша задача — снизить температуру до 38°C. Эта температура, которая подходит для борьбы с вирусом и не вредит жизни организма.

В организме человека нарушен энергообмен: голова и какие-то внутренние органы работают как сопротивление, энергия плохо проходит через них, отсюда идёт мощное нагревание. Идёт большой набор энергии, а "энергетический выдох" затруднён.

Необходимо помочь сделать человеку "энергетический выдох". Для этого нужно:

- снять повышенный энергетический выброс с того места, где он есть (обычно это голова);
- усилить общий проток энергии;
- восстановить и сгармонизировать работу вегетативного центра (центр терморегуляции), чтобы организм поддерживал температуру, необходимую для жизни;
- активизировать капиллярное кровообращение и межтканевое дыхание, так как обычно при повышенной температуре работают только основные центральные кровеносные стволы и нагрузка идёт на сердце, повышая артериальное давление.

Для этого существуют следующие упражнения.

##### 1. В первую очередь работаем с головой.

- ослабьте вокруг головы пациента участок повышенного выброса энергетики, для чего захватите руками ощущение энергии и раскрутите его против часовой стрелки;
- поработайте с внутренней формой — переведите всю энергетику, которая скопилась вокруг головы, на переднесрединный меридиан. Захватите с плеч энергетику и перенесите через голову вперёд ("Шлем");
- расширьте ауру вокруг головы, так как аура человека маленькая, а энергетика распирает его изнутри — эффект "трёхлитровой банки вокруг головы". Энергия никуда не выходит и идёт большая нагрузка на сосуды головы, поэтому нужно захватить ощущения поля вокруг головы пациента и растянуть его во все стороны.

##### 2. Далее необходимо усилить общий энергообмен — сделайте "горизонтальную прокачку". (Все упражнения необходимо делать очень энергично.)

3. После этого восстановите центр терморегуляции: поработайте по атласу с вегетативной нервной системой (возьмите картинку из анатомического атласа или схему, где головной мозг и спинной). Захватите ощущения поля пациента и перенесите на схему, потом на схеме растяните их по восьмёрке вертикально и горизонтально.

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

## Повышение давления

При повышении давления наблюдается та же картина, как и при температуре: идёт мощный подъём энергии в голову, накопление и распирающие изнутри, а сброс не происходит.

Наша задача снять повышенную энергетику с головы и сгладить работу внутренней формы.

Для начала хорошо помассируйте воротниковую зону и плечи, шею, верхнюю часть позвоночника.

Далее:

1. Активизируйте работу переднесрединного меридиана: поднимите ощущения энергетики с боков, захватите вокруг головы и переведите на переднесрединную линию. Желательно, чтобы язык касался нёба чтобы замкнуть переднесрединный контур. В этом случае стекающий из головы энергетический поток наиболее мощный. Если язык нёба не касается, стекающий из головы энергопоток гораздо слабее.
2. Снимите избыточную энергию движениями руки над головой против часовой стрелки.
3. Расширьте и ослабьте излишние энергетические уплотнения вокруг головы, для чего захватите ощущения энергии над головой и вытяните поток вверх.
4. Захватив руками ощущения потоков энергии из глаз, усильте выход её вытягивающими движениями.
5. Откройте выходы каналов на руках и 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.
6. 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. Обморок

Ситуация противоположная предыдущей, когда идёт отток энергии от головы вниз или в окружающее пространство (обесточка головного мозга).

Наша задача поднять энергетику к голове и уравновесить состояние всех функциональных систем.

Для этого сначала хорошо разотрите всю воротниковую зону. Далее:

1. Активизируйте работу заднесрединного меридиана: сзади от копчика по позвоночнику поднимите энергию. Так же поднимаем по бокам к голове. Но энергию не сбрасываем, а только подтягиваем из позвоночника в голову!
2. Сделайте "прокачку головы", вытяните энергию через глаза.
3. Откройте выходы энергетических каналов рук.
4. Когда пациенту станет лучше, можно сделать "вертикальную прокачку" и "нижний колокол".
5. В заключение поработайте с атласом (вегетативная и кровеносная системы).

УПРАЖНЕНИЯ ИЗ КРЫМСКОЙ МЕТОДИКИ Н.Е. БУТУЗОВА 2000 г.

НЕ ВОШЕДШИЕ В МОСКОВСКУЮ МЕТОДИКУ БРОННИКОВА 2001 г.

## Упражнение

«Вращение шарика по передне- и заднесрединному меридиану»

Для повышения чувствительности слегка растираем макушку головы, формируем энергетический шарик, и кладем его на голову. Слегка постучали шариком по макушке (если шарик не достаёт до головы и ощущений нет, если слишком вдавлен в голову, то возникает ощущение кружочка на голове). Затем, начинаем катить его по средней линии, опуская по середине лба на нос (кончик носа очень хорошо чувствует этот энергетический шарик, чуть дальше или ближе и чувствительность пропадает). Язык в это время прижат к верхнему нёбу за зубами. Опускаем шарик по губам к подбородку. Шея чувствует шарик сразу всей поверхностью, так как он касается её сразу по большому

периметру. Затем, опускаем шарик по средней линии груди до «солнечного сплетения» и останавливаем его на 30 – 40 секунд. За это время в «солнечном сплетении» появляется очень сильное ощущение тепла. Это необходимо для проверки правильности выполнения упражнения, а также для того, чтобы присутствующие «скептики», если таковые имеются, убедились бы в реальности ощущений. Далее, по средней линии живота опускаем шарик до промежности. Там его не возможно не почувствовать внутренней поверхностью бёдер и низом живота, затем проталкиваем шарик в копчик и посидим на нём, как на настоящем шарике. Затем подъём его по задней поверхности ягодиц до уровня почек. Снова остановка на 40 – 50 секунд (в этот момент начинают согреваться почки, затем подъём в точку между лопаток и встречаем наш шарик возле седьмого шейного позвонка. Горячее ощущение в шеи. Оставьте шарик там и уберите руки. Ощущения останутся. Завершая круг, поднимем шарик по затылку на макушку.

Повторите 5-7 раз, фиксируя командой «есть», добиваясь чёткого ощущения циркуляции энергии, но главное, чёткого ощущения подъёма энергии по позвоночнику.

При недостаточной чувствительности тела и слабом ощущении перемещения энергетических шаров можно проделать следующие упражнения ☐ создание ощущений перемещения энергии в тантрической паре Учитель-Ученик.

#### Упражнение

##### «Создание позиции стороннего наблюдателя»

Кроме всего, очень важно, не заикливаться на возникающих ощущениях, а отслеживать их как бы со стороны, с позиции стороннего наблюдателя. Постарайтесь не чувствовать, а определить, какие именно эмоции вы испытываете, не ощущать всем телом, а отследить, как ваше тело выполняет ваши команды, оставаясь как во внутренней цитадели. Совершенно спокойным и всевидящим в любой ситуации.

#### Упражнение

##### «Активизация точек вокруг глаз»

Если упражнения по наработке чувствительности рук мы начинали с их активизации, то и упражнения но прокачке глаз начнём аналогичным образом.

1. Надавите тремя пальцами, расположив их вдоль верхнего края глазницы по направлению к брови три раза. Следите, чтобы ногти не касались кожи (1 а, 1 б, 1 в).
2. Трижды надавите указательными пальцами на нижней край глазницы сверху-вниз (2).
3. Тремя пальцами трижды надавите на виски (3а, 3б, 3в).

После этого попеременно сосредоточьте свой взгляд на 2-3 секунды на горизонте, быстро 3-5 раз поморгали и перевели взгляд на кончик носа на 3-5 секунды и снова поморгали. Повторить 5-7 раз. Заканчивается комплекс подготовительных упражнений по активизации зрения движением глаз по периметру воображаемого большого прямоугольника, 5-7 раз попеременно в одну и другую сторону. После прохождения периметра каждый раз необходимо поморгать 3-5 раз подряд.

#### Упражнение

##### «Самостоятельная прокачка глаз»

Активизируем руки. Поставьте раскрытые ладони перед глазами и на ладонях вы непременно ощутите тёплые, давящие из глаз лучики энергии. Закрепите ощущения командой «есть». Законтактируйте с лучиками руками и постарайтесь обхватить их пальцами так, чтобы на пальцах тоже были похожие ощущения и начните слегка сжимать лучики пальцами. Если упражнение выполняется правильно, то при хорошей чувствительности вы почувствуете, как в области глаз у вас возникло ощущение

покалывания, пощипывания, могут начать слезиться глаза. После того, как контакт налажен, жёстко захватите пальцами лучики энергии и на вдохе начните вытягивать их из глаз. Скорость должна быть такой, чтобы не сорвать ощущения энергии с пальцев рук и в то же время не задерживать выход энергии из глаз, максимально его усилить. Вытянув лучики, распрямляем ладошки, делая из них своеобразные отражающие экранчики, и на выдохе возвращаем, вталкиваем энергетические лучики обратно в глаза.

Показателем правильности выполнения здесь также является появление небольшой рези или пощипывания в глазах, вплоть до слёзотечения (особенно при наличии патологии).

Заканчивая упражнение, прижмите на секунду ладони к глазам для снятия всех возможных негативных ощущений.

#### Упражнение

##### «Активизация слуха»

Для начала активизируем ушные раковины. Для этого:

- 1) указательными пальцами трижды проведём нажим по всему периметру вокруг ушных раковин.
- 2) В течение 5-7 секунд легко побарабаним пальчиками по внешней верхней кромке уха.
- 3) Глубоко засунем указательные пальцы в уши и резко их выдернем так, чтобы в ушах получилось ощущение хлопка. (5-7 раз) Фиксируем ощущения командой «есть».

После этого создаём энергетический лучик между руками (имеется в виду процедура «Ниточка» (составитель)) и пропускаем его между ушами через центр головы. Затем прокачиваем уши в течение 2-3 минут. Снова фиксируем возникшие ощущения командой «есть».

Делаем 3-5 энергетических всплеска в слуховой аппарат и опять фиксация ощущений командой «есть».

После этого попробуйте услышать в ушах собственный пульс. Как слышим мы его после бега или сильной физической нагрузки. Сосредоточитесь на биении своего сердца и услышите его в ушах.

Зафиксируйте уровень ощущений командой «есть». Аналогично попытайтесь услышать шум дыхания. Тиканье часов. Дыхание партнёра, шум одежды при движении. Везде фиксируйте ощущения командой «есть».

А теперь услышите весь диапазон звуков сразу. Зафиксируйте ощущения командой «есть».

#### Упражнение

##### «Активизация обоняния»

- 1) Прочистка носоглотки и придаточных пазух носа.
- 2) Активизация области носа.

Для этого необходимо кончиками пальцев несильно нажать на точки вокруг носа, а так же под основанием носа, точку между бровями и на проекции лобных пазух носа.

Затем несильно прищипнуть носовую перегородку и крылья носа. Ещё раз нажать пальцем на основании носа и сделать медленный вдох.

Затем.

1. Сделайте медленный вдох и попробуйте проанализировать ощущения запаха вокруг вас.
2. Попробуйте ощутить на вытянутой руке запах одеколона, уксуса, эфирных масел. Не спешите, пусть на анализ каждого запаха уйдёт не менее 2-3 минут.

Создайте с закрытыми глазами ощущения запаха утреннего леса, нагретого пыльного асфальта, запаха букета роз, чая с лимоном и т.д.

Данный комплекс упражнений нарабатывает воспринимаемый диапазон вашего обоняния, на основе осознанного использования сверхсознания.

#### Упражнение

Это упражнение так же относится к области тантрического воздействия. Согласно преданиям индейцы Майя таким образом возвращали к жизни своих даже смертельно раненых воинов.

Оно выполняется следующим образом. Обычно самый крупный и крепкий человек (т.к. он должен держать на себе вес двоих людей) ложиться на спину, руки вдоль тела, ладони вверх. На него ложится Ученик вниз лицом соединяясь с ним ладонями. По бокам ложатся ещё двое просовывая руки под головой у нижнего человека и друг у друга. Они лежат на боку.

Сверху ложится последний человек. Замыкая кокон, он обхватывает боковых операторов руками и они, в свою очередь, тоже обнимают его каждой свободной рукой. Дыхание должно быть синхронным. Все ориентируются на пациента (Ученика). Глаза лучше закрыть и полностью довериться своему телу, отслеживая свои ощущения. Сигнал к окончанию работы даёт тот, кто лежит снизу.

В этом случае энергия идёт настолько плотно и сильно, что не почувствовать её невозможно. Причём, происходит ещё и дополнительная подпитка восходящими и нисходящими потоками энергии, что видно по интересному эффекту. При какой бы наружной температуре не происходило это упражнение под нижним человеком пол будет охлаждаться вплоть до того, что от холода отпотеет даже под матрасом. Это наглядно видно и можно проверить рукой, потрогав температуру соседних участков пола.

Значение упражнения такое же, как и упражнения «Вращение шарика по передне- и заднесерединному меридиану».

## ВКЛЮЧЕНИЕ ВНУТРЕННЕГО ВИДЕНИЯ РАБОТА С БИОКОМПЬЮТЕРОМ

### Первое занятие с биокомпьютером

Перед занятием с биокомпьютером проделать упражнения, которые должны предшествовать работе с ним. См. «Программу занятий». (составитель)

Все садятся, желательно в круг (энергоинформационное поле круга оказывает дополнительное воздействие). Производится инструктаж по технике безопасности при работе с биокомпьютером (читай со сверхсознанием).

### ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ РАБОТЕ С БИОКОМПЬЮТЕРОМ.

- 1) Включение БК (биокомпьютер) можно производить только в маске. Маска (повязка) должна быть плотной и полностью закрывать глаза. Свет через маску в глаза попадать не должен. Даже открыв глаза в маске ничего не должно быть видно ☒ только темнота.
- 2) Для включения БК необходимо, чтобы полевые структуры были не ниже следующих показателей:  
Горизонтальное поле (поле подсознания) ☒ 7 метров;  
Вертикальное поле (поле сознания) ☒ 60 см;
- 3) Разница между показателями вертикального поля при открытых и закрытых глазах, а также при создании Учеником ощущения тяжести, а затем лёгкости при открытых, а затем при закрытых глазах не должна превышать 5 см.
- 4) Во всё время работы, глаза под маской должны быть закрыты.
- 5) Обо всех негативных ощущениях во время работы Ученик должен немедленно сообщать инструктору.
- 6) Ученик выполняет только свои команды, которые он повторяет для исполнения вслед за инструктором. Это укрепляет позицию сознания в роли «Хозяина».
- 7) Руки и ноги во время работы не перекрещиваются.

8) Глаза без команды открывать нельзя.

9) После окончания работы глаза открываются в момент энергетического «всплеска».

После того, как Ученики прослушали технику безопасности, все делают 2-3 всплеска через глаза, 2-3 всплеска через макушку и ещё один всплеск через глаза, после чего глаза сразу же закрываются, и надевается маска.

Маска служит для того, чтобы свет не попадал на глаза, кроме того, чтобы исключить возможность открытия глаз. Всё дело в том, что в обычном состоянии, когда свет попадает на глаза, мозг работает за счёт внешнего источника энергии по строго определённой схеме и затылочных зрительных буграх создаются зрительные образы. Тогда же, когда свет на глаза не попадает мозг начинает работать по совершенно другой схеме. И зрительные образы создаются за счёт внутренней энергии. Для этого в наших зрительных буграх и существует два вида зрительных клеток.

Итак, глаза закрыты маски надеты. Перед глазами сплошная темнота.

Команда: «Появись перед глазами ощущение объёма!» Зафиксируйте это ощущение командой «есть!». Вот это и есть объём нашего БК, где мы будем набирать все пять органов чувств, а если понадобится то и много больше. Но это уже второй уровень, а пока интересующихся могу переадресовать к книге академика А.Петрова «Ключ к сверхсознанию».

Очень многие, особенно взрослые, испытывают трудности при включении БК (экранчика). Мешают стереотипы мышления, попытки логически отследить происходящее, которые в свою очередь приводят активизации левого полушария и разбалансировке половинок головного мозга, мешают комплексы и т.д. Для того, чтобы всё это преодолеть отнеситесь к этому, как к игре нашего сознания, что в сущности верно на 100 %. «Увидеть» человек прежде всего ассоциирует это понятие с глазами, поэтому мы отложим видение на самую последнюю очередь, а для начала создадим в нашем виртуальном пространстве все остальные органы чувств.

Наиболее наработанные у нас за время занятий – это осязание, т.е. создание тактильных ощущений в различных частях тела. Вот с него и начнём. Можно следовать следующей схеме:

Вы стоите в полной темноте босиком на прохладном, кафельном полу. Стоите и напряжённо всматриваетесь. Полнейшая темнота.

В это время незаметно исподволь снимается первый блок. Ученик представляет себя стоящим. Создаёт ощущение прохладного, кафельного пола. В то же время сознание акцентированное на полную темноту уже не заметило, как ощущения прохладного пола создались в физических ногах, а в виртуальном теле, т.к. все в этот момент естественно обуты и, кроме того, сидят, а не стоят. Ученики слышат голос инструктора, но, тем не менее, легко создают виртуальную, полнейшую до звона в ушах тишину. Вместо команды «есть!» они дают знак об исполнении команды движением руки.

Звучит следующая команда:

Медленно вытягиваем и шарим вокруг себя руками. Ничего не обнаруживаем. Нашупывая дорогу ногой, делаем шаг вперёд. Правая рука коснулась стены. Это оштукатуренная и покрашенная стена. Ощущение замкнутого пространства. Воздух слегка затхлый. Душновато.

Обычно, с этой командой не возникает особых проблем. Держась правой рукой за стену, идём влево. Левой ногой ударились о каменную ступеньку и ушибли большой палец. Больно. Потираем палец рукой – боль проходит.

Следующая команда:

За ступенькой нащупываем деревянную, окрашенную дверь, которая открывается наружу. Открываем и осторожно щупая дорогу ногой и держась за стену, делаем шаг вперёд.

Ученики уже забыли, что они сидят в комнате, а главное забыли, свои комплексы типа «этого быть не может или я этого не смогу». Тактильные ощущения уже работают.

Следующая команда:

В этом помещении слева слышится звук, падающих капель. Скорее всего подтекает канализация, потому что стоит довольно неприятный, запах, кроме того пахнет сырой штукатуркой и извёсткой.

К тактильным ощущениям добавили, т.е. включили виртуальный слух и запах. Ещё два психологических барьера снято.

Когда облизываем губы и вкус солёного пота на губах.

После этого у нас в виртуальном мире работают уже четыре органа чувств из пяти. Неспеша, продолжаем набирать их дальше.

Следующая команда:

Держась правой рукой за стену, делаем ещё три шага и доходим до угла. Ощупывая путь ногой, поворачиваем направо и скорее периферийным зрением не видим, а скорее угадываем прямоугольник выхода, который только чуть светлее, точнее серее, окружающей темноты. О том, что это выход свидетельствует и более свежий воздух.

Если кто-то и не увидел более серый, чем окружающий мрак прямоугольник входа, то он его вообразил. А куда мысль и туда энергия. Все остальные вообразили выход аналогичным образом только ещё и визуализировали его.

Следующая команда:

Приближаемся к выходу. Ощупываем руками стену. Выход оказывается несколько выше уровня пола, к нему ведут шесть ступенек. Осторожно поднимаемся по ним и выходим из, как выяснилось подвального помещения. Сразу же изменилось восприятие. Ощущение открытого пространства. Дует тёплый, влажный ветер. Тёмная ночь. Небо в тучах. Недавно прошёл дождь. Запах мокрой земли и травы. Слышен шум листвы и шум ветра на деревьях. Видно недалеко растут несколько деревьев или даже лес.

Ноги стоят на влажном, кафельном пороге. Посмотрели по сторонам. По бокам угадывается проём двери. Он еле виден. Скорее всего, побелён, т.к. даже в полной темноте виднеется сероватая поверхность. Потрогали проём рукой. Понюхали. Побелённая штукатурка. Пахнет мокрой извёсткой. И снова зрительные образы оттеснены на второстепенный план и получают сами собой. Мир, созданный в нашем внутреннем пространстве, уже живёт и остаётся только увидеть его. Для того, чтобы это было на 100 % вводим элемент сказки.

Следующая команда:

Делаем шаг вперёд. Справа слышится шумный глубокий вздох. Затем ещё один с всхрапом. Это конь. Поворачиваем вправо. Протягиваем руку, но ничего не ощущаем. Ветер всё также шумит на деревьях. Темно. Делаем шаг вперёд и ногой натыкаемся на еле белеющий в темноте бок коня. Мы стояли на высоком крыльце вровень с конским брюхом. Конь обнюхивает наши руки. Дышит теплом в ладони и щекочет их волосками. Мы ему понравились, он становится боком к крыльцу, как бы приглашая сесть на него. В темноте садимся на него верхом. Ощущение тёплого тела снизу и запах лошадиного пота. Седла нет, но что-то сзади твёрдое и большое. Ощупываем руками и это крылья. Это крылатый конь. Он удостоверился, что мы удобно сидим у него на спине, начинает разбег и, взмахнув крыльями взлетает. Ощущение ветра в лицо. Запах свежести, шум крыльев за спиной. Ощущения горячего тела под нами и работы мощных мускулов. Мы летим выше и выше.

Наступает сырость и поднимаемся через облака, прохладно. Вдруг облака кончаются. Перед нами бескрайний простор причудливых облаков, остающихся внизу залитых нереальным, сказочным, лунным светом. В этом свете полная луна сияет в окружении звёзд. Тишина. Только шум ветра и крыльев и дыхание коня. Он делает плавный круг и летит прямо. Ориентируемся по звёздам. Луна сзади. Слева видим созвездия Большой и Малой Медведицы. Мы летим на Восток. Звёзды тускнеют, небо всё более и более светлое и вот мы видим восход солнца. Мы купаемся в его лучах. Белый, крылатый конь и вы верхом на нём в бескрайнем просторе синего неба. По огромной спирали спускаемся вниз. Ложитесь на коня плашмя и вот уже вы превращаетесь в огромную, белую птицу и сами летите, ощущая, как мощно работают мышцы груди и легко повинуется тело, крылья легко и свободно несут вас. Изменилось зрение, совершенно другой угол восприятия, вы видите почти во все стороны, взгляд острый и ясный. Ветер приносит множество ароматов. Под нами море, полоска песчаного пляжа, купающиеся люди, цветные зонтики и белые пляжные кабинки. Садимся на воду,

вытянув ноги вперёд для торможения и грудью встречая воду. Сложим крылья, два, три гребка лапами и превращаемся в человека. (Импровизируйте смелее, можно поиграться и попрыгать, превратившись в дельфина или кита, но не забывайте о времени и состоянии полей.)

Снова смена восприятий и ощущений. Мы по пояс в воде, выходим на берег. Солнце припекает плечи, на губах вкус морской воды. Слышен шум пляжа, смех, музыка, кто-то играет в волейбол. Идём, ощущая уменьшающееся сопротивление воды, выходим на песок. Ещё шаг и песок уже сухой и горячий, припекает босые ноги. Подходим к пляжной кабинке, покрашенной белой краской. Рассматриваем её. Ещё ближе. Видны несколько волосков от кисти, прилипших к кабинке и окрашенных. Оставляем только белую стенку кабинки перед глазами. Запах, нагретой краски и металла. Всё остальное убираем. Перед нами белый, можно сказать экран, размером метр на метр. Придаём ему белизну и убираем структурность краски и металла. Это просто белый экран. Сделаем всплеск с закрытыми глазами в центр нашего экрана, закрепляя его в нашем сознании. Теперь, даём команду: «Экран свернись в горизонтальную линию. Линия свернись в точку». Всплеск в белую точку, фиксируя её в нашем сознании. Затем точку убираем в память. Снова достаём: «Точка, линия, экран». Снова закрываем, точку в память, темнота, снимаем маски, глаза у всех закрыты. Делаем энергетический всплеск через глаза и одновременно открываем глаза.

После работы необходимо сделать по пять всплесков через макушку и через глаза, прокачку головы и вертикальную прокачку.

Мы производили включение БК по ступенчатой или так называемой мягкой схеме включения. Это допустимо один или два раза и то только для того, чтобы все убедились, что реально обладают такой возможностью. Дальнейшая работа строится только по жёсткой схеме: ТОЧКА, ЛИНИЯ, ЭКРАН.

На этом первое занятие с биокомпьютером заканчивается.

Вот теперь можно провести разбор того, что происходило. Вначале мы сбили установку и настрой учеников включить экранчик тем, что начали нарабатывать не видение, а осязание, затем слух, обоняние и вкус и только уже затем, как естественное продолжение зрение. Затем внесли в этот процесс элемент игры, чтобы люди не относились чересчур серьёзно к включению БК. Когда человек очень хочет и очень старается, это может больше вредить, чем помогать. Пусть на первый раз он убедится, что этот механизм у него есть в наличии и работает, а затем если захочет он сумеет и научится им управлять.

Второе занятие с биокомпьютером

Перед занятием с биокомпьютером проделать упражнения, которые должны предшествовать работе с ним. См. «Программу занятий». (составитель)

Обязательно необходимо провести опрос самочувствия учеников и их состояния после предыдущего включения БК. Особое внимание уделить на сон.

Затем ещё раз зачитать технику безопасности при работе с БК.

После этого можно приступать к включению БК.

Делается два всплеска через глаза, два всплеска через макушку. Затем ещё один всплеск через глаза, глаза сразу же закрыть и одеть маску.

На этом занятии включение БК провести по жёсткой схеме. ОБЪЁМ ▣ ТОЧКА ▣ ЛИНИЯ ▣ ЭКРАН.

Для этого Ученик повторяет для себя к исполнению команду Учителя. Появись ощущение объёма, и фиксирует выполнение чёткой командой «есть»! Появись белая точка ▣ «есть»!

Точка растянься в горизонтальную линию ▣ «есть»!

Линия развернись в линию по вертикали ▣ «есть»!

Затем всплеск, в экран не открывая глаз, и сразу же сворачиваем экран в обратном порядке в точку.

Точку отправляем в память.

Повторим открытие БК и поменяем цвет экрана по цветовому спектру (красный, оранжевый, жёлтый, зелёный, голубой, синий, фиолетовый). Снова закроем. После каждого изменения цвета делаем всплеск в экран БК энергией того цвета, которого и экран.

На третий раз Ученики должны самостоятельно выполнить все действия по команде Учителя. «Включить БК». Процесс включения обычно длится не более пяти секунд. Дать задание БК, пусть он сделает экран такого цвета, энергия, которого больше всего ему понравилась. Зафиксировать командой «есть!» А теперь пусть окрасит в тот цвет, энергия, которая больше всего не понравилась. Запомните эти цвета. Поблагодарите БК за общение и попрощайтесь до будущей встречи. Сделайте всплеск в экран БК той энергией, которая ему больше всего понравилась. И дайте команду Ученикам выключить БК. Во время работы постоянно контролировать уровень энергии над головой, не дожидаться падения столбика ниже 40 см. Ученики Самостоятельно выключают экран по схеме: ЭКРАН ☒ ЛИНИЯ ☒ ТОЧКА ☒ ТОЧКУ В ПАМЯТЬ. После этого все снимают маски. Глаза закрыты, Одновременно делают всплеск и открывают глаза. Ещё по 3-5 всплесков через макушку и через глаза. Затем прокачка головы и вертикальная прокачка. Время работы в маске примерно 15 минут. На этом занятия по первой ступени заканчиваются. Время обмениваться адресами и телефонами, договориться о будущих встречах и ответить на последние вопросы. Если у кого-то не получилось открыть экран внутреннего видения ☒ не беда. Просто за 10-ть занятий ещё не достаточно наработались необходимые навыки и возможно не совсем выровнялся энергопотенциал мозга. Очень часто человек мешает себе сам, начиная логически отслеживать, что происходит с ним во время включения БК, чем активизирует левое полушарие и разрушает энергетическое равновесие. И последнее. По «мягкой» или ступенчатой схеме включения БК, можно работать только первое время 1, максимум 2 раза. Затем никаких поблажек быть не должно. Сознание должно находиться только в чёткой позиции хозяина, и включать БК только когда нужно, только по команде и только по жёсткой схеме.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ СОСТАВИТЕЛЯ ТЕМ,  
КТО ОСВОИЛ 1ю СТУПЕНЬ ШКОЛЫ БРОННИКОВА  
НО НЕ МОЖЕТ ОТКРЫТЬ ЭКРАН  
И НЕ МОЖЕТ ВИЗУАЛИЗИРОВАТЬ ОБРАЗЫ

Если вы освоили 1ю ступень школы Бронникова и ваша энергетическая система достаточно хорошо развилась, но при этом вы не можете открыть экран и не можете визуализировать образы (когда закрываете глаза видите только темноту и больше ничего), то это значит, что ваш компьютер нуждается в помощи.

Чтобы помочь ему надо выполнять два упражнения — “Пальминг” и “Телевизор”.

Сначала выполняется упражнение “Пальминг”.

Сядьте возле стола, так чтобы удобно опереться на стол локтями. Разотрите ладони друг о друга так, чтобы они стали тёплыми. Закройте глаза ладонями так, чтобы центр ладоней был напротив глаз. Глаза при этом открыты. Ладони прижимайте плотно, чтобы свет не проникал под них. Смотрите в тёплую темноту. Это очень полезно для глаз и кроме того готовит глаза к следующему упражнению — “Телевизор”. Выполняйте “Пальминг” в течении нескольких минут и затем переходите к упражнению “Телевизор”.

Упражнение “Телевизор”.

Сядьте перед телевизором на таком расстоянии, чтобы вам было хорошо видно изображение без очков (если вы их используете). Смотрите любую передачу. Для начала лучше всего заставка с часами, такими, чтобы было хорошо видно движущуюся секундную стрелку, так легче отмечать время удержания картинки. Но в принципе годится любая передача.

Лицо направлено на телевизор, вы смотрите на экран. Закройте глаза ладонями как при “Пальминге”. Смотрите в тёплую черноту. Быстро уберите руки от глаз на 1-3 секунды и снова закройте глаза ладонями. У вас перед глазами на какое-то время останется стоять картинка телевизионного экрана. Картинка может быть как в нормальном цвете, так и негативная — цвета обратные как на фотоплёнке. Рассматривайте стоящее перед закрытыми глазами изображение. Когда оно исчезнет, откройте глаза

и посмотрите на телевизор. Сколько секунд держалось изображение?

Повторяйте упражнения по несколько раз ежедневно и успех будет достигнут.

Сначала изображение может вообще не зафиксироваться. Но после нескольких дней тренировок оно будет удерживаться сначала доли секунды, а затем и несколько секунд.

Сначала, при выполнении упражнения “Телевизор”, глаза надо закрывать ладонями, но потом можно просто закрывать глаза веками не используя руки.

Когда изображение будет удерживаться перед закрытыми глазами хотя бы 1-2 секунды, можно начинать открывать экран биокомпьютера. Если не получилось, снова выполняйте “Пальминг” и “Телевизор”, потом снова пробуйте открыть экран. В конце концов у вас получится.

И ещё один совет.

Вы собираетесь открыть экран. Надели повязку, закрыли глаза. Закрытые глаза поднимите вверх градусов на 45-50 и держите их в таком положении. Посидев так примерно минуту открывайте экран. Такое положение глаз действует рефлекторно на мозг и помогает открыть экран. (Такое положение глаз применяется в методе Хосе Сильва для вхождения в альфа-состояние. См. книгу «Управление разумом».) И не забывайте делать вертикальную прокачку.

(Конец советов.)

ТЕКСТ МЕТОДИЧКИ БРОННИКОВА 2001 г.

ОТЗЫВЫ ПРОШЕДШИХ ОБУЧЕНИЕ ПО I СТУПЕНИ

Я доверяю системе, так как с первых минут занятия нам дали понять, что здесь всё хорошо продумано, и техника безопасности стоит во главе угла, весь метод связан с нею совершенно неразрывно.

Но главное то, что и у меня что-то получилось! Я почувствовала нечто, чего раньше никогда не чувствовала. И меня стало тянуть на занятия всё больше и больше. Я ходила туда, как на праздник.

Бахмутова М.Р.

Я стала более уверенной, даже в школе девочки говорят, что я изменилась. Меньше стала нервничать, переживать по пустякам. Я поняла что это не фокусы и не дар, и всему можно научиться.

Зелинская Надежда

В результате занятий по I ступени возросло желание действовать, идти вперёд, ни на минуту не останавливаясь на достигнутом. Естественной потребностью стало стремление развить свой организм, личность, использовать как можно больше свои возможности памяти, интуиции, внимания. И, может быть, тогда найти ключ, который позволит открыть двери в нас самих и двери, за которыми бесконечные знания.

Очень многое я узнала из лекций В.М.Бронникова, он раздвинул границы моих знаний о человеке, его связях с небом, землёй, космосом и средой обитания. На этих лекциях я чувствую, что приобщаюсь к новому, передовому, современному направлению в жизни, что очень важно в данное трудное нестабильное время для людей, потерявших работу и уверенность в завтрашнем дне и вынужденных как-то выживать. Очень важно не замыкаться в кругу жизненных проблем, а приобщаться к передовому течению и привлекать детей, друзей, родных, знакомых.

Алёшина Е.В

Я всегда чувствовал, что есть «что-то», что в человеке скрыты колоссальные возможности, резервы, которые по тем или иным причинам не могут быть востребованы.

Теория Бронникова позволила по-новому взглянуть на многие вопросы, а практические занятия дали возможность почувствовать в себе новые ощущения энергии и силы.

Макаренко А.И.

Занимался со своими детьми, мне доставляло удовольствие наблюдать за их личиками в моменты,

когда они испытывали те или иные ощущения, смотреть в их широко раскрытые удивлённые глаза и слышать восторженные возгласы: «Фантастика!». За сравнительно короткий срок занятий ☒ всего один месяц ☒ в нашей семье появились любимые упражнения. Перемещение энергии ☒ ощущение тобой же созданного энергетического шара, который по твоему желанию устремляется туда, куда его направляют. Ощущение настолько реальное, что испытываешь истинное удовольствие от умения управлять этой малопонятной пока многим силой.

Кругликов М.М.

Особенно запомнились слова, которые неоднократно подчёркивались: мы не лечим, а даём вам технологию, следуя которой, вы сможете делать это сами.

На занятиях я удивилась тому, как с помощью простых, элементарных действий можно добиться эффективных результатов. Мне не хватало именно таких знаний, и я их получила.

Майрова О.Ю.

Поступив на первую ступень обучения, была удивлена, что развитие сверхспособностей людей достигается легко доступным практически любому методом. Здорово, что в нашей стране появилось научное учреждение, где буквально за месяц из обычного человека делают самого настоящего чародея. Это результат нового уровня воспитания и развития. Когда меняется представление о жизни — меняется сама жизнь.

Мельникова А.М.

## ДЕСЯТЬ ПРИНЦИПОВ СИСТЕМЫ БРОННИКОВА

1. Шаг теории ☒ шаг практики на основе закономерностей. Причём, надо сначала знать, а потом уметь, не наоборот.

Но любое достижение может быть несвоевременным: первокласснику можно показать как размножаются млекопитающие — готов ли он к этому?

2. Оптимальная ступенчатость в достижении знаний и умений.

Но любой теоретический и практический опыт может быть использован во вред по неосмотрительности.

3. Наличие мощной, жёсткой и проверенной техники безопасности. От мыслей, слов, до поступков и воздействий энергетических и физических.

Но разделяя курс на ступени, и страхуя себя, других от проблем, можно предложить систему, в которой человек только к концу жизни подойдёт к первым рубежам необходимых достижений.

4. Достигать требуемых результатов за предельно короткое время.

Но предельные сроки могут дать запредельные нагрузки.

5. Постоянная проверка объективности выбора режима нагрузки и безопасности в тесном сотрудничестве с самой передовой наукой, новейшими приборными исследованиями, сопровождение групп обучающихся необходимыми специалистами и консультантами.

Однако самый лучший метод с самой лучшей техникой страхования от ошибок, будучи быстро показан, может и быстро забыться.

6. Оптимальное количество занятий и тщательное закрепление навыков.

Но даже прочно закреплённый навык может атрофироваться при отсутствии возможности или потребности его применения и развития.

7. Не замыкаться в одиночестве сверхспособностей, а формировать многообразие применения метода в различных сферах деятельности (а следовательно, увеличивать количество потребителей) и создавать клубную форму общения ☒ новую комфортную высокоорганизованную среду обитания для обученных или желающих получить знания детей и взрослых.

Однако так ли уж мало комфортных, организованных и даже защищённых структур, призывающих

пополнять свои ряды? Долго ли они просуществуют? Насколько они нужны Социуму, Природе, Космосу?

8. Его планы тщательно вписаны в самые сокровенные и глобальные задачи Космоса, Природы и Человека. И этот процесс сопровождают и берегут.

Но мало ли тех, кто рассказывал о прекрасных планах, рассчитывал на содействие и защиту мощных сил, были смяты и опрокинуты? «На Бога надейся, а сам не плошай», ☐ предостерегает народная мудрость.

9. Идти не спеша, скромно и осторожно, чаще удерживая процесс в роли «инь» ☐ невесты, которая просто демонстрирует, а не навязывает себя: кому понравится ☐ подойдёт знакомиться.

Сказано: «Спасёшь себя ☐ спасёшь других». Но разве может один человек, передающий знания, идею, или даже небольшая группа осуществить такой замысел в деталях?

10. Должны собраться многие. Необходимо предлагать знания всем, помогать каждому раскрыть себя, найти свою роль, место и предназначение в общем процессе.

## НАИБОЛЕЕ ЧАСТО ВСТРЕЧАЮЩИЕСЯ ВОПРОСЫ ПО МЕТОДИКЕ

Почему вы не делаете тестирование до занятий: есть ли у человека сглаз и порча?

Нет смысла. Если на человека оказано или идёт какое-то мощное постороннее воздействие, то следствием является то, что его полевая структура при овладении упражнениями в норму входить не будет. На практике таких случаев у нас не было, хотя ученики считали, что проблема для них существует. Это означает, что упражнения эффективно выводят человека на уровень независимости от бытовых энергетических влияний.

Может ли не быть поля у человека вообще?

Поле ☐ это развёртка жизненных сил. Но бывает, что поле почти совпадает с границей тела, а в некоторых случаях местами даже идёт не выброс энергии в материальное пространство, а всасывание. Образуются воронки, как своеобразные «чёрные дыры». Такой человек уже балансирует на грани. Например, был врач-реаниматолог, которого самого надо было срочно отправлять в реанимацию. И что замечательно, во всех подобных случаях требовалось всего несколько занятий, и поле начинало стремительно расти. Организм узнавал, вспоминал, как поддерживать норму.

С этими людьми мы встречались через год и два: здоровье улучшалось, а поле и физическое состояние были хорошими.

Если я, будучи в роли учителя, дома сделал пять «прокачек», а мне ни одной, то я теряю свою энергию? Энергия вокруг нас и через нас всё время протекает, человек ☐ генератор жизненной энергии. Но у одного может быть затруднён энергетический выдох, у другого ☐ вдох. Поэтому у новичков может возникнуть временная дестабилизация. На первом этапе лучше соблюдать примерное равновесие, консультироваться у инструктора.

Можно ли сочетать метод Бронникова с медитацией, массажем или голоданием?

Пока вы обучаетесь, метод с другими техниками лучше не совмещать или проконсультироваться с инструктором. Освойте закономерности метода ☐ сами решите, что вам необходимо дополнительно.

Велик ли расход энергии при работе биокомпьютера?

Да, весьма велик. Потому у энергетически неподготовленного, неразвитого человека он не включается. Многие экстрасенсы от природы очень чувствительные люди, и биокомпьютер у них работает на пределе, мозг вынужденно забирает энергию у других органов, могут возникнуть болезни, патологии.

На наших занятиях мы сначала обучаем управлению энергообменом и технологии быстрого

восстановления энергопотенциала.

Используете ли вы на занятиях внушение?

Данный метод основывается на совершенно противоположном действии. Сознание всегда должно находиться в позиции хозяина, чётко отслеживающего окружающую обстановку.

Что такое энергетический вампиризм?

Наряду с обычным общением тут же возникает энергетическое. Больные, пессимисты – это берущие энерговампиры. У них проблемы с набором энергии. Врачи или руководители невольные энергетические доноры. Говорят, надо ставить защиту, не тратить энергию. На самом деле намного эффективнее и гуманнее научиться восстанавливать энергетические потери нашими упражнениями. Обучить методике самих энерговампиров.

Опаснее на самом деле, когда человеку дают много энергии. Инфаркт, инсульт, гипертония – последствия этих перегрузок.

Овладение энергообменом позволяет наработать "подрывной клапан" – энергетика ту же нормализуется "стабилизатором напряжения". Энергия вокруг нас, и внутри нас. Нужно включить свой внутренний генератор и научиться гармонично взаимодействовать с окружающей средой.

Как активизация энергообмена помогает в учёбе?

Оказывается, достаточно меньше минуты простеньких энергетических упражнений: «потёрли ручки, почувствовали между ними энергетический шарик...», как откликается славный джин сверхсознания, мозг активизируется и при всех прежних составляющих класс пишет контрольную на один-два балла выше, чем обычно. Если же к энергетике добавить возможности биокомпьютера... А насколько спокойнее становятся энергетически развитые дети на переменках! И не от жёсткой дисциплины. Исчезает потребность в необузданных догонялках, криках и толкании. Это «броуновское движение молекул», во многом бессознательная необходимость энергетического контакта и тем самым гармонизации. Изучив простые упражнения, дети насыщают организм энергией иначе.

Какие особенности развития энергетики у малышей?

Те возможности, о которых порой только мечтают взрослые, у детей просто есть. Важно только управлять проявлением этих способностей, а иногда даже и тормозить их развитие. От простенького энергетического взаимодействия лицо любого ребёнка растягивается в довольной улыбке. У него работают все рецепторы. Или вспомните, как горят глаза ребятёшек, когда они слушают сказку. В эти минуты они видят, ощущают всё происходящее, полностью участвуют в сюжете. Поэтому стоит вам рассказать потом эту сказку чуть-чуть не так – они тут же реагируют. У них сохранены качества экрана внутреннего видения.

О том, что и как они видят, ребятёшки многое рассказывают родителям, знакомым, взрослым – те смеются, – не фантазируют, этого не бывает. С одной стороны очень хорошо, что так отвечают: излишне настроив ребёнка на восприятие иного мира, можно увести его от реальности. С другой стороны – грустно: малыш так близок, так связан с самыми сокровенными знаниями!

С какого возраста можно заниматься энергетикой?

Хоть с внутриутробного, но чем раньше, тем осторожнее, не в полном объёме и проконсультировавшись со специалистом метода.

Одна из мам рассказывала, как её малыш сразу начинал шевелиться, стоило ей только активизировать энергообмен в ладони и приложить её к своему животу.

При выписке из роддома врачи ей сказали, что уже больше года не видели таких энергичных и жизнерадостных детей (при том, что у мамы и папы есть проблемы со здоровьем). Сейчас мальчику почти три года. Когда мама занимается энергетическими упражнениями, он тут же бежит участвовать.

Малыш не болеет и хорошо развит. Есть опыт работы по методу в детских садах. Детишки наперебой рассказывают о гамме ощущений, которые возникают у них при развитии энергетики. Очень ответственно относятся к выполнению энергетических упражнений, если можно помочь кому-то: заболела голова, животик, ушиб, простуда. Они первые и успешные лекари для своих друзей, воспитателей и родителей.

Как энергетика может участвовать в сексе?

Мы не зря называем именно телами подсознание, сознание и сверхсознание. Раз это тела, между ними возможны все виды взаимоотношений: половые, родительские, подражания, защитные и т.д. Те, кто соотносит секс чисто с физическим контактом, во многом обедняют себя и партнёра. Особенно если уделяют внимание размерам. От растяжения тканей количество чувствительных рецепторов на участке поверхности уменьшается. Снижается и уровень ощущений. Зачастую их обостряют силой сигналов от нового растяжения. Но это уже боль, а не удовольствие. Так возникает садизм, мазохизм. А если развить степень чувствительности, даже лёгкое прикосновение будет вызывать наслаждение.

Как знания об энергетике помогают влюблённым?

У каждого человека своя индивидуальная полевая структура. При грамотном развитии процесса структуры гармонизируются, легко сливаются в одно целое при сближении.

При неграмотном поведении эти структуры начинают всё больше отдаляться и тогда даже самые добрые намерения людей не удержат их от конфликтов, а затем, чаще всего, разрыва отношений.

Какую роль энергетика играет при зачатии ребёнка?

Например, выполняет защитную функцию. Может возникнуть негативный резонанс, и чужая энергетика больше повлияет на будущего ребёнка, чем полевая энергоинформационная структура молодых. Вот вам и одно из объяснений тому, как у генетически здоровых родителей рождаются порой больные дети.

Как развитая энергетика может защитить от чужого воздействия?

Зачастую на неподготовленного человека даже воздействовать специально не надо, достаточно расшевелить две, а тем более три функциональные системы. Вспомните таблички-предупреждения в автобусе: «Не отвлекайте водителя во время движения».

Может быть много вариантов нежелательных ситуаций.

Выход один: чем сильнее ваша энергетическая структура, чем больше у вас необходимых знаний, тем менее опасны для вас посторонние сознательные или бессознательные влияния.

Так что, без занятий по методу вообще не бывает людей с хорошим энергетическим состоянием?

Мы встречаем таких только в роддоме. Почти все малыши рождаются с хорошими энергетическими показателями (параметры полей: 7 метров ☐ горизонтальное поле и 60 сантиметров ☐ вертикальное, ☐ должны быть такими независимо от возраста, веса и роста). Но с каждым месяцем, тем более годом энергетика, функция сверхсознания, из-за неразвитости угасает: с первых дней мы делаем малышу массаж, гимнастику ☐ развиваем тело; разговариваем с ним ☐ развиваем сознание, а где хоть одно энергетическое упражнение в многочисленных книгах по уходу за ребёнком и воспитанию?

Почему на занятиях возникает зевота?

Когда вы плотно поели, насытили своё тело подсознания, идёт переработка питательных веществ, другие функции временно заторможены. Появляется зевота. На занятиях идёт насыщение энергией вашей энергоструктуры. Для энергетически голодного организма, новичка, это резкий перепад ☐ "переело" тело сверхсознания. Первые дни занятий зевота, сонливость есть у многих, даже у шустрой детворы. То же происходит и на лекциях ☐ от перенасыщения тела сознания. Через три-четыре

занятия это проходит.

Почему вы чаще говорите об обучении детей?

Мы работаем со всеми, кто пришёл, но дети – потенциальные "олимпийские чемпионы" в овладении сверхсознанием, им надо помочь не упустить своё время.

Можно ли самостоятельно овладеть системой Бронникова?

Можно. Но есть ограничения по состоянию здоровья, которые оценит лишь специалист метода. Ряд упражнений необходимо выполнять в паре, проверять правильность действий и реальную способность ученика в работе с энергией. В любом случае самостоятельно включать компьютер не рекомендуется. Это лучше сделать в одном из региональных центров Бронникова.

Может ли быть так, что человек, прошедший обучение по первой ступени, не освоит методики?

Любой человек достигает при обучении четырёх результатов:

1. Состояние его энергоструктур, тела сверхсознания, входит в норму. 2. Он знает, как с помощью упражнений поддерживать эту норму в течение жизни. 3. Он умеет с помощью упражнений помогать себе и близким в оздоровлении. 4. Он может передать другим: детям, родственникам, друзьям хотя бы простейшие навыки работы с биоэнергией. А если сам пройдёт дополнительную подготовку, то сможет стать и преподавателем метода.

Примечание: Включение биокомпьютера после стандартного курса занятий происходит не у каждого. У взрослых – около 70%, у детей практически у всех. Кому-то надо больше времени и усилий на гармонизацию энергоструктур. Включение биокомпьютера – это своеобразное тестирование ученика на возможность перехода на II ступень.

Как долго сохраняется эффект после занятий по первой ступени на ваших курсах?

Научившись ездить на велосипеде, вы вряд ли сможете это забыть. Хотя тренировка навыка нужна регулярно. Так и здесь.

Помогает ли метод Бронникова воспитать в себе какие-нибудь хорошие качества?

Самое важное – человек становится более грамотным, более ответственным, лидером среди своих сверстников.

Все эти качества и способности, которыми владеют ваши воспитанники, – не заставляют ли они их чувствовать себя "белыми воронами" или же поглядывать на остальных людей сверху вниз?

"Белой вороной" можно себя чувствовать, если другие этим не владеют. Поэтому дети, взрослые, обучая своих друзей, создают клубную систему, новую среду обитания. А там – соревнование.

Нужно ли ставить защиту при работе с больными?

Нужно просто не привязываться сознанием к информации о том, что пациент больной, а работать только с ощущениями энергии.

Бывает ли партнёр с отрицательной энергией?

Солнышко светит – это положительная энергия или отрицательная? Полежите летом под ним пару часов. Загорите – положительная, а дольше – волдыри пойдут – отрицательная. На самом деле надо грамотно ею пользоваться. Негативной же может быть информация данного человека. Но и её, если работать грамотно, можно нейтрализовать.

Нужно ли снимать часы и украшения во время занятий?

На всякий случай лучше снять. Часы нередко после энергетической прокачки начинают спешить или

отставать, а то и сломаться могут, а камни в украшениях могут треснуть.

Когда лучше всего заниматься ☒ утром, днём или вечером?

Время занятий большого значения не имеет. Ориентируйтесь по себе ☒ когда вам удобнее, но учтите, что на одних людей упражнения действуют расслабляюще, на других ☒ тонизирующе, поэтому некоторые после занятий вечером не могут уснуть несколько часов.

Почему Ваши ученики при включении экрана внутреннего видения закрывают глаза плотной повязкой?

Можно пользоваться экраном внутреннего видения и с открытыми глазами. Но, во-первых, при этом мы фиксируем большое воздействие на окружающих. Во-вторых, для начинающих тогда увеличивается степень дезинформации: на фоне материальных предметов появятся дополнительные изображения. В-третьих, глаза без света работают в другом энергетическом режиме.

Почему все упражнения вы выполняете с открытыми глазами, а энергетический всплеск с закрытыми? Тем самым создаётся перемещение энергии между пространствами. Остальные упражнения ☒ это работа с энергией только в окружающем пространстве.

Можно ли оказать помощь человеку по этому методу, если человек не хочет, чтобы ему помогали? Технически это возможно, но тут встаёт вопрос этики. Если человек не хочет ☒ не навязывайте ему свою помощь. Тем более, что неподготовленным человеком она может быть воспринята неадекватно. Но, чтобы снять с себя ответственность, о возможностях метода расскажите в любом случае.

Вы не пробовали делать прокачку растениям?

Растения великолепно реагируют на энергетическую работу с ними, резко увеличивают урожайность, темпы роста, что многократно подтверждено практикой.

Почему во время упражнений с перемещением ощущений энергии в некоторых участках тела теряются ощущения энергии?

Это могут быть места старых травм или отложений солей и т.д. В процессе занятий ощущения восстанавливаются. Более того, улучшается физическое состояние.

Почему у детей лучше открывается биокомпьютер?

Если в детстве не наладить контакт со сверхсознанием, не развить его, то в этапе полового созревания участвуют доминирующие тела подсознания и сознания. Тело сверхсознания ущемлено. Развить позже его сложнее и требуется больше времени. Хотя у каждого это индивидуально. Пока человек не прошёл первую ступень, не использовал все шансы, результат предсказать трудно.

Почему нельзя закрывать глаза во время занятий, хотя у некоторых с закрытыми глазами ощущения гораздо лучше?

С закрытыми глазами доминирует поток нисходящей энергии. Для неподготовленного человека это опасно. Особенно в критическом состоянии. Поэтому, например, мы стремимся заставить открыть глаза человека, теряющего силы, стимулируя тем самым активизацию развёртки жизненных сил.

Сейчас уже много инструкторов по методу Бронникова, и одинаково ли они ведут занятия?

Каждый инструктор, будучи стажёром, проходил как минимум три стажировки у трёх различных наставников, чтобы узнать варианты подачи материала. Метод находится в постоянной динамике, становится более совершенным. Но это не значит, что каждый ведёт занятия, как ему вздумается. Есть методические пособия, есть институт кураторства.

Как можно стать инструктором?

Для этого разработано "Положение о присвоении квалификации специалистам". Не обязательно проходить сразу все три ступени обучения. Для начала достаточно первой ступени и успешного прохождения трёх стажировок.

ФРАГМЕНТ МЕТОДИЧКИ Н.Е.БУТУЗОВА

КРЫМ 2000

ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ

В процессе проведения обучения групп, как и в процессе работы над брошюрой поступало множество вопросов, па часть из которых я постарался ответить при работе с текстом. Кроме того, здесь приведены наиболее интересные, а также наиболее часто встречающиеся вопросы.

Вопрос: Если я нахожусь в позиции Учителя и делаю «вертикальную прокачку» Ученику, то Ученик делает своеобразный энергетический вдох, а Учитель энергетический выдох. Таким образом, если я сделал пять «прокачек», а мне ни одной, то я теряю свою энергию. Я не берусь обсуждать насколько это этично, но как её восстановить.

Ответ: Начнём с того, что энергию вы не теряете. Энергетический «вдох» и «выдох» не совсем удачные определения ☐ оператор, индуктор и т.д. не более точны. Самое удачное определение ☐ позиция Ученика и Учителя. Много ли знаний теряет Учитель, отдавая их Ученикам? Энергетические взаимодействия подчиняются волновым функциям.

Помните формулу?:

$$EAB = EA + EB + EAB + EBA$$

В вульгарном переводе это значит, суммарная энергия Ученика и Учителя равняется энергии Ученика + энергии Учителя + энергии отношения Ученика к Учителю + энергии отношения Учителя к Ученику, и в момент прокачки 1+1 составляет 5 – 8 – 12 единиц, а не две как выдумали.

Данный вопрос можно решить самостоятельно. Замерьте поле до прокачки у Ученика и у Учителя и замерьте во сколько раз они увеличились у них после « прокачки».

Что касается вопроса восстановления энергетики, то энергетический всплеск сделает это за несколько секунд.

Вопрос: Почему на занятиях возникает зевота?

Ответ: Зевота ☐ это нормальная реакция человека на потерю чёткой позиции сознания. Во время занятий происходит активизация сверхсознания и подсознания и поэтому идёт усиление воздействия с их стороны на сознание человека. Если вы отвлеклись и не находитесь более в позиции хозяина ситуации, чётко отслеживающего обстановку и состояние своего организма, то ваше сознание начинает «подплывать». Зевота и служит показателем этого процесса. Необходимо помассировать воротниковую зону, мочки ушей и сделать пару всплесков через глаза и через макушку. Это поможет легко восстановить нам свою позицию хозяина.

Вопрос: Как установить правду ли говорит БК?

Ответ: В сверхсознании или в БК есть в наличии любая информация ☐ в том числе и правдивая. Нарботка извлечения 100 % достоверной информации происходит во время занятий по второй ступени, с помощью специально разработанных технологий, таблиц, математических примеров и т.д. Вопрос: При открытии БК предусмотрен ли «предохранитель», исключающий зомбирование и другие негативные влияния на его обладателя?

Ответ: Конечно! Прежде всего, мы учим выключать этот механизм. Я хозяин положения. Надо ☐ включил, а захотел ☐ в любой, момент выключил. Что касается всего остального ☐ единственным предохранителем является опять же чёткая позиция хозяина, в котором должно находиться ваше сознание. Относитесь с долей юмора к игре вашего сознания и не воспринимайте его проявление, как неоспоримую истину, если вам это не надо. Например, я знаю таблицу умножения, но это не значит,

что я не могу ошибиться. Отвлёкся, устал, произошла описка ☹ мало ли, что бывает. Так и здесь.

Будьте хозяином положения и оставайтесь неуязвимы.

Вопрос: Велик ли расход биоэнергии при работе биокомпьютера?

Ответ: У каждого это строго индивидуально. На первых порах, пока не налачился полноправный энергонформационный обмен между сознанием и сверхсознанием, этот расход достаточно большой, но быстро приходит в норму, так что человек может работать в маске и час, и два, и более. В любом случае после работы предусмотрено восстановление энергетики энергетическим всплеском.

Вопрос: Каковы ваши взаимоотношения с религией? Не является ли то, чем вы занимаетесь проявлением сатанизма?

Ответ: Понимаю ваши опасения по поводу того, что Сатана рядится в белые одежды и что сказано в Библии по поводу магов, колдунов и т.д. Попробую ответить с научной точки зрения. Вопрос очень глобальный, но если коротко.

Человек создан по образу и подобию Бога, подтверждением тому служит хотя бы его головной мозг. Он не мог возникнуть в ходе эволюции, если даже в настоящее время информационного обвала мы используем его на 3 – 5 %. Значит, он был заложен таким в изначальной конструкции нашим Генеральным Конструктором, т.е. Богом. На мой взгляд, грехом является, не научится пользоваться им на 100 % его возможностей. Это всё равно, что использовать на 3 % возможности электронного микроскопа, используя его, например в качестве груза при засолке капусты ☹ вот это грех. Или Бог дал людям глаза, а люди бы стали выкалывать их при рождении, уродуя творения Бога ☹ это будет являться таким же грехом! Мы учим человека раскрывать скрытые и не востребуемые, изначально заложенные Богом, способности его организма, потому что для этого пришло время, и поэтому не считаем, что идём против его воли. Что касается взаимоотношений с религиями, то мы рады всем, ибо все люди, независимо от своего вероисповедания, равны перед Богом, и не нам судить их. Надо не только верить в Бога, но и верить Богу. Если он привёл человека ко мне ☹ мне ли роптать?

Кстати сказать, деятельность МАРЧ получила благословение и православной церкви и Папы Римского. Налаживаются тесные контакты с представителями ислама, и почитателями Торы. Так что, я думаю, религиозные анафемы нам не грозят. По крайней мере, в настоящее время.

Вопрос: Как нужно держать руки на коленях, ладонями вверх или вниз. Ведь если «солнечная» энергия после захода солнца идёт снизу, то почему «космическая» меняет своё направление?

Ответ: В методичке Бронникова на этот счёт нет прямых указаний. Более того, как мне кажется, не стоит так буквально принимать термины, используемые там. «Солнечная» и «космическая» энергия такое разделение есть только в методике Бронникова. В других источниках ☹ другие названия.

Давайте остановимся на нисходящих и восходящих потоках, как бы их не называли ☹ не в названии дело. Что касается положения рук, то я нигде не слышал, чтобы человек принимал энергию только своими ладонями. Держите их, как вам удобно. Мы все находимся в этих потоках, пронизывающих бетон и металл, пластик и асфальт. Подумайте, имеет ли значение, под каким углом к горизонту лежат ваши ладони? Здесь важно другое, чтобы руки и ноги не перекрещивались, замыкая внутренние энергопотоки. Кроме того эта поза дисциплинирует нас и настраивает на серьёзное отношение к работе.

Вопрос: Ваше отношение к методике Бронникова и к той критике, которую высказывают в его адрес.

Ответ: Я считаю, что этой методикой должен в совершенстве владеть каждый человек на Земле.

Я считаю, что из всех известных мне методик, эта методика является самой эффективной по результативности, простоте, показательности и быстроте.

Что касается критики этой методики, то в последнее время я её уже не слышал вообще. И, кроме того, моё личное мнение таково, что критиковать Бронникова имеет моральное право тот, кто создаст свой метод, защитит по нему научную степень, создаст свою академию и зарегистрирует её в ООН, создаст коллектив единомышленников ☹ вот тогда это будет действительно критика, а не что-либо ещё. Но как я уже сказал, критики я что-то уже больше не слышу, зато стали задавать много вопросов о методике. Это, согласитесь, тоже показатель.

Вопрос: Всё, что вы говорили, очень складно, но я не очень разбираюсь в графиках. Не могли бы вы объяснить своими словами очень коротко, что такое метод Бронникова?

Ответ: Метод, основанный В.М.Бронниковым, — это комплекс наиболее эффективных упражнений, взятых из различных методик (в основном из восточных оздоровительных гимнастик различных школ), объединённых и переработанных для достижения максимального эффекта. В результате происходит резкое увеличение энергетического потенциала, происходит синхронизация работы обоих полушарий головного мозга и, на основе этого, раскрытие у человека скрытых не востребуемых возможностей и способностей организма, а также включение прямого контакта со своим сверхсознанием.

Метод прошёл огромное количество экспертиз и научных апробаций и признан неоспоримым научным фактом, подтверждённым самыми крупными научными авторитетами. Метод запатентован в России и в Украине. Сняты фильмы, написаны книги. Слепые начинают видеть. Больные сахарным диабетом отказываются от инсулина, а страдающие таким страшным заболеванием, как ДЦП, заново обретают возможность ходить. Скептикам предлагаю не спорить. А проверить на себе.

Вопрос: Как понимать словосочетание "Славяно-тибетский метод" — это же не русско-японская война. Что здесь общего? И почему метод именно славяно-тибетский?

Ответ: Такое название дано потому, что мы являемся славянами и именно здесь основа метода и его корни, а тибетским метод называется потому, что основные термины и упражнения взяты из комплексов упражнений восточных школ, где очень сильны традиции духовного развития.

Вопрос: Какие Достоинства человека более всего позволяют выходить на связь со сверхсознанием?

Ответ: Достоинства человека, да ещё с большой буквы — это понятия более нравственные или эстетические. В данной методике всё гораздо проще. Как физкультура тела помогает сделать его здоровым и красивым, так культура ума — синхронизация работы правого и левого полушарий головного мозга позволяет выходить на связь со своим сверхсознанием.

Вопрос: Существуют ли какие-то возрастные рамки для занятий данной методикой.

Ответ: Определена только нижняя граница. Заниматься можно с того момента, когда ребёнок начинает твёрдо осознавать свою индивидуальность, т.е. примерно с того момента, когда он начал ходить в школу. Верхней возрастной границы нет.

Вопрос: Почему делается упор на обучение детей?

Ответ: Это не совсем точные сведения. Процентное соотношение обученных взрослых и детей везде примерно одинакова и составляет около 60 – 70 % взрослых от общего количества, просто у детей показатели гораздо ярче и их чаще приводят в пример.

Вопрос: Правда ли, что Вячеслав Михайлович Бронников проводит эксперименты над детьми и открывает им чакры, хотя до полного созревания чакр (т.е. до 28 — 30 лет) этого делать категорически нельзя?

Ответ: Под руководством МАРЧ проводится очень большая научно-исследовательская работа во многих научно-исследовательских институтах, лабораториях и научных учреждениях, где учёные пытаются определить границы развития уникальных способностей. Это не значит, что Бронников проводит эксперименты с детьми. Точно так же можно заявить, что в школе над детьми ставят эксперименты, заставляя их учить таблицу умножения или стихи на английском языке. Нет. И там и тут речь идёт об обучении по методу, который запатентован, прошёл апробацию и утверждение. Хотя в самом начале, более шести лет назад, мы начинали на себе и на наших детях. Я думаю, уже одно это служит показателем доверия к методу. Что касается чакр, то мы работаем не с чакрами, а с мозгом на основе укрепления позиции сознания человека.

Вопрос: Схема взаимодействия сознания, сверхсознания и подсознания очень похожа на знамя Орифлейя Рериховского общества. Имеется ли что общее с учением Агни-Йоги?

Ответ: Я могу продолжить соответствия — это и трискаль и друидов, олицетворяющий троичность строение мира, и тёрнер (или реализованный, т.е. погашенный, бинёр) в египетских источниках, и, наконец, Отец, Сын и Дух Святой в Христианстве. Всё это проявление Истины с большой буквы на различных планах бытия.

Вопрос: Какие перспективы Вы видите у этого метода?

Ответ: На этот вопрос хорошо отвечает академик А.Петров в своей книге "Путь к сверхсознанию". Потенциальные возможности метода очень и очень велики и практически с точки зрения обыкновенного человека, безграничны. Всё говорит о том, что в данный момент метод переходит на более высокую, более качественную ступень. Я считаю, что этим методом должен в совершенстве владеть каждый человек, поскольку он даёт шанс не просто выжить, а и комфортно существовать людям, пожелавшим остаться жить на Земле в новых условиях в белковых телах.

Вопрос: Как соотносятся семь энергетических тел, семь чакр, рассматриваемых в восточных и изотерических школах с принципами работы биокомпьютера?

Ответ: Атма, Будхи и Высший Манос и сверхсознание; Астрал и Ментал и сознание; Эфир и подсознание. Всё это уже приводилось в теоретических обоснованиях метода.

Вопрос: Кто мы? Какова наша роль? Каково наше предназначение?

Ответ: На этот вопрос столько же мнений, сколько людей на земле. По моему мнению, человек, созданный по образу и подобию Бога, является последней высшей ступенькой развития животной иерархии (белковое тело) и самой нижней первой ступенькой развития Божественной иерархии, наделённой правом выбора и правом свободы воли. О предназначении и роли человека прекрасно спела "Машина времени": "...Дорога в небо идёт по прямой. Дорога в небо и дорога домой!.."

Но, безусловно, каждый сам обязан выбрать себе и свою роль и свои предназначения.

Вопрос: Какова суперцель метода?

Ответ: В максимально короткие сроки дать возможность максимально большему количеству людей на порядок поднять своё качественное состояние на основе создания гомеостатического механизма работы сознания, сверхсознания и подсознания человека. Причём сейчас процессом управляет уже само Провидение, Сила или, если хотите, Бог. Поэтому вопрос о суперцели как-то снимается. Это путь. Это образ жизни, а не работа за зарплату.

Вопрос: Можно ли заниматься всей семьёй?

Ответ: Конечно. Можно. Более того и Вы описали идеальный вариант. Вся моя семья владеет этим методом и не только моя. Поверьте, что даже взаимоотношения становятся на порядок выше. Даже на бытовом плане просто появляется общность интересов. Ещё одна точка соприкосновения. Тема, которая интересна всем. Добавьте сюда возможность помочь друг другу в любой момент. И много чего другого.

Вопрос: Можно ли самостоятельно овладеть системой Бронникова?

Ответ: Можно, и возможно, что вам даже повезёт и вы овладеете ей правильно и без ущерба для здоровья. Но в этом случае мы не несём никакой ответственности за таких экспериментаторов. Кроме того, в этом случае, даже овладев методом, вы не вливаетесь в систему. Однако, как я уже говорил и каждый сам является хозяином своей судьбы и решает сам.

Вопрос: Может ли быть так, что человек, прошедший обучение по первой ступени, не освоит методики? Есть ли люди, на которых эта методика не действует?

Ответ: Нет. Таких людей я не знаю. Метод действует даже на людей, настроенных к нему очень скептически. Нужно очень сильно постараться, чтобы не освоить его. Тяжелее всех тут, как ни странно, людям, которые уже много занимались или практикуют нетрадиционные методы целительства, экстрасенсорику, магию и т.п. Они обычно скучают и сидят почти все занятия, а в конце удивляются, почему у них плохо или вообще ничего не получилось. Просто нужно заниматься. У того, кто занимается, получается обязательно.

Вопрос: Как долго сохраняется эффект после занятий по первой ступени на Ваших курсах?

Ответ: В школе Вы учили английский язык, химию, физику, математику. Сдавали экзамены и получили по всем предметам положительные оценки. С тех пор прошло пять лет. Какую оценку можно поставить сейчас за Ваши знания? Аналогия прямая. Необходимо заниматься. Тогда и эффект будет постоянным.

Вопрос: Почему так мало теории и нет литературы по методу?

Ответ: Это связано прежде всего с огромной нагрузкой на автора. Так обычный рабочий день у

Вячеслава Михайловича Бронникова длится до 22 – 23 часов, а затем ещё работа в домашних условиях и подготовка следующего дня. Кроме того, остро стоял вопрос о защите интеллектуальной собственности на международном уровне. В настоящее время эти вопросы решены, и в издательском доме Бронникова подготовлены и выходят в свет ряд книг по теории и практике метода.

Вопрос: Дух Святой — что это?

Ответ: Уместнее, вероятно, такой вопрос задать в церкви, но если Вам интересно моё мнение ☒ пожалуйста! Дух ☒ это не материальная субстанция или качество. Святой ☒ несущий Высший Свет ☒ свет знания. В результате сошествия Святого Духа с небес, описанного в Деянии Апостолов, все они стали пророчествовать и говорить на любых языках, а также исцелять и показывать чудеса и знамения. В какой-то степени это происходит и у нас. Светлый белый экранчик и доступ к любой информации, способности к диагностике и целительству, раскрытие сверхспособностей человека ☒ параллелей достаточно много, но я, пожалуй, не торопился бы называть то, что мы делаем, пробуждением Святого духа. Судите сами. "По делам их узнаете их".

Вопрос: Каким образом сочетается с методом Бронникова такое понятие как Духовность?

Ответ: Мне часто задавали этот вопрос, но, говоря о Духовности, имели ввиду Душевность. Давайте рассмотрим, что это такое. Конечно, хорошо, когда высокая Духовность совпадает с тёплой Душевностью, но это не одно и то же и, видимо, не стоит смешивать эти два понятия. Душевность сродни сентиментальности и может быть совершенно бездуховна. Бывает и наоборот. Духовность может когда-то идти против Душевности.

Для примера Евангелие от Луки гл. 9 .стих 60. На просьбу ученика разрешить ему похоронить отца, а потом следовать за ним Иисус дословно ответил так: «Но Иисус сказал ему: "Предоставь мёртвым погребать своих мертвецов, а ты иди, благовенствуй Царство Божие!"» Надеюсь, что никто не упрекает Иисуса в бездуховности и бездушии. Духовность ☒ это соответствие Духу Святому или путь разума. Мир информационных потоков, где правит принцип соответствия и разумной достаточности, где, если нужно, сам Бог приносит в жертву своего сына, взявшего на себя все грехи человеческие, где в основу положен принцип развития высокоинтеллектуальной материи, чем мы и занимаемся.

Вопрос: Тогда насколько этичны могут быть Ваши ученики? Не создаёте ли вы поколение монстров, обладающих сверхспособностями?

Ответ: Давайте рассмотрим этот вопрос чисто технически, как пример положения резонансных частот. Если мы научим кого-то произвольно по своему желанию входить в резонанс с любым энергопотоком, как будет поступать такой человек? Вот течёт поток грязных фекалий и канализационных стоков ☒ поток негативной энергии. Для того, чтобы сделать кому-либо гадость, необходимо залезть в этот поток самому и по самые уши, а затем пригоршнями кидать в кого захочешь. Ну и кому больше достанется? Именно потому и говорят, что содеянное трижды вернётся. Надеюсь, понятно. Что грамотный человек в такой поток просто не полезет. Людям, обученным по нашему методу нет необходимости творить гадости, мстить, выполнять порчи на заказ. Побеседуйте лично с нашими специалистами и убедитесь в этом сами.

Вопрос: Помогает ли метод Бронникова воспитать в себе какие-нибудь хорошие качества?

Ответ: Безусловно, и именно для этого он и создан, но мне кажется, Вы здесь имели ввиду черты характера. И в этом случае я отвечу утвердительно. Так в МАРЧ почти нет курящих. Дети, которые первыми начинали заниматься, выше своих сверстников на целую голову и духовно и физически. Они спокойны и доброжелательны, веселы и энергичны. Я думаю такими хотели бы видеть своих детей все родители.

Вопрос: Все эти качества и способности, которыми владеют Ваши воспитанники — не заставляют ли они их чувствовать "белыми воронам" или же поглядывать на остальных людей сверху вниз.

Ответ: Нет. Потому, что наши воспитанники прекрасно знают, что через 30 двухчасовых занятий любой человек будет уметь всё то же, что и они. Ведь не глядят же сверху вниз на остальных те, кто научился ездить на велосипеде или работать на персональном компьютере (я имею ввиду не биокомпьютер).

Вопрос: Чем именно Вам нравится этот метод?

Ответ: Быстротой. У меня дома лежат более десятка дипломов об окончании различных курсов экстрасенсов и изотерических школ. Поверьте, мне есть, что и с чем сравнить. Так вот, я не встречал ещё более доступного и эффективного метода, который всего за двадцать учебных часов давал такой мощный эффект. Есть ещё множество других методик и школ и не менее прекрасных, но они не столь быстры. А я тороплюсь. Вот чем лично мне нравится этот метод.

Вопрос: При слове "биокомпьютер" возникает ассоциация, что вы превращаете людей в человекоподобных роботов и управляемых из внешнего источника. Эдаких зомбированных Рембо. Не подвергаются ли люди на Ваших занятиях зомбированию?

Ответ: Биокомпьютер — это условное название сверхсознания. Его дали наши дети, когда начинали работать по этой системе. Действительно, очень похоже. Есть "вход" и "выход", возможность закладывать и обрабатывать информацию, открывать новые "файлы", менять "программы" и даже "входить в Интернет". Поэтому условно стали называть сверхсознание биокомпьютером, тем более, что это было как дань новому времени. Назвали, так и прижилось. Если оно Вас шокирует, применяйте термин "сверхсознание" или, как в Севастополе — «структура». Что касается зомбирования, то гипноз, а тем более зомбирование, имеют под собой механизм подавления сознания человека и в этом состоянии введение ему жёстких блоков команд и установок. Данный метод основывается на совершенно противоположном воздействии. На создании чёткой и твёрдой позиции сознания. Оно всегда должно находиться в позиции ХОЗЯИНА, чётко отслеживающего ощущения физического тела и окружающую обстановку.

Таким образом, люди, успешно закончившие обучение, не только не зомбированы — более того — они защищены от гипнотических, психотронных и прочих видов воздействия в сто раз сильнее, чем обычный человек.

Вопрос: Вы работаете с торсионными полями?

Ответ: Все, так или иначе, работают и с торсионными, и с гравитационными, и с электромагнитными полями — не все это осознают. МАРЧ сотрудничает со специалистами в области использования торсионных полей и исследования свойств абсолютного вакуума, в частности, с академиками Акимовым и Шиповым, которые являются, на мой взгляд, ведущими специалистами в этой области. Об этом есть упоминание в книге академика А.Петрова "Ключ к сознанию".

Вопрос: Сейчас очень много инструкторов, ведущих занятия по методу Бронникова и каждый инструктор ведёт занятия по-своему. Где истина?

Ответ: Истина в том, что каждый шахматист имеет свой стиль, но правила игры в шахматы остаются постоянными. Каждый человек имеет свой почерк, грамматика едина для всех. Это естественный и закономерный процесс. Каждый инструктор, будучи стажёром, именно поэтому проходил как минимум три стажировки у трёх различных наставников, чтобы узнать все "изюминки", которые неизбежно нарабатывает себе каждый инструктор. От этого метод только обогащается. Мы контролируем этот процесс, накапливая и собирая бесценные жемчужины практического опыта и отменяя мусор. Метод находится в постоянной динамике, постепенно изменяется и становится более совершенным. Иначе и быть не может. Остановка — это начало падения. Застывшая догма ничем не отличается от смерти. Это не значит, что каждый ведёт занятия, как ему вздумается. Есть методические пособия, есть институт кураторства, есть авторское право, наконец. Но критерий один — конечный результат.

Вопрос: Как нужно ставить защиту при работе с большими?

Ответ: Никак! Метод основан на принципе энергоинформационного обмена, а Вы в это время хотите возвести "плотину" и помешать энергопотоку. Вероятно Вы, как говорят экстрасенсы, опасаетесь нахвататься "негатива". Эти опасения беспочвенны, так как при такой работе суммарная энергетика возрастает в 3 – 4 раза. Таким образом энергетически Вы ничего не теряете, а информационно мы не работаем. Подсознание любого человека, отвечающее за жизнедеятельность организма, гораздо умнее любого профессора и само знает, как сделать организм здоровым. Не нужно ему мешать, вкладывая во время работы добрые пожелания здоровья или конкретные схемы действия, а тем более защитные барьеры. Верьте себе и верьте в себя.

Вопрос: Если мне неприятен человек, который делает мне "прокачку" — не влияет ли это на результат? Или мне не хочется делать кому-то прокачку?

Ответ: Серьёзный вопрос. Дело в том, что энергообмен между людьми подчиняется закону волновой функции

$$EAB = EA + EB + EAB + EBA$$

Расшифруем. В нашем случае суммарная энергетика мужчины и женщины или ученика и учителя равна энергии ученика + энергия учителя + энергия отношения ученика к учителю + энергия отношения учителя к ученику. Поэтому здесь  $1+1=3\ddot{e}5$ , в зависимости от величины двух последних составляющих. Если же у вас эта составляющая со знаком минус ☹ смотрите сами. Сильная отрицательная эмоция может свести на нет эффект всего упражнения.

Вопрос: Каким образом я могу контролировать своё поле и увеличивать его?

Ответ: Любой обучающийся, даже на первой ступени, за минуту измерит Вам показатели Ваших энергетических полей. В случае, если они меньше нормы, Вы в течение нескольких секунд можете восстановить их величину с ☹ помощью энергетических всплесков. Так что не бойтесь ни энергетических вампиров, ни энергопотерь. 2 – 3 всплеска и Вы в норме.

Вопрос: Нужно ли снимать часы и украшения, а также натальный крест во время занятий?

Ответ: Если Вам это не мешает, то носите. Наличие колец, цепочек, крестиков и амулетов не влияет на работу по развитию сознания.

Вопрос: Когда лучше всего заниматься — утром, днём или вечером?

Ответ: Время занятий большого значения не имеет. Хорошо, если Вы к началу занятий будете в хорошей форме. Из опыта проведения занятий видно, что они одинаково успешно проходят и утром, и днём, и вечером. Так что ориентируйтесь по себе ☹ когда Вам удобнее.

Вопрос: Можно ли оказать помощь человеку по этому методу, если человек не хочет, чтобы ему помогали?

Ответ: Технически это возможно, но тут встаёт вопрос этики. Может не стоит больше "железной рукой загонять человечество к счастью"? Давайте, будем решать свои этические вопросы самостоятельно.

Вопрос: Вы не пробовали делать прокачку растениям?

Ответ: Мой сын пять раз пересаживал рассаду редиски из одного горшка в другой и она прекрасно прижилась. Я даже и не ожидал. Хотя сам посоветовал ему сделать прокачку росткам после того, как увидел как "мастерски" он её пересаживает. Сам весной пересаживал под окном деревья ☹ все прижились, хотя за год до этого не принялось ни одно. Так что растения великолепно реагируют на энергетическую работу с ними.

Вопрос: Можно ли делать "Сухой тибетский массаж" сзади?

Ответ: Можно. Делайте, что угодно. Главный принцип ☹ не навреди. Только в этом случае называйте этот метод своим именем, а не методом Бронникова. В методе В.М.Бронникова в некоторых случаях при работе с больными применяются те или иные части упражнений ☹ в том числе и "Сухой тибетский массаж". Но для того, чтобы грамотно всё это использовать, знать что, как и в каких случаях ☹ необходимо быть, по крайней мере, специалистом первой категории, пройти специализацию в МАРЧ и получить письменное разрешение. Всем остальным мы даём методику в том виде, когда она принося максимальное воздействие не вызывает отрицательных эффектов, даже если Вы перепутаете порядок выполнения упражнений или что-то забудете сделать.

Вопрос: Почему во время работы с ощущениями в некоторых местах теряется ощущение энергии, в частности энергетического шарика?

Ответ: Здесь могут быть только две причины. Либо Вы плохо сформировали Ваш энергетический шарик, либо, что более вероятно, в месте, где происходит потеря ощущений, существуют какие-то нарушения, причём не обязательно с проявлением клинического характера. Это могут быть места старых травм или переломов, отложения солей или застой в обменных процессах. Нарботка качества ощущений движения энергии в этой области оказывает влияние на сам факт существования данной патологии. Таким образом улучшение физического состояния действительно является как бы

побочным эффектом в данном методе.

Вопрос: Как правильно делать энергетический шарик?

Ответ: Давайте вспомним восточную поговорку: "Куда мысль ☒ туда Чи (энергия), куда Чи ☒ туда кровь (материя)" Мы можем создавать и удерживать ощущения энергетического шарика, как и любое другое (тяжесть, холод и т.д.), просто создавая их мыслеформу, то можно придать энергетическому шарiku автономность, если, создав достаточно сильные ощущения энергии между руками, мы закрутим её по внешнему контуру шара. Тогда, по всем законам физики, такой объёмный замкнутый турбулент будет сохраняться достаточно долго, и ощущаться на порядок лучше.

Вопрос: Может ли происходить набор энергии, если в руках появляется ощущение холода, а не тепла?

Ответ: Может и происходит. Уровень энергетики можно в любой момент проконтролировать и убедиться в этом самостоятельно. Что касается ощущения в руках, то главное это то, что они возникли. "Библиотека" ощущений и их адекватность нарабатываются позднее.

Вопрос: Одинаковые ли должны быть ощущения при выполнении тех или иных упражнений?

Ответ: Каждый человек индивидуален и имеет собственный диапазон воспринимаемых вибраций. Поэтому у каждого человека возникают свои ощущения. Мало того. В процессе занятий происходит увеличение воспринимаемого диапазона ощущений. Меняется их количество и качество. После того, как уровень чувствительности наработан, ощущения у всех участников примерно одни и те же. Но это совершенно не важно. Ученик должен всё время внимательно отслеживать ощущения физического тела для того, чтобы наработать чёткую позицию сознания. Чтобы сознание у него не "размазывалось" бы и не "подплывало", а находилось в позиции Хозяина и контролировало бы и ощущения и окружающую обстановку. А Учитель должен следить за этим процессом. Кроме того, Ученик немедленно сообщает о возникновении болевого или других неприятных ощущениях. Это служит сигналом к прекращению данного упражнения или сокращению времени на его выполнение. При дальнейшей работе все негативные ощущения исчезают.

Вопрос: Можно ли делать прокачку грудным детям?

Ответ: Ребёнок только ещё формирует свой энергетический кокон и примерно до 12 лет находится в энергетическом поле родителей. Лучше сделать прокачку его матери. Только в каких-то исключительных случаях можно работать непосредственно с грудными детьми и лучше, если это будут делать наши дипломированные специалисты. Мы против экспериментов на детях.

Вопрос: Помогает ли система Бронникова бросить пить, курить, а также людям, употреблявшим наркотики?

Ответ: Насчёт наркотиков ☒ не знаю. А что касается курения и алкоголя, то с полной ответственностью могу сказать, что помогает. Точнее ☒ способствует! Так в МАРЧ практически никто не курит, а те, кто курил, постепенно бросил. Употребление спиртных напитков ☒ тоже очень редко, по праздникам, как дань традиции. Причём никто не запрещает и нет "полиции нравов". Просто исчезает потребность. По большому счёту состояние опьянения ☒ это тяга к изменённому состоянию сознания, прикосновения к трансцендентальному. И без спиртного таких контактов хватает. Другой вопрос ☒ излечивает ли этот метод от алкоголизма? Помогает? Да! Даёт шанс? Да! Но, прежде всего, должно быть желание самого человека.

Вопрос: Можно ли заниматься под музыку?

Ответ: Можно. Очень хорошо, если будет звучать негромкая музыка или звуки природы. Сейчас продаются такие записи. Песни всё-таки несут информационную нагрузку, использовать их нежелательно!

Вопрос: Если человек — энергетический вампир, можно ли ему проходить обучение, а тем более доверять проводить обучение группы?

Ответ: Если человек ☒ энергетический вампир, то ему просто необходимо пройти наши занятия. Здесь он научится мгновенно восстанавливать свою энергетику и больше уже никогда не будет в положении энергетического вампира, а превратится в "энергетического донора". Это всё происходит после прохождения обучения по 1-й ступени.

Вопрос: Как можно стать инструктором? Нужно пройти 3 ступени обучения и что ещё?

Ответ: Для этого разработано "Положение о присвоении квалификации специалистам МАРЧ", с которым можно познакомиться на стенде, не обязательно проходить все три ступени обучения. Достаточно одной.

Вопрос: Не упрощён ли метод Бронникова по сравнению с восточными практиками?

Ответ: Конечно же, упрощён. Цель этого метода — быть максимально простым и доступным при сохранении максимальной эффективности и результативности.

Вопрос: В древнем Египте и в тибетских монастырях, в обществе масонов и розенкрейцеров ученик должен пройти многолетнюю духовную практику, чтобы подготовиться прежде, чем его допустят к посвящению и ему откроют десятую часть того, что даёте вы за 30 занятий. Почему в методе Бронникова нет подготовительного этапа? Почему допускается возможность изучения методики даже морально нечистоплотными людьми?

Ответ: У нас нет времени ждать 20 лет и даже хотя бы год. Мы верим в Бога и верим Богу. И до сих пор всё убеждает нас в том, что это единственно правильная политика. Методику невозможно безнаказанно использовать во зло, и те, кто обучился у нас, желания "гадить" уже не испытывают.

Вопрос: Что такое БК (биокомпьютер)? Я так понимаю, что это не только мозг, но и сердце?

Ответ: Нет! Это не мозг, не сердце, не селезёнка и не печень! Это сверхсознание. Сфера Духа, которая очертила границы своего проявления в материальном мире. Как телепрограмма не является кинескопом или набором диодов, хотя и проявляется через телевизор.

Вопрос: Можно ли сочетать метод Бронникова с медитацией и с массажем?

Ответ: Метод Бронникова является целостной и самодостаточной системой, которая прекрасно сочетается со всем, начиная от чистки зубов и бега трусцой до медитативных техник. Но сочетается — не значит смешивается. Сначала проведите занятие по методике, а потом занимайтесь чем хотите, или наоборот. Главное — не забывайте, что мы работаем с мозгом, а поэтому лучше всё-таки обойтись без экспериментов.

Вопрос: Я пробовал сочетать метод Бронникова с голоданием — очень хороший результат. Что вы можете сказать по этому поводу?

Ответ: Только то, что уже сказал. Мы категорически против подобных экспериментов. Любое лекарство — это яд и любой яд — это лекарство. Всё дело в дозировке. Вы не знаете правильной дозировки. В этот раз Вам повезло и Вы подпитались за счёт энергетических упражнений, но стоит переступить грань и отток энергии может послать ваш организм в глубокий нокаут. Поэтому лучше не экспериментируйте.

Вопрос: Какую одежду необходимо надевать на занятия — натуральную или можно синтетику?

Ответ: Не имеет большого значения. Одевайте, что Вам больше нравится, чтобы чувствовать себя комфортно.

Вопрос: Как часто нужно заниматься самостоятельно?

Ответ: Наши рекомендации — заниматься каждый день хотя бы по 10 – 15 минут. Пусть не весь комплекс, а только часть — это всё-таки лучше, чем ничего. Мы занимаемся каждый день. Это образ нашей жизни. Вы решаете этот вопрос для себя сами.

Вопрос: Что делать, если дома я не успеваю делать весь комплекс упражнений по 1-й ступени и если меня прервали на середине упражнения?

Ответ: Мне тоже постоянно не хватает времени, поэтому часть комплекса я приспособился делать в транспорте, часть дома. Если Вас прервали, не расстраивайтесь. Пересмотрите весь комплекс. Может быть, какие-то упражнения уже делать нет необходимости и время их выполнения можно сократить, может быть наоборот — пересмотреть своё расписание и уделить себе внимание, выделив от социума 15 минут. Вам решать!

Вопрос: Может ли биокомпьютер включаться на одном полушарии?

Ответ: Может. Очень редко, но в силу определённых причин БК может включиться на одном правом полушарии. Если у Вас вопрос не теоретический, а такой случай имел место, то необходимо научиться

его выключать. Спутать это невозможно. Экран стоит только перед левым глазом. Необходимо сделать всплеск в экран с закрытыми глазами, свернуть экран в линию, затем в точку и точку отправить в память. При самопроизвольном включении ни о какой работе с БК не может быть и речи.

Вопрос: Что такое 1-я, 2-я и 3-я ступени обучения?

Ответ: Метод Бронникова или "Метод гармонизации и развития функций, органов и систем организма человека на основе славяно-тибетской системы восстановления сил, укрепления здоровья и развития скрытых и не востребуемых способностей человека" имеет в настоящее время три ступени обучения, которые даются всем желающим. Остальные ступени обучения для широкого доступа закрыты.

На первой ступени обучение происходит наработка навыков управления своей энергетикой, синхронизация работы правого и левого полушарий головного мозга и выработка твёрдой позиции сознания.

На второй ступени происходит включение внутреннего видения, наработка канала общения со своим сверхсознанием, наработка способности (чёткого) включения и выключения этого канала и наработка стопроцентной достоверности получаемой информации.

Третья ступень – это включение внешнего видения, то есть проявление сверхсознания или БК (биокомпьютера) в материальном мире. Например: чтение с завязанными глазами, радарное видение, виртуальный микроскоп, телескоп и т.д.

Все три ступени рассчитаны на 10 двухчасовых занятий.

Вопрос: Почему во время занятий по 1-й ступени возникают серые воронки над головой?

Ответ: Наша политика – проверять любую информацию. При слабой наработке объективности и хорошей способности к визуализации можно увидеть всё что угодно. Давайте договоримся, что галлюцинальный режим нас не интересует. Для того, чтобы снимать 100 % правдивую информацию, существуют определённые тесты и методы. Люди, которые прошли эти тесты, никаких воронок уже не видят. Это не насмешка или упрёк, просто за все годы работы это первый вопрос о воронках. Логично просто предположить субъективность снимаемой информации.

Вопрос: Почему во время работы с биокомпьютером у меня возникает яркая белая точка, но с чёрным кружком внутри?

Ответ: Говоря академическим языком, у Вас барахлит Ваш биокомпьютер. Проще сказать, при слабой позиции сознания в положении "хозяина" происходит потеря контроля над обстановкой. Очень важно помнить, что только Вы являетесь хозяином своего внутреннего мира и своего тела и добиваться исполнения своих приказаний и команд. Лучше потратить неделю на то, чтобы добиться чисто белой точки, чем попасть в полную зависимость к своим галлюцинациям. Нарботке твёрдой позиции сознания служат команды "Есть!" и упражнения по перемещению энергии.

Вопрос: Почему у меня экран синего цвета?

Ответ: У Вас точно такая же история, как у предыдущего товарища. Вы просто не научились ещё управлять своим биобиокомпьютером.

Вопрос: Как понимать выражение "Сделать всплеск в нематериальное пространство"?

Ответ: Такое упражнение применяют при работе с БК. Это значит, нужно сделать энергетический всплеск, не открывая глаз. Во время, когда глаза закрыты и свет на них не попадает, мозг работает по совершенно другой "схеме" и энергия уйдёт в область сверхсознания, т.е. в нематериальное пространство.

Вопрос: Какие ощущения должны возникать во время прокачки?

Ответ: Достаточно разные. У каждого возникают свои ощущения, но общим является ощущение движения энергии по телу. Попробуйте самостоятельно отследить, что именно происходит у Вас. Появился ли кислый или сладкий вкус во рту или тяжесть в руках после того, как их опустили, затекли ноги или усталость в спине – всё это физические ощущения и фиксировать их необходимо для фиксации позиции сознания. Если затрудняетесь как-то определить, можно говорить. Например, неприятные ощущения в области спины, или исчезли ощущения покалывания ладоней.

Вопрос: Могут ли обостряться заболевания после занятий по первой ступени?

Ответ: Нет. Но иногда обостряются проявления симптомов этих заболеваний. Это связано, прежде всего с Вашей обострившейся чувствительностью и с тем, что начинается процесс исцеления и, естественно, фоновое проявление каких-то органов возрастает. Поэтому и говорят ✕ исцеление идёт через обострение. В наших центрах работают профессиональные медики, владеющие методом. В любой момент Вы можете у них проконсультироваться по каждому конкретному случаю.

Вопрос: Если БК (биокомпьютер) выкачивает энергию, то неопасно ли его включать? Сколько времени можно работать? Как избежать оттока энергии?

Ответ: Не опаснее, чем ездить на автомобиле, если знаешь правила дорожного движения. Поэтому наши инструктора, как инструктора автошколы, учат профессиональных водителей ✕ людей, которые уже легко и просто общаются со своим БК. Время работы с биокомпьютером определяется состоянием энергетики. Если происходит падение энергетического поля над головой до 40 см и ниже, нужно прекращать работу. Быстро восстановиться можно, проделав ряд всплесков. Но взаимный энергообмен очень быстро налаживается и соответственно время работы всего за десять занятий возрастает от 15 минут до 1,5 ✕ 2 часов, причём при выходе для восстановления энергетического потенциала достаточно сделать всего один всплеск.

Вопрос: О том, что человек обладает биополем, никто не спорит. Но семь метров — это уже, мне кажется, слишком. Люди, которые видят ауру, видят её на расстоянии 40 ✕ 50 см от тела, а вот на 7 метров никто не видит. Поясните, пожалуйста!

Ответ: Человек обладает целым комплексом полевых структур различной частоты и формы.

Существование семиметрового поля "подсознания" доказано и определено экспериментально. Кроме того, это поле измеряют все, кто проходит обучение. Просто, нужно настроиться.

Вопрос: Своей мыслью я могу оказаться хоть на Луне, а Вы ограничиваете меня сознанием величиной в 60 см. Сознание человека безгранично. Разве не так?

Ответ: Никакого противоречия нет. Просто не нужно путать сознание, поле сознания и тело сознания. Так же как подсознание, поле подсознания и тело подсознания. Тело подсознания находится в физическом мире в материальном пространстве и представляет собой наше физическое тело. Поле подсознания ✕ это поле, окружающее физическое тело и имеющее вид сплюснутого яблока диаметром около семи метров. По его плотности, форме и размеру можно судить о состоянии физического тела человека, поэтому условно называли это поле полем подсознания. Подсознание ✕ это не физическая материя, это полевая структура, отвечающая за состояние физического тела. Например. Когда человек находится в обмороке или коме, именно тогда ярко видна деятельность подсознания. Сознание у человека отсутствует, а кто-то даёт команды сердцу сокращаться, лёгким ✕ дышать, почкам ✕ функционировать и т.д. Кто даёт? Да, конечно, подсознание. Аналогично сознание. Тело сознания выраженное на физическом плане центральной и периферической нервной системой, а поле сознания ✕ яйцеобразное поле по величине, плотности и активности которого можно судить о состоянии умственной деятельности человека, которое поэтому условно называли полем сознания. Сверхсознание на физическом плане представлено точками акупунктуры.

Вопрос: Жезл силы в Феодосии. Что Вы можете сказать по этому поводу?

Ответ: Такие вещи, как жезл Бога или жезл Силы спрятать невозможно. Энергетическое возмущение полевых структур неизбежно будет указывать на его местонахождение. В Феодосии подобное энергетическое образование "имеет место быть". А вот какова его природа ✕ этого я сказать не могу. Служит ли оно маскировкой для хранения жезла или является просто проявлением земных и космических сил, или же это проявление излучения жезла ✕ этого доподлинно никто не знает. Подобные потоки существуют ещё в двух (может трёх) местах Крыма, так что поживём ✕ увидим. В период проведения экспедиции "Крым 1999 ✕ Центр ориентации" проводилось снятие топографии тонкоматериальных структур, но конкретно жезла Бога мы не искали.

Вопрос: Почему у детей лучше открывается БК?

Ответ: Пока все энергетические системы человека находятся в полном равновесии, система энергоинформационного обмена со своим сверхсознанием вообще не представляет никаких проблем.

Наше сверхсознание выращивает и питает физическое тело, опекает его до 12-14 лет. После того, как оно приобретает определённую самостоятельность, происходит всплеск половых гормонов в организм. Резко возрастает половая энергия, взрыв эмоций, первая любовь и с этого момента уже не сверхсознание подпитывает физическое тело, а наоборот само начинает поглощать энергию эмоциональной и информационной составляющей нашего сознания и подсознания. Однако, поглощая эту энергию и информацию, СС даёт бразды правления человека в руки сознания и перестаёт их контролировать. В результате достучаться до него уже составляет некоторую трудность. Дети же находятся на канале прямой связи.

Вопрос: Что значит, выражение открыть БК и закрыть БК?

Ответ: Технически это, значит, визуализировать перед закрытыми глазами экранчик и научиться визуализировать на нём всё, что тебе необходимо.

Закрывать БК и значит свернуть экранчик в точку и отправить её в память, то есть визуально закрыть канал связи со сверхсознанием.

Вопрос: Зачем нужно вести точную подробную документацию?

Ответ: Раньше мы вообще вели только списки обучающихся, но жизнь постепенно заставила нас разобраться и вести документацию в том виде, какой Вы её сейчас видите. Так что это, скорее всего требование времени, а не наша прихоть.

Вопрос: Каким образом осуществляется переход энергии из одного пространства в другое?

Ответ: Это взрыв сверхновой, когда материя и энергия появляется в материальном пространстве. Это чёрная дыра, когда энергия и материя исчезает из материализованного пространства. И это человек, который способен, а, по моему мнению, предназначен или, лучше сказать, нужен природе для энергоинформационного обмена материальным и нематериальным пространством. Для этого человеку и делать то ничего не нужно.

Он изначально устроен так, что одна половинка мозга (левое полушарие) у него связано с функцией подсознания, т.е. с физическим телом ли материальным миром, а правое полушарие связано с функцией сверхсознания или нематериальным миром

Вопрос: Следует ли понимать это так, что когда мы спим, мы прокачиваем энергию из материального мира в нематериальный, и наоборот и в бодрствующем состоянии перекачиваем энергию в материальный мир?

Ответ: Совершенно верно. Кстати, это единственное объяснение необходимости сна. Никто пока не может объяснить, почему человек нуждается во сне. Во время, когда мы спим, мозг работает по совершенно другой энергетической схеме, чем днём в бодрствующем состоянии. Ключ к этому состоянию и глаза, а управлять этим механизмом и учит методика Бронникова. Кстати, это тема для докторской диссертации.

Вопрос: Почему нельзя закрывать глаза во время занятий, хотя с закрытыми глазами ощущения гораздо лучше?

Ответ: По этой же самой причине. Закрыв глаза, мы просто отправляем энергию в нематериализованное пространство, а не усиливаем позицию своего сознания. Выигрывая в качестве ощущений, мы проигрываем возможность сознательно управлять всем механизмом взаимодействия функций сознания сверхсознания и подсознания.

Вопрос: Для чего нужно мерить поля? Что это даёт? По-моему это лишнее.

Ответ: Как и всякое другое упражнение данной методики и это упражнение имеет многофункциональное значение.

- 1) Это расширение воспринимаемого диапазона вибраций.
- 2) Это наработка объективности замера, что важно для того, чтобы человек убедился на собственном опыте, что полевые структуры есть, и он с ними работает.
- 3) В Феодосии, где занятия проводятся бесплатно, задавали такой вопрос: «Вы проводите занятия и не берёте деньги? Значит ли это, что вы берёте что-нибудь другое?» Поэтому замер полей является важным показателем для самого Ученика и его родных, которые наглядно видят, как растёт

энергетический потенциал. А значит, никто никого не «подсасывает» и не «вампит».

4) И, наконец, это научная работа. Специально для любознательных привожу её в приложении. Точно также и многофункциональны и все другие упражнения.

## ВЫДЕРЖКИ ИЗ ОТЗЫВОВ

### ПЕРВОЕ ЗАНЯТИЕ

Никогда не думал, что так просто стать экстрасенсом. Состояние приятное. Упражнения осваиваю хорошо.

ТАРАСЕНКО Владислав 12 лет

г. Симферополь

### ВТОРОЕ ЗАНЯТИЕ

Дома пробовал делать упражнение «Тяжесть» и «Лёгкость» стоя на весах. Прибавлялся и убавлялся вес до одного килограмма к моему весу.

КУЛЕШ Максим 13 лет

г. Симферополь

### ЧЕТВЁРТОЕ ЗАНЯТИЕ

Всё нормально. А так же у меня пропал кашель и поднялся гемоглобин. Спасибо!

ШОНОВА Юлия 16 лет.

г. Симферополь

### ВОСЬМОЕ ЗАНЯТИЕ

Состояние бодрое и отличное. Улучшилось зрение. Первый раз чётко увидел монеты на руке.

ГРИВА Александр 45 лет

г. Симферополь

## Отзыв о прохождении занятий по первой ступени метода В.М. БРОННИКОВА

Я работаю врачом ультразвуковой диагностики. Эта работа приравнивается к работе с компьютером. Поэтому уже примерно в течение трёх лет я очень сильно ощущаю на себе все симптомы астенизации (повышенную утомляемость, плохой сон, слабость, низкое артериальное давление, и т.д.)

За время обучения по методике Бронникова по первой ступени состояние моё значительно улучшилось. Повысилась работоспособность, уменьшилась утомляемость, чувствуется прилив сил и бодрости. Просыпаюсь на час, а то и два раньше и чувствую себя отдохнувшей. Сон стал крепче.

Отмечаю улучшение зрения (стала лучше различать мелкие предметы, работаю на аппарате с уменьшенным изображением, уменьшились болезненные ощущения в глазах при работе с аппаратом)

Стала гораздо спокойнее и уравновешеннее, и вообще появился какой-то оптимизм и радость жизни.

Для себя отмечаю явный положительный эффект, хотя до конца не совсем понимаю, как это со мной происходит.

У ребёнка начались катаральные явления в носоглотке ☒ кашель, насморк, гиперемия зева. Три раза поработала с ним по рисунку из медицинского атласа. При этом никаких лекарств ему не давала. После третьей процедуры все эти симптомы исчезли!!! Таким скептикам, как я в это трудно поверить... Но эффект налицо.

Очень рада, что занималась этой методикой. Большое Вам спасибо!

14. марта 2000 года.

К.А.А. 29 лет

Отзыв о занятиях по методу Бронникова.

О методе Бронникова я узнал от знакомых. Посмотрел видеокассету и отнёсся к увиденному как к какому-то феномену или дару, который проявляется у одарённых людей.

Месяцем позже я узнал, что в Симферополе открываются курсы по этому методу. Я решил сходить посмотреть, так как стало интересно. После первого занятия моё первое ошибочное мнение стало разрушаться, так как я на себе ощутил то, что увиденное мной на кассете доступно и мне. Я решил заняться этим делом.

Мне нравилась та весёлая и непринуждённая атмосфера, в которой проходили занятия. Мне было очень интересно.

На девятом занятии была попытка включения биокомпьютера, что и стало мне решающим аргументом в пользу данного метода.

Сейчас я понял, что биокомпьютер – это не сказки и не вымысел. Что это доступно каждому.

При возможности я буду продолжать обучение по этой системе, чего и всем желаю.

14 марта 2000 года.

НИКОЛИЧ Кирилл 15 лет

г. Симферополь.

\* \* \* \* \*

## II СТУПЕНЬ ОБУЧЕНИЯ

Описание II ступени обучения приводится по памяти.

Авторской методички не существует на момент написания данной.

Преподаватели ведут занятия по личным записям, сделанным во время обучения.

2004 г.

## ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

### ВНИМАНИЕ!

1. Если вы не освоили 1ю ступень метода Бронникова, вам НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ осваивать 2ю ступень. 2я ступень метода Бронникова развивает биокомпьютер. Работа биокомпьютера требует больших затрат энергии. Если вы не освоили 1ю ступень обучения метода Бронникова, которая развивает энергетическую систему человека и учит его черпать неограниченное количество энергии из окружающего пространства, вы не сможете обеспечить свой биокомпьютер необходимым количеством энергии без вреда для своего здоровья. Биокомпьютер будет высасывать недостающую ему энергию из вашего организма и ваше здоровье ослабнет. Освойте сначала 1ю ступень и лишь после этого смело осваивайте 2ю. Тогда отсутствие вреда здоровью гарантировано.
2. Перед каждым занятием всем учащимся необходимо сделать вертикальную прокачку (см. I ступень обучения).
3. По окончании каждого занятия всем учащимся необходимо выполнить вертикальную прокачку и прокачку головы (см. I ступень обучения).
4. Включение БК (биокомпьютер) можно производить только в маске. Маска (повязка) должна быть плотной и полностью закрывать глаза. Свет через маску в глаза попадать не должен. Даже открыв глаза в маске ничего не должно быть видно – только темнота.
5. Для включения БК необходимо, чтобы полевые структуры были не ниже следующих показателей: Горизонтальное поле – минимум 7 метров; Вертикальное поле – минимум 60 см.
6. Разница между показателями вертикального поля при открытых и закрытых глазах, а также при

создании Учеником ощущения тяжести, а затем лёгкости при открытых, а затем при закрытых глазах не должна превышать 5 см.

7. Во всё время работы, глаза под маской должны быть закрыты.

8. Обо всех негативных ощущениях во время работы Ученик должен немедленно сообщать инструктору.

9. Ученик выполняет только свои команды, которые он повторяет для исполнения вслед за инструктором. Это укрепляет позицию сознания в роли «Хозяина».

10. Руки и ноги во время работы не перекрещиваются.

11. Глаза без команды открывать нельзя.

12. После окончания работы глаза открываются в момент энергетического «всплеска».

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ 2й СТУПЕНИ

На 2й ступени обучают работе с информацией.

Обучение в школе Бронникова по 2й ступени состоит из 10 занятий.

Если принять всю перерабатываемую человеком информацию за 100%, то 90% придётся на работу бессознательного и только 10% на долю сознания. При этом у необученного человека контакт между сознанием и бессознательным затруднён и находится на стихийном уровне. Захочет бессознательное дать сознанию дополнительную информацию — сознание его получит. Не захочет — не получит.

Такие случаи получения дополнительной информации необученные люди считают чудом, а тех, у кого такое случается достаточно часто, называют ясновидцами, предсказателями, колдунами.

На 2й ступени школы Бронникова учат сознательно поддерживать контакт сознания с бессознательным и получать от него любую информацию, какую захочешь. Или наоборот, отсекают избыточную или неуправляемую информацию, потому что она перегружает сознание.

Бронников ввёл понятие “биокомпьютер”, но не расшифровывает, что это такое, и в результате создаётся впечатление, что это что-то такое особенное, отдельное от человека. На самом деле это бессознательное человека и его сверхсознание (в первую очередь) и подсознание. Работа с “биокомпьютером” — это установка сознательной устойчивой связи между сознанием и бессознательным. А компьютером его называли потому что действительно очень похоже: даёшь команду и получаешь результат, как была произведена работа — не ясно и не видно.

Для занятий нужна чёрная плотная повязка на глаза. Свет не должен попадать в глаза. Повязка служит также для того, чтобы исключить возможность открытия глаз. Всё дело в том, что в обычном состоянии, когда свет попадает на глаза, мозг работает за счёт внешнего источника энергии по строго определённой схеме, и в затылочных зрительных буграх создаются зрительные образы. Тогда же, когда свет на глаза не попадает, мозг начинает работать по совершенно другой схеме. И зрительные образы создаются за счёт внутренней энергии. Для этого в наших зрительных буграх и существует два вида зрительных клеток.

После того как вы хорошо освоите работу с закрытыми глазами, можно начинать работу с открытыми, но не раньше. Иначе, не научившись толком работать с “биокомпьютером”, вы начнёте ему мешать, и тогда он может просто отказаться выполнять ваши команды.

На занятиях разучиваются упражнения для тренировки биокомпьютера. Отработка их производится самостоятельно в любое удобное для вас время. Одних только занятий в группе недостаточно для выработки хороших навыков работы с биокомпьютером.

## ПОЯСНЕНИЯ К НЕКОТОРЫМ ТЕРМИНАМ

### СВЕТОФОР

При работе с биокомпьютером, по крайней мере на стадии обучения и первого времени

самостоятельной работы, необходимо постоянно проверять свой энергетический потенциал, чтобы обеспечить свой организм и биокомпьютер необходимым количеством энергии. Если энергии недостаточно, биокомпьютер будет высасывать энергию из вашего организма.

Критерием служит величина вашего биополя по вертикали.

Если высота биополя над макушкой менее 60 см — энергии недостаточно. Необходимо провести вертикальную прокачку чтобы набрать энергию.

Если высота биополя больше 60 см но меньше 1,5 м — энергии в принципе хватает, но в процессе работы она быстро истощится. Желательно провести вертикальную прокачку или какое-нибудь другое упражнение для набора энергии.

Если высота биополя выше 1,5 м — можно смело работать. Но не надо забывать время от времени проверять высоту биополя, чтобы принять меры в случае его уменьшения ниже нормы.

Энергетический потенциал проверяется с помощью “светофора”.

Дайте команду своему биокомпьютеру показать на экране внутреннего видения светофор.

Если на светофоре горит красный свет — энергии недостаточно. Высота биополя над макушкой менее 60 см. Дайте команду своему биокомпьютеру: «Подпитайся сам и подпитай мой организм энергией из окружающей среды». При этом человек чувствует, как по его заднесрединному контуру поднимается поток энергии. Проверьте, какой свет горит на светофоре. Если вы хорошо освоили 1ю ступень — этого бывает достаточно, чтобы энергетический потенциал повысился до нужного уровня. Если нет, то сделайте вертикальную прокачку. Чтобы работать с биокомпьютером, на светофоре должен гореть как минимум — жёлтый.

Если на светофоре горит жёлтый свет — энергии для простой работы в принципе достаточно, но она быстро закончится. Высота биополя над макушкой больше 60 см но меньше 1,5 м. Дайте команду своему биокомпьютеру: «Подпитайся сам и подпитай мой организм энергией из окружающей среды». После чего приступайте к работе.

Если на светофоре горит зелёный свет — энергии достаточно. Можно смело работать с биокомпьютером без вреда для своего здоровья.

В процессе работы не забывайте время от времени проверять свой энергетический потенциал светофором. Если загорелся жёлтый свет, немедленно дайте биокомпьютеру команду подпитаться самому и подпитать организм энергией из окружающего пространства. Если загорелся красный, дать эту же команду несколько раз, если не помогло — прекратить работу и сделать вертикальную прокачку.

## ВСПЛЕСК

Упражнение из 1й ступени обучения.

Глаза закрыты. В копчике собирается шар энергии, который поднимается по позвоночнику в голову. Эта энергия наполняет голову. Её надо сразу выбросить наружу через глаза или макушку (выбор зависит от поставленной цели). При выбросе через глаза (всплеск через глаза) глаза надо либо открыть в момент выброса энергии, либо оставить закрытыми, в зависимости от поставленной цели.

## ФОТОГРАФИЯ

Глаза закрыты. Делается быстрый всплеск через глаза. Во время выброса энергии через глаза, глаза на мгновение открывают и смотрят на то, что хотят зрительно сфотографировать, и сразу закрывают глаза. Перед закрытыми глазами должна стоять картина того, что увидел, когда открыл глаза (сфотографировал).

## ОТКРЫТЬ ЭКРАН

Глаза закрыты. Перед мысленным взглядом чёрное поле. На чёрном поле появилась белая точка. Точка вытянулась в белую линию вправо и влево. Линия расширилась вверх и вниз образовав белый экран.

## ЗАКРЫТЬ ЭКРАН

Экран сжать в линию. Линию — в точку. Точка исчезла. Сделать всплеск через глаза. Открыть глаза.

## ОЧИСТИТЬ ЭКРАН

Убрать изображение с экрана. Экран становится белым прямоугольником безо всяких изображений.

## 1е ЗАНЯТИЕ

Сделайте вертикальную прокачку. Сядьте. Закройте глаза, наденьте повязку на глаза. Сделайте 5 всплесков.

Перед глазами чёрное поле.

Откройте экран. На экране вы будете с помощью вашего биокомпьютера создавать зрительные образы.

Экран белый. Сделайте экран красным, затем оранжевым, жёлтым, зелёным, голубым, синим, фиолетовым, чёрным с белой каймой.

Представьте себе светофор. Какой цвет горит?

Если горит какой-то один цвет, то это значит, что биокомпьютер уже работает. Цвет, горящий на светофоре, сигнализирует о вашей готовности к работе в соответствии с вашим энергопотенциалом.

Если горят два или три цвета — компьютер не настроен и работает хаотически.

Закройте экран, снимите повязку.

Положите перед собой лист белой бумаги. На него положите линейку с делениями и числами, такую, какая вам больше нравится. Закройте глаза. Сфотографируйте линейку. Дайте мысленную команду своему биокомпьютеру «запомнить линейку».

Закройте глаза, наденьте повязку.

Откройте экран.

Представьте себе себя. Вас окружает аура. Какова высота вашей ауры над макушкой?

Если вы сразу знаете, какова она, или видите линейку, показывающую высоту ауры — значит ваш компьютер включился.

Как будет представлена информация на экране зависит исключительно от вас, от ваших индивидуальных особенностей и предпочтений. Это может быть большая линейка, на которой вы видите деления, или линия от макушки до границы ауры, сбоку от которой стоит число, означающее нужную величину, или просто число — как ответ на заданный вопрос. Чтобы не было ошибок, можно дать уточняющую команду компьютеру, в каких единицах измерения показывать ответ.

Если вы не увидели ответ, мысленно на экране приложите линейку и измерьте ауру. Компьютер может не сразу научиться выполнять ваши приказы и ему надо помогать на стадии обучения. Да и в дальнейшем компьютер может столкнуться с ранее не встречавшейся задачей и не сработать. В этом случае подумайте, как ему помочь, чтобы он её решил.

Если высота ауры 60 см и меньше, у вас не хватает энергии для работы компьютера и он истощает ваш организм (красный свет светофора). Если от 60 см до 1,5 м — уже лучше, можно работать, но всё равно мало (жёлтый свет светофора). Если высота более 1,5 м — энергии достаточно (зелёный свет светофора).

Представьте себе светофор. Какой цвет горит?

Если цвет не соответствует высоте ауры над макушкой, дайте команду компьютеру «скорректировать цвет в соответствии с высотой ауры». Первое время компьютер время от времени будет делать ошибки

и его надо учить находить правильный ответ и правильное решение.

Представьте на экране линию спектра.

Дайте команду компьютеру «подпитаться нужным цветом». Вы увидите, что некоторые цвета в линии спектра постепенно исчезнут.

Снова представьте себя с аурой вокруг. Измерьте высоту ауры над головой. Посмотрите, изменилась ли высота ауры над макушкой?

Посмотрите светофор.

Дайте команду компьютеру: «Компьютер, подпитайся». При этом обычно чувствуют движение энергии вверх по позвоночнику.

Затем дайте следующую команду: «После того как подпитаешься сам, подпитай меня, весь мой организм».

Эти две команды регулярно давайте своему биокомпьютеру когда с ним работаете. При этом вы даже можете почувствовать физически подъём сил.

Снова на экране представьте себя и ауру вокруг и сбоку светофор.

Представьте, что ваша аура расширилась до высоты 1,5 м. На светофоре горит зелёный.

Представьте, что аура уменьшилась до 1 м. На светофоре горит жёлтый.

Представьте, что аура уменьшилась до 0,6 м. На светофоре горит красный. При этом вы можете физически почувствовать сжатие головы. Представьте себе, как одновременно с тем, как загорелся красный свет на светофоре, включилась сирена как у пожарной машины. Усиьте эту сирену.

Дайте команду компьютеру: «Как только высота ауры уменьшится до 0,6 м, включить сирену и начать подпитку себя и затем всего моего организма». Эту команду надо повторять компьютеру регулярно во время работы чтобы лучше её закрепить.

Дайте команду «показать вам энергетические потоки, входящие и выходящие из вашего тела». Дайте команду «Усилить потоки». Посмотрите, что получается.

Закройте экран. Снимите повязку. Откройте глаза. Посмотрите на часы. Который сейчас час?

Закройте глаза, Наденьте повязку. Откройте экран.

Представьте на экране часы какие вам больше нравятся (это лишь способ отображения информации).

Установите показания часов на данное время и дайте команду компьютеру: «Мои компьютерные часы идут точно в соответствии с реальным внешним временем».

В дальнейшем ежедневно несколько раз в день, прежде чем посмотреть на настоящие часы, сначала закройте глаза и дайте команду компьютеру показать время, затем откройте глаза и посмотрите на настоящие часы. Сравните показания. Если есть расхождения, дайте команду компьютеру исправить показания своих компьютерных часов. Таким образом вы добьётесь того, что ваши компьютерные часы будут идти всегда точно.

В дальнейшем, также как и часами, можно будет пользоваться компьютерными компасом, термометром, барометром, указателем направления (даже если вы не знаете, где находится искомый вами объект, ваше бессознательное его практически мгновенно найдёт и укажет путь), магнитофоном, телескопом, микроскопом и т.п.

Очистите экран. Экран стал белым.

Представьте на экране таблицу из 9 квадратов 3×3. Заполните её под диктовку учителя. Получилась таблица 1.

Учитель заранее сделал таблицу на бумаге. Таблица заполняется однозначными числами. Числа берутся произвольно.

Сначала заполните первую строку. Запомните её. Повторите её несколько раз. Дайте команду компьютеру запомнить её.

Заполните вторую строку. Запомните её. Повторите её несколько раз. Дайте команду компьютеру запомнить её.

Надо видеть всю таблицу в целом. Если видите только одну или две строчки дайте команду компьютеру показать вам всю таблицу.

Надо видеть всю таблицу в целом. Прочтите 1ю строку, затем 2ю. Потом опять 1ю, потом 2ю. Заполните третью строку. Запомните её. Повторите её несколько раз. Дайте команду компьютеру запомнить её.

Повторите 1ю строку, потом 2ю, потом 3ю. Повторите это несколько раз.

Желательно, чтобы у вас был партнёр по тренировке. Он должен заранее заполнить таблицу числами на бумаге и диктовать их вам для записи в мысленную таблицу. Когда вы будете вслух читать таблицу, стоящую перед вашим мысленным взором, партнёр будет проверять ваши ответы и по окончании прочтения строки исправлять ошибки. При этом вы должны исправлять ошибки на экране. Со временем ваша память разовьётся настолько, что вы будете без ошибок запоминать большие массивы данных и различные образы.

Чтобы лучше запомнить строку надо её сфотографировать, т.е. сделать на неё всплеск не открывая глаза.

Дайте команду компьютеру запомнить таблицу 1 и затем очистите экран.

Дайте команду компьютеру подпитаться самому и сразу затем подпитать вас.

На белом экране сделайте таблицу из 16 клеток 4×4. Заполните её под диктовку учителя.

Учитель заранее сделал таблицу на бумаге. Таблица заполняется двузначными числами. Числа берутся произвольно. Получилась таблица 2.

Работать с той таблицей надо также как с таблицей 1.

После работы с таблицей 2 очистите экран и дайте команду компьютеру подпитать себя и затем вас.

Перед вами чистый экран.

Представьте себе на нём сад и посреди сада коттедж. Вы находитесь внутри комнаты. Представьте себе меблировку комнаты, обои, картины на стенах и т.п. что ещё может присутствовать в интерьере.

Посреди комнаты стоит стол. На столе хрустальная ваза. В вазе стоят три розы. Какого они цвета? Есть ли шипы на стеблях?

Вы идёте в кухню. Берёте чашку, открываете кран и наливаете в чашку воду. Услышьте, как вода журчит. Попробуйте струю воды на ощупь. Почувствуйте её. Выпейте воды. Почувствуйте её вкус.

Вернитесь в комнату. Подойдите к окну. Откройте его.

Осмотрите из окна сад. Посмотрите на цветы, кусты, деревья. Услышьте, как поют птицы.

На подоконник комнаты прыгнула кошка. Погладьте её. Почувствуйте её тело, её шерсть, её тепло.

Выйдите на улицу. Погода хорошая, светит солнце. Возле дома стоит машина. Сядьте в неё, заведите мотор и поезжайте по улице посёлка.

Выезжаете из посёлка и едете по шоссе. Местность становится тропической. Вдоль дороги растут пальмы. Впереди видно море. Вы выезжаете на песчаный пляж и выходите из машины.

Вы на пляже. Раздеваетесь. Почувствуйте песок босыми ногами. Вы идёте к морю. Возле кромки прибоя почувствуйте ногами мокрый песок.

Море спокойно. Войдите в воду. Почувствуйте её. Плывите. Нырните. Вы видите на дне камни, кораллы, крабов, водоросли. Вокруг плавают рыбы.

Выныривайте. К вам подплыл дельфин. Погладьте его. Почувствуйте его тело. Сядьте на него верхом. Дельфин везёт вас на остров, виднеющийся вдали.

У острова вы слезаете с дельфина и выходите на берег. На берегу лежит дельтаплан. Вы берёте его и взлетаете. Вы летите над островом и морем. Возле вас летит чайка. Она садится на рейку дельтаплана.

Вы влезаете в чайку. Вы смотрите вокруг глазами чайки и управляете ею.

Чайка взлетела и полетела над морем и островом к берегу, на котором стоит ваша машина.

Чайка садится на берег возле машины. Вы выходите из чайки. Чайка улетает. Вы одеваетесь, садитесь в машину и едете домой.

Очистите экран.

Поблагодарите компьютер. Бессознательное хоть и ваше собственное но действует самостоятельно и за неблагодарность может обидеться и лишит сознание своего благоволения.

Сделайте всплеск и откройте глаза. Снимите повязку.

Сделайте прокачку головы.

## 2е ЗАНЯТИЕ

Сделайте вертикальную прокачку. Сядьте. Закройте глаза, наденьте повязку на глаза. Сделайте 5 всплесков.

Перед глазами чёрное поле.

Откройте экран.

Посмотрите светофор. Какой цвет горит?

Посмотрите размер своей ауры. Дайте команду компьютеру подпитать себя и вас.

Посмотрите размер своей ауры. Сожмите свою ауру до 0,6 м. Какой цвет у светофора горит?

Включилась ли сирена?

Если красный не горит или не ревет сирена, дайте команду компьютеру самостоятельно включать на экране красный сигнал светофора и сирену каждый раз, как только ваша аура уменьшится до 0,6 м и автоматически без команды производить подпитку себя и вас.

Расширьте ауру до естественного размера.

Дайте команду показать вам энергетические потоки входящие и выходящие из вашего тела. Дайте команду усилить потоки. Посмотрите, усилились ли они?

Очистите экран.

Дайте команду компьютеру извлечь из памяти таблицу 1 и показать её на экране. Проверьте её по строкам, столбцам, диагоналям. Если обнаруживаются ошибки — исправьте их и дайте команду запомнить её. Отправьте в память.

Извлеките из памяти на экран таблицу 2. проверьте её аналогично таблице 1.

На экране таблица 2.

Работаем с 1й строкой. 1й квадрат окрасьте в зелёный цвет. 2й квадрат окрасьте красным. 3й — жёлтым. 4й — голубым. Числа, бывшие в квадратах остаются в них на фоне окрашенного поля.

Запомните этот ряд. Сделайте в него всплеск и дайте команду запомнить.

Работаем со 2й строкой.

В 1ом квадрате рисуем жёлтый круг. В 2й квадрат сделайте чёрным. (Какого цвета в нём число?) В 3ем квадрате нарисуйте голубой треугольник. В 4ом — коричневый круг. Числа остаются в квадратах.

Сделайте в строку всплеск. Дайте команду запомнить её.

Работаем с 3й строкой.

В 1ом квадрате рисуем красный треугольник. Во 2ом квадрате — жёлтый круг. В 3ем — зелёный круг. 4й квадрат окрашиваем в голубой цвет. Числа остаются в квадратах. Сделайте в строку всплеск. Дайте команду запомнить её.

Работаем с 4й строкой.

В 1ом квадрате рисуем коричневый треугольник. Во 2ом — голубой круг. В 3ем — красный треугольник. 4й квадрат сделать жёлтым. Числа остаются в квадратах. Сделайте всплеск в строку. Дайте команду запомнить её.

Получилась таблица 3.

Проверьте каждый ряд. Называйте число, рисунок и цвет клетки. Исправляйте ошибки. Дайте команду запомнить исправленную таблицу и отправьте её в память.

Очистите экран.

Вызовите из памяти таблицу 1. Проверьте её по строкам, по столбцам, по диагоналям. Исправьте ошибки.

Посмотрите на 1ю строку. Дайте команду компьютеру просуммировать её числа. Сами не считайте. Это должен сделать компьютер и сообщить вам ответ. Сравните с ответом учителя. Если есть ошибка — исправьте.

Дайте команду компьютеру сложить числа 2й строки. Сравните с ответом учителя. Если есть ошибка —

исправьте.

Затем сложите числа по столбцам, затем по диагоналям. Сравнивайте с ответом учителя. Исправляйте ошибки.

Сами не считайте. Это должен делать компьютер. Чаще давайте компьютеру считать, чтобы он тренировался.

Очистите экран. Закройте экран. Снимите повязку. Сделайте всплеск. Откройте глаза.

Положите перед собой компас. Сфотографируйте его.

Закройте глаза. Наденьте повязку. Сделайте всплеск. Откройте экран.

На экране компас. Дайте команду компьютеру показать где север. В дальнейшем периодически давайте команду компьютеру показывать вам где север для тренировки.

Закройте экран. Снимите повязку. Сделайте всплеск. Откройте глаза.

У вас должно быть заранее заготовлено 6 фигур из бумаги: 2 круга (большой и малый), два квадрата (большой и малый), 2 треугольника (большой и малый). Все они должны быть окрашены однотонно с обеих сторон, каждая фигура в свой цвет. Наибольший размер большой фигуры — около 8 см, малой — около 4 см.

Вы сидите с закрытыми глазами. Учитель или партнёр раскладывает перед вами эти фигуры компактной группой. Фигуры могут как лежать отдельно друг от друга, так и соприкасаться или частично перекрывать друг друга.

Вы фотографируете их. На экране вы должны видеть то, что сфотографировали.

Затем закройте экран. Сделайте всплеск. Сидите с закрытыми глазами. Учитель или партнёр несколько раз меняет расположение фигур перед вами. Каждый раз вы их фотографируете и затем разглядываете на экране.

Дайте команду компьютеру измерить размеры выбранных вами фигур. У кругов — диаметр, у треугольников и квадратов — длину сторон. Затем откройте глаза и настоящей линейкой измерьте эти фигуры. Если есть ошибка, дайте команду компьютеру исправить ошибку.

Чаще тренируйтесь в мысленном измерении предметов и расстояний от вас до предмета и между предметами.

Делайте фотографии разных таблиц и плакатов с крупными надписями и разглядывайте их на экране.

Закройте глаза. Наденьте повязку. Откройте экран.

Точно такой же экран сделайте сзади себя, ещё один над головой, ещё один под ногами, и по одному экрану справа и слева. Теперь вы заключены в комнате, стены, пол и потолок которой являются экранами. На переднем экране идёт мультфильм “Ну, погоди!” Увидьте изображение, услышьте звук.

На правом — “Крокодил Гена”, на левом — “Трое из Простоквашино”, на заднем — “Вини Пух”, на полу “48 попугаев”, на потолке “Возвращение блудного попугая”.

Рассмотрите каждый экран в отдельности, услышьте звук.

Постарайтесь увидеть все экраны одновременно.

Затем все экраны соберите перед собой и поставьте в два ряда. Рассмотрите каждый в отдельности и затем все сразу.

Очистите экран.

На экране изображение учителя. Дайте команду компьютеру показать его ауру. Дайте команду измерить ауру. Сравните результаты измерений. Учитель сообщает размер своей ауры. (Человек, освоивший первые две ступени, легко с помощью своего компьютера сам себе измеряет ауру по вертикали и горизонтали с достаточно высокой точностью.) Если есть большие расхождения, дайте команду компьютеру исправить ошибку.

Дайте команду компьютеру смотреть через глаза учителя и давать картинку на экран. Учитель смотрит в разные стороны и разглядывает разные предметы. Ученик сообщает что он видит.

Очистить экран.

Ученик вспоминает, как он входил в помещение, где проходят занятия, и само помещение. На экране он воспроизводит то что видел.

Учитель спрашивает, что находится там-то и там-то по пути следования и в помещении. Ученик должен увидеть это на экране и сказать.

Какие таблицы висят на стенах? Что на них написано? Какие висят картины (описание)? Какие вещи стоят на полках? И т.п.

Очистите экран.

Учитель читает короткий тест, предложений на 10. Дайте команду компьютеру команду запомнить услышанное, записать как магнитофон. Потом воспроизвести текст про себя, стараться услышать голос, его тембр и интонации. Затем произнести текст вслух. Учитель исправляет ошибки. Хорошо если услышанная информация помимо звука дублируется на экране в виде текста. Учитель повторяет текст несколько раз и каждый раз проверяет его запоминание.

Поблагодарите компьютер. Сделайте всплеск и откройте глаза. Снимите повязку.

Сделайте прокачку головы.

### 3е ЗАНЯТИЕ

Сделайте вертикальную прокачку. Сделайте 5 всплесков. Наденьте повязку. Закройте глаза.

Откройте экран.

Экран белый, красный, оранжевый, жёлтый, зелёный, голубой, синий, фиолетовый.

Посмотрите свою ауру. Каковы её размеры?

Смотрим светофор. Какой цвет горит?

Дайте команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас.

Сожмите ауру до 0,6 м. Горит ли красный свет? Воет ли сирена? Дайте команду компьютеру включать красный свет и сирену каждый раз, когда аура уменьшится над макушкой до 0,6 м.

Дайте команду компьютеру самому, не дожидаясь команды, подпитать себя и затем вас, как только аура над макушкой уменьшится до 0,6 м.

Очистите экран.

Дайте на экран таблицу 1. Проверьте её по строчкам, столбцам и диагоналям. Дайте команду компьютеру подсчитать суммы строк, столбцов, диагоналей. Исправьте ошибки.

Очистите экран.

Дайте на экран таблицу 3. По строкам проверьте её. Называйте числа, рисунок и цвет в клетках.

Исправьте ошибки. Очистите экран.

Сделайте на экране таблицу из 25 клеток 5×5. Заполните её под диктовку учителя.

Учитель заранее сделал таблицу на бумаге. Таблица заполняется однозначными числами. Числа берутся произвольно.

Получилась таблица 4. Дайте команду компьютеру запомнить таблицу.

Проверьте таблицу, исправляйте ошибки. Работайте с таблицей 4 как с таблицей 1. Дайте команду запомнить таблицу.

Очистите экран.

Сделайте на экране таблицу из 25 клеток 5×5. Заполните её под диктовку учителя.

Учитель заранее сделал таблицу на бумаге. Таблица заполняется одно- двух- и трёхзначными числами.

Числа берутся произвольно. Однозначных чисел должно быть больше, Двухзначных меньше, трёхзначных ещё меньше. Получилась таблица 5.

Проверьте таблицу, исправляйте ошибки. Работайте с таблицей 4 как с таблицей 1. Дайте команду запомнить таблицу.

Очистите экран.

Дайте на экран таблицу 1. Проверьте её. Назовите суммы чисел по строкам, столбцам и диагоналям.

Сами не считайте. Считает компьютер и сообщает ответ. Исправляйте ошибки.

Очистите экран.

Учитель последовательно и медленно называет числа и арифметические знаки. На экране пишете то

что говорит учитель. Даёте команду компьютеру сосчитать результат. Компьютер считает и сообщает ответ. Вы говорите его вслух. Затем учитель называет правильный ответ. Если ваш компьютер ошибся в вычислениях, дайте ему команду исправить ошибку.

$3 + 1 + 5 + 6$  результат? 15

$7 + 2 + 3 + 8 + 2$  результат? 22

$5 + 3 - 4 + 11 - 6$  результат? 9

$12 + 24 - 8 + 14 - 21$  результат? 21

$17 + 21 - 12 + 9 - 18 + 6 - 13$  результат? 10

$103 - 56 + 11 - 25 + 4 - 8$  результат? 29

Очистите экран.

Дайте команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас.

Покажите на экране свою комнату. Вы находитесь в ней. Осмотритесь. Пройдите на кухню. На кухонном столе стоит банка солёных огурцов. Попробуйте их. Почувствуйте вкус. Рядом стоит блюдечко с порезанными свежими огурцами. Попробуйте их. Почувствуйте вкус. Рядом стоит солонка. Посыпьте солью свежие огурцы. Попробуйте их, почувствуйте вкус. Рядом на блюдечке лежат свежие помидоры. Попробуйте их, почувствуйте вкус. В хлебнице лежит белый и чёрный хлеб. Откусите белый хлеб, почувствуйте вкус. Откусите чёрный хлеб, почувствуйте вкус. На столе лежат яблоки. Возьмите яблоко, откусите, почувствуйте вкус. Рядом на блюдечке лежит порезанный на дольки лимон. Возьмите лимон. Пожуйте. Почувствуйте вкус. Посыпьте лимон сахаром, попробуйте. Почувствуйте вкус. Возьмите конфету, съешьте её, почувствуйте вкус. Выпейте чашку кваса, почувствуйте вкус.

Очистите экран.

Дома взять чашки, налить в них в одну пиво, в другие воду. В воде в одной чашке растворить сахар, в другой соль, в третьей лимонную кислоту или уксус. Концентрация кислоты такая, чтобы чувствовать кислый вкус но не обжигало. Одна чашка с чистой водой без добавок.

Возьмите лисы чистой бумаги размером чуть больше диаметра чашки. Напишите на них “горькое”, “сладкое”, “солёное”, “кислое”, “нейтральное”. Накройте надписанными бумажками соответствующие чашки надписями вниз. Пусть кто-нибудь переставит чашки на столе.

Посмотрите на чашки. Закройте глаза, откройте экран, увидите эти чашки. Мысленно снимите бумажки, прочтите надпись, попробуйте жидкость в чашке, почувствуйте вкус. Закройте экран, сделайте всплеск, откройте глаза.

Проверьте правильность ответов. Если вы работаете с партнёром, то просто говорите, какую чашку пробуете и что в ней. А партнёр вас проверяет.

После того как вы научитесь дистанционно определять вкус, перепутайте бумажки с надписями.

Бумажки должны лежать не на тех чашках и давать неправильную подсказку. Откройте экран, увидите чашки. Мысленно снимайте с них бумажки, читайте их, пробуйте жидкость на вкус. Затем проверьте.

Возвращаемся к занятию.

На экране ваша комната. Время настоящее на данный момент. Вы одеваетесь и идёте на улицу.

Увидьте, как вы выходите из квартиры на лестницу, как спускаетесь и выходите во двор.

Осмотритесь по сторонам. Всё ли так как должно быть? Идите к автобусной остановке.

Осматривайтесь по сторонам. К остановке подходит автобус. Вы садитесь в него и едете несколько остановок. Увидьте всё что он проезжает: магазины, ларьки, вывески, кинотеатр и т.д. что есть в действительности. Выйдите из автобуса.

Осмотритесь по сторонам. Взлетите над домами. Увидьте район сверху. Летите назад к дому по пройденному маршруту. Сверху вы видите весь свой пройденный маршрут. Полетайте над своим двором. Влетите в окно своей комнаты.

Встаньте на пол. Пройдите на кухню. Потрогайте рукой чайник с водой. Он холодный? Пусть будет холодный и пустой.

Возьмите чайник, наполните его холодной водой из под крана. Потрогайте струю воды рукой.

Почувствуйте её. Зажгите огонь на плите. (Если плита электрическая — включите плиту.) Поставьте

чайник на огонь.

Периодически трогайте чайник рукой. Почувствуйте, как чайник становится всё теплее, горячее и закипает. Приготовьте себе чай или кофе. Попробуйте его, почувствуйте вкус.

Очистите экран.

Дайте команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас.

На экране градусник. Спросите компьютер. Какая температура воздуха на улице. Дома проверьте.

На экране барометр. Спросите у компьютера, какое атмосферное давление сейчас. Дома проверьте.

Так можно узнавать температуру всего.

Можно измерять артериальное давление у себя и у других. Только вместо барометра на экране тонометр.

Очистите экран. Снимите повязку. Сделайте всплеск. Откройте глаза.

Тренируйтесь фотографировать фигурки из бумаги.

Тренируйтесь фотографировать тексты. Сначала тексты должны быть крупными, например, заголовки в газетах. Постепенно уменьшайте размер шрифта.

Возьмите анатомический атлас. Сфотографируйте изображение мозга. Откройте экран. Картинку мозга из атласа поместите на экран справа. Дайте команду компьютеру слева дать изображение вашего мозга. Совпадают ли изображения? Наложите их друг на друга. Есть ли отличия?

Очистите экран.

Сфотографируйте в атласе изображение позвоночника. Поместите фотографию на экран компьютера справа. Дайте команду компьютеру показать слева ваш позвоночник. Прямой ли он, если смотреть со спины? Если есть отклонения от прямой, дайте команду компьютеру исправить ваш позвоночник.

Сфотографируйте в атласе ещё какие-нибудь органы. Сравнивайте их со своими. **НО НЕ ДАВАЙТЕ КОМАНДУ** исправлять отличия. Картинки в атласе являются усреднением многих разных изображений.

Поблагодарите компьютер. Сделайте всплеск и откройте глаза. Снимите повязку.

Сделайте прокачку головы.

На ваше биополе постоянно производятся различные внешние воздействия. Кто-то оказывает его сознательно, по злобе, кто-то случайно, даже не зная, что что-то сделал.

Сильное воздействие приводит к пробоям ауры. Эти пробои причиняют ущерб здоровью и выводят из строя биокомпьютер. Надо уметь ставить защиту.

Дайте команду компьютеру: «Компьютер, установи защиту себе и мне, чтобы исключить внешнее воздействие или проникновение внутрь.»

Компьютер поставит защиту, он знает как. Пробить её гораздо труднее чем незащищённую ауру.

Пробои ауры ликвидируются вертикальной и горизонтальной прокачками 2-3 раза в день, и упражнением «кокон» (см. 1ю ступень обучения). Вращающийся кокон поднимают вверх, потом опускают вниз, снова вверх и вниз, и так несколько раз. Затем устанавливают его там где он был в самом начале, в середине. Затем дают команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас и заделать пробоины.

#### 4е ЗАНЯТИЕ

Сделайте вертикальную прокачку. Сделайте 5 всплесков. Наденьте повязку. Закройте глаза.

Откройте экран.

Экран белый, красный, оранжевый, жёлтый, зелёный, голубой, синий, фиолетовый.

Посмотрите свою ауру. Каковы её размеры?

Смотрим светофор. Какой цвет горит?

Дайте команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас.

Сожмите ауру до 0,6 м. Горит ли красный свет? Воеет ли сирена? Дайте команду компьютеру включать красный свет и сирену каждый раз, когда аура уменьшится над макушкой до 0,6 м.

Дайте команду компьютеру самому, не дожидаясь команды, подпитать себя и затем вас, как только аура над макушкой уменьшится до 0,6 м.

Очистите экран.

Дайте на экран таблицу 3. Проверьте её, исправьте ошибки.

Тоже самое проделайте с таблицами 4, 5.

Очистите экран.

Сделайте на экране таблицу из 25 клеток 5×5. Заполните её под диктовку учителя.

Учитель заранее сделал таблицу на бумаге. Таблица заполняется двух- и трёхзначными числами. Числа берутся произвольно. Однозначных чисел должно быть больше, двузначных меньше, трёхзначных ещё меньше. Получилась таблица 6.

Работать с таблицей 6 аналогично с предыдущими таблицами.

Очистите экран. Дайте команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас.

Займёмся счётом.

$7 + 8 + 9 + 2$  результат 26

$12 + 27 - 4$  результат 35

$54 + 38$  результат 92

$27 + 65$  результат 92

$129 + 36$  результат 165

$38 \times 0,2$  результат 7,6

$25 \times 0,3$  результат 7,5

$18 \times 2,2$  результат 39,6

$24 \times 1,2$  результат 28,8

$27 \times 4,3$  результат 116,1

$56 \times 3,7$  результат 207,2

$34 \times 2,5$  результат 85

$27 \times 3,1$  результат 83,7

$28 \times 1,4$  результат 39,2

$36 \times 0,2$  результат 7,2

$26 \times 0,8$  результат 20,8

$41 \times 0,3$  результат 12,3

$39 \times 0,4$  результат 15,6

$56 \times 0,5$  результат 28

$72 \times 0,6$  результат 43,2

$28 \times 0,4$  результат 11,2

$32 \times 2,1$  результат 67,2

Очисти те экран. Дайте команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас.

Займитесь фотографированием бумажных цветных фигур.

Очистите экран. Дайте команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас.

Сделайте всплеск. Снимите повязку. Откройте глаза.

Возьмите тонометр. Тот, кто умеет измерять артериальное давление, возьмёт какого-нибудь одного ученика и начнёт измерять у него давление. Остальные, и тот у кого измеряют давление, должны дать команду своему компьютеру сказать, какое давление у этого человека и записать его на бумаге. Затем, тот кто измеряет давление, объявляет результат. Все исправляют ответ компьютера, если он неправильный, и дают команду откорректировать свои измерения. Ответ компьютер даёт у разных людей в разной форме. В зависимости от их индивидуальных особенностей, например, может просто показать два числа 120/60, или показать шкалу тонометра, на которой выделены два числа, и т.п. Это всего лишь форма отображения информации. Такие измерения давления провести ещё раз 10 на разных учениках. У каждого только по одному разу.

Дайте команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас.

Возьмите карту города, который хорошо знаете, в котором живёте. Сфотографируйте её. Наденьте повязку, закройте глаза. Дайте команду компьютеру показать вам эту карту на экране. Выберете район, который вы хорошо знаете. Дайте команду компьютеру показать вам этот район сверху, таким, какой он есть сейчас (в данную минуту). Полетайте над районом, рассмотрите его сверху. Опуститесь вниз. Пройдите по земле. Осмотрите всё вокруг замечая подробности. На следующий день побывайте в этом районе, сравните то что есть в действительности с тем, что показал компьютер. Так нарабатывается внутреннее видение реальности. Лишь научившись хорошо видеть знакомые места можно переходить к путешествиям по незнакомым местам. Поблагодарите компьютер. Сделайте всплеск и откройте глаза. Снимите повязку. Сделайте прокачку головы.

## 5е и 6е ЗАНЯТИЯ

На 5ом и 6ом занятиях отрабатываются одни и те же упражнения. Только арифметические примеры берутся разные, чтобы компьютер считал и не было бы простого запоминания.

Сделайте вертикальную прокачку. Сделайте 5 всплесков. Наденьте повязку. Закройте глаза.

Откройте экран.

Экран белый, красный, оранжевый, жёлтый, зелёный, голубой, синий, фиолетовый.

Посмотрите свою ауру. Каковы её размеры?

Смотрим светофор. Какой цвет горит?

Дайте команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас.

Сожмите ауру до 0,6 м. Горит ли красный свет? Воет ли сирена? Дайте команду компьютеру включать красный свет и сирену каждый раз, когда аура уменьшится над макушкой до 0,6 м.

Дайте команду компьютеру самому, не дожидаясь команды, подпитать себя и затем вас, как только аура над макушкой уменьшится до 0,6 м.

Очистите экран.

Выведите на экран таблицу 1. Проверьте по строкам. Столбцам и диагоналям. Исправьте ошибки.

Тоже самое проделайте с таблицами 2, 3, 4, 5, 6.

Очистите экран.

Посчитаем.

Арифметические примеры для 5го занятия.

$27 + 16$  результат 43

$38 + 47$  результат 85

$61 - 27$  результат 34

$52 - 28$  результат 24

$73 - 48 + 16 - 28 + 13$  результат 26

$38 + 23 - 46 + 33 - 17$  результат 31

$12 \times 6$  результат 72

$23 \times 1,5$  результат 34,5

$18 \times 2,2$  результат 39,6

$13 \times 7$  результат 91

$25 : 3$  результат 8,33...

$67 : 4$  результат 16,75

$53 : 8$  результат 6,625

$29 : 11$  результат 2,63

$33 : 2 \times 4 : 3 \times 13$  результат 286

Арифметические примеры для 6го занятия.

$67 - 29$  результат 38

$35 + 48$  результат 83

$48 - 53$  результат – 5

$28 + 46$  результат 74

$29 + 18 - 55 + 42 - 7 + 14$  результат 41

$74 - 55 + 9 - 31 + 61 - 29 + 5$  результат 34

$13 \times 8$  результат 104

$25 \times 3,1$  результат 77,5

$31 \times 2,3$  результат 71,3

$16 \times 3,7$  результат 59,2

$28 : 5$  результат 5,6

$34 : 7$  результат 4,857

$56 : 4$  результат 14

$33 : 5$  результат 6,6

$15 \times 3 : 4 \times 11 : 2$  результат 61,875

Очистите экран. Дайте команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас.

Займитесь фотографированием бумажных цветных фигур.

Затем фотографируем тексты в газетах. Сначала крупные тексты, потом мелкие.

Сначала фотографируем несколько рядом стоящих слов из одной строки, сколько получится. Затем расширьте захват до всей строки. Затем фотографируйте 2, затем 3 и так далее строк одновременно.

Всё происходит постепенно.

Очистите экран. Дайте команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас.

Сделайте всплеск. Снимите повязку. Откройте глаза.

Возьмите карту города, который хорошо знаете, в котором живёте. Сфотографируйте её.

Наденьте повязку, закройте глаза. Дайте команду компьютеру показать вам эту карту на экране.

Выберете район, который вы хорошо знаете (другой, который вы ещё не рассматривали на предыдущих занятиях). Дайте команду компьютеру показать вам этот район сверху, таким, какой он есть сейчас (в данную минуту). Полетайте над районом, рассмотрите его сверху. Опуститесь вниз. Пройдите по земле. Осмотрите всё вокруг замечая подробности.

На следующий день побывайте в этом районе, сравните то что есть в действительности с тем, что показал компьютер.

Поблагодарите компьютер. Сделайте всплеск и откройте глаза. Снимите повязку.

Сделайте прокачку головы.

## 7е и 8е ЗАНЯТИЯ

На 7ом и 8ом занятиях отрабатываются одни и те же упражнения. Только арифметические примеры берутся разные, чтобы компьютер считал и не было бы простого запоминания.

Сделайте вертикальную прокачку. Сделайте 5 всплесков. Наденьте повязку. Закройте глаза.

Откройте экран.

Экран белый, красный, оранжевый, жёлтый, зелёный, голубой, синий, фиолетовый.

Посмотрите свою ауру. Каковы её размеры?

Смотрим светофор. Какой цвет горит?

Дайте команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас.

Сожмите ауру до 0,6 м. Горит ли красный свет? Воеет ли сирена? Дайте команду компьютеру включать красный свет и сирену каждый раз, когда аура уменьшится над макушкой до 0,6 м.

Дайте команду компьютеру самому, не дожидаясь команды, подпитать себя и затем вас, как только аура над макушкой уменьшится до 0,6 м.

Очистите экран.

Выведите на экран таблицу 1. Проверьте по строкам. Столбцам и диагоналям. Исправьте ошибки.

Тоже самое проделайте с таблицами 2, 3, 4, 5, 6.

Очистите экран.

Посчитаем.

Арифметические примеры для 7го занятия.

$25 + 17$  результат 42

$71 - 44$  результат 27

$46 + 37$  результат 83

$25 - 39$  результат – 14

$32 + 19 - 26 + 45 - 13$  результат 57

$45 - 38 + 14 - 11 + 26$  результат 36

$32 \times 3$  результат 96

$46 : 9$  результат 5,11

$14 \times 6$  результат 84

$52 : 7$  результат 7,428

$43 \times 1,8$  результат 77,4

$55 : 2,5$  результат 22

$64 \times 1,2$  результат 76,8

$83 : 3,4$  результат 24,41

$16 \times 4 : 7 \times 3 : 11$  результат 2,49

Арифметические примеры для 8го занятия.

$58 + 35$  результат 93

$64 - 39$  результат 25

$47 + 25$  результат 72

$92 - 57$  результат 35

$22 + 19 - 25 + 31 - 28$  результат 19

$45 - 38 + 26 - 17 + 41$  результат 57

$14 \times 3,4$  результат 47,6

$55 : 2,4$  результат 22,91

$27 \times 3,5$  результат 94,5

$78 : 4,6$  результат 16,95

$19 \times 2,4$  результат 45,6

$66 : 3,7$  результат 17,837

$41 \times 2,1$  результат 86,1

$94 : 5,2$  результат 18,076

$31 \times 4 : 12 \times 3 : 2$  результат 15,5

Очисти те экран. Дайте команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас.

Займитесь фотографированием бумажных цветных фигур.

Затем фотографируем тексты в газетах. Сначала крупные тексты, потом мелкие.

Сначала фотографируем несколько рядом стоящих слов из одной строки, сколько получится. Затем расширьте захват до всей строки. Затем фотографируйте 2, затем 3 и так далее строк одновременно.

Всё происходит постепенно.

Очистите экран. Дайте команду компьютеру подпитаться самому и подпитать вас.

Сделайте всплеск. Снимите повязку. Откройте глаза.

Считаем предметы.

Возьмём спички или скрепки или кнопки и т.п.

Не глядя высыпает несколько штук перед собой на стол. Фотографируем. Спрашиваем компьютер: сколько предметов? Компьютер даёт ответ. Откройте глаза, пересчитайте их. Совпал ли ответ? Дайте команду компьютеру исправить ответ, если есть ошибка. Повторите раз 20 каждый раз с разным количеством предметов. В дальнейшем, при самостоятельной работе, усложните тренировку, вводя

разные типы предметов, например несколько спичек, несколько скрепок, несколько кнопок. Каждый раз компьютер должен давать ответ сколько предметов всего и сколько каждого типа. Измеряйте размеры разных предметов и расстояния между предметами с помощью компьютера. Затем проверяйте. Если есть ошибка исправляйте.

Попутешествуем.

Наденьте повязку. Закройте глаза. Вы в своей комнате. Время текущее на данный момент. Пройдитесь по комнате, осмотрите и ощупайте вещи. Почувствуйте их. Пройдите в кухню. Потрогайте вещи. Налейте воды в чашку. Попробуйте её на вкус и температуру. Включите холодную воду, потрогайте её рукой. Включите горячую воду. Потрогайте её рукой. Попробуйте еду. Почувствуйте её вкус. Есть ли кто-нибудь дома? Чем они занимаются? Вернувшись домой узнайте у них, чем они занимались в это время.

Выйдите на улицу. Осмотритесь по сторонам. Это ваш двор. Идите к автобусной остановке. Осматривайте всё по сторонам. У остановки поднимитесь в воздух выше домов. Осмотритесь по сторонам. Летите домой, рассматривайте землю по сторонам.

Когда вернётесь домой, по дороге сравнивайте то что увидели во время путешествия с тем что есть на самом деле. Есть ли отличия?

Сделайте всплеск. Откройте глаза. Сфотографируйте карту своего города, района, который вам больше всего нравится. Закройте глаза. Наденьте повязку. Увидьте сфотографированную карту. Увидьте этот район. Как он есть в натуре. Время настоящее. Полетайте над этим районом. Опуститесь на землю. Если рядом есть люди, услышьте, о чём они говорят. Ощупайте стены домов, деревья и прочие предметы, находящиеся там.

Взлетите. Увидьте с высоты весь город, полетайте над ним.

Теперь летите в другое место. Выбирайте те места, где вы бывали и которые вам понравились. Полетайте над этими местами, опускайтесь на землю, осматривайтесь, слушайте, о чём говорят люди. Щупайте, нюхайте, пробуйте.

Слетайте за границу. Если вы никогда за границей не были, то представляйте выбранные вами города или курорты по открыткам, фотографиям, фильмам.

Полетайте сверху, смотрите вниз. Опуститесь на землю. Слушайте, о чём говорят люди. Дайте команду компьютеру переводить вам, что они говорят. Компьютер всё понимает. Ведь он всё воспринимает телепатически, а затем транслирует речь на вашем языке, чтобы его поняло сознание.

Следите за часовыми поясами, чтобы ваше путешествие максимально соответствовало реальности. Так нарабатывается внешнее видение.

Поблагодарите компьютер. Сделайте всплеск и откройте глаза. Снимите повязку.

Сделайте прокачку головы.

## 9е и 10 ЗАНЯТИЯ

9е и 10е занятия проводятся одинаково и заключаются в открытии внешнего видения. У кого внешнее видение откроется, тот может идти на обучение на 3ю ступень. У кого не открылось, должен тренироваться в его открытии.

Сделайте вертикальную прокачку. Сделайте 5 всплесков. Наденьте повязку. Закройте глаза.

Откройте экран.

Дайте команду компьютеру показать вам помещение, в котором вы находитесь. Увидьте свои руки.

Подвигайте руками, пошевелите пальцами. На экране вы должны всё это видеть. Увидьте находящиеся рядом предметы. Попробуйте коснуться их рукой.

Получается ли у вас попасть рукой именно туда, куда вы видите на экране? Проверяйте себя снимая повязку.

Фотографируйте помещение. Стремиться к тому, чтобы то что вы видите на экране максимально соответствовало тому что есть на самом деле. Походите по комнате. Время от времени снимая повязку

проверяйте, соответствует ли ваш маршрут по комнате тому что вы видите на экране, т.е. попадаете ли вы в то место куда шли и насколько точно.

Чаше работайте со своими руками. Увидьте на экране свои руки и затем то, чего они касаются. Ходите по комнате, прикасайтесь к предметам. Через руки вытягивайте всю картинку.

Для того чтобы осмотреться по сторонам голову поворачивать не обязательно. Можно просто двигать экран, поворачивать его набок или кверху ногами, а можно просто давать команду показать на экране то, что находится сбоку, сверху, снизу.

Так нарабатывается внешнее видение реальности. По мере приобретения навыка чёткость изображения будет всё выше и выше, экран будет расширяться и постепенно с закрытыми глазами вы будете видеть как с открытыми. Со временем экран станет шарообразным вокруг вас и вы будете видеть сразу всё вокруг.

Тренируйте цветное видение. Берите в руки листы цветной бумаги и определяйте их цвет.

Если что-то надо рассмотреть поподробней, дайте команду компьютеру увеличить изображение предмета. Или дайте команду приблизить предмет к глазам.

Поблагодарите компьютер. Сделайте всплеск и откройте глаза. Снимите повязку.

Сделайте прокачку головы.

Обучение 2й ступени закончено. Теперь работайте самостоятельно.

Советы на прощание.

Если надо провести чьё либо лечение, себя или других, надо сначала спросить свой компьютер, можно ли сейчас это сделать, если нет то когда, что именно нужно сделать.

Часто бывает достаточно дать команду закрасить пятно на ауре нужным цветом, или дать команду исправит дефект не вдаваясь в подробности.

Поддерживать свой высокий энергетический потенциал можно с помощью компьютера, давая ему команду прокачать вас. Но если есть возможность сделать прокачку с партнёром, лучше использовать эту возможность. Прокачка руками с партнёром самая эффективная. Мысленная прокачка самому себе или с помощью компьютера слабее.

С помощью компьютера прокачиваются так. Дают команду компьютеру “прокачать всё моё тело, так, чтобы вся моя энергетическая система получила тренировку”. Возможны варианты формулировки.

Также давайте команды компьютеру прокачать вашу голову, позвоночник и т.п.

## НАБЛЮДЕНИЕ

Анализируя занятия по 2й ступени в группе и самостоятельные занятия, было замечено, что при занятиях в группе упражнения выполняются легче чем при самостоятельных занятиях. Создаётся впечатление, что когда группа людей одновременно решают одну и ту же задачу, они объединяются в единый энергоинформационный организм и помогают друг другу в решении этой задачи.

## ЛОГИЧЕСКИЕ ВЫВОДЫ ИЗ 2й СТУПЕНИ ШКОЛЫ БРОННИКОВА

Об этом ничего не говорят на занятиях, но это следует из анализа 2й ступени.

Из всего вышеописанного в данной методичке следует, что для решения большинства энергоинформационных задач надо всего лишь дать ПРАВИЛЬНУЮ команду своему биокомпьютеру. Дальнейшие выводы см. ниже.

## СООБРАЖЕНИИ О ЭНЕРГОИНФОРМАЦИОННОМ КОНТАКТЕ МЕЖДУ ЛЮДЬМИ

Из всего вышеописанного в данной методичке следует, что энергоинформационный контакт между людьми осуществляется так. Человек даёт команду своему компьютеру установить контакт с человеком именем и сделать то-то и то-то (практика показывает, что контакт устанавливается легче

всего, если этого человека представить зрительно). При этом оба человека объединяются в один энергоинформационный организм, и что на энергоинформационном уровне происходит с одним — тоже происходит и с другим. Если при этом помогать компьютеру сознанием, то эффект усиливается. По окончании работы надо дать команду своему компьютеру прекратить работу с этим человеком и разорвать контакт. Затем поблагодарить компьютер. Бессознательное хоть и ваше собственное но действует самостоятельно и за неблагодарность может обидеться и лишит сознание своего благоволения.

В качестве примера приведу собственный опыт лечения близкого мне человека.

Эта женщина серьёзно заболела. Лекарства помогали слабо и давали побочные эффекты. Я делал ей вертикальные и горизонтальные прокачки когда бывал у неё дома. Помогало хорошо, но эффект длился около 2-3х дней и всё возвращалось к прежнему уровню. Часто бывать у неё я не мог. Сама обучаться методу Бронникова она не хотела. В этом отношении она ленива, но помощь принимает охотно.

Тогда я решил лечить её дистанционно. Я дал команду своему компьютеру установить с ней контакт, лечить и восстанавливать её организм и развивать её энергетическую систему. Я намеренно не стал уточнять, что именно надо делать, так как бессознательное гораздо лучше сознания знает, что и как надо выполнять. Сразу я почувствовал контакт и движение и пульсации энергии в организме. Я стал помогать своему компьютеру делая мысленно себе вертикальную прокачку, время от времени прерывая прокачку минут на 10-15 и затем возобновлял её вновь.

Так продолжалось 4 часа. С течением времени пульсации энергии перемещались по организму. К концу процедуры пульсации были в районе макушки. Потом я дал команду компьютеру прекратить работу с этой женщиной и оборвать с ней контакт.

Затем я сделал мысленно себе вертикальную прокачку, колокол, дракон и сухой тибетский массаж.

Потом дал команду своему компьютеру уничтожить всю вредную для меня информацию, которая накопилась в моём организме. Сразу почувствовалось сильное движение энергии по заднесрединному меридиану.

Эффект от такого лечения наступил в тот же день. Она почувствовала себя значительно лучше и пошла на поправку.

Эту процедуру я повторял ещё два раза через день.

Через неделю она была здорова. Но учиться методу Бронникова по прежнему не хочет и говорит по этому поводу, что “зачем мне учиться, у меня ты есть”.

## СООБРАЖЕНИЯ О ТЕЛЕПАТИЧЕСКОЙ СВЯЗИ

Исходя из всего описанного в данной методичке можно считать, что телепатическая связь между двумя обученными людьми осуществляется так.

Два человека прошедшие 2ю ступень обучения школы Бронникова могут поддерживать друг с другом телепатическую связь как по телефону или даже видеотелефону. Для этого один из них даёт команду своему компьютеру связаться с компьютером другого человека и чтобы тот передал сигнал компьютеру второго, чтобы он сообщил хозяину, что его вызывают на связь. Компьютер второго сообщает сознанию хозяина о сигнале выхода на связь первого. Хозяин даёт команду вступить в телепатический контакт. После чего люди общаются по ниже приведённой схеме.

Передаётся любая информация.

Телепатической связи обучают на 4й ступени обучения школы Бронникова.

Электронная версия данной книги создана исключительно для ознакомления только на локальном

компьютере! Скачав файл, вы берёте на себя полную ответственность за его дальнейшее использование и распространение. Начиная загрузку, вы подтверждаете своё согласие с данными утверждениями! Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах, и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена! По вопросам приобретения печатной или электронной версии данной книги обращайтесь непосредственно к законным издателям, их представителям, либо в соответствующие организации торговли!

HYPERLINK "<http://www.e-puzzle.ru/>" [www.e-puzzle.ru](http://www.e-puzzle.ru)

В старой методичке 90х годов говорилось прямо ☐ в основе лежат упражнения даосской йоги. А «Дао» ☐ это просто «путь». (состаитель)

“Пальминг” снимает усталость с глаз и кроме того имеет лечебный эффект. “Пальминг” рекомендуется выполнять регулярно хотя бы для того чтобы глаза отдохнули и восстановились.

Всё, что описано далее происходит в воображении учеников. Всё представляется настолько реально что кажется настоящим. (составитель)

Это легко определить — партнёр измеряет ваше биополе руками, или с помощью своего биокомпьютера, если он хорошо освоил 2ю ступень.

Насколько я понимаю, роль сознания заключается в определении целей и постановке задач. Роль бессознательного заключается в решении поставленных задач. Сознание не должно брать на себя задачи бессознательного, это получается у него плохо.

PAGE

<http://www.e-puzzle.ru>