Олег Целебровский

3 шага в экстрасенсорику

Как стать экстрасенсом за неделю

Олег Целебровский

3 шага в экстрасенсорику. Как стать экстрасенсом за неделю

«Издательские решения»

Целебровский О. Н.

3 шага в экстрасенсорику. Как стать экстрасенсом за неделю / О. Н. Целебровский — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-858008-6

Книга «3 шага в экстрасенсорику» фактически — литературное пособие по освоению навыков экстрасенса. В книге предлагаются простые, но эффективные способы овладения искусством управления биополем. Благодаря книге читатель может научиться управлять не только своей, но и чужой энергетикой, заняться целительством или лозоходством, освоить методы защиты от сглаза, порчи, стать здоровее и богаче.Книга написана живым, легким языком и основывается на собственном опыте автора.

ISBN 978-5-44-858008-6

© Целебровский О. Н.
© Издательские решения

Содержание

Предисловие. 6
Глава 1. 9
Глава 2. 14
Глава 3. 20
Глава 4. 24
Конец ознакомительного фрагмента. 26

3 шага в экстрасенсорику
Как стать экстрасенсом за неделю

Олег Николаевич Целебровский

© Олег Николаевич Целебровский, 2017

ISBN 978-5-4485-8008-6
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие.
Про больную коленку, или о чем эта книга

Мы все болеем, но зачастую не понимаем почему. И действительно, разве это нормально – болеть? Нет, когда болеют дети, формируя иммунитет, это может быть еще можно назвать нормой, хотя и то с натяжкой.

А почему болеем мы? Зачем? И нельзя ли не болеть?

Можно! Конечно, от всех приобретенных за годы жизни болячек избавиться сложно, но все-таки, немного поработав с собой и своим биополем, можно избавиться от МНОГИХ проблем, вплоть до ФИНАНСОВЫХ.

Как это сделать? Как научиться управлять своей и чужой энергетикой всего за месяц? Ответ вы найдете в этой книге.

***

– Не верю я ни в какую экстрасенсорику, – сказал мой приятель Женя, когда узнал, что я работаю над этой книгой.

Мы сидели в лесу у костра и болтали о разных необычных вещах.

– Не веришь? Хорошо. Хочешь, скажу, что у тебя сейчас болит? Спина.

Женя изумленно посмотрел на меня.

Честно говоря, я сам не знаю, почему так сказал. Просто пришло в голову. Почувствовал я это шестым или седьмым чувством.

– Точно… – удивился Женя. – Давай так, если сейчас скажешь, что еще у меня прямо сейчас болит, я поверю.

– Тогда надо тебя посмотреть, – я встал, заставил встать Женю и стал смотреть его поле ладонью руки. Начал со стороны спины и в районе коленки левой ноги моя рука почувствовала сильный «провал».

– У тебя левая коленка больная.

– Ты знал что ли?! – буквально закричал мой приятель. Он задрал штанину, и я увидел под коленной чашечкой большой шрам.

Я, конечно, ничего не знал. Почувствовал и всё. Женя был просто поражен. Но на мой вопрос, поверил ли он в экстрасенсорику, ответил:

– Не знаю…

Это меня не удивило. Если человек не может найти объяснения чему-то для него непонятному, он либо не верит в это вовсе, либо пытается объяснить доступными ему средствами. Так, если бы первобытный человек увидел диктора в телевизоре, он либо вообще не поверил бы в то, что он видит, списав это на употребление незнакомых грибов или травму головы неприятельской дубинкой, либо думал бы, что просто в ящике где-то прячется человек.

Так уж мы устроены. И все-таки она вертится! В том смысле, что экстрасенсорика существует, и экстрасенсы это такие же люди, как и мы.

Каждый из нас может стать более или менее успешным экстрасенсом, применив простые методики, о которых я и решил рассказать в этой книге. Основываясь на собственном опыте.

***

Человек, вероятно, является одним из самых загадочных существ на планете Земля. О себе мы знаем очень и очень мало. Постоянно рассматривая и пересматривая различные археологические находки, ученые все больше и больше приходят к выводу, что все наши знания о человеке, как о виде, и об истории человечества в целом, неполны, а то и вообще ошибочны.

Кто мы, откуда взялись, что с нами происходило за время существования на планете, все эти вопросы до сих пор не имеют абсолютно достоверных ответов.

Само устройство нашего организма, работа мозга, работа подсознания изучены частично и во многом не имеют научного объяснения.

Но это не означает, что до конца не понимая, как мы устроены, и как работает наше тело в совокупности с душой, мы не можем управлять собой. Ведь если вы не знаете, как устроен автомобиль, это не означает, что вы не можете им управлять.

Другое дело, что так эволюционно сложилось, что нам привычнее и легче изменять мир вокруг себя, чем меняться самим, приспосабливаясь к условиям мироздания.

Собственно, это логично. Выживая в тяжелых условиях можно сказать враждебной окружающей среды, нам людям, как виду, в первую очередь приходилось заниматься тем, чтобы как-то изменять эти условия. Кстати, такой характер поведения тоже довольно необычен для живых существ, населяющих нашу планету. Чаще живые организмы просто приспосабливаются к внешним условиям, и вряд ли какую-нибудь нору, где лисица зимой прячется от холода, можно назвать кардинальным изменением внешних условий существования. А вот пещеру с костром, которая постепенно превратилась в квартиру с центральным отоплением – уже вполне можно считать измененной средой обитания.

Но постепенно мы, люди, человечество в целом, пришли к тому, что начали влиять на планету уже в глобальном масштабе и, как ни странно, большая часть этих изменений для нас самих оказалась скорее вредной, чем полезной. С одной стороны мы строим каналы, чтобы оросить пустыни и получить высокий урожай, а с другой стороны, как следствие, получаем высохшее море и страшные пылевые отравленные бури, как это случилось, например, с Аралом.

То, как мы изменяем мир вокруг себя, стараясь достичь максимального комфорта, приводит нас к весьма печальным последствиям.

Судите сами. Мы, чтобы быть в тепле, чтобы не умирать от холода, придумали теплую одежду, теплые жилища, научились греть воду и стали кайфовать в ваннах…

Класс!

Но при этом любой вялый сквознячок тут же вызывает простуду, мы, слегка переохладившись, сдаемся перед любым микроорганизмом, возбудителем гриппа, ангины или пневмонии. И некоторые из нас начинают закаляться! То есть лезут без всякого утепления в холодную воду, чтобы быть здоровыми. Вам не кажется это парадоксальным?

Мы изобрели автомобиль, чтобы быстрее перемещаться в пространстве, чтобы больше успевать сделать, и, как следствие, чтобы лучше жить, а в результате нас убивает гиподинамия, мы страдаем гипертонией, у нас повышенный холестерин и сахар, и мы мрём от сердечно сосудистых заболеваний, а сахарный диабет приобрел характер пандемии!

Огромная проблема, на мой взгляд, в том, что человечество научилось менять мир вокруг себя, чем, собственно, оно активно и занимается, но не научилось менять СЕБЯ!

Но что нам до человечества? Мы не входим в тайное мировое правительство, и в этой книге мне абсолютно не хочется рассказывать вам, как должен выживать человеческий вид.

Но вот рассказать о том, как может выживать и улучшать свое физическое состояние каждый отдельный человек – я рассказать хочу.

Все о чем я буду писать – из моего собственного опыта или уж, в крайнем случае, из опыта людей, которых я хорошо знаю и, соответственно, доверяю им.

Я попытаюсь дать самые простые советы, не пытаясь заморачивать вам мозги. Я сам человек довольно ленивый и уверен, что если вы купили эту книгу – вы хотите изменить себя, но у вас нет времени и сил выискивать по крохам на просторах Интернета или в телевизионных передачах полезную информацию. Да еще и не просто полезную, но и такую, которой вы могли бы воспользоваться.

Легко посоветовать, делать каждый день утреннюю зарядку. Да и что советовать-то? Все и так это знают. А многие делают? То-то! Я и сам далеко не всегда могу себя заставить.

Но работа с физической формой это дело пусть и непривычное, но знакомое. А как же наш дух? Нет не тот, что ароматизирует по понедельникам общественный транспорт, а тот, который называют энергетическим полем, аурой и даже кто-то – душой?

Как работать с ним? Нужно ли это и если нужно, то зачем?

Вот об этом, максимально просто, без заумствований, я и хотел бы рассказать в этой книге.

Вы знаете, как ни странно, но выражение «в здоровом теле здоровый дух», можно (и вполне справедливо) перефразировать: «здоровый дух – здоровое тело»

Мы просто обязаны заниматься своей энергетикой, своими тонкими, или, как их еще называют, «эфирными» телами так же, как и физическим телом.

Да… Есть тут, конечно, подвох. И въедливый читатель скажет – я и своим физическим телом не занимаюсь, с чего ты, автор, взял, что буду заниматься своим биополем?

Нет, вольному воля. Можно и просто книжку прочитать и на всякий случай «намотать на ус». А вдруг пригодиться. Мы вон в школе интегралы изучали, а сейчас спроси – нужны они мне? Но ведь если понадобится, то вспомнить всегда легче, чем учить с нуля.

Кроме того, начать с так называемых, духовных практик (ой, прошу прощения за такую заумную терминологию!) бывает гораздо легче, чем с подъема своей физической формы.

Так что предлагаю почитать. Уверяю, будет интересно.

***

Что же вас ждет?

Я расскажу о том, как я сам пришел к экстрасенсорике. Как практиковал целительство. Как сталкивался с ведьмами. Как занимался технической диагностикой в Ассоциации парапсихологии г. Ленинграда.

Ну, и конечно, расскажу, как можно сделать первые шаги в экстрасенсорику, что позволит поправить свое здоровье, а может, и здоровье других людей. И уверяю, первые шаги не будут сложными.

Ну, что вперед?

Тогда переворачивайте страницу!

Глава 1. Танк из кирпича или почему я поверил в реинкарнацию

Меня всегда интересовало всё необычное. Впрочем, думаю, что в этом я не оригинален. И с детства этот интерес чем-то да подкреплялся. Я до сих пор помню случай, который, как мне сегодня кажется, подтверждает теорию реинкарнации души.

Смысл этой теории заключается в том, что наша душа переживает целый ряд воплощений в этой жизни, пытаясь достичь некоего совершенства. И только когда это совершенство достигнуто, душа перестает воплощаться на земле и остается на небесах.

То есть, вот тогда-то мы и умираем окончательно. Но только эта смерть воспринимается не как исчезновение из мира, а как избавление от тех мучений и проблем, которые приносит нам наш материальный мир. Забавно, да? Но о бессмертии и всём, что с ним связано мы поговорим потом, а сейчас расскажу об одном случае.

Мне тогда было не больше 6 лет. Как-то раз я вышел на улицу поиграть. Никого из моих друзей не было, и я играл один. Я взял силикатный кирпич, налепил на него башню из влажного песка, в которую воткнул палочку, изображающую ствол пушки, и начал играть этим импровизированным танком. Как говорят, тяжелое детство – деревянные игрушки. А тут не то, что деревянные – каменные!

И вот таскаю я свой танк по песчаным дорогам, изображая губами рев двигателя, и вдруг меня до глубины души поражает мысль – вот ведь как мне сейчас хорошо! Взял кирпич – соорудил танк и играю себе без забот. Нет этих взрослых проблем: деньги, работа, начальство, квартира, жена, дети…

И как это мои сверстники этого не понимают и говорят: «Эх, скорей бы исполнилось шестнадцать лет, чтобы можно было смотреть фильмы на которые «дети до шестнадцати лет не допускаются». Была тогда такая формулировка, чтобы не травмировать сознание подростков какими-нибудь «взрослыми» сценами.

Сама по себе возникшая в моей голове мысль была логичной и правильной. Но я хорошо помню, что, во-первых, она тогда меня же и поразила даже не своей правильностью, а тем, что я в шестилетнем возрасте мог такое подумать! Я, главное, так и подумал, что я еще слишком мал, чтобы у меня были такие мысли!

Знаете, было ощущение, что я – не один человек, а нас двое. И один играет с кирпичом-танком, а другой, как бы со стороны, всё это оценивает, и вот такие мысли ему в голову приходят.

Сейчас, так сказать, с высоты лет, я понимаю, что это очень похоже на воспоминания прошлой жизни. То есть душа моя, вселившаяся в новое тело, еще не забыла предыдущего воплощения, и это определенным образом отразилось на моем детском сознании.

Надо сказать, что сейчас довольно часто можно услышать мнение, что дети до некоторого возраста помнят свою прошлую жизнь.

Общеизвестен тот факт, что выбор нового далай-ламы так и осуществляется. Монахи долго по всяким косвенным признакам ищут ребенка, в которого после смерти далай-ламы вселилась его душа, и найдя, предлагают испытания. Например, надо среди разных предметов выбрать те, которые принадлежали далай-ламе при жизни. И ребенок выбирает! Таким образом, он становится новым далай-ламой.

Вот как об этом писал в своей автобиографии Далай-лама XIV: «Маленькие дети, которые являются перерождениями, обычно помнят вещи и людей из своих предыдущих жизней. Некоторые из них могут читать религиозные тексты, хотя их никто еще не учил этому…

Ламы из поисковой группы пришли к нам и разложили передо мной, двухлетним, вещи, среди которых были несколько, принадлежавших покойному Далай-ламе. Я сразу выбрал их из кучи и сказал: „Это мое“. Так было определено, что именно в меня вселилась душа умершего, и я был признан очередным воплощением Будды».

Ну, я со своим танком на роль далай-ламы не претендовал. Но мысль была настолько взрослая, что запомнилась на всю жизнь.

А потом, классе, наверное, в первом, я вдруг с ходу написал огромное стихотворение о революции 17-го года. Причем, термин «написал» в данном случае не совсем верный. Оно просто возникло в моей голове и довольно долгое время в ней держалось. На бумагу я его не записывал, никакие рифмы не подбирал…

Помню там что-то было про «Аврору», про знамя революции… Когда я прочитал его старшеклассникам, они высмеяли меня, заявив, что это не мое стихотворение, а какого-то известного поэта, правда, какого именно никто из них не знал.

Откуда прилетели в мою голову эти стихи?

Можно искать какое-нибудь объяснение типа: вот смотрел телевизор (слушал радио) и случайно запомнил. Ага! Мне бы потом такие «запоминания» на уроках литературы!

Я думаю, подобные случаи происходили и происходят со многими. Просто мало кто на это обращает внимание.

Еще одним необычным детским впечатлением была встреча с привидением.

Это было примерно в том же нежном возрасте, когда меня так порадовала незамысловатость развлечений с силикатным кирпичом.

Я просто спал. Спал в одной комнате с родителями, на раскладушке. Почему в одной комнате? Вот убей Бог, сейчас не помню. Квартира у нас была двухкомнатная и, скорее всего, во второй комнате не на чем было спать. Кровати или дивана какого-нибудь. А, кроме того, я, наверное, в силу возраста, просто боялся спать один.

И вот сплю я, сплю, и неожиданно просыпаюсь. Нет, не как в рекламе средства от простатита, а на самом деле абсолютно беспричинно.

Итак, просыпаюсь и сажусь на край раскладушки. И вижу, что передо мной стоит женщина. Я подумал, что это мама. Она стояла в белой одежде, напоминающей ночную рубашку.

«Мама! – обратился я к ней, – А чего ты не спишь?»

Но женщина мне ничего не ответила, а я вдруг понял, что сквозь нее я вижу телевизор! Надо сказать, что меня это почему-то не удивило, не испугало. Я просто продолжал сидеть и смотреть на женщину, а она постепенно таяла, пока не исчезла совсем. После чего я снова лег на свою раскладушку и крепко уснул.

Что это было? Я думаю, такие видения связаны с тем, что сознание ребенка тоньше воспринимает мир. Пока мы не огрубели, пока не свалились в яму жесткой материальности, мы еще немного взаимодействуем с другими планами нашего мира. Или, если хотите, с параллельными мирами. Здесь уже вопрос формулировок – как это дело назвать.

***

Не помню точно, но кажется в 1972 году, я поехал в пионерский лагерь Артек. Такой уж я был хороший ученик и активный пионер.

В Артеке, в дружине Кипарисной, мы жили в корпусе, напоминающем барак. Слеплен он был из древесно-стружечной плиты, и в одной палате размещался сразу весь отряд.

Около десяти коек стояли вдоль одной стены и примерно столько же вдоль второй. Дух коллективизма в нас развивали по полной!

Возможно, вы знаете, что в пионерских лагерях был так называемый тихий час. То есть, после обеда надо было час проваляться в кровати.

Вот она несправедливость всей нашей жизни. В детстве, когда энергия бьет ключом, когда ты представляешь собой, вопреки всем законам физики, вечный двигатель – тебя заставляют днем тупо валяться в кровати. А когда мы становимся взрослыми, когда жизнь заставляет нас вскакивать в 6.30 утра, когда после обеда борьба со сном превращается в позиционную войну, где ни сон не может нормально наступить, ни вы нормально работать, нам никто не предложит часик поваляться на диване. А ведь зря. Это могло бы многократно поднять производительность труда! Но сейчас не об этом.

Итак, Артек. Наш отряд «давит подушки» в тихий час. Практически никто не спит. Главное, не шуметь, чтобы вожатая не пришла и можно книжку почитать или даже в «чапаевца» с соседом поиграть.

Что удивительно, мой товарищ, чья койка стояла рядом со мной, умудрялся-таки в тихий час спать.

И вот смотрю я на него спящего и вижу, что ему снится сон.

Видно, как под веками бегают зрачки, чуть подрагивают пальцы, дыхание становится не таким ровным…

Не знаю, что меня подтолкнуло, но я начал ему надиктовывать сон.

Стал рассказывать про каких-то наступающих фашистов, напугал тем, что он не может найти свой автомат. И он начал активно реагировать на мои слова! Рядом на койку сели еще ребята из нашего отряда и, открыв рот, стали за этим наблюдать. Дошло до того, что по моей команде наш спящий подопытный стал поднимать руки, что-то отвечать на мои вопросы. Мы с ним установили контакт! Только он спал, а я бодрствовал.

Таким был мой первый опыт по гипнозу.

Гораздо позже я, на любительском уровне, занялся изучением психотерапии и гипноза в частности и проводил довольно интересные эксперименты.

Но гипноз и экстрасенсорика – вещи разные. Воедино они соединяются примерно так же как таблетки и физические упражнения для поправки здоровья. Друг другу особо не противоречат, но и не очень сильно помогают. Каждый способ работает по-своему.

***

Экстрасенсорика пришла ко мне в 1988 году. Или точнее, я к ней пришел.

Мне было 28 лет, и однажды оказавшись у участкового врача, я обнаружил, что моё артериальное давление составляет 130 на 90. Будучи крайне мнительным, я жутко расстроился. Я знал четко – артериальное давление должно быть 120 на 70, в крайнем случае, на 80, а пульс – 72 удара в минуту. Всё! Любые другие показатели казались мне фатальными, и я приготовился умирать от гипертонического криза.

Участковый терапевт был крайне удивлен тем, что меня так расстроили такие показатели артериального давления.

– Так возраст уже, батенька! – попытался он меня успокоить.

Возраст! 28 лет – возраст!

Нет, я решил бороться. Жил я тогда в Ленинграде, и первое, что я сделал, поехал к приятелю, кандидату медицинских наук, в Песочную, в онкологический центр, обследовать почки.

Почки оказались в полном порядке, и я расстроился. В чем дело-то, в чем причина? Как так – давление есть, а почки в порядке?

Тогда я обратился к своей теще, которая тоже была врачом, и она устроила мне встречу с очень известной в Питере женщиной врачом-геронтологом. Профессор и всё такое прочее.

Эту встречу я не забуду никогда. Я приехал по указанному адресу, со своей амбулаторной картой, всеми анализами и исследованиями, которые успел к тому времени сделать и вошел в кабинет.

За столом сидела пожилая, но очень хорошо выглядевшая моложавая женщина с сигаретой в руке. От неё просто исходила какая-то энергия. От женщины, конечно же, а не от сигареты.

Она взглянула на мою карту и сказала:

– Вот я спрашиваю у своих студентов, что вы будете делать, если у пациента повышенное давление? И они отвечают, назначим адельфан или еще что-то. И это не правильно. Первое, что надо сделать – это контрастный душ, физические упражнения, хороший сон, отсутствие стресса! Вот и всё. Вы это пробовали?

– Нет, – искренне сознался я и радостный, и окрыленный (значит, поживу еще!) пошел пробовать.

Ну, с душем, особых проблем не было. А вот как быть с физическими нагрузками? Как заставить себя регулярно заниматься? Не каждый может это сделать. Я решил проблему радикально – пошел в платную секцию каратэ. Когда ты платишь деньги, пропускать занятия становится просто не выгодно. А тренировочные схватки, да и вообще сама логика боя, присутствующая в каратэ, очень хорошо снимают стресс.

Давление вернулось на свои законные 120 на 80!

Прошел год-второй, и наша секция вдруг лишилась зала. Надо сказать, что в то время каратэ было вообще под запретом, и занимались мы, практически, подпольно. Поэтому я подумал, что, в общем-то, неизвестно, продолжаться ли занятия в будущем и надо искать что-то другое.

Тем более что как только я перестал заниматься, давление опять повысилось.

Как раз в это время на экраны наших телевизоров вышли такие маги и целители, как «психотэрапэвт» Анатолий Кашпировский и заряжатель воды и кремов Аллан Чумак.

Экстрасенсы и целители стали в моде. Тема меня очень интересовала, и я с женой посетил ряд лекций известного в то время в Питере экстрасенса Анатолия Мартынова.

Лекции он читал очень интересно, и экстрасенсорика стала привлекать меня все больше и больше.

И вот, как всегда бывает, когда ты чего-то по-настоящему хочешь, я увидел в газете объявление о наборе на курсы биоэнергетики.

Придя на запись, я обнаружил огромную очередь. Передо мной стояли человек так триста будущих волшебников. Очередь двигалась довольно медленно, потому что, как оказалось, здесь не просто всех желающих записывали в экстрасенсы! Сначала надо было ответить на вопросы специального теста!

Скажу честно, меня это даже воодушевило. Ну, приятно же когда ты понимаешь, что люди не просто хотят «бабла» срубить по легкому, но отбирают кандидатов. То есть, готовы, вроде как, отказаться даже от денег, если кандидат не подходит.

И действительно, когда через пару дней мне позвонили и сказали, что я прошел отбор и можно придти на первое занятие, там я обнаружил, что не всех взяли в «Хогвардс». Нас осталось всего лишь человек тридцать.

Наш преподаватель был молод, но к тому времени он уже являлся кандидатом медицинских наук и даже написал предисловие к книге об известном индийском йогине и гуру Шри Ауробиндо и выступил в качестве то ли редактора, то ли консультанта документального фильма об этом гениальном индийском философе.

С первого же занятия я понял, что всё было не зря. Не зря закрылась секция каратэ (хотя потом она восстановилась, и я продолжил занятия), не зря мне в руки попала газета, и не зря я стоял промозглой питерской зимой в огромной очереди.

Наш гуру Денис Александрович (фамилия не сохранилась в памяти) действительно открыл нам много секретов, и знания, которые я получил на его занятиях, неоднократно помогали мне в жизни, и до сих пор я ими пользуюсь.

Но об этом рассказ впереди!

Глава 2.
Работа с мыслеобразами. Первая фаза волшебства

Итак, вроде бы уже можно приступить к изучению конкретно экстрасенсорики и биоэнергетики, но все же давайте хоть немного разберёмся, что это такое, и с чем это едят.

Само по себе слово «экстрасенсорика» означает – сверхчувствительность. Подразумевается, что экстрасенс чувствует гораздо более тонко, чем обычный человек. Но семантика слова не полностью объясняет все значения, которые в него вкладывают. Что значит – сверхчувствительность? Это когда ты вместо стакана водки можешь выпить только рюмку, и так это «сверхпочувствовать», что пасть смертью храбрых в состоянии жесткого алкогольного опьянения? Или когда даже резинка от трусов становится орудием пытки и безжалостно режет живот?

Вовсе нет. Принцесса на горошине, несмотря на всю свою необыкновенную ночную чувствительность к гороху, экстрасенсом не была.

Экстрасенс, парапсихолог, биоэнергетик – человек, способный чувствовать нечто, некую пока еще не изученную энергию, субстанцию, которую обычный человек не ощущает. И, кроме того, экстрасенс, как правило, может на эту субстанцию воздействовать. Субстанцию эту называют биополем.

Вот что такое в двух словах – экстрасенсорика. Это взаимодействие с некими тонкими полями.

Но вот что важно. Когда вы начинаете взаимодействовать с этими полями, они начинают взаимодействовать с вами. А это – не шутки. Это целый новый мир, который, однажды открывшись вам – будет с вами. И он, этот мир, далеко не всегда добр. Часто он агрессивен и жесток. И это надо учитывать, начиная заниматься парапсихологией. По большому счету экстрасенсорика – это то, что мы всегда называли магией. И изучая экстрасенсорику, становясь хоть немного магом, вы вступаете в мир магии. И там не только добрые волшебники, но и злые колдуны, и ведьмы.

Это вообще закон жизни – начни чем-то плотно заниматься, и ты вдруг обнаружишь как много вокруг людей, занимающихся подобными делами.

Ну, правда. Художник встречает других художников, писатель вдруг обнаруживает, что есть какие-то литературные кружки, союзы писателей, алкоголик видит вокруг себя компанию опухших алкашей и начинает понимать, что весь мир только и думает, как бухнуть…

В общем, вот так всё устроено, и я обязан был вас предупредить.

А теперь перейдем к сути.

Как я и обещал в предисловии, я не хотел бы превращать книгу в тупой учебник. Это первое. Поэтому рассказ об упражнениях, позволяющих развить в себе некоторые новые возможности, я буду периодически перемежать с рассказами о своей практике. Ну, просто, чтобы вы со скуки над текстом не уснули.

А во-вторых, я постараюсь дать самые простые, не напрягающие упражнения. И если вы действительно их будете делать, то уже через месяц-другой почувствуете в себе нечто новое и дальше сама ситуация погонит вас к новым знаниям. А может, и наоборот, вы вдруг поймете, что вам это не надо. Осознаете, насколько высока ответственность за использование этих удивительных навыков.

***

Основой экстрасенсорики, умения ощущать и влиять на некие тонкие поля, энергии, являются всего лишь три навыка.

Первый – это создание мыслеобразов.

Второй – это умение концентрации.

Третий – умение создавать ментальную паузу.

Всё. Расчет окончен. Книга написана. Можно расходиться. Всем спасибо, все свободны.

Нет, ну, правда. Что такое – создание мыслеобразов? Вы просто должны научиться представлять в своем воображении образы. Любые. Разные.

Вы можете представить себе яблоко? Вот видите – легко. Вы уже на треть экстрасенс. Но пока очень узкой направленности – экстрасенс по яблокам. А хочется ведь бОльшего, одними яблоками сыт не будешь. А уж тем более не будешь сыт ***образом*** яблока. Тогда зачем его представлять?

Что ж, давайте разберемся, зачем создавать мыслеобразы, и как это делать.

Возможно, кто-то из действующих экстрасенсов со мной не согласится, но я считаю, что экстрасенсорика это работа с информацией. Существует такая штука, которую философы называют ноосферой. Еще её называют биосферой, антропосферой.

Понятие «ноосфера» было предложено профессором математики Сорбонны Эдуардом Леруа (1870—1954), который трактовал её как «мыслящую» оболочку, формирующуюся человеческим сознанием. Экстрасенсы чаще говорят об инфосфере – месте, где хранится ВСЯ информация обо всем, что было, есть и будет на планете, а может, и во Вселенной.

Смысл в том, что экстрасенс может получать из этой области информацию и может на неё воздействовать. Воздействие на информацию, в принципе, равнозначно воздействию на объект.

А как воздействовать на информацию? Очень просто – создавать новую. И наиболее эффективный способ её создания – это генерация у себя в голове мыслеобразов.

Запутано?

Попробую привести пример.

Идете вы по темной улице поздно вечером, а на встречу вам толпа хулиганов. С явно агрессивными намерениями. Не вступая в драку, вы представляете себе, как они от одной только вашей мысли разлетаются в стороны, и как у каждого под глазом все сильнее начинает расцветать смачный фингал… Затем вы представляете себе, как сбрасываете узы гравитации и плавно поднявшись в воздух отчаливаете по своему домашнему адресу. Вот так работают мыслеобразы. Но только в миллион раз слабее. Поэтому тут, в приведенном примере, лучше изменить информацию с помощью быстрого бега. Вот вы были в опасности, а вот вас уже и нет.

Конечно, на таком уровне, чтобы улетать от хулиганов, могут работать только настоящие мощнейшие маги. Я лично таких не встречал. Видел только в кино.

Но все же, если у вас заболел зуб, и вы ясно, с усилием, представили себе, как боль из него выходит в виде некой темной материи или наоборот выжигается яркой огненной струёй, зуб, с известной долей вероятности, пройдет.

Это и будет создание мыслеобраза и концентрация на нем.

Для экстрасенсорной работы вы должны уметь легко вызывать у себя в воображении потоки энергии. Они могут быть похожи на солнечные лучи, изумрудные водопады, струи огня и т. д. Но представлять все это вы должны максимально ярко.

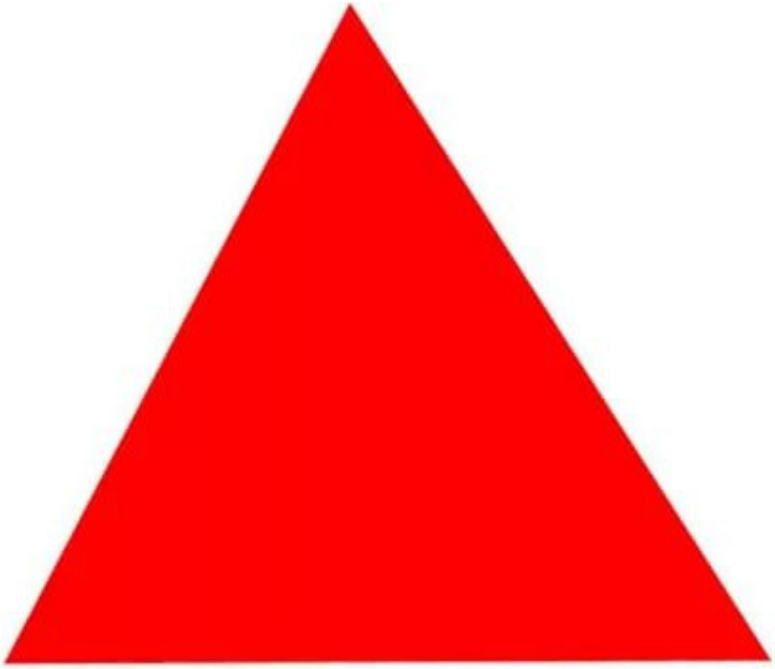
Некоторые люди способны к этому от природы. У них яркое художественное воображение. Таким легче начинать работу с энергетикой.

Если вы не можете что-то представлять и удерживать этот образ в сознании в течение хотя бы минуты, надо начинать тренировки.

Так что приступим!

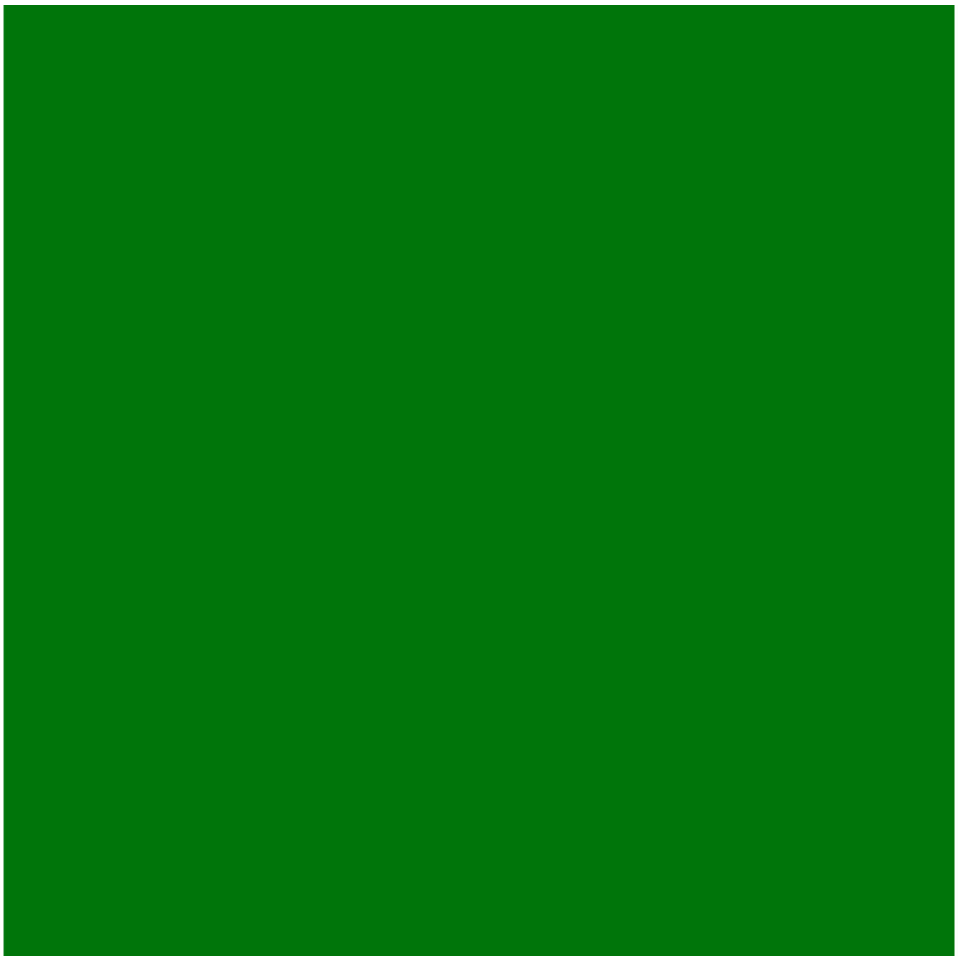
Итак, для начала представьте зеленый треугольник. Постарайтесь, как можно дольше удерживать в сознании этот образ.

Потом создайте образ красного треугольника. И так далее. Пройдитесь по всем цветам радуги – это очень важно.



В качестве примера – красный треугольник

Если у вас получается представить цветной треугольник, переходите к квадрату, кругу, а потом к объемным фигурам – пирамиде, цилиндру, конусу. И объемные фигуры старайтесь поворачивать, осматривать в своем сознании со всех сторон.



Как вы догадались, так выглядит зеленый квадрат.

Если у вас ну никак не получается представить цветные плоские фигуры, нарисуйте треугольник на бумаге, раскрасьте его и посмотрев на него, закройте глаза и восстанавливайте в сознании этот образ. То же самое делайте с квадратом и кругом. Задача – достичь легкости в формировании мыслеобраза.

В конце концов, вы должны научиться легко создавать образы и удерживать их даже с открытыми глазами.

С объемными фигурами, конечно, труднее, поскольку их так просто не нарисуешь, но если пойдет дело с плоскими фигурами, с объемными будет легче.

Дальше. Где бы вы ни были, постоянно тренируйтесь. Научите себя без усилий вызвать в сознании образы близких людей, знакомых или только что увиденного здания, дерева и т. д.

Образы должны держаться в вашем сознании хотя бы около минуты.

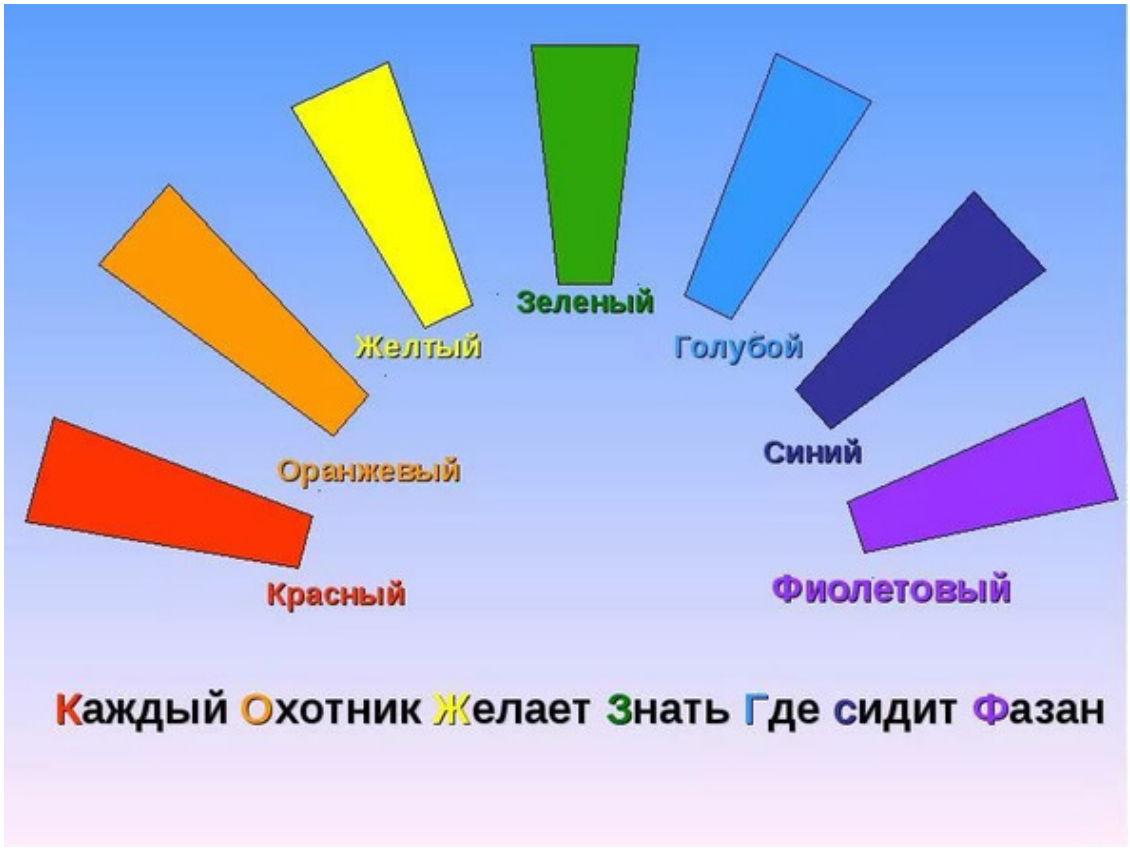
Следующая более сложная задача – научиться представлять себе просто цвет. Начиная с красного и заканчивая фиолетовым.

Помните, детскую подсказку: Каждый Охотник Желает Знать, Где Сидит Фазан.

Это цвета радуги, которые должны по вашему желанию возникать у вас в голове:

• Красный
• Оранжевый

• Желтый
• Зеленый
• Голубой
• Фиолетовый.



Вы должны так же легко обращаться с мыслеобразами, как дышите и ходите.

На самом деле всё, что возникает в вашем сознании, уже материально. Нет, конечно, если вы представите себе роллс-ройс, это не означает, что вы тут же в него сядете и поедете. Продолжайте движение на троллейбусе, но все же этот роллс-ройс уже стал к вам ближе. Каким образом? На этот вопрос пока, наверное, никто не ответит. Но это – факт.

***

Однажды, кажется в 1986 году, мой приятель побывал на конференции, посвященной различным непознанным явлениям. Приехал он оттуда совершенно ошарашенный. Его очень поразил один доклад.

Большинство докладчиков посвятили свои выступления летающим тарелкам и тому подобному, но один молодой человек рассказал о работе его лаборатории, где проводились эксперименты с так называемым микролептонным (еще его называют лептонным) полем.

В двух словах доклад сводился к нескольким удивительнейшим фактам.

Возмущения лептонного поля (оно присутствует везде, как тот самый эфир, который стоял на первом месте в таблице Менделеева) могут вызывать:

а) появление-исчезновение энергии

б) появление-исчезновение вещества

г) появление-исчезновение гравитации

Уже эти три факта поразительны!

Но когда докладчик сказал, что в своей лаборатории они установили, что человеческое сознание может волевым усилием вызывать возмущения микролептонного поля, мой приятель был просто ошеломлен. Кстати, в отличие от большинства слушателей, которым скучно было слушать научный доклад о каком-то поле. Куда интереснее рассказы об НЛО! Но ведь сообщение об этих свойствах поля и возможности человека влиять на него, говорят о том, что **человек может всё**! Заставлять исчезать и появляться энергию, вызывать возникновение вещества, изменять гравитационное поле…

Раз! И перед тобой тот самый роллс-ройс. И еще – раз! И он летит! Впрочем, в данном случае роллс-ройс – это глупо, лучше сразу «наколдовать» самолет.

Так что создание мыслеобразов – это возмущение микролептонного поля! По сути – магия. Хоть мы и не можем сделать её настолько сильной, как хотелось бы. Но может, это и к лучшему.

Надеюсь, в первом приближении, я объяснил для чего нужно уметь создавать мыслеобразы.

В следующей главе переходим к концентрации.

Глава 3.
Концентрация. Не разбрасываемся мыслями!

Итак, будем считать, что мыслеобразы вы научились создавать. Но, как говорится, грош этому умению цена, если вы при этом не можете на этих мыслеобразах сконцентрироваться.

Концентрация – вообще большое искусство и очень, ну, очень полезная в жизни вещь.

Кстати, хочу заявить, что если, прочитав эту книгу, вы вяло, и неохотно освоите хотя бы пятьдесят процентов того, о чем я рассказываю, то даже без всякой экстрасенсорики, вы почувствуете себя в жизни значительно увереннее.

Вам будет гораздо легче претворять в жизнь свои желания и мечты. И, пожалуй, в первую очередь это будет происходить благодаря концентрации.

На самом деле наиболее сложной является концентрация на чем-то абстрактом, например, на какой-то одной мысли. Или на каком-то мыслеобразе. В обычной жизни мы довольно легко концентрируемся на какой-то конкретной деятельности. Например, связанной с физическими нагрузками и тактильными ощущениями.

Допустим, вы в лесу топором рубите дерево. В этом случае вы довольно сильно концентрируетесь на этой задаче. Практически все ваши мысли направлены на этот процесс. Особенно, если топор до безобразия тупой. Тут уж только о процессе и думаешь, и часто в нелестных выражениях.

Именно поэтому, чтобы освоить концентрацию, проще всего начинать с некой физической, тактильной составляющей.

Для экстрасенсорной практики довольно важно умение сосредоточиться в определенных частях тела. Например, в кончике пальца. Но одно дело просто закрыть глаза и пытаться почувствовать этот кончик, и гораздо проще, если в этот момент вы будете касаться кончиком пальца любого предмета. Можно холодного, можно теплого, (теплого – лучше!) концентрироваться на этих ощущениях, запоминать их, а потом стараться воспроизвести.

Наш организм устроен довольно удивительно. Вот вы сейчас наверняка одеты. Но ведь вы не чувствуете прикосновения вашей одежды к вашему телу… Во всяком случае, пока не прочитали эти строки. Стоит вам об этом задуматься, и вы почувствуете прикосновение рукава к предплечью или штанины к бедру. То есть ощущение есть, но, не сконцентрировавшись на нем, мы его не замечаем. В дальнейшем нам будет очень важно уметь концентрироваться на своей ладони, кончике пальца руки и других частях тела и органах.

Для того чтобы освоить концентрацию на мыслеобразах, начните с концентрации на обычных предметах.

Возьмите яблоко. Почему яблоко? – спросите вы. Можно и не яблоко. Можно арбуз. Он больше. Просто яблоко чаще под рукой. А так, хоть сардельку…

Положите перед собой и смотрите на него, посвящая все мысли именно ему. Разрешено думать только о яблоке. Нет, если перед вами сарделька – можно и нужно думать о сардельке.

Итак, вы можете попытаться проникнуть мыслями внутрь яблока, представить, как оно выглядит там, внутри, где там зернышки, пустоты.

Вы можете думать о том, как оно росло, наливалось соком и так далее. Главное, чтобы ваши мысли не переходили на другие темы.

А они постоянно будут пытаться это сделать. Так уж устроено наше сознание. Ему скучно долго сосредотачиваться на одной теме, ему постоянно надо отправляться в путешествие по логическим ответвлениям…

Обычно наши мысли движутся так:

– Яблоко… Вот оно росло на дереве наливалось соком… Да, вот что-то на даче в этом году яблоки не уродились… Да, дача… Надо будет все-таки лист шифера заменить на крыше. Блин, а шифер подорожал! Когда же, наконец, зарплату поднимут? Да… Кризис. Так и до третьей мировой недалеко… Да, о чем это я? Ах да – яблоко! Так, а что у нас с яблоками? Насушили мало!

И так далее.

И разбегается наша мысль мысью по древу… И надо её поймать и ненавязчиво вернуть к тому предмету, на котором мы концентрируемся.

Очень наше сознание этого не любит. Но надо научиться, сначала с ним договариваться, а потом, глядишь, и управлять.

А главное, используйте любой удобный момент. Скажем, если вы едете в общественном транспорте и держитесь за поручень, постарайтесь сконцентрироваться на ощущениях в вашей ладони. Или если вы просто где-то стоите, сидите в ожидании… Используйте это время, перенесите внимание в ваши ступни и так далее.

Надо сказать, что умение сконцентрировать внимание в какой-то области тела – очень полезная вещь. Когда вы это делаете, в месте концентрации вашего внимания обменные процессы ускоряются. Улучшается кровоснабжение. Происходит оздоровление. Если вы легли спать, и у вас замерзшие ноги, вы можете согреть их, сконцентрировавшись на ступнях. Вот тут действительно потребуется долгая и достаточно мощная концентрация. Весьма полезное, кстати, упражнение.

Очень хорошо перед сном сосредоточиться на своем дыхании.

Правда, если это и получается, то, как правило, ненадолго. Потому что просто заснете. Но это же тоже неплохо! А то жуешь мысленную жвачку, ворочаешься, а уснуть никак не можешь.

Помню на наших занятиях по биоэнергетике, которые проходили в спортивном зале одной из ленинградских школ, мы изучали медитацию шавасана. Ниже мы поговорим о медитации более конкретно, но все же позволю себе забежать немного вперед.

Свет в зале был погашен, играла негромкая медитативная музыка и мы медитировали… Шавасана – медитация расслабления. Её еще называют: «поза трупа». И вот лежит человек так тридцать, и вдруг на весь зал раздается мощный как рык льва храп… Тут же раздалось тоненькое хихиканье и тридцать «трупов» мгновенно ожили. Хихиканье перешло во всеобщий ржач. Так один хорошо сконцентрировавшийся человек «расконцентрировал» остальных.

Еще эффективное упражнение для тренировки концентрации, которое вам поможет в развитии экстрасенсорного восприятия – «теплые ладони».

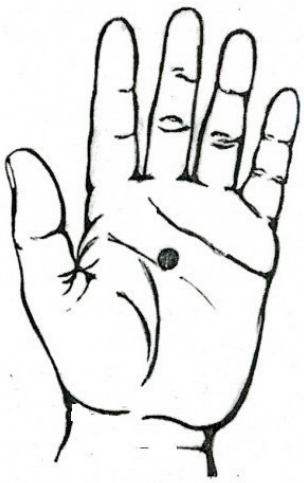
Закройте глаза и начинайте без усилия тереть одну ладонь по другой. Всё внимание должно быть сосредоточено в ладонях. Потом разведите руки и продолжайте чувствовать ладони. Снова начинайте потирать их, стараясь ощутить шероховатости кожи, тепло. И снова разведите… А теперь попробуйте приблизить друг к другу. Вполне возможно, что уже на этом этапе занятий вы почувствуете тепло, исходящее от ладоней, и даже ощутите слабое сопротивление, как будто ваши ладони – магниты с одноименными полюсами и отталкивают друг друга. Если это так, то поздравляю, вы уже освоили азы сверхтонкого, экстрасенсорного восприятия.

Поскольку вы уже умеете создавать мыслеобразы, можно попробовать практиковать следующее упражнение.

Возьмите колоду карт и разделите черные масти и красные. Положите перед собой красные и направьте на них поток энергии. Просто представьте, что на них опускается некий луч, который пропитывает их своей энергией. Затем перетасуйте колоду и, снимая карты рубашкой к себе, попытайтесь ладонью (сконцентрировавшись на ощущениях в ней) почувствовать, красная перед вами масть или черная. Потом просто посчитайте процент совпадения. Если он больше 50, значит, у вас все очень хорошо получается.

Это упражнение очень сложное. Согласитесь, отгадывать масть – дело хитрое. Если оно у вас не получается, даже и не думайте расстраиваться. Это почти высший пилотаж. Но тренироваться таким способом можно и нужно. Во-первых, вы тренируетесь в «заряжании» предмета энергией, а во вторых, учитесь ощущать ладонью слабые энергетические поля.

В самом центре ладони есть точка, которая у китайцев называется лао гун – дворец труда. Если раздвинуть пальцы и провести биссектрису между указательным пальцем и средним, а потом провести мысленно линию, соединяющую кончики большого пальца и мизинца, то примерно на пересечении этих двух линий и будет точка Лао Гун.



Точка Лао-Гун

Так вот, закройте глаза и очень нежно потрите эту точку на одной ладони кончиком среднего пальца другой руки. Сконцентрируйтесь на этом ощущении. А потом уже без контакта пальца с ладонью продолжайте удерживать внимание в этой точке. Потом то же самое повторите с другой ладонью.

Это упражнение не только позволит улучшить навыки концентрации, но и будет уже развивать понемногу повышенную чувствительность в ладони.

Упражнение можно усложнить и сделать более эффективным.

Представьте, что из кончика среднего пальца в точку Лао Гун направлен поток энергии. Эта энергия разогревает точку на ладони и повышает её чувствительность.

Упражнений на концентрацию множество. Вы легко найдете их в Интернете. Я постарался привести те, которые не требуют особых условий. Едешь в транспорте – упражняйся, стоишь, ждешь кого-нибудь – тренируйся, лег спать – опять тренировка. Занимайтесь этим постоянно.

Я понимаю, что если дам вам упражнения, требующие особых условий и специально выделенного для этого времени – задача сразу станет на порядок сложнее. Но если вы будете по моему совету заниматься, используя любые условия, вы увидите, как понемногу ваши мысли станут более четкими, вы станете более энергичным, вы уже захотите сами выделить время для упражнений и легко это сделаете. Потому что у вас вдруг станет гораздо больше времени. Вы неожиданно для себя поймете, что успеваете сделать в течение дня гораздо больше, чем раньше.

Овладев только двумя навыками – созданием мыслеобразов и концентрацией, вы уже сможете управлять самым непослушным в вашей жизни человеком – собой. Остальное – дело техники.

А теперь надо будет научиться не думать. Но об этом в следующей главе.

Глава 4.
Почему не думать полезно или да здравствует ментальная пауза!

А теперь пришла пора научиться искусству прямо противоположному концентрации. А именно – ментальной паузе.

Нет, на самом деле противоположности здесь нет. А если и есть, то самое время вспомнить диалектический материализм и принцип единства и борьбы противоположностей.

Впрочем, не парьтесь. Не надо ничего вспоминать. Это я так, к слову.

Лучше перейдем непосредственно к теме.

В общем, смысл ментальной паузы – ничего не думать.

Боюсь сейчас, любой из вас может заявить, что нет задачи проще этой, поскольку вся наша жизнь и личный опыт доказывает, что как минимум половина окружающих держит непрерывную ментальную паузу – то есть, вообще никогда не думает. А вторая половина делает эту паузу как раз в те моменты, когда, казалось, неплохо было бы и подумать. В частности, при управлении автомобилем.

На самом деле, стоит поглядеть наши автопередачи или заглянуть в ю-туб на каналы, посвященные ДТП, и мнение о том, что, садясь за руль, многие водители включают ментальную паузу, становится твердым как гранит.

Но – это не так!

То, что мы наблюдаем, когда человек едет на красный сигнал светофора – вовсе не ментальная пауза, а банальная глупость, которая выражается неправильными мыслями, а не их отсутствием.

Вернемся к термину.

Чтобы понять, что такое ментальная пауза, надо просто понаблюдать за собой. Мы устроены так, что наш мозг постоянно забит мысленной жвачкой. Мы все время что-то думаем. И отказаться от этих плавающих мыслей так же сложно, как от жареных семечек. Мозг, если его заставить на время не думать, начинает расстраиваться. Жвачку отобрали, а взамен ничего не дали. Мы всегда боимся чего-то лишиться, не зная точно, что получим взамен.

Постарайтесь анализировать себя в течение дня, контролировать свои мысли, и вы заметите, что постоянно думаете какую-то ничего не значащую ерунду. Ничего продуктивного в этом постоянном мышлении нет. Но зато мозг, как бы при деле.

Так зачем нужна ментальная пауза? – спросите вы. – Ведь это так скучно, ехать в метро и ничего не думать.

Ну, во-первых, оказаться от мысленной жвачки – это не означает ничего не думать. Мы же знаем, что это время можно потратить на создание мыслеобразов и на концентрацию на них. Или на концентрацию внимания в каких-то участках своего тела. А дальше, когда вы узнаете о медитациях, в те моменты, когда ничего не делаете, вы сможете заниматься ими. Просто едете куда-то, кого-то ждете и используете это время с большой пользой для себя.

Ментальная пауза в экстрасенсорике – это замыкающее звено концентрации.

Ментальная пауза обычно нужна для получения ответа на вопрос, на котором вы только что концентрировались.

То есть, когда вы сконцентрировались на какой либо задаче, направили свою одну единственную мысль на поиск ответа для её решения, дальше вы должны создать ментальную паузу. И тогда к вам придет ответ.

Именно на этом основаны любые виды гадания, постановка диагнозов в лечебной биоэнергетике, экстрасенсорная техническая диагностика.

Последовательность такая. Постановка вопроса, концентрация на нем, ментальная пауза – ответ.

В принципе, для реализации этой схемы ментальная пауза может длиться всего несколько секунд. На это способен практически любой человек.

Говорят, продвинутые йоги, которые держат ментальную паузу часами и днями, просто начинают видеть необходимую информацию, как муху и могут её, условно говоря, поймать, вложить в свой ум и расшифровать. Таким образом, человек подключается к инфосфере и получает оттуда информацию.

Наверное, наш мозг можно сравнить с радиоприемником. Если у приемника невысокая избирательность, вы слышите сразу несколько радиостанций. Они мешают друг другу, а еще вы слышите различные помехи… Из этого шума крайне трудно выделить именно то, что вы хотите услышать.

Но когда у приемника очень высокая избирательность, его можно настроить на нужную волну, и очень четко разобрать, что именно на этой частоте передают.

Концентрация, а потом создание ментальной паузы – это и есть настройка на нужную волну.

Кстати, мы уже знаем упражнение, которое помогает нам избавиться от внутреннего мысленного диалога – мысленной жвачки. Это, как ни странно, упражнение на концентрацию.

Когда вы концентрируетесь на каких-либо ощущениях, генерация мыслей прекращается. Сосредоточьтесь на своём дыхании, и мысли на время угаснут.

Сконцентрируйтесь на ощущениях в ладони, и внутренний диалог прекратится.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.