Валерий Магов
специалист по практической магии
Александр Верещагин
бизнес-тренер, биоэнерготерапевт

# Маятник и биоэнергетика

## ОТВЕТЫ НА ЛЮБЫЕ ВОПРОСЫ В РЕЖИМЕ «ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС»

«ЭТА КНИГА – НАСТОЯЩИЙ ПРАКТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТ ДЛЯ ТЕХ, КТО ХОЧЕТ НЕ ГАДАТЬ НА КОФЕЙНОЙ ГУЩЕ, А ПОЛУЧИТЬ ОТВЕТЫ НА СВОИ ВОПРОСЫ – ИЗ САМОГО ВЕРНОГО ИСТОЧНИКА, ПОДСОЗНАНИЯ. КТО ГОТОВ СОВЕРШЕНСТВОВАТЬ СВОЕ ВНИМАНИЕ И ОСОЗНАННОСТЬ».

НАТАЛЬЯ МУРАТОВА, ИЗДАТЕЛЬ ГАЗЕТЫ «ОРАКУЛ»

ОРАКУЛ СУДЬБЫ

Оракул судьбы

Александр Верещагин

# Маятник и биоэнергетика: ответы на любые вопросы в режиме «здесь и сейчас»

«Эксмо»

2017

УДК 133.4
ББК 86.42

**Верещагин А.**

Маятник и биоэнергетика: ответы на любые вопросы в режиме «здесь и сейчас» / А. Верещагин — «Эксмо», 2017 — (Оракул судьбы)

ISBN 978-5-699-88626-5

Книга у вас в руках – настоящий клад для того, кто хочет улучшить качество своей жизни. В ней рассказывается о работе с маятником – биолокационным инструментом, которым издревле люди пользовались для решения множества проблем. Вы сможете улучшить свое здоровье, диагностировать не только физические «неисправности» в организме, но и неполадки в биополе. А также узнать, какие продукты питания и лекарства вам подходят, а какие противопоказаны, есть ли в вашей квартире или офисе геопатогенные зоны, как отыскать потерянную вещь и проникнуть в тайны подсознания.

УДК 133.4
ББК 86.42

ISBN 978-5-699-88626-5

© Верещагин А., 2017
© Эксмо, 2017

# Содержание

Начало работы с маятником 5
Инструменты и методы биолокации 5
Как работает маятник 8
Мнение о биолокации 10
Как выбрать маятник 13
Личный настрой 18
Гимнастика Гермеса 20
Техники остановки внутреннего диалога 23
Внимание и работа маятника 24
Конец ознакомительного фрагмента. 26

# Валерий Магов, Александр Верещагин Маятник и биоэнергетика: ответы на любые вопросы в режиме «здесь и сейчас»

## Начало работы с маятником

## Инструменты и методы биолокации

*Если ваш единственный инструмент – молоток, то каждая проблема становится похожей на гвоздь.*
***Абрахам Маслоу, американский психолог, основатель гуманистической психологии***

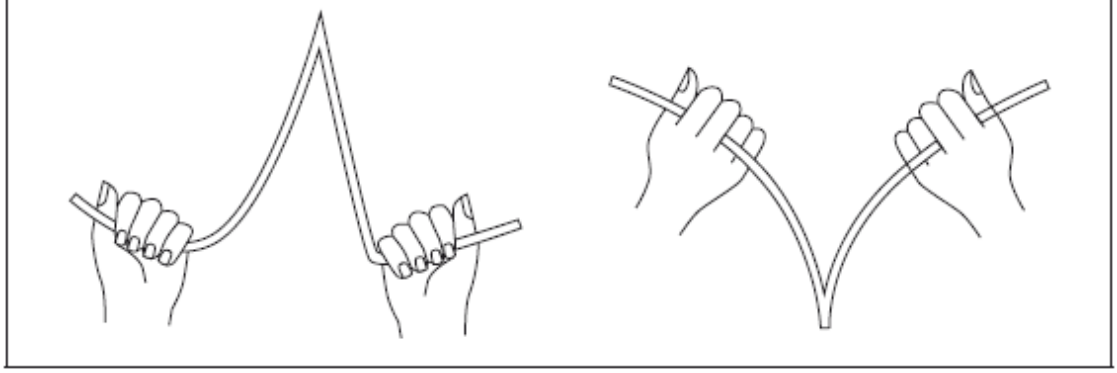
Помимо маятника, о котором пойдет речь в этой книге, существуют другие инструменты биолокации: лоза, рамка и биорадиометр, он же сенсор. Вдаваться в подробности их работы мы не будем, но вкратце расскажем, что они собой представляют и как их изготовить.

Биолокационные инструменты можно разделить на два вида, которые отличаются направлением оси вращения: индикаторы с вертикальной осью вращения и индикаторы с горизонтальной осью вращения.

### Лоза

Лоза известна с древних времен и является ключевым биолокационным инструментом в истории лозоходства, но об этом поговорим в соответствующей главе. Собой лоза представляет удлиненный стебель или ствол кустового деревянистого растения (рис. 1). Чаще всего изготавливается из виноградника, вишни и орешника, но также используются ива, верба, боярышник и сирень. Длина ветки для изготовления лозы обычно составляет от 15 до 55 см, а толщина от 3 мм до 2 см. Ветка имеет раздваивающуюся V-образную форму, напоминающую большую рогатку.

Рисунок 1. Лоза

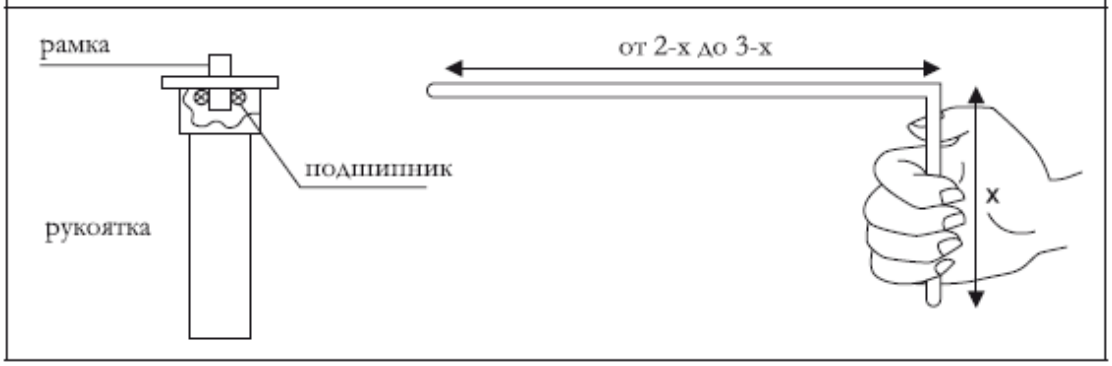


Чтобы самостоятельно изготовить лозу, следует выбрать подходящую ветку нужного деревянистого растения и аккуратно срезать ее на 2–5 см ниже места разветвления. Затем зачистить заготовку под лозу от сучков и листьев. При желании можно полностью удалить кору.

## Рамки

В настоящее время одним из самых популярных биолокационных инструментов является Г-образная рамка (рис. 2). По весу она легкая и обладает наибольшей чувствительностью среди всех видов рамок. Обычно ее используют при обучении оператора работе с биолокационными инструментами и при работе в закрытых помещениях. П-образная рамка тяжелее, но более устойчива к ветру, поэтому ее обычно применяют при работе на открытой местности. Рамки делятся на два вида: горизонтальные (П-образная, П-образная усеченная, Г-образная и кольцеобразная (посох Моисея) рамки) и вертикальные (П-образная рамка с двумя рукоятками и петлей Хартмана).

Рисунок 2. Рамки



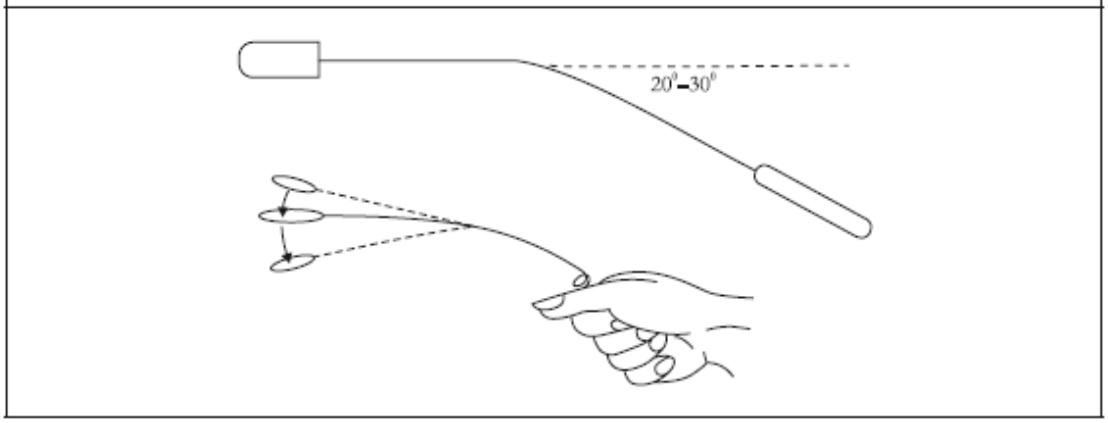

Для самостоятельного изготовления рамки самой простой конструкции нужно взять кусок металлической проволоки небольшого диаметра, примерно от 2,5 до 3,5 мм, и длиной около 40–60 см. Далее проволоку согнуть ровно под углом 90 градусов в пропорции 1:2,5,

где 1 – длина рукоятки. Вместо проволоки можно использовать железную вязальную спицу, сварочный электрод или железную вешалку.

## Биорадиометр

Биорадиометр представляет собой синтез рамки и маятника. Иногда его называют сенсором. Конструкция биорадиометра состоит из рукоятки, упругой проволоки, которая служит антенной, и сенсорной головки (груза). Сенсорная головка может быть нескольких видов: дискообразной, сферической, кольцевидной, квадратной, спиралевидной и комбинированной (рис. 3). Как правило, она изготавливается из латуни, меди, горного хрусталя и драгоценных металлов.

Рисунок 3. Биорадиометр




В документальном фильме «Зов бездны» полковник генерального штаба ВС РФ, доктор наук, академик Международной академии наук о природе и обществе Виктор Мелентьев продемонстрировал работу сенсора, при помощи которого осуществлял поиск автомобиля одного из журналистов.

Простейший сенсор можно изготовить из подручных материалов, например из упругого прута с грузом на конце. В качестве груза можно использовать шариковую ручку.

## Методы биолокации

Выделяют несколько основных методов биолокации.

• *Дистанционно-полевой метод.* Заключается в поиске объектов на местности и позволяет обнаружить рудные залежи, захоронения, клады, подземные воды, сооружения и т. п.

• *Биолокация по карте.* Заключается в работе с географической картой местности и позволяет при любой удаленности найти руды, водные источники, геопатогенные зоны и т. п.

• *Информационная биолокация.* Заключается в работе с информацией и позволяет узнать ответы на любые вопросы в любой сфере человеческой деятельности.

• *Интуитивная биолокация.* Заключается в получении информации без использования биолокационных инструментов.

# Как работает маятник

*В процессе работы с индикатором необходимо практически медитировать. Точно так же, как делает любой научный сотрудник или инженер, который решает конкретную задачу. Он концентрирует внимание только на этой проблеме. Ему можно кричать: «Иди обедай!», но он не услышит.*
***Геннадий Архангельский, профессор, кандидат технических наук, академик МАЭН и МАНЭБ***

Маятник – удивительная вещь, которая дает возможность проникнуть в тайны подсознания. С его помощью можно диагностировать биополе человека, улучшать здоровье, выяснять переносимость продуктов питания и лекарств, уточнять границы геопатогенных зон, искать скрытые и потерянные предметы и принимать правильные решения в ситуации выбора. Перечислить все функции маятника практически невозможно. Поэтому писать книги о подобных инструментах очень сложно. Приходится в одном издании совмещать несколько тем, с которыми маятник тесно связан. В этой книге мы взяли за основу связь работы маятника с биоэнергетикой, но не обошли стороной и другие темы взаимодействия с маятником.

Маятник представляет собой груз, подвешенный на веревке, который приводится в движение рукой человека. Вроде бы с виду очень простой инструмент, и принцип его работы тоже не сложный, но именно за ним скрыта одна из величайших загадок человеческой природы – тайна интуиции.

**Примечание**. *Интуиция (позднелат. intuitio – созерцание, от глагола intueor – пристально смотрю) – непосредственное постижение истины без логического анализа, основанное на воображении, эмпатии и предшествующем опыте, «чутье», проницательность.*

**Рекомендуемые авторы для прочтения**: *Дэвид Майерс, Александр Литвин, Лора Дэй, Линн А. Робинсон, Юджин Сэдлер-Смит, Герд Гигеренцер, Александр Заборов.*

Мнений о том, как работает маятник, очень много. И у каждого оператора в работе складывается свое представление. Например, маг Дмитрий Невский в книге «Мистерия маятника» предлагает читателю две версии – биолокационную и разговор с душами (данный принцип возник во времена «древнего средневековья»). А Людмила Пучко в своей книге «Биолокация для всех» использует общепринятое название работы маятника – радиэстезический эффект.

**Примечание**. *Радиэстезия (от лат. radius – луч и греч. aisthesia – чувство, ощущение) – чувствительность к восприятию информации окружающего мира (в том числе тонкого). Но этот феномен относится к паранормальным явлениям и к парапсихологии, то есть к неакадемическим направлениям исследований.*

А вот Геннадий Архангельский – профессор, кандидат технических наук, академик МАЭН и МАНЭБ – в одной из передач по Первому каналу говорил следующее:

*«Каждый раз, работая с тем или иным инструментом, я убеждаюсь в том, что мы имеем дело с непосредственным получением информации. Что вот этот инструмент в руке – маятник, рамка или иная конструкция – всего лишь индикатор в руке человека, который своей сенсорной системой непосредственно получает информацию из какого-то гигант-*

*ского банка данных, который совершенно беспристрастно хранит информацию обо всех событиях».*

Но как ни назови работу маятника, она от этого хуже не станет. Главное – понять, что данный инструмент работает, и работает превосходно.

# Мнение о биолокации

*Без оператора, то есть без человека, который держит в руках маятник, невозможна корректная работа с маятником. И от того, насколько умело проводится работа, от того, в каком состоянии находится оператор, зависит очень много.*
***Дмитрий Невский. «Мистерия маятника»***

Не всем известно, что изначально существовал термин «лозоходство», а сегодняшнее название было придумано в середине XX века, а именно в 1967 году, в СССР, на совещании по проблеме лозоходства с участием специалистов-геологов.

Примечание. *Лозоходство (биолокация, лозоискательство) – группа парапсихологических практик, декларирующих возможность обнаружения скрытых предметов, источников воды, залежей полезных ископаемых, геопатогенных зон, линий магической силы и т. п. с помощью лозы, специальной рамки, маятника или иных приспособлений (рис. 4).*

*Биолокация (от греч. fiioq – жизнь и лат. locatio – размещение, положение) – методика, позволяющая человеку посредством индикатора – рамки или маятника – определять наличие каких-либо предметов или объектов в пространстве, а также получать ответы с уровня информационного поля. Является синонимом лозоходства и радиэстезии.*

Рисунок 4. Лозоходец. Гравюра XVI века

Научных подтверждений этого явления не существует. Ученым пока не под силу доказать то, что находится вне их поля восприятия. И очень странно получается: в наше время уже изобрели приборы, которые умеют считывать биополе человека, но ученые не могут подтвердить тот факт, что это научно! Одна из причин, по которой они не могут доказать, что маятник умеет считывать биополе, заключается в том, что маятник ошибается. Совершенно согласен – маятник порой может ошибаться, и ошибки возникают из-за личного настроя оператора. Например, у меня плохое настроение, и если я не смогу с ним справиться, оно отразится на работе маятника. Или я не заинтересован в данной работе.

Также маятник может ошибаться, когда оператор сам хочет получить нужный ответ, тем самым мыслями влияя на маятник. Например, задавая вопрос: «Она меня любит?», оператор хочет получить ответ «да», но тут же сразу появляются сомнения насчет того, а любит ли она, и маятник начинает колыхаться в противоположную сторону. Оператор начинает неосознанно раскачивать маятник на ответ «нет» и, когда маятник интенсивно отвечает, что она его не любит, «взрывается»: «Как так? Она меня не любит? Это неправда!» Исход может быть разным: либо он начнет скандалить со своей девушкой из-за того, что она его «не любит», или же плюнет и решит, что маятник не работает. Но на этом вопросе мы подробнее остановимся в соответствующей главе.

Наша версия, почему ученые не хотят признавать этот факт, состоит в том, что они еще не созрели для таких открытий. Либо же им или «системе» невыгодно делать подобные открытия. Так как «системе» нужны люди, которыми можно управлять, а не те, кто сам умеет управлять своей жизнью. И, кстати говоря, почему все религиозные организации считают любые эзотерические занятия грехом? Ответ тот же – им нужны «рабы». Поэтому им выгодно осуждать такую деятельность. Помните времена инквизиции, когда церковники приказывали сжигать всех причастных к магии? А отчего? Оттого, что боялись. Например, в Древнем Риме тех, кто использовал маятник, приговаривали к смерти.

Хотя наиболее ранние упоминания о лозоходстве, а именно о лозе, можно найти в Библии:

*«Народ Мой вопрошает свое дерево, и жезл его дает ему ответ; ибо дух блуда ввел их в заблуждение, и, блудодействуя, они отступили от Бога своего» (Ос.* 4:12).

Первые упоминания о маятнике имеются в трудах Плиния Старшего (примерно I век до н. э.) и самого Парацельса.

В Средние века биолокационные инструменты использовали при поиске месторождений руды в Германии, Франции, Чехии, а также при выборе мест для рытья колодцев. В конце XVII века с их помощью находили преступников. В 1908 году для поисков питьевой воды в Юго-Западной Африке Германия организовала экспедицию, которая оказалась очень успешной. За два года было найдено множество источников питьевой воды. Также в 1930 году аббат Ламбер во Франции применял маятник для поиска подземных вод. А в 1932 году поискам воды по этому методу начали обучать в военно-инженерной школе.

В разные времена проводилось очень много экспериментов, но какой смысл в них вкладывали организаторы? Если одни хотели подтвердить эффективность инструмента биолокации, они это подтверждали. Если другие, наоборот, хотели доказать, что это лженаука, – они доказывали. В этом и кроется проблема всех экспериментов – человек видит только то, что хочет видеть.

**Эксперимент Иориша и Туробова**

*Один из самых интересных экспериментов был проведен в 1984 году Ю. Иоришем и Б. Ту родовым в рамках официальной проверки заявлений о практической значимости лозоходства вообще и существовании в частности биополя как механизма, лежащего в его основе. Результаты этого эксперимента были опубликованы в 11-м номере научно-популярного журнала «Природа».*

*В эксперименте участвовали операторы-лозоходцы и экспериментаторы (индукторы). В комнате установили три тумбы с пустыми закрывающимися коробками, маркированные номерами. Индуктор вытягивал наугад один из трех билетов с номером и клал в одну из коробок с таким же номером кусок свинца, затем приглашал в комнату оператора-лозоходца. Оператор под наблюдением индуктора обследовал с помощью рамки все три коробки, после чего называл номер коробки, в которой, по его мнению, был спрятан свинец.*

*В серии из 76 тестов было получено 64 верных результата (84 %), что значительно превышает результат по случайному выбору (33 %). Однако в случае, если индуктор находился спиной к оператору или за фанерным экраном, результаты значительно ухудшались. В случае отсутствия индуктора, то есть когда свинец прятало третье лицо, удалявшееся из комнаты во время поиска, результаты приближались к случайным.*

*В качестве контроля был проведен следующий эксперимент: третье лицо выдавало индуктору билет с номером, но свинец в коробки не помещался. В этом случае оператор указывал на коробку с номером, совпадающим с номером билета в 17 случаях из 21 (80 %).*

**Притча**

Наше послание в этой книге предельно простое: попробуй, а там уже решай. Есть интересная притча о том, что нельзя выносить приговор до того, как что-то попробуешь. Ведь сказать, что магия – это шарлатанство, легко, а вот сначала включиться в нее и только потом сказать – другое дело. Да и доверие больше не только у тебя, но и к тебе, и к твоему мнению.

Однажды Лао-цзы, Будда и Конфуций, все трое, находились в магическом магазине на небесах. Прекрасная женщина, которая была продавцом, подошла к ним с маятником и сказала:

– *Это магический маятник! Хотите?* Конфуций ответил:

– *Я попробую им воспользоваться, потому что, не попробовав, я не могу ничего сказать.*

Таков был его путь – ко всему подходить по-научному и оставаться прагматичным. Он лишь подержал маятник в руках и произнес:

– *Нет, он не работает!*

Будда закрыл глаза и проговорил:

– *Мне незачем его брать. Многие люди пробовали его в действии – Конфуций только что его попробовал. Я заявляю, что он не работает!*

Женщина подошла к Лао-цзы. Лао-цзы сразу начал задавать ему вопросы, а маятник стал отвечать. После нескольких часов Лао-цзы произнес:

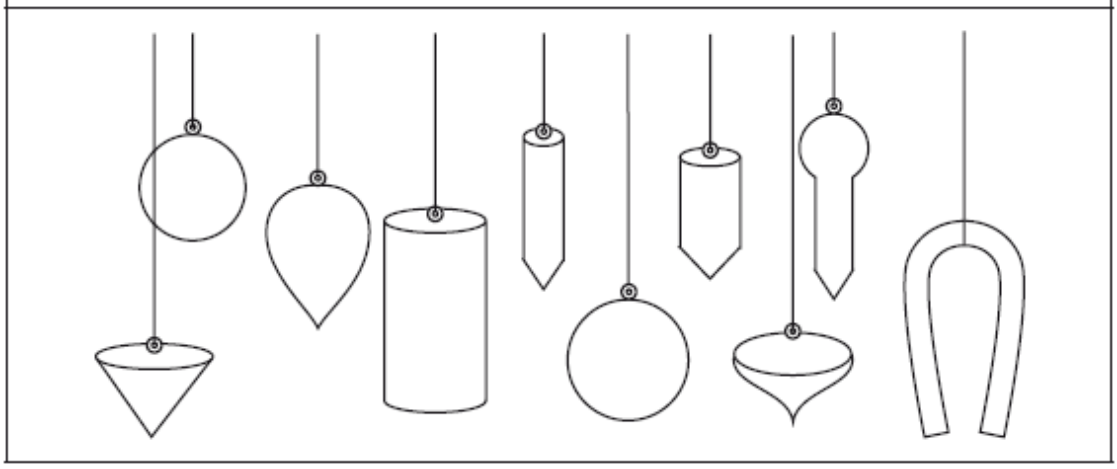
– *Если вы не пробуете что-то полностью в действии, вы не имеете права высказывать какое-либо мнение, выносить какое-либо суждение.*

# Как выбрать маятник

*Жизнь – это череда выборов.*
***Нострадамус, французский астролог, врач, фармацевт и алхимик***

Правильнее всего применять в работе тот маятник, который удобен в пользовании и нравится внешне. Это первое и главное правило. Форма и вес маятника могут быть различными – от 2 до 20 г и больше (рис. 5). Однако легкий маятник начинает работать быстрее, нежели тяжелый. Также следует учесть, что наиболее восприимчив к энергетической информации маятник, сделанный из меди с заостренным концом. Если нет возможности приобрести маятник, можно использовать кольцо, подвешенное на нитке.

Рисунок 5. Виды маятников



## Изготовление маятника

Для одноразовой работы можно изготовить маятник в домашних условиях. В качестве груза подойдут гайка, кольцо, камень, иголка или любой другой маленький предмет. Нужно закрепить груз на нити длиной примерно 20 см. Лучше использовать несинтетические нити. Чтобы уменьшить свободное вращение груза, на нити следует сделать несколько узелков.

## Форма маятника

Разновидностей форм маятников существует великое множество. И описать каждую форму совершенно нереально, но можно объединить их в несколько видов.

Кольцо. Этот вид маятника самый распространенный. Часто изготавливается в домашних условиях из обручальных колец. Наличие в кольце драгоценного камня влияет на работу маятника в положительную сторону. В отрицательную сторону влияет асимметричность кольца.

Шар. По своим свойствам очень схож с предыдущим видом маятника, но обладает наименьшей чувствительностью к эмоциям оператора.

Конус. Этот вид маятника является наиболее универсальным. Чаще всего применяется для получения и проверки информации.

Шарообразный конус (купол). Применяется для просмотра эмоционального состояния человека. Его плюс в том, что он сам маловосприимчив к эмоциям оператора.

Спираль. Чаще всего используется при работе на местности, когда приходится ходить с маятником, удерживая его на весу. Данный маятник применяется в работе специалистами, так как прекрасно чувствует малейшие изменения энергии.

Пуля. Этот маятник обладает хорошей чувствительностью к заболеваниям. Применяется в целительстве и при диагностике аномалий *W* чакр.

Двойной отвес. Маятник состоит из двух конусов, которые входят друг в друга. Применяется для личной работы. Другая разновидность данного вида маятника – стеклянный отвес, представляющий собой колбу, в которую помещают масло или травы, тем самым придавая ему определенные свойства.

Чакровый маятник. Данный вид маятника изготавливается из семи камней, каждый из которых соответствует определенной чакре. Используется при диагностике чакр и энергетики человека.

Многие эзотерические магазины предлагают очень большой выбор маятников из различных материалов. Некоторые из них могут быть полыми внутри. Перед работой в полость можно положить образец того, что нужно искать. Такой вид маятника наиболее часто используется в обрядах корректировки энергии человека и в поисках полезных ископаемых.

Если появляются сомнения относительно материала для маятника, можно выбрать нейтральный вариант. Например, маятник из прозрачного кварца. Но стоит учитывать, что любой материал несет свою энергетику.

## Материалы для маятника

*Авантюрин* используется для помощи человеку с депрессией.

*Алмаз* применяется как общеукрепляющее средство при ослаблении иммунной системы.

*Аметист* – универсальный камень защиты.

*Берилл* используется для стабилизации энергетического, психического и физического состояния человека.

*Белый опал* повышает творческую активность, чувственность и восприимчивость.

*Бирюза* используется для лечения болезней глаз.

*Гагат* применяется для лечения заболеваний психики и нервной системы.

*Голубой агат* в целительстве применяется при травмах, ушибах и переломах.

*Голубой кварц* снимает страхи и внутренние опасения.

*Голубой турмалин* – это камень сверхинтуиции и духовного прозрения.

*Гранат* используется для лечения заболеваний крови, опорно-двигательного аппарата.

*Желтая яшма* помогает обрести уверенность в собственных силах и возможностях.

*Желтый топаз* устраняет любые проблемы и напряженность.

*Зеленый агат* делает человека более решительным и целеустремленным.

*Зеленый авантюрин* повышает общий тонус, улучшает настроение, заряжает бодростью и оптимизмом.

*Изумруд* – камень успеха. В целительстве используется как болеутоляющее средство, а также для лечения заболеваний сердца.

*Кошачий глаз* используется для лечения головных и других видов болей.

*Коричневый агат* повышает сексуальную активность. Используется как вспомогательный элемент при лечении мочеполовых расстройств.

*Кварц* используется при мягкой очистке. Например, когда человек очень слаб.

*Лазурит* – камень гармонии.

*Малахит* помогает разрывать энергетические привязки.

*Нефрит* используется для лечения бесплодия.

*Оранжевый жадеит* используется для устранения негативных воздействий.

*Обсидиан* избавляет от вредных привычек. Нейтрализует негативные магические воздействия.

*Оникс* помогает распознавать врагов и друзей.

*Розовый кварц* применяется для любовных действий, чтобы усилить влечение или сделать его более осознанным.

*Розовый турмалин* помогает в излечении болезней сексуального характера.

*Розовый агат* помогает ощутить родовую поддержку и использовать наработки, скрытые в роду.

*Рубин* помогает жить более полной и целостной жизнью.

*Сапфир* – камень духовности.

*Сардоникс* снимает внутренние страхи и конфликты.

*Снежный кварц* помогает обрести гармонию со своим внутренним миром.

*Топаз* повышает энергетический потенциал.

*Тигровый глаз* повышает уровень восприятия.

*Турмалин* защищает от сторонних влияний. Повышает интеллектуальную активность.

*Хризопраз* – камень концентрации.

*Хрусталь* – камень чистоты и твердости.

*Цитрин* – камень бизнесменов, так как помогает увеличивать доходы и развивать бизнес.

*Янтарь* используется для лечения болезней легких и бронхов.

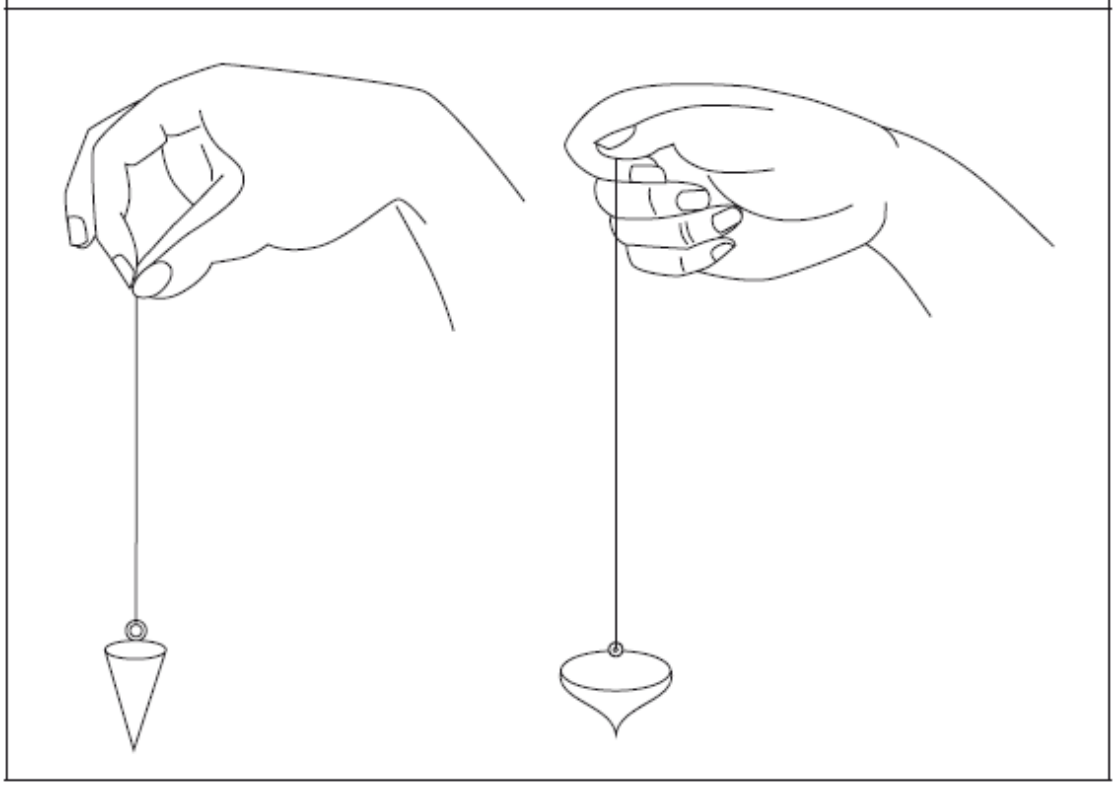
*Яшма* помогает раскрыть потенциал лидера и организатора.

Определившись с материалом маятника, его нужно взять его в руки и спросить: «Этот маятник со мной в гармонии?» или: «Ты будешь мне правильно отвечать на вопросы?» Если ответ положительный, можно смело покупать данный маятник. Но такие вопросы задавать непринципиально. Представьте, сколько людей его держали в руках, пока он находился в продаже. Следовательно, очень много отпечатков энергии сохранилось на маятнике. Поэтому после покупки маятника первым делом стоит его очистить. Если, конечно же, это не специальный маятник, заряженный у специалиста.

## Как держать маятник

Способов удержания маятника всего два, они изображены на рисунке (рис. 6).

Рисунок 6. Способы удержания маятника



Первый вариант удержания применяется при стационарной работе, когда у оператора есть возможность опереть локоть о статичную поверхность. Второй вариант удержания применяется при работе в полевых условиях. Такое удержание помогает компенсировать физические вибрации, которые исходят от тела при движении.

# Личный настрой

*Медитация – это дверь к безмерной сипе.*
*Медитация – это дверь к сверхсознанию.*
***Сан Лайт. «Энергия мысли»***

Одна из самых важных рекомендаций по работе с маятником – это проявление здорового прагматизма и скептицизма в оценке тех ответов и той информации, которую дает маятник.

У оператора должно быть внутреннее спокойствие – это главный критерий успешной работы. Все эмоции, страхи, переживания, опасения и желания отражаются на результате. Поэтому, приступая к работе с маятником, нужно учитывать следующие рекомендации:

• Оператор должен сохранять спокойствие. Не рекомендуется приступать к работе, когда оператор сильно возбужден и торопится получить ответ. Если присутствуют внешние раздражители, нужно от них избавиться. Рекомендуется каждому оператору иметь свое рабочее место, где он сможет спокойно выполнять предстоящую работу.

• Быстро войти в состояние внутреннего спокойствия помогут техники концентрации.

Концентрироваться можно как на внешних объектах, например на черной точке, так и на поставленном вопросе или на дыхании (это называется внутренней концентрацией).

• При долгой работе с маятником нужно иметь хорошо развитое внимание. Хорошее внимание достигается определенными тренировками. Также при долгой работе рекомендуется иметь удобный стул, чтобы у оператора не возникли усталость и боль в спине.

• Если вопрос затрагивает личные интересы оператора, он должен иметь настрой увидеть реальность независимо от того, какова она, то есть по возможности абстрагироваться от ситуации.

• Не стоит работать с маятником, если оператор не готов прежде всего внутренне. Колебания, вибрации и вращения маятника – это показатель того, что оператор не готов. Следует эмоционально расслабиться и снова приступить к работе, когда маятник «застынет» в состоянии покоя.

• Не следует работать с поврежденным маятником. Из-за нарушенной симметричности маятник может давать неправильные ответы.

• На результат работы маятника очень сильно влияет эмоциональная и физическая усталость. В этом случае оператору нужно отдохнуть или проделать упражнения по набору энергии (например, упражнения из цигун).

• Не стоит проявлять поспешность в получении информации. А полученную информацию не стоит сразу трактовать без анализа.

• Каждый раз после работы с другими людьми нужно мыть руки под холодной проточной водой, чтобы смыть с себя образовавшуюся энергетику, которая может быть деструктивной. Если такой возможности нет – делать это ментально (мысленно). Диагностика других людей – не такое уж безобидное занятие, особенно если у оператора низкая энергетика.

• Не следует использовать маятник в корыстных целях, например в азартных играх. На правильный ответ рассчитывать не стоит, так как от таких вопросов существует энергетическая и информационная защита и она потом обернется не очень хорошими последствиями.

## Упражнения по набору энергии

Организм постоянно, без всякого усилия со стороны человека поглощает и тратит энергию. С возрастом организм начинает меньше поглощать энергии и соответственно меньше

ее тратить, что впоследствии ведет к упадку сил и возникновению различных заболеваний. Поэтому так важно увеличивать приток энергии в организм с помощью специальных упражнений, чтобы восстановить его работоспособность.

Итак, первое упражнение можно выполнять как сидя, так и стоя. Спина должна быть прямая. Руки и ноги не должны между собой скрещиваться. Правой рукой зажмите правую ноздрю и сделайте вдох через левую. По продолжительности как можно более долгий, затем – задержка дыхания на 5-10 секунд и плавный медленный выдох. Данное упражнение является одним из самых эффективных по уплотнению и увеличению биополя.

Еще одним эффективным упражнением служит подзарядка от энергии огня. Для этого заранее подготовьте и зажгите свечу. Начните наблюдать за пламенем и мысленно погружаться в него. Почувствуйте, как его энергия окутывает вас и проникает в тело. Как жар наполняет все тело. Попробуйте почувствовать, как от тела начинает исходить жар. Представьте, как пламя сжигает все болезни и вы полностью очищаетесь. Помимо получения энергии от стихии огня, можно получать энергию и от других стихий – воды, земли и воздуха.

Большой приток энергии можно получить при помощи ритмического дыхания. Для этого нужно установить ритм дыхания с ритмом биения своего сердца. Вдох может быть растянут от 6 до 15 ударов сердца. Выдох делается равным по длительности вдоху. Задержка дыхания после вдоха и выдоха по длительности должна быть равна половине длительности вдоха. То есть получается: вдох – задержка – выдох – задержка (6-3-6-3).

# Гимнастика Гермеса

*Для соразмерности, красоты и здоровья требуется не только образование в области науки и искусства, но и занятия всю жизнь физическими упражнениями, гимнастикой.*
***Платон, древнегреческий ученый***

Как гласит легенда, данная система оздоровления была разработана в IV тысячелетии до н. э. древнеегипетским жрецом, целителем и философом Гермесом

Трисмегистом. При выполнении данного комплекса упражнений заметно улучшается состояние здоровья, повышается сопротивляемость организма к различным заболеваниям, укрепляются иммунная и нервная системы, а также улучшается настроение и повышается психическая и физическая работоспособность. К тому же гимнастика Гермеса способствует набору эфирной энергии. Но к данной гимнастике не стоит приступать с особым фанатизмом, чтобы не навредить организму.

Гимнастику Гермеса желательно выполнять при максимально оголенном теле. Перед началом выполнения комплекса упражнений специалисты рекомендуют разогреть тело. Для этого можно выполнить бег на месте.

Набор энергии выполняется посредством трех силовых упражнений, основанных на ритмичном чередовании пикового напряжения и последующего полного расслабления мускулатуры всего тела. В начале каждого упражнения делается короткий, поверхностный вдох через нос таким образом, чтобы поток вдыхаемого воздуха сильно ударил по носоглотке, и тем не менее в легкие практически не попал. Благодаря этому в эфирном теле образуется энергетический вакуум, быстро заполняющийся энергией. Затем задерживается дыхание. При переходе от максимального мышечного напряжения к полному расслаблению через широко раскрытый рот делается мгновенный выдох всей грудью. Во время расслабления дыхание спокойное и в свободном темпе. Все упражнения выполняются по четыре повторения.

Продолжительность промежутков между напряжением и расслаблением – 4 секунды.

## Упражнение «Крест»

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища, дыхание в привычном темпе, тело расслаблено.

Сделайте энергичный короткий вдох. Сожмите крепко пальцы рук в кулаки, выбросьте вытянутые руки в стороны на уровне плеч и немного отведите их за спину. Тело прогните назад и слегка запрокиньте голову, одновременно с этим сильно напрягите мышцы. Задержите дыхание в позе на 4 секунды.

Сделайте выдох через рот со звуком «хо». При выдохе тело сгибается таким образом, чтобы руки практически касались тела. Для снятия напряжения взмахните несколько раз руками крест-накрест. Вернитесь в исходное положение. Отдых 4 секунды.

## Упражнение «Топор»

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, корпус находится в полусогнутом состоянии, руки свисают, касаясь пола, колени прямые, дыхание в привычном темпе, тело расслаблено.

Сомкните пальцы рук в замок, сделайте резкий вдох. Выпрямите спину, а руки в замке с силой поднимите вверх за голову через правую сторону. Туловище прогните назад и запрокиньте слегка голову. Все мышцы держите в максимальном напряжении. Задержите дыхание в позе на 4 секунды.

С шумом сделайте короткий выдох через рот и вернитесь в исходное положение опусканием рук, сцепленных в замок, по кругу через левую сторону. Отдых 4 секунды.

## Упражнение «Дискобол»

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки вдоль тела, дыхание спокойное, мышцы расслаблены.

Энергичный короткий вдох. Пальцы рук сожмите в кулаки. Одновременно выбросите вперед на уровень лба правую руку, слегка согнув в локте, и отведите назад, за спину, левую, разворачивая торс и голову по ходу воображаемого броска. Зафиксируйте позу дискобола, застывшего в момент метания диска. Предельно напрягите все мышцы, стараясь ноги не отрывать от пола. Задержка дыхания в позе 4 секунды.

Сделайте мгновенный, шумный выдох через рот, возвращаясь в исходное положение. Отдых 4 секунды.

## Первое упражнение по распределению энергии

Исходное положение: станьте прямо, ноги на ширине плеч, руки вытянуты прямо перед собой, ладони сведены вместе.

Вдох через нос в течение 4 секунд. В это время руки разведите в стороны до уровня плеч, затем задержите дыхание на 4 секунды, а руки отведите за спину.

Сделайте выдох через рот в течение 4 секунд и одновременно возвратите руки в исходную позицию.

## Второе упражнение по распределению энергии

Исходное положение: ноги слегка расставлены, тело согнуто вперед, пальцы рук касаются пальцев ног, колени прямые.

Вдох в течение 4 секунд. В это время тело распрямляется, руки вытягиваются вперед до уровня груди, задержка дыхания на 4 секунды. Одновременно руки поднимите над головой и прогнитесь назад.

Выдох на 4 секунды, плавно вернитесь в исходное положение.

## Третье упражнение по распределению энергии

Исходное положение: станьте прямо, ноги на ширине плеч, руки подняты в стороны на высоту плеч.

Сделайте вдох на 4 секунды и затем задержите дыхание на 4 секунды. За это время тело с вытянутыми руками максимально поверните вправо так, чтобы видеть стену за спиной. Ноги от пола не отрывать.

Выдох на 4 секунды и плавный возврат в исходное положение.

## Четвертое упражнение по распределению энергии

Исходное положение: лежа на спине, сложенные ладони лежат под затылком.

Вдох на 4 секунды. Одновременно поднимите ноги перпендикулярно полу. Задержите дыхание на 4 секунды и в это время произведите два вращательных движения в правую сторону.

Выдох на 4 секунды, и плавно верните ноги во время выдоха в исходное положение.

Не забывайте к каждому упражнению делать повторы!

# Техники остановки внутреннего диалога

*Порядок освобождает мысль.*
***Рене Декарт, французский философ, математик, механик, физик и физиолог***

Внутренний диалог – неконтролируемый, назойливый шум мыслей в голове. Можно даже сказать, что это диалог с самим собой, а иногда и простой монолог. Этот ненужный фон мыслей отвлекает от реальной жизни, погружая в пучину рефлексии, раздумий и переживаний. Человеку становится трудно собраться и сосредоточиться. У некоторых людей внутренний диалог настолько доминирует, что они становятся заторможенными и начинают витать в облаках. Отсюда появляется рассеянность.

При работе с биолокационными инструментами оператору важно научиться приглушать внутренний поток мыслей. Иначе он сильно будет влиять на работу и не в лучшую сторону.

Техник достижения внутреннего безмолвия достаточно много. Например, медитация, сталкинг, тенсегрити, пересмотр, созерцание.

## Упражнение «Слушание внутреннего звука»

Обратите все свое внимание «внутрь» головы. Слух фокусируйте на области, расположенной в черепе где-то между ушами, и сосредоточьтесь на звуковом фоне. Фон может быть абсолютно любым, например шум, свист, писк или гул. При длительном сосредоточении он будет становиться громче. Когда «внутренний звук» заполнит голову, внутренний диалог остановится.

## Упражнение «Белый шум»

Закрываете глаза и мысленно представляете перед глазами белый экран. Сосредотачиваетесь на одном углу 2–3 секунды и переводите внимание в другой угол. В дальнейшем в хаотичном порядке.

## Упражнение «Наблюдение

Суть данного упражнения заключается в выслеживании своих мыслей. Нужно просто наблюдать свои мысли, но не анализировать их. Просто следить за их течением, как они появляются и исчезают. Через некоторое время все мысли исчезнут.

# Внимание и работа маятника

*Если концентрация внимания является базовым свойством в психологии внимания, то управление вниманием является ключевой способностью управления своим временем.*
***Александр Верещагин. «Как все успевать. 4 навыка управления временем»***

Внимание – это единственный инструмент сознания, который нужно тренировать так же, как и инструменты тела, например руки и ноги. От того, насколько хорошо развито внимание, зависит эффективность взаимодействия с маятником.

Наиболее подробно про работу внимания написал Александр Верещагин в книге «Как все успевать. 4 навыка управления временем» (издательство «Весь»). Мы приведем отрывок из данной книги:

«На своих занятиях я (Александр) люблю проводить такой эксперимент: беру в руку маятник и начинаю своим вниманием его раскачивать вперед-назад, влево-вправо, по часовой и против часовой стрелки, потом опять же вниманием останавливаю и задаю вопрос: „Как у меня получилось раскачать маятник?<£ Многие говорят, что я незаметно его раскачиваю пальцами. Тогда я даю им маятник и прошу показать, как я это сделал. Естественно, пальцами раскачать маятник у них не получается. Но не секрет, что осознанное раскачивание маятника происходит посредством незаметных глазу движений микромышц, которые раскачивают маятник. А чтобы осознанно привести их в действие, нужно своим вниманием дать импульс раскачивания, как бы представляя, что маятник начинает качаться взад-вперед или в другом направлении. И когда я объясняю принцип управления маятником посредством внимания (или силой мысли, кто как привык называть), у многих участников начинает получаться. Но все же есть люди, которые с первого раза не могут раскачать маятник, и это связано с плохим вниманием. Далее я прошу их закрыть глаза и повторить эксперимент. И тут количество людей, у которых НЕ получается, возрастает. Это лишний раз доказывает, что мы привыкли управлять вниманием через органы чувств, причем на 90 % – глазами. Кстати, это очень хорошая практика – раскачивать маятник с закрытыми глазами».

В этой книге мы приведем две самые эффективные техники развития внимания из этой же книги – черная точка и тратака на пламени свечи.

## Черная точка

Данная техника удивительная. Она имеет йогические корни и берет начало в Индии. Можно даже сказать, что это одна из разновидностей тратаки.

На белом листе бумаги (лучше формата А4) нарисуйте черную точку. Размер черной точки должен быть таким, чтобы ее было хорошо видно с расстояния в 2–3 м без напряжения зрения. Повесьте лист на стену, сядьте удобно в кресло в 2–3 м. Расстояние может быть и меньше, все зависит от того, как вам будет удобно концентрироваться на точке. В некоторых учениях рекомендуется устанавливать точку на расстоянии вытянутой руки.

Если вы носите очки, выберите сами, как вам будет удобнее – в очках или без них. Главное условие при этом лишь одно – чтобы глаза испытывали как можно меньшую нагрузку. Они не должны уставать, хотя зрительная усталость и перегрузки во время этого упражнения неизбежны. Также в этой технике, как и во всех последующих, очень важно не напрягаться и постоянно контролировать расслабление тела.

Итак, вы концентрируете внимание, глаза не напрягаются, они открыты, как и в обычном состоянии. Во время практики могут возникать разные оптические иллюзии из-за притока крови в головной мозг. Но все они не имеют к практике никакого отношения. Поэтому не надо обращать внимание на них. Все ваше внимание сосредоточено только на точке, и ни на чем, кроме точки.

В день рекомендуется тратить на практику где-то полчаса. Можно и больше, но я уверен, что через пять минут вам уже надоест, так как внимание еще слабое и при должной концентрации, когда в поле вашего внимания попадает только одна единица информации, будет возникать дискомфорт. Постепенно этот дискомфорт будет снижаться, а время, уделяемое практике, увеличиваться.

## Тратака на пламени свечи

На санскрите слово «тратака» означает «устойчивый пристальный взгляд» и используется, чтобы избавиться от усталости глаз и предотвратить ухудшение зрения, вызванное длительной работой на компьютере, плохим качеством воздуха, стрессом и неправильным освещением на рабочем месте. Благодаря этой технике начинает осознанно проявляться скрытый потенциал ума. Данную технику можно немного видоизменить для наших целей, сохранив при этом ее полезные свойства.

Во всех описаниях тратаки сказано: «смотрите на пламя свечи». Но смотрение – это пассивный способ управления вниманием. Поэтому мы будем концентрироваться на пламени свечи своим вниманием.

Эту технику достаточно делать один раз в день – вечером, перед сном. После выполнения техники снятся только хорошие сны. Тратака работает с Аджна-чакрой (шестая чакра, она же «третий глаз»), поэтому не только предотвращает болезни глаз, но и повышает интуицию (видение «насквозь» людей и динамики развития ситуаций), способствует принятию оптимальных решений, повышает качество сновидений. Особенно рекомендуется регулярно осуществлять тратаку тем, кто имеет слабое зрение, например близорукость.

# 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.