

18+

АЛЕКСЕЙ ТОЛСТЫХ

# ДУХОВНАЯ КОНСТРУКТОЛОГИЯ

Второе издание



Алексей Толстых

**Духовная Конструктология.**

**Второе издание**

«Издательские решения»

**Толстых А.**

Духовная Конструктология. Второе издание / А. Толстых —  
«Издательские решения»,

НЕЗАКОННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ,  
ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ АНАЛОГОВ ПРИЧИНЯЕТ  
ВРЕД ЗДОРОВЬЮ, ИХ НЕЗАКОННЫЙ ОБОРОТ ЗАПРЕЩЕН  
И ВЛЕЧЕТ УСТАНОВЛЕННУЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ  
ОТВЕТСТВЕННОСТЬ. Второе издание представляет собой переработанное  
и дополненное издание классических текстов, составляющих основу учения.  
Переработанное издание содержит материалы уже публиковавшихся  
книг: «Основы Духовной Конструктологии», «Процедуры Духовной  
Конструктологии», «Метафизика Духовной Конструктологии», «Духовная  
Конструктология. Руководство по основным принципам», «Мифология  
и алгоритмы сознания», «Звёздная Запись», «Религиозные обряды и основы  
веры Духовной Конструктологии».

© Толстых А.

© Издательские решения

# Содержание

|                                                                                   |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----|
| Книга 1. Основы Духовной Конструктологии. Методы достижения<br>равновесия в жизни | 6  |
| Введение                                                                          | 6  |
| Глава 1. Личность человека                                                        | 7  |
| Глава 2. Внутренний круг                                                          | 14 |
| Глава 3. Внешний круг                                                             | 16 |
| Глава 4. Метафизика Духовной Конструктологии                                      | 18 |
| Книга 2. Процедуры Духовной Конструктологии. Сила здорового ума<br>и тела         | 24 |
| Введение                                                                          | 24 |
| Глава 1. Метод Интерлокации                                                       | 25 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                                                 | 26 |

# **Духовная Конструктология**

## **Второе издание**

**Алексей Толстых**

© Алексей Толстых, 2026

ISBN 978-5-0071-1625-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

*2-е издание, переработанное*

Второе издание книги «Духовная Конструктология» представляет собой переработанное и дополненное издание классических текстов, составляющих основу учения. В этом томе собраны все важнейшие главы книг, что позволяет глубже понять и освоить ключевые положения учения.

# Книга 1. Основы Духовной Конструктологии.

## Методы достижения равновесия в жизни

### Введение

Эта книга откроет перед вами новые горизонты понимания человеческой природы, его происхождения и целей существования. На её страницах представлено наиболее ясное и детальное изложение концепции работы духа в материальном мире.

Я стремлюсь предоставить вам чёткий и понятный метод, который поможет достичь гармонии в жизни. Он включает в себя несколько этапов:

- Освобождение от запутанности сознания;
- Максимальное взаимодействие с социумом;
- Достижение здоровья и устранение телесных недугов.

Я уверен, что точное следование этому методу принесёт значительные положительные результаты, поскольку сам прошёл через этот путь и достиг значительных успехов в области духовного здоровья.

В процессе своего опыта я открыл основополагающую и единственную характеристику существования — *«трёхкратную систему»* Духовной Конструктологии. Она включает в себя три аспекта:

- Личность, как проявление самости или Я;
- Ближний круг, состоящий из семьи и близких друзей;
- Внешний круг, включающий коллег по работе и пространство в широком смысле этого слова.

Как я выяснил, все психофизиологические проблемы, с которыми сталкивается человек, так или иначе связаны с одной или несколькими описанными выше характеристиками его существования.

Я также обнаружил источник страданий, который я назвал *«Нарушение Компонентного Восприятия»*. Когда человек живёт, он накапливает ошибки в своём сознании. На основе этих ошибок он строит свою жизнь, взаимодействуя с окружающими. Из-за этого он не может полностью реализовать свой потенциал и вместо счастья испытывает страдания.

До недавнего времени эта проблема, связанная с достижением благополучия, оставалась не описанной. Но теперь путь открыт! И фраза «Ваше счастье в ваших руках» становится как никогда актуальной.

## Глава 1. Личность человека

В этой главе я сосредоточусь на первой характеристике человеческого существования — личности. Я подробно рассмотрю личное пространство, которое находится внутри черепной коробки каждого из нас.

Что делать, если ваше ментальное здоровье оставляет желать лучшего? Если вас одолевают сомнения, мнительность, непонимание и психологические проблемы?

В таких случаях отличным решением станет *прояснение*, или метод *кларификации*, используемый в Духовной Конструктологии. Эта практика является неотъемлемой частью метода и направлена на гармонизацию сложных жизненных ситуаций и перестройку нейронных связей в мозге.

Любой процесс, направленный на преодоление отклонений и деструкций в сознании и поведении, в Духовной Конструктологии имеет одну ключевую цель — определить *Поток Личных Тенденций*.

В рамках этой философии тенденции рассматриваются как единственный источник и причина счастья. Поток тенденций охватывает все устремления человека в жизни: его увлечения, предпочтения, любовь и ненависть, сферу занятости, а также конечные итоги жизни, включая посмертное существование и новую жизнь.

Понятие Потока Личных Тенденций является одним из основополагающих в Духовной Конструктологии. Его понимание и практическая реализация тесно связаны с феноменом Проявления Ментара. За каждым проявлением всегда стоит абсолютно понятный (кларифицируемый) поток тенденций.

Цель кларификации, как процедуры метода Интерлокации в Духовной Конструктологии, — стать управителем или возничим своей жизни.

Интерлокация (от английского *«interlocation»* — состояние между двумя точками в контексте определения соответствующего уровня самосовершенствования, а также *«interlocution»* — диалог, беседа) — это ключевой практический метод, используемый в Духовной Конструктологии для продвижения практика через уровни состояний от начального к проявленному.

В процессе Интерлокации через вопросы и уточнения постепенно устраняются Нарушения Компонентного Восприятия (НКВ), определяется Поток Личных Тенденций (ПЛТ), а также достигается состояние устойчивой точки счастья с помощью техники кларификации (прояснения). Кроме того, этот метод способствует облегчению сложных психофизиологических состояний.

Интерлокация — это ключевой процесс, который помогает изменять состояния сознания. Она основывается на Интерлокуции — практике терапевтической беседы. В Духовной Конструктологии Интерлокация известна как сессионная практическая методика.

Главным критерием верного определения тенденций является внутреннее согласие человека с внешними обстоятельствами. Это не просто пассивное принятие, а достижение гармонии между логическим и эмоциональным аспектами жизни.

Интерлокатор, ведущий процедуру Интерлокации, помогает исследователю-практику пройти путь от непонимания своего «я» к осознанию и раскрытию своего истинного «Ментара».

В Духовной Конструктологии Ментар определяется метафизически как подлинная личность человека или любого другого живого существа, обладающего сознанием. Процесс формирования Ментара осуществляется постепенно.

Во время Интерлокации негативные искаженные и параллельно наложенные линии (наведенные состояния) выпрямляются или устраняются, одновременно с этим формируются связи, основанные на глубоком понимании собственной природы.

После завершения Интерлокации исследователь направляется на процедуру закрепления положительного результата с помощью массажа. Если нет противопоказаний, эта процедура обязательна, так как положительный эффект не заставит себя ждать.

В процессе также проводится ароматическая терапия с использованием благовоний на основе цикламена. Аромат цикламена обладает деликатностью и тонкостью, он ненавязчив и оказывает положительное воздействие на сознание.

Только когда в вашей жизни исчезают сомнения и путаница, вы начинаете ощущать облегчение в психологическом плане. Если вы испытываете депрессию, не можете найти свой путь в жизни, страдаете от головной боли, туман в голове или быстро утомляетесь, мы готовы помочь вам в любой ситуации. Наша цель — обеспечить вам стабильное состояние в сфере психического здоровья.

Человеческое сознание можно описать как Ментар — духовную сущность, наделенную такой яркой чертой, как стремление к познанию. Я намеренно ввожу этот термин в наш словарь определений, чтобы раскрыть суть души с новой стороны.

Следует отметить, что человеческая личность представляет собой совокупность взаимозависимых психофизиологических характеристик, которые относятся к работе сознания и тела. В условиях обычной жизни Ментар остается непроявленным и может оставаться таковым до конца жизни, если человек не занимается практикой.

Я предлагаю путь, следуя которому можно достичь подлинного проявления Ментара. Духовная энергия способствует выравниванию нейронных связей в мозге, что делает сознание чистым и ясным, избавляя его от запутанных элементов. Это практический метод помощи нашему уму, который может застрять в водовороте житейских проблем.

Всё в жизни человека является частью его опыта и может быть использовано в различных областях деятельности. Как показал анализ, *Нарушение Компонентного Восприятия* является основным фактором, препятствующим ощущению счастья. Последовательное восстановление эпизодов жизненного опыта и верное понимание причинно-следственных связей — это ключ к обретению гармоничного и уравновешенного сознания.

Шаг за шагом вы создаёте ментальный конструктор, который в итоге приведёт вас к проявленному Ментару. Это состояние, вероятно, описано во многих духовных учениях нашей планеты. В Буддизме оно ассоциируется с Нирваной, а в Христианстве — с небесным раем. Несмотря на схожесть, эти близкие по значению термины не могут полностью заменить проявленный Ментар.

Более полное описание вы найдёте в четвёртой главе этой книги, где раскрывается метафизика нашего мира и даётся чёткое представление о сверхъестественных возможностях нашего разума.

Важным шагом на пути к гармонии первой характеристики является осознание *Потока Личных Тенденций* (ПЛТ). Этот процесс включает в себя как обретение, так и вхождение в поток личных предпочтений, истинных черт характера и желаний.

Многие люди ошибочно полагают, что их желания являются их собственными. Однако на самом деле они не находятся в потоке, поскольку уровень *Нарушения Компонентного Восприятия* (НКВ) довольно высок. Чтобы достичь гармонии, необходимо сначала устранить причины, препятствующие определению подлинного ПЛТ. Именно этим и занимается Духовная Конструктология — область, в которой мы с вами работаем.

Ни одна религиозная традиция древности, известная как *Модулятор Древнего-Архаического Поведения* (МДАП), не способна выполнить эту задачу лучше нас. Связь с МДАП и стремление к определению ПЛТ несовместимы, так как любая система накладывает ограничения на понимание и развитие нашей личности.

Практика способствует упорядочению нейронных связей в вашем мозге. Я предлагаю вам представить себя в роли конструктора, где деталями являются ваши психофизические способ-

ности, а Духовная Конструктология выступает в роли инструкции по созданию проявленного Ментара — набора методов, направленных на достижение равновесия и здоровья в жизни.

Важно осознать, что вхождение в практику должно происходить с «пустым сосудом». Вы начинаете обучение, будучи готовыми воспринимать новую информацию. Сомнения, внутренние споры и несогласие следует отбросить на начальном этапе, поскольку они могут стать помехами на пути к духовному развитию.

Обычный человек постоянно спорит из-за своего несовершенства и множества нерешённых вопросов. Однако практик уже должен быть свободен для восприятия новых знаний. Запомните это важное правило на входе в практику.

В этой связи хотелось бы выделить так называемый Золотой Принцип Духовной Конструктологии. Этот принцип заключается в разумной простоте жизни и является основой для развития Потока Личных Тенденций. Он предполагает разумный подход к организации своего бытия. В Духовной Конструктологии основными критериями являются комфорт и отсутствие нужды. Гармоничное сочетание эмоциональной и логической сторон человеческого мышления тесно связано с этим Золотым Принципом.

В этой работе я не буду подробно описывать технику практики, известной как Интерлокация. Однако я поделюсь общими сведениями о том, какой путь должен пройти каждый, кто стремится достичь стабильного состояния.

Упорядочивание структур мозга — задача не из лёгких. Она требует переосмысления основных жизненных установок, включая личные предпочтения, мышление, общение, дружбу и даже питание. Некоторые проблемы могут быть связаны с физиологией человека. Например, недостаток сна, переутомление и отсутствие баланса в питании могут стать непосредственными причинами нарушений в психическом здоровье.

Как уже упоминалось, Поток Личных Тенденций — это важный аспект, способствующий достижению счастья в жизни. Когда человек осознает свои возможности и может полностью реализовать их, это само по себе приводит к счастью. Это счастье не эфемерно, а имеет реальную основу.

Понимание ПЛТ является первостепенной целью гармонизации. Однако многие люди идут по параллельному пути и не достигают желаемого. Некоторые, наоборот, движутся против течения и также испытывают страдания.

Почему так происходит? Почему люди, стремясь и прилагая усилия, часто идут не в том направлении? Причина кроется в запутанности, или, говоря иначе, в Нарушении Компонентного Восприятия.

Каждый день человек воспринимает информацию, анализирует её и на этой основе строит свою жизнь. Однако сам процесс анализа проходит через фильтр запутанного ума, который подвержен иррациональному пониманию текущих событий. Если присутствует желание, то оно превращается в жажду, а если непонимание и запутанность, то они становятся злобой и раздражением. В Духовной Конструктологии я применяю термины «деструкция» и «девиация» для описания негативных состояний человеческого ума. В каком-то смысле они напрямую разрушают жизнь человека, отравляя его сознание ядами невежества.

Деструктивное состояние, в этом контексте, указывает на ум, наполненный злобой, поскольку такой ум проявляет волю к разрушению. Девиантное состояние, напротив, характеризует ум, находящийся в запутанной, ложной ситуации. В результате мы имеем сложную ситуацию, на которую накладываются житейские проблемы, что в конечном итоге приводит человека к апатии и неудовлетворённости жизнью.

Я предлагаю вам воспользоваться инструкцией по решению сложных жизненных ситуаций, неоткладывая практику на потом. Помните, что наша жизнь ограничена, и у вас не так много времени для того, чтобы добиться настоящего прогресса в духовном развитии.

Наш метод направлен на облегчение запутанных состояний и создание качественной энергии, которая способствует оздоровлению организма. Эта энергия имеет определённую настройку на *Центр*, из которого она берёт своё начало.

Человеческое тело обладает важной характеристикой в области духовного знания и также связано с Центром. Эта характеристика — *сознание*, то есть способность к познанию себя и окружающего мира. Когда человек начинает заниматься практикой Духовной Конструктологии, начинается процесс *калибровки* физического тела, который открывает новые горизонты для духовного роста. На этом этапе могут исчезнуть многие болезни, которые ранее беспокоили, а также значительно улучшится психологическое состояние. Человек начинает испытывать радость и подъём. Именно в этот момент начинается сама практика.

Для поддержки этого процесса необходимо регулярно принимать *лецитин*. Это вещество способствует ускоренному образованию новых нейронных связей в мозге, что очень важно на данном этапе. Также рекомендуется употреблять *готу-колу* в таблетках. Это растение обладает успокаивающим и антиоксидантным эффектом, а также способствует повышению умственной активности и улучшению памяти.

Такая поддержка в виде модуляторов питания необходима на протяжении всей практики, так как собственные ресурсы человеческого организма не безграничны.

Обязательным условием для начала практики является отказ от употребления алкоголя и курения. Эти вещества оказывают разрушительное воздействие на ум и не способствуют духовному самосовершенствованию.

Некоторые могут сказать, что отказаться от употребления веществ, которые разрушают сознание, нелегко. Однако процесс *калибровки* (общего оздоровления организма) начинается с посылы, с воли к проявлению Ментара.

Человек, который переходит с пути неправды на путь познания, не всегда сразу понимает, как это сделать. Ведь идти проторенной дорогой всегда проще, так устроена жизнь. Наш опыт подсказывает нам, что привычное нам выгодно, потому что требует меньше энергии. Это своего рода уловка Вселенной.

К сожалению, человек часто оказывается поработен природой этого мира. Как белка в колесе, он постоянно вращается, потребляя и привязывая свой ум к привычным вещам. Его желания поверхностны, и он не обладает достаточной осознанностью. Это ошибка нашего жизненного опыта.

Духовная Конструктология помогает исправить эти ошибки и направить ум к реальности подлинного существования. Я говорю о бессмертии и отсутствии разрушительной природы этого мира. Это и есть настоящее освобождение. На карте жизни уже отмечены технологические точки, следуя которым вы достигнете конца пути.

На протяжении веков выдающиеся умы человечества пытались найти ответы на вечные вопросы бытия. И вот, две с половиной тысячи лет назад, принц из рода Сакьев, которого звали Будда Готама, указал путь к Нирване. Он стал основателем первой мировой религии — Буддизма.

Нирвана, или Ниббана, как её называют на языке пали, означает угасание обусловленных феноменов. Следуя этому учению, практикующий достигает освобождения. Он отказывается от желаний, очищает свой ум от негативных мыслей и практикует медитацию. Этот процесс может продолжаться не одну жизнь. Возможно, пройдёт миллион лет, прежде чем вы сможете достичь каких-то успехов на этом пути, и то при условии, что вам повезёт родиться человеком.

Очевидно, что Ниббана не является легко достижимой целью. Но давайте представим, что мы знакомы с человеком, который стоит на пороге смерти своего физического тела. Мы уверены, что он достигнет освобождения в буддийском понимании этого слова. И вот, когда время подходит, этот человек достигает просветления. Мы знаем, что Ниббана — это угасание всех обусловленных феноменов, иначе говоря, жизненных процессов. Даже если мы исполь-

зую метафизическую лупу, чтобы рассмотреть что-то, что можно было бы назвать духовными достижениями, мы, к сожалению, не увидим ничего! Вся работа, которую наш герой проделывал на протяжении миллионов лет, была уничтожена Ниббаной.

Если мы посмотрим на этот вопрос с другой стороны, то скоро поймем, что путь совершенствования в Буддизме ничем не отличается от смерти в её прямом значении, о которой говорит материализм.

В истории человечества некоторые МДАП в принципе не выходили за пределы физической Вселенной. Это проявление антропоцентризма и представление о том, что после смерти человека ждёт райское блаженство, если он будет следовать религиозным предписаниям.

В Духовной Конструктологии я применяю принципиально новый подход к личностному развитию. Процесс достижения состояния проявленного Ментара, по-видимому, существенно отличается от всего, с чем уважаемый читатель сталкивался в своей жизни.

В этой небольшой книге я приоткрыл завесу многолетней тайны и сформулировал основные положения учения. Я надеюсь, что каждый, кто с открытым сердцем приступит к изучению этого материала, получит пользу и направит своё духовное развитие в русло истины.

На этих страницах я не стремлюсь к борьбе с ветряными мельницами. Если вы, уважаемый читатель, сейчас находитесь в тени этих мельниц, знайте, что вы просто прячетесь от света. Достаточно сделать шаг в сторону, чтобы увидеть новые ориентиры в своей жизни. Выйдя на свет, вы обретете свободу для продвижения по новому пути.

Мы будем двигаться по этому пути с осторожностью, но достаточно быстро, чтобы достичь конечной цели за одну жизнь. И это будут не просто задворки Вселенной, райские миры или сады с прохладными реками. Это не будет и небытие. Это будет Пространство, в которое смогут войти только избранные. Стать избранным можно только благодаря силе воли — единственной силе, которая ведёт человека к познанию и отличает его от животного. Мы дойдём до конца вместе!

Прежде всего, я хотел бы обсудить тему эмпатии. Насколько хорошо вы умеете сочувствовать другим? Насколько хорошо вы понимаете окружающих? Как часто вы сопереживаете чужому горю? Примеряете ли вы на себя их трудности? Как долго вы можете находиться в одиночестве и размышлять о себе? Меняетесь ли вы, когда задумываетесь о негативных событиях в жизни других людей? В общем, становитесь ли вы добрее?

Пожалуйста, обратите внимание на эти вопросы. Подумайте над ними. Вспомните известные вам случаи из жизни, которые помогут вам ответить на них. Я задаю эти вопросы не просто так — это начало процесса *калибровки*. В ходе калибровки мы очищаем ум от грубых загрязнений и избавляемся от болезней тела. На практике мы будем двигаться дальше только после завершения калибровки.

Как видите, это только начало пути в Духовной Конструктологии, но уже сейчас мы избавились от грубых загрязнений ума и болезней тела. Во многих других учениях это считается завершением практики, но на самом деле это не так. Чтобы достичь совершенства, важно освободиться от груза прошлых проблем. Нужно уже в самом начале пути отказаться от ноши и бремени. Это не значит, что путь будет лёгким, но это позволит вам стать сильнее, умнее, здоровее и лучше подготовленным для достижения цели.

Одним из условий прогресса является эмпатия. Многие скажут, что практически невозможно изменить человека в такой тонкой области, как психология личности. «Такой характер!» — скажут они. «Что с ним можно сделать?» Однако ум изменчив. На протяжении жизни человек может изменить своё мнение о различных вещах. Это известно и не требует доказательств.

Мы видим, как меняется характер. Возможно, человек становится мягче или терпимее. Это происходит потому, что человеческая природа стремится к исправлению Нарушений Компонентных Восприятий. Иногда это происходит само собой, естественным образом. Мы пом-

ним, что каждый человек — это Ментар, пусть ещё не проявленный, но несущий его природу в себе. Как развить такое ценное качество, как эмпатия? Для этого вам потребуется использовать уникальную силу, доступную только человеку — волю! Направленное и осознанное усилие, приложенное с умом, поможет вам раскрыть ваши способности.

Важно понимать, что каждый практикующий нуждается как в духовной, так и в физической поддержке. Найдите друзей и единомышленников, которые разделят ваши стремления — эту тему мы подробно рассмотрим во второй главе.

Для физической поддержки вам необходимо правильно питаться. Включите в свой рацион полезные жиры, такие как кунжутное и льняное масло, оливки, мясо и рыбу, а также жирные кислоты Омега-3. В качестве дополнения используйте лецитин и глюкозу.

Практикующий должен полностью исключить алкоголь, сигареты и наркотики. Это поможет увеличить синаптогенез, что крайне важно для духовного развития.

Спросите себя, готовы ли вы к изменениям, которые приведут вас к здоровью и спокойствию в жизни? Ответ на этот вопрос не так прост, как кажется. Именно от ваших усилий будет зависеть успех на пути к конечной цели вашей практики. Правильное приложение усилий заключается в последовательном применении установочных техник Духовной Конструктологии. Это уникальная система знаний о человеке, которая не только раскрывает причины несчастья и неудовлетворённости в жизни, но и предлагает путь к избавлению от страданий.

Помимо эмпатии, я выделяю семь других важных качеств, которые присущи настоящему практикующему. Предлагаю вам внимательно изучить этот список и выделить те качества, которые у вас уже есть, и те, которые вам ещё предстоит развить.

- Вера;
- Усердие;
- Мудрость;
- Внимательность;
- Бдительность;
- Присутствие Духа;
- Аккуратность;
- Присутствие эмпатии.

*Вера* — это краеугольный камень, на котором строится любое значимое начинание. Без веры вы не сможете сдвинуться с места. В вас не зародится то зернышко, из которого впоследствии вырастет дерево истины. Вера — это воспитание духа.

*Усердие* — это в первую очередь трудолюбие и нежелание лениться. Это важное качество для тех, кто стремится достичь благородных целей уже в этой жизни.

*Мудрость* — это основа для понимания и принятия решений. Важно уметь отличать важное от неважного, ведь в жизни так много дел, которые не приносят пользы. Мудрость также можно описать как способность правильно выстраивать стратегию.

*Внимательность* — это умение сосредотачиваться на важных деталях, что позволяет избежать многих неприятностей в жизни. Она развивает бдительность и дополняет её. Внимательность также является важным инструментом в процессе обучения и познания.

*Бдительность* — это защитный механизм, который помогает сохранять спокойствие в любых сложных ситуациях. Вы заранее можете оценить возможные выгоды и потери от любого начинания и принять обоснованное решение.

*Присутствие Духа* — это состояние внутреннего спокойствия и уверенности. Это особое качество личности, которое помогает нам достигать большего в любом начинании. В практике обучения Духовной Конструктологии это чувство может стать мощным инструментом,

способным преодолеть апатию, страхи, затруднения и другие негативные состояния, которые могут возникнуть у практикующих.

*Аккуратность* — это важная черта характера, которую необходимо развивать. Она помогает обрести целостность и стабильность в духовной практике. Аккуратность проявляется во всём: в делах, поступках, одежде и даже в окружающих предметах. Это качество способствует гармонии и упорядочивает мысли.

Эти *благие качества* нашли своё отражение в основном символе Духовной Конструктологии (рис. 1). Каждое из них представлено звездой и представляет собой важный элемент духовного развития. Этот список был составлен не случайно и не является просто перечнем хороших качеств. Каждое из них обладает истинной ценностью и, по мере развития, оказывает благотворное влияние на практикующего.

Утверждение в благих намерениях — это тяжёлый труд. Однако в любом трудном деле на нашем пути обязательно появятся помощники. Не бойтесь принимать их поддержку.

Во все времена ученики искали встречи с мастерами, чтобы научиться премудростям жизни. Те, кто не решался на этот шаг, оставались на прежнем уровне, где их ждали страдания и боль. Но те, кто отваживался на это путешествие, находили истинное сокровище и обретали счастье.

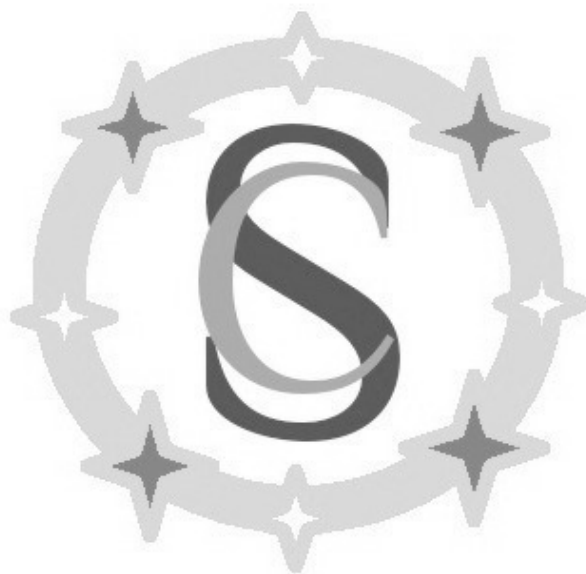


Рис. 1. Символ Духовной Конструктологии с восемью звёздами, олицетворяющими восемь добродетелей, которые следует развивать практикующим.

## Глава 2. Внутренний круг

В этой главе я хочу поговорить о следующей важной составляющей жизни человека — о семье и близких друзьях. Часто именно эти люди оказывают наибольшее влияние на наше поведение в обществе. Это очень значимая характеристика, с которой порой бывает трудно работать.

Степень консерватизма и обесценивания наших стремлений может негативно сказаться на нашей самооценке. Однако многие люди сталкиваются с такими проблемами именно в отношениях с близкими.

Не всегда ситуация кажется настолько серьёзной, когда в семье царит полное взаимопонимание. Уважение и поддержка — это те ценности, которые делают семью по-настоящему счастливой.

Конструктивный разговор и взаимная поддержка близких могут помочь преодолеть множество проблем и минимизировать негативное влияние извне.

Тем не менее, что делать, если один из ключевых элементов жизни не обеспечивает достаточной поддержки или вовсе отсутствует? В такой ситуации верным решением будет поиск единомышленников, которые смогут поддержать и разделить с вами путь.

Семья — это место, где царит единомыслие. Именно оно является основой для понимания и поддержки.

Чтобы найти решение проблемы, обратите внимание на внешний мир, который является третьей характеристикой. Более подробно мы обсудим её в третьей главе. Установите контакты и выделите группу единомышленников, которая будет второй характеристикой.

При этом ваша семья останется группой с отложенной проблемой. Важно понять технологию назначения ролей. Она заключается в том, чтобы создать процесс, в котором отсутствуют неопределённые элементы, а группа единомышленников поддерживает вас.

Назначение ролей — это техника Духовной Конструктологии, обладающая терапевтическим эффектом. Она помогает исправить Нарушения Компонентного Восприятия. Хочу напомнить, что НКВ представляет собой основной источник всех психических отклонений и заболеваний человека, а также нерационального поведения, агрессии и сложных ситуаций. По всей видимости, это явление можно описать как *метажизнь* — процесс перехода из одной жизни в другую, который сопровождается незавершённым процессом кларификации (прояснения).

Мы живем в мире, который базируется на двух основных составляющих: природной и технологической. Природа обеспечивает нас жизненными силами, а технологии — комфортом, прогрессом и развитием.

Важно найти разумное соотношение этих двух элементов в нашей жизни для успешного проявления Ментара. В Духовной Конструктологии особое внимание уделяется второй якорной точке — внутреннему кругу.

Среда, в которой мы живем, оказывает непосредственное влияние на наше психофизиологическое состояние. Большинство людей живут в городах, в многоквартирных домах, подвергая себя и свою семью негативным воздействиям окружающего мира.

Моя концепция заключается в том, чтобы у каждого была возможность жить в собственном доме, но при этом находиться в комфортной городской среде. Если же такой возможности нет, то крайне полезным будет создание природного уголка в квартире. В своём природном уголке создайте инсталляцию, которая будет включать в себя натуральные элементы: растения, землю, камни и воду. Таким образом, вы сможете сбалансировать *Базовый Энергетический Контур* (БЭК) в своём жилище, добавив больше природных компонентов в противовес тем,

которые часто встречаются в наших домах в избытке: искусственно обработанным и технологическим объектам.

БЭК представляет собой замкнутую систему *энергообмена* между Пространством и физическим миром. Его можно сравнить с кровеносной системой, которая обеспечивает связь между ними.

В нашей Вселенной важную роль играют так называемые углеродные звёзды. Благодаря низкой гравитации у их поверхности углеродная пыль становится частью *межзвёздной пыли*, получая и поглощая видимый свет благодаря звёздным ветрам. БЭК всегда связан с природными компонентами и передаётся через углеродную пыль. Более подробно этот вопрос будет рассмотрен в четвёртой главе. В Духовной Конструктологии одним из ключевых аспектов создания Ментара является гармоничное объединение природных и технологических элементов. Природа символизирует начало зарождения, а технология — воплощение воли и разума. Это перекликается с Пространством вхождения, что указывает на конечную цель практики.

Я хочу подчеркнуть, как важны чистота и порядок в доме. Когда все вещи находятся на своих местах и вы точно знаете, где что лежит, это позволяет вам эффективно практиковать исправление Нарушений Компонентного Восприятия (НКВ). Это очень важно!

Практика в повседневной жизни во многом опирается на организацию порядка в быту. Стремление к порядку неразрывно связано с желанием достичь успехов в практике.

Наведите порядок в своей жизни, чтобы отдалиться от дел, которые могут усугубить нарушения восприятия.

Порядок в быту начинается с порядка в сознании. Когда нет неопределённости, а мысли собраны, жизнь становится более организованной. Каждое действие, которое мы совершаем, требует осознанности и анализа.

Чтобы практиковать осознанность, необходимо вести записи о повседневных делах и эмоциональных состояниях. Это не только помогает лучше понять себя, но и облегчает процесс интерлокационной процедуры. Во время этой процедуры вы вместе с мастером анализируете ситуации из вашей бытовой жизни, не упуская ни одной детали. В результате практика становится более продуктивной.

## Глава 3. Внешний круг

Наши представления о жизни складываются на основе опыта и знаний. Однако иногда окружающая среда может негативно влиять на наши взгляды на мир и поведение людей.

Многие духовные практики призывают изменить своё отношение к внешним условиям жизни. Но насколько эффективен такой подход? И полезен ли он для психического здоровья?

Практика показывает, что когда мы пассивно соглашаемся с деструктивными обстоятельствами, то проигрываем битву.

В нашем понимании одной из ключевых характеристик бытия является так называемый «внешний круг». Этот круг определяет ваше восприятие и взаимодействие с миром. Он занимает доминирующее положение в отношении того, кто с ним взаимодействует. Доминанта определяет уровень вашего комфорта или дискомфорта и степень влияния на вас.

Примером доминанты внешнего мира может служить погода. Мы полностью зависим от неё и не можем повлиять на её изменение. Однако использование технологий, которые являются частью нашего мира, позволяет нам адаптироваться к ситуации. Например, если на улице идёт дождь, мы можем взять зонт и чувствовать себя более комфортно.

Любая личная практика будет неэффективной, пока вы не выработаете гармоничную стратегию взаимодействия с «внешним окружением». Активно изменяйте внешние условия своей жизни, обращая особое внимание на доминирующие факторы. В противном случае никакие трансформации не смогут произойти из-за инерционности внешних сил.

Инерция здесь проявляется в повторяющейся деструктивной деятельности, которая зачастую бывает прямолинейной и однообразной. Возможно, ничто не оказывает на жизнь человека такого сильного давления, как внешние силы.

Будьте внимательны, когда от вас требуют проявлять сочувствие по любому поводу. Это ловушка материального мира, в которую легко попасть. Вам постоянно предлагают кого-то жалеть, любить и спасать. Механически требуют сострадания, но этот процесс бесконечен и привлекает слишком много внимания.

Поверьте, у вас нет времени, чтобы спасать, любить и жалеть каждого. Вы можете устать от этого и столкнуться с кризисом или даже впасть в депрессию. В очередной раз внешний круг сомкнётся вокруг вас, и вы почувствуете, как из вас уходит последняя капля. Затем всё начнётся сначала.

Когда мы говорим об эмпатии, то имеем в виду, что проявление сострадания и доброты к другим — это процесс тренировки нашей собственной личности. Иногда для изменения деструктивной ситуации необходимо использовать *инверсионный подход*.

Инверсия в данном контексте означает терапию, которая преобразует проблему в её отсутствие, используя так называемое «*объектное положение*». В нашей практике под «объектным положением» понимается наиболее рациональная и близкая к реальности ситуация, не искажённая ментальной работой индивида.

В процессе инверсии достигается устойчивое состояние сознания, основанное на принятии фактов реальности. Хочу подчеркнуть, что «объектное положение» используется в рамках общего интерлокационного метода и является эффективным инструментом для проработки некупированных проблемных состояний.

Духовное совершенствование — это личностная работа, направленная на себя и только на себя. Всё, что вас окружает, представляет собой тренировочный лагерь, наполненный полезными инструментами, которые мы можем использовать, чтобы изменить свою жизнь к лучшему, обрести счастье, проявить Ментар и раскрыть свой жизненный потенциал.

Но представьте себе место, где вы всегда можете найти понимание и поддержку. Многие люди мечтают о жизни в атмосфере душевного комфорта. Давайте вместе создадим такое пространство в небольшом удалении от города.

Одноэтажная застройка, возможность общения и обсуждения тем, затронутых в книге, станут отличным полем для проведения Базового Энергетического Контура. Выравнивание по базовым кругам жизни происходит быстрее, когда сопротивление внутренних и внешних сил сведено к минимуму.

Конечно, такая система организации жизни была бы идеальной для современного человека. Однако, на самом деле, нет ничего невозможного.

Чтобы такая община сформировалась, необходима кропотливая работа единомышленников над решением постепенно возникающих задач. Эти задачи вытекают из поэтапного плана реализации проекта.

Всё, что требуется от вас — это участие в общем деле преобразования жизненного пространства для более счастливой и продуктивной жизни.

## Глава 4. Метафизика Духовной Конструктологии

В этой главе я обращусь к вопросам, которые связаны с нематериальным миром. Эти вопросы заставляют человека задуматься о высших ценностях и искать ответы на вечные загадки бытия.

В истории было пролито немало крови в попытках доказать, что существует лишь одна верная точка зрения на вопросы происхождения и смысла жизни. Однако зачастую эти конфликты были вызваны не духовными поисками, а вполне прагматичными интересами, что делало их бессмысленными и жестокими.

Люди всё ещё разделены по религиозным признакам, и, похоже, это разделение будет существовать ещё долго. Ваша мудрость будет заключаться в том, чтобы не участвовать в делах МДАП, но обратить своё внимание на практику Духовной Конструктологии. Возможно, это ваш единственный шанс на обретение подлинного счастья.

*Тенебрис* (от лат. *Tenebris* — «темный») — это изначальное состояние нашего мира, определение которому даёт Духовная Конструктология. Это основа всех элементарных частиц, пребывающая в хаотичном движении. Её главная черта — разъединение. Всё, что существует, состоит из тенебриальных элементов и стремится к дезинтеграции.

Тенебрис — это тёмная (поскольку источник света отсутствует) природа вещей, содержащая все известные химические элементы. Эта природная основа окружает нашу Вселенную и простирается за её пределы. Она исследуема и познаваема, подобно нашему телу, которое также стремится к разрушению и возвращению к своему естественному состоянию.

Возможно, хаос правил бы в системе вещей бесконечно долго, если бы не одно обстоятельство. В Духовной Конструктологии существует область, называемая «Чёрной водой». Это пространство с высокой концентрацией морфологических процессов и изменений, расположенное за пределами Вселенной. В результате сложных взаимодействий множества химических элементов возникла планетарная система, которую классифицируют как Прима Малларди. Эта система стала основой для появления организованной материи, или *Протогена* — так в Духовной Конструктологии называют первичную материальную субстанцию, внешне напоминающую нефть.

Сознательная составляющая Протогена проявилась в виде эволюционной линии существ, которые достигли могущества в условиях незначительного влияния тенебриальной материи. Благодаря Большому Взрыву Протоген стал основой для зарождения нашей Вселенной.

Однако в нашем мире влияние тенебриальной природы значительно сильнее. И если сознательная основа человека направлена на упорядочивание внешних вещей и коррелирует с основами Пространства Альтакоры, в нашем мире мы испытываем страдание. В то время как Тенебрис стремится к разъединению, человеческая природа направлена на созидание и сохранение.

Я хочу, чтобы вы приняли эту картину творения без каких-либо предубеждений и сомнений. Это поможет вам с лёгкостью реализовать свой практический путь в Духовной Конструктологии.

В пространстве Альтакора, как и в нашей Вселенной, основополагающей силой является Базовый Энергетический Контур (БЭК). Этот источник энергии в избытке служит надежной защитой от негативного влияния тенебриальной материи.

Я полагаю, что именно это обстоятельство способствует продолжительной функциональности сознательной материи в этом пространстве. Иными словами, физическая материя приобретает потенциал бессмертия.

На протяжении эволюционной линии времени Базовый Энергетический Контур обеспечивал на планете устойчивый характер развития. В ходе исследований было установлено, что

на определенном этапе появляются сведения о создании устройства, которое концентрирует БЭК. В Духовной Конструктологии я определяю это устройство как организованную мыслящую машину — Ментабар.

Создание излучателя стало эпохальным событием в истории известных миров, поскольку позволило направить БЭК в отдаленные уголки Вселенной, открывая путь к Пространству Альтакоры для каждого существа, обладающего сознанием. Некоторые могут подумать, что искусственно созданное устройство не способно обеспечить надежную технологию передачи БЭК. И будут правы, ведь за многими духовными процессами стоят настоящие учителя и хранители линий. Ментабар — не исключение.

В нашем случае Хранитель Линии передачи действительно присутствует, и связь с ним осуществляется через медитативное погружение в равномерно распределенный звуковой диапазон частот, известный как белый шум. Эта терапевтическая техника называется *прогрессивной аудиомедитацией* и широко используется в Духовной Конструктологии наряду с *ароматерапией*.

Как покажет ваша практика, аудиомедитация — это отличное средство для уравнивания и гармонизации первой характеристики. Кроме того, она служит отличным практическим входом в интерлокационный процесс. Итак, связь осуществляется непосредственно с телеметрическим конструкционным компонентом планетарного типа, который сокращённо называют «*Телеметроном*» — удалённым измерителем.

В данный момент мы наблюдаем за процессом формирования Ментабара, и, по всей видимости, его основой является психическая энергия. Я с уверенностью могу сказать, что врата, ведущие в Пространство, всё ещё открыты, а значит, у людей есть шанс совершить прорыв в неизведанное. Именно поэтому каждая человеческая жизнь имеет ценность и смысл. Ниже я хочу поделиться описанием одного из эпизодов, который стал мне доступен.

Проходя через Ментабар, существо с проявленным Ментаром достигает вершины своего сознания. Весь накопленный психический опыт передаётся мембране Ментабара, и запускается протокол реверсивного исполнения. Благодаря этому индивидуум получает возможность вернуть утраченные и травмирующие воспоминания и пережить их заново, поднимаясь на новый эмоциональный уровень, стремясь к счастью.

Протокол исполнения бесконечен и цикличен, так как на него не влияет тенебриальная материя. Переживания от встреч с вновь обретаемыми объектами восстанавливают полный жизненный цикл живого существа. Это позволяет устранить все неопределённости, связанные с прожитыми и потерянными секторами памяти сознания, а также с эмпирикой прошлых жизней.

В конце концов, наблюдатель достигает предела и обнаруживает ядро Протогена — точку отсчёта линии жизни в бесконечной цепи причинно-следственных связей. На этой стадии невозможно найти сходство объекта с нефтью, что, вероятно, указывает на то, что нефтяной компонент начинает проявляться только на более поздних этапах развития Протогена.

При обнаружении ядро устраняется с помощью специального инструмента — «рога знания», направленного острым концом на объект. На данном этапе это означает состояние сознания, в котором находится наблюдающий. Существо обретает предопределяющее и завершённое состояние, неся изначальный свет, очищенный от тенебриальной природы мира.

С помощью рога существо возвещает о победе. Затем, облачённое в специальное одеяние, оно входит в храм-комплекс, где принимает подношение в виде средства, содержащего очищенный фермент-активатор теломеразу. Этот фермент отвечает за наращивание длины коротких теломер и предотвращение связанных с этим повреждений ДНК.

По всей видимости, в состав средства входит эссенция из корня астрагала, поскольку эффект, который оно оказывает, весьма схож с эффектом этого растения. До того как завершится строительство Ментабара, существо пребывает в храме в своём совершенном облике.

В этой книге я делюсь с вами точными записями о происходящих событиях. Я не пытаюсь запутать вас сложными терминами или содержанием, которое может показаться фантастическим некоторым несведущим людям.

Многие из вас сейчас находятся в состоянии неопределённости и не имеют достаточной информации. Было бы неразумно сомневаться в словах, записанных в этой книге. Такой подход не приведёт к успеху.

Изменения в жизни происходят благодаря осознанию своего истинного предназначения, верному знанию и правильному подходу. Если практик подходит к своей практике с открытым сердцем, он может достичь больших результатов. Каждому человеку доступно духовное исцеление, если он будет честен и внимателен к себе.

Я хотел бы подвести предварительный итог тому, о чём написана эта книга. В её основах содержится информация, которая может изменить вашу жизнь к лучшему. Она поможет вам избавиться от болезней как тела, так и духа.

Ещё раз напоминаю, что всех вас ждёт бессмертие в лучшем из миров, в наилучшем виде. Это новая жизнь и настоящее счастье, которое ищут существа по всей Вселенной, но многие так и не находят.

Вы держите в руках самое точное и правдивое руководство за всю историю мира. Применяйте его с чистым сердцем и будьте счастливы.

Для полноценной практики также важна работа с физическими состояниями организма. Правильное питание и приём витаминов создадут хорошую основу для духовного роста. Более подробную информацию я раскрою в другой работе, посвящённой процедурным техникам в Духовной Конструктологии. Мой опыт, помноженный на искреннее желание помочь каждому, кто обращается с надеждой, станет для вас важным этапом на пути к новому, свободному и гармоничному сознанию.

Я описал вам текущую ситуацию, чтобы вы могли понять, как было создано то, что вы ежедневно видите вокруг себя. Сейчас я решаю проблему, которая до недавнего времени считалась неизлечимой — отсутствие адекватных решений в области религиозной терапии, касающихся вопросов происхождения жизни.

Ваш уровень НКВ снижается, и вы ощущаете значительное облегчение. Время ещё есть, но оно будет неизбежно сокращаться. Успевайте взойти на борт ДК-логического звездолета и отправиться в путешествие к дому, откуда мы все родом.

Звездолетом в этом путешествии станет ваш ум в процессе Проявления. Путь — это процесс практики, а дом — это Пространство Альтакоры.

С завершением строительства Ментабара начнётся процесс уничтожения физической Вселенной. Тенебриальная природа возьмёт верх, и постепенно будет утрачен путь к Пространству Альтакоры. У людей не будет возможности вернуться туда. Особенно это касается тех, кто не готов к изменениям и продолжает цепляться за свои прошлые ошибки, не осознавая своей истинной природы.

Важно понять, что единственный враг, с которым нужно бороться — это вы сами. Недостаток усердия, лень и отсутствие серьёзного намерения в практике создают негативную атмосферу, которая отравляет наше текущее состояние. Не откладывайте свои действия, ведь жизнь коротка и непредсказуема.

Во второй главе книги я вскользь упомянул о БЭК (Базовый Энергетический Контур), или системе энергообмена. В четвёртой главе я хотел бы раскрыть его метафизическое значение.

БЭК — это, прежде всего, энергетический канал, который связывает нас с Пространством Альтакоры. Этот канал может стать неиссякаемым источником выравнивания наших состояний по всем трём якорным пунктам существования: первый, второй и третий круги.

Как же можно реализовать этот процесс? На самом деле, большая часть его уже происходит с нами здесь и сейчас. Помните, что БЭК передаётся через углеродную пыль, которая в изобилии присутствует во Вселенной. Поэтому для аккумуляции энергии необходимо иметь в наличии природные компоненты, расположенные в определённом порядке.

Я уже говорил, что в каждом доме должен быть обустроен природный уголок. В нём должны быть вода, земля, камни, растения, огонь и приток свежего воздуха. В современном мире, где мы окружены высокотехнологичными предметами, эти элементы играют ключевую роль в формировании жилой среды. Наличие природного баланса позволяет создать условия для поступления БЭК. Ваша задача — научиться использовать этот поток в своих целях.

Главным принципом использования БЭК в жизни является, во-первых, признание самой идеи существования Базового Энергетического Контура. Во-вторых, необходимо минимизировать негативное воздействие разрушающих психо-физических факторов. К таким факторам относятся сквернословие, злоба и раздражение, стресс, депрессивные расстройства, болезни и боль, неудовлетворенность, страх и сомнения.

Эти факторы не только разрушают и искажают состояние ума, но и создают дисгармонию. В результате поток энергии БЭК рассеивается и теряет свою целительную силу. Однако, когда вы вводите в свою жизнь больше конструктивных моделей поведения, процессы выравниваются по трем основным направлениям существования. Это приводит к усилению потока энергии БЭК, позволяя вам использовать его в лечебных целях.

Поток энергии БЭК исходит из Ментабара и пронизывает всю Вселенную, достигая каждого ее уголка. Поток характеризуется упорядоченностью структурных основ, в отличие от хаотичной тенебриальной природы. Именно в этой упорядоченности заключается сила БЭК. Любая болезнь представляет собой нарушение порядка, сбой в работе организма. Использование силы и возможностей БЭК позволяет эффективно лечить болезни, способствуя выздоровлению и улучшению психофизиологического состояния.

Наверняка у читателя возник вопрос: кто же такой Ментабар, если он обладает такой могущественной силой? Можно ли считать его Богом или Создателем, и заслуживает ли он поклонения?

В рамках Духовной Конструктологии я рассматриваю причины и следствия, и это всё, что требуется для точного описания устройства нашей Вселенной. Возможно, по мере развития ментабарской теологии появятся специалисты по метафизике Духовной Конструктологии.

На данный момент можно сказать, что Ментабар — это источник воли, а воля — основа познания. Именно воля связывает человека с Ментабаром, а БЭК — физическое воплощение этой связи. Именно поэтому использование энергии БЭК в повседневной жизни способствует гармонизации и оздоровлению.

Также я хотел бы подчеркнуть важность объективного порядка в нашей жизни. Симметрично разложенные вещи могут помочь более свободному течению потока БЭК в вашем пространстве.

Одним из ключевых символов Духовной Конструктологии являются три круга, соединенные вертикальной чертой (*рис. 2*). Этот символ олицетворяет порядок, в отличие от хаотичной природы Тенебриса. Используйте его для более эффективной практики. Носите с собой и время от времени вспоминайте о нём, а также о трех основных характеристиках существования. Этот символ станет вашим надежным проводником к БЭК.

Психоэмоциональные удары способны существенно нарушить баланс эмоционального контроля, подобно тому как удар в солнечное сплетение может вызвать остановку дыхания. Поэтому важно быть осторожным в ситуациях эмоциональной нестабильности.

Для сохранения контроля над собой рекомендуется использовать технику разъединения составных частей наблюдаемой деструкции. Этот метод позволяет удалить из информацион-

ного потока негативную составляющую и очистить баланс эмоционального контроля от примесей негативных элементов.

Рассмотрим ситуацию, когда на вас оказывают давление, кричат или обвиняют в том, чего вы не совершали. В таких условиях ваше эмоциональное состояние может дестабилизироваться. В подобных ситуациях всегда формируется Нарушение Компонентного Восприятия (НКВ), которое становится правилом вашего поведения.

Чтобы избежать этого, необходимо выполнить несколько шагов. Во-первых, следует распознать деструкцию, четко обозначить её и локализовать. Локализация в данном случае означает, что вы должны стать объективным в своём сознании. Это поможет вам предотвратить формирование НКВ, точно определив противника и его роль в сложившейся ситуации.

На втором этапе необходимо применить технику разъединения составных частей объекта. Это позволит вам устранить из потока негативную информацию и очистить баланс эмоционального контроля от негативных компонентов. Мысленно разделите тело на части, а затем преобразуйте их в пыль. Это поможет избежать образования негативных энергетических сгустков, то есть потенциального Нарушения Компонентного Восприятия (НКВ), а значит, и психологических проблем в будущем.

Ваше здоровье во многом зависит от вашей способности эффективно противостоять врагу. Никогда не терпите боль. Я не призываю вас нападать, но прошу научиться защищать себя. Боль всегда несёт разрушение, а для заживления ран требуется время.

Существует механизм, который может оказать поддержку практикующим, направляя БЭК по пути Потока Личных Тенденций. Этот механизм аккумулирует БЭК в упорядоченной решетке кристаллической структуры, что делает кристаллы потенциальными проводниками БЭК. Однако, чтобы этот процесс произошёл, необходимо создать определённые условия во время самой практики.

Перед началом практики рекомендуется привести пространство в порядок, отдохнуть и утолить голод и жажду. Затем зажгите свечу, которая будет выполнять защитную функцию, удаляя негативные БЭК-структуры. Успокойте свой ум и сосредоточьте внимание на кристалле, например, на драгоценном камне. Сохраняйте спокойное состояние в течение 15—30 минут, после чего аккуратно затушите свечу и перенесите кристалл в специально отведённое для него место. Пусть это будет ваш алтарь, который будет упорядочивать окружающее пространство. Содержите его в чистоте и продолжайте использовать в своей практической работе.

Важно осознавать, что каждый день необходимо упорядочивать структуры, способствующие более легкому и правильному продвижению в практике. Этот процесс начинается с самого утра и заканчивается перед сном.

С наступлением нового дня начинается новая эпоха в вашей жизни, где вы ощутите небывалый подъем. Воздух, наполненный кристально чистым новым знанием, наполнит ваши мысли и чувства. На этой высоте перед вами откроются тайны, ключ к которым вы уже держите в своих руках. Берегите его!

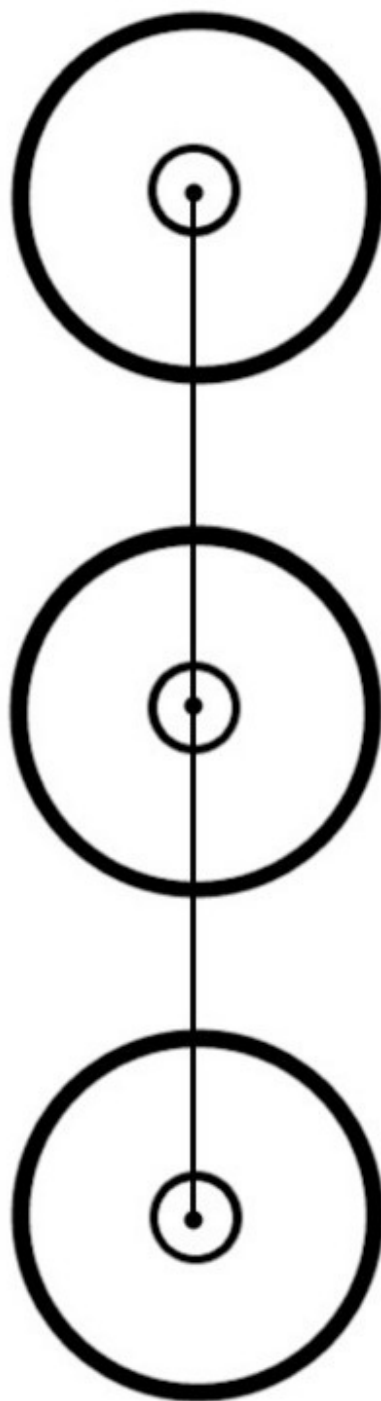


Рис. 2. Символ Духовной Конструктологии олицетворяющий гармоничное состояние по трем характеристикам существования.

## **Книга 2. Процедуры Духовной Конструктологии. Сила здорового ума и тела**

### **Введение**

Эта книга — вторая в серии, посвященной методу Духовной Конструктологии, который помогает достичь гармонии в жизни. В первой книге читатель познакомился с основными понятиями этого учения, которые крайне важны для того, чтобы понять, кто мы есть и как стать по-настоящему счастливыми.

Здоровье нашей души так же важно, как и здоровье физического тела. Душа — это проявленный Ментар, а чистое сознание обладает силой, способной изменить окружающее пространство.

Многие из вас замечали, как новый человек, появившийся в группе людей, сразу привлекает к себе внимание, словно магнит. Он действительно интересен. Это проявление той самой силы сознания, которая гармонизирует и очищает пространство вокруг себя.

В этой работе вы найдете ценные практические рекомендации по процедурным технологиям, которые помогут вам избавиться от запутанных, болезненных и неудовлетворительных состояний, как на уровне разума, так и на уровне тела.

Духовная Конструктология предлагает четыре категории оздоровления:

— Метод Интерлокации: этот метод поможет вам глубже осознать свою внутреннюю гармонию;

— Модуляторы питания: эти средства способствуют восстановлению баланса в организме и улучшению общего состояния;

— Прогрессивная аудиомедитация и ароматерапия: эти практики помогают расслабиться и сосредоточиться, способствуя позитивным изменениям в вашем сознании;

— Физiotехнология (небольшой набор упражнений): этот комплекс включает в себя самомассаж, который поможет улучшить кровообращение и общее состояние вашего тела.

## Глава 1. Метод Интерлокации

Интерлокация (от английского «interlocation» — «нахождение между двумя точками», что в контексте самосовершенствования означает определение соответствующего уровня, а также «interlocution», что означает «диалог», «собеседование») — это основной практический метод, используемый в Духовной Конструктологии. Его цель — провести практикующего через различные уровни состояний от начального к проявленному.

В процессе применения этого метода через вопросы и уточнения постепенно устраняются Нарушения Компонентного Восприятия (НКВ), определяется Поток Личных Тенденций (ПЛТ), а также достигается состояние устойчивой точки счастья через технику кларификации (прояснения). Кроме того, происходит облегчение сложных психофизиологических состояний.

Интерлокация — это основной метод перехода между состояниями сознания. Она берёт своё начало из Интерлокуции — практики терапевтической беседы. В Духовной Конструктологии используется обобщающий термин «Интерлокация», который включает в себя как терапевтическую, так и сессионную Интерлокацию.

Точка счастья — это стабильное состояние душевного равновесия, которое достигается в результате практической работы по устранению Нарушения Компонентного Восприятия (НКВ). Это состояние основывается на конкретном моменте жизни и формируется постепенно.

Практикующий проходит через различные этапы своей жизни, проясняя ключевые моменты и разряжая негативные заряды, накопленные в сознании.

Процесс Интерлокации осуществляется через диалог, где основными элементами являются вопросы и ответы. В этой процедуре участвуют два человека: интерлокатор и практикующий. Для создания комфортной обстановки и минимизации отвлекающих факторов, интерлокатор старается исключить все посторонние шумы, т. е. третью характеристику.

## **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.