

Дзен: <https://dzen.ru/video/watch/67bd439a993b9957cd180b98>
VK: https://vk.com/video-183810725_456242365
OK: <https://ok.ru/video/10632668056286>
Rutube: <https://rutube.ru/video/4e6a250475dbadafc4252f6f6b1419e0/>
YouTube: https://youtu.be/i_8tCUe-OI4
#763 АудиоЭфир <https://t.me/AudioCassiopeia/856>
<https://music.yandex.ru/album/34063887/track/136544097>

#763 Цигун – искусство управления энергией. Практика здоровья и гармонии. Как почувствовать Ци? Йога.

25 февраля 2025 года

Участники:

Ирина Подзорова – контактёр с внеземными цивилизациями, с тонкоматериальными цивилизациями и с Духовным миром;

Роман Мирошниченко – цигун-инструктор, рунолог, энергопрактик, ведущий медитации випассана на Байкале;

ЛиШиони – представитель планеты Шимор, специалист по Астральному миру и его взаимодействиям с материальным миром;

МидгасКаус – представитель планеты Эслер, биолог, психолог, микробиолог, специалист по инопланетным формам жизни.

00:00 Начало видео.

00:13 Фрагменты конференции.

«...Йога и цигун – это такие формы взаимодействия с Духом через тело, с Духом, с энергиями пространства, с энергиями тела. Чем они отличаются?..»

«...Поэтому поток энергии будет идти так через эти меридианы, как вы представите. Нужен лишь устойчивый мысленный образ и желание...»

«...Визуализация – очень важный навык, это очень важная способность вашего воображения, связанная с созданием конкретных образов...»

«...Да, может способствовать духовному развитию, потому что укрепляет связь Души с телом, усиливает энергии не только эфирного, но и других тонких тел, которые непосредственно отвечают за проявление Души через тело».

01:21 Представление участников.

Ирина: Здравствуйте, дорогие друзья! Меня зовут Ирина Подзорова. Я являюсь контактёром с внеземными цивилизациями, с Духовным миром, с тонкоматериальными цивилизациями. Сегодня мы поговорим с Романом о системе цигун.

Я пригласила биолога, психолога и специалиста по инопланетным цивилизациям – МидгасКауса с планеты Эслер, и специалиста по астральным взаимодействиям с планеты Шимор – ЛиШиони. Давно они у нас не были на конференциях. Итак, они сегодня здесь присутствуют. Привет, Роман, приветствую!

Роман: Приветствую кураторов, Ирину замечательную, дорогую! Меня зовут Роман, я являюсь регрессологом, специалистом по цигун. Мне бы очень хотелось узнать именно про эту систему, про энергии цигун, потому что это практика с тысячелетней историей, и, конечно же, хочется узнать о ней намного глубже и больше.

02:24 Кураторы цигун. Происхождение цигун.

Роман: Первый вопрос, конечно – кто же курирует эгрегор цигун? Потому что он достаточно большой, обширный, глубокий, есть много направлений в этой системе.

Хотелось бы узнать сначала о кураторах.

Ирина (МидгасКаус и ЛиШиони): Как и любая целительская система, цигун является частью целительской системы Земли, и её курирует Архангел Рафаил.

Роман: Вот так вот!

Ирина (МидгасКаус и ЛиШиони): Да. Это в Духовном мире. А в тонкоматериальном мире её курирует система плазмодных цивилизаций, которая состоит из нескольких земных и нескольких космических плазмодных цивилизаций, но они все входят в систему курирования эгрегоров, связанных с целительскими системами Земли.

(Ирина) Они сейчас говорят, что изучали цигун как целительскую систему. То есть это не просто какие-то упражнения, это именно целительство.

Роман: Эта практика появилась самостоятельно, или эти знания были переданы внеземными цивилизациями и кураторами?

Ирина (МидгасКаус и ЛиШиони): Эти знания появлялись из опыта людей совместно с опытом их оздоровления, исцеления, воздействия различных энергий. И плюс ещё различные энергии им передавали представители плазмодных цивилизаций, и люди это понимали как информационный поток и преобразовывали в систему для управления энергиями.

(Ирина) Я сейчас переведу. Это сами люди частично придумали, а частично передавали плазмодные цивилизации. Что касается инопланетных гуманоидных цивилизаций, по данным Межзвёздного Союза, они этого не передавали, потому что у них свои системы, которые подходят к их чакральным структурам.

Роман: А есть такая практика у них, интересно узнать?

Ирина (МидгасКаус и ЛиШиони): У нас есть свои методы движения, дыхания и мысленной концентрации, связанные с работой с энергиями, и внешне они похожи на цигун, но просто там другие практики.

Роман: Да, уже радуется, что это похоже как-то на цигун, потому что энергии, конечно, очень серьёзные чувствуются, когда они идут через тело.

05:01 Настоящая родина цигун.

Роман: А зарождение произошло на территории Китая? Потому что мы всё-таки знаем цигун как Ци – это «энергия», Гун – это «делать». Или всё-таки это где-то было ещё представлено, например, в славянской традиции или чём-то подобном?

Ирина (МидгасКаус и ЛиШиони): В каждом народе были свои контактёры и свои целители, которые передавали похожие техники, и в каждой стране есть народы, которые берегут эти традиции. То есть не только в Китае возникло сразу.

Роман: Это важное замечание, просто мы же знаем, что именно из Китая пришло, это даосская традиция, а даосское направление – оно ещё древнее буддизма, например.

Ирина (МидгасКаус и ЛиШиони): Да, древнее.

05:54 Бодхидхарма – первый патриарх Шаолиня.

Роман: Есть такой легендарный человек, зовут его Бодхидхарма, его ещё называют первым патриархом Шаолиня. А Шаолинь – это как раз монастырь, который находится в Китае. И по легенде Бодхидхарма пришёл из Индии и передал знания буддистам, монахам, именно направления цигун и Ицзиньцин (есть такая практика), и боевые искусства. Мне бы хотелось просто знать, действительно ли это так, и есть ли вот такой момент правды?

Ирина (МидгасКаус и ЛиШиони): Мы знаем об этой личности из Хроник Акаши, из эгрегоров, мы знаем, что он передавал знания во многих городах, странах, областях и во многих монастырях. И мы знаем, что он был духовным учителем. А что касается его энергетических практик, то да, он ещё был целителем и учил этому людей, но подробности этого уже нужно спрашивать у него самого.

07:05 О пользе цигун.

Роман: Что происходит, когда человек занимается цигун? Хотелось бы узнать именно про пользу этой системы. Что происходит в теле, когда человек начинает совершать какие-то движения, соединяет своё внутреннее состояние и внешнее, как происходит эта история, связанная именно с энергиями?

Ирина (МидгасКаус): Течение эфирных энергий в человеческом теле и вокруг него ускоряется, привлекаются новые потоки эфирных энергий из пространства, наполняется биополе человека, что положительно влияет на все тонкие тела, укрепляет и астральное тело, и ментальное, и более тонкие тела. Что значит укрепляет? Душа начинает более гармонично и осознанно проявляться через тело.

Роман: Это удивительный факт, конечно.

Ирина (МидгасКаус): Это упорядочивает мышление, укрепляет память, развивает воображение, очищает эмоциональные блоки и помогает соединиться с Высшим Я.

Роман: Значит, мы можем утверждать, что это практика, которая помогает оздоровить организм?

Ирина (МидгасКаус): Не только организм. Она влияет и на тело положительно и влияет на контакт именно Души с телом, а может ещё использоваться в качестве вспомогательного инструмента в духовном развитии.

08:53 Различия между цигун и йогой.

Ирина (МидгасКаус): Вы наверняка все слышали о йоге? Так вот, йога и цигун – это такие формы взаимодействия с Духом через тело, а также с энергиями пространства, с энергиями тела. Чем они отличаются? Йога – она более заформализована, там формальные правила, какие позы принимать, какие вещи представлять. А цигун – это более свободная система, и для тех, у кого слабое здоровье, для тех, у кого нет опыта серьёзных спортивных упражнений, цигун будет легче.

Потому что йога требует хорошей физической формы и хорошей подготовки, хорошего здоровья, особенно некоторые формы хатха-йоги. Потому что там принимают различные позы, которые длительно удерживаются, это требует напряжения мышц. Она тоже очень полезна, но ею нужно очень аккуратно заниматься, особенно людям, у которых нетренированные мышцы, то есть они в своей жизни мало двигались, поэтому нужно очень-очень постепенно, чтобы не повредить себя.

А цигун можно заниматься более интенсивно, потому что там все движения – они плавные такие (показывает), не вызывают напряжения и перегрузки мышц, костей и суставов. Более того, в отличие от физической зарядки, цигун ещё соединён с мысленной концентрацией на энергии и на визуализации этой энергии в теле и её протекании через тело, то есть на потоки. Всё это способствует более эффективному наполнению энергией и большей бодрости, чем физическая зарядка.

11:22 МидгасКаус о преимуществе цигун перед физзарядкой.

Ирина (МидгасКаус): Вот, смотри: само слово «физзарядка» обозначает «зарядка физического тела». Зарядка – это приток энергий. Даже материалисты называют это физической зарядкой, потому что они на себе чувствуют, что после неё их бодрость увеличивается, они меньше устают, более эффективно работают (в том числе умственная работа тоже более эффективна), они становятся менее раздражительными. Всё это положительно влияет также на иммунитет, на здоровье сердца, лёгких и так далее. Вот потому это называется физзарядкой, которую многие люди стремятся делать каждое утро, потому что, не сделав её, они чувствуют себя подавленными и слабыми в течение дня.

Действительно, физические упражнения для рук, ног, головы, туловища не только способствуют тому, что кровь начинает более быстро бежать по телу и эффективнее снабжать кислородом и питательными веществами каждую клеточку, но и способствует

притоку ещё эфирной энергии. А цигун, за счёт того, что человек не думает о чём-то постороннем, а концентрируется на этих движениях и представляет энергии, ещё эффективнее в этом отношении.

Роман: Это же ещё та тема, когда он развивает образное мышление, правильно?

Ирина (МидгасКаус): Да, конечно, любая визуализация развивает образное мышление, так же как любое физическое упражнение будет развивать те группы мышц, на которые оно направлено.

Роман: Отлично! Это очень хорошие вести.

Ирина: МидгасКаус у нас биолог, так что...

Роман: Да, это очень точно, прямо по полочкам всё разложили очень хорошо, благодарю!

13:38 Энергетические центры и чакры в цигун.

Роман: В даосской традиции, именно в самом цигун, есть особые энергетические центры, которые называются дантянь: один находится в животе, один в груди и один в голове. То есть три основных энергетических центра, которые отвечают: нижний – сексуальный центр – за силу, мощь, материальный мир, второй отвечает за любовь, за проявленность, а третий за мудрость. Так рассказывают даосы, они именно так доносят информацию. Это немножко различается с индуистской чакровой системой, к которой мы привыкли.

Ирина (МидгасКаус): Эта система просто немножко по-другому объясняет эти центры, она их соединяет в одно. Есть понимание: верхняя чакра, средняя чакра и нижняя чакра. Вот чакра в груди, сердечная, четвёртая, она является таким центром – центром равновесия трёх нижних и трёх верхних чакр. А теперь посмотри, представь, что чакральная система человека как две чашки весов. Вот посмотри на любые весы – у них есть три части: две чашечки и одна опора. Так ведь?

Роман: Да.

Ирина (МидгасКаус): Так вот, в Цигун как раз это и имеется в виду – что три верхних центра сливаются в один, который считается верхним, а три нижних центра сливаются в тот, который считается нижним, и один остаётся в центре.

Роман: Очень важная информация! Примерно так я и предполагал, что, возможно, так и происходит.

Ирина: Вот!

Роман: Это подтверждение моих догадок. Благодарю! Очень важный момент! Потому что это же всё отличается: семь чакр в йоге, а в славянской системе вообще ещё две чакры здесь находятся (показывает под ключицами).

Ирина: Так ещё вот тут. Если мы говорим про так называемые мини-чакры, ещё есть вот здесь (показывает центры ладоней).

Роман: В ладонях и ступнях, я так понимаю.

Ирина: Да.

Роман: В даосской традиции мы дышим ещё ладонями, макушкой и ступнями.

Ирина (МидгасКаус): Там тоже энергоцентры, просто они меньше. Что значит «меньше»? То есть в них меньше энергии, чем вот в этих семи.

Роман: Мы дышим ладонями, например, и ступнями, для того чтобы открыть как раз вот эти центры – Лао-гун, Юн-цюань, для того чтобы энергия пошла по телу свободно. Так ли это? Действительно ли что-то открывает эти вот центры, и энергия лучше идёт в теле?

Ирина (МидгасКаус): Энергия всегда следует за мыслью.

Роман: Да. Где наше внимание, там и энергия.

Ирина (МидгасКаус): Как вы будете представлять, так и будет.

16:53 МидгасКаус об энергетических меридианах и эфирных матрицах.

Роман: Что такое меридианы внутри тела? Они называются «энергетические меридианы». Что это такое?

Ирина: Что это такое и существуют ли они?

Роман: Да.

Ирина (МидгасКаус): Да, они существуют. Это каналы, мы их называем «энергетические каналы внутри эфирного поля человека». Эфирное поле по-другому называется «биополе», это часть ауры человека, которая содержит эфирные энергии.

Я напомним, что по учению Межзвёздного Союза у человека содержится 10 эфирных энергий. Они не просто перемешаны в беспорядке, в каком-то хаосе, а каждая находится на своём месте, входит в состав тех или иных чакр. А между чакрами есть свои каналы, которые соединяют сами чакры. То есть, если мы берём семь, как мы их называем, главных или основных чакр, их все пронизывает канал, и этот канал имеет тройную структуру (показывает одну большую трубку и сбоку ещё две – по ним циркулирует энергия между чакрами).

Что касается физического тела, то у него есть эфирные матрицы – у каждого органа, у каждой клеточки есть эфирная матрица. И эти эфирные матрицы связаны между собой тоже вот этими энергетическими каналами, но меньшего диаметра, которые соединяют эфирные матрицы органов между собой. Энергия в эфирных матрицах органов даёт жизненную силу для работы физических органов. Когда человек кушает пищу и вдыхает кислород, они дают физическую энергию, но для того чтобы эта физическая энергия могла использоваться клетками, нужна жизненная энергия эфирного плана. А она содержится в эфирных матрицах и постоянно поступает извне или тратится на какие-то процессы.

Поэтому поток энергии будет идти так через эти меридианы, как вы представите. Нужен лишь устойчивый мысленный образ, любой, который вы пожелаете, связанный с течением энергии. Можете представить в форме света, можете представить в форме воды, можете представить в форме тепла, какого-либо потока ветра, например, – чего хотите, как это проходит через определённую часть вашего тела, и в этом месте активируются, раскрываются шире энергетические каналы, и через них идёт большой поток энергий.

Роман: Поэтому, наверное, цигун и называют ещё «эфирной гимнастикой».

20:21 Упражнение «Создание эфирного шара».

Ирина (МидгасКаус): С помощью цигун очень хорошо также показывать человеку эффективность энергетической работы и вообще существование чего-то, кроме физического тела. Потому что как только человек сосредоточится на определённых мыслях и будет накапливать, например, энергетический шар в какой-либо области тела, он там физически его почувствует. Потому что у него эфирная матрица будет давать сигналы физическому телу, что там присутствует повышенное количество эфирной энергии.

Вот, например (нужен мыслеобраз) представь над головой шар, похожий на Солнце, и представь, как из него идёт луч и пронизывает твоё тело от макушки до копчика.

(Ирина) Что чувствуешь?

Роман: Я чувствую, что, действительно, тепло разливается внутри по оси, по позвоночнику.

Ирина (МидгасКаус): А теперь представь, что по этому лучу данный шар спускается, как по канату, в область сердца.

Роман: Представил.

Ирина (МидгасКаус): И что там происходит?

Роман: Расширяется, тепло такое пошло.

Ирина (МидгасКаус): А на физическом уровне?

Роман: Тепло пошло, и расширение чувствуется.

Ирина (МидгасКаус): Вот! Потому что ты туда впустил энергию. Что скажешь?

Роман: Да. Здорово, скажу!

Ирина (МидгасКаус): Откуда появился шар? Я сейчас объясню для наших уважаемых медиков, в том числе материалистов.

Когда ты о нём подумал, ты направил мысли в определённую точку пространства (над собой, в данном случае), и эти мысли собрали там эфирную энергию, которая повсюду – мы плаваем в эфирном океане, сам физический мир плавает. И эти мысли собрали там определённый шар энергии, у кого какой, смотря какие были мысли. И это энергия уже другой плотности – четвёртой, пятой, шестой (показывает). Если ты просто думаешь, то какая энергия это будет? Это второй кластер: четвёртый, пятый, шестой уровень плотности, который проще всего почувствовать. Чтобы был более высокий уровень – седьмой, восьмой, девятый, десятый, одиннадцатый, двенадцатый, то нужно концентрироваться уже именно на них. Но когда просто думаешь без цели, ты собираешь именно то, что мы называем «эфирный или энергетический шар» из энергий ближайшего к физическому кластера. Он называется «торсионный».

То есть ты собрал торсионную энергию, их там 12 видов, но это уже не важно. И ты представил, как от шара к тебе тянется луч – это такой канал, который проходил сквозь твой позвоночник. И ты почувствовал эти энергии, а потом ты их в себя принял, то есть ты притянул этот луч мыслями и поместил в область сердца.

Так может сделать каждый. Мы этому учим своих детей, когда они ещё не пошли в школу.

(Ирина) Как тебе? Представь, ты мальчик, и тебе мама говорит: «Представь, у тебя там шар». Что бы ты сказал?

Роман: Я на самом деле, честно, с дочкой занимаюсь цигун, поэтому...

Ирина: Что она говорит?

Роман: Она всё чувствует, и ей нравится очень сильно. Получается, мы взаимодействуем с плотной энергией, с чистой энергией, правильно?

Ирина (МидгасКаус): С эфирной. Как физическая энергия есть в пространстве везде, так и эфирная есть везде. Это называется «создание эфирного шара и помещение его в себя». Это упражнение именно для того, чтобы тот, кто ещё не занимался цигун, почувствовал эфирные энергии.

25:15 Упражнения для развития визуализации.

Роман: Можно, исходя из этого, вопрос? Есть у меня люди, которые занимаются со мной цигун, и я начинаю говорить, например, а у них с визуализацией плохо, они не могут представить этот шар. Такие люди действительно есть. Что с ними делать, как им дать почувствовать это?

Ирина (МидгасКаус): Значит, нужно сначала тренировать визуализацию. Нужно начать с простых, привычных вещей. Прежде чем заниматься цигун, сделай им пятнадцатиминутную тренировку визуализации, иначе, если у них не получится создать мыслеформу и почувствовать её, они могут разочароваться в этом направлении.

Упражнение на визуализацию. Мы сначала берём самый простой физический предмет какого-либо простого цвета и формы, например, вот такой (Ирина показывает ручку белого цвета).

Роман: Самый простой.

Ирина (МидгасКаус): Да. Я сейчас покажу зрителям через Ирину, что и как говорить ученикам.

Итак, у нас, дорогие друзья, сегодня упражнение на визуализацию. Визуализация – это очень важный навык, это очень важная способность вашего воображения, связанная с созданием конкретных образов. Без визуализации очень сложно заниматься медитациями, осознанными астральными путешествиями, а также целительскими практиками, такими как йога и цигун. Поэтому, прежде чем переходить к упражнениям самого цигуна, я предлагаю тем людям, которые ещё не имеют навыка видеть и создавать образы своим

воображением, начать с простого упражнения на визуализацию.

Образы – это мыслеформы, мысли в любой точке, что в теле, что вне его. Вы можете смотреть на этот предмет (Ирина показывает шариковую ручку), а можете взять свой, похожий, потому что я сейчас просто покажу, что следует делать, но вам нужно будет повторять это упражнение самим.

Итак, вы берёте предмет, внимательно его осматриваете и просто называете этот предмет. Потом спросите себя, какого он цвета и какой формы. Детали запоминать не нужно, нам нужно запомнить, что этот предмет белого цвета и вытянутой формы. Затем расположите его, например, горизонтально. Посмотрите на него и запомните, как он выглядит. Далее закройте глаза и представьте его в пространстве.

Закрой глаза и представь его перед собой. Представил?

Роман: Да.

Ирина: Что ты увидел?

Роман: Ручку. У меня хорошо с этим, поэтому у меня она визуально прямо такая, как ты держала.

Ирина (МидгасКаус): А теперь усложним упражнение. Представим, что она начинает светиться.

Роман: Светится очень ярко.

Ирина (МидгасКаус): Ты сейчас создал мыслеформу из своих энергий.

А теперь ещё больше усложним упражнение и представим, как ручка поворачивается и занимает вертикальное положение, и вдруг она начинает вращаться.

Роман: Да, вращается.

Ирина (МидгасКаус): В какую сторону?

Роман: Справа налево.

Ирина (МидгасКаус): Хорошо, отлично. А теперь она делится, от неё отделяется ещё одна. Представь, что она остановилась и разделилась. Что видишь?

Роман: Две ручки теперь светящихся и вращающихся.

Ирина (МидгасКаус): А теперь, чтобы эти мыслеформы растворились, представь, что ты берёшь ластик, резинку и стираешь их.

Роман: Одну стёр, вторую тоже.

Ирина: Открывай глаза. Ну, как тебе упражнение?

Роман: Это очень важное упражнение, я искренне благодарю! Потому что оно как раз для тех людей, которые у меня плохо визуализируют, у кого это не особо развито.

Ирина: Он говорит: «У тебя отличная способность к визуализации».

Что чувствуешь, интересное упражнение?

Роман: Да, да, оно не только интересное, но очень важное и нужное, на самом деле, в нашем мире, потому что с визуализацией же очень многое связано. Мы ведь можем визуализировать что-то прекрасное, хорошее, и оно действительно может сбыться. Правильно?

Ирина (МидгасКаус): Я сказал, что ручка светится, меняет положение из горизонтального в вертикальное, потом начинает вращаться, а потом останавливается и разделяется. Но вот эти этапы, они не должны быть сразу, они должны быть постепенно: пока человек это не представляет, не нужно идти дальше. Если он не может представить даже ручку, ему необходимо открыть глаза и снова на неё посмотреть, и опять закрыть глаза. И делать это упражнение по 5-10 минут три раза в день. Примерно через 7-10 дней он уже разовьёт своё воображение так, что сможет легко представлять ручку. А дальше уже пусть изменяет её, заставляет светиться, принимать вертикальное положение и вращаться.

После того как он легко это сможет, следующий этап состоит в том, что он будет, например, менять ей цвет, то есть представлять, что две ручки стали красными. Ещё сложнее, когда у объекта, например, одна половина красная, а вторая половина зелёная.

Роман: Очень здорово, очень правильная практика!

Ирина (МидгасКаус): Да.

32:51 Упражнения с картами Таро.

Ирина (МидгасКаус): Ещё очень хорошо заниматься Наукой Образности с какими-либо картинками или с карточками. Например, люди веками использовали карты Таро для развития Науки Образности. Попросите людей приобрести колоду карт Таро. Даже необязательно уметь на них гадать, те образы, которые там изображены, обозначают так называемые архетипы коллективного бессознательного, то есть те энергии, которые есть вокруг вас. И вот сейчас я как раз покажу, у Ирины есть карты Таро.

(Ирина) Да, мне подарили, сейчас я как раз их покажу. Они выглядят вот так (показывает колоду карт). Ну что, красивые?

Роман: Да, очень красивые.

Ирина (МидгасКаус): То же самое: берём любую карту и рассматриваем её, но это уже после тех этапов с ручкой. Можете взять ручку, можете взять коробок спичек, можете взять блокнотик – что-то такое простое, и когда уже все эти этапы, которые я перечислил, будут легко получаться, переходите к картинкам. Можете взять как карты Таро, так и любые картины. Карты Таро – они ещё хороши тем, что с их помощью можно не только визуализировать, но и отправляться в ментальное путешествие по мирам, созданным в эгрегоре Таро.

(Ирина) Интересно, как это?

Роман: Очень интересно. Хотел бы добавить. Мы недавно эфир делали с рунами, так с рунами же тоже можно чувствовать это?

Ирина (МидгасКаус): Да, их тоже можно представлять, но вот именно картинки, их будет легко представлять, потому что там люди, цветы, животные, то есть какие-то действия изображены, то есть картины, связанные с людьми.

(Ирина) Вот сейчас я расскажу. Посмотри на эту картину (Ирина показывает карту Таро). Какие чувства она у тебя вызывает? Я название закрою рукой. Так, какие чувства она вызывает?

Роман: Эта вызывает чувства некоторого опасения.

Ирина: Почему?

Роман: Опасения, потому что есть вода, есть люди, и что-то там как-то неустойчиво всё.

Ирина (МидгасКаус): А где люди находятся?

Роман: Они в лодке находятся.

Ирина (МидгасКаус): В лодке. Что символизирует лодка для тебя?

Роман: Лодка – средство передвижения или достижения чего-то, какого-то берега.

Ирина (МидгасКаус): Хорошо. А теперь запомни этих людей, запомни, в каких они одеждах, закрой глаза и представь перед собой эту карту. Представил? Представь, что края карты – это открытая дверь. Мысленно сделай шаг внутрь. Что ты видишь?

Роман: Я вижу, что как будто внутри этой карты нахожусь.

Ирина (МидгасКаус): Так, хорошо. Приветствуй тех, кто там находится, скажи: «Приветствую вас!»

Роман: Приветствую вас!

Ирина (МидгасКаус): «Кто вы?»

Роман: Дарю Свет своей Любви.

Ирина (МидгасКаус): «Кто вы?» Что отвечают тебе?

Роман: Что они люди.

Ирина (МидгасКаус): «А куда вы плывёте?»

Роман: К берегу.

Ирина (МидгасКаус): «А откуда?»

Роман: С того берега.

Ирина (МидгасКаус): Хорошо. А теперь давай у них спросим, что символизирует

эта карта.

Роман: Эта карта символизирует движение.

Ирина (МидгасКаус): Движение. Правильно. Так, хорошо, поблагодари их.

Роман: Благодарю вас.

Ирина (МидгасКаус): А теперь сделай шаг назад и вернись в себя. Открывай глаза. Действительно, это карта символизирует движение, то есть уход от прошлого и движение в будущее. Правильно ты сказал.

Роман: Вот так. Отлично.

Ирина: Интересно?

Роман: Очень интересно, на самом деле, да. Там можно было ещё поспрашивать.

Ирина (МидгасКаус): Да. Это тоже такое упражнение на визуализацию и на развитие способности к ментальным путешествиям.

38:36 МидгасКаус о влиянии цигун на духовное развитие.

Роман: А вообще влияет ли цигун на духовное развитие?

Ирина (МидгасКаус): Да, может способствовать духовному развитию, потому что укрепляет связь Души с телом, усиливает энергии тонких тел, не только эфирного, но и других тонких тел, которые непосредственно отвечают за проявление Души через тело. А значит, повышает осознанность, помогает повышать вибрации и идти по духовному пути.

Роман: Это очень важный, на самом деле, момент, потому что мы же вообще здесь находимся для повышения вибраций, да? И если эта практика способствует повышению вибраций, это же очень важное подтверждение.

Ирина (МидгасКаус): Да.

Роман: То есть занимайтесь цигун и повышайте свои вибрации.

Ирина (МидгасКаус): Это способствует. Если уже есть такой вопрос, я напомним, в чём состоит духовный путь – это развитие любви к себе, это развитие любви к Богу, к себе и к ближним, как к самому себе. Вот в этом состоит духовное развитие. А цигун – он этому помогает и способствует, но не должен собой заменять сам духовный путь, потому что без развития любви всё остальное – это пустота.

40:10 МидгасКаус об упражнениях для развития сенсорики рук.

Роман: Можно ли развить сенсорику рук, когда мы занимаемся цигун, чувствуем шар, начинаем его двигать руками? Может ли тогда сенсорика развиться у человека так, чтобы он, например, придя в какое-то место, начал руками больше чувствовать?

Ирина (МидгасКаус): Для этого немножко другие упражнения должны быть. Первый этап – это работа на ощущение энергий стихий.

Зажгите свечу. Расположите ладони над свечой и попробуйте почувствовать её энергии, представьте, что в ладошках открылись окошки, через которые энергия огня начала заходить в ваши руки.

Ты можешь представить это мысленно. Что ты чувствуешь?

Роман: Да, чувствую, как энергия входит до локтя.

Ирина (МидгасКаус): Сначала зажгите физический огонь, а потом сделайте то же самое мысленно.

Дальше откройте окно или форточку так, чтобы вы почувствовали ветер, или выйдите на улицу, чтобы вы встали против ветра. Расположите руки так, чтобы ветер входил в них, чтобы он касался их, и попробуйте пощупать воздух своими руками и почувствовать его не просто физически, а его энергии. И спросите себя: «Они отличаются от энергии огня? Чем?» Понятно, что вы скажете, что отличается, но попробуйте сформулировать для себя, чем именно. Потому что развитие чувствительности не может быть без задавания себе вопроса: «Что я чувствую?»

(Ирина) Что скажешь?

Роман: Я скажу, что это логично: если мы задаём вопросы, я начинаю чувствовать.

Ирина (МидгасКаус): Попробуй ответить себе на вопрос: чем энергия стихии огня отличается от энергии стихии воздуха? Это второе упражнение.

Третье. Возьмите воду в широком сосуде, чтобы можно было проводить рукой, не касаясь её, а легко проводить правой рукой над поверхностью воды. Попробуйте почувствовать, какая энергия идёт от воды, и так же, как с огнём, впустите её внутрь в ладонки, в ладони.

И, наконец, энергия земли. Возьмите в руки камень, или какой-нибудь минерал, или кристалл, который вам нравится, и попробуйте почувствовать, какая энергия содержится в этих атомах. И потом сформулируйте для себя, чем отличаются все эти четыре стихии, какие у них энергии.

Роман: Очень серьёзная энергия, очень чувствуется руками. Хорошо, благодарю за эту практику, она тоже очень важная. Сегодня прямо день открытий!

Ирина (МидгасКаус): Да, потому что цигун связан с практиками.

44:15 Советы по развитию психометрии (экстрасенсорики).

Роман: А если мы наработаем вот эту сенсорику, связанную с разными природными аспектами, то и цигун лучше будет делаться, правильно?

Ирина (МидгасКаус): Да. Потом вы сможете, провести пальцами, потому что в пальцах тоже есть эфирные каналы, например, по фотографии и считать информацию об энергетике этого человека. И вы можете подержать в руках какой-то предмет, особенно связанный с минералами и с металлами, к примеру, кольцо, какие-либо браслеты, в которых натуральный минерал, которые долго хранят энергию, и сможете почувствовать энергетику человека, кому это принадлежит.

Роман: Это уже экстрасенсорика, получается?

Ирина (МидгасКаус): Мы называем «психометрия», то есть считывание энергетике с предметов. И вы сможете руками определять энергетику людей.

(Ирина) Показывает, что поставить человека и диагностировать – считывать информацию с его эфирных матриц.

(МидгасКаус) Вы сможете это сделать на физическом теле. А если параллельно будете заниматься тем, чтобы осознанно покидать своё тело, то сможете приходиться к людям, которые дали на это своё разрешение, в Астрале, и, стоя рядом с аурой человека, астральными руками проверять его энергетику.

(МидгасКаус и ЛиШиони) Мы Ирину этому учим.

(Ирина) Я ходила в Астрал, некоторых людей смотрела по их просьбе и потом говорила и МидгасКаусу, и ЛиШиони, и человеку, что я чувствовала. Я могу просмотреть в Астрале чакры, какой цвет ауры, какие у человека мыслеформы. Но я это чувствую, когда руками считываю, мне поступает информация в сознание, и я её начинаю, конечно же, через себя, расшифровывать, а потом возвращаюсь в тело и записываю. Ну, как тебе такое?

Роман: Да, это очень крутой, очень интересный способ взаимодействия с астральным путешествием, именно с астральным телом человека. Поэтому у меня и вопрос был связан...

Ирина: Мне Мид показал, я так могу сделать с согласия человека: создать свой фантом (он же меня учил фантомы создавать) и, никуда не отправляясь, дать фантому задание, чтобы он отправился к человеку, считал информацию и вернулся ко мне, и её передал. Здесь нужна не просто теория, а постоянная практика, потому что чем больше ты тренируешься и просматриваешь людей, тем больше увеличивается твоя чувствительность и снижаются даже не то что ошибки, а...

Роман: Неточности.

Ирина: Неточности, да. Чем больше ты будешь смотреть, тем точнее ты будешь смотреть.

Роман: То есть просто надо наработать опыт.

Ирина: Точно. Нужен опыт и практика.

(МидгасКаус) Это как с музыкой. Вот ты когда-нибудь играл на музыкальном инструменте?

Роман: Пытался.

Ирина (МидгасКаус): Если ты взял музыкальный инструмент первый раз, то ещё не умеешь на нём играть, и у тебя могут быть ошибки в воспроизведении каких-то звуков. Но чем больше ты будешь на нём играть, причём не просто заставляя себя, а с желанием, тем опытней ты будешь, и количество ошибок будет снижаться.

(Ирина) Что скажешь?

Роман: Согласен, да, это опыт и определённые навыки, их наработать надо.

Ирина (МидгасКаус): Ведь инструмент тоже нужно чувствовать, так же как и ауру.

Роман: Так же как и цигун.

Ирина (МидгасКаус): Да.

48:52 МидгасКаус об исцелении с помощью цигун.

Ирина (МидгасКаус): Цигун, кстати, способствует проявлению этих способностей в человеке. Но я не скажу, что эти способности есть в каких-то особо избранных людях, потому что они есть абсолютно у всех, только их нужно развить.

Роман: Если человек накопил достаточно много энергии, может ли он исцелять, например, себя или другого человека с помощью прикосновений, если не знает практику астрального путешествия?

Ирина (МидгасКаус): Может, но если он будет других исцелять, это уже будет называться «биоэнергетика».

Роман: Значит, он сможет через точки эту энергию цигун, которую накопил, передавать человеку в больной орган?

Ирина (МидгасКаус): Да, есть такие специальные техники, когда целитель передаёт либо свою энергию, но тогда ему нужно будет самому восстанавливаться, либо является каналом-проводником для кураторов, которые через него передают.

Роман: Если он знает, как выходить на куратора, или через Высшее Я?

Ирина (МидгасКаус): Либо это его личные кураторы, либо это какие-то целительские системы, такие как Рейки, или космоэнергетика, или магические системы, их там множество.

Роман: Да, да.

50:10 Лучшее время для занятий цигун.

Роман: В какое время лучше заниматься цигун, этой практикой? Утро, день, вечер? Потому что направлений очень много, есть «Железная рубашка» и жёсткий цигун, когда идёт простукивание, привыкание тела к ударам. В какое время лучше заниматься, чтобы было хорошо для тела?

Ирина: Они мне сейчас говорят: «С утра – чтобы зарядиться».

Роман: Утром, зарядка такая, да, энергетическая?

Ирина (МидгасКаус и ЛиШиони): Если вы будете вечером заниматься, то можете накачать своё эфирное тело энергией, и вам будет сложно заснуть, потому что в вашем теле не выделится необходимое количество гормонов сна. Из-за того, что вы не будете чувствовать усталость, вам может быть сложно заснуть, и даже если вы осознанно выйдете в Астрал, то вместо сна можете получить просто притяжение обратно в тело и, короче говоря, бессонницу.

Роман: Да, я знаю, что это такое. И йога, если, например, пранаямой позаниматься очень хорошо перед сном, тогда точно это в тысячу раз лучше кофе.

Ирина: Я могу сказать, что даже когда я провожу медитации, которые у меня по вечерам в воскресенье, и которые раньше были в пятницу, у меня тоже такое было. Я, например, проведу медитацию – мы там мысленно представляли различные энергии, и я

сама представляла тоже и выполняла эту медитацию – и мне вообще потом спать не хотелось практически. В итоге очень поздно ложилась, так как у меня сна не было ни в одном глазу. Такое у меня было, да.

Роман: Всё понятно, перед сном цигун лучше не заниматься, лучше оставить эту практику на утро или день, или, может быть, на вечер не сильно поздний.

Ирина (МидгасКаус и ЛиШиони): Мы рекомендуем до обеда, до достижения солнцем полуденного положения.

Роман: Вот так даже! А чем это обусловлено?

Ирина (МидгасКаус и ЛиШиони): Потому что во второй половине дня идёт уже другой ритм тела, оно уже больше склоняется к отдыху.

52:26 Места силы и цигун. Метод очищения пространства.

Роман: Ирина, пожалуйста, ещё вот такой вопрос. Есть такие природные объекты, как «места силы». Например, ты знаешь прекрасно Ольхон, ты на нём частенько бываешь, Байкал. Во всех ли местах силы можно заниматься цигун?

Ирина (МидгасКаус и ЛиШиони): Можно заниматься где угодно, главное – делать это гармонично, с позитивными мыслями, и вы будете, наоборот, очищать пространство, в случае чего.

Роман: Вот! Про очищение пространства – такая важная тема. Нужно что-то представлять в этот момент именно по очищению пространства, или нет? Или просто заниматься, и всё, через сердце как-то?

Ирина (МидгасКаус и ЛиШиони): Когда вы приходите в любое пространство, приветствуйте его Духов: «Я приветствую Духов этой поляны или этого леса, или этого пляжа, или этого водоёма», – смотря, куда вы пришли, если вы пришли именно на природное место. «Я приветствую Духов-хранителей этого места!» – можно в общем сказать. – «Посылаю вам Свет своей Любви!» И представьте, как у вас в груди засветилось солнышко лучами во все стороны. Вот ты сейчас тоже попробуешь такую практику.

(МидгасКаус) Ты сейчас находишься у себя дома. Там есть домовый, и также могут быть (показывает) другие Духи, на других уровнях плотности, плазмодные цивилизации, которые тоже чем-то занимаются. Сейчас оглянись вокруг, скажи: «Я приветствую Духов моего дома!»

Роман: Вслух сказать, да?

Ирина (МидгасКаус): Да.

Роман: Я приветствую Духов моего дома.

Ирина (МидгасКаус): «Посылаю вам Свет моей Любви».

Роман: Посылаю вам Свет моей Любви.

Ирина (МидгасКаус): Закрой глаза и представь, как от тебя, от твоего сердца лучики во все стороны расходятся, и они заполняют всю комнату, как бы очищают.

(Ирина) Что чувствуешь?

Роман: Расширение и чувство, как будто тело начинает вибрировать на другой частоте и чуть-чуть приподнимается, как легче стало, что ли.

Ирина (МидгасКаус): А чьё-то присутствие чувствуешь?

Роман: Как всегда, чувствую.

Ирина (МидгасКаус): Они принимают твой Свет?

Роман: Да, да, принимают.

Ирина (МидгасКаус): И как они это принимают?

Роман: Они отправляют мне тоже Свет своей Любви.

Ирина (МидгасКаус): И какой он?

Роман: Он такой золотистый и слегка бирюзовый.

Ирина (МидгасКаус): Вот, скажи: «Благодарю вас!»

Роман: Благодарю вас.

Ирина (МидгасКаус): И уже после этого можно делать практики цигун, они будут более действенными, эффективными, и ты их будешь лучше чувствовать.

Роман: Очень круто, благодарю!

Ирина (МидгасКаус): Вот как Роман сейчас сделал в комнате, так можно делать в зале для занятий, можно делать на природе, то есть в любом месте. Он сейчас у себя дома сделал, а можно делать в любом другом месте.

55:55 МидгасКаус о начале коллективных занятий цигун.

Ирина (МидгасКаус): Если занимаетесь группой людей, ведущий может сказать: «В любом пространстве присутствуют Духи природы, они сейчас здесь, только на других уровнях материальных частот, которые мы не видим. Но они чувствуют нашу любовь. Давайте поприветствуем их и очистим это пространство от всех, возможно, негативных мыслей и чувств людей, которые были до этого, и пошлём Свет своей Любви».

И ведущий говорит: «Повторяйте за мной». Здесь уже нужно говорить «мы»: «Мы приветствуем Духов этого пространства и посылаем вам Свет своей Любви». После этих слов каждый пусть закроет глаза и представляет себя Светом. И Свет, идущий от каждого, если это в группе происходит, пропорционально увеличивается и усиливается. Если это, например, 2 человека, то в 8 раз, а если это 20 человек, уже в 816 раз.

(Ирина) То есть такой будет шар. Что чувствуешь?

Роман: Это просто замечательная практика, которую я буду использовать точно в своих группах для людей, которые приходят.

Ирина (МидгасКаус): И потом обязательно спросите, что они почувствовали. Почувствовали ли они приток энергии обратно? И после, начиная занятие, спросите обязательно, была ли разница между тем пространством, которое было без этого упражнения, и после него.

Роман: Да, обязательно.

Ирина: Как тебе такое?

Роман: Это очень нужная практика для очищения пространства, потому что в пространстве же могут быть и низковибрационные сущности, да?

Ирина (МидгасКаус): Да, если они низковибрационные, которые не готовы принять Свет, они уйдут, им будет неприятно. А если это низковибрационные, которые хотят вернуться к Свету, вы им поможете повышать свои вибрации.

58:18 О частоте занятий цигун.

Роман: А как часто можно заниматься цигун, есть какие-то ограничения?

Ирина (ЛиШиони и МидгасКаус): По самочувствию мы рекомендуем, можно каждый день, нет противопоказаний здесь.

Роман: И по ощущениям, да? Например, энергии не хватает, и можно заниматься?

Ирина (ЛиШиони и МидгасКаус): Кстати, про «не хватает энергии».

(Ирина) Вот сейчас они говорят.

(ЛиШиони и МидгасКаус) Когда люди говорят, что им не хватает энергии, нам это очень странно слышать, как если бы рыба сказала: «Мне не хватает воды». Потому что вы живёте в энергиях, как и мы. Вы живёте в физических телах, которые есть уплотнённая энергия, вокруг вас тоже уплотнённая энергия.

Роман: Нужно научиться её принимать, правильно? Например, с практикой цигун.

Ирина (ЛиШиони и МидгасКаус): Нужно учиться её принимать, аккумулировать в себе и расходовать на те нужды, которые вам полезны.

Роман: Хорошо.

59:19 О противопоказаниях для занятий цигун.

Роман: Исходя из этого вопрос. А есть такие люди, которым не стоит заниматься этой практикой, или, например, не разрешено?

Ирина (ЛиШиони и МидгасКаус): Нет. Это универсальная практика, противопоказаний мы не знаем. Если человек желает этим заниматься, он может заниматься в любом случае.

Роман: А «внутренняя алхимия»? Это когда мы работаем с энергией только внутри, например, сидя на стуле или в медитации. То есть это такая медитация, когда ты занимаешься только визуализацией – поднимаешь, например, «малый небесный круг», «большой небесный круг», начинаешь вот этот шарик энергетический перемещать по меридианам внутри тела. Есть какие-то противопоказания для внутренней алхимии?

Ирина (ЛиШиони и МидгасКаус): Нет.

Роман: Тоже нет?

Ирина (ЛиШиони и МидгасКаус): А какие противопоказания? Это ментальная работа.

Роман: Да, да, я всё понял, благодарю.

1:00:22 Заключение.

Роман: В общем, у меня вопросы закончились. Я понял, что у наших замечательных звёздных друзей есть свои практики.

Ирина (ЛиШиони и МидгасКаус): Да. Мы вам, кстати, часть своих именно ментальных практик по развитию визуализации передали. Как тебе эти практики?

Роман: Нам же всегда мало и хочется ещё.

Ирина (ЛиШиони и МидгасКаус): Мы передали такие, которые подходят вам.

Роман: Понятно. Остальные не подходят.

Ирина (ЛиШиони и МидгасКаус): Мы же привлекаем несколько иные энергии, у нас другое строение эфирного тела, эфирного поля.

Роман: Хорошо, хорошо, я закончил. На все вопросы, которые у меня были, мы нашли ответы. И я благодарю Ирину, благодарю наших кураторов за этот замечательный эфир, за столь важную, нужную и практическую информацию, которую я возьму на вооружение и с благодарностью буду использовать.

1:01:32 Напутствие от кураторов.

Ирина (ЛиШиони и МидгасКаус): И мы ещё призываем, чтобы не терять энергию, накопленную в цигун, каждое действие в материальном мире делать осознанно. Когда вы выходите из дома, делаете первый шаг за порог дома, обращайтесь к Богу за благословением вашего пути. Когда вы собираетесь кушать любую пищу, поблагодарите Бога, скажите: «Благодарю Бога за эту пищу и прошу Божественный Дух наполнить каждый атом этой физической пищи энергией своей Любви, чтобы она пошла во благо моему телу, Духу и Душе».

(Ирина) Как тебе это?

Роман: Да, это целая молитва, важная для Души.

Ирина (ЛиШиони и МидгасКаус): Молитва не как формула, это обращение от Души. Помните, что молитва – это тоже часть духовного пути, это общение со своим Небесным Отцом, которое должно быть впереди всего, потому что «не хлебом единым жив человек, но всяким словом, исходящим из уст Божьих». А значит, всякой энергией, которую Он посылает нам. И чтобы эту энергию осознанно принимать и сохранять, накапливать и возрождать себя, воскрешать свою животную, телесную природу и соединять её с духовной, необходимо постоянно об этом помнить и этим жить.

1:03:22 Благодарности.

Роман: Благодарю!

Ирина: Что скажешь?

Роман: Скажу только то, что я благодарю. Это ещё одно подтверждение того, что, в принципе, я в правильном направлении двигаюсь. Надеюсь, все наши зрители тоже

будут применять это и будут всегда на высших уровнях вибрациях, благодаря Ирине и нашим кураторам.

Ирина (ЛиШиони и МидгасКаус): И ты, когда приходишь на занятие в свою группу цигун, перед занятием, перед тем, как войти к группе учеников, поблагодари эгрегор цигун, поблагодари Архангела Рафаила и попроси его быть с тобой и говорить с людьми через тебя.

Роман: Так и буду делать.

Ирина: Как тебе такое?

Роман: Сегодня у меня во многом изменилось мнение про цигун, я для себя открыл очень важные моменты, которые буду использовать в практике. За это благодарю и отправляю Свет своей Любви нашим кураторам, Ирине!

Ирина: Да, очень интересно! Благодарю МидгасКауса, благодарю ЛиШиони, очень светлые слова передали о цигун, очень интересные практики! Благодарю Рому за интересные вопросы. Благодарю своё Высшее Я за помощь в этом контакте. Благодарю вас, дорогие зрители, за то, что посмотрели это видео. Надеюсь, что применение тех практик и знаний, которые здесь есть, помогут вам на духовном пути и улучшат ваше здоровье и самочувствие. Я вас люблю! До новых встреч! Пока!

транскрибатор – АНДЖИ,
корректор – Ольга Шепелева