

18+ *Виталий Шищенко*

Телепатия

Практическая псионика



Виталий Шищенко
Телепатия.
Практическая псионика

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=71140645
ISBN 9785006461963*

Аннотация

Книга «Телепатия» – путь к пониманию и взаимодействию с квантовым полем мироздания, предлагает читателю глубокое погружение в мир психических способностей, исследуя механизмы телепатии, через призму нейробиологии, квантовой физики и духовного развития. Отправной точкой является концепция о том, что телепатия – это не просто мистический феномен, а результат взаимодействия квантового разума и душевного состояния человека.

Содержание

Глава 1. телепатия, как форма квантового взаимодействия между людьми	6
Глава 2. Научные основы телепатии	12
Понимание телепатии, как психического явления	13
Нейробиология в телепатии	15
Психология и телепатия	16
Методы активации телепатии	17
Примеры исследования телепатии	18
Этические и философские аспекты	19
Глава 3. Нейрофизиология и телепатия	20
Квантовая природа мозга	22
Создание нейроструктур в головном мозге для телепатии	23
Примеры эффективных практик	24
Научные исследования телепатии	25
Система зеркальных нейронов и ее роль в развитии телепатии	26
Практики наблюдения и копирования	29
Глава 4: Зеркальные нейроны и телепатия	32
Структура и функционирование зеркальных нейронов	34
Методы активации зеркальных нейронов	36

Телепатия Практическая психоника

Виталий Шищенко

© Виталий Шищенко, 2024

ISBN 978-5-0064-6196-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Глава 1. телепатия, как форма квантового взаимодействия между людьми

Телепатия, как форма психического общения, представляет собой передачу мысли, эмоций или информации от одного человека к другому без помощи традиционных органов чувств. Подобное понятие хорошо иллюстрируется как «дистанционное чувство», где обмен происходит на уровне энергии и информации, минуя физические барьеры. Телепатия включает не только передачу информации, но и способность воспринимать и интерпретировать намерения и эмоции другого человека.

Суть телепатии можно понять через концепцию квантового поля, в котором разум и душа человека соединены с общей энергией Вселенной. Это взаимодействие представляет собой обмен эмоциональными и мысленными волнами через тонкие энергоинформационные каналы, которые существуют между людьми.

Квантовое поле и его связь с телепатией.

Квантовое поле – это каркас, содержащий все энергии и формы существования во Вселенной. Каждое живое су-

щество, включая человека, в значительной степени является частью этого поля. Квантовая физика утверждает, что на микроскопическом уровне взаимодействия между частицами могут происходить независимо от расстояния, что создает основу для понимания телепатических процессов.

Концепция квантовой запутанности. Эта концепция описывает явление, при котором частицы взаимодействуют друг с другом, оставаясь взаимозависимыми, даже на больших расстояниях. Эта идея может быть аналогична тому, как человеческие разумы могут быть «запутанными», позволяя передавать мысли и чувства друг другу.

Энергетическое взаимодействие. Поскольку всё во Вселенной состоит из энергии, телепатия может быть пониматься, как взаимодействие энергетических полей, когда два разумных существа соединяются на уровне частот и вибраций.

Нейробиология и телепатия.

Понимание телепатии также требует изучения нейробиологии и того, как наш мозг связывается с энергией и восприятием окружающего мира. В этом отношении, следует рассмотреть несколько аспектов:

Зеркальные нейроны.

Эти нейроны активируются, как при выполнении дей-

ствия, так и при наблюдении за выполнением этого действия другими. Они создают нейрофизиологическую основу для эмпатии, позволяя людям «чувствовать» эмоции и намерения окружающих.

Создание нейроструктур.

Для активации телепатической связи необходимо сформировать определенные нейроструктуры, способные воспринимать и обмениваться информацией через высокочастотные электрические импульсы. Эти структуры возникают, как результат практики, обучая мозг быстро реагировать на энергетические волны, исходящие от других людей.

Взаимосвязь мыслей и чувств.

Важной частью нейробиологических процессов, связанных с телепатией, является взаимодействие между мыслительными и эмоциональными центрами мозга (например, корой и лимбической системой). Это взаимодействие позволяет интегрировать эмоциональный опыт и интуитивное восприятие в процессе телепатической передачи.

Основа телепатии, как космическое взаимодействие.

Телепатия, как квантовое взаимодействие, может пониматься, как процесс связи между двумя «космическими» системами: разумом и душой. Эта связь основана на гармонии и намерении, создающей возможность для обмена информацией.

Инсайт и фокусировка.

Основное условие для телепатической связи – это устойчивое намерение. Психические импульсы и эмоции начинают циркулировать, как определенный уровень духовной энергии, и сильное намерение может преодолеть физические расстояния.

Чувствительность и доверие.

Открытость для восприятия сигналов других людей и доверие к собственным интуитивным ощущениям – важные факторы, которые могут помочь укрепить телепатическую связь.

Методы активации телепатии.

Существуют различные техники и практики, которые могут помочь развить и укрепить телепатические способности. Разберем несколько наиболее известных методов:

Медитация.

Регулярная практика медитации помогает очистить ум и сосредоточиться на намерениях. Медитации, связанные с визуализацией света и соединением с другими людьми, могут активировать интуитивные способности.

Дыхательные практики.

Упражнения для глубокого дыхания помогают освободить ум от негативных мыслей, что делает его адекватным для восприятия телепатических сигналов.

Исследование формата взаимодействия между людьми.

Проведение экспериментов с телепатией с партнерами может помочь вам укрепить телепатическую связь. Один из вас может пытаться передать мысль или образ, а другой должен попытаться его «поймать».

Осознанные сны.

Психические способности можно развивать и во сне. Осознанные сны позволяют вам отправляться в путешествия

и исследовать свою интуицию, а равным образом и телепатию.

Советы по развитию телепатии.

Развитие телепатических способностей – это процесс, требующий практики. Несколько советов:

Практика замедленного наблюдения. Учитесь отслеживать свои чувства и эмоции в различных ситуациях, что поможет развивать чувствительность к телепатическим сигналам.

Коммуникационные эксперименты.

Совершайте регулярные эксперименты с друзьями или семьями, обменивайтесь мыслями и ощущениями, исследуя, как это происходит.

Записывайте результаты. Ведение дневника о своих телепатических восприятиях и успехах поможет вам фиксировать прогресс и отслеживать свои интуитивные ощущения.

Глава 2. Научные основы телепатии

В этой главе, мы углубимся в научные аспекты телепатии, рассматривая её связь с квантовым полем, нейробиологическими и психологическими механизмами, которые могут лежать в основе этого явления. Понимание научной базы телепатии, поможет читателю осознать, как эта способность может быть связана с законами природы и физиологией человеческого мозга.

Понимание телепатии, как психического явления

Телепатия представляет собой передачу информации из одного разума в другой, без использования традиционных каналов восприятия. Исходя из предположения о том, что все живые существа взаимодействуют через квантовое поле, основным вопросом остаётся, как именно происходит эта передача информации. Традиционная наука связывает телепатические взаимодействия с явлениями, связанными с электрическими и магнитными полями, которые генерируются мозгом.

Квантовая механика и телепатия.

Квантовая механика, по своей сути, объясняет поведение частиц на микроуровне, что может заложить основу для теории телепатии. Важные аспекты:

Квантовая запутанность. Это явление, когда две или более частицы находятся в состоянии, при котором изменение состояния одной частицы мгновенно влияет на состояние другой, независимо от расстояния между ними. Это может быть проекцией на телепатические связи между людьми, где мысли и эмоции могут передаваться мгновенно.

Суперпозиция. Возможность существования частиц

в нескольких состояниях одновременно. Это открывает целый ряд возможностей для связи разума и квантового поля. Связывая эти аспекты, можно предположить, что человеческий разум может действовать, как передатчик и приемник энергии и информации, взаимодействуя с квантовым полем.

Нейробиология в телепатии

Для лучшего понимания механизмов, на которых основана телепатия, важно изучить взаимодействия в мозге:

Зеркальные нейроны.

Эти нейроны активируются, когда мы наблюдаем действия других. Исследования показывают, что зеркальные нейроны могут играть ключевую роль в эмпатии и понимании других. Они могут служить связующим звеном для телепатических взаимодействий, позволяя одному человеку считывать эмоции и мысли другого.

Сигналы и электрические импульсы.

Мозг человека генерирует электрические импульсы, которые позволяют общаться с квантовым полем. Важно понять, как эти импульсы могут усиливать или ослаблять способности к телепатии. Исследования по нейробиологии все больше открывают новые горизонты в понимании телепатии и её механизмов.

Психология и телепатия

Психологические аспекты телепатии играют важную роль в ее проявлении. Эмоции и намерения могут влиять на возможности передачи информации:

Эмоциональная устойчивость. Люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта и устойчивости, могут более эффективно взаимодействовать с другими, что может помочь в телепатической связи.

Состояние потока. Это -психологическое состояние, при котором человек полностью погружён в действие. В этом состоянии он может легче воспринимать и передавать информацию другому человеку на уровне глубинного взаимодействия.

Открытость к опыту. Проявление готовности исследовать новые идеи и возможности способствует развитию телепатии, ведь установка о возможности связи с другими людьми является важным фактором.

Методы активации телепатии

Существует несколько методов и практик, которые подходят для активизации телепатии. Рассмотрим наиболее известные из них:

Медитация. Способы медитации позволяют увеличить осознанность и настроиться на телепатическую энергию. Визуализация энергии, проходящей от одного человека к другому, может помочь наладить связь.

Синхронизация дыхания. Синхронизация дыхательных ритмов с другим человеком может углубить эмоциональную связь и помочь в установлении телепатической передачи.

Практика наглядности. Упражнения, подобные тем, что используются в играх с картами Зеннера или других тестах на интуицию. Участники должны угадать символы или цифры, передавая информацию на интуитивном уровне.

Групповое взаимодействие. Создание группы для практики телепатии, помогает наладить связь между участниками и развить совместные навыки.

Примеры исследования телепатии

Исследования в области телепатии не прекращаются. Вот несколько примеров:

Эксперименты с картами Зеннера. Эти карты с символами использовались для тестирования способностей к интуитивному восприятию. Участники экспериментов показывали результаты, превышающие случайные доли.

Работа в сходных состояниях. Изучение групповой динамики, где участники находились в одинаковом эмоциональном состоянии, показало, что их способность передавать информацию друг другу увеличивалась.

Нейроисследования. Современные технологии нейровизуализации помогают объяснить механизмы, лежащие в основе телепатии и обосновывают связь между квантовым полем и человеческим разумом.

Этические и философские аспекты

При изучении телепатии важны также этические и философские аспекты:

Согласие на взаимодействие. Телепатия должна обязательно настраиваться на взаимное согласие, чтобы не нарушать личное пространство другого человека.

Ответственность за информацию. Понимание того, что информация, полученная телепатическим способом, может влиять на других. Исследователи и практики должны быть внимательны при использовании своих способностей.

Этические нормы. Использование псионических навыков должно учитывать моральные ценности и этические нормы общества.

Глава 3. Нейрофизиология и телепатия

Структура мозга и нейронные сети.

Для понимания телепатии необходимо рассмотреть, как функционирует наш мозг. Человеческий мозг состоит из миллиардов нейронов, которые образуют сложные сети и отвечают за передачу информации внутри организма. Эти нейронные структуры можно разделить на несколько категорий:

Моторные нейроны. Участвуют в выполнении движений и действий.

Сенсорные нейроны. Обработывают информацию из органов чувств.

Ассоциативные нейроны. Обеспечивают связь между моторными и сенсорными нейронами и отвечают за более высокие функции, такие, как внимание, память и интуиция. Эти нейронные сети взаимодействуют друг с другом, создавая сложные ментальные карты, которые и формируют наш опыт и восприятие окружающего мира.

Зеркальные нейроны.

Одним из самых интригующих открытий в области нейронауки являются зеркальные нейроны. Открытие этой группы нейронов, которое произошло в 1990-х годах, дало ученым представление о том, как работает эмпатия, обучение и социальное взаимодействие.

Зеркальные нейроны активируются, как при выполнении действия, так и при наблюдении за тем, как кто-то другой выполняет то же самое действие. Это объясняет, почему мы можем чувствовать эмоциональную связь с другими и интуитивно понимать их чувства и намерения. Теории предполагают, что зеркальные нейроны могут играть важную роль в телепатии, поскольку они могут способствовать установлению связи и передачи мыслей и эмоций от одного человека к другому. Исследования показывают, что зеркальные нейроны могут быть активны, когда мы мысленно представляем действия или действия других людей. Это подразумевает, что наш мозг имеет потенциал для взаимодействия с энергоинформационной системой окружающего мира.

Квантовая природа мозга

Связь между телепатией и квантовыми процессами может показаться необычной, однако инновационные исследования в области квантовой физики начинают открывать новые возможности для понимания телепатии.

Квантовая запутанность. Этот феномен описывает связь между частицами, которые остаются связанными независимо от расстояния между ними. Эта концепция может быть связана с передачей телепатической информации между двумя или несколькими людьми. Исследования, которые показывают, как информация может путешествовать под воздействием квантовой запутанности, могут иметь параллели с телепатическими взаимодействиями.

Электромагнитные поля. Наука подтверждает, что мозг создает электромагнитные поля, которые могут взаимодействовать с внешними энергиями. Этот аспект потенциально может объяснить, как телепатические сигналы могут быть переданы, так как высокочастотные электромагнитные импульсы могут служить связующим звеном.

Создание нейроструктур в головном мозге для телепатии

Для того чтобы телепатия стала возможной, необходимо создать определенные нейроструктуры в мозге. Различные практики могут помочь в развитии этих структур.

Медитация. Регулярная практика медитации может активировать зоны, ответственные за интуицию и эмпатию. Это помогает укрепить связь между нейронными сетями, связанными с телепатией.

Визуализация. Создание ментальных образов при взаимном контакте двух человек, при телепатической связи, может помочь наладить телепатическую связь и активизировать зеркальные нейроны. Например, визуализация передачи информации от одного человека к другому может служить тренировкой для установления телепатического моста.

Система зеркальных нейронов. Понимание механизма действия зеркальных нейронов может стать основой для развития телепатических связей. Практика в наблюдении за другими людьми и распознавании их эмоций способствует укреплению этих нейронных сетей.

Когнитивное перепрограммирование. Изучение нейропсихологии и применение стратегий, направленных на формирование новых нейронных путей, может способствовать развитию телепатических навыков.

Примеры эффективных практик

Для активизации телепатии важно применять определенные практики и методы. Рассмотрим несколько таких практик, которые могут помочь вам развить свои нейроструктуры и способности.

Партнерские упражнения. Работая с партнером, вы можете практиковать передачу мыслей или эмоций друг другу. Это укрепляет нейронные связи и активности зеркальных нейронов.

Групповые медитации. Участие в групповых медитациях может создать коллективное ментальное поле, что увеличивает возможность обмена телепатическими сигналами.

Системы работы с сенсорной информацией. Погружение в уникальные техники, связанные с сенсорной восприимчивостью, будет способствовать развитию и активации нейронной активности.

Ознакомление с кристаллами и их чакровыми свойствами. Используйте кристаллы, которые считаются камнями интуиции, как аметист и лабрадорит, в ваших практиках для улучшения работы чакр и стимуляции энергетических потоков.

Научные исследования телепатии

Исследования в области нейробиологии и квантовой физики активно развиваются. Специалисты ищут механизмы, которые могут объяснить явления, связанные с телепатией.

Функциональная магнитно-резонансная томография. Эта технология позволяет наблюдать активность мозга во время определенных мыслительных процессов. Исследователи используют фМРТ для изучения телепатических взаимодействий и их механики.

Экспериментальные исследования. Организация специальных экспериментов с участием людей, направленных на изучение телепатии и интуиции, помогает выявить природу этих явлений.

Кросс-дисциплинарные исследования. Объединение усилий нейробиологов, психологов и физиков для изучения возможностей телепатии в контексте квантовой механики открывает новые горизонты в этой области.

Система зеркальных нейронов и ее роль в развитии телепатии

Система зеркальных нейронов представляет собой уникальный механизм в мозге человека, играющий ключевую роль в процессе обучения, эмпатии и социальных взаимодействий. Эти нейроны активируются не только во время выполнения действий, но и при наблюдении за действиями других людей. Это открытие сделало зеркальные нейроны объектом интенсивного изучения среди нейробиологов, психологов и психоников, особенно в контексте телепатических способностей.

Что такое зеркальные нейроны?

Зеркальные нейроны были впервые открыты в 1990-х годах во время экспериментов с обезьянами. Исследователи обнаружили, что определенные нейроны в мозге обезьяны активируются, как при выполнении различных действий, так и при наблюдении за тем, как кто-то другой выполняет те же действия. Эта активность сигнализирует о том, что мозг «зеркалит» действия и намерения другого человека. У человека система зеркальных нейронов функционирует аналогичным образом. Она связывает восприятие действий других людей с внутренними состояниями: эмоциями, намере-

ниями и мотивациями. Это создает возможность для эмпатии и понимания, что способствует эффективному взаимодействию и коммуникации.

Это устройство может быть связано с телепатией.

Интерпретация всей информации, связанной с телепатией, предлагает, что система зеркальных нейронов может играть значительную роль в процессе передачи и восприятия мыслей и эмоций между людьми. Это может достигаться следующим образом:

Эмпатия, как основа телепатии. Эмпатия, связанная с активностью зеркальных нейронов, позволяет нам «чувствовать» других людей. Когда мы сталкиваемся с чьими-то эмоциональными состояниями, активируются те же самые нейроны, что и в ситуации, когда мы сами испытываем эти чувства. Эта особенность может облегчить передачу эмоциональной информации и настроения, что является основой телепатической связи.

Обмен мыслями и намерениями. Зеркальные нейроны также могут участвовать в передаче намерений и мысленной информации. Когда мы наблюдаем за действиями и реакциями других, наш мозг «программируется» на понимание и интерпретацию этого поведения. Это создает основу для передачи более сложных мыслей и идей на уровне бес-

сознательного.

Как активировать зеркальные нейроны для развития телепатии.

Понимание зеркальных нейронов и их связь с телепатией открывает возможности для практических методов активации этой системы для развития телепатических способностей.

Практики наблюдения и копирования

Это прежде всего – развитие навыков активного наблюдения за эмоциями и действиями окружающих. В этих целях можно использовать друзей, родственников или даже незнакомых людей. Попробуйте осознанно наблюдать за тем, что они делают, и как реагируют их тела. Используйте техники «мониторинга» или «копирования», чтобы эмоционально настроиться на другого человека. Это может включать воспроизведение выражений лица, жестов и даже тона голоса.

Медитации на эмпатию.

Проводите медитации, сосредоточив свое внимание на других людях. Изучайте свои эмоции, когда представляете их лица и чувства. Используйте визуализацию для создания моста между вашими сознанием и сознанием других.

Динамическое взаимодействие.

Возьмите за правило активно взаимодействовать с людьми в своей повседневной жизни, используя невербальные и вербальные сигналы. Создайте условия для обмена эмоциями и мыслями. Упражнения в парах или группах, где каждый может учиться выражать и воспринимать эмоции,

могут значительно улучшить живую взаимосвязь.

Психологическая настройка.

Развивайте осознанность и внимательность к своим эмоциям и реакциям. Это поможет вам лучше управлять своими внутренними состояниями и развить более глубокое понимание эмоций других людей, что делает вас более восприимчивым к мгновенным телепатическим сигналам.

Научные исследования и их влияние на понимание телепатии.

Исследования системы зеркальных нейронов открывают новые горизонты в понимании межличностного взаимодействия и, возможно, телепатических процессов. Некоторые ключевые моменты из современных исследований.

Нейробиологические исследования.

Изучение активности зеркальных нейронов с использованием функциональной магнитно-резонансной томографии показывает, какие области мозга активируются при наблюдении за действиями других. Эти технологии помогают понять, как информация передается между мозгами людей и как эта взаимосвязь может происходить на уровне нейрон-

ных структур.

Интеграция с «астральной проекцией».

Некоторые исследователи предполагают, что телепатия и астральные проекции могут быть взаимосвязаны через сети зеркальных нейронов а мозгах у людей. Это создает возможность взаимодействия с другими сознаниями на глубоком энергетическом и информационных уровнях.

Потенциальное применение в психотерапии.

Применение концепции зеркальных нейронов, может создать новую парадигму в терапии, где пациент сможет осознанно взаимодействовать с копиями своих эмоциональных состояний, и это поможет скорректировать поведение.

Глава 4: Зеркальные нейроны и телепатия

В этой главе, мы исследуем концепцию зеркальных нейронов и их критическую роль в развитии телепатии. Понимание механизмов работы этих нейронов откроет двери для понимания не только органической связи между умом и телом, но и того, как мы можем обмениваться информацией на ментальном уровне. Мы также рассмотрим практические методы активации и тренировки зеркальных нейронов для увеличения телепатических способностей.

Зеркальные нейроны – это специфический тип нейронов, которые активируются, как при выполнении действия, так и при наблюдении за действиями других. Они впервые были открыты в 1990-х годах в результате экспериментов на обезьянах. Ученые заметили, что определенные нейроны в мозге животных срабатывают не только в момент, когда животное выполняет какое-либо движение, но и когда оно наблюдает, как это движение выполняет другой субъект. Эта удивительная способность зеркальных нейронов объясняет, как мы можем ощущать и понимать действия других людей, а также развивать эмпатию и соучастие. Эта система нейронов играет центральную роль в обучении через наблюдение, восприятии эмоций и развитии социального взаимодействия.

СТВИЯ.

Структура и функционирование зеркальных нейронов

Зеркальные нейроны локализуются в нескольких участках мозга, включая.

Задняя часть верхней теменной области. Эта область участвует в восприятии движений и может связывать визуальные наблюдения с моторными действиями.

Премоторная кора. Ответственна за планирование движений и участие в действиях, связанных с наблюдением за другими.

Лимбическая система. Участвует в обработке эмоций и позволяет ощущать эмоциональные состояния других людей. Функционирование зеркальных нейронов происходит, как через электрическую активность и магнитный резонанс, так и с помощью нейромедиаторов, которые передают сигналы между нейронами. Эмоции, мысли и действия соединяются в этом взаимодействии, создавая сознательную и подсознательную связь между людьми.

Связь между зеркальными нейронами и телепатией.

Система зеркальных нейронов может стать основой для понимания телепатии. Научные исследования начали пока-

зывать, что зеркальные нейроны могут не только воспринимать и интерпретировать действия других, но и создавать связи, способствующие обмену информацией на более высоком уровне, включая телепатическую.

Интуитивное понимание. Благодаря функционированию зеркальных нейронов, мы можем интуитивно чувствовать эмоции и намерения других людей, что является важным элементом для телепатии.

Способность к эмпатии. Эмпатия формируется на основе активных зеркальных нейронов, позволяя нам «чувствовать» то, что чувствуют другие. Эта связь может быть использована для формирования телепатического взаимодействия на ментальном уровне.

Общение без слов (невербальное общение). Способность символизировать и связываться с энергоинформационным полем других людей через зеркальные нейроны, может лежать в основе телепатической передачи мыслей и чувств без использования слов.

Методы активации зеркальных нейронов

Развитие и активация зеркальных нейронов могут способствовать улучшению ваших телепатических навыков. Рассмотрим различные методы, которые помогут активировать эту важную систему.

Практика наблюдения.

Развивайте наблюдательность в повседневной жизни. Обратите внимание на мимику и жесты людей вокруг вас. Сосредоточьтесь на том, каковы их эмоции и намерения. Попробуйте проанализировать, как действия других людей влияют на ваше эмоциональное состояние.

Имитация действий.

Проводите эксперименты с имитацией действий других людей. Спонтанно повторяйте их движения или выражения лиц. Это помогает запустить нервные цепочки, которые активируют зеркальные нейроны. Работая с партнерами, используйте упражнения на импровизацию, чтобы улучшить взаимодействие и понимание.

Медитация на другого человека.

Включите в свою практику медитацию, во время которой вы сосредотачиваетесь на чувствах и намерениях других людей. Визуализируйте их эмоции и усиливайте это восприятие, оставаясь в состоянии открытости.

Занятия искусством.

Занятия искусством (танец, музыка, актерское мастерство) могут помочь в активации зеркальных нейронов. Эти виды творчества требуют наблюдения и взаимодействия с энергией других, что открывает новые уровни восприятия.

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.