



ТРАНСЕРФИНГ
РЕАЛЬНОСТИ

Вперед в прошлое!

ступень III

Яблоки
падают
в небо

Упр
реа.

ступе



Вадим Зеланд



Вадим Зеланд



Вадим Зеланд

ВАДИМ ЗЕЛАНД
ТРАНСЕРФИНГ РЕАЛЬНОСТИ
СТУПЕНИ III-V



Трансерфинг реальности. Сборники

Вадим Зеланд

**Трансерфинг реальности.
Ступень III, IV, V**

ИГ "Весъ"

УДК 159.9
ББК 86.30

Зеланд В.

Трансерфинг реальности. Ступень III, IV, V / В. Зеланд — ИГ "Весь", — (Трансерфинг реальности. Сборники)

ISBN 978-5-94-434826-5

Трансерфинг реальности: Ступень I: Пространство вариантов. Ступень II: Шелест утренних звезд. Ступень III. Вперед в прошлое! Ступень IV: Управление реальностью. Ступень V: Яблоки падают в небо Трансерфинг – это мощная технология управления реальностью. Стоит применить ее, и жизнь начнет меняться под ВАШ заказ. Цель при использовании Трансерфинга не достигается, а реализуется по большей части сама. В это невозможно поверить, но только с первого взгляда. Идеи, изложенные в книге, уже нашли практическое подтверждение. Те, кто пробовал заниматься Трансерфингом, испытали удивление, граничащее с восторгом. Окружающий мир трансферера непостижимым образом меняется буквально на глазах. Для широкого круга читателей.

УДК 159.9

ББК 86.30

ISBN 978-5-94-434826-5

© Зеланд В.

© ИГ "Весь"

Содержание

Трансерфинг реальности. Ступень III: Вперед в прошлое!	7
Предисловие	7
Глава I. Энергия	8
Конец ознакомительного фрагмента.	12

Вадим Зеланд
Трансерфинг реальности. Ступень
III + Ступень IV + Ступень V

© ОАО «Издательская группа «Весь», 2004

* * *

**ТРАНСЕРФИНГ
РЕАЛЬНОСТИ**

**Вперед
в прошлое!**

ступень III



Вадим Зеланд

Трансерфинг реальности. Ступень III: Вперед в прошлое!

Предисловие

Дорогой Читатель!

Во все времена люди смутно догадывались о существовании неких сил, управляющих судьбой человека. Благоговейный страх перед неизвестностью всегда служил стимулом для создания всевозможных фантазий и мифов, начиная с древних легенд и кончая моделями, в которых человек является всего лишь маленькой деталью чудовищной структуры-монстра.

Каждого из нас волнует вопрос, насколько мы способны распоряжаться своей судьбой и как это делать. Именно поэтому магия и нераскрытые психические возможности человека вызывали и вызывают живой интерес.

Данная книга, несомненно, удовлетворит ваше любопытство, поскольку она отвечает на этот вопрос с совершенно неожиданной точки зрения. Трансерфинг открывает волшебную дверь в мир, где вам предстоит столкнуться с очень странными и необычными вещами. Вы узнаете, что реальность – управляема. И цель здесь не достигается, а реализуется по большей части сама.

Это звучит невероятно лишь в рамках обыденного мировоззрения. Все мы находимся в футляре ложных ограничений и стереотипов. Настало время очнуться от наваждения.

Несмотря на всю свою фантастичность идеи управления реальностью уже нашли практическое подтверждение. Трансерфинг еще задолго до выхода этой книги пользовался успехом в широком кругу читателей Интернета.

Окружающий мир трансферера непостижимым образом меняется буквально на глазах. Когда повседневная действительность предстает в незнакомом обличье, это выглядит потрясающе. Здесь нет никакой мистики – все реально. И пионеры трансферинга уже смогли в этом убедиться на своем опыте. Вот всего несколько отзывов, которые говорят сами за себя.

«Как это ни странно, трансферинг действительно работает! Удивительно! Некоторые вещи, которые стали происходить со мной, иначе как чудесами не назовешь. Никогда бы не подумал, что такое возможно!»

«Впечатлений масса! Ощущаю какой-то детский восторг оттого, что начинаю понимать вещи, о которых только догадывался раньше».

«Я увидела вокруг себя счастье, и оно с каждым днем теперь только растет! Странно, но ведь оно всегда было вокруг меня, а я просто его не замечала».

«Должен вам сказать, что такой книги мне не хватало всю жизнь. Она как раз описывает взаимоотношения моей души и разума».

«Сначала появилось чувство сдвига реальности. Меня не стало – я была в потоке энергии, излучаемой... Словами? Смыслом? Не могу объяснить. Затем словно какой-то удар выталкивает на поверхность, и некоторое время ничего не замечаешь».

«Все мои жизненные вопросы стали мягко решаться, все улаживается и становится на места. Здорово!»

«Мне не хватает слов, чтобы описать состояние, в котором я теперь пребываю. Это только приблизительно: тишина, покой, счастье...»

«Это действительно работает. Все остальное неважно».

Глава I. Энергия

Для занятий трансерфингом требуется хорошее здоровье и достаточно высокий уровень энергетики. Здесь даются простые и действенные рекомендации, как повысить свой жизненный тонус и вывести энергетику на должный уровень. Для этого вовсе не нужно изматывать себя тренировками, диетами и прочими методами насилия над собой.

***Не боритесь за здоровье
и не копите энергию.
Впустите их в себя.***

Энергетика

Для эффективных занятий трансерфингом требуется хорошее здоровье и достаточно мощная энергетика. Допустим, вы считаете, что и так обладаете достаточно хорошим здоровьем. Но, возможно, вы просто не знаете, как чувствует себя по-настоящему здоровый человек. Если утром вам лень вставать, неохота идти на работу или учебу, если после обеда раскисаете и вас клонит в сон, если вечером у вас нет иных желаний, кроме как только устроиться возле телевизора, значит, нет у вас никакого здоровья. В таком случае энергии хватает только на то, чтобы поддерживать размеренное существование.

Сбросив с себя груз избыточных потенциалов и освободившись от маятников, вы получили достаточно дополнительной энергии, которую раньше тратили зря. Но энергия никогда не бывает лишней. Далее в этой главе будут приведены рекомендации о том, как можно поднять свою энергетику еще на более высокий уровень.

Под энергетикой мы будем понимать способность усваивать и использовать энергию. Можно условно выделить две ее формы в человеческом организме: *физиологическую* и *свободную*. Физиологическая энергия получается в результате усвоения пищи. Свободная – это энергия Космоса, проходящая через тело человека. Вместе они формируют нашу энергетическую оболочку. Энергия человека затрачивается на выполнение физических функций, а также излучается в окружающее пространство.

Энергия Космоса находится в окружающем мире в неограниченном количестве. Однако человек может усваивать лишь ее мизерную долю. Она проходит через тело человека в двух направлениях. Первый поток, идущий *снизу вверх*, расположен на один дюйм спереди от позвоночника у мужчин и на два дюйма у женщин. Второй поток идет *сверху вниз* и расположен почти вплотную к позвоночнику. Величина свободной энергии человека зависит от ширины центральных энергетических каналов. Чем шире эти каналы, тем выше энергетика.

Центральные энергетические потоки были обнаружены людьми очень давно. Мы не будем углубляться в дальнейшую детализацию энергетической структуры человека. Если у вас есть интерес, можете почитать соответствующую литературу. Энергия циркулирует в теле человека довольно сложным образом, но это не должно вас беспокоить. Для наших целей пока достаточно остановиться на двух центральных потоках.

Если нормальное течение энергии нарушается, то есть где-то появляются «пробки» или «дырки», тогда возникают различные болезни. И наоборот, если внутренний орган подвержен заболеванию, энергетическая картина искажается. Трудно провести четкую границу, показывающую, где нарушение циркуляции энергии вызвано физиологическими причинами, например зашлакованностью организма, а где физиологические нарушения вызваны измене-

нием в течении энергии. Иглотерапия, точечный массаж и другие подобные методы могут восстановить нормальную циркуляцию энергии, тогда болезни, вызванные нарушением циркуляции энергии, уйдут. Но это даст только временный эффект. Чтобы все было в норме, необходимо ухаживать как за физическим, так и за тонким телом.

Энергетика человека тесно связана с состоянием мышц тела. Напряженные мышцы затрудняют нормальное движение незримых потоков и вносят помехи в полевое излучение человека. Человек, внутренне напряженный, может появиться в непринужденной компании и, не сказав ни слова, изменить общее настроение: напряжение как бы зависает в воздухе. Так окружающие воспринимают негативную энергию, не отдавая себе отчета. Напряженность создает неоднородность в общем поле и порождает равновесные силы. Равновесие может быть восстановлено либо приведением энергии к общему знаменателю, либо гашением возникшего потенциала энергией противоположного знака. Например, компания начнет подшучивать над излишне скованным человеком.

Настроение и жизненный тонус напрямую связаны с энергетикой. Подавленное состояние, стресс, опустошенность, усталость и апатия свидетельствуют о нехватке энергии. Одной лишь физиологической энергии недостаточно для поддержания высокого жизненного тонуса. Человек может быть физически уставшим, но довольным и бодрым. И наоборот, сытый и неустоленный человек может чувствовать себя подавленно и вяло.

Главную роль в активной жизненной позиции человека играет именно свободная энергия. Если ничего не хочется, значит, налицо недостаток свободной энергии. При ее дефиците можно заставить себя выполнять рутинные функции, но творить и совершать активные действия будет трудно. За любыми активными действиями человека стоит намерение. Если нет свободной энергии, тогда нет и намерения.

Физиологическая энергия расходуется на собственно выполнение действия. Нас будет интересовать главным образом первый вид, который идет на формирование намерения. Это и есть энергия намерения. Именно благодаря ей у нас появляется решимость иметь и действовать.

Стресс и релаксация

Подавленное или напряженное состояние вызывает блокировку центральных потоков. Центральные каналы сужаются, и циркуляция свободной энергии замедляется или вовсе прекращается. В таком состоянии намерение теряет источник своей энергии. В стрессовом состоянии человек не способен действовать эффективно, поскольку намерение заблокировано. Стресс может воздействовать на энергетические каналы еще и противоположным образом. Каналы могут внезапно расшириться, и тогда человек совершает невероятные действия, на которые в обычном состоянии не способен. Такие примеры известны, но это случается редко. В большинстве случаев способности и возможности человека в состоянии стресса резко снижаются.

В течение дня человек проходит через множество стрессовых ситуаций. Эти ситуации варьируются по силе своего воздействия от совсем слабых, про которые обычно сразу же забывают, до сильных, надолго выбивающих из колеи. Естественная реакция организма на стресс заключается в напряжении тех или иных групп мышц. Эти напряжения уже так глубоко вошли в наши привычки, что мы их просто не замечаем. Например, сейчас, читая эти строки, вы напрягаете отдельные мышцы лица. Но стоило вам обратить на них внимание, они тут же расслабились. Через несколько минут вы забудете о своем лице, и оно снова застынет в маске, отражающей ваше эмоциональное состояние.

Существует ложный стереотип, будто от стресса можно избавиться методом расслабления. На самом деле, расслабляясь, вы пытаетесь бороться со следствием, не устранив при-

чину. Причиной физической напряженности является напряженность психическая. Состояние угнетения, беспокойства, раздражения, страха вызывает спазматическое напряжение мышц. Конечно, сознательное расслабление мышц даст небольшой временный эффект облегчения. Однако психическое напряжение снова вернет все обратно. *Чтобы устранить психическую напряженность, необходимо и достаточно сбросить важность.* Вы находитесь в состоянии напряжения только за счет избыточного значения, которое придаете тому, что вас задевает.

Стресс является следствием важности. Избавиться от стресса можно мгновенно – просто сбросить важность. Поддерживать важность бесполезно и вредно. Вы никогда не сможете изменить ситуацию к лучшему и действовать эффективно с грузом важности. В стрессовом состоянии достаточно проснуться и осознать, что маятник вас зацепил за важность. В чем эта важность заключается, легко определить в каждом конкретном случае. Напомните себе: сбросив важность, вы освободитесь от маятника и сможете действовать эффективно. Нужно отдавать себе отчет в том, что завышенная значимость *всегда* работает против вас.

В любой сложной ситуации достаточно вспомнить про важность и сознательно снизить значимость. Единственная сложность состоит в том, чтобы вовремя *вспомнить*. В состоянии стресса вы спите и не помните ни о каком трансерфинге. *Чтобы избавиться от стресса, необходимо проснуться и сбросить важность.*

Если вы имеете привычку обращать внимание на состояние душевного комфорта, тогда для вас не составит труда вовремя вспомнить. Всякий раз, испытывая дискомфорт, задавайте себе вопрос – почему? Где завышена значимость? Как бы это ни было для вас «важно», отказывайтесь от важности сознательно. Поступайте только в рамках очищенного намерения. Только в этом случае вы будете действовать эффективно.

Для того чтобы приобрести иммунитет к стрессу, необходимо заменить старую привычку напрягаться по любому поводу новой привычкой: по возможности находиться в состоянии релаксации. Расслабленное состояние вовсе не означает вялость и апатию. Это состояние гармоничного существования в окружающем мире, *равновесие*. Равновесие предполагает отсутствие внутренней и внешней важности: я не плохой и не хороший – мир не плохой и не хороший; я не жалкий и не значительный – мир не жалкий и не значительный и так далее.

Отсутствие или, по крайней мере, низкая важность является главным условием достижения состояния релаксации. В любых условиях повышенной важности расслабляться бесполезно. Например, едва ли удастся расслабиться на краю крыши высокого дома, если вы боитесь высоты. *Если сбросить важность невозможно, тогда, по крайней мере, не следует тратить силы на расслабление.* Так вы расходуете энергию не только на контроль важной ситуации, но еще на то, чтобы сдерживаться. Не нужно этого делать – *отпустите себя и волнуйтесь на здоровье.*

Для занятий трансерфингом необходимо входить в состояние релаксации в любой обстановке и в кратчайшее время. Никаких словесных самовнушений не потребуется, потому что мышцы управляются не словами, а намерением. Большинство мышц тела можно расслабить сознательно, лишь обратив на них внимание. Обычно мы не обращаем внимания на мышцы, пока не почувствуем боль или дискомфорт. Поэтому достаточно мысленным взором пройти по всему телу и сбросить зажимы. Однако существуют группы мышц, которые отвыкли подчиняться намерению. Это связано с современным малоподвижным образом жизни. Например, мышцами спины трудно управлять сознательно, поэтому с возрастом начинает болеть спина. Как это ни банально, регулярная гимнастика, в особенности для мышц спины, совершенно необходима.

Итак, вся процедура состоит в следующем. Не спеша, но быстро пройдитесь внутренним взором по телу и сбросьте зажимы. Обратите внимание сразу на всю поверхность своего тела как на одно целое. Представьте себе, что ваша кожа – это оболочка, которая вдруг быстро нагревается изнутри. Сфокусируйте внимание на поверхности тела. Представьте себе

что угодно: кожа нагревается, или по ней бегут мурашки, или энергетические разряды. Главное, чтобы вы ощутили, что у вас есть кожа. А теперь ощутите, как будто энергия переливается по всей поверхности тела, как радужные разводы на мыльном пузыре. В этот момент вы являетесь частью Вселенной и находитесь с ней в равновесии. Не нужно стараться добиться каких-то особых ощущений. Каждый человек чувствует по-своему. Не нужно стараться вообще. Сделайте это как бы между прочим, но решительно. Интегральное ощущение поверхности вашего тела с переливами энергии и есть состояние релаксации, равновесия и единения с окружающим миром. После нескольких попыток у вас это начнет получаться мгновенно, и вскоре войти в состояние релаксации будет так же легко, как скрестить руки на груди.

Энергетические вампиры

Все мы плаваем в океане энергии. Но получить эту энергию не так просто, потому что она распределяется по отношению к человеку не дифференцированно. Чтобы сознательно получить ее, человек должен намеренно расширить свои энергетические каналы и осознанно пустить туда этот поток. Например, вы пьете воду осознанно и намеренно, но не можете с таким же ясным ощущением пустить в себя энергию. Человек, в принципе, имеет возможность намеренно «подзарядиться» от Космоса, но эта способность находится в зачаточном состоянии.

Гораздо проще получить чужую, уже усвоенную энергию. Этим пользуются так называемые энергетические вампиры. Она легко усваивается, потому что имеет определенную частоту. Чтобы получить чужую энергию, достаточно настроиться на эту частоту. Точно так же колебательный контур радиоприемника улавливает не все радиоволны, а только те, на которые он настроен. Вампиры питаются уже усвоенной чужой энергией. Для этого они настраиваются на частоту ее излучения.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

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