

http://duhmarketing.ucoz.com/index/khira_ratan_manek_chovekt_kojto_se_khrani_ss_slnceto/0-15

http://healtheworld-ts.blogspot.com/2009/09/blog-post_3781.html

Хира Ратан Манек - използва слънчева енергия за храна

Хира Ратан Манек вече осма година се храни само и единствено със слънчева светлина. Понякога разнообразява менюто си с чаша чиста вода. Тялото няма необходимост от нищо повече, доказва Хира Манек и светът, макар и бавно, започва да вярва в това. Просто защото Манек и сподвижниците му са живи и се чувстват отлично. Името “феномен ХРМ” принадлежи на учени от НАСА, заинтересувани от диетата на индийския гражданин. НАСА го кани, за да провери и изследва тази способност на тялото, заради възможността астронавтите да преминат на слънчева диета. При дълги космически полети храната е огромен проблем, докато водата може да се регенерира и използва постоянно. Светът знае за Манек не от вчера. Още докато живее в щат Керал той започва експериментите през 1992 г. През 1995 г. отива на поклонение в Хималаите и когато се завръща, престава да се храни. Жена му Вилма казва, че всяка вечер той гледа в слънцето без да мига по един час. Поетата енергия е единствената му храна. Понякога пие чай, кафе или някаква течност. Когато пристига в САЩ, научните екипи се убеждават, че индиецът наистина оцелява без храна. Изследванията се водят от д-р Патъл от Джеферсъновия университет. Резултатите доказват, че всички процеси в тялото на Манек са нормални. Въпреки че не сме растения, които трансформират слънчевата енергия в храна, Манек доказва, че можем да го правим със същия резултат. Той казва, че ние живеем за сметка на вторичната слънчева енергия, която поемаме като се храним с растения. Това, на което трябва да се научим е да поглъщаме тази енергия направо от първоизточника. Манек е роден през 1937 г. и е инженер. Кариерата му е успешна. Но идва момента, когато усеща пълната безсмисленост на стремежа към материалното. През 1962 г. попада в ашрама на Шри Ауробиндо в Пондичери. Ученичка на Ауробиндо, продължаваща дейността му след неговата смърт му предава посланието: ” Ти трябва да донесеш на земята слънчевата енергия, за да помогнеш на Висшия Разум да докосне всяко тяло”. По-късно се среща с Учител, който го избира сред тълпата, за да му каже същото, което вече му е предала ученичката на Шри Ауробиндо. Въпреки това Манек дълго не знае какво да прави. Той ходи бос по земята, стои на слънце и прави всичко, което би могло да помогне на намерението му. Неочаквано забелязва, че апетитът му видимо е изчезнал и че не се нуждае от храна, а енергията му се е повишила няколко пъти. Тогава идва откритието, че слънчевата енергия трябва да попадне в тялото. Как? През очите. Той започва стъпка по стъпка да приучава очите си да гледат право в слънцето.

Експериментът

Лекарите, към които се обръща за помощ са заинтересувани. Манек жертва година от живота си, когато започва да работи с научна група в Гуджарат. Решено е да гладува 365 дни, но експериментът продължава 411 дни. Това не е първото му гладуване. Вече го е правил за 211 дни, когато е загубил 41 кг от теглото си, но не губи мускулна маса. Сега, след гладуването от 411 дни, нивото на кръвната захар е в норма, както и всички останали физиологични показатели. Неврологът д-р Судхир Шах, който ръководи уникалният експеримент следи постоянно Манек. Наблюдава го денонощно медицински

екип, който не го оставя сам и за минута, денем и нощем. Манек е изолиран в отделно помещение, до което близките му нямат достъп. Експериментът завършва на 14 февруари 2001 г. За изтеклото време Манек е пиел само гореща вода между 11 сутринта и 16 ч. следобед. На 401-я ден от гладуването си той изкачва планината Шатрунджа само за половин час. Настъпва най-сложният за медиците момент - те трябва да намерят обяснение. Всичко това не се случва в Хималаите или в някой ашрам, а в съвременна клиника на голям град, пред очите на лекари, журналисти и учени. Досега се смяташе, че при дълго гладуване тялото изчерпва първо карбохидратите, после в урината се появяват кетони. Протеинът се изгаря. Организмът изяжда всичките си запаси, но още преди това човек става мрачен и раздразнителен, нарушени са логиката и мисленето му. Всички жизнени параметри намаляват и след 8-10 седмици е заплашен животът на тялото. Манек опровергава това. Той е с добро самочувствие, интелектът му е съхранен, не изпада в депресия. Какви са обясненията? Религиозната мотивация е важна, но физиологията не ѝ се подчинява винаги. Манек не е генетично различен от другите. Изводът: очевидно той успява да се храни със слънчева енергия. При хроничната адаптация към гладуване - 16-30 денонощия метаболизмът силно се забавя. Клетките получават само кислород и вода. Центровете на глада в мозъка са потиснати и активират центровете на ситостта. Човек се приспособява и може да извършва нормална дейност, изразходвайки 500-600 калории. В случая Манек получава енергията през очите слънчева енергия захранва и изхранва цялото тяло. Като ретранслатор служи епифизата - жлезата при "третото око". Нейната активация дирижира цялата ендокринна система. Чрез мелатонина тя регулира биоритмите, циклите на сън и бодърстване, забавя стареенето. Епифизата намалява растенето на тялото и забавя метастазирането на някои тумори. Чрез серотонина тя участва и в психическата дейност и е пряко отговорна за екстрасензорните възприятия. Тази крехка жлеза е с обичайни размери 6 на 8 мм. Но когато сканират Манек неговата епифиза е с размери 8 на 11 мм. При този 66-годишен мъж тя е голяма колкото при 20 - годишните. Размерът сам по себе си не говори за хиперфункция, тя се установява чрез нивата на мелатонина и серотонина, които при Манек са в норма. Кожата също събира енергия. Акупунктурните точки са антени, които се активират чрез акупунктура и акупресура, чрез въздействието на слънцето. Приемат я пръстта, водата, растенията, животните. Когато ходите боси вие събирате в себе си от тази енергия. Тя се натрупва неясно къде, но има хипотези, че се складира в продълговатия мозък. Д-р Судхир Шах казва в интервю: "Това, с което се сблъскваме в този момент засега не е стопроцентов научен факт, а само разработка на хипотеза. Ние предполагаме, че празният стомах е нещо, с което може да се свикне напълно." При адаптирането към глада се активира мозъчен участък, който е отговорен за парапсихологическите способности. Проявява се шесто чувство и организмът започва да се саморегулира. Нито хипоталамуса, нито хипофизата или продълговатия мозък претърпяват никакви промени. Глада не прави човек по-глупав, а го превръща в свободна творческа личност. Манек казва, че той е достигнал интуитивно до това знание, което както повечето важни за нас тайни, е забравено.

Практикум

Слънчево захранване

Кой може да практикува “феномена Манек”? Всички, които искат. Няма ограничения за възраст, за раса или религия. Не е необходимо рязко преобръщане в обичайния начин на живот, нито изтощително гладуване - тази опитност ще дойде от само себе си. Вече над 25 000 човека по света се хранят само със слънчева енергия. Мнозина вече са разбрали нейните предимства.. През първия ден гледайте в слънцето 5 секунди, през втория - 10, на третия - 15 и т.н. Особено важно е да не измъчвате очите, за да не повредите зеницата.. Още по-важна е вътрешната ви нагласа. Мислено си повтаряйте как слънчевите лъчи навлизат през очите ви, оттам в мозъка и после в цялото тяло. Помолете светилото да ви даде енергията си, за да бъдете здрави и хармонични.. В слънчевата светлина са всички аспекти на дъгата и вие приемате едновременно свето- и цветотерапия. Ако някои от цветовете на енергията не достигат на тялото, те ще бъдат мигновено попълнени.. Вярвайте, че болестите ще изчезнат, а космическата енергия храни тялото и регулира процесите в него. Преодолете страховете от болест и смърт, от мъглата на бъдещето. Менталните нарушения - стреса или депресията - ще изчезнат. Ще се стопи напрежението и страха за решението на важни до този момент за вас жизнени проблеми. Ако такава е била целта ви - не удължавайте времето, в което ще приемате слънчевата енергия. Ако искате да вървите напред - продължавайте с по няколко секунди всекидневната си терапия. След шест месеца или 180 дни вече ще можете да гледате без напрежение в слънцето по 15-20 минути. За това време физическите болести ще изчезнат напълно.. След като преодолеете 15-минутната бариера за гледане в слънцето, ще започнете да усещате, че апетитът изчезва. Това е победа над чувството за глад, а не негово потискане. Когато ще можете да съзерцавате слънцето по 30-35 минути мозъкът ще започне да съхранява слънчевата енергия и да се храни с нея. Още на 270-я ден или на третия месец ще можете да се взирате в слънцето по 44 минути. **ТОВА ВРЕМЕ НЕ БИВА ДА СЕ ПРЕВИШАВА!** За този период потребността от храна ще изчезне напълно и няма да ви мъчи чувството за глад, което ще премине само. Ще откриете нови възможности - способност за ясна визуализация на образи или състояния, виждане на аури и вътрешни състояния. На този етап можете да спрете ежедневно взиране в слънцето, защото енергията вече се е натрупала във всяка клетка. Когато клетките са заредени, редовните сеанси не са необходими, те могат да станат периодични. Някои предпочитат да тичат боси под слънцето за 40-50 минути дневно. Те усещат освобождаване от вътрешния дискомфорт и пълна свобода, психосоматичните болести изчезват като кошмарен сън. Около тялото ви се образува енергийна корона. Под нейното въздействие ще отстъпват всички болести, а ще имате осигурена енергийна защита. Дори най-силният враг няма да е в състояние да ви навреди. Манек казва, че ние губим огромно количество енергия, за да храним себе си. Ако не дъвчехме всичко и запазвахме вътрешната си хармония, потребностите от енергия значително намаляват. Само в Индия вече има над 20 души, които не се хранят поне от 5 години. Неколцина други не го правят от 20 и повече години. В целия свят числото им надвишава 200. Мерки за безопасност- Не увеличавайте визуалния контакт със слънцето с повече от 10 секунди дневно.- Не превишавайте нормата от 44 минути и не гледайте в слънцето по-дълго.- Периодично посещавайте очен лекар, за да пропуснете опасността от някакви усложнения. Манек смята, че когато гледате в слънцето, трябва да стоите боси върху земята. Не върху бетон или камъни и дори не върху трева, а просто върху гола земя. Може да се стои върху пясък или върху пращен път, но не върху балкон. Трябва да сте боси. Мястото, където

приемате слънчевата светлина не трябва да попада в сянка. Ако сте на открито пространство, прекарвайте по час навън веднага след разсъмване или в последния час преди залез.- Не гледайте в слънцето без да свалите поглед от него. Достатъчно е само да поглеждате в него и да запазвате визуалният му образ в съзнанието си. Отпуснете се до състояние на релаксация.- Ако възникнат очни проблеми, Манек съветва да преминете на друг режим - да гледате директно в слънцето 1 сек., после да затворите очи и да го наблюдавате с “третото око”, чакра Аджна. Когато мисленият образ изчезне, отворете очи и погледнете в слънцето отново. Правете го докато мисленият образ на слънцето не се запазва 5-6 минути. За това време и медицинските очни проблеми ще изчезнат и вие ще преминете към нормалната практика. За Манек дългият пост има не само научно, но и религиозно значение. ” Ние не използваме дори 10 процента от възможностите на мозъка си. Когато му обезпечим енергийна храна, нашите способности ще нараснат силно. Всъщност разширеното и просветлено съзнание означават 100 процентно използване на мозъка ни.” Докторът по медицина от Филадельфия Маури Д. Пресман пише, че за човечеството са се появили надежди за излизане от старите граници. Надежди да управляваме телата и мозъка си чрез магнитната и слънчевата енергия. Тази нова опитност ще ни превърне в нова раса, по-съвършена в духовен и физически смисъл. Ще отпаднат необходимостите от скалпел и химически медикаменти, войните, които винаги се водят за територии, върху които се отглежда храна и имат петрол ще станат безсмислени. Ние ще имаме повече време и мотивация за духовни победи и контакти с други светове.

Хира Ратан Манек посети България

Индиецът Хира Ратан Манек (ХРМ), човекът който може да живее години без храна, захранвайки се само от слънчева енергия, посети България. Организатори на посещението са Йога студио „ОМ” и клуб „КОСМОС” от гр. Пловдив. В програмата на Х. Манек бяха включени лекции в големите градове Варна, В. Търново, Пловдив и София. Изказвам моята лична благодарност на организаторите за възможността да видим и се запознаем с този уникален „слънчев” човек. Успях да посетя лекцията на Хира Манек в София. Лекцията бе изнесена на 15.07.2009 г. в сградата на музея „Земята и хората” (нямам информация как са протекли срещите на ХРМ в другите градове). На срещата присъстваха около 1000 души (по моя преценка). Този голям интерес предизвика известно объркване в организаторите и администрацията на музея, но те реагираха бързо и разрешиха на слушателите да се качат на втория етаж. По този начин всички имаха възможност да видят и чуят феномена Хира Ратан Манек. Като цяло лекцията повтори информацията публикувана в Интернет. Нямаше нещо ново и отличително от вече изнесената информация. Това което ми направи впечатление, бе че ХРМ няколко пъти подчерта, че техниката за гледане в слънцето („слънчоглед”) има за цел да подобри физическото и психическото здраве на практикуващия. Това е своеобразен „слънчев пост” за подобряване на здравето, както и да отключи скритите възможности в мозъка на човека. Целта на техниката „слънчоглед” не е да се спре приемането на храна. Друго по-интересно бе това, че според ХРМ гледането в слънцето не влошава зрението. Тъкмо обратното, практиката показва, че зрението се подобрява (при спазване метода на ХРМ). Намаляват се диоптрите, или напълно се свалят очилата. Някои очни заболявания могат да се

лекуват чрез техниката „слънчоглед”. Хората, които не издържат на слънчевите лъчи, могат да практикуват „слънчоглед” като си поставят превръзка от бял плат на очите. Може да се ползват също очила от черен картон с пробити множество малки отвори (от игла) през които може безопасно да се гледа в слънцето. Индиецът говори за „слънчева вода” която може да се използва като допълнително средство за „слънцелечение”. Просто питейна вода се поставя в съд от прозрачно, безцветно стъкло на слънце. Когато водата в съда се загрее, тя вече е „заредена” и може да се пие. Деца до 15 г., бременни жени и възрастни хора могат спокойно да практикуват техниката „слънчоглед”, но с ограничения във времето. Лекцията продължи повече от 1 час. Хира Манек говори през цялото време, без да чете. Думите му се превеждаха от професионална праводачка в симултанен превод. След лекцията ХРМ отговори на десетина въпроса, зададени от публиката. Когато въпросите свършиха, около ХРМ се образува кръг от хора, които му задаваха директно нови въпроси. Успях да се приближа и да го снимам. Въпреки , че Манек бе говорил повече от час и половина, той изглеждаше бодър и във добра форма. Сух, стегнат възрастен мъж (72 г.) той не показваше следи от умора или напрежение. На въпроса ми „Какво става със съня при продължително практикуване на техниката „слънчоглед”? индиецът отговори, че той спи нормално и няма проблеми със съня. Хира Манек спи около три часа в денонощието. В заключение ще кажа, че Хира Ратан Манек е един уравновесен човек. Той искрено желае да сподели своя опит с хората от цял свят. Слънчевият човек прави това съвсем безплатно, както слънцето свети за всички и дарява светлина и живот, така и слънчевият феномен Манек смята за свой дълг да сподели опита си със света. За мен това е един жив човек дошъл от бъдещето. Един човек от бъдещата шеста , а защо не и от седмата раса ?

„Всичко е светлина, ако ти можеш да съгстиш светлината, ще имаш храна . . . Хиляди години могат да минат, но хората ще се хранят със светлина. Това ще бъде един голям успех. Аз мисля, че едва след 2100 година, може да се създадат условия да се храни човек със светлина . . .” Учителят Петър Дънов „Живият хляб” 1932 – 1933 г.

<http://biozemedelie.com/храни/енергията-на-слънцето-интервю-с-индие/>

Енергията на Слънцето – интервю с индиеца Х. Р. Манек

Filed Under: Екология, Здраве, Храни on July 23, 2010

Интервю на Живко Стоилов с Х. Р. Манек специално за сп. Житно зърно

Житно зърно: От кога и как започнахте Вашите експерименти със слънчевата светлина? Можете ли да се представите на нашите читатели?

Хира Р. Манек: Благодаря! Започнах да се интересувам от практиката със Слънцето от 25 годишен, когато бях при Майка Мира в ашрама на Шри Ауробиндо. Тогава започнах да чета и да правя свои собствени наблюдения и проучвания относно най-различни практики, свързани със Слънцето, които могат да се срещнат при различни култури, различни хора, в различни свещени текстове по цял свят. В продължение на 30 години само събирах данни и впечатления за слънчевите практики. Когато станах на 55 години започнах с практиката „sungazing”, която сега преподавам по цял свят, и за 3 години постигнах голям личен успех. Тази практика е позната под различни имена: сурия намаскар, слънчева или соларна йога, аполотерапия, хелиотерапия и т.н.

Публикувано изображение Ж.З.: Какви физиологически промени почувствахте в тялото си, когато започнахте да практикувате? Какво се случи? Регистрира ли се промяна в храносмилателната или в отделителната Ви система, например? Въобще какво Ви е отношението към тялото?

Х. Р. Манек: Най-големият проблем на човечеството е душевното здраве. Умът ни не е балансиран, никога не мислим позитивно, животът ни винаги е придружен от страха, имаме толкова много пороци и слабости... Чрез тази „sungazing” практика първо се сдобих с прекрасно душевно здраве, започнах да се радвам на душевен мир, който стана постоянен в живота ми. Същевременно практиката се отрази и на физическото ми тяло – мързелът, липсата на енергия изчезнаха. Даже и на годините, в които съм сега, се чувствам отлично – пътувайки по света, никога не се изморявам, пълен съм с енергия. Не се появиха никакви огромни промени нито в храносмилателната система, нито където и да е в тялото, не, това не е от значение в случая. Всички части на тялото ми се радват на прекрасно здраве, заредени са с енергия. Животът ми се поддържа основно чрез енергията на Слънцето.

Ж.З.: Имате ли някаква специална медитация или практикувате единствено „sungazing”?

Х. Р. Манек: Това е моята медитация. Практиката „sungazing” по естествен път те води към дълбока медитация. Какво е медитацията всъщност? Ние сме в медитация, когато не сме обезпокоявани от мисли, произхождащи от начина ни на живот. А когато практикуваме „sungazing”, ние ставаме способни да сме в състояние на 24 часа, постоянна медитация. И това е най-хубавата част от практиката. Наричам я „непрекъснатата медитация”, тъй като постоянно продължава, никога не свършва.

Ж.З.: Да разбирам ли, че за Вас медитацията е спиране на мисълта или спиране на пречещите ни мисли?

Х. Р. Манек: Мислите никога не спират. Те ще идват, докато мозъкът функционира. Докато живеем, ще имаме мисли. Но чрез „sungazing” мислите престават да бъдат ужасяващи, а божествени и даже мислите, засягащи ежедневни рутинни дейности, ще бъдат също божествени.

Ж.З.: Появиха ли се промени във вашата възприемчивост и чувствителност? Развили ли сте шесто чувство или нещо подобно чрез практиката? Учителят Петър Дънов говори, че в бъдеще човек ще развива все повече своите потенциални възможности.

Х. Р. Манек: Да, има толкова неща, които физическото тяло може да направи. Например, ние гледаме чрез очите си, говорим чрез устата си, но човек ще развие способността да вижда и говори чрез пръстите си. Всички тези възможности съществуват в латентно състояние и тяхното развитие отнема време, тъй като е свързано с духовния напредък на човека. Но ако такива неща се случат естествено при някой, най-добре ще е да ги приеме. При мен се изостри интуицията – знаех какво предстои да се случва, знаех с какви хора ще се срещна... Но тези неща е много трудно да се обясняват и често се разбират

погрешно, затова не се занимавам да обяснявам подобен род „сиддхи” или т. нар. необикновени човешки способности. Моята настояща цел в света е да преподавам как можем да укрепим здравето си; а здравето е един от най-големите проблеми на нашето човечество. И така, човек може да си изгради съвършено здрава аура, енергийните кръгове около тялото ще са мощни. Тази аура може да бъде фотографирана. Сега съществуват толкова много устройства, които могат да заснемат или отчетат ауричното поле на, кое и да е физическо тяло.

Ж.З.: Мислите ли, че хора, които нямат интерес към духовното, не вярват в Бог или са материалистично настроени, могат да имат успех с Вашата практика?

Х. Р. Манек: Аз се опитвам да дам нова концепция за това що е духовност. Някои хора вярват в Бог, други не вярват. Някои вярват в духовното, други – не. Но дори и тези хора, които вярват или имат някаква духовна практика, първо трябва да са здрави физически и психически. „Sungazing” практиката улеснява духовния път. Всеки на този свят се нуждае от здраво тяло и здрава психика. Докато духовността вече е личен избор. И така, когато хората започнат да практикуват „sungazing” и придобият първо – физическо, после – психическо здраве, по естествен начин автоматично се обръщат към духовното. Този, който се радва на физическо здраве и на психичен мир, спонтанно става духовен. Ето, затова отдавам много по-голямо значение на резултатите от практиката, свързани със здравето. Всеки може да практикува, за да бъде по-живен и по-здрав. А когато сме идеално здрави, природата на тялото ни естествено се обръща към духовното. И така, с или без духовни идеи, тази практика може да бъде прилагана и ще последват положителни резултати.

Ж.З.: Учителят Беинса Дуно е предсказал, че човечеството ще започне да използва повсеместно слънчевата енергия след 2100 години. И тогава хората ще спрат да ядат и ще започнат да се зареждат с прана. Какво мислите по този въпрос?

Х. Р. Манек: О да, това започва бавно да се случва. Знаем, че съвременният свят е изправен пред сериозни индустриални и икономически проблеми. А всички те могат да се разрешат чрез използването на този неизчерпаем източник – слънчевата енергия. Световната икономика като цяло е в криза, цените се вдигат и хората се опитват да намерят ефикасни начини за тонизиране и лечение на тялото, без да изразходват много средства, без да използват лекарства, без да се подлагат на ядене или на гладуване. Хората ще могат да укрепват телата си посредством този тип слънчеви практики. И така, даже и в нашето съвремие неговото предсказание се сбъдва на 100 %.

Ж.З.: Всъщност не сме сигурни както точно е казал Учителя – дали „след 2100 години” или „след 2100-тната година” това ще се случи, защото го нямаме записано точно.

Х. Р. Манек: Което и от двете неща да е казал, ние сме свидетели, че то е започнало да се случва. Даже от 2000 година много хора вече са заинтересовани от Слънцето. Лично аз през 2000 година направих важен експеримент, свързан

със „sungazing”. Нека не се интересуваме от точната година, а от същината на това, което е казал, защото виждаме, че точно това се случва стъпка по стъпка.

Ж.З.: Каква е вашата визия за еволюцията на човечеството?

Х. Р. Манек: Моята визия е, че човечеството върви към по-добър период. В Индия го наричаме Сатйя Юга – епохата на Истината. Сега в света съществуват много проблеми, но с времето те ще се разрешават. В епохата на Истината ще настъпи мир и просветление, човечеството ще бъде пропито с енергиите на любовта, милостта и милосърдието, ще настъпи световен ред на съглашение.

Ж.З.: Запознат ли сте с учението на Исус Христос и Неговата мисия.

Х. Р. Манек: Да, познавам учението Му и Неговото предсказание, че ще се въдвори Царството на Любовта – хората ще започнат да гледат един на друг като на братя и няма да има повече нещастия в света. И това се случва в нашите времена. Чрез практиката „sungazing” малко по малко започваме да усещаме присъствието на тази вечна, непреривна енергия – Божествената Любов, тъй като Слънцето е именно неин проводник. Слънцето може да ни настрои на честотата на Божествената Любов.

Ж.З.: Разкажете за резултатите от изследванията, които ви правиха в САЩ, напр. тези на д-р Маури Пресман. Какво всъщност откриха?

Х. Р. Манек: Откриха, че човек може да живее много дни без традиционната храна, само на слънчева светлина и вода, и пак да остане силен и здрав. Подобно откритие може да има голямо приложение при провеждането на космически експерименти и пътешествия. Екип от учени от Университета „Томас Джеферсън” и Пенсилванския Университет, които ме изследваха, в това число Андрю Нюберг и д-р Георг Бренард, бяха спонсорирани от НАСА по иновационен проект за въздействието на светлината върху човешкото тяло. Някои учени бяха директно, други – индиректно включени в изследването.

Ж.З.: Колко дни бяхте под наблюдение и без храна?

Публикувано изображение
Х. Р. Манек: Продължителността на експеримента беше 130 дни. Но съм имал и по-продължителни периоди на наблюдения. Най-основният експеримент с мен се проведе малко по-рано в Индия, от международен екип от учени, в това число д-р Сидхир Шах и д-р К. К. Шах. Тогава останах 411 дни пак само на вода под постоянно 24 часово лекарско наблюдение.

Ж.З.: И те са открили, доколкото зная, че епифизната Ви жлеза се е увеличила.

Х. Р. Манек: Да, това беше основното им откритие, че епифизата ми е двойно по-голяма от нормалния за човека размер и че е станала много по-активна и жизнена.

Ж.З.: Какво е Вашето лично обяснение за случилото се с Вас? Според Вас кой орган преобразува светлината в жизнена сила за човешкото тяло?

Х. Р. Манек Всичко в този свят е кондензирана светлина, в това число и човешкото тяло е светлина. Даже и учените вече се съгласяват, че човешкото тяло е кондензирана светлина и може да се храни със светлина. И това е, което казвам на хората – човешкото тяло е светлина, може и трябва да приема светлина, тогава всички органи в нашите тела ще започнат да се хранят със светлина и стават светлина, пълни с енергия, и точно чрез светлината може да намерим просветлението.

Ж.З.: Но ние не знаем със сигурност механизма на преобръщането...

Х. Р. Манек: Много е трудно да се каже какъв е точно механизмът. За сега, нека просто сме щастливи, че нещата се случват така – приемайки светлина, просветляваме. Това е най-същественото. Как точно става, все още си остава загадка, при всеки човек се случва по индивидуален път, но факт е, че се случва.

Ж.З.: Г-н Прахлад Джайн, твърди, че посредством определена техника с езика произвежда божествената есенция, амрита, с която се хранят тялото си.

Х. Р. Манек: Да, това е „кечари Видя” или „кечари мудра”. Езикът натиска определена точка зад небцето в гърлото. Да, има такива хора, които хранят тялото си с амрита (бел. ред. -„божествен нектар”). Но тази техника много малко хора могат да я практикуват, тъй като е трудна и изисква огромна концентрация – да извиеш езика си към гърлото и да го накараш да докосне определена точка там... Аз не уча хората на такива сложни и напрегнати техники, а как чрез най-лесната и достъпна техника да постигнат същото. Всеки може да практикува „sungazing”, без да има нужда от специална подготовка или от постоянното присъствие на компетентен учител.

Ж.З.: Бихте ли направили едно важно уточнение за нашите читатели относно „sungazing” практиката – Вие казвате, че има разлика между това да се стъпва бос върху почва и да се ходи бос върху трева? В какво се състои тази разлика?

Х. Р. Манек: Ходенето върху трева изстудява тялото. А когато изстиваш, губиш енергия. Затова казвам на хората, които се интересуват от точното протичане на енергиите – не ходете боси върху трева, а само върху почва. В почвата има много акумулирана слънчева енергия. Така че, когато ходите по тревата, нямате директната подкрепа на земята. Това (ходенето по трева – бел.ред.) се препоръчва само ако искате да неутрализирате в себе си неблагоприятните, тамастични (инертни – бел. ред.) енергии. Но когато започнете да се занимавате със „sungazing”, натрупвате повече енергия в тялото и ходенето върху трева вече не е предимство.

Ж.З.: Но Паневритмията е препоръчително да се изпълнява точно върху трева. Това според Вас правилно ли е?

Х. Р. Манек: Ако практикувате нещо при определени обстоятелства, няма проблем. Когато умът приеме дадено нещо, то не може да навреди. Единствено, ако стриктно искате да изпълнявате „sungazing” практиката, тогава ходенето по тревата не е препоръчително.

Ж.З.: Тези, които имат опитности с постенето, знаят, че човек има две основни пречки за преодоляване. Едната е физическа – гладът. Но следва втората пречка, която има чисто психологически произход – необходимостта от усещането на храна чрез езика в устата, което по определен начин е свързано с чувството за страха от смъртта. Тя се оказва много по-трудна. Мислите ли, че тази необходимост да усещаме храната, е дълбоко вкоренена в мозъка и до каква степен човек може да се освободи от нея по време на пост?

Х. Р. Манек: Да, тя е много дълбоко вкоренена и когато правите насилствен пост, ще срещнете големи трудности в това отношение. Но ако гладът естествено изчезне от вас, тогава просто няма да имате подобни проблеми при постене. Това, което препоръчвам, е да не се впускате в насилствени гладувания. Първо се уверете, че постът става ваше естествено състояние и тогава продължете с него.

Ж.З.: Има хора с опитности във фините енергии, напр. усещат енергията Кундалини на определено ниво. Каква Ви е препоръката за такива хора с пробудени вече по един или друг начин сетива? Трябва ли да променят нещо в техните практики, ако започнат да практикуват „sungazing“; би ли могла да им бъде полезна тази практика по някакъв начин или просто нямат нужда от нея?

Х. Р. Манек: „Sungazing“ практиката може да е от голямо значение за събуждането на кундалини (вътрешната енергия – бел. ред.), тъй като става въпрос за енергия. Слънчевият възел е същата тази енергия. Той има връзка със Слънцето. Кундалини е под слънчевия възел, те са свързани. Така че, ако искате да събудите кундалини лесно, то „sungazing“ практиката прави чудеса в това отношение. Другите практики изискват своето си време, имат си съответните усложнения, проблеми, които се избягват чрез „sungazing“-а.

Ж.З.: Кога и как разбрахте за Омраам Микаел Айванхов?

Х. Р. Манек: Не мога да кажа точно, защото когато хората разбраха за опитите ми със „sungazing“-а, започнаха да ми изпращат много информация от цял свят. И тогава чух за този Омраам Микаел Айванхов и прочетох някои негови книги. Неговите книги са достъпни дори и в Индия на английски.

Ж.З.: Вие препоръчвате на първо място суродоядството? Но повечето хора все пак готвят храната си.

Х. Р. Манек: Всичко е въпрос на личен избор. Никой не може и няма право да налага това или онова на хората. Ние просто предлагаме това, което ние чувстваме, че е добро. Въпрос на индивидуален избор е дали да се приеме или не. Нищо наложено чрез насилие няма да даде резултат. Нещата се случват по пътя на хармонията и позитивното убеждение, тогава хората могат да разберат...

Ж.З.: Сходните страни между това, което видяхте в Бялото братство и това, което вие проповядвате?

Х. Р. Манек: Ползите от практиките са сходното. Практиките на движението на Бялото братство, танците и всичко останало се прави с определена цел, която е същата, която и аз проповядвам. Единият начин е пътят на традицията, на сърцето, а моя път е научен, без да изисква някаква вяра...

Ж.З.: Имате ли някаква специална цел, която сте си поставили в бъдещето, основаването на центрове и т.н.?

Х. Р. Манек: Не, нямам за цел да основавам центрове, защото не е необходимо. Практиката е много проста. Индивидът е сам за себе си център. Целта ми е само да разпространявам това послание сред хората по цял свят чрез интернет, чрез пътуванията си...

Ж.З.: Постоянно ли пътувате. Имате ли нужда от почивка?

Х. Р. Манек: Аз пътувам постоянно за последните 9 години. 7 до 8 месеца аз съм на Запад, а през останалото време на Изток. Винаги съм на път. Много рядко в къщи. И това е през цялата година.

Ж.З.: Чувствахте ли в детството си, че сте по-особен, нещо специално?

Х. Р. Манек: Не, не съм имал такова усещане чак до 55-та си година. Дори и сега не се чувствам необикновена личност. В края на краищата това е практика за здравето. Има толкова много здравни практики по света, така че аз не съм различен, просто се опитвам да дам по-научно обяснение на тази древна практика.

Източници:

Сп. Житно Зърно

Порталът към съзнателен живот – www.beinsadouno.com

<http://www.spiralata.net/kratko/articles.php?lng=bg&pg=1225>

Интервю с феномена Зинаида Баранова

От дълбока древност и до наши дни е известна особена категория хора, които са способни да живеят без храна и вода. Най-известна в Русия от тези хора е Зинаида Баранова.

В това интервю участват З.Баранова и Ал.Клюев.

З. Баранова.

Бих искала да „разведря” обстановката с лозунга:

„АКО НЕ ТРЯБВА, НО МНОГО ГО ИСКАШ, ТОГАВА МОЖЕ”

Аз съм много щастлива, че съм в такава топла обстановка, и ви благодаря за поканата да присъствам сред вас. Казвам се Зинаида Григориевна Баранова, но

обичам да ме наричат просто Зинаида. По същество интересът към мен е не само като към човек, който следва духовен път /днес го правят много/, а като към човек, достигнал определена степен на усъвършенстване по пътя на извисяване към Бога, когато е достигнато състояние на обединяване с енергиите на макрокосмоса, позволяващи на моя микрокосмос да се задоволява без физическа храна и течности.

Накратко за това, как стана възможно. По едно време аз се захех с търсене на нетрадиционни пътища и способности за лечение и оздравяване. Проведох очистване на организма си по Малахов и Семьонов, следвах пътя на П.К. Иванов /ходене с боси крака през цялата година, студени обливания, въздържане от храна и др./. Всичко това в определена степен, доведе до оздравяване на моя организъм. После започнах да помагам на хората, споделяйки изпитаната от мен оздравителна практика. Така започна етапът на моето служене.

Самият процес на оздравяване на моя организъм ставаше, основно насън, когато висшите енергии овладяваха тялото ми и правеха в него своеобразните си хирургически операции. При това аз продължавах вегетарианския си начин на живот /соеви продукти, растителна храна, трици и др.п./. В този период започна балансиране на тънките тела, чувствах и запалване на енергийните центрове /чакрите/. В един такъв момент на работа над енергийните центрове Свише /с вътрешен глас/ ми бе предложено да премина на водно-бульонен режим на хранене. Това се случи в 1997 година. В течение на 40 дни аз приемах само чай с мед, соево мляко, растителни бульони. В течение на първите две седмици теглото ми синхронно се намаляваше с половин килограм на ден /седем килограма за две седмици/. По нататък теглото ми се стабилизира и се задържа на 70 килограма. Чувство, че губя сила или нямам сили не изпитвах, но по кожата ми на някои места /като на седалището и гърдите/ в резултат на очистителните процеси се появиха нетърпимо смърдящи образувания от корички. Да се избавя от тях ми помогнаха вани с билкови отвари. Намирайки се в режим на водно-бульонно хранене, аз пътешествах из страната: седмица на езерото Байкал, после заминах при дъщеря си в Благовещенск, оттам в Новосибирск, и накрая в Москва. Цялото ми придвижване беше с пълно туристическо оборудване. След тези четиридесет дни аз отново се върнах към обичайното си вегетарианско хранене, което не закъсня да се отрази на теглото ми: то започна стремително да расте. Към пролетта на 2000 година тежах близо 90 килограма.

Тази пролет пак /в март 2000 година/ ми бе препоръчано Свише да пробвам да живея без храна. Точно тогава започвах и Великите пости, и аз с голяма радост влязох в процес на гладуване. Имах един единствен въпрос – трябва ли да пречистя червата си? Вътрешният глас ми отговори, че те ще се изчистят самопроизволно без външно въздействие. След две седмици от началото на гладуването ми бе препоръчано отново да се въздържа от приемане на течности. От този момент започнаха трудностите, които се наложи да преодолявам с усилие на волята. В моя организъм продължаваше дълбочинен процес на очистване. Физически беше много трудно. Възникваха конвулсии, спазми, вътрешно „трептене”, вибрации. Преместването в пространството ставаше предимно хоризонтално, да се изкача по стълби беше практически

невъзможно. Понякога ми ставаше страшно. Ако това не беше препоръка Свише, а само мое желание, незабавно щях да преустановя всичко. А така разбирах, че ще издържа. Примерно след месец всичко се нормализира.

По мое мнение, в периода на прекратяване приемането на течности белите дробове предават дихателната си функция на кожата и поемат грижата за снабдяването на организма с течности. От този момент моят организъм в течение вече на две години съществува без храна и течности. Това не е „сухо“ гладуване – това е начинът ми на живот. Моят организъм се храни, но от други източници. Сега моето тегло е стабилно и е в рамките на 73 килограма. Нима това е от глад? Това не е преодоляно чувство на глад, когато ми се иска да ям, а да не ям. Аз с удоволствие готвя за гостите си, без да изпитвам желание да пробвам храната. При мен няма загуба на сили, имам прекрасно настроение, мога да нося раница от 65 килограма в пълен обем, с една дума, всичко е както при всеки обикновен човек. Вярно, когато започнат процеси на интензивно преобразуване /работата на низходящата Еволюционна Енергия в тялото/, аз трябва 2-3 дни да бъда във физически покой, доколкото в мускулите, ставите и костите нещо се случва, и всякакви натоварване за тях е противопоказно.

Въпрос към З. Баранова: Кога решихте да започнете оздравяване на организма, при вас е имало някакви проблеми със здравето ли?

Да, имах много големи проблеми със здравето. През 1980 година загина осемнадесетгодишният ми син. Това нещастие напълно съсипа здравето ми. Аз получих втора група инвалидност поради цял букет от болести и веднага започнах да търся нетрадиционни методи, за да се избавя от недъзите и да ги прилагам на практика. Резултатите не закъсняха да се появят. Така се оказах в днешното си състояние - способна да живия без физическа храна и течности. И за пръв път тук, в Москва се намери човек, който се зае да обясни опита ми от гледна точка на нетрадиционен подход за лечение на заболяването. Това е присъстващият тук Ал. В. Ключев, лекар, кандидат на медицинските науки, президент на фонда „Съзнателна еволюция на човека“. Давам му думата.

А. В. Ключев: Уважаема Зинаида Григоревна, аз ще се опитам да коментирам вашия „феномен“ от гледна точка на лекар и човек, много време занимаващ се с проблемите на еволюцията. Възможно е след моето изказване част от въпросите, възникнали у аудиторията да отпаднат.

Аз съм лекар-психофизиолог, работя като началник отдел в Междудържавния авиационен комитет, занимавам се с разследване на тежките произшествия в частта им изучаване ролята на „човешкия фактор“ в авиационната аварийност. Що се касае до духовната ми работа, то в течение на 12 години аз следвам Пътя на Съзнателната Еволюция. Това ми позволява някак отвътре да наблюдавам трансмутационните процеси, които се извършват в организма и психиката на хората, следващи пътя на духовното усъвършенстване. Моят собствен практически опит, опитът на Зинаида, на хората, по моя препоръка следващи Пътя на Съзнателната Еволюция, опитът и откровенията на Великите Учители на човечеството – всичко това позволява да се формулират строги психо-физически закономерности за придвижване по Пътя, които се проявяват при всички, без изключение, хора, съзнателно работещи в това направление. По този

начин, бяха поставяни основните жалони, предаващи на търсещите, по степента на тяхното прохождение, увереност в правилността на придвижването по Пътя на Съзнателната Еволюция. Всички изменения, случващи се в съзнанието на искрения търсач на Истината, имат достатъчно точна закономерна последователност в проявленията.

Измененията в организма на Зинаида, безусловно, се вписват в определена канава на психофизиологическите етапи по Пътя на Съзнателната Еволюция, а сам по себе си „феноменът“ преживяване без приемане на физическа храна и течности – това е проявяване на закономерен факт от нашето еволюционно Бъдеще, което се ражда вече днес. Сега ще се опитам да изложа пътя на Зинаида от научна позиция за еволюционните закономерности в изменение индивидуалното съзнание при хората, съзнателно следващи пътя на духовно усъвършенстване. Днес при мен са данните, позволяващи достатъчно обективно да се оцени състоянието на Зинаида, както от позиция на традиционната медицина, така и от позиция на еволюционната психофизиология.

Зинаида – това е човек много интересен от всяка гледна точка. Родила се в самия разцвет на съветския период, била материалист до мозъка на костите си, и известно време даже е заемала пост на секретар на първична партийна организация на голям научно-изследователски институт. Омъжила се, родила дъщеря и син, който, както тя вече спомена, трагично е загинал през 1980 година. След гибелта на сина си Зинаида дълго време пребивава в тежка депресия, нейното общо състояние се влошава по всички параметри. Възникнали дълбоки разстройства на сърдечно-съдовата дейност, патологични изменения на костно-ставния апарат и в редица вътрешни органи. Фактически и юридически тя станала инвалид втора група по състоянието на сърдечно-съдовата си система. Осъзнала пълната несъстоятелност на медикаментозните лечебни мероприятия, Зинаида решила със свои сили да поправи здравето си, кардинално изменяйки живота си. Било е през 1990 година.

От града тя отива в селска местност, в предпланините на Кавказ. Там се заема с отглеждане на естествена храна, любовала се на цветята, с една дума, тясно общува с Природата. Всички видове работа в участъка си за индивидуално ползване Зинаида изпълнявала с огромна любов към майката Природа, буквално се сливала с нея от душа и тяло. В тези периоди нейното активно съзнание, цялото ѝ съществуване не се „реело“ в мисли за миналото и бъдещето, а се намирало непосредствено в процеса на изпълнение на една или друга работа, т.е. пребивавало в реалното време – „тук и сега“. Именно това състояние – състояние на пребиваване в реално време – обезпечава пряк контакт с низходящата Еволюционна Енергия, по чудноват начин преобразяваща цялото човешко съществуване. И още Зинаида се занимавала със закаляване по метода на П. К. Иванов: обливала се със студена вода, ходела през цялата година боса и т.н.

Паралелно с оздравителните мероприятия тя водила и усилена духовна работа. Тя не по-малко от седем пъти чела и осмисляла Евангелието, опитвайки да вникне в понятието „Бог“. После преминала през: „Агни-Йога“, „Основи на миросгледа от Новата Епоха“ на Клизовски и друга духовна литература. Тази своеобразно медитативна работа също е позволила да се установи пряка връзка с низходящата Божествена сила, която чрез златния си поток през фонтанелата

на главата влиза в нашето тяло. Това е онази същата Божествена Сила, оня същият преобразяващ Дух, за чието предстоящо пришествие е говорил Исус Христос на своите ученици. Напомням, че на низходящата дъга на еволюцията, в епохата на потъналото в материалност човечество, е преобладавал възходящ ток на Енергията, и при максималното потъване е настъпило пълно енергийно затишие, а днес вече е дошло време за активна работа на низходящата Еволюционна Енергия.

На време започнала духовна работа, Зинаида, по същество, приела „огнено кръщение”, т.е. физически усетила низхождението в тялото си на Божествената Сила. При установяване на контакт с Божествената Енергия, влизаща в тялото през енергийния център над фонтанелата на главата, възниква характерен шум в ушите, периодичноменящ своята тоналност, усеща се низходящият електрически ток надолу по гръбначния стълб, който се разсейва по периферията на тялото и др. За Зинаида тези усещания стават знак за висше ръководство и тя отчетливо осъзнава, че покрай всичко друго, Бог още е и Енергия. И действително, струва си да се отдадеш и подчиниш на тази Сила – всичко ще е така, както трябва да бъде.

Подчертавам, че усещането само на низходящия ток на енергията, може да служи като знак за ръководство Свине, всички други усещания за контакт с енергии в пространството, включително и гласове на така наречените учители – виталните учители от не много висок ранг – са лъжливи. Когато хората говорят за свои вербални контакти с учители, то може сто процента да се твърди, че това е контакт с виталния свят – света на двойственост и красива лъжа. Виталното ръководство – не е висше ръководство - затова се предпазвайте от гласове на учители!

Обладаването и медиумизма – са резултата от тясно общуване с виталните учители. Истинният Учител е само един, и неговият глас може да бъде чул само в собственото сърце, който е необходимо да се открие, следвайки Пътя на Съзнателна Еволюция.

Известен период /до 1993 г./ Зинаида осъществявала смесено хранене: употребявала в храната си месо и риба. През това време благодарение на духовния си растеж и оздравителните мероприятия, състоянието на здравето ѝ значително се подобрило. От 1993 г. Зинаида преминала на чисто вегетарианско хранене. С течение на времето практически всички телесни недъзи изчезнали. Тук ние имаме факт на вълшебно изцелително действие на низходящата Божествена Сила /Еволюционната Енергия/, хармонизираща работата на всички наши органи и системи. Откриването на тази Сила и установяване с нея на траен контакт – е залог за интегрирано психическо и физическо здраве. Причините за всичките ни беди и недъзи се коренят в неусвояването на тази Енергия, в нашата постоянна затвореност в пашкула на егоистичното съществуване. Въпреки това, Еволюционната Енергия с всички позволени и непозволени средства се опитва да проникне в нас. Понякога това ѝ се отдава, обаче ние не сме в състояние напълно да я усвоим, и затова възникват различни психически и соматични заболявания. Зинаида на практика се е убедила в животелната сила на тази Енергия – станало чудновато изцеление на организма ѝ от множеството недъзи.

Както вече разказа Зинаида, през юли-август 1997 година, по препоръка Свише /по зова на вътрешния си глас, че трябва да направи именно така/ тя преминава на водно-бульонен режим на хранене. Това продължило 40 дни. Изпитът е взет успешно. Кое е най-важното, в онзи период - тя често усещала вибрационните колебания по гръбначния си стълб, а в клетките на тялото периодично възниквали клетъчни вибрации. Тези явления са резултат от прекия контакт на организма с нарастващ поток низходяща Еволюционна Енергия. Увеличаването на напрежението в потока се извършва точно толкова, колкото организмът е способен безболезнено да усвои. Мъдрото ръководство Свише не допуска нищо излишно, ако човекът напълно му се довери. Никакви специални форсирани методи за снемане на енергията в тялото не са нужни - всичко става естествено. Широко разпространените днес психо-енергийни тренинги могат да провокират неконтролируем пробив в тялото на поток с високо напрежение, което довежда до необратими разстройства на телесното здраве, пълно разбалансиране на психиката, клетъчен страх и невъзможност в бъдеще безболезнено да се асимилира /усвоява/ Еволюционната Енергия. Няколко такива човека са се обръщали към мен за помощ. При някои възниква чувството за тотален страх и физическа отделеност от тялото или някои негови части /глава, ръце, крака/ от съзнаващото ги „Аз”. Някои се жалват от нетърпими болки в мускулите, костите или ставите, от силни спазми в крайниците, чак до псевдопаралич и др.п. Корекцията на тези състояния е съпроводена от определени трудности - парализиращият страх на клетъчно ниво пречатства дори нежното разслабващо енерготерапевтично въздействие. Колкото повече време е изминало от момента на психо-енергетичната травма, толкова е по-трудно да се нормализира състоянието. Съветвам всеки добре да си помисли, преди да се остави в ръцете на онзи, който се занимава с „развиване” на енергиите в чакрите и обещава в кратък срок да направи от вас духовен супермен!

Така, при Зинаида по естествен начин се е извършила хармонизация на функционирането на седемте основни енергийни центъра /чакри/. Следващият етап на работа по Пътя е бил за нея съвсем не приятен. В течение на девет месеца тя работила, по думите ѝ, „над негативните мисли”. Сам по себе си процесът на пробуждане на крайно негативни мисли е закономерен и напълно обясним. Когато низхождащата Еволюционна Енергия започне своята работа в подсъзнанието на търсеция, където се съхранява цялото ни негативно минало, включително и агресивното животинско наследство, се извършва последователно изплуване на повърхността на активното съзнание на негови елементи. За търсеция, това е като студен душ. До сега той е считал себе си за духовно издигната личност, неспособна да произведе на светло нито една размирна мисъл, а изведнъж върху му се стоварват лавина от всевъзможни пакости, един вид, сякаш не му принадлежат. Както казва Зинаида, никога не си е мислила, че представлява от само себе си такъв „сметосъбирач”. Нали някакъв път на самоусъвършенстване вече е изминат, успехите са налице, и изведнъж това...Има за какво да се отчаяш. Струва ти се, че цялата духовна работа е отишла на вятъра. У търсеция се създава впечатлението, че да се бори с това практически е невъзможно, но Зинаида смело встъпва в бой.

Тази работа ѝ отнема точно девет месеца. На всяка негативна мисъл /осъждане, негодуване и пр./ тя трикратно чете „Исусовата молитва” . С други думи, нека са в позитивен план, но тя обръщала внимание на всяка мисъл, неволно подхранвайки енергията ѝ със своето внимание. Зинаида тук с мен може и да не се съгласи, но има много по-ефективен и бърз начин за пълното избавление от подобен род мисли – никак не реагираш на тях. Всяка мисъл – това е енергийна формация, изискваща да се храни с внимание, или реализация, която се явява висша форма енергийна храна. На тези формации е важно да обърнем внимание /разкаяние, признаване на греховността си, приемане да се реализират и т.н./. Оставянето им без внимание – е смъртоносно. Когато подобни мисли се издигат на повърхността, те трябва просто да се гледат, и тогава те за пределно кратко време се изпаряват или изгарят в пламъците на Божествения огън, в пламъците на низхождащата Еволюционна Енергия.

След тези девет месеца процесът на работа над негативните мисли бил завършен. В ума станало тихо. Зинаида изпаднала в нирвана, изпитвайки истинско блажено състояние. Препятствия за проникване на низхождащата Еволюционна Енергия в тялото ѝ нямало, и тя /тази Енергия/ започнала своята невидима работа по разкриване на психическото същество /душата/. За това не се изисквало много време. В едно прекрасно утро с пробуждането си Зинаида почувствала невиджана досега благодат, тишина, а в очите се проливала струяща бяла светлина. Ето това е бил моментът на духовното раждане, моментът на пълното разкриване или раждане на психическото същество. Девет месеца, работейки над негативните мисли, тя го износила и накрая - свършва се! Внезапно се спуква гнойника на егоистичното съществуване, и от този момент човек става съвсем друг. Процесите, които се извършват в съзнанието на търсеция до този момент, нямат никакво сравнение с акта на духовното раждане. Човек попада в свършено друга среда на обитаване, той отново открива за себе си обкръжаващия го свят и го вижда с очите на новородено. Свършено изумително състояние. Абсолютно безпричинна дълбока вътрешна радост вече не ви напуска. Да се пропусне момента на раждането на психичното същество е просто невъзможно – това е грандиозно събитие, потресаващо цялото човешко същество.

На мен често ми се налага да слушам твърдения на хора, че те вече са се родили в духа си, обаче не могат да опишат самият момент на раждането. Това показва, че за духовно раждане тези хора приемат излизането на индивидуалното съзнание в сферата на Всеобщото Съзнание, в така наречената нирвана. Това събитие обикновено предшества акта на психическото раждане, обаче рядко „излезлите” в нирвана в бъдеще се раждат в духа. Случва се поради самоуспокоението им от достигнатото. Частичната реализация те приемат за пълна – започват да твърдят, че са свързани с Бог, декларират общоизвестни истини, представяйки ги за откровения Свише, правят важни, по тяхно мнение, научни открития, пишат посредствени стихове и др.п. В резултат изгубват контакт с низходящата Еволюционна Енергия, а и затова не могат да се родят в духа.

Сега да се върнем към „феномена” Зинаида Баранова, към онова, което я прави толкова различна от нас. От пролетта на 2000 година тя живее без физическа храна и течности.

Зинаида каза, че процесът от момента на прекратяването ѝ да приема течности е бил твърде болезнен. В какво се състои той? Цялото ѝ тяло се покрило със сълзящи възпалителни петънца, наподобяващи ухапвания от комари. След тях по кожата на мястото на „ухапванията” се появили множествени уплътнения с големина на просено зърно. Най-вероятно е, че с тялото ѝ в най-сложния, критичен период на функциониране /без постъпване на течности в организма през храносмилателния тракт/, са настъпили физиолого-анатомични изменения, позволяващи да се извлича влага от въздуха чрез кожата. Да преживее този извънредно труден преходен период на Зинаида ѝ помогнало абсолютното доверие към Божествената Енергия, която работела в тялото ѝ на клетъчно ниво. Тогава са възниквали и силните клетъчни вибрации в различни групи мускули. После остротата на вибрациите като явление спада. Физиологичните функции на организма постепенно се преустройват, и след два месеца след началото на експеримента Зинаида отново се почувствала нормален човек – нормален от гледна точка пълна адаптация към обкръжаващите я условия.

Преди година Зинаида по настоятелните молби на своите приятели решила да се поинтересува от лекарите, какво се случва с нейния организъм. С тази цел тя преминава диагностично медицинско обследване в катедрата на медицинския факултет на Университета – Дружба на народите при доктора на медицинските науки, професор А. Я. Чижов. Изследването се провело по метода на термоакупунктурната диагностика. Сега ще ви покажа документите, съставени по време на изследването.

„Оценка от резултатите на изследването:

Енергийна активност и енергиен резерв на организма – удовлетворителни.

Баланс на енергийното състояние на каналите - удовлетворителен.

Проблеми с гръбначния стълб – няма.

Първи три канала с максимално нарушена енергетика. Тава са: бели дробове, перикард и задстомашна жлеза. При канала на „белите дробове” има максимален дисбаланс.

Нарушени функции: изхвърляне от организма вода и газове /бели дробове/; защита на сърцето /перикард/; храносмилане и хармонично разпределяне на хранителните вещества в организма /далак и задстомашна жлеза/; почистване на организма/черен дроб/.

Състояние: външна Среда в болестно състояние. Организмът, в повечето случаи не може да се противопостави на външни неблагоприятни фактори. Състояние на вътрешна Среда нормално.

Заклучение на професор Чижов по резултатите от обследването на Зинаида Баранова:

Уважаема Зинаида Григоревна!

Направено ви е обследване на функционалните системи на организма по метода на професор Собачкин – термоелектропунктурна диагностика. При вас за деня на обследването се отбелязват удовлетворителни енергийни резерви и баланс на енергетиката. Артериално налягане 112/74мм., пулс 54 удара в минута, ритмичен, задоволително пълнене и напрежение. Кожа с нормална влажност, бледо-розов цвят. Отчетлива руменина на бузите. Тургорът на кожата не е изменен.

Предвид, че вие живеете, по вашите думи, без храна от 26 март 2000 година и без вода от 18 април 2000 година, вашият организъм на 28 април 2001 година се намира в задоволително състояние, и, възможно, изявените нарушения са отражения от адаптиращото пренастройване на организма.

Нарушени функции: изхвърляне от организма вода и газове /бели дробове/; защита на сърцето /перикард/; храносмилане и хармонично разпределяне на хранителните вещества в организма /далак и задстомашна жлеза/; почистване на организма /черен дроб/.

Понастоящем при вас има нормален фон на общата активност. Нормална емоционална активност. Консерватизма и новаторството са балансирани. Хармонията на емоционалното състояние е задоволителна.”

По повод на гореизложеното може да се каже следното. От позицията на традиционната /класическа/ медицина състоянието на здравето на Зинаида /изхождайки от данните на обективното обследване на макро ниво/ може да се оцени като изразена степен патология на редица органи и системи. Обаче нейната физическа активност и емоционално състояние абсолютно не съответстват на това. Какъв е проблемът?! За да отговорим на този въпрос да се обърнем към данните от обследването на Зинаида на микрофункционално ниво /адекватно вибрационно ниво/, проведено през януари на 2001 година в София от българския специалист Иван А. Тодоров. Изрисувана е потресаваща картина.

„При Зинаида Григоревна се наблюдава висока вибрационна активност на сърдечно-съдовата система, кръвта, централната и вегетативната нервни системи, имунната система, нейроендокринната и лимфната системи, костно-ставната система и гръбначният стълб, мускулите, всички органи на чувствата, половата система като цяло, всички чакри и, особено, на собственото тънко тяло. В същото време се забелязва значително снижаване на вибрационната активност при храносмилателната система като цяло, стомаха, задстомашната жлеза, жлъчният и пикочен мехури, а също и при яйчниците /при висока вибрационна активност на матката!/.”

На вибрационно ниво се извършва значително снижение активността при онези органи и системи, които практически не функционират и на макро ниво, преди всичко, това касае храносмилателната система. В половата система заслужава внимание фактът, че при значително затруднена функция на яйчниците – органът, пряко свързан с възпроизводство на физическите тела по полов път - функцията на матката – органът, където се извършва износването на плода, е

съхранена напълно. Това означава, че при невъзможност за зачатие на физическо тяло по полов път се съхранява възможността за износването на плода, заченат по някакъв друг, например, „непорочен” начин. Вибрационната активност на матката се запазва на много високо ниво. Този удивителен факт може да свидетелства за това, че в близко време е възможно проявление в човечеството на някакъв друг /преходен/ начин за размножаване на физическите тела. Не е изключена реализацията на библейския способ на зачатие – от „Светия Дух”.

Трансформацията на физическото тяло на Зинаида, в посока изработването ѝ на принципно друг физиологичен способ на функциониране, е очевидна. Установяването на траен контакт с низходящата Еволюционна Енергия е предизвикало дълбока трансформация на тялото на клетъчно ниво. Това е дало на Зинаида възможност напълно да се откаже от приемането на храна и течности, да съхрани оптимален /за новите условия/ обмен на веществата в организма. Съхранението на оптимален клетъчен метаболизъм, обезпечаващ нормалното съществуване на организма, свидетелства за това, че в биологичната природа не съществува, както твърдят учените-ортодокси, един път завинаги установени закони. Разгръщането на еволюционния процес сред земното човечество е способно да поднесе феноменални сюрпризи.

А сега да разгледаме всичко произтичащо със Зинаида през призмата на механизма – Път на Съзнателна Еволюция.

Първият етап, включващ в себе си избор на Път и начало на съзнателна еволюционна работа, Зинаида е провела в уединение, в селска местност, където практикувала пряко тотално общуване с Природата. Процесът на общуване с Природата е много ефективна форма за активна медитация – медитация „тук е сега”, медитация пребиваване в реално време, което е крайно важно за бързото пробуждане на вътрешните енергии и установяване на трайни връзки с низходящата Еволюционна Енергия, а това е реализацията на втория етап от Пътя на Съзнателната Еволюция.

Скоро след реализацията на втория етап, когато Зинаида започнала работа с духовната литература, нейното индивидуално съзнание напуснало тялото и чрез фонтанелата излязло в „нирвана”. При това тя осъзнавала, че Бог е Енергия, че Той присъства навсякъде и във всичко. По този начин, третият етап на Пътя /”Изход в Нирвана”/ бил извършен. От този момент Зинаида започнала да използва в своята работа на практика молитвата, предаността и пълното си отдаване в ръцете на Всевишния. Цялата себе си без остатък тя подчинила на Волята Божия. Това било не формално отдаване в ръцете на Господа, а отдаване напълно искрено. Само при това условие подобна практика е сто процента ефективна и позволява избягване на сериозните усложнения в работата.

Четвъртият етап от Пътя на Съзнателната Еволюция се характеризира с установяване на траен контакт с низходящата Еволюционна Енергия или Божествена сила. Когато подобен контакт се установи, се проявява характерен начин на работа на тази Енергия в съзнанието на търсещия – редуване периодите на възходи и спадове на съзнанието, когато след блажено единение с Всевишния изведнъж настъпват периоди на мрачно угнетено състояние. При

Зинаида подобно редуване на тези периоди се проявяват много ярко, особено ѝ досаждали напливите на негативни мисли, които, както ѝ се струвало, няма да имат край. Но избавлението дошло - молитвата извършила своето.

Следващият етап – духовното раждане, раждането на психическото същество. То се извършило скоро след избавлението от негативните мисли. Небивала досега благодат, неземна светлина в очите и сълзи на любов към Всичко Съществуващо означавали това събитие. От този момент в сърцето на Зинаида винаги присъствала с нищо непомрачима радост.

С момента на раждане на психическото същество низходящата Еволюционна Енергия започнала активна работа на ниво клетъчно /телесно/ съзнание. Твърде често в клетките на тялото възниквали мощни вибрации. Честотата и интензивността им особено нараснали в периода на пълния отказ на Зинаида от приемане на храна и течности. По този начин, започнало постепенното изработване на тънкото вибрационно тяло.

В процеса на работа един път на месец и половина имало две или тридневни периоди на форсирано низхождане на Еволюционната Енергия в най-дълбоките слоеве на тялото. Тогава Зинаида се чувствала, меко казано, зле.

З. Б.: При мен горепосоченото се изразяваше в това, че в такива периоди аз чувствах себе си като оголена рана. Когато върху мен се оказваше силно енергийно въздействие, аз чувствах такава ранимост, такава оголеност и изкривяване на божествените енергии, които се докосваха до мен, че не можех да понеса никакви контакти с обкръжаващите ме хора. Дразнеше ме всяка дума, всеки жест, даже мълчанието. При което аз се изпълвах със състрадание, болка и сълзи. Аз не се обиждах на тези хора, аз разбирах, че те не могат да бъдат други, но тази болезненост на възприятието е невероятно силна. На мен ми се е искало да се свра в някаква дупка и никого да не виждам и нищо да не чувам. После това състояние отминава и се връща обичайното радостно възприятие на обкръжаващия свят.

А. К.: Онова, за което говори Зинаида, ми е много добре познато. Това е нормално закономерно явление, проявяващо се на късните етапи от Пътя на Съзнателната Еволюция. С периодичност един път на месец и половина, с продължителност две-три денонощия, такива състояния имат място. Те са съпровождани, като правило, от силни болки в главата в областта на очните ябълки, гадене, усещане за „буца в гърлото”. Общото състояние може да се охарактеризира именно като „оголеност”. Това е етап на дълбинна преработка на телесното съзнание. Спомнете си състоянието на Исус Христос преди ареста. В Неговите думи „Душата ми скърби безмерно” е заключена квинтесенцията на подобно състояние.

„Феноменът” Зинаида пряко свидетелства за това, че непоклатимостта на закона за съществуването на биологичните организми, декларирана от учените, е разклатена завинаги. Онова, което беше издигнато от тях в ранг на закон – е всичко на всичко частен случай, един от вариантите във веригата на еволюционните преобразования. А колко чудесни открития ни чакат! А как се отнасяте към това, че низходящата Еволюционна Енергия е способна не само да

„храни и пои” човешкия организъм, но е способна да замени от само себе си даже кислородното дишане. Опитите с тялото пряко говорят за такава възможност. Не е ли фантастика това?! На низходящата извивка на еволюцията, в най-ранните ѝ етапи, земното човечество се „хранило” изключително с Божествена Енергия, и затова не познавало ни болести, ни смърт. Всъщност, съзнателно еволюиращият човек може да стане независим не само от физическа храна, течности и кислорода на въздуха, но и защитен от много неблагоприятни фактори на външната среда /в т.ч. и от проникващата радиация/, което в условията на възможни екологични бедствия ще му помогне не само да оживее, но и да продължи еволюционното си развитие.

Главният резултат от работата на низходящата Еволюционна Енергия в тялото – това е /още веднъж подчертавам!/ изработката на тънко /вибрационно/ тяло, по същност, безсмъртно тяло. Когато нашето физическо тяло – хранилище на биохимична памет – умира, то умира и паметта за миналото. Затова ние си отиваме от този свят с пълна загуба на паметта за преминалия ни живот. Изработеното вибрационно тяло притежава вибрационна памет, която функционира независимо от структурата на мозъка. По този начин, оставяйки „тялото-скафандър”, предназначено за пребиваването ни в плътния физически свят, човек съхранява индивидуалния си „Аз” практически в пълен обем. Преходът в „другия свят” ще е безболезнен, без загуба на памет и със съхранено активно съзнание, а това е гаранция, че и на „онзи свят” човекът няма да се загуби.

Ако имате въпроси към мен или към Зинаида Григоревна, с удоволствие ще ви отговорим.

Въпрос към З. Б.: Уважаема Зинаида, какво е днес светоусещането ви?

З. Б.: На мен навсякъде ми е добре. Аз винаги съм у дома. Никога не ме напуска вътрешната радост от съществуването. Пътуването ми в Индия го потвърди. Никога не съм била в Индия. Отидох там по линия на Братството Майтрея. Пребивавах в много свети места. По време на пътешествието се убедих, че много хора не се чувстват съвсем уютно /необичаен бит, анти-хигиена, климат/ в Индия, а аз се чувствах прекрасно, комфортно. Нищо не ме подразни, нищо не ме смути даже в отдалеченото село. За мен всичко в този живот е приемливо – и „добро” и „лошо”. Аз дълго не можех да разбера смисъла на израза „Светът е такъв, каквито сме ние самите”. Сега вече прекрасно разбирам, че възприятието на света зависи от нашето вътрешно състояние. Ние сме в Бог – значи и светът е божествен. Всичко е много просто. Когато има вътрешно равновесие, когато нямаш към никого претенции, тогава всичко е нормално.

Въпрос към З.Б.: Във връзка с това, че вие не губите време за ядене, за покупки и приготвяне на храна, то би трябвало да имате много свободно време. Така ли е?

З. Б.: Напротив, свършено нямам свободно време, имам страшно напрегнат график. Ако си в служене на Господ и хората, то това е – постоянна работа, без недели и празници. Аз пътувам по различни градове, много беседвам, срещам се с различни хора. По време на бодърстване аз практически никога не остава

сама. Много ми се налага да работя с литература. Неотдавна започнах да изучавам английски език, защото в близко бъдеще предстоят пътувания до англоезични страни.

Въпрос към З.Б.: Вие някъде работите ли?

З. Б.: Не. Аз съм пенсионерка, на 66 години съм. А въобще възрастта ми е от 20 до 70 години. Както се шегува Ал. Василевич, в бъдеще ми предстои да нося табелка с изписана възрастта ми.

Въпрос към З.Б.: Кажете, ако обичате, не сте ли пробвала да се занимавате с лечителство?

З. Б.: Пробвала съм, но не съм се занимавала и няма да се занимавам. Ще обясня защо. Когато при мен започнаха да се проявяват екстрасензорни способности, имаше отделни успешни опити за изцеляване в домашния ми кръг. Близките ми казаха: „Защо пък никого да не лекуваш? Всички само с това се занимават.” Действително, имаше период, когато всички поголовно се хвърляха да лекуват. А моят вътрешен глас ми каза: „На теб това не ти трябва. Имаш други задачи”. Аз едва после осъзнах, какво е това лечителство. За това човек трябва да бъде цялостен. А какво да кажем за себе си, къде ни е целостта? Ние сме се разпилели, ние нямаме цялостност. Отначало трябва да я придобием, а едва после да се занимаваме с лечителство. Човек трябва да бъде цялостен във всяко отношение, само тогава може да помага на хората, и то не на всички, защото страданията, които се дават на хората, в своето болшинство, носят очистителен характер. Човек сам си ги навлича.

Реплика от аудиторията: много представители на църквата въобще отричат лечителството като форма на помощ за хората. Познавам няколко души, които се занимават с лечителство. Те го правят от душа, без да се щадят, отдавайки се изцяло. Те твърдят, че затова имат подкрепа Свише. В мислите си те навярно се уповават на: „Не аз лекувам, - Той лекува”. Аз искам малко да ги защитя. Да, някои от тях изгоряха, но те толкова бяха искрени в своя порив, и без оглед на нищо отдаваха себе си на хората изцяло, нуждаещи се от помощта им. И те действително помагат на хората. Но има в това един малък нюанс - тези хора не смятат себе си участници в лечебния процес, те смятат себе си просто за проводници на Божествената Сила. След интензивна работа с деца, поразени от детски паралич, лечителите не могат по два три дена да дойдат на себе си. Въпреки цялата помощ Свише, те изпитват огромно натоварване.

Реплика на З. Б.: Когато ме питат, какви сидхи /феноменални сили/ са развити у мен, то аз отговарям, че не летя, зъби още не са ми израснали, не съм станала съвсем млада и т.п. Божествената Енергия – е умница, сама знае къде да се влива, какви задачи да реши. Ако не се занимавам с лечителство, значи, не ми е нужно да хабя сили за това.

Допълнение от А. К.: Зинаида в този случай говори не за целесъобразността от лечителството въобще - тя говори за това, че занятието лечител – не е нейна задача в този живот, тя изпълнява в служене на хората друга роля. Мисля, че въпросът с лечителството във всеки конкретен случай трябва да се решава в

индивидуален план. Непременно условие, предхождащо всеки акт на лечителство, трябва да е изнесената пред пациента истинна причина за болестта му от позицията на супраменталната причинност, а не с примитивни кармични приказки, с каквито обичат да баламосват доверчиви пациенти лъжелечителите, които днес са безчет. Супраменталната медицина е медицина на Бъдещето. Тази медицина, безусловно, ще включва и енерго-лечителството като съставна част от интегрална програма за лечение. Преди всичко, пациентът трябва да знае, че само в него самия /а не в енергията на лечителя!/ са заложени сили, способни да победят практически всеки недъг. За това те трябва да се открият. Енергията на истинния лечител – е само временен помощник на някакъв етап от лечение на заболяването. Истинният лечител трябва да открие за пациента Пътя на Съзнателната Еволюция, да посочи ролята на низходящата Еволюционна Енергия като универсална трансформираща Сила в настоящия етап от еволюцията на човечеството. С други думи, преди всичко, необходимо е да се занимава с лекуване съзнанието и душата на пациента, а не да прави от него енергетичен храненик и източник на доходи.

И още нещо, извънредно важно – с лечителство може да се занимава само онзи човек, който е установил траен контакт с низходящата Божествена Сила, у когото напълно е разкрито психическото същество /душата/, който напълно се е избавил от „егото” си, т.е. човек, много години искрено и успешно е следвал Пътя на Съзнателната Еволюция. Никой друг няма нито морално, нито „енергийно” право да се занимава с лечителска дейност!

Въпрос към З.Б.: Кажете, ако обичате, кога дойде за вас „това”, „това” какво беше – отвращение от храната или просто отсъствие на потребност?

З. Б.: „Това” беше вътрешна препоръка Свише – да пробвам да се откажа от хранене - и аз я реализирах.

А.К.: Когато за пръв път видях Зинаида, разбрах, че в стаята ми е влязло слънчице, при това слънчице много прозрачно. Когато се срещаш с обикновени хора, то със цялото си същество усещаш непреодолимата бариера на човешкото „его”. При раздялата си ние със Зинаида се прегърнахме, и тя хитро ме попита: „А аз не съм ли фалшива?!” Отговорих й: „Фалшификат, да и още как!” Така е то. Усещането за контакт с абсолютно чиста свръх тънка енергия.

Въпрос към А. К.: Александър Василевич, разкажете, ако обичате, как работи енергията в клетките на тялото?

А. К.: Ако /сочи Зинаида/ е „феномен” за съществуване на човек без физическа храна и течности, то тогава има някаква друга „храна”, с която се хранят клетките на човешкото тяло. Логиката е очевидна. В клетките на „гладуващото” тяло се синтезира всичко необходимо за поддържане оптималната жизнена дейност на организма. Известен източник на „храна” е низходящата Еволюционна или Божествена Енергия. При химически реакции с участието на тази Енергия се образува ендогенна вода, която, очевидно, е напълно достатъчна да обезпечи обменните процеси в организма. Важен момент, на който следва да се обърне внимание – това е снабдяването на организма с необходимите микроелементи, които, по всяка вероятност, се извличат /при

отсъствие от прием на физическа храна/ от костната тъкан. Тук може да се направи аналогия с растенията, които извличат микроелементите от почвата. Възниква въпросът: „Няма ли да доведе това до намаляване здравината на костите?“. Обаче има всички основания да се предполага, че при взаимодействието с низходящата Еволюционна Енергия всички тъкани на човешкото тяло се подлагат на изключително позитивна трансформация, и костната тъкан - не е изключение. Възможно е това да се изрази в повишена пластичност на костната система.

Въпрос към А.К.: Какво ще стане с традиционната медицина и класическата физиология? Вие тях напълно ли ги отричате?

А. К.: С класическата физиология по примера на Зинаида, според мен, всичко е ясно. А що се касае до традиционната медицина, то до днес аз знам само едно универсално ефективно лекарствено средство – това е низходящата Еволюционна Енергия. Аз отдавна съм разбрал, че традиционната медицина вкарва хората, меко казано, в заблуждение, въвлича ги в психологическа зависимост от самата болест и от многочислените лекарствени препарати, а това е – престъпление, пък дори и неосъзнато. Човек, с веднъж поставена диагноза, цял живот се чувства болен. Това е общоизвестен факт. А ако такива диагнози са няколко?

Въпрос към З.Б.: Вие не сте ли се обръщали към някого с молба да определи вашата биологична възраст?

З. Б.: Преди година и половина по метода R.Voll ми определиха възрастта на 30 години. А от гледна точка състоянието на другите органи, които за жената имат много голямо значение, преди три месеца в Киев ми определиха възраст като на 20-22 години. При мен неотдавна се прекрати менопаузата и започна нормален менструален цикъл.

Въпрос към З.Б.: А как работи вашата отделителна система?

З. Б.: Отделителната ми система работи регулярно. Урината се отделя нормално всяко денонощие в количество три пъти по-малко от на обикновения човек. Цветът ѝ е тъмно-оранжев. Червата отделят слизеста консистенция, което се случва много рядко.

А. К.: Има и една любопитна подробност, свързана с работата на низходящата Еволюционна Енергия в организма. Ако тази Енергия работи по „пълна програма” /а практиката по асимилация на низходящата Енергия показва, че е възможно/, то тя ще смогне не само да обезпечи организма с „храна”, но и ще може напълно да замени кислородното дишане, тоест човекът на Бъдещето ще може да се храни и диша екологично чиста енергийна субстанция.

З. Б.: Между другото, по повод на дишането. Преди три дни, аз се срещнах с хора занимаващи се с духовни практики, и те решиха да ми проверят честотата на дишане. Вдишването при мен не е дълбоко. Цикълът „вдишване-издишване” преминава при мен без задържане, обаче между циклите има големи паузи. Вместо статистически установената норма 16-20 цикъла в минута /при

бодърстване/ - при мен те са 5-6. Така че Ал. Василевич е прав в частта за трансформацията на дихателната система на организма.

Реплика от аудиторията: Колкото по-разредено дишаме, толкова по-дълго живеем. Това е известно от древни времена и е доказано от много йоги.

А. К.: Ако човек рядко диша и рядко мисли, това е пълна гаранция за успех по Пътя на Съзнателната Еволюция. /смях в аудиторията/. Тишината в ума – е непременно условие за успешното придвижване към Истината.

З. Б.: През март 2001 година хемоглобинът в кръвта ми беше някъде в рамките на 50%. Това е много нисък показател /нормата за жените е 70-90%/, а субективно аз не изпитвах никаква слабост, и при мен нямаше видими признаци за малокръвие. Организмът ми просто бе преустроен за новите условия на съществуване. И не ми трябва изкуствено да го увеличават, както ме съветват приятели. Нека всичко е така, както си е – по закона за целесъобразността. Ако аз сега отида да ми направят анализ на кръвта, то веднага ще ме вземат в болница с подозрения за онкология.

Въпрос към З.Б.: Колко време ви е необходимо за сън?

З. Б.: Аз спя 5-6 часа в денонощие, но ми е нужно повече, обаче не мога да си го позволя по силата на това, че практически нямам свободно време. Във влака мога да спя и 24 часа. Аз лягам рано и рано ставам.

Въпрос към З.Б.: А вие не сте ли опитвали задълбочено медицинско изследване?

З. Б.: Не съм опитвала и няма да опитам. Първо на първо, нямам време да лежа в стационар. Второ, аз чувствам, че просто не ми трябва да го правя. Професор Чижов ме изследва: всички показатели „танцуват“ в сравнение с нормален здрав човек, а аз съм ненормален, но здрав човек, и още се надявам да родя /смях/.

Въпрос към З.Б.: Вие можете ли да назовете последното блюдо, изядено от вас, или вашата последна диета?

З. Б.: Аз не помня, какво съм яла последно, но помня точно, че донесох две чанти с продукти /това беше в Киев/, приготвих от тях хубава маса и всичко това предложих на гостите си, но самата аз не ядох. Миризмата на храна не ми възбужда апетита, не ме и отвращава. Аз с удоволствие готвя на гостите си, но никога нищо не пробвам. При прехода на вегетарианска храна при мен имаше отделни позиви за местна храна, но осъзнаването, че тези позиви са за изяждане на нашите по-малки братя и сестри, бързо ги загасяше. Дълго време без гадене аз не можех да мина през пазара близо до месните продукти. Когато съм на гости и ми предлагат храна /естествено онези, които не знаят за начина ми на живот/, аз отговарям, че съм сита. И това е действително така.

Въпрос към З.Б.: Вие замисляли ли сте се: за какво е нужно това?

З. Б.: Честно казано, не съм се замисляла. Александър Василевич казва, че преживяването без физическа храна – това е проявена част на нашето

еволюционно бъдеще, и ние сме обречени на това. Това е една от границите на еволюционния опит. За мен е настъпил този космически момент, и аз се оказах готова да го реализирам. Понякога ми се струва, че в един от миналите си животи аз съм имала такъв опит, и сега просто съм си го спомнила.

А. К.: Всеки от нас непременно е имал в своето далечно еволюционно минало такъв опит. Това е било на низходящата крива на еволюцията, когато човечеството още не е познавало болестите и смъртта и се хранело изключително с пространствена енергия. Човекът е изгъкан от навици. Закуска, обяд, вечеря, да, всеки акт на приемане на храна – също е навик. На определен стадий на Съзнателната Еволюция, когато се установява траен контакт с низходящата Еволюционна Енергия, тези навици постепенно ще се изживеят. Ако човек си постави за цел посредством виталната воля - „да престана да ям”, тогава нищо няма да се получи - той просто ще изроди тялото и психиката си.

ЕДИНСТВЕНО ИНТЕГРАЛНАТА ДУХОВНА РАБОТА ПОЗВОЛЯВА ПОСТЕПЕННО ДА СЕ ПОДХОДИ КЪМ РЕАЛИЗАЦИЯ НА ТАЗИ ВЪЗМОЖНОСТ.

З. Б.: Любопитно е, че слюнката ми придоби лечебни свойства. Аз не ползвам ни йод, ни билки за обеззаразяване и зарастване на рани и порязвания. При злите и постоянно раздразнени хора, както се казва в Агни-Йога, слюнката е отровна.

А. К.: И в Евангелието се споменава за изцеления на Исус с помощта на слюнка. Слюнката е много любопитно отделяне на човешкия организъм. В една от закритите биологически лаборатории се провели изследвания по обективизация екстрасензорните способности на човека. При човека, върху когото се отправяло екстрасензорното въздействие, предварително взели слюнка и добавяли в нея в качеството на индикатор луменофори /”светещи”/ разтвори. Слюнката се намирала в затворена епруветка. По пътя на многократни опити било установено, че по характера на изменение светенето на люминофорите в слюнката, може действително да се съди за факта на екстрасензорното въздействие. Но най-любопитното е друго. Съвършено случайно било установено, че епруветката със слюнката може да се държи на разстояние няколко десетки километра от изпитвания, върху когото е отправено екстрасензорното въздействие, и в нея се извършва характерното изменение в светенето на луменофорите, така сякаш епруветката се намира редом с изпитвания. Този факт говори за това, че изолираната слюнка на човека дълго време съхранява трайна полева връзка с организма. Аз предполагам, че не само слюнката. Известни са случаи на работа на екстрасенси с предмети на облеклото, с фотографии и пр., позволяващи да се установи полева връзка с „пациенти” и даже да им се въздейства.

Въпрос към А.К.: Известни ли са в света „феномени”, подобни на Зинаида?

В историята на западната християнска църква официално са регистрирани 6 случая на продължително /от 7 до 28 години/ преживели хора без храна и течности. При това всички те са – жени. Някои от тях са били признати за светици и канонизирани.

З. Б.: Още един интересен детайл. Преди аз много обичах водните процедури, къпане във открити водоеми, плуване, а сега, ето вече в течение на две години не мога да се къпя. Тялото отказва да го прави. Само от горещ душ, горещ толкова, колкото може да търпи тялото, ми става приятно. Осъзнах, че субстанцията на моето „ново” /преструктурирано/ тяло / и действително, ако го пипнете, то е дребнозърнесто на пипане/ не съответства на водната стихия на земята. По знак на зодиака аз съм „стрелец” /на границата със стрелеца/ скорпион /21 ноември/. Ако преди обичах хладното, то сега обичам топлото.

А. К.: По повод неприемане от тялото на Зинаида на студена / „сурова”/ вода може да се каже следното. Днес вече е установено, че водата – това е течен кристал. При нагряване кристалната структура се разрушава, и водата придобива вече други физико-химични /а значи и вибрационни/ свойства. Тялото на Зинаида се „бои” от структурираната / „сурова”/ вода, то се „бои” да не се разтвори в нея в прекия смисъл на думата, доколкото функционира предимно на вибрационно /полево/ ниво и, при определени условия, е готово да заеме всяка пригодена за това клетъчна матрица. За идеална клетъчна матрица може да служи структурираната вода. Това е моето предположение. Зинаида е разказвала, че веднъж тя по погрешка отворила първия кран със студена вода и опитала да поднесе под струята ръката си, но на косъм от струята бързо я отдръпнала. Този факт свидетелства за това, че на полево ниво се включва защитен механизъм. Самото тяло си поставя защитна бариера.

Реплика от аудиторията: В откровенията на Йоан Богослов е казано, че когато бъде Новата Земя и Новите Небеса, то морета вече няма да има, следователно няма да има и дъждове. Очевидно новите хора, които ще живеят там, няма да се нуждаят от храна и вода. Водната стихия ще е чужда за хората.

Въпрос към З. Б.: Занимавате ли се специално с физически упражнения?

З. Б.: Преди редовно практикувах асана йога, изпълнявах различни физически упражнения, в пенсионна възраст сядах на шпагат, но изведнъж защо ли престанах да ги правя. После имах осъзнаване, че не трябва да правя това поради възможно нарушаване целесъобразното течение на енергията в тялото.

А. К.: Не следва да се избягват физическите упражнения, но те не трябва да бъдат трудоемки и твърде изострени. Да се поддържа тялото в оптимална физическа форма просто е необходимо. Ако човек е избрал за себе си Пътя на Съзнателната Еволюция, то физическото тяло като обект на еволюционна трансформация трябва да се намира в определен мускулен тонус, в противен случай на по-късни етапи от Пътя то може да бъде буквално разкъсано от интензивния поток низходяща Еволюционна Енергия. Много аскети пренебрегват тялото. Други пък, напротив, изповядват култ към тялото. Подобни крайности са недопустими. Те са присъщи на егоистични хора с крайно незряло съзнание.

З.Б.: Ако нямате повече въпроси към мен и А. Василевич, то благодаря на всички вас за вниманието и ви желая успехи в духовната работа. До следващи срещи.

Превод: Ваня Бойчева

Редакция: И. Иванов

По материали от: www.2012god.ru

Източник: <http://www.otkrovenia-bg.info/articles.php?lng=bg&pg=819>

<http://www.bulgaria21.net/chicago/interesting-facts/210-sun-energy-life>

Номе Любопитни факти И земен човек живее само от Слънцето

И земен човек живее само от Слънцето

Понеделник, 27 Юли 2009г. 07:56ч. klasveli

По непотвърдени данни на Земята са гостували пришълци от други планети, които живеят като земните растения – на фотосинтеза. Един индус, който твърди, че е земен жител, прави същото...

НАСА се интересува от Хира Ратам Манек и го кани, за да провери и изследва необикновената способност на тялото му да се храни единствено от слънчева светлина, заради възможността и астронавтите да преминат на слънчева диета. При дълги космически полети храната е огромен проблем. Водата, както се знае, може да се регенерира и използва постоянно.

Тази новина можем да прочетем редом и с другата – че той току-що посети и България. Разбрахме, че 14 години - от 1995 година, когато е бил на 58 години, до сега, когато е на 72, Хираратам живее на фотосинтеза.

През 1995 г. е бил на поклонение в Хималаите и когато се завръща, престава да се храни. Жена му Вилма казва, че всяка вечер той гледа в слънцето без да мига по един час. Поетата енергия е единствената му храна. Понякога пие чай, кафе или някаква течност.

Когато пристига в САЩ, научните екипи се убеждават, че индусът наистина оцелява без храна. Изследванията се водят от д-р Патъл от Джеферсъновия университет. Резултатите доказват, че всички процеси в тялото на Манек са нормални.

Въпреки че не сме растения, които трансформират слънчевата енергия в храна, Манек доказва, че можем да го правим със същия резултат. Той твърди, че ние живеем за сметка на вторичната слънчева енергия, която поемаме като се храним с растения. Това, на което трябва да се научим е да поглъщаме тази енергия направо от първоизточника.

Манек е роден през 1937 г. и е инженер. Кариерата му е успешна. Но идва момента, когато усеща пълната безмисленост на стремежа към материалното. През 1962 г. попада в ашрама на Шри Ауробиндо в Пондичери. Ученичка на Ауробиндо, продължаваща дейността на учителя си, му предава посланието: “ Ти трябва да донесеш на земята слънчевата енергия, за да помогнеш на Висшия Разум да докосне всяко тяло”.

Манек дълго не знае как да го направи. Той ходи бос по земята, стои на слънце... Неочаквано забелязва, че апетитът му видимо изчезва и че не се

нуждае от храна, а енергията му се е повишила няколко пъти. Разбира, че слънчевата енергия трябва да попадне в тялото. Но как?

През очите. Той започва стъпка по стъпка да приучава очите си да гледат право в Слънцето.

Манек започва да работи с научна група в Гуджарат /Индия/. Гладува 411 дни. Това е второто му гладуване. При първото /211 дни/ губи 41 кг от теглото си, но не и от мускулна маса. След 411 дни, нивото на кръвната му захар е в норма, както и всички останали физиологични показатели.

Неврологът д-р Судхир Шах, който ръководи уникалният експеримент следи постоянно Манек. Наблюдават го денонощно медицински екипи, които не го оставят сам и за минута, денем и нощем. Манек живее в отделно помещение, до което външни хора нямат достъп.

През цялото време Манек пие само гореща вода между 11 сутринта и 16 ч. следобед. На 401-я ден от гладуването си той изкачва планината Шатрунджа само за половин час.

Какво наистина става?

Досега се смяташе, че при дълго гладуване тялото изчерпва първо карбохидратите, после в урината се появяват кетони. Протеинът изгаря. Организмът изяжда всичките си запаси, но още преди това човек става мрачен и раздразнителен, нарушени са логиката и мисленето му. Всички жизнени параметри намаляват и след 8-10 седмици животът е в опасност. Манек опровергава това. Той е с добро самочувствие, интелектът му е запазен, не изпада в депресия. Очевидно той успява да се храни със слънчева енергия.

В случая получаваната през очите слънчева енергия изхранва цялото тяло. Като ретранслатор служи епифизата - жлезата при "третото око". Нейната активация дирижира цялата ендокринна система. Чрез мелатонина тя регулира биоритмите, циклите на сън и бодърствуване, забавя стареенето. Епифизата намалява растенето на тялото и забавя метастазирането на някои тумори. Чрез серотонина тя участва и в психическата дейност и е пряко отговорна за екстрасензорните възприятия.

Кожата също събира енергия. Акупунктурните точки са антени, които се активират чрез акупунктура и акупресура, чрез въздействието на слънцето. Приемат я пръстта, водата, растенията, животните. Когато ходите боси вие събирате в себе си от тази енергия. Тя се натрупва неясно къде, но има хипотези, че се складира в продълговатия мозък.

Д-р Судхир Шах казва в интервю: "Това, с което се сблъскваме в този момент засега не е стопроцентов научен факт, а само разработка на хипотеза. Ние предполагахме, че празният стомах е нещо, с което може да се свикне напълно." При адаптирането към глада се активира мозъчен участък, който е отговорен за парапсихологическите способности. Проявява се шесто чувство и организмът започва да се саморегулира. Нито хипоталамуса, нито хипофизата или продълговатия мозък претърпяват никакви промени. Гладът не прави човек по-глухав, а го превръща в свободна творческа личност.

Хира Ратам Манек от известно време обикаля света и чете лекции за „Приемане на слънчевата светлина за поддържане живота на тялото и лечение без твърда храна”. Той проповядва, че слънчевата светлина е естествената храна за хората. Приемането на друга материална храна, освен вода, с вторичаната в нея слънчева енергия, е било нещо като резервен вариант.

Манек казва, че той е достигнал интуитивно до това знание, което както повечето важни за нас тайни, е забравено. “ Ние не използваме дори 10 процента от възможностите на мозъка си. Когато му обезпечим енергийна храна, нашите способности ще нараснат силно.”

Докторът по медицина от Филадельфия Маури Д. Пресман пише, че за човечеството са се появили надежди за излизане от старите граници. Надежди да управляваме телата и мозъка си чрез магнитната и слънчевата енергия. Тази нова опитност ще ни превърне в нова раса, по-съвършена в духовен и физически смисъл. Ще отпаднат необходимостите от скалпел и химически медикаменти. Войните, които винаги се водят за храна, вода и енергии, като петрола, ще станат безсмислени. Ние ще имаме повече време и мотивация за духовни радости и контакти с други светове.

/Материалът е съставен по информации от световния печат и няма претенции за достоверност, както и каквато и да е цел да налага мнение по третирувания въпрос./

<http://moutafova.blog.bg/novini/2009/07/16/metodyt-na-hira-ratan-manek-sun-gazing-ili-gledane-na-slynce.364425>

Методът

Практиката отнема 9 месеца и обикновено се разделя на 3 етапа:

1-ви – 3-ти месец: започва се с гледане на слънцето в безопасните часове, т.е. в рамките на един час след изгрев слънце и на един час преди залез слънце. През първия ден слънцето се гледа до 10 секунди – в безопасните часове!, после всеки следващ ден се увеличава с по 10 секунди (може стъпката на нарастване да бъде и по-малка, напр. 5 секунди). Препоръчително е да се стои върху земята на бос крак (но естествено, който предпочита, може да си остане и обут с обувки).

Ако всеки ден се прибавят по 10 секунди и това се прави редовно, то след 10 дни се стига до 1 мин. и 40 сек.

3-ти – 6-ти месец: В края на третия месец виждането в слънцето е 15 мин. В този момент много хора започват да забелязват, че здравето им се подобрява и болестните симптоми отслабват.

Според Хира Ратан Манек при достигане на 30 мин. виждане човек се освобождава от всички болести и „става господар на самия себе си”.

Може да се забележи и намаляване на количеството консумирана храна.

6-ти – 9-ти месец: След 6 месеца практика тялото започва да използва праната от слънцето. След 7,5 месеца или 35 минути гледане на слънцето чувството за глад изчезва. Тялото се научава да използва енергията на слънцето директно. Между 8-мия и 9-тия месец от практиката гладът може напълно да изчезне.

Все пак, ако човек хапне някаква храна, то тя ще бъде преработена, понеже храносмилателните органи запазват своята работоспособност (благодарение на водата).

След 9-тия месец гледането в слънцето се преустановява, за да не се увредят очите. Тялото в този момент е като заредена батерия, чийто заряд се поддържа чрез ходене бос по земята – най-добре по моркия бряг вечер или по пръст – първите 6 дни по 45 минути с бавна и спокойна походка.

Практиката „босоходство” продължава още 1 година след това.

За повече информация моля посетете сайта на Хира Ратан Манек:

<http://www.solarhealing.com>

Нагоре

Тагове: методът на хира ратан манек,

Гласувай:

2

0

Следващ постинг

Предишен постинг

още инфо за Хира Ратан Манек

Слънцето и Хира Ратан Манек

Коментари

1. анонимен - manek

10.08.2009 07:25

bravo konkretno ,to4no i qsno

цитирай

2. анонимен - Методът на Хира Ратан Манек: Sun-Gazing или Гледане на Слънцето (част 1)

10.08.2009 09:20

Статията е ясна като бял ден, не поражда никакви въпроси. аз присъствах в Пловдив на срещата с него, състояла се във Военния клуб. Слд статията - напълно ми се изясниха нещата.

Статията заслужава наградата си!!!

цитирай

3. анонимен - Bravo Neli

31.08.2009 14:46

Vladodaria ti za iz4erpatelnata informacia, i za tova , 4e te imam v jivota si !Vera

цитирай

4. анонимен - ?

11.01.2010 21:20

кога отново почва зареждането на тялото , след 1 година вървене или има друг критерии

цитирай

5. moutafova - @ анонимен: отново зареждане на тялото?

18.01.2010 15:41

здравейте!

ако правилно разбирам Вашия въпрос, интересувате се, какво следва след практиката с 9 месеца гледане на слънцето.

тогава тялото се счита за заредено с достатъчно енергия и вече не е необходимо (нито препоръчително) да се продължава със Sun-Gazing (гледане на слънцето суутрин и/или вечер).

нужно е само да се поддържа енергийният баланс висок - чрез ходене бос по естествена земна покривка.

интересен момент би било, ако човек няма възможност за такава поддържаща програма (1 година се препоръчва), какво да прави.

по този въпрос засега нямам инфо, ще се разтърся и ще допиша.

поздрави & успех!

цитирай

6. анонимен - зареждане на тялото

23.01.2010 18:28

Какъв е проблема след като сте гледали слънцето 9 месеца да намерите време и да ходите по 45 минути бос по голата земя след това. Според мен хубаво е да се прави по 45 минути на ден да е разпределено като на порций,но когато няма възможност какво ни пречи когато имаме такава да походим примерно 3 часа боси. Какво ще ни стане? Аз лично когато имам възможност ходя по цял ден.С гледането процедирам по същия начин.Когато няма слънце не гледам,но когато има гледам малко повече,но не го препоръчвам.Аз за мен си отговарям,а и съм свикнал.

цитирай

7. анонимен - говорилня?

12.05.2010 09:21

статията е от преди 10 месеца, има ли някой пробвал това, и нещата да са наистина така както пише, или всичко това е поредната говорилня ...

цитирай

8. анонимен - зареждане на тялото

12.05.2010 18:46

анонимен написа:

статията е от преди 10 месеца, има ли някой пробвал това, и нещата да са наистина така както пише, или всичко това е поредната говорилня ...

Аз се занимавам от 10 месеца и гледам слънцето по 1 час и 30 минути почти всеки ден. Ако имате въпроси съм насреща.

цитирай

9. анонимен - Може ли да ми пишете?

19.09.2010 19:12

Здравейте, интересувам се от метода, бихте ли ми изпратили контакт на atanas_p@yahoo.com

цитирай

10. анонимен - Група във фейсбук

08.02 16:40

http://www.facebook.com/home.php?sk=group_150458738345376

<http://moutafova.blog.bg/hobi/2009/07/16/metodyt-na-hira-ratan-manek-sun-gazing-ili-gledane-na-slynce.364429>

Методът на Хира Ратан Манек: Sun-Gazing или Гледане на Слънцето (част 2)

Автор: moutafova Категория: Хоби

Прочетен: 2017 Коментари: 0 Гласове: 2

СЛЪНЧЕВО ХРАНЕНЕ

Живко СТОИЛОВ

„70-80 процента от енергията, асимилирана от храната, се използва от мозъка и то за да „храни“ нашите тревоги и притеснения. Ако няма умствени напрежения, нуждата от енергия, която мозъка „изисква“ от организма, драстично намалява. С това рязко намалява и апетитът, периодите на гладуване се появяват естествено, без да се прави усилие да се гладува.“

Х. Р. Манек

Учителят Петър Дънов предсказва, че човечеството ще използва все по-малко и по-малко животински продукти в своето хранене, а в по-далечно бъдеще хората ще започнат да изоставят и растенията като храна. Ще се премине към използване на по-фини източници на енергия - праната в природата, която ще се възприема директно. Не е нова новина, когато се чуе по света за някой, „който не яде“ нищо, но води нормален живот. Дали вече не идва времето, когато хората малко по малко ще се ориентират към по-фините енергийни източници? Индиецът Хира Ратан Манек изглежда е такъв пример. Вследствие на няколко години експерименти с приемане на светлина директно от слънцето ХРМ е способен да поддържа жизнените си функции в нормата, без да приема твърда храна. Неговият метод се състои във виране в Слънцето сутрин до 1 час след изгрев и вечер 1 час преди залез. Това се оказват промеждутъците, когато слънчевата енергия е най-полезна за човека, ултравиолетовите лъчи са

минимални (индекс под 2) и ретината на окото е в безопасност. В продължение на 9 месеца постепенно се увеличава времето на виждане в Слънцето, докато се стигне до 45 мин. Започва се с не повече от 10 секунди първия ден. След това се препоръчва босоходство като средство за регулиране на натрупания енергиен заряд. Накрая на практиката няколко минути излагане на слънчева светлина през 3-4 дена е достатъчно, за да поддържа тялото здраво и в тонус. (Подробно методиката е описана в сайта на ХРМ: www.solarhealing.com.)

При практикуващите „sun gazing” или виждане в слънцето процесът на деградация на епифизата се спира и обръща - жлезата започва да „расте”. Това неминуемо довежда и до подобряване на нейните функции, като първите признаци са укрепване на психичното здраве, придобиване на оптимистичен поглед върху живота, духовният мироглед се променя.

Х. Р. Манек нарича мозъка „brainutor”, мощен суперкомпютър, който работи с много малка част от своя капацитет. Един от начините за събуждане на повисшите му функции е чрез светлинна енергия, а единствения пряк достъп до нея е чрез окото. Знае се, че праничното тяло е изградено от енергийни канали, които в Китай се наричат меридиани, а в Индия „нади”. Думата „нади” означава поток, а в този смисъл - енергиен поток. Две от основните нади в тялото „започват” от очите и си имат имена - Хастиджихва и Гандхари, така както централният енергиен канал е наречен Сушумна, а лявата и дясна основни нади са Ида и Пингала (Лунната и Слънчева нади). Материалът, от който е изтъкано праничното (етерното) тяло, се е считало от древните за чувствителен и възприемчив към светлина, т.е. „материя”, която е като „материята”, изграждаща слънчевите лъчи. Това древно знание, загубено през вековете, се е наричало Сурия Йога - Слънчева Йога.

Едно от основните неща, които Х.Р. Манек пропагандира, е лечението чрез слънчева светлина. Постигат се резултати при лечение на зрителни проблеми, психични отклонения, мигрена, Алцхаймер, Паркинсон, остеопороза, артрит, тромбози, затлъстяване и дори рак.

Лечението, освен директно възприемане на слънчева енергия, включва също и пиене на слънчева вода - вода, изложена на слънчева светлина в различни на цвят бутилки.

Х. Р. Манек смята негативното мислене, липса на увереност, гняв, раздразнение, страх, алчност, липса на състрадание за болести на ума, които могат да бъдат положително лекувани чрез съзнателно възприемане на слънчевите лъчи.

Да се върнем на епифизната жлеза, която изглежда е тясно свързана с процеса на слънчево хранене. Науката все още не е казала своята последна дума по отношение на функциите, които тя изпълнява в центъра на човешкия мозък . Най-добре е проучена нейната роля в светлинните цикли при животните - ден и нощ, светло-тъмно, чрез отделянето на мелатонин, наречен още „хормон на тъмнината”. Епифизата отделя мелатонин през нощта или при пребиваване на тъмно, а през зимните месеци тя е причината за летаргията при животните, които спят „зимен сън”. Мелатонинът действа отпускащо и предизвиква сънливост, а светлината спира неговото отделяне. От тук се прави връзката на мелатонина с депресията и специално с т.нар. „зимни депресии” при хората.

Известна е „слънчевата терапия“, която скандинавските психолози прилагат, тъй като в северните страни слънцето е оскъдно и това води до високо ниво на депресиите и самоубийствата. Терапията е проста - състои се в излагането на пациентите на обилна слънчева светлина за няколко седмици в някоя от тропическите страни.

Епифизата и хипофизата са две жлези, които в окултната наука се асоциират с висшите чакри - т. нар. трето око и хилядолистният лотус. Рене Декарт, известен със своето „Мисля, следователно съществувам“ е считал, че епифизата е седалището на душата, връзката между физическото тяло и финото тяло - поради нейното специфично разположение в центъра на мозъка и поради това, че тя е „моно“ жлеза, т.е. няма дялове, ляв и десен, както е при останалите жлези. Потвърждение за връзката на епифизата със светлината се открива и в старите еволюционни форми на живот. При по-примитивните животни, някои земноводни и гущери, епифизата се намира на повърхността на главата и е наречена „трето око“, защото изпълнява функциите на око - има ретина, леща и т.н. В течение на еволюцията тя „потъва“ навътре в мозъка, скрива се в черепа (въпреки че това място на върха на главата при човека си остава меко - т. нар. фонтанела), а функциите за възприемане на светлината се поемат от физическите очи. Пътят на епифизата навътре леко загатва за идеята, че жлезата ще бъде свързана с бъдещите вътрешни духовни преживявания, ще се превърне във „вътрешно око“ на човека. Освен мелатонин (и серотонин, наречен „хормона на щастието“), епифизата произвежда и друг интересен дериват - диметилтриптами (съкратено ДМТ), който се открива в тялото на човек в състояние на медитация или екстаз - от най-„обикновена“ радост до различните степени на самадхи или божествени преживявания, казано по-просто. Това обяснява забележителното подобряване на психично-душевния тонус на практикуващите „sun gazing“.

Интересен е също вторият етап от методиката за преминаване към слънчево хранене - босоходството. Ходенето бос на открито позволява свободен енергиен обмен - приемане и отдаване на енергия през ходилата и главата. Човек се превръща в „посредник“ на потока, който тече между двата полюса: Слънце-Земя. Освен това има директна връзка между палците на краката и епифизата и хипофизата в мозъка на човека. В акупресурата палецът представя мозъка като орган и по-специално възглавничката на палеца е епифизната жлеза.

В своите лекции Х. Р. Манек припомня йогинята Гири Бала, описана от Парамаханса Йогананда в неговата автобиография, която казва: „Това, с което се храним, е радиация, нашата храна се състои от порция чиста енергия“. Той цитира и д-р Джордж Крайл от Кливланд в реч, изнесена пред медици: „Тази важна радиация, която освобождава електрически потоци за телесните електрически вериги, се съдържа в храната благодарение на слънчевите лъчи. Атомите са слънчеви системи. Те са „превозни средства“, изпълнени със слънчева радиация, подобно на енергийни бобини. Тези безброй атоми, изпълнени с енергия, се приемат като храна. Веднъж попаднали в тялото, те се разреждат в телесната протоплазма, излъчването се използва като нова химическа енергия, нови електрични потоци. Вашето тяло е изградено от такива атоми, те са вашите мускули, мозък и сетивни органи, каквито са очите и ушите.“

Според Х. Р. Манек в момента в света има около 3000 човека, поддържащи своето тяло чрез светлинно хранене и е въпрос на време науката да открие механизма, по който става трансформирането на слънчевата енергия в човешкото тяло.

източник: http://www.bialobratstvo.info/index.php?option=com_content&task=view&id=2922&Itemid=74

Препоръчана литература от Х. Р. Манек:
„Light medicine of future” by Jacob Lieberman;
„The Healing Sun: Sunlight and Health in the 21st Century” by Richard Hobday.

http://www.tsarevets.com/news_profile.php?news_id=169&lang_id=1&curr_node=0
От тогава ХРМ пътува по света и изнася лекции и интервюта, преподава своя метод на хора заинтересувани от използването на слънчевата светлина за лечение и като енергиен източник. В момента има много „центрове за слънчево лечение” по света както и много практикуващи от цял свят по неговата методика за гледане на слънцето.

...Всичко е светлина. Ако ти можеш да стъпиш светлината, ще имаш храна... Хиляди години могат да минат, но хората ще се хранят със светлина и това ще бъде един голям успех. Аз мисля, че едва след 2100 години може да се създадат условия, да се храни човек със светлина...

/Учителя Петър Дънов „Живият хляб” 1932-33г./

Хипотезата на д-р Шах, невролог, ръководител на катедрата по неврология в V.S.General Hospital, Ахмедабад, Индия: [fast_the_hypothesis](#)

Д-р Шах потвърди наскоро в мейл за проведения експеримент с г-н Хира Ратан Манек от 2001 г. и сподели, че за него е още по-интересен друг случай - с индиеца Прахлад Джани, който освен, че не приема храна, не пие и вода и каквито и да било течности...

Резултати от изследването на случая “Прахлад Джани” в Sterling Hospital, Ахмедабад, Индия, 2003 г. : [mataji_case_study](#)

Интересни линкове по темата на български:

http://om-plovdiv.com/?page_id=751

<http://groups.google.bg/group/beinsadouno/web/%D0%B1%D1%80%D0%B0%D1%85%D0%BC%D0%B0%20%D0%B7%D0%BE%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%B0%20%D1%85%D0%B8%D0%BF%D0%BE%D1%84%D0%B8%D0%B7%D0%B0%2C%D0%BC%D0%BE%D0%B7%D1%8A%D0%BA?hl=bg>

http://www.bialobratstvo.info/index.php?option=com_content&task=view&id=2922&Itemid=74

линкове на английски:

<http://sunlightenment.com/>

<http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2009/01/08/feasting-on-sunshine.aspx>

<http://home.iae.nl/users/lightnet/health/lightresearch.htm>

<http://www.solarhealing.com/>

Препоръчана литература от Х.Р. Манек:

“Light medicine of future” by Jacob Lieberman;

“The Healing Sun: Sunlight and Health in the 21st Century” by Richard Hobday.

Програмата на Х.Р. Манек за България:

Варна - 11 юли - 17.00 ч., зала “Атриум”, ул. “Братя Миладинови” 24 /на центъра/

Велико Търново - 12 юли, 19.00 ч., Голямата зала на общината. /сутринта на 13 юли ще има практикум при изгрев слънце, мястото и часа ще бъдат обявени на лекцията предния ден/

Пловдив - 13 юли - 18.00 ч., Военен клуб /на центъра/

Пловди - 14 юли - 5.45 ч. практикум с Х.Р. Манек на тепе “Бунарджика” /сборен пункт 5.30 ч. в градинката при паметника на В. Левски в подножието на хълма/

Пловдив - 14 юли - 10.00 ч., Съюз на учените /в Стария град/

София - 15 юли - 18.00 ч. Национален музей “Земята и хората”

Осъзнатите същества сред нас

От Маури Д. Пресман, Доктор по медицина

Увод към ХРМ, чиито физически реакции - в името на доброто на човечеството - се изследват в много институции в САЩ и по целия свят

Тибетецът (учителят на Алис Бейли) предрече, че в близко бъдеще ние ще станем следващата човешка раса. Тогава ние ще работим с умствената, магнитната и слънчевата енергия. Няма да има нужда от скалпели и химични вещества.

Има доказателство, че тази промяна е започнала, и аз срещнах човек, който според мен е осъзнато същество, като с това искам да кажа, че тази еволюция може би става СЕГА.

Имах привилегията да срещна и да прекарам известно време с ХР Манек (Шри Хира Манек Ратан Джи). ХР Манек дойде в САЩ за да се предостави за изследване в много институции. Нещо повече от това, той предостави тялото си като експериментална база за доброто на човечеството. Той е добре известен в родината си Индия с това, че прекарва в пост само на вода 411 дни. Той е постигнал това като се упражнява в гледане на слънцето при изгрев (внимателно и малко по малко) ходейки бос по топлата земя, като така приема енергия от земята и от слънцето. Той смята, че тази способност може да се развие във всички хора. Той мисли и вярва, че това ще доведе до една по-възвишена цивилизация от по-високо ниво, и най-вече до по-чисто тяло.

Имах възможността да прекарам известно време с него благодарение на щедростта на неговия домакин д-р Анил Патъл. Д-р Патъл е добре известен в областта на проучванията на билки и Аюрведа. Той е в управителния комитет на Университета на Пенсилвания (една от многото му заслуги) за включването на Аюрведа в списъка на интегративната медицина.

Историята на ХР Манек е следната. Той изучавал древната литература и научил за напреднали хора (през вековете), които имали способността да постят изключително дълги периоди, като получавали енергията си от слънцето. Това била високо почитаната литература на Ведите и Упанишадите. По професия е машинен инженер. През 1962 попада в ашрама на Шри Ауробиндо в Пондичери. Там той среща Майката (партньор на Ауробиндо, която продължи работата на Ауробиндо след смъртта му). Майката го погледнала и казала „Трябва да донесеш на земята енергията на слънцето, за да помогнеш на Висшия Разум да докосне човечеството." Известно време той не предприел нищо. След време той срещнал един риши. Риши е човек (или някой отвъд човешкото) с необикновени сили и познание. Много хора го посещавали (защото се бил открил пред хората). Той погледнал тълпата и се спрял точно на ХР Манек. Той му казал, че трябва да донесе слънчевата енергия на земята. Това събудило въображението, вълнението и чувството за дълг на Манек. Но той бил объркан и не знаел какво да направи след това. Той ходил под слънцето дълго време. Оставил професията си и се посветил изцяло на духовния си дълг. Продължил да ходи под слънцето и почувствал, че енергията се увеличава. Също така усещал все по-малко и по-малко нуждата от храна. Не се насилвал да пости; нито имало нужда от силата на волята, само желанието за храна било намаляло, но енергията се увеличила. Един ден, той достигнал до заключението че трябва да въведе слънчевата енергия директно в мозъка – и най-добрия начин за това е чрез очите. Това не било нещо ново, бях го чувал от Михаил Иванов, известен Учител от България, който проповядвал на учениците си, че трябва да гледат слънцето. Разбира се цели цивилизации се прекланяли пред слънцето. Рудолф Щайнер (съвременен западен духовен изследовател и основоположник на Антропософията) проповядвал, че Христос е едно със Слънцето и и така разпространява Неговата енергия от слънцето към нас. Ауробиндо казва, че слънцето е седалището на енергията на Висшия Разум, цитат от Джордж Ван Врекем в Суперчовека стр. 97 (Overman pg. 97 Rupa & Co. (2001); New Delhi) : „Той (Разумът) винаги помни смътно принципното Единство в своята основа; затова той трябва постоянно да се опитва да възстанови това Единство, което е замъгленото с облаци Слънце зад всички усилия на хората. Висшият разум

поддържа това Слънце, това Единство, и всичко, което съществува, дори когато нещата изглеждат разделени или самостоятелни.”

Манек решава да експериментира внимателно. Той се отдал на медицинско изследване като започнал да гледа слънцето за няколко секунди по време на изгрева, когато слънцето е най-слабо. Малко по малко той увеличил способностите си докато той можел да гледа слънцето за цели тридесет минути. В същото време установил, че е важно да се ходи бос по топлата земя. Той обяснява, че не само възприема слънчевата енергия през очите (и така зарежда с енергия мозъка и ендокринните жлези като епифиза и хипофиза), но също така може да извлича сила от земята - по - специално чрез ходилата, където всеки орган от тялото е представен в рефлексологията. Той открил, че има северно-южен поток, земята е север, а слънцето юг – който тече през централния енергиен меридиан на тялото. Той бил наблюдаван и съветван от лекари, които постоянно го изучавали. Когато, го попитали дали би желал да отдаде година от живота си на науката, той отговорил „ДА”. Той оставил семейството си (с пълното им съгласие) и постил 365 дни. Но, според определени писания в хинду литературата, той почувствал, че 411 дни са един по-благоприятен период. И така датата била нарочена.

В началото той загубил около 45 кг, но никаква мускулна маса. Той открил, че постепенно е станал по-здрав, по-спокоен и по-щастлив. Предишните пречки като тревога, страх и притеснения го напуснали. Физическите неразположения ги нямало вече. Той живеел единствено от вода и слънчева светлина.

Сега той е дошъл тук по покана и е изучаван от д-р Патъл, от Университет Джеферсън и от други институции в нашата страна.

През времето прекарано с него бях впечатлен от факта, че тялото му е толкова здраво: слабо, но грациозно, издръжливо с меки и елегантни движения. Около него витаеше спокойствие придружено от увереност в себес си. Намерението му да донесе това на нашата цивилизация е истинско.

Той мисли, че всеки може да постигне това, което той е направил. Всъщност той има повече от 4000 последователи по целия свят, които са се присъединили към новия начин на живот и използват нов източник на енергия.

Това че е отдал себе си в служба на човечеството е знак за осъзнатото същество. Това е неговата пълна вяра в процеса на пренасяне на земята на Свръх Разума (както го описва Ауробиндо) чрез слънцето. Това е неговото желание да даде дар на хората, с които те да премахнат болестите и безпорядъка. И това изглежда има стабилно начало в други държави.

Д-р Патъл, както и други, ще изучат този човек и ще се опитат да разберат промените в психиката и духовните постижения, които съпътстват това еволюционно движение. Фактът, че си сред такива осъзнати хора, сам по себе си е дар.

Ние сме на път да станем новата човешка раса.

<http://burda.blog.bg/lifestyle/2010/07/27/hira-ratan-manek-syngeizing.583146>

СЪНГЕЙЗИНГ-СЪЗЕРЦАНИЕ НА СЛЪНЦЕТО

ЛЕКЦИЯ НА ХИРА РАТАН МАНЕК ИЗНЕСЕНА НА 15.07.09 г.
В НМЗХ, ГРАД СОФИЯ

КОЙ Е ХИРА РАТАН МАНЕК?

РОДЕН Е ПРЕЗ 1937 г. В ИНДИЯ. РАБОТИ КАТО ИНЖЕНЕР В СЕМЕЙНИЯ БИЗНЕС. СЛЕД ПЕНСИОНИРАНЕТО СИ ПРЕЗ 1992 г. ПОСВЕЩАВА ВРЕМЕТО СИ НА ПРАКТИКАТА “ТРАТАКА” – КОНЦЕНТРАЦИЯ ВЪРХУ СЛЪНЦЕТО, ОТ КОЯТО Е ЗАИНТЕРЕСУВАН ОЩЕ ОТ ДЕТЕ. ПРЕЗ 1962 г. ПОПАДА В АШРАМА НА ШРИ АУРОБИНДО, КЪДЕТО ПОЛУЧАВА ПОСЛАНИЕТО: “ТИ ТРЯБВА ДА ДОНЕСЕШ НА ЗЕМЯТА СЛЪНЧЕВАТА ЕНЕРГИЯ И ДА ПОМОГНЕШ НА ВИСШИЯ РАЗУМ ДА ДОКОСНЕ ВСЯКО ТЯЛО”. ПО-КЪСНО СРЕЩА УЧИТЕЛ, КОЙТО ГО ИЗБИРА ОТ ТЪЛПАТА И МУ КАЗВА СЪЩОТО. МАНЕК ДЪЛГО НЕ ЗНАЕ КАКВО ДА ПРАВИ. ХОДИ БОС ПО ЗЕМЯТА И СТОИ НА СЛЪНЦЕ. СЛЕД ВРЕМЕ ЗАБЕЛЯВА, ЧЕ АПЕТИТЪТ МУ Е ИЗЧЕЗНАЛ И НЕ СЕ НУЖДАЕ ОТ ХРАНА, А ЕНЕРГИЯТА МУ СЕ Е ПОВШИЛА МНОГОКРАТНО. ТОГАВА ОТКРИВА, ЧЕ СЛЪНЧЕВАТА ЕНЕРГИЯ ТРЯБВА ДА ПОПАДНЕ В ТЯЛОТО ПРЕЗ ОЧИТЕ И ЗАПОЧВА СТЬПКА ПО СТЬПКА ДА ГИ ПРИУЧАВА ДА ГЛЕДАТ ПРАВО В СЛЪНЦЕТО. ПРИ ИЗСЛЕДВАНЕТО МУ В КЛИНИКИТЕ НА НАСА СЕ УСТАНОВЯВА, ЧЕ ГЕНЕТИЧНО НЕ Е ПО-РАЗЛИЧЕН ОТ ДРУГИТЕ ХОРА. ИЗВОДЪТ Е, ЧЕ ТОЙ УСПЯВА ДА СЕ ХРАНИ СЪС СЛЪНЧЕВА ЕНЕРГИЯ. ОТ ЮНИ 1995 г. СЛЕД ИЗСЛЕДВАНИЯТА В НАСА ГО НАРИЧАТ ФЕНОМЕНЪТ ХРМ, ЗАЩОТО ЖИВЕЕ САМО НА СЛЪНЧЕВА ЕНЕРГИЯ И ВОДА. ПОНЯКОГА ПРИЕМА ЧАЙ, КАФЕ ИЛИ ЦВИК ОТ МЛЯКО. ИМАЛ Е ТРИ ПЕРИОДА НА СТРОГ ПОСТ, ПРЕЗ КОИТО Е БИЛ НАБЛЮДАВАН ОТ НЯКОЛКО ЕКИПА УЧЕНИ И ЛЕКАРИ. ПЪТУВА ПО СВЕТА И ИЗНАСЯ ЛЕКЦИИ КАТО ПРЕПОДАВА СВОЯ МЕТОД НА ХОРА ЗАИНТЕРЕСУВАНИ ОТ ИЗПОЛЗВАНЕТО НА СЛЪНЧЕВАТА СВЕТЛИНА КАТО МЕТОД ЗА ЛЕЧЕНИЕ И ЕНЕРГИЕН ИЗТОЧНИК. ПО СВЕТА ИМА МНОГО ЦЕНТРОВЕ ЗА СЛЪНЧЕВО ЛЕЧЕНИЕ И МНОГО ПРАКТИКУВАЩИ ОТ ЦЯЛ СВЯТ ПО НЕГОВАТА МЕТОДИКА ЗА ГЛЕДАНЕ НА СЛЪНЦЕТО.

ПРАКТИКАТА НА ФЕНОМЕНА ХИРА РАТАН МАНЕК

В ЗНОЙНИЯ 15 ЮЛИ 2009 г., ЗАЛАТА НА НМЗХ В ГРАД СОФИЯ БЕШЕ ПРЕПЪЛНЕНО ОТ СТОТИЦИ ХОРА ДАЛЕЧ ПРЕДИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ЗА ЛЕКЦИЯТА ЧАС. ЯВНО ИНТЕРЕСЪТ БЕШЕ ОГРОМЕН И ЗА ДА СЕ ПОБЕРАТ ВСИЧКИ НАДОШЛИ ИМ РАЗРЕШИХА ДА СЕ КАЧАТ НА ВТОРИЯ ЕТАЖ, КЪДЕТО ДА ГЛЕДАТ ОТ БАЛКОНИТЕ.

ЕТО И САМАТА ЛЕКЦИЯ, ЗАПИСАНА ДОСЛОВНО:

ДОНЕСЪЛ СЪМ ЕДНА БЕЗПЛАТНА ЛОТАРИЯ ЗА ВАШЕТО ЗДРАВЕ. НОСЯ ВИ БЕЗПЛАТНА ПРАКТИКА ЗА ГЛЕДАНЕ НА СЛЪНЦЕТО. ТЯ Е ПЪРВИЧНА, А ВСИЧКИ ОСТАНАЛИ СА ВТОРИЧНИ. ГЛЕДАНЕТО НА СЛЪНЦЕТО Е БИЛА ЕДИНСТВЕНАТА ПРАКТИКА ЗА МИЛИОНИ ГОДИНИ. И ДНЕС, КОГАТО НЯМАМЕ СИГУРНО ЛЕКАРСТВО, ГЛЕДАНЕТО НА СЛЪНЦЕТО СЕ ИЗПЪЛНЯВА ОТ НЯКОИ ХОРА. В

БЪЛГАРИЯ ТОВА Е БЯЛОТО БРАТСТВО. МОЯТА ПРАКТИКА Е ПОДОБНА НА ТЯХНАТА. ИМА ХОРА, КОИТО Я ПРАКТИКУВАТ В ХОЛАНДИЯ, ГЪРЦИЯ, ЕГИПЕТ, ИНДИЯ, ЮЖНА АМЕРИКА.

МОЯТ МЕТОД ЗА ГЛЕДАНЕ НА СЛЪНЦЕТО ПРОИЗЛИЗА ОТ ДРЕВНИ ВЯРВАНИЯ. СЕГА ТОВА Е СЪВРЕМЕНА НАУКА. МЕДИЦИНСКИТЕ ЕКСПЕРТИ ВЕЧЕ ГО ПРИЗНАВАТ. СЛЪНЦЕТО НЕ ВИНАГИ Е ВРЕДНО, ТАКОВА Е САМО СИЛНОТО СЛЪНЦЕ, А БЕЗОПАСНОТО Е ЛЕКАРСТВО. ТЕЗИ, КОИТО ГО ИЗБЯГВАТ, ИМАТ ЗДРАВΟΣЛОВНИ ПРОБЛЕМИ: ОСТЕОПОРОЗА, АРТРИТ И Т.Н., НО ХОРАТА, КОИТО СА ВИНАГИ НА ОТКРИТО РЯДКО ПОЛУЧАВАТ ОТРИЦАТЕЛНИ ЕФЕКТИ. СВЕТЛИНАТА НА СЛЪНЦЕТО Е БЕЗОПАСНА, КОГАТО ВИОЛЕТОВИЯТ ИНДЕКС Е ПО-МАЛКО ОТ 2, ТОГАВА ТО НЕ НАВРЕЖДА НА ЧОВЕШКОТО ОКО И ЗДРАВЕТО СЕ ПОДОБРЯВА. ТОЙ Е ДАДЕН ЗА ВСЕКИ ДЕН В ИНТЕРНЕТ. ГЛЕДАНЕТО НА СЛЪНЦЕТО В ИНТЕРВАЛА ЕДИН ЧАС СЛЕД ИЗГРЕВ И ЕДИН ЧАС ПРЕДИ ЗАЛЕЗ НЕ УВРЕЖДА ОЧИТЕ .КОГАТО ЗАРЕДИШ МОЗЪКА СИ С ЕНЕРГИЯТА НА СЛЪНЦЕТО ЩЕ ПОПРАВИШ ПРОБЛЕМИТЕ СИ. НЕВРОНИТЕ В МОЗЪКА С ГОДИНИТЕ СЕ УВРЕЖДАТ, НО ВЕЧЕ Е ДОКАЗАНО, ЧЕ ПРИ ХОРАТА, КОИТО ГЛЕДАТ СЛЪНЦЕТО ПО БЕЗОПАСЕН НАЧИН, НЕВРОНИТЕ СЕ РЕГЕНЕРИРАТ И СЕ УВЕЛИЧАВАТ.

КЛЮЧЪТ Е: КЛЕТКИТЕ В МОЗЪКА ДА СЕ УВЕЛИЧАТ, А БЕЗОПАСНОТО ЛЕКАРСТВО Е ГЛЕДАНЕ НА СЛЪНЦЕТО – СЪНГЕЙЗИНГ, КОЕТО ОЗНАЧАВА ПРОДЪЛЖИТЕЛНО,ВТРЕНЧЕНО СЪЗЕРЦАНИЕ НА СЛЪНЦЕТО. ТОВА Е МНОГО ПО-ЛЕСНО, ОТКОЛКОТО ДА ГЛЕДАТЕ ТЕЛЕВИЗОРА ИЛИ КОМПЮТЪРА. НАСЛАЖДАВАЙКИ СЕ НА ИЗГРЕВА И ЗАЛЕЗА, ОЧИТЕ ПОЛУЧАВАТ ФОТОНИ – ЕНЕРГИЯТА НА СЛЪНЦЕТО. ТЕ НИКОГА НЕ МОГАТ ДА НИ НАВРЕДЯТ, ЗАЩОТО СА МАННА, ЕЛЕКСИР, КОЙТО САМО ОКОТО МОЖЕ ДА ПОЛУЧИ И НИКОЯ ДРУГА ЧАСТ НА ТЯЛОТО.

ЩЕ ВИ ДАМ ТРИ ПРАКТИКИ , КОИТО ПОМАГАТ ЗА ВСИЧКИ БОЛЕСТИ:

1. ДА ГЛЕДАТЕ СЛЪНЦЕТО
2. ДА ПИЕТЕ СЛЪНЧЕВА ВОДА
3. ДА ХОДИТЕ БОСИ

СУТРИН ИЗЛЕЗТЕ ОТ ДОМА СИ И ОСТАНЕТЕ НА ОТКРИТО ЗАСТАНЕТЕ БОС И ПРАВ С ПОГЛЕД КЪМ СЛЪНЦЕТО. ПЪРВИЯ ДЕН НЕ ПОВЕЧЕ ОТ ДЕСЕТ СЕК. С МИГАНЕ КЪМ СЛЪНЧЕВИЯ ТЕЛЕВИЗОР. ЕДИН ЧАС СЛЕД ИЗГРЕВ И ЕДИН ЧАС ПРЕДИ ЗАЛЕЗ ГЛЕДАНЕТО Е БЕЗВРЕДНО, А ПРЕЗ ЗИМАТА, КОГАТО ВИОЛЕТОВИЯ ИНДЕКС Е ПО-МАЛЪК ОТ 2 МОЖЕ ДА СЕ ГЛЕДА ПРЕЗ ЦЕЛИЯ ДЕН.МОЖЕ И ПРЕЗ ПРОЗОРЕЦА, БЕЗ ОЧИЛА, НО МОЖЕ С ЛЕЦИ. ВСЕКИ ДЕН УВЕЛИЧАВАЙТЕ С 10 СЕК. АКО ПРОПУСНЕТЕ НЯКОЙ ДЕН, СЛЕД ПАУЗАТА ПРОДЪЛЖЕТЕ ОТТАМ, ДОКЪДЕТО СТЕ СТИГНАЛИ. НЕ СЕ ПРЕПОРЪЧВА САМО ЯРКОТО СЛЪНЦЕ. МОЖЕ ДА СЕ ИЗПОЛЗВАТ СПЕЦИАЛНИ ОЧИЛА С ДУПЧИЦИ ИЛИ БЯЛ ТЪНЪК ПЛАТ ПРЕД ОЧИТЕ.ДОРИ СЛЪНЦЕТО ДА Е ЗАД ОБЛАЦИ,Е ДОБРЕ, ЗАЩОТО ОКОТО ТРЯБВА ДА ПОЛУЧИ ФОТОНИ.

АКО СТЕ ЗАОБИКОЛЕНИ ОТ ВИСОКИ СГРАДИ, ТОГАВА ГЛЕДАЙТЕ ОТРАЖЕНИЕТО НА СЛЪНЦЕТО В КОФА С ВОДА. НИЕ СЕ НУЖДАЕМ ОТ ФОТОНИТЕ, КОИТО УВЕЛИЧАВАТ НЕВРОНИТЕ, А ТЕ ЗАСИЛВАТ ПАМЕТТА И ИНТЕЛЕКТА. НИЕ ИЗПОЛЗВАМЕ ЕДВА ЕДИН ДВА ПРОЦЕНТА ОТ МОЗЪКА СИ, А ВСИЧКИ СИЛИ СА СКРИТИ В НЕГО.

КОГАТО ТЕ СЕ ОСВОБОДЯТ И ОБИКНОВЕНИЯТ ЧОВЕК СТАВА СУПЕРМЕН.

ПРИ 60 ДНИ ПРАКТИКУВАНЕ, КОГАТО СТИГНЕТЕ ДО 10 МИН. ГЛЕДАНЕ НА СЛЪНЦЕТО ЗРЕНИЕТО ЩЕ СЕ ПОДОБРИ. СВАЛЯТ СЕ ДИОПТРИ, ЛЕКУВА СЕ ДАЛТОНИЗЪМ, КОКОША СЛЕПОТА, КАТАРАКТА. КОГАТО ОЧИТЕ ПОЛУЧАТ ФОТОНИТЕ, ТЯЛОТО ИЗГРАЖДА НЕ САМО ВИТАМИН D, НО И ВИТАМИН А, КОЙТО Е БЛАГОТВОРЕН ЗА ОЧИТЕ.

ЛАЗЕРНОТО ЛЕЧЕНИЕ Е ИЗКУСТВЕНО СЪЗДАДЕНА СВЕТЛИНА, А ТОВА ПОЛУЧАВАМЕ И ОТ СЛЪНЦЕТО. ТО Е БЕЗПЛАТЕН ОЧЕН ЛЕКАР, КОЙТО ДАВА ЛАЗЕРНО ЛЕЧЕНИЕ И ВИТАМИН А. ХОРА С ГЛАУКОМА И ДЕФЕКТИ НА РЕТИНАТА ГЛЕДАТ СЪС ЗАТВОРЕНИ ОЧИ ЗА 10 МИН. НЕ ПО-МАЛКО ОТ МЕСЕЦ. ТОВА ЗАЗДРАВЯВА ОЧНИТЕ МУСКУЛИ И СЛЕД ТОВА ЗАПОЧВАТ ДА ГЛЕДАТ С ОТВОРЕНИ ОЧИ.

СЛЪНЧЕВАТА ВОДА ДА СЕ ПИЕ И ДА СЕ СЛАГАТ КАПКИ В ОЧИТЕ. ПЪРВО ВОДАТА СЕ ПРЕВАРЯВА, СЛАГА СЕ В ЧИСТО СЪТЪКЛЕНО ШИШЕ И СЕ ОСТАВЯ ПОД СЛЪНЧЕВИТЕ ЛЪЧИ ЗА ЦЯЛ ДЕН. КОГАТО ВОДАТА СЕ ЗАТОПЛИ, Я ПИЙТЕ. ЕНЕРГИЯТА В НЕЯ СЕ ЗАПАЗВА ЗА 24 ЧАСА, ТАКА ЧЕ ВСЕКИ ДЕН ТРЯБВА ДА СЕ ПРИГОТВЯ ТЯ РЕШАВА МНОГО ПРОБЛЕМИ: ИЗПОЛЗВА СЕ КАТО КАПКИ ЗА ОЧИ, ЗА НОС, ЗА УШИ. АКО СЕ МАСАЖИРА ПО КОЖАТА ИЗЧЕЗВАТ ВСИЧКИ ПЕТНА. ВЕЛИКОЛЕПНА Е И ЗА КЪПАНЕ.

ПРОБЛЕМЪТ ДНЕС НЕ Е ГЛАДА, А ПСИХИЧНОТО ЗДРАВЕ. КОГАТО СЕ МИНАТ 90 ДНИ И СТИГНЕТЕ ДО 15 МИН. СЪНГЕЙЗИНГ (СЪЗЕРЦАВАНЕ НА СЛЪНЕТО) ВСИЧКИ ПСИХИЧНИ ПРОБЛЕМИ ИЗЧЕЗВАТ. ТЯЛОТО СЕ САМОВЪЗСТАНОВЯВА. ТО Е МНОГО СИЛНО МОЖЕ ДА СЕ ВЪЗСТАНОВИ ОТ СОБСТВЕНИТЕ СИ СИЛИ. УМЪТ СТАВА БАЛАНСИРАН, СТРАХОВЕТЕ И ГНЕВА ИЗЧЕЗВАТ, А ВЯРАТА СЕ ЗАСИЛВА И СЕ ПРОЯВЯВА БОЖЕСТВЕНОТО В НАС. ДЪЛГЪТ НА СЛЪНЦЕТО Е ДА ПРЕЧИСТИ ВСИЧКО НА ЗЕМЯТА И НАЙ-ВЕЧЕ БОЛЕСТИТЕ НИ. ПРЕД НЕГО ОТСТЪПВАТ ЗИМНАТА ДЕПРЕСИЯ, ШИЗОФРЕНИЯ, ПУШЕНЕ, НАРКОМАНИЯ, РАК И СПИН. АКО ЕДНА ГОДИНА ГЛЕДАТЕ СЛЪНЦЕТО ПО 5 МИН. НА ДЕН ЦЯЛ ЖИВОТ ЩЕ СЕ НАСЛАЖДАВАТЕ НА ФИЗИЧЕСКО ЗДРАВЕ.

СЛЪНЧЕВАТА СВЕТЛИНА ЛЕКУВА С РАЗЛИЧНИТЕ СИ ЦВЕТОВЕ. ТОВА СЕ НАРИЧА ХРОМО- ХЕЛИО- ИЛИ АПОЛО- ТЕРАПИЯ. ИЗПОЛЗВАТ СЕ ЦВЕТНИ СЪТЪКЛА И КАМЪНИ, НО МОЯТА ПРАКТИКА Е ПО-ЛЕСНА. БЯЛАТА СВЕТЛИНА ИМА ВСИЧКИТЕ СЕДЕМ ЦВЯТА И ОТ ТАМ НАШЕТО ОКО ГИ ПОЛУЧАВА. ТО Е ЕДНО МИНИАТЮРНО СЛЪНЦЕ И ЧРЕЗ НЕГО МОЖЕМ ДА ПРИЕМЕМ ВСИЧКИТЕ СЕДЕМ ЦВЯТА. МИСЛЕТЕ, ЧЕ ТАЗИ СВЕТЛИНА МИНАВА ПРЕЗ ВСИЧКИ ЧАСТИ НА ТЯЛОТО И ВАШЕТО ЛЕКУВАНЕ Е ЗАПОЧНАЛО. СВЕТЛИНАТА ВИНАГИ Е ТУК, ТРЯБВА ДА Я ПРИЕМЕТЕ И ДА Я НАСОЧИТЕ КЪМ ДРУГИТЕ ЧАСТИ НА ТЯЛОТО. ПРИ 180 ДНИ ПРАКТИКА ПО 30 МИН. НА ДЕН, ТЯЛОТО СЕ ИЗЛЕКУВА ОТ РАК И СПИН, НИВОТО НА ИНСУЛИНА СЕ РЕГУЛИРА, РЕВМАТИЗМЪТ СИ ОТИВА.

СВЕТЛИНАТА ВЪЗРАЖДА ВСИЧКО. ТАЗИ ЕСТЕСТВЕНА ХИМИОТЕРАПИЯ ЛЕКУВА РАК БЕЗ ДА РАЗРУШАВА ЗДРАВТЕ КЛЕТКИ. КОГАТО СТИГНЕТЕ ДО 30 МИН. НА ДЕН РЕШАВАТЕ ВСИЧКИ ПРОБЛЕМИ. СЛЕД 6 МЕСЕЦА МОЖЕТЕ ДА СПРЕТЕ ТАЗИ ПРАКТИКА, НО

АКО ПРОДЪЛЖИТЕ ДО 1 ГОДИНА ДА ГЛЕДАТЕ ПО 10 МИН. НА ДЕН КУНДАЛИНИ И ЧАКРИТЕ ЩЕ СЕ АКТИВИРАТ.

АЗ СЪМ НА 72 ГОДИНИ, ПЪТУВАМ ПО ЦЕЛИЯ СВЯТ И НЯМАМ НИКАКВИ ПРОБЛЕМИ. ИЗНАСЯМ ВСЕКИ ДЕН ПО 1 ИЛИ 2 ЛЕКЦИИ.

БАВНО СВЕТЪТ СЕ ОБРЪЩА КЪМ ДУХОВНОТО. ЩЕ МЕДИТИРАТЕ ЛЕСНО, ЩЕ СТИГНЕТЕ ДО СЪСТОЯНИЕ НА ПЪЛНА МЕДИТАЦИЯ ДОРИ С ОТВОРЕНИ ОЧИ. ВИНАГИ ЩЕ СТЕ В БОЖЕСТВЕННОТО. НЯМА ДА ВИ ПРИТЕСНЯВАТ ЛОШИ МИСЛИ, ЩЕ РАЗВИЕТЕ ЕДНО ПОСТОЯННО БОЖЕСТВЕНО ПРИСЪСТВИЕ, ЩЕ СЕ ОСВОБОДИТЕ ОТ КАРМАТА. ТОВА Е ЗАКОН НА ПРИРОДАТА. АКО ИСКАТЕ ДА ИЗБЯГАТЕ И ДА СЕ ЗАЩИТИТЕ, ТРЯБВА ДА ЖЕРТВАТЕ НЕЩО ОТ ЖИВОТА СИ. ПОСТЪТ Е ЕДИНСТВЕНИЯТ ОТГОВОР, НО ТОЙ НЕ Е ЛЕСЕН. НИЕ ПОДТИСКАМЕ ГЛАДА, НО НЕ МОЖЕМ ДА ПОСТИМ ПРОДЪЛЖИТЕЛНО ВРЕМЕ. ИМА НАУЧЕН ПОДХОД ЗА ТОВА. ЛЕСНО МОЖЕТЕ ДА ПОСТИТЕ С ГОДИНИ. ТОВА Е МНОГО ПО-ПРИЯТНО, ОТКОЛКОТО ДА ЯДЕШ. ГЛАДЪТ Е ЗАЩИТА, ЗАЩОТО ИМАМЕ НУЖДА ОТ ЕНЕРГИЯ. ТЯЛОТО ИМА МЕХАНИЗЪМ, С КОЙТО ДА ПОЛУЧАВА ТАЗИ ЕНЕРГИЯ, И МНОГО ХОРА СА ОСТАНАЛИ ТАКА С ГОДИНИ. В УКРАЙНА ИМА СТОТИЦИ ХОРА ОТ ПОКОЛЕНИЯ, КОИТО ЖИВЕЯТ САМО ОТ СЛЪНЧЕВА СВЕТЛИНА. НАШЕТО ТЯЛО Е ИЗГРАДЕНО ОТ СВЕТЛИНА, ТОЙ Е ЕДИН СЛЪНЧЕВ ПАНЕЛ. ПРИ ПРАКТИКА ОТ 6 МЕСЕЦА ТЯЛОТО СКЛАДИРА СЛЪНЧЕВА ЕНЕРГИЯ КАТО Я ПРЕВРЪЩА В ЕНЕРГИЯ НА ТЯЛОТО. КОГАТО СТИГНЕТЕ ДО 30 МИН. НА ДЕН НАТРУПАНАТА ЕНЕРГИЯ СТАВА ПРИЧИНА ГЛАДЪТ ДА НАМАЛЕЕ, ПОЛЗВАТЕ ПО-МАЛКО ХРАНА И ПОСТЪТ СЕ СЛУЧВА ВЪВ ВАС. ДОРИ ТРУДНАТА РАБОТА ЩЕ Е ЛЕСНА. КОГАТО СТИГНЕТЕ ДО 45 МИН. НА ДЕН ГЛАДЪТ ИЗЧЕЗВА ЗАВИНАГИ. ЕНЕРГИЙНИТЕ НИВА СТАВАТ ВИСОКИ. ТОГАВА СПИРАТЕ ДА ГЛЕДАТЕ СЛЪНЦЕТО, ВАШЕТО ТЯЛО СЕ ПРЕВРЪЩА В СОЛАРЕН ЧИП. ДОРИ СЛУЧАЙНО ДА ПАДНЕ СВЕТЛИНА ВЪРХУ ВАС ТОВА ЩЕ ВИ ЗАРЕДИ. АКО ЖЕЛАЕТЕ МОЖЕТЕ ДА СЕ ХРАНИТЕ, А МОЖЕ ДА ПРОДЪЛЖИТЕ САМО НА ВОДА. АЗ СЪМ БИЛ 211 И 411 ДНИ САМО НА ВОДА И ТОВА СЪЗДАДЕ ИНТЕРЕС В КОСМИЧЕСКИТЕ ИЗСЛЕДВАНИЯ. МОЯТА ЦЕЛ Е ДА ПОМОГНА НА ЧОВЕЧЕСТВОТО. ЕКСПЕРТИТЕ НЕ ХАРЕСВАТ БЕЗПЛАТНИТЕ ПРАКТИКИ. ЦЕЛТА НЕ Е ДА СПРЕТЕ ДА ЯДЕТЕ. ГЛЕДАНЕТО НА СЛЪНЦЕТО ЩЕ ВИ НАПРАВИ ЗДРАВИ. КОГАТО ТЯЛОТО ВИ Е СТАНАЛО СЛЪНЧЕВ ЧИП НЯМА ДА ВИ ДРАЗНИ НИЩО НЯМА ДА УСЕЩАТЕ ВЪЗДЕЙСТВИЕТО НА ПЛАНЕТИТЕ. АКО СТЕ ЛЕЧИТЕЛ СИЛАТА ВИ ЩЕ СЕ УВЕЛИЧИ. АКО МАЙКИТЕ ГЛЕДАТ СЛЪНЦЕТО, ТЕ ПРЕДАВАТ ЕНЕРГИЯТА НА ДЕЦАТА СИ. АКО ТЕ СА ПОД 5 ГОДИНИ ТОГАВА Е НАЙ-ЛЕСНО.

АКО ОБИЧАТЕ СЛЪНЦЕТО И ТО ЩЕ ВИ ОБИЧА. ДОРИ НЯМА НУЖДА ДА СЕ ПРИТЕСНЯВАТЕ ОТ ПРЕДСКАЗАНИЯТА НА МАИТЕ. АКО ПРАКТИКУВАТЕ ГЛЕДАНЕТО НА СЛЪНЦЕТО ВИЕ СТЕ ЗАЩИТЕНИ. ТОВА Е ЕДИНСТВЕНАТА ПРАКТИКА, КОЯТО ЩЕ ВИ НАПРАВИ ЩАСТЛИВИ. САМО АКО НАСТОЯЩИЯТ ЖИВОТ Е ЩАСТЛИВ ЩЕ БЪДЕ ЩАСТЛИВ И В СЛЕДВАЩИЯТ. СЛЪНЦЕТО ЩЕ ВИ ПОМОГНЕ ДА ИЗПОЛЗВАТЕ ВСИЧКИ РЕСУРСИ.

НИЕ СМЕ РОБИ НА ДРУГИТЕ, НО С ТОЗИ МЕТОД НЯМА ДА ЗАВИСИМ ОТ НИКОГО. 45 МИН. НА ДЕН БОСИ ПО ЗЕМЯТА ЩЕ РАЗРЕШИ ВСИЧКИТЕ ВИ ПРОБЛЕМИ. НА ХОДИЛОТО СЕ НАМИРАТ ТОЧКИТЕ НА

ВСИЧКИ ОРГАНИ. СПОРЕД РЕФЛЕКСОЛОГИЯТА ХОДЕНЕТО ПО СЛЪНЧЕВ ПЯСЪК И СЛЪНЧЕВА ЗЕМЯ ГИ АКТИВИРА. ПЕТТЕ ПРЪСТА НА КРАКАТА СА СВЪРЗАНИ С ПЕТТЕ ЕНДОКРИННИ ЖЛЕЗИ:

ПАЛЕЦЪТ Е СВЪРЗАН С ЕПИФИЗАТА, В КОЯТО СА СКРИТИ ВСИЧКИТЕ НИ СИЛИ. АКО ТЯ Е ПО-СИЛНА ЩЕ ЖИВЕЕТЕ ПО-ДЪЛГО.

ВТОРИЯТ ПРЪСТ Е СВЪРЗАН С ХИПОФИЗАТА, А ТРЕТИЯТ – С ХИПОТАЛАМУСА. ТОЙ Е СВЪРЗАН СЪС ЗИМНИЯ СЪН И КАКТО ЖИВОТНИТЕ ЩЕ ЯДЕТЕ ПО-МАЛКО. ТОГАВА ЩЕ ДИШАТЕ ПОБАВНО И ЩЕ ЖИВЕЕТЕ ПО-ДЪЛГО.

ЧЕТВЪРТИЯТ ПРЪСТ Е СВЪРЗАН С ТАЛАМУСА – ТУК СА ВСИЧКИ ЕМОЦИИ, А ЗЕМЯТА ГИ ПРАВИ БОЖЕСТВЕНИ.

ПЕТИЯТ ПРЪСТ Е СВЪРЗАН СЪС ЖЛЕЗА ЗАД УШИТЕ, КОЯТО ПРАВИ ЛАЗЕР ОТ СЛЪНЧЕВИТЕ ЛЪЧИ.

АКО ПОЛЗВАТЕ СЛЪНЦЕТО ВИЕ ПОЛУЧАВАТЕ МОГЪЩО ЛЕЧЕНИЕ, КОЕТО Е БЕЗПЛАТНО. НЕ СЕ ИЗИСКВА ГУРУ И МОЖЕ ДА СЕ ПРАВИ ВИНАГИ. ТУК НЕ МОЖЕ ДА СЕ ПРОВАЛИТЕ. ПРАКТИКУВАЙТЕ МЕТОДА С ВЯРА. ТОВА Е ОБЩА ПРАКТИКА И ХИЛЯДИ ХОРА СЕ ВЪЗПОЛЗВАТ ОТ НЕЯ. ТЯ Е СТОЙНОСТНА И Е БЕЗПЛАТНА.

ОТГОВОРИ НА ВЪПРОСИ:

1. НЯМАМ КНИГИ, ИМАМ DVD
2. НИЕ МОЖЕМ ДА ТРАНСФОРМИРАМЕ СВЕТА
3. НЕ ПРАКТИКУВАМ ЙОГА, ЗАЩОТО ТОЗИ МЕТОД Е ПО-ДОБЪР
4. СЛЪНЧЕВИТЕ ОЧИЛА СА ВРЕДНИ, ЗАЩОТО МОЗЪКЪТ НЕ МОЖЕ ДА ПОЛУЧИ СВЕТЛИНА И СЕ ПОЯВЯВАТ ПРОБЛЕМИ СВЪРЗАНИ СЪС СЪНЯ.
5. МОЖЕ ДА СЕ ГЛЕДА СЛЪНЦЕТО ВЕДНЪЖ НА ДЕН ИЛИ ДА СЕ РАЗДЕЛИ ВРЕМЕТО НА ДВЕ ЗА СУТРИН И ВЕЧЕР.
6. ДЕЦАТА ОТ 5-15 ГОДИНИ ДА ГЛЕДАТ ДО 5 МИН., А БРЕМЕННИТЕ ДА ИЗЛАГАТ КОРЕМА СИ НА СЛЪНЦЕ.
7. НЯМА КАКВО ДА СЕ ГУБИ ПРИ ТАЗИ ПРАКТИКА, КОЯТО Е ДОБРА ЗА ВСИЧКИ БОЛЕСТИ.
8. КОГАТО СТИГНЕТЕ ДО 45 МИН. НА ДЕН ПРОДЪЛЖЕТЕ С 15 МИН. НА ДЕН
9. СЛЪНЦЕТО ЕНЕРГЕТИЗИРА ВОДАТА ПО-СИЛНО ОТ ПИРАМИДАТА
10. ПРАВЕТЕ ТРИТЕ ПРАКТИКИ: ГЛЕДАНЕ НА СЛЪНЦЕТО, ПИЕНЕ НА СЛЪНЧЕВА ВОДА, ХОДЕНЕ БОСИ ПО ЗЕМЯТА.

МЕРКИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ:

1. СПАЗВАЙТЕ ТОЧНО ПОСОЧЕНОТО ВРЕМЕ ЕДИН ЧАС СЛЕД ИЗГРЕВ И ЕДИН ЧАС ПРЕДИ ЗАЛЕЗ ЗА ГЛЕДАНЕ НА СЛЪНЦЕТО, ЗАЩОТО В ПРОТИВЕН СЛУЧАЙ ЩЕ ИЗГОРИТЕ РЕТИНАТА СИ.
2. НЕ УВЕЛИЧАВАЙТЕ ВИЗУАЛНИЯ КОНТАКТ СЪС СЛЪНЦЕТО ПОВЕЧЕ ОТ 10 СЕК. ДНЕВНО.
3. НЕ ПРЕВИШАВАЙТЕ НОРМАТА ОТ 44 МИН. И НЕ ГЛЕДАЙТЕ СЛЪНЦЕТО ПО-ДЪЛГО.
4. ПОСЕЩАВАЙТЕ ЧЕСТО ОЧЕН ЛЕКАР, ЗА ДА НЕ ДОПУСНЕТЕ УСЛОЖНЕНИЯ.

5. НЕ ГЛЕДАЙТЕ СЛЪНЦЕТО БЕЗ ДА СВАЛЯТЕ ПОГЛЕД ОТ НЕГО. ДОСТАТЪЧНО Е САМО ДА ГО ПОГЛЕЖДАТЕ И ДА ЗАПАЗВАТЕ ВИЗУАЛНИЯ МУ ОБРАЗ В СЪЗНАНИЕТО СИ. ОТПУСНЕТЕ СЕ ДО СЪСТОЯНИЕ НА РЕЛАКСАЦИЯ.

6. АКО ВЪЗНИКНАТ ОЧНИ ПРОБЛЕМИ ГЛЕДАЙТЕ СЛЪНЦЕТО 1 СЕК., А ПОСЛЕ ЗАТВОРЕТЕ ОЧИ И ГО НАБЛЮДАВАЙТЕ С „ТРЕТОТО ОКО“. КОГАТО МИСЛОВНИЯТ ОБРАЗ ИЗЧЕЗНЕ, ОТВОРЕТЕ ОЧИ И ПОГЛЕДНЕТЕ СЛЪНЦЕТО ОТНОВО. ПРАВЕТЕ ГО ДОКАТО ОБРАЗЪТ МУ СЕ ЗАПАЗИ ДО 5-6 МИН. ЗА ТОВА ВРЕМЕ МЕДИЦИНСКИТЕ ПРОБЛЕМИ ЩЕ ИЗЧЕЗНАТ И МОЖЕТЕ ДА МИНЕТЕ КЪМ НОРМАЛНАТА ПРАКТИКА.

7. НЕ ЗАБРАВЯЙТЕ, ЧЕ ВСЕКИ ЧОВЕК Е УНИКАЛЕН И ИМА СВОЯТА ИНДИВИДУАЛНА ПОНОСИМОСТ, С КОЯТО ТРЯБВА ДА СЕ СЪОБРАЗЯВА.

КАКВО КАЗВА НАУКАТА ВЪВ ВРЪЗКА С ТАЗИ ПРАКТИКА?

МАНЕК ПОЛУЧАВА ПРЕЗ ОЧИТЕ СЛЪНЧЕВА ЕНЕРГИЯ, КОЯТО АКТИВИРА ЕПИФИЗАТА ИЛИ ПИНЕАЛНАТА ЖЛЕЗА, НАРЕЧЕНА ОЩЕ „ТРЕТОТО ОКО“. ТЯ СЕ НАМИРА В ЦЕНТЪРА НА ГЛАВАТА И Е ВРЪЗКАТА МЕЖДУ МАТЕРИЯТА И ДУХА. ПОДОБНО НА ПРИЗМА ЕПИФИЗАТА РАЗДЕЛЯ СВЕТЛИНАТА НА СЕДЕМТЕ ъ ЦВЯТА И Я РАЗПРЕДЕЛЯ ПО ТЯЛОТО, С КОЕТО ДИРИЖИРА ЦЯЛАТА ЕНДОКРИННА СИСТЕМА. ТАКА РЕГУЛИРА БИОРИТМИТЕ В ОРГАНИЗМА И ЗАБАВЯ СТАРЕЕНЕТО. АКТИВИРАНАТА ЕПИФИЗА ВЪЗДЕЙСТВА ВЪРХУ СЕКРЕЦИЯТА НА МЕЛАТОНИН И СТИМУЛИРА ПРОДУКЦИЯТА НА СЕРОТОНИН, ХОРМОН НА УДОВОЛСТВИЕТО, КОЙТО НАМАЛЯВА ВЛЕЧЕНИЕТО КЪМ ХРАНА. ЦЕНТРОВЕТЕ НА ГЛАДА В МОЗЪКА СЕ ПОДТИСКАТ И СЕ АКТИВИРАТ ТЕЗИ НА СИТОСТТА. РАЗМЕРИТЕ НА ЕПИФИЗАТА ОБИКНОВЕНО СА 6 НА 8 ММ, ПРИ МАНЕК ТЯ Е 8 НА 11 ММ.

ЗА 24 ЧАСА СЛЪНЧЕВАТА ЕНЕРГИЯ МИНАВА ПРЕЗ ЦИКЛИ НА ПРИЛИВИ И ОТЛИВИ, А НАЙ-ГОЛЯМ И ЖИВОТВОРЕН Е ПРИЛИВА НА ИЗГРЕВА. ВЕРОЯТНО ЧЕСТОТАТА НА СВЕТЛИНАТА НА СЛЪНЦЕТО ПРИ ИЗГРЕВ И ЗАЛЕЗ ВЛИЗА В РЕЗОНАНС С ТРЕПТЕНИЯТА НА ЕПИФИЗАТА КАТО ОТКЛЮЧВА ЗАЛОЖЕНИ В НЕЯ МЕХАНИЗМИ НЕИЗВЕСТНИ ЗА НАУКАТА. СПОРЕД Д-Р РОБЪРТ ДЖЕРАРД В ЕПИФИЗАТА Е РАЗПОЛОЖЕНА ПЪРВАТА ГЛАВНА КЛЕТКА НА ЗАЧАТИЕТО. В НЕЯ СТАВА АКТИВИРАНЕТО НА ДЕСЕТЕ ВИРТУАЛНИ НИШКИ НА ДНК, СТОЯЩИ ДОСЕГА В ЛАТЕНТНО СЪСТОЯНИЕ. ПО ТОЗИ НАЧИН ДНК СЕ ПРЕВРЪЩА ОТ ДВУСПИРАЛНА В МНОГОСПИРАЛНА, КОЕТО ДАВА ВЪЗМОЖНОСТ НА ЧОВЕКА, СЪС СИЛАТА НА БОЖЕСТВЕНАТА ВОЛЯ, ДА ОТКЛЮЧИ ПРОЦЕСА НА МНОГОИЗМЕРНАТА СИ СЪЩОНОСТ КАТО БЕЗСМЪРТНО СЪЩЕСТВО ОТ СВЕТЛИНА. ПО ВСЯКА ВЕРОЯТНОСТ, ТОВА ВОДИ ДО НОВО ПРОГРАМИРАНЕ НА ОБМЕННИТЕ ПРОЦЕСИ. ТАКА РАЗШИРЕНОТО СЪЗНАНИЕ ДИРЕКТНО ПОЛЗВА СЛЪНЧЕВАТА ЕНЕРГИЯ ВМЕСТО ОБИЧАЙНАТА ХРАНА. КОГАТО СЪЗНАТЕЛНО УЧАСТВАМЕ В ТОЗИ ПРОЦЕС, БОЖЕСТВЕНОТО СЕ ПРОБУЖДА В НАС.

КОЖАТА СЪЩО СЪБИРА ЕНЕРГИЯ.АКОПУНКТУРНИТЕ ТОЧКИ СЕ АКТИВИРАТ ЧРЕЗ ВЪЗДЕЙСТВИЕТО НА СЛЪНЦЕТО. КОГАТО ХОДИМ БОСИ СЪБИРАМЕ НЕГОВАТА ЕНЕРГИЯ ОТ ЗЕМЯТА.ПРЕДПОЛАГА СЕ, ЧЕ ТЯ СЕ СКЛАДИРА В ПРОДЪЛГОВАТИЯ МОЗЪК.

КВАНТОВАТА ФИЗИКА ДОКАЗА, ЧЕ ВЗАИМОВРЪЗКАТА МЕЖДУ ЕЛЕКТРОНИ И СЛЪНЧЕВИ ФОТОНИ Е ФУНДАМЕНТАЛНА ЗА ВСЯКА ЖИЗНЕНА ФУНКЦИЯ.ЕЛЕКТРОНИТЕ СА ИЗГРАДЕНИ ОТ ФОТОНИТЕ НА СЛЪНЦЕТО И СА ПЛОД НА РЕЗОНАНСА МУ С БИОЛОГИЧНИТЕ СИСТЕМИ. НАУЧНО Е ДОКАЗАНО, ЧЕ ЖИЗНЕНОВАЖНИТЕ ФОТОЕЛЕМЕНТИ СА СКЛАДИРАНИ В МАСЛАТА НА СЕМЕНА ИЗГРАДЕНИ ОТ ПОЛИНЕНАСИТЕНИТЕ МАСТНИ КИСЕЛИНИ, КОИТО СА МНОГО БОГАТИ НА ЕЛЕКТРОНИ. СИНХРОНИЗИРАНИ СЪС СЛЪНЧЕВОТО ГРЕЕНЕ ТЕ ДАВАТ НА ЧОВЕКА ОГРОМНО КОЛИЧЕСТВО ЕНЕРГИЯ И НЕ МОГАТ ДА БЪДАТ ПРОИЗВЕДЕНИ ОТ НИКОЯ ХИМИЧЕСКА ИНДУСТРИЯ. ФАБРИЧНО ПРЕРАБОТЕНИТЕ МАЗНИНИ И СИНТЕТИЧНИ ВИТАМИНИ НЕ МОГАТ ДА РЕГУЛИРАТ ЗАНИЖЕНИЯ ПРИЕМ НА КИСЛОРОД В ДИХАТЕЛНИЯ ФЕРМЕНТ НА КЛЕТКАТА, А ИМЕННО ТОВА Е ПРИЧИНАТА ЗА ВЪЗНИКВАНЕ НА РАКОВА ТЪКАН. „ЛОШИТЕ” МАЗНИНИ ОГОЛВАТ КЛЕТЪЧНАТА МЕМБРАНА ОТ ЛИПИДНИЯ СЛОЙ, С КОЙТО ТЯ Е ОБВИТА И ТАКА ПРЕКЪСВАТ ДОСТЪПА НА КИСЛОРОД ДО НЕЯ. ТОВА Я ПРАВИ УЯЗВИМА ОТ РАКА. ИМЕННО ТОЗИ ЛИПИДЕН СЛОЙ НОСИ ВСИЧКИ ФУНКЦИИ, КОИТО СКЛАДИРАТ СВЕТЛИНАТА В ДЕПА И Я ПРЕВРЪЩАТ В ЕНЕРГИЯ НА ЖИЗНЕНИЯ ПРОЦЕС.

Д-Р ЙОАННА БУДВИГ В КНИГАТА СИ „РАКЪТ – ПРОБЛЕМЪТ И РЕШЕНИЕТО”, ИЗДАТЕЛСТВО „ДИЛОК”, СОФИЯ 2006 г. ОПИСВА СВОЕТО ОТКРИТИЕ ЗА ЛЕКУВАНЕ НА РАК, РАЗРАБОТЕНО ОЩЕ В СРЕДАТА НА 20 В. ЗА ПОВЕЧЕ ОТ 40 Г. УСПЕШНА ТЕРАПИЯ НА РАКОВО БОЛНИ, ТЯ Е НОМИНИРАНА 7 ПЪТИ ЗА НОБЕЛОВА НАГРАДА.

Д-Р БУДВИГ ОТКРИВА, ЧЕ СЪЧЕТАНИЕТО НА ПРОТЕИНИ С ЛЕНЕНО МАСЛО, КОЕТО СЪДЪРЖА НЕНАСИТЕНИТЕ ЕСЕНЦИАЛНИ МАСНИ КИСЕЛИНИ ЛИНОЛОВА И ЛИНОЛЕНОВА ПРЕОДОЛЯВА НЕДОСТИГА НА КИСЛОРОД В ТЪКАНИТЕ. ТОВА НОРМАЛИЗИРА ОКСИРЕДУЦИОННИТЕ ПРОЦЕСИ, КОЕТО ПРЕДПАЗВА И ЛЕКУВА ОТ РАК. МЕХАНИЗМЪТ Е СЛЕДНИЯТ: МЕЖДУ БЕЛТЪЧНИТЕ И ПИ-ЕЛЕКТРОНИТЕ НА ДВОЙНИТЕ ВРЪЗКИ В КИСЕЛИНИТЕ СЕ ОБРАЗУВА ВОДОРОДНА ВРЪЗКА, КОЯТО Е ЕДИНСТВЕНИЯ ПЪТ ЗА БЪРЗ И ПРАВИЛЕН ТРАНСПОРТ НА ЕЛЕКТРОНИТЕ В БИОЛОГИЧНАТА СИСТЕМА. ВОДОРОДЪТ КАТО НАЙ-ЛЕК АТОМ, КАТО НЕЩО СРЕДНО МЕЖДУ МАТЕРИЯ И ЕНЕРГИЯ, Е ВАЖЕН ФАКТОР ВЪВ ВОДОРОДНИЯ МОСТ НА ЛИПОПРОТЕИНИТЕ. ТОЙ Е РЕЗУЛТАТ ОТ СИНЕРГИЯТА МЕЖДУ СУЛФХИДРИЛОВАТА ГРУПА НА ПРОТЕИНИТЕ И ПИ-ЕЛЕКТРОНИТЕ, КОИТО СА АНТЕННИТЕ УЛАВЯЩИ СЛЪНЧЕВАТА ЕНЕРГИЯ.

ТАКА СВЕТЛИНАТА СЕ СКЛАДИРА В СЕМЕНАТА.ДОКАЗАНО Е, ЧЕ ДИНАМИКАТА НА ВСИЧКИ МЕМБРАННИ ФУНКЦИИ СЕ НОСИ ОТ ЛИПИДИТЕ. СПОРЕД ИВАР БАНГ „МАЗНИНИТЕ СА УПРАВЛЯВАЩИТЕ СУБСТАНЦИИ НА ВСИЧКИ ЖИЗНЕНИ ЯВЛЕНИЯ”.

Д-Р БУДВИГ, ИЗСЛЕДОВАТЕЛКА НА МАСТНИТЕ КИСЕЛИНИ И СВЕТЛИНАТА, ИЗУЧАВА СЛЪНЧЕВИЯ ЕЛЕКТРОН, НАРЕЧЕН ОЩЕ

БИОТРОН. ТЯ СМЯТА, ЧЕ ТОЙ СЕ АБСОРБИРА ОТ ГЛАВНИЯ МОЗЪК ДИРЕКТНО ОТ СЛЪНЦЕТО. ПРИЕМАНЕТО НА НЯКОЛКО СУПЕНИ ЛЪЖИЦИ СМЛЯНО ЛЕНЕНО СЕМЕ ВСЕКИ ДЕН УВЕЛИЧАВА АБСОРБИРАНЕТО НА БИОТРОННА ЕНЕРГИЯ, НАМИРАЩА СЕ В МАКСИМАЛНА СТЕПЕН В ЖИВИТЕ ХРАНИ.ТЯ СЕ ГУБИ ПРИ ТЕРМИЧНАТА ИМ ОБРАБОТКА ИЛИ ДОРИ СЛЕД НЯКОЛКО ДНЕВНОТО ИМ ПРЕСТОЯВАНЕ.

ПРЕЗ 1989 г. Д-Р ПОП ИЗСЛЕДВА БИОФОТОНИТЕ, КОИТО СА СВРЪХСЛАБАТА БИОФОТОНОВА ЕМАНАЦИЯ НА ЖИВИТЕ ОРГАНИЗМИ. НЕИН ИЗТОЧНИК Е ДНК, В КОЯТО САМО 3% Е ГЕНЕТИЧНАТА ИНФОРМАЦИЯ, А 97% Е ФОТОНОВА ЕНЕРГИЯ. ЕКОЛОГИЧНАТА ХРАНА ИЗЛЪЧВА 5 ПЪТИ ПОВЕЧЕ БИОФОТОННА ЕНЕРГИЯ ОТ ТЕЗИ, ОТГЛЕЖДАНИ В ТЪРГОВСКАТА МРЕЖА. БИОФОТОНИТЕ ПРОВЕЖДАТ ИНФОРМАЦИЯ ЗА КЛЕТЪЧНИЯ МЕТАБОЛИЗЪМ И НЕГОВАТА РЕГУЛАЦИЯ. ТОВА Е РЕЗУЛТАТ ОТ ОБЩУВАНЕТО МЕЖДУ ДНК И КЛЕТЪЧНАТА МЕМБРАНА.

НИЕ СМЕ ЧОВЕШКИ ФОТОКЛЕТКИ, ЧИЯТО ОСНОВНА ХРАНА Е СЛЪНЧЕВАТА СВЕТЛИНА, НО ЗА СЪЖАЛЕНИЕ СТРАДАМЕ ОТ НЕДОСТАТЪЧНО ОСВЕТАВАНЕ. ЗАТОВА ХРАНАТА НИ ТРЯБВА ДА Е БОГАТА НА ЕЛЕКТРОНИ, КОИТО СЕ НАМИРАТ В ПЛОДОВЕТЕ И ЗЕЛЕНЧУЦИТЕ, ЯДКИТЕ И СЕМЕНАТА – ПОКЪЛНАТИ ИЛИ НАКИСНАТИ. СПОРЕД Д-Р БУДВИГ НАЙ-ДОБРАТА КОМБИНАЦИЯ КАТО ХРАНА Е ИЗВАРА С ЛЕНЕНО МАСЛО, А Д-Р ГАБРИЕЛ КАЗЪНС ПРЕПОРЪЧВА ПЧЕЛЕН ПРАШЕЦ И СПИРУЛИНА, КОЯТО НАЙ-ДОБРЕ АБСОРБИРА СЛЪНЧЕВАТА И КОСМИЧЕСКА РАДИАЦИЯ.

КАКВО КАЗВАТ ДУХОВНИТЕ УЧИТЕЛИ?

СВЕТЛИНАТА Е ПЪПНАТА НИ ВРЪВ С ВСЕЛЕНАТА. РУДОЛФ ЩАЙНЕР – ОСНОВАТЕЛ НА УОЛДОРФСКИТЕ УЧИЛИЩА, АНТРОПОСОФСКАТА МЕДИЦИНА И БИОДИНАМИЧНОТО ГРАДИНАРСТВО УЧИ, ЧЕ ВЪНШНАТА СВЕТЛИНА СТИМУЛИРА СВЕТЛИНАТА В НАС. КОЛКОТО ПОВЕЧЕ СЕ ТРАНСФОРМИРАМЕ, АБСОРБИРАЙКИ СВЕТЛИНАТА, ТОЛКОВА ПОВЕЧЕ СЕ ПРЕВРЪЩАМЕ В СВЕТЛИНА. ТОВА СЕ КРИЕ В ТАЙНАТА НА СЪЗНАТЕЛНОТО ХРАНЕНЕ.

НИЕ СМЕ СГЪСТЕНА СВЕТЛИНА. В ПРОЦЕСА НА ЕВОЛЮЦИЯТА ПОСТЕПЕННО ЩЕ СТИГНЕМ ДО ДИРЕКТНОТО ѝ КОНСУМИРАНЕ, НАПРАВО ОТ СЛЪНЦЕТО. ВИНАГИ Е ИМАЛО ХОРА, КОИТО СА ГО ПРАВИЛИ И ТЕ ЩЕ СТАВАТ ВСЕ ПОВЕЧЕ.

УЧИТЕЛЯТ БЕИНСА ДУНО Е КАЗАЛ: „ВСИЧКО Е СВЕТЛИНА. АКО ТИ МОЖЕШ ДА СГЪСТИШ СВЕТЛИНАТА, ЩЕ ИМАШ ХРАНА. СЛЕД 2100 г. ЩЕ СЕ СЪЗДАДАТ УСЛОВИЯ, ПРИ КОИТО ЧОВЕКЪТ ЩЕ МОЖЕ ДА СЕ ХРАНИ СЪС СВЕТЛИНА.”

А В МИСЛИ ОТ УЧИТЕЛЯ ЗА ВСЕКИ ДЕН ОТ 19-22 АВГУСТ 2009г. ЧЕТЕМ: „СВЕЩЕНИЯ ОГЪН НОСИ СЪЩИНАТА И ИЗОБИЛИЕТО НА ЖИВОТА. ТОЙ ОБЕДИНЯВА ВСИЧКИ ХОРА, ПРИ НЕГО ТЕ СЕ ЧУВСТВАТ КАТО БРАТЯ. НЕ ГОВОРЕТЕ, А МИСЛЕТЕ ЗА СВЕЩЕНИЯ ОГЪН И ЗНАЙТЕ, ЧЕ БОГ СЕ ПРОЯВЯВА ЧРЕЗ НЕГО. ПОДДЪРЖАЙТЕ ГО В СЕБЕ СИ, ЗА ДА НЕ ЗАГАСНЕ. ДА ЖИВЕЕШ В СВЕЩЕНИЯ ОГЪН, ТОВА Е ВСЕ ЕДНО ДА

ВЛЕЗЕШ В РАЯ, В СВЕТА НА БЛАЖЕНСТВОТО И ВЕЧНАТА ХАРМОНИЯ.”

ИЗВОДЪТ НА НАУКАТА Е, ЧЕ ЧОВЕШКИЯТ МОЗЪК, ТОЗИ СУПЕР КОМПЮТЪР ДАДЕН НИ ОТ ПРИРОДАТА, Е СПОСОБЕН И ПРИЗВАН ДА ПРИЕМА, СКЛАДИРА И РЕАКТИВИРА СЛЪНЧЕВАТА ЕНЕРГИЯ, ТАКА КАКТО НИКОЕ ДРУГО СЪЩЕСТВО. ТОВА НИ ДАВА ДОСТАТЪЧНО ОСНОВАНИЕ ДА ПОЛЗВАМЕ РАЗУМНО БОЖЕСТВЕНИЯ ДАР НА СЛЪНЦЕТО. НЕКА С РАДОСТ ДА ПОСРЕЩАМЕ ИЗГРЕВА МУ И С БЛАГОДАРНОСТ ДА ГО ИЗПРАЩАМЕ ПРИ ЗАЛЕЗ, ЗА ДА УЧАСТВАМЕ СЪЗНАТЕЛНО В ИЗУМИТЕЛНИЯ КРЪГОВРАТ НА ЖИВОТОТВОРЯЩАТА МУ СВЕТЛИНА.

ЛЕГЕНДАТА ЗА ИКАР, ПОЛЕТЯЛ КЪМ СЛЪНЦЕТО И ДНЕС Е ЖИВА ВЪВ ВЕЧНИЯ СТРЕМЕЖ НА ЧОВЕКА КЪМ СВЕТЛИНАТА. ПО ПЪТЯ СИ КЪМ НЕЯ ТОЙ, СЪВРЕМННИЯТ ИКАР, ПОСТЕПЕННО ОСЪЗНАВА СВОЯТА СЪЩНОСТ НА БОГОЧОВЕК

А ТИ ЧОВЕКО, КОЙТО СИ АНТЕНА МЕЖДУ ЗЕМЯТА И НЕБЕТО,
ТРЪГНИ С ПЛАМТЯЩИЯ ФАКЕЛ В ГЪРДИТЕ СИ .
И КАТО ФЕНИКС ПРАЗНУВАЙ В СВЕТЛИНАТА
ВЕЛИЧАВАТА СРЕЩА С ТЕБ САМИЯ!
ПОЛЕТИ! И НА ДОБЪР ЧАС!

ИЗПОЛЗВАНА ЛИТЕРАТУРА:

„РАКЪТ-ПРОБЛЕМЪТ И РЕШЕНИЕТО” Д-Р ЙОАННА БУДВИГ

„СЪЗНАТЕЛНО ХРАНЕНЕ” ГЕЙБРИЕЛ КАЗЪНС

‘ПРОМЕНЕТЕ СВОЯТА ДНК, ПРОМЕНЕТЕ ЖИВОТА СИ’ Д-Р РОБЪРТ ДЖЕРАРД

„МИСЛИ ЗА ВСЕКИ ДЕН” 2009

„МОЖЕ БИ СЕ ПРОМЕНЯ ПАМЕТТА НА КЛЕТКАТА” Д-Р КАТЯ ТОДОРОВА-ЕНДО КРИНОЛОГ
СП.8 БР.8 2009

МАТЕРИАЛИ ОТ ИНТЕРНЕТ

‘ОДА ЗА ИКАР’-САША ТОДОРОВА

Снимката е от лекцията на 27-07-2010 в НМЗХ, а за да чуете необработения й запис изтеглете следните файлове:

Активирани са линкове за публичен достъп:

S6303201.WAV:

<http://dox.bg/files/dw?a=218bec179d>

S6303200.WAV:

<http://dox.bg/files/dw?a=dd0b2cc68a>

S6303199.WAV:

<http://dox.bg/files/dw?a=e593caf36d>

<http://www.spiralata.net/kratko/articles.php?lng=bg&pg=625>

<http://www.spiralata.net/kratko/articles.php?lng=bg&pg=626>

Слънчева вода на Хира Ратан Манек

A+

A

A-

Надежда Маринова | 17.07.2009

1 коментар | публикувай коментар | всичко от този автор
предишна
следваща

Слънчевата вода, приготвена по рецептата на индиеца Хира Ратан Манек, има трайност 24 часа. Може да си я направите по следния начин: Преварявате вода, оставяте я да изстине, наливате я в чист стъклен, прозрачен съд, затваряте добре с капачка и го поставяте на място, където ще бъде пряко огряван от слънцето. Съдът събира слънчевата светлина през целия ден, а вечерта можем да започнем да я пием. До другата сутрин, когато си приготвяме ново количество.

Слънчевата вода според индиеца има изключителен лечебен ефект – с нея можем да си мием очите, да я използваме като капки за очи и уши, да третираме с нея ранички, да я използваме с мокър компрес на различни части от тялото си, а ако мажем с нея петна върху кожата, скоро те ще изчезнат.

Най-пълно действие, обаче, слънчевата вода има, ако я съчетаете с останалите три елемента от метода “Гледане на слънце” на Хира Ратан Манек: безопасно гледане на слънцето, безопасно печене на слънце и босоходство.

<http://www.az-jenata.bg/?page=article&aid=8716>

Хира Ратан Манек, слънцеед от 1995 год. (Индия)

Информация от официалния му сайт www.solarhealing.com

Във физическото тяло на човека има суперкомпютер, даден му от природата – това е мозъкът. Хира Ратан Манек го нарича мозгютер. Нашият мозък е мощен от който и да е съвременен суперкомпютер. Всеки човек на планетата има голям брой таланти и безгранични сили и възможности, дадени му от природата. Хората никога не трябва да се подценяват. Всеки човек е надарен. Ако използваме тези сили, то можем да стигнем големи висоти в развитието си. За съжаление, тези безгранични възможности са запрограмирани в тази част на мозъка, която в по-голямата си част бездейства, „спи” или не я използваме. Дори медицината е съгласна с това, че използваме мозъка си едва около 5-7%, а най-издигнатите представители на човечеството, като например Айнщайн, е използвал само 32% от своя мозък.

Ако успеем да активизираме мозъка си и да събудим тези безгранични, присъщи ни сили, то ще успеем да се издигнем на по-високо ниво на развитие. Ще успеем да постигнем каквито си искаме резултати.

За да работи мозъкът ефективно, е необходимо да се активизира. Тъй като е единно цяло, мозъкът се нуждае от цялостна енергийна поддръжка. Слънцето е източникът, хранещ мозъка, изпълващ го със сила и енергия.

Слънчевата енергия може да постъпва и да се подвизава в човешкото тяло или мозъка само чрез един орган – очите. За слънчевата енергия очите са входната врата към мозъка. Очите също се наричат „огледалото на душата”. Последните изследвания на учените са показали, че човешкото око има много други функции освен зрението. Много нови данни за функциите на очите продължават да се откриват. Очите са сложни органи, състоящи се от 5 билиона частици – много повече, отколкото космически кораб например, който се състои от 6-7 милиона части. Знаейки това, може да разберем огромните възможности на човешкото око.

Хира Ратан Манек (ХРМ) казва, че дъгата се намира в нашите очи, а не на небето. Седемте цвята на слънчевата светлина само отразяват това, което вече го има в този чудесен орган – човешкото око. Ние можем да видим дъгата, когато поискаме, - идете в градината, просто наблюдавайте течаща вода, когато Слънцето се движи над вас. И ще видите дъгата.

Очите могат да възприемат пълния спектър на слънчевата светлина. Те са като прозорец с прозрачни стъкла. Нашите очи са великолепен инструмент за възприемане, на когото са достъпни всички цветове на дъгата. Очите са нежната, чувствителна част от човешкия организъм и затова не трябва да им вредим, а да ги използваме така, че да ни служат и дълго да са работоспособни.

Такива учения на днешния ден и идеи като „не гледайте изобщо слънцето – ще си повредите ретината”, „никога не излизайте на слънце – ще се разболеете от рак на кожата”, - тези идеи са причина за ненужни истерии и паранои. Колкото по-далече стоите от природата, толкова повече си създавате причини за болести и автоматично започвате да поддържате крупните бизнес-корпорации.

Има ясни, достъпни за човека пътища за получаване на полза от природата, пътища, не причиняващи никакви нежелателни ефекти. Тези пътища са така близки до интуицията ни, както когато се събират облаци, ние се натъжаваме. Когато виждаме слънчицето, се чувстваме бодри и енергични.

Хира Ратан Манек е роден на 12 септември 1937 год. в гр. Бодхавад, Индия. В Каликут, Керал получава образование на инженер-механик в Кералския Университет. Работи в корабоплаването до 1992 год. След това започва да изследва и изучава древната практика на гледане на Слънцето, която го е интересувала още от детството. Това бил стар, но забравен метод, който се е използвал в древни времена в различни части на земното кълбо.

След като работил 3 години по този метод, Хира Ратан Манек бил готов отново да открие тайните на гледането на Слънцето. В процеса на обучение по този метод най-много го вдъхновявало учението на джайнистите, последователи на Господ Махавира, който също е практикувал гледане на Слънцето преди 2600

години. За Хира Ратан Манек вдъхновяваща била и информацията за гледането на слънцето от древните египтяни, гърците и коренните жители на Америка.

От 18 юли 1995 година Хира Ратан Манек живее само за сметка на слънчевата енергия и вода. Понякога, за да не нарушава принципите на гостоприемството или по обществени причини, пие чай, кафе или мътеница. До днес е имал 3 строги поста, през които е бил само на слънчева енергия и вода и е бил под контрол и наблюдение на различни учени и медицински екипи.

Първият пост бил от 211 дни 1995-1996 година в Калкута, Индия под ръководството на д-р Рамачандран, медицински експерт по алопатия и аюрведическа медицина.

След това вторият пост е бил 411 дни 2000-2001 год. в Ахмадабад, Индия под ръководството на международна група от 21 лекаря и учени начело със Судхир Шах и д-р К.К. Шах, по това време действащ президент на Индийската медицинска асоциация. Д-р Маури Пресман е описал опита от изучаването на феномена ХРМ в статия, която предал на групата за по-нататъшно наблюдение на Хира Ратан Манек.

След изследването в Ахмадабад, Хира Ратан Манек бил поканен в Университета Томас Джеферсън и Университета Пенсилвания във Филаделфия, където го наблюдавали 130 дни. Тази група медици си поставили за цел да изследват ретината му, епифизата и мозъка. Ръководители били д-р Ендрю Б. Нюберг, известен авторитет в изследването на мозъка, заснел филма „Какви сигнали знаем” и д-р Джордж Бернард, авторитет в областта на епифизата.

Първоначалните резултати показали, че сивите клетки в мозъка на Хира Ратан Манек се възстановяват. Били направени 700 фотографии, от които се вижда, че невроните са активни и не умират.

Нещо повече, епифизата на Хира Ратан Манек била увеличена по обем и този обем не намалявал, както обикновено става след 50 годишна възраст. Нейният максимален среден размер е около 6 x 6 мм, а при Манек размерът ѝ бил 8 x 11 мм.

Има много други практики на гледане на Слънцето, които са постигнали подобни резултат и които са били готови да се подложат на изследвания, но поради финансови и други ограничения техните постижения не са документирани.

Уникалността на Хира Ратан Манек се състои в това, че той е предоставил живото си тяло на наблюдения и научни експерименти на светилата на науката продължително време на няколко пъти.

Макар че учените и лекарите се съгласили с това, че чувството за глад намалява, ако не изчезне съвсем, което е обусловено от сложността на различните функции на мозъка, те не били готови да обяснят как гледането на Слънцето има такива позитивни ефекти за човешкия разум и тяло. Предстоят по-нататъшни изследвания.

През 2002 г. Хира Ратан Манек изнесъл повече от 136 лекции в САЩ и бил канен от правителствата на много страни да им помогне да разберат този процес, поради което бил създаден Международен Център в Орландо, Флорида. През 2003 год. ХРМ изнесъл повече от 147 лекции в САЩ, Канада, Карибите, Великобритания и Северна Ирландия, около 400 вестника по целия свят са публикували статии за него. И така до ден днешен ХРМ обикаля света и разказва безкористно за своя опит.

Тези, които искат повече да научат за Слънцето като ефективен източник на лечение, Хира Ратан Манек препоръчва книгите:

- „Светлината – медицината на бъдещето” на Джекъб Либерман

- „Изцеляващото Слънце: слънчевата светлина и здравето на 21 век” на Ричард Хобдей.

Хира Ратан Манек – използва слънчева енергия за храна
Posted on 01.03.2009 by Администратор

Слънчево хранене и феномена “ Хира Ратан Манек“

Хира Ратан Манек

Хира Ратан Манек вече осма година се храни само и единствено със слънчева светлина. Понякога разнообразява менюто си с чаша чиста вода. Тялото няма необходимост от нищо повече, доказва Хира Манек и светът, макар и бавно, започва да вярва в това. Просто защото Манек и сподвижниците му са живи и се чувстват отлично.

Името „феномен ХРМ“ принадлежи на учени от НАСА, заинтересувани от диетата на индийския гражданин. НАСА го кани, за да провери и изследва тази способност на тялото, заради възможността астронавтите да преминат на слънчева диета. При дълги космически полети храната е огромен проблем, докато водата може да се регенерира и използва постоянно.

Светът знае за Манек не от вчера. Още докато живее в щат Керал той започва експериментите през 1992 г. През 1995 г. отива на поклонение в Хималаите и когато се завръща, престава да се храни. Жена му Вилма казва, че всяка вечер той гледа в слънцето без да мига по един час. Поетата енергия е единствената му храна. Понякога пие чай, кафе или някаква течност.

Когато пристига в САЩ, научните екипи се убеждават, че индиецът наистина оцелява без храна. Изследванията се водят от д-р Патъл от Джеферсъновия университет. Резултатите доказват, че всички процеси в тялото на Манек са нормални.

Въпреки че не сме растения, които трансформират слънчевата енергия в храна, Манек доказва, че можем да го правим със същия резултат. Той казва, че ние живеем за сметка на вторичната слънчева енергия, която поемаме като се

храним с растения. Това, на което трябва да се научим е да поглъщаме тази енергия направо от първоизточника.

Манек е роден през 1937 г. и е инженер. Кариерата му е успешна. Но идва момента, когато усеща пълната безсмисленост на стремежа към материалното. През 1962 г. попада в ашрама на Шри Ауробиндо в Пондичери. Ученичка на Ауробиндо, продължаваща дейността му след неговата смърт му предава посланието: “ Ти трябва да донесеш на земята слънчевата енергия, за да помогнеш на Висшия Разум да докосне всяко тяло“. По-късно се среща с Учител, който го избира сред тълпата, за да му каже същото, което вече му е предала ученичката на Шри Ауробиндо.

Въпреки това Манек дълго не знае какво да прави. Той ходи бос по земята, стои на слънце и прави всичко, което би могло да помогне на намерението му. Неочаквано забелязва, че апетитът му видимо е изчезнал и че не се нуждае от храна, а енергията му се е повишила няколко пъти. Тогава идва откритието, че слънчевата енергия трябва да попадне в тялото. Как? През очите. Той започва стъпка по стъпка да приучава очите си да гледат право в слънцето.

Експериментът

Лекарите, към които се обръща за помощ са заинтересувани. Манек жертва година от живота си, когато започва да работи с научна група в Гуджарат. Решено е да гладува 365 дни, но експериментът продължава 411 дни. Това не е първото му гладуване. Вече го е правил за 211 дни, когато е загубил 41 кг от телото си, но не губи мускулна маса. Сега, след гладуването от 411 дни, нивото на кръвната захар е в норма, както и всички останали физиологични показатели. Неврологът д-р Судхир Шах, който ръководи уникалният експеримент следи постоянно Манек. Наблюдава го денонощно медицински екип, който не го оставя сам и за минута, денем и нощем. Манек е изолиран в отделно помещение, до което близките му нямат достъп.

Експериментът завършва на 14 февруари 2001 г. За изтеклото време Манек е пиел само гореща вода между 11 сутринта и 16 ч. следобед. На 401-я ден от гладуването си той изкачва планината Шатрунджа само за половин час.

Настъпва най-сложният за медиците момент – те трябва да намерят обяснение. Всичко това не се случва в Хималаите или в някой ашрам, а в съвременна клиника на голям град, пред очите на лекари, журналисти и учени.

Досега се смяташе, че при дълго гладуване тялото изчерпва първо карбохидратите, после в урината се появяват кетони. Протеинът се изгаря. Организмът изяжда всичките си запаси, но още преди това човек става мрачен и раздразнителен, нарушени са логиката и мисленето му. Всички жизнени параметри намаляват и след 8-10 седмици е заплашен животът на тялото. Манек опровергава това. Той е с добро самочувствие, интелектът му е съхранен, не изпада в депресия.

Какви са обясненията? Религиозната мотивация е важна, но физиологията не ѝ се подчинява винаги. Манек не е генетично различен от другите. Изводът: очевидно той успява да се храни със слънчева енергия.

При хроничната адаптация към гладуване – 16-30 денонощия метаболизмът силно се забавя. Клетките получават само кислород и вода. Центровете на глада в мозъка са потиснати и активират центровете на ситостта. Човек се приспособява и може да извършва нормална дейност, изразходвайки 500-600 калории.

В случая Манек получаващата през очите слънчева енергия захранва и изхранва цялото тяло. Като ретранслатор служи епифизата – жлезата при „третото око“. Нейната активация дирижира цялата ендокринна система. Чрез мелатонина тя регулира биоритмите, циклите на сън и бодрствуване, забавя стареенето. Епифизата намалява растенето на тялото и забавя метастазирането на някои тумори. Чрез серотонина тя участва и в психическата дейност и е пряко отговорна за екстрасензорните възприятия. Тази крехка жлеза е с обичайни размери 6 на 8 мм. Но когато сканират Манек неговата епифиза е с размери 8 на 11 мм. При този 66-годишен мъж тя е голяма колкото при 20 – годишните.

Размерът сам по себе си не говори за хиперфункция, тя се установява чрез нивата на мелатонина и серотонина, които при Манек са в норма.

Кожата също събира енергия. Акупунктурните точки са антени, които се активират чрез акупунктура и акупресура, чрез въздействието на слънцето. Приемат я пръстта, водата, растенията, животните. Когато ходите боси вие събирате в себе си от тази енергия. Тя се натрупва неясно къде, но има хипотези, че се складира в продълговатия мозък.

Д-р Судхир Шах казва в интервю: „Това, с което се сблъскваме в този момент засега не е стопроцентов научен факт, а само разработка на хипотеза. Ние предполагахме, че празният стомах е нещо, с което може да се свикне напълно.“ При адаптирането към глада се активира мозъчен участък, който е отговорен за парапсихологическите способности. Проявява се шесто чувство и организмът започва да се саморегулира. Нито хипоталамуса, нито хипофизата или продълговатия мозък претърпяват никакви промени. Глада не прави човек по-глупав, а го превръща в свободна творческа личност.

Манек казва, че той е достигнал интуитивно до това знание, което както повечето важни за нас тайни, е забравено.

Практикум

Слънчево захранване

Кой може да практикува „феномена Манек“?

Всички, които искат. Няма ограничения за възраст, за раса или религия. Не е необходимо рязко преобръщане в обичайния начин на живот, нито изтощително гладуване – тази опитност ще дойде от само себе си. Вече над 25 000 човека по света се хранят само със слънчева енергия. Мнозина вече са разбрали нейните предимства.

. През първия ден гледайте в слънцето 5 секунди, през втория – 10, на третия – 15 и т.н. Особено важно е да не измъчвате очите, за да не повредите зеницата.

. Още по-важна е вътрешната ви нагласа. Мислено си повтаряйте как слънчевите лъчи навлизат през очите ви, оттам в мозъка и после в цялото тяло. Помолете светилото да ви даде енергията си, за да бъдете здрави и хармонични.

. В слънчевата светлина са всички аспекти на дъгата и вие приемате едновременно свето- и цветотерапия. Ако някои от цветовете на енергията не достигат на тялото, те ще бъдат мигновено попълнени.

. Вярвайте, че болестите ще изчезнат, а космическата енергия храни тялото и регулира процесите в него. Преодолете страховете от болест и смърт, от мъглата на бъдещето. Менталните нарушения – стреса или депресията – ще

изчезнат. Ще се стопи напрежението и страха за решението на важни до този момент за вас жизнени проблеми. Ако такава е била целта ви – не удължавайте времето, в което ще приемате слънчевата енергия. Ако искате да вървите напред – продължавайте с по няколко секунди всекидневната си терапия. След шест месеца или 180 дни вече ще можете да гледате без напрежение в слънцето по 15-20 минути. За това време физическите болести ще изчезнат напълно.

. След като преодолеете 15-минутната бариера за гледане в слънцето, ще започнете да усещате, че апетитът изчезва. Това е победа над чувството за глад, а не негово потискане. Когато ще можете да съзерцавате слънцето по 30-35 минути мозъкът ще започне да съхранява слънчевата енергия и да се храни с нея. Още на 270-я ден или на третия месец ще можете да се взирате в слънцето по 44 минути. **ТОВА ВРЕМЕ НЕ БИВА ДА СЕ ПРЕВИШАВА!**

За този период потребността от храна ще изчезне напълно и няма да ви мъчи чувството за глад, което ще премине само. Ще откриете нови възможности – способност за ясна визуализация на образи или състояния, виждане на аури и вътрешни състояния. На този етап можете да спрете ежедневното взиране в слънцето, защото енергията вече се е натрупала във всяка клетка. Когато клетките са заредени, редовните сеанси не са необходими, те могат да станат периодични.

Някои предпочитат да тичат боси под слънцето за 40-50 минути дневно. Те усещат освобождаване от вътрешния дискомфорт и пълна свобода, психосоматичните болести изчезват като кошмарен сън. Около тялото ви се образува енергийна корона. Под нейното въздействие ще отстъпват всички болести, а ще имате осигурена енергийна защита. Дори най-силният враг няма да е в състояние да ви навреди.

Манек казва, че ние губим огромно количество енергия, за да храним себе си. Ако не дъвчехме всичко и запазвахме вътрешната си хармония, потребностите от енергия значително намаляват. Само в Индия вече има над 20 души, които не се хранят поне от 5 години. Неколцина други не го правят от 20 и повече години. В целия свят числото им надвишава 200.

Мерки за безопасност

- Не увеличавайте визуалния контакт със слънцето с повече от 10 секунди дневно.

- Не превишавайте нормата от 44 минути и не гледайте в слънцето по-дълго.

- Периодично посещавайте очен лекар, за да пропуснете опасността от някакви усложнения.

Манек смята, че когато гледате в слънцето, трябва да стоите боси върху земята. Не върху бетон или камъни и дори не върху трева, а просто върху гола земя. Може да се стои върху пясък или върху пращен път, но не върху балкон. Трябва да сте боси.

Мястото, където приемате слънчевата светлина не трябва да попада в сянка. Ако сте на открито пространство, прекарвайте по час навън веднага след разсъмване или в последния час преди залез.

- Не гледайте в слънцето без да свалите поглед от него. Достатъчно е само да поглеждате в него и да запазвате визуалния му образ в съзнанието си. Отпуснете се до състояние на релаксация.

- Ако възникнат очни проблеми, Манек съветва да преминете на друг режим – да гледате директно в слънцето 1 сек., после да затворите очи и да го наблюдавате с „третото око“, чакра Аджна. Когато мисленият образ изчезне, отворете очи и погледнете в слънцето отново. Правете го докато мисленият

образ на слънцето не се запазва 5-6 минути. За това време и медицинските очни проблеми ще изчезнат и вие ще преминете към нормалната практика.

За Манек дългият пост има не само научно, но и религиозно значение. “ Ние не използваме дори 10 процента от възможностите на мозъка си. Когато му обезпечим енергийна храна, нашите способности ще нараснат силно. Всъщност разширеното и просветлено съзнание означават 100 процентно използване на мозъка ни.“

Докторът по медицина от Филадельфия Маури Д. Пресман пише, че за човечеството са се появили надежди за излизане от старите граници. Надежди да управляваме телата и мозъка си чрез магнитната и слънчевата енергия. Тази нова опитност ще ни превърне в нова раса, по-съвършена в духовен и физически смисъл. Ще отпаднат необходимостите от скалпел и химически медикаменти, войните, които винаги се водят за територии, върху които се отглежда храна и имат петрол ще станат безсмислени. Ние ще имаме повече време и мотивация за духовни победи и контакти с други светове.

юни 2009 г.

по материали от интернет

Хира Ратан Манек посети България

Видеозапис на лекцията изнесена от Хира Манек в София на 15.07.2009 в Музея „Земята и хората“.

Индиецът Хира Ратан Манек (ХРМ), човекът който може да живее години без храна, захранвайки се само от слънчева енергия, посети България.

Организатори на посещението са Йога студио „ОМ“ и клуб „КОСМОС“ от гр.Пловдив. В програмата на Х.Манек бяха включени лекции в големите градове Варна, В.Търново, Пловдив и София.

Издавам моята лична благодарност на организаторите за възможността да видим и се запознаем с този уникален „слънчев“ човек.

Успях да посетя лекцията на Хира Манек в София.

Лекцията бе изнесена на 15.07.2009 г. в сградата на музея „Земята и хората“ (нямам информация как са протекли срещите на ХРМ в другите градове).

На срещата присъстваха около 1000 души (по моя преценка).Този голям интерес предизвика известно объркване в организаторите и администрацията на музея, но те реагираха бързо и разрешиха на слушателите да се качат на втория етаж.По този начин всички имаха възможност да видят и чуят феномена Хира Ратан Манек.

Като цяло лекцията повтори информацията публикувана в Интернет.Нямаше нещо ново и отличително от вече изнесената информация.Това което ми направи впечатление, бе че ХРМ няколко пъти подчерта, че техниката за гледане в слънцето („слънчоглед“) има за цел да подобри физическото и психическото здраве на практикуващия.Това е своеобразен „слънчев пост“ за подобряване на здравето, както и да отключи скритите възможности в мозъка на човека.Целта на техниката „слънчоглед“ не е да се спре приемането на храна.

Друго по-интересно бе това, че според ХРМ гледането в слънцето не влошава зрението.

Тъкмо обратното, практиката показва, че зрението се подобрява (при спазване метода на ХРМ). Намаляват се диоптрите, или напълно се свалят очилата. Някои очни заболявания могат да се лекуват чрез техниката „слънчоглед“.

Хората, които не издържат на слънчевите лъчи, могат да практикуват „слънчоглед“ като си поставят превръзка от бял плат на очите. Може да се ползват също очила от черен картон с пробити множество малки отвори (от игла) през които може безопасно да се гледа в слънцето.

Индиецът говори за „слънчева вода“ която може да се използва като допълнително средство за „слънцелечение“. Просто питейна вода се поставя в съд от прозрачно, безцветно стъкло на слънце. Когато водата в съда се загрее, тя вече е „заредена“ и може да се пие. Деца до 15 г., бременни жени и възрастни хора могат спокойно да практикуват техниката „слънчоглед“, но с ограничения във времето.

Лекцията продължи повече от 1 час. Хира Манек говори през цялото време, без да чете. Думите му се превеждаха от професионална праводачка в симултанен превод.

След лекцията ХРМ отговори на десетина въпроса, зададени от публиката. Когато въпросите свършиха, около ХРМ се образува кръг от хора, които му задаваха директно нови въпроси. Успях да се приближа и да го снимам. Въпреки , че Манек бе говорил повече от час и половина, той изглеждаше бодър и във добра форма. Сух, стегнат възрастен мъж (72 г.) той не показваше следи от умора или напрежение. На въпроса ми „Какво става със съня при продължително практикуване на техниката „слънчоглед“? индиецът отговори, че той спи нормално и няма проблеми със съня. Хира Манек спи около три часа в денонощието.

В заключение ще кажа, че Хира Ратан Манек е един уравновесен човек. Той искрено желае да сподели своя опит с хората от цял свят. Слънчевият човек прави това съвсем безплатно, както слънцето свети за всички и дарява светлина и живот, така и слънчевият феномен Манек смята за свой дълг да сподели опита си със света.

За мен това е един жив човек дошъл от бъдещето. Един човек от бъдещата шеста , а защо не и от седмата раса ?

„Всичко е светлина, ако ти можеш да съгъстиш светлината, ще имаш храна . . .

Хиляди години могат да минат, но хората ще се хранят със светлина. Това ще бъде един голям успех. Аз мисля, че едва след 2100 година, може да се създадат условия да се храни човек със светлина . . .”

Учителят Петър Дънов „Живият хляб“ 1932 – 1933 г.

юли 2009 г. София

текст Администратор

Хира Манек в България за втори път

Манек в София

Лекция на Манек в София 27.07.2010 г.

Лекция на Манек в София 27.07.2010 г.

This entry was posted in 03.Хора феномени and tagged Add new tag, преобразуване на слънчевата светлина в биоенергия, слънчево хранене, усвояване на слънчевите лъчи, феномена на слънчевото хранене. Bookmark the permalink.

← Ванга

Хипнозата като средство за комуникация →

24 Responses to Хира Ратан Манек – използва слънчева енергия за храна

Николай says:

08.08.2009 at 21:53

Здравствуйте. Я хотела спросить. Я вот пишу бывает вам комментарии они появляются но потом когда через минутку захожу их уже нет. Почему так знаете ?

Нога says:

17.08.2009 at 10:43

Исключително се заинтригувах, след това прочетох това в Wikipedia: There are reports that NASA expressed interest in Mr Manek. On the other hand, Dolores Beasley, a Nasa spokeswoman, says this never occurred and is an invented story

Рубен says:

18.08.2009 at 19:58

Хороший блог Люблю почитать каждый день (ну и в другое время тоже).
капИ says:

20.08.2009 at 21:05

НЕ в тему немного, но радует, что автор к блогу не просто тупо взял какую то тему для Вордпресса, а сделал что то свое и вкладывает в это дело душу.

Всеволод Павленко says:

23.08.2009 at 2:26

Весьма возможно. Иногда так действительно случается.

Piratski says:

23.08.2009 at 19:46

Трогательно)

Поло says:

23.08.2009 at 23:15

Сенкью, полезная инфа!

Поло says:

24.08.2009 at 11:08

Спасибо вам за статью, только почему не пишете продолжение?

Olegreze says:

09.09.2009 at 22:45

Основная задача Яндекса — давать ответы на вопросы пользователей!

Eva says:

12.12.2009 at 17:28

Аз също бях прочела преди време че НАСА отричат всичко казано, но пък и не бих се изненадала имайки предвид че НАСА се опитват да запазят репутацията си и да не се влияят от „някакви си“ идеи за гледане на слънцето при условие че технически не е доказано как работи слънчевото хранване. Вече три месеца го практикувам, но не мога да кажа нищо повече, освен че от месец-два се чувствам изключително енергична, което досега никога не ми се е случвало. Мога да правя страшно много неща през деня, и накрая да съм съвсем малко уморена. За сега обаче гладът си ме посещава ежедневно.

bars_i says:

17.12.2009 at 13:40

Аз се занимавам от шест месеца и се чувствам добре,но и при мен глад е в повече за сега.

bars_i says:

20.02.2010 at 9:29

Вече навлизам в осмия месец от заниманията ми с гледането на слънцето.Измененията са в положителна посока.

Volupt says:

01.03.2010 at 22:09

bars_i, ти практикуваш ли слънцестоеенето само сутрин или само вечер, или не спазваш точно определен ред? също така след шестия месец на колко често го правиш, продължаваш ли всеки ден ?

bars_i says:

02.03.2010 at 19:27

Volupt почти спазвам да гледам или сутрин или вечер.Ноември,декември гледах и през други часове от деня,защото не е опасно.Гледал съм и сутрин и вечер по 45 минути или общо 1 час и 30 мин.когато е хубаво времето.Само когато няма никакво слънце само тогава не гледам.Тогава правя почивка.

Volupt says:

02.03.2010 at 22:00

благодаря ти за бързия отговор

а ако в първите няколко месеца се случи да няма слънце, възможно ли е практиката да се провали и да се наложи отначало да се започне? нали това е най-важното време за приспособяване към слънцестоеенето

bars_i says:

03.03.2010 at 0:07

Няма никакъв проблем.Изчаква се да премине облачното време и се започва от там кадето е стигнато като се прибавят следващите 10 секунди.Аз малко не ги спазвам тези интервали от 10 секунди,но то си е за моя сметка.Не го препоръчвам.

Volupt says:

14.03.2010 at 23:00

Въпросът ми може да прозвучи странно, но как може човек да практикува босото ходене по земя през зимата, когато има сняг? при това по цели 45 минути? Няма ли да замръзне, а и самият сняг брои ли се за земя или трябва да си намери разчистено място

bars_i says:

15.03.2010 at 7:28

Аз лично не съм хогил бос през зимата,но лятото ходих до късно.Мисля,че не са необходими такива истезания.Когато е възможно може да се увеличи примерно времетраенето-цял ден.Какво пречи днес сме свободни и сме на село и да си ходим целия ден боси.

Volupt says:

29.03.2010 at 20:58

А при теб отминава ли вече нуждата да се храниш редовно ?

bars_i says:

30.03.2010 at 12:55

Лошото е,че не.Но ми се струва,че има някои неща които се получават,но да не бързам.Остават още 15-17 дни до края на периода от 9 месеца.Времето се затопли и започвам босоходството и слънчевата вода.Мисля,че премахването на глада се получава от слънчевата вода.

Volupt says:

16.04.2010 at 19:58

Има ли някаква промяна или гладът все още те застига ?

bars_i says:

16.04.2010 at 21:00

Храня се все още и то добре,но без месни продукти.Повече банани,ябълки и ядки и други растителни.Един два пъти по малко риба в месеца.Яйца също почти не ползвам.Хляб и тестени продукти използвам на 100%

аз says:

30.06.2010 at 11:53

bars_i практиката ти не се получава, защото не спазваш това, което ти е казано. И човека ти го е казал. Не превишавай 10-те секунди. Продължавай да си ги насосваш и никога няма да постигнеш резултат. А с тази въглехидратна диета си вредиш на максимум.

Който иска да се храни здравословно ТРЯБВА ДА ЯДЕ -М-Е-С-О-. Виж тук -->> spidersport.com

И нещо много важно. Без това отдолу дето съм го копнал, ако ще и 1000 години да гледаш слънцето и луната няма да постигнеш никакви резултати или ще са незначителни.

„Още по-важна е вътрешната ви нагласа. Мислено си повтаряйте как слънчевите лъчи навлизат през очите ви, оттам в мозъка и после в цялото тяло. Помолете светилото да ви даде енергията си, за да бъдете здрави и хармонични.“

Volypt says:

25.07.2010 at 16:34

Някъде четох, че в първите два месеца всеки ден трябва да се практикува слънцестоеенето и чак след това вече може от време на време да се пропуска по някой ден. Какво става ако преди да са изтекли двата месеца спрем за 2-3 дена, заради времето и наличието на облаци? Започва се отначало ли или оттам, докдето сме стигнали?

Хира Ратан Манек – използва слънчева енергия за храна

Posted on 01.03.2009 by Администратор

Слънчево хранене и феномена “ Хира Ратан Манек“

Хира Ратан Манек

Хира Ратан Манек вече осма година се храни само и единствено със слънчева светлина. Понякога разнообразява менюто си с чаша чиста вода. Тялото няма необходимост от нищо повече, доказва Хира Манек и светът, макар и бавно, започва да вярва в това. Просто защото Манек и сподвижниците му са живи и се чувстват отлично.

Името „феномен ХРМ“ принадлежи на учени от НАСА, заинтересувани от диетата на индийския гражданин. НАСА го кани, за да провери и изследва тази способност на тялото, заради възможността астронавтите да преминат на слънчева диета. При дълги космически полети храната е огромен проблем, докато водата може да се регенерира и използва постоянно.

Светът знае за Манек не от вчера. Още докато живее в щат Керал той започва експериментите през 1992 г. През 1995 г. отива на поклонение в Хималаите и когато се завръща, престава да се храни. Жена му Вилма казва, че всяка вечер той гледа в слънцето без да мига по един час. Поетата енергия е единствената му храна. Понякога пие чай, кафе или някаква течност.

Когато пристига в САЩ, научните екипи се убеждават, че индиецът наистина оцелява без храна. Изследванията се водят от д-р Патъл от Джеферсъновия университет. Резултатите доказват, че всички процеси в тялото на Манек са нормални.

Въпреки че не сме растения, които трансформират слънчевата енергия в храна, Манек доказва, че можем да го правим със същия резултат. Той казва, че ние живеем за сметка на вторичната слънчева енергия, която поемаме като се храним с растения. Това, на което трябва да се научим е да поглъщаме тази енергия направо от първоизточника.

Манек е роден през 1937 г. и е инженер. Кариерата му е успешна. Но идва момента, когато усеща пълната безсмисленост на стремежа към материалното.

През 1962 г. попада в ашрама на Шри Ауробиндо в Пондичери. Ученичка на Ауробиндо, продължаваща дейността му след неговата смърт му предава посланието: “ Ти трябва да донесеш на земята слънчевата енергия, за да помогнеш на Висшия Разум да докосне всяко тяло“. По-късно се среща с Учител, който го избира сред тълпата, за да му каже същото, което вече му е предала ученичката на Шри Ауробиндо.

Въпреки това Манек дълго не знае какво да прави. Той ходи бос по земята, стои на слънце и прави всичко, което би могло да помогне на намерението му. Неочаквано забелязва, че апетитът му видимо е изчезнал и че не се нуждае от храна, а енергията му се е повишила няколко пъти. Тогава идва откритието, че слънчевата енергия трябва да попадне в тялото. Как? През очите. Той започва стъпка по стъпка да приучава очите си да гледат право в слънцето.

Експериментът

Лекарите, към които се обръща за помощ са заинтересувани. Манек жертва година от живота си, когато започва да работи с научна група в Гуджарат. Решено е да гладува 365 дни, но експериментът продължава 411 дни. Това не е първото му гладуване. Вече го е правил за 211 дни, когато е загубил 41 кг от теглото си, но не губи мускулна маса. Сега, след гладуването от 411 дни, нивото на кръвната захар е в норма, както и всички останали физиологични показатели. Неврологът д-р Судхир Шах, който ръководи уникалният експеримент следи постоянно Манек. Наблюдава го денонощно медицински екип, който не го оставя сам и за минута, денем и нощем. Манек е изолиран в отделно помещение, до което близките му нямат достъп.

Експериментът завършва на 14 февруари 2001 г. За изтеклото време Манек е пиел само гореща вода между 11 сутринта и 16 ч. следобед. На 401-я ден от гладуването си той изкачва планината Шатрунджа само за половин час.

Настъпва най-сложният за медиците момент – те трябва да намерят обяснение. Всичко това не се случва в Хималаите или в някой ашрам, а в съвременна клиника на голям град, пред очите на лекари, журналисти и учени.

Досега се смяташе, че при дълго гладуване тялото изчерпва първо карбохидратите, после в урината се появяват кетони. Протеинът се изгаря. Организмът изяжда всичките си запаси, но още преди това човек става мрачен и раздразнителен, нарушени са логиката и мисленето му. Всички жизнени параметри намаляват и след 8-10 седмици е заплашен животът на тялото. Манек опровергава това. Той е с добро самочувствие, интелектът му е съхранен, не изпада в депресия.

Какви са обясненията? Религиозната мотивация е важна, но физиологията не ѝ се подчинява винаги. Манек не е генетично различен от другите. Изводът: очевидно той успява да се храни със слънчева енергия.

При хроничната адаптация към гладуване – 16-30 денонощия метаболизмът силно се забавя. Клетките получават само кислород и вода. Центровете на глада в мозъка са потиснати и активират центровете на ситостта. Човек се приспособява и може да извършва нормална дейност, изразходвайки 500-600 калории.

В случая Манек получаващата през очите слънчева енергия захранва и изхранва цялото тяло. Като ретранслатор служи епифизата – жлезата при „третото око“. Нейната активация дирижира цялата ендокринна система. Чрез мелатонина тя регулира биоритмите, циклите на сън и бодърстване, забавя стареенето. Епифизата намалява растенето на тялото и забавя метастазирането на някои

тумори. Чрез серотонина тя участва и в психическата дейност и е пряко отговорна за екстрасензорните възприятия. Тази крехка жлеза е с обичайни размери 6 на 8 мм. Но когато сканират Манек неговата епифиза е с размери 8 на 11 мм. При този 66-годишен мъж тя е голяма колкото при 20 – годишните.

Размерът сам по себе си не говори за хиперфункция, тя се установява чрез нивата на мелатонина и серотонина, които при Манек са в норма.

Кожата също събира енергия. Акупунктурните точки са антени, които се активират чрез акупунктура и акупресура, чрез въздействието на слънцето. Приемат я пръстта, водата, растенията, животните. Когато ходите боси вие събирате в себе си от тази енергия. Тя се натрупва неясно къде, но има хипотези, че се складира в продълговатия мозък.

Д-р Судхир Шах казва в интервю: „Това, с което се сблъскваме в този момент засега не е стопроцентов научен факт, а само разработка на хипотеза. Ние предполагахме, че празният стомах е нещо, с което може да се свикне напълно.“ При адаптирането към глад се активира мозъчен участък, който е отговорен за парапсихологическите способности. Проявява се шесто чувство и организмът започва да се саморегулира. Нито хипоталамуса, нито хипофизата или продълговатия мозък претърпяват никакви промени. Глада не прави човек по-глупав, а го превръща в свободна творческа личност.

Манек казва, че той е достигнал интуитивно до това знание, което както повечето важни за нас тайни, е забравено.

Практикум

Слънчево хранване

Кой може да практикува „феномена Манек“?

Всички, които искат. Няма ограничения за възраст, за раса или религия. Не е необходимо рязко преобръщане в обичайния начин на живот, нито изтощително гладуване – тази опитност ще дойде от само себе си. Вече над 25 000 човека по света се хранят само със слънчева енергия. Мнозина вече са разбрали нейните предимства.

. През първия ден гледайте в слънцето 5 секунди, през втория – 10, на третия – 15 и т.н. Особено важно е да не измъчвате очите, за да не повредите зеницата.

. Още по-важна е вътрешната ви нагласа. Мислено си повтаряйте как слънчевите лъчи навлизат през очите ви, оттам в мозъка и после в цялото тяло. Помолете светилото да ви даде енергията си, за да бъдете здрави и хармонични.

. В слънчевата светлина са всички аспекти на дъгата и вие приемате едновременно свето- и цветотерапия. Ако някои от цветовете на енергията не достигат на тялото, те ще бъдат мигновено попълнени.

. Вярвайте, че болестите ще изчезнат, а космическата енергия храни тялото и регулира процесите в него. Преодолете страховете от болест и смърт, от мъглата на бъдещето. Менталните нарушения – стреса или депресията – ще изчезнат. Ще се стопи напрежението и страха за решението на важни до този момент за вас жизнени проблеми. Ако такава е била целта ви – не удължавайте времето, в което ще приемате слънчевата енергия. Ако искате да вървите напред – продължавайте с по няколко секунди всекидневната си терапия. След шест

месеца или 180 дни вече ще можете да гледате без напрежение в слънцето по 15-20 минути. За това време физическите болести ще изчезнат напълно.

. След като преодолеете 15-минутната бариера за гледане в слънцето, ще започнете да усещате, че апетитът изчезва. Това е победа над чувството за глад, а не негово потискане. Когато ще можете да съзерцавате слънцето по 30-35 минути мозъкът ще започне да съхранява слънчевата енергия и да се храни с нея. Още на 270-я ден или на третия месец ще можете да се взирате в слънцето по 44 минути. **ТОВА ВРЕМЕ НЕ БИВА ДА СЕ ПРЕВИШАВА!**

За този период потребността от храна ще изчезне напълно и няма да ви мъчи чувството за глад, което ще премине само. Ще откриете нови възможности – способност за ясна визуализация на образи или състояния, виждане на аури и вътрешни състояния. На този етап можете да спрете ежедневното взирание в слънцето, защото енергията вече се е натрупала във всяка клетка. Когато клетките са заредени, редовните сеанси не са необходими, те могат да станат периодични.

Някои предпочитат да тичат боси под слънцето за 40-50 минути дневно. Те усещат освобождаване от вътрешния дискомфорт и пълна свобода, психосоматичните болести изчезват като кошмарен сън. Около тялото ви се образува енергийна корона. Под нейното въздействие ще отстъпват всички болести, а ще имате осигурена енергийна защита. Дори най-силният враг няма да е в състояние да ви навреди.

Манек казва, че ние губим огромно количество енергия, за да храним телата си. Ако не дъвчехме всичко и запазвахме вътрешната си хармония, потребностите от енергия значително намаляват. Само в Индия вече има над 20 души, които не се хранят поне от 5 години. Неколцина други не го правят от 20 и повече години. В целия свят числото им надвишава 200.

Мерки за безопасност

- Не увеличавайте визуалния контакт със слънцето с повече от 10 секунди дневно.

- Не превишавайте нормата от 44 минути и не гледайте в слънцето по-дълго.

- Периодично посещавайте очен лекар, за да пропуснете опасността от някакви усложнения.

Манек смята, че когато гледате в слънцето, трябва да стоите боси върху земята. Не върху бетон или камъни и дори не върху трева, а просто върху гола земя. Може да се стои върху пясък или върху пращен път, но не върху балкон. Трябва да сте боси.

Мястото, където приемате слънчевата светлина не трябва да попада в сянка. Ако сте на открито пространство, прекарвайте по час навън веднага след разсъмване или в последния час преди залез.

- Не гледайте в слънцето без да свалите поглед от него. Достатъчно е само да поглеждате в него и да запазвате визуалния му образ в съзнанието си. Отпуснете се до състояние на релаксация.

- Ако възникнат очни проблеми, Манек съветва да преминете на друг режим – да гледате директно в слънцето 1 сек., после да затворите очи и да го наблюдавате с „третото око“, чакра Аджна. Когато мисленият образ изчезне, отворете очи и погледнете в слънцето отново. Правете го докато мисленият образ на слънцето не се запазва 5-6 минути. За това време и медицинските очни проблеми ще изчезнат и вие ще преминете към нормалната практика.

За Манек дългият пост има не само научно, но и религиозно значение. “ Ние не използваме дори 10 процента от възможностите на мозъка си. Когато му

обезпечим енергийна храна, нашите способности ще нараснат силно. Всъщност разширеното и просветлено съзнание означават 100 процентно използване на мозъка ни.“

Докторът по медицина от Филадельфия Маури Д. Пресман пише, че за човечеството са се появили надежди за излизане от старите граници. Надежди да управляваме телата и мозъка си чрез магнитната и слънчевата енергия. Тази нова опитност ще ни превърне в нова раса, по-съвършена в духовен и физически смисъл. Ще отпаднат необходимостите от скалпел и химически медикаменти, войните, които винаги се водят за територии, върху които се отглежда храна и имат петрол ще станат безсмислени. Ние ще имаме повече време и мотивация за духовни победи и контакти с други светове.

юни 2009 г.

по материали от интернет

Хира Ратан Манек посети България

Видеозапис на лекцията изнесена от Хира Манек в София на 15.07.2009 в Музея „Земята и хората“.

Индиецът Хира Ратан Манек (ХРМ), човекът който може да живее години без храна, захранвайки се само от слънчева енергия, посети България.

Организатори на посещението са Йога студио „ОМ“ и клуб „КОСМОС“ от гр.Пловдив. В програмата на Х.Манек бяха включени лекции в големите градове Варна, В.Търново, Пловдив и София.

Издавам моята лична благодарност на организаторите за възможността да видим и се запознаем с този уникален „слънчев“ човек.

Успях да посетя лекцията на Хира Манек в София.

Лекцията бе изнесена на 15.07.2009 г. в сградата на музея „Земята и хората“ (нямам информация как са протекли срещите на ХРМ в другите градове).

На срещата присъстваха около 1000 души (по моя преценка).Този голям интерес предизвика известно объркване в организаторите и администрацията на музея, но те реагираха бързо и разрешиха на слушателите да се качат на втория етаж.По този начин всички имаха възможност да видят и чуят феномена Хира Ратан Манек.

Като цяло лекцията повтори информацията публикувана в Интернет.Нямаше нещо ново и отличително от вече изнесената информация.Това което ми направи впечатление, бе че ХРМ няколко пъти подчерта, че техниката за гледане в слънцето („слънчоглед“) има за цел да подобри физическото и психическото здраве на практикуващия.Това е своеобразен „слънчев пост“ за подобряване на здравето, както и да отключи скритите възможности в мозъка на човека.Целта на техниката „слънчоглед“ не е да се спре приемането на храна.

Друго по-интересно бе това, че според ХРМ гледането в слънцето не влошава зрението.

Тъкмо обратното, практиката показва, че зрението се подобрява (при спазване метода на ХРМ).Намаляват се диоптрите, или напълно се свалят очилата.Някои очни заболявания могат да се лекуват чрез техниката „слънчоглед“.

Хората, които не издържат на слънчевите лъчи, могат да практикуват „слънчоглед“ като си поставят превръзка от бял плат на очите. Може да се ползват също очила от черен картон с пробити множество малки отвори (от игла) през които може безопасно да се гледа в слънцето.

Индиецът говори за „слънчева вода“ която може да се използва като допълнително средство за „слънцелечение“. Просто питейна вода се поставя в съд от прозрачно, безцветно стъкло на слънце. Когато водата в съда се загрее, тя вече е „заредена“ и може да се пие. Деца до 15 г., бременни жени и възрастни хора могат спокойно да практикуват техниката „слънчоглед“, но с ограничения във времето.

Лекцията продължи повече от 1 час. Хира Манек говори през цялото време, без да чете. Думите му се превеждаха от професионална праводачка в симултанен превод.

След лекцията ХРМ отговори на десетина въпроса, зададени от публиката. Когато въпросите свършиха, около ХРМ се образува кръг от хора, които му задаваха директно нови въпроси. Успях да се приближа и да го снимам. Въпреки , че Манек бе говорил повече от час и половина, той изглеждаше бодр и във добра форма. Сух, стегнат възрастен мъж (72 г.) той не показваше следи от умора или напрежение. На въпроса ми „Какво става със съня при продължително практикуване на техниката „слънчоглед“? индиецът отговори, че той спи нормално и няма проблеми със съня. Хира Манек спи около три часа в денонощието.

В заключение ще кажа, че Хира Ратан Манек е един уравновесен човек. Той искрено желае да сподели своя опит с хората от цял свят. Слънчевият човек прави това съвсем безплатно, както слънцето свети за всички и дарява светлина и живот, така и слънчевият феномен Манек смята за свой дълг да сподели опита си със света.

За мен това е един жив човек дошъл от бъдещето. Един човек от бъдещата шеста , а защо не и от седмата раса ?

„Всичко е светлина, ако ти можеш да съгъстиш светлината, ще имаш храна . . .

Хиляди години могат да минат, но хората ще се хранят със светлина. Това ще бъде един голям успех. Аз мисля, че едва след 2100 година, може да се създадат условия да се храни човек със светлина . . .”

Учителят Петър Дънов „Живият хляб“ 1932 – 1933 г.

юли 2009 г. София

текст Администратор

Хира Манек в България за втори път

Манек в София

Лекция на Манек в София 27.07.2010 г.

Лекция на Манек в София 27.07.2010 г.

This entry was posted in 03.Хора феномени and tagged Add new tag, преобразуване на слънчевата светлина в биоенергия, слънчево хранене, усвояване на слънчевите лъчи, феномена на слънчевото хранене. Bookmark the permalink.

← Ванга

Хипнозата като средство за комуникация →

24 Responses to Хира Ратан Манек – използва слънчева енергия за храна

Николай says:

08.08.2009 at 21:53

Здравствуйте. Я хотела спросить. Я вот пишу бывает вам комментарии они появляются но потом когда через минутку захожу их уже нет. Почему так знаете ?

Нора says:

17.08.2009 at 10:43

Исклучително се заинтригувах, след това прочетох това в Wikipedia: There are reports that NASA expressed interest in Mr Manek. On the other hand, Dolores Beasley, a Nasa spokeswoman, says this never occurred and is an invented story

Рубен says:

18.08.2009 at 19:58

Хороший блог Люблю почитать каждый день (ну и в другое время тоже).

капИ says:

20.08.2009 at 21:05

НЕ в тему немного, но радует, что автор к блогу не просто тупо взял какую то тему для Вордпресса, а сделал что то свое и вкладывает в это дело душу.

Всеволод Павленко says:

23.08.2009 at 2:26

Весьма возможно. Иногда так действительно случается.

Piratski says:

23.08.2009 at 19:46

Трогательно)

Поло says:

23.08.2009 at 23:15

Сенкью, полезная инфа!

Поло says:

24.08.2009 at 11:08

Спасибо вам за статью, только почему не пишете продолжение?

Olegreze says:
09.09.2009 at 22:45

Основная задача Яндекса — давать ответы на вопросы пользователей!
Eva says:
12.12.2009 at 17:28

Аз също бях прочела преди време че НАСА отричат всичко казано, но пък и не бих се изненадала имайки предвид че НАСА се опитват да запазят реномето си и да не се влияят от „някакви си“ идеи за гледане на слънцето при условие че технически не е доказано как работи слънчевото захранване. Вече три месеца го практикувам, но не мога да кажа нищо повече, освен че от месец-два се чувствам изключително енергична, което досега никога не ми се е случвало. Мога да правя страшно много неща през деня, и накрая да съм съвсем малко уморена. За сега обаче гладът си ме посещава ежедневно.

bars_i says:
17.12.2009 at 13:40

Аз се занимавам от шест месеца и се чувствам добре,но и при мен глада е в повече за сега.

bars_i says:
20.02.2010 at 9:29

Вече навлизам в осмия месец от заниманията ми с гледането на слънцето.Измененията са в положителна посока.

Volupt says:
01.03.2010 at 22:09

bars_i, ти практикуваш ли слънцестоенето само сутрин или само вечер, или не спазваш точно определен ред? също така след шестия месец на колко често го правиш, продължаваш ли всеки ден ?

bars_i says:
02.03.2010 at 19:27

Volupt почти спазвам да гледам или сутрин или вечер.Ноември,декември гледах и през други часове от деня,защото не е опасно.Гледал съм и сутрин и вечер по 45 минути или общо 1 час и 30 мин.когато е хубаво времето.Само когато няма никакво слънце само тогава не гледам.Тогава правя почивка.

Volupt says:
02.03.2010 at 22:00

благодаря ти за бързия отговор

а ако в първите няколко месеца се случи да няма слънце, възможно ли е практиката да се провали и да се наложи отначало да се започне? нали това е най-важното време за приспособяване към слънцестоенето

bars_i says:
03.03.2010 at 0:07

Няма никакъв проблем.Изчаква се да премине облачното време и се започва от там кадето е стигнато като се прибавят следващите 10 секунди.Аз малко не ги

спазвам тези интервали от 10 секунди,но то си е за моя сметка.Не го препоръчвам.

Volupt says:

14.03.2010 at 23:00

Въпросът ми може да прозвучи странно, но как може човек да практикува босото ходене по земя през зимата, когато има сняг? при това по цели 45 минути? Няма ли да замръзне, а и самият сняг брои ли се за земя или трябва да си намери разчистено място

bars_i says:

15.03.2010 at 7:28

Аз лично не съм хогил бос през зимата,но лятото ходих до късно.Мисля,че не са необходими такива истезания.Когато е възможно може да се увеличи примерно времетраенето-цял ден.Какво пречи днес сме свободни и сме на село и да си ходим целия ден боси.

Volupt says:

29.03.2010 at 20:58

А при теб отминава ли вече нуждата да се храниш редовно ?

bars_i says:

30.03.2010 at 12:55

Лошото е,че не.Но ми се струва,че има някои неща които се получават,но да не бързам.Остават още 15-17 дни до края на периода от 9 месеца.Времето се затопли и започвам босоходството и слънчевата вода.Мисля,че премахването на глада се получава от слънчевата вода.

Volupt says:

16.04.2010 at 19:58

Има ли някаква промяна или гладът все още те застига ?

bars_i says:

16.04.2010 at 21:00

Храня се все още и то добре,но без месни продукти.Повече банани,ябълки и ядки и други растителни.Един два пъти по малко риба в месеца.Яйца също почти не ползвам.Хляб и тестени продукти използвам на 100%

аз says:

30.06.2010 at 11:53

bars_i практиката ти не се получава, защото не спазваш това, което ти е казано. И човека ти го е казал. Не превишавай 10-те секунди. Продължавай да си ги насосваш и никога няма да постигнеш резултат. А с тази въглехидратна диета си вредиш на максимум.

Който иска да се храни здравословно ТРЯБВА ДА ЯДЕ -М-Е-С-О-. Виж тук ->>> spidersport.com

И нещо много важно. Без това отдолу дете съм го копнал, ако ще и 1000 години да гледаш слънцето и луната няма да постигнеш никакви резултати или ще са незначителни.

„Още по-важна е вътрешната ви нагласа. Мислено си повтаряйте как слънчевите лъчи навлизат през очите ви, оттам в мозъка и после в цялото тяло. Помолете светилото да ви даде енергията си, за да бъдете здрави и хармонични.“

Volupt says:

25.07.2010 at 16:34

Някъде четох, че в първите два месеца всеки ден трябва да се практикува слънцестоенето и чак след това вече може от време на време да се пропуска по някой ден. Какво става ако преди да са изтекли двата месеца спрем за 2-3 дена, заради времето и наличието на облаци? Започва се отначало ли или оттам, докъдето сме стигнали?