

18+

Сергей Ядрышников



**МОЙ ПУТЬ К
ВАШЕМУ
ЗДОРОВЬЮ**

Мастер и метод

Сергей Ядрышников
Мой путь к вашему
здоровью. Мастер и метод

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70542040

ISBN 9785448307126

Аннотация

Биографическое эссе написано по материалам выступления автора 2 апреля 2016 г. в Академии риторики «Мастер Слова» г. Иркутска.

Содержание

Предисловие	6
Начало	7
Духовное развитие	10
Конец ознакомительного фрагмента.	12

Мой путь к вашему здоровью Мастер и метод

Сергей Ядрышников

Фотограф Д. Золотарёв

© Сергей Ядрышников, 2024

© Д. Золотарёв, фотографии, 2024

ISBN 978-5-4483-0712-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Биографическое эссе врача, психолога, энерготерапевта

Ядрышникова С. М.



Предисловие

Моя методика оздоровления и коррекции негативных состояний человека, состоит из нескольких направлений. Из психологии и психотехник, инфотерапии и энергетических практик. Как это всё сочетается и как я вообще дока- тился до жизни такой?

Если Вам интересно это очень хорошо. Значит, Вы усво- ите очень многое и всё то, что вы сможете усвоить, породит у Вас иной уровень мышления и переведёт на новый уровень понимания. Вы сможете усвоить всё, что Вам необходимо сейчас или это усвоится в ближайшие дни.

Начало

У меня был непростой путь. Путь, длиной практически в жизнь. Всю жизнь рассказывать, конечно, я не собираюсь, но основные моменты постараюсь осветить.

С чего, собственно, всё началось.

В школьном возрасте я любил читать много разной литературы. Как-то меня привлек журнал с многообещающим названием «Знание-сила». В нём был описан психологический опыт, который меня потряс. На глазах испытуемого человека, накалили медный пятак. Затем, на мгновение, отвлекли его внимание, и приложили к коже руки абсолютно холодный пятак. На месте приложения мгновенно образовался ожог 2 степени. В моей голове не могло уложиться, каким образом это произошло. Это предопределило мои интересы в дальнейшем. Способности и возможности человеческого организма не давали мне покоя. Так как, психологических факультетов в те времена в нашей стране ещё не было, то я поступил в медицинский институт. Особой тяги стать врачом у меня не было, но меня жутко интересовало устройство и возможности человеческого организма.

В те далёкие советские годы, мы все были атеистами, и даже экзамен сдавали по научному атеизму. Но пытливые умы, всё равно существовали, и каждый как мог, пытался выйти за установленные советской властью рамки. Самыми доступ-

ными в то время, были йога и аутотренинг. По рукам ходили бледные копии всевозможных асан с правилами их выполнения. Лично мне привезли из Киева фотокопии по йоге, которая применялась у подводников. У социума требование было одно. Сам занимайся, чем хочешь и как хочешь, но в одиночку. Групповые занятия вызывали подозрения. Я был свидетелем печального случая, когда один из студентов госуниверситета собрал группу и стал проводить занятия по йоге. Мгновенно это дошло до компетентных органов. Был сделан вывод: не могут советские люди быть недовольными существующей действительностью и уходить в какую-то нирвану. Организатор был объявлен психически нездоровым и помещён в психиатрическую лечебницу. Студентов, участников группы, отчислили из университета и сразу отправили в армию.

Но, тем не менее, интерес к познанию не ослабевал. Мне в этом случае повезло. У меня был роскошный блат в Белом доме (библиотеке госуниверситета), в котором существовал отдел, куда без разрешения КГБ не допускали. Я же имел возможность, в этом отделе, периодически брать и читать книги эзотерической направленности. Это были книги, изданные ещё при царском режиме. Естественно, мышление моё с получением знаний стало меняться. Но прошло ещё какое-то время, чтобы я осознал основы восточной философии и роль психотехник.

Я в это время занимался медитацией и йогой, что помога-

ло мне в жизненных ситуациях. Я ощущал усиление личных возможностей, возросшую интуицию. Но обратил внимание на одну закономерность: после нескольких месяцев подъёма по всем показателям (физическим, психическим, ментальным) наступал резкий спад. Горизонты познания продолжали расширяться, и я вспомнил свою бабушку. Сейчас я понимаю, что это была святая женщина. Несмотря на то, что её окружали сплошь атеисты, она пронесла свою Веру через всю жизнь.

Я понимал, что мысли о ней пришли не случайно. И тогда я поднял свои глаза вверх. Я не стал истово верующим, как не стали и те, кто сейчас неуклонно соблюдают обряды и держат свечки в церкви. Их ещё называют «подсвечниками», потому что правильно креститься они так и не научились. Да, и церковь сейчас другая. Не может страна, погружённая в атеизм, в один миг стать верующей. Корруппированной – да, верующей – нет.

Духовное развитие

Сейчас речь не о церкви. Речь идёт о понятии – духовность. Когда меня спрашивают, что такое духовное развитие, я предлагаю синоним – творческая связь с Высшим Разумом. Творческий, т.е. развивающийся человек не может быть бездуховным. Творчески можно выполнять любую работу. Даже яму можно копать творчески. И творческий человек может догадываться, откуда к нему приходит вдохновение и озарение, в результате чего он совершает открытия, создаёт гениальные произведения, но объяснить это другим, для него затруднительно. Когда опрашивали несколько нобелевских лауреатов, с целью узнать каким путём они пришли к своим открытиям, то они затруднились ответить. Все знают, что Менделеев увидел свою периодическую систему во сне, к поэтам приходит Муза, вдохновение. Можно продолжать и дальше, но зачем, когда смысл уже понятен. Люди, способные реализовать информацию, которая к ним поступает свыше, становятся гениями. Они могут не осознавать и не задумываться, откуда у них это берётся. Особенность психики такова, что «канал информации» имеет узкие границы и, перемещаясь в область подсознания, затрудняет способность к абстрактно-логическому мышлению.

Несмотря на это, они будут творить, потому что без этого жизнь для них потеряет смысл (Пушкин, Эйнштейн, Высоц-

кий, Есенин, Мусоргский, Тесла и другие).

Но существует очень много людей не восприимчивых к Высшему, а значит к духовности, и творчеству. Вы видите таких «спящих» людей вокруг себя. Не каждый человек способен стать гением, но развиться в творческую личность и тем обрести духовность, может каждый. Надо только посмотреть вверх и понять своё Единство с Вселенной. И не важно, что каждый подразумевает под этим: Бога или космос. Чем выше в шкале ценностей это будет находиться, тем лучше.

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.