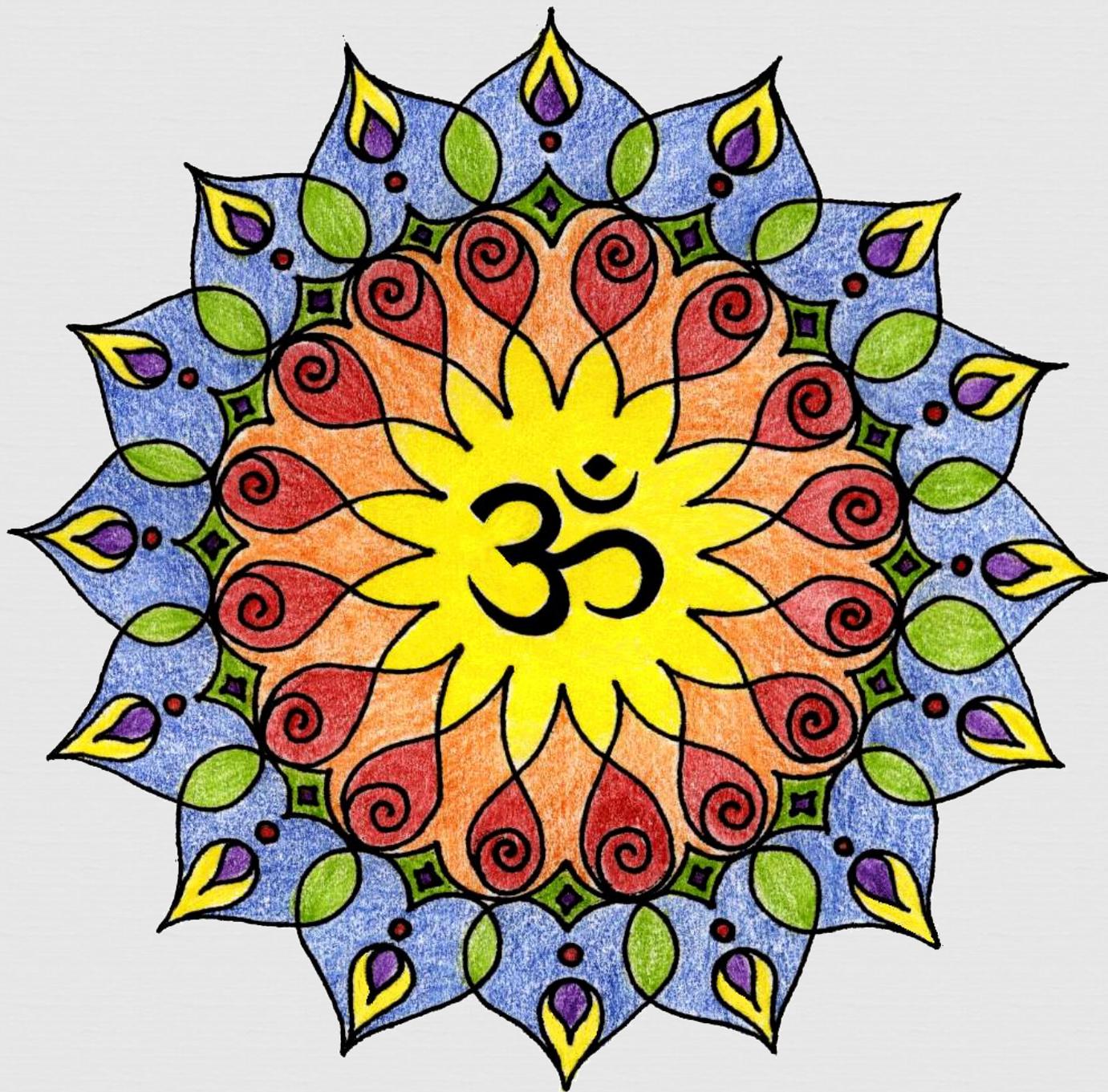


ЯСоздатель



Программа для смелых



Волны человеческого мозга



Альфа-частоты: 7-13Hz

Бета-частоты: 13-35Hz

Гамма-частоты: 35-100Hz

Три гуны материальной природы

- ❑ **ТАМАС (невежество):** лень, депрессия, нежелание жить, неверие в перемены, агрессия, злоба, отсутствие желаний.
- ❑ **РАДЖАС (страсть):** гордость, эгоизм, вера только в себя, жадность, зависть, соперничество. Он считает, что «цель оправдывает средства». На этом уровне счастье мимолетно и связано только с кратковременным удовольствием.
- ❑ **САТТВА (благость):** гармония, умиротворение, здоровье, глубокое понимание своих и высших ценностей, эти люди буквально творят чудеса, когда вы рядом с таким человеком, вы сразу выздоравливаете, вам становится хорошо и спокойно.

Чистота и порядок тела и среды

Ежедневное принятие душа до 9 часов утра.

Ежедневная смена нижнего белья.

Использование натуральных средств и косметики.

Чистота и порядок дома и на рабочем месте.

Свобода от лишних вещей, все материальные ценности приобретаются осознанно.

Использование большого количества химии при мытье,

Бездумное и чрезмерное использование косметики, особенно декоративной, острых запахов духов.

Гардероб, основанный на подчеркивании сексапильности, а не женственности или мужественности.

Большое количество лишних вещей дома или на рабочем месте.

Большое количество дорогих бессмысленных вещей в гардеробе или в доме.

Пластические операции

Не мыться или мыться редко, не менять белье, жить в бардаке.

Бардак на рабочем месте.

Внимание на грязи, мусоре, недовольство окружающим миром.

В доме кучи хлама, старья, всякого барахла.

Загрязнение среды, наплевательское отношение к миру.

Режим дня, физ.нагрузки, закаливание

С 21 до 23 часов отдыхает дух, люди, которые спят в это время, имеют крепкую связь со сверхдушой.

Ранний подъем, в 4 утра – возможность полностью использовать энергию солнца.

Утреннее время используется для духовного развития.

Равномерные и спокойные физ.нагрузки (плавание, гимнастика, йога, борьба, танцы).

Закаливание без истощения и сверхнагрузок

Сон после захода солнца, бодрствование в светлое время суток.

Сон после полуночи, поздний подъем.

С 23 до часа ночи отдыхают чувства и эмоции, ум. Человек, которые не спит в это время, становится нервным, беспокойным, зависимым от вещей и вкусов, переедает, часто имеет лишний вес или наоборот – излишнюю худобу.

Занятия профессиональным спортом.

Чрезмерно экстремальные виды спорта, закаливания.

Сон без режима, в разное время суток, бодрствование в ночные часы.

С часу ночи до 3 утра отдыхает физическое тело, бодрствование в это время ускоряет старение, снижает иммунитет.

В это время уменьшается напряженность поля планеты, и у неспящих людей отмечается заторможенность, увеличивается количество ошибок.

Отсутствие движения, закаливания, вообще внимания к телу.

Пища

Пост сухой

Пост на воде

Фрукты, листья, цветы (пыльца) и вода в сыром виде

Вареные/пареные овощи и фрукты

Семена, орехи

Сырое парное молоко от коровы с теленком перед сном или утром

Мед, хлеб, зерновые, чрезмерное кол-во сладкого

Острое, со множеством специй

Жареные овощи, бобовые, и т.п.

Чай, кофе, какао, шоколад

Молоко и молочные продукты в больших количествах

Яйца, гомогенизированное молоко

Морепродукты, грибы

Мясо птицы и рыбы

Соса-сола и прочие напитки, батончики, йогурты и прочие продукты, в составе которых непонятно что

Красное мясо

Сахар

Алкоголь, курение, наркотики, включая химические лекарства, включая витамины

ГМО, трансжиры, фруктозные сиропы

Мысли и информация

Молитвы, чтение мантр и священных писаний

Медитации любви и пожелание всем счастья

Радость творчества

Восхищение красотой Мира и разнообразием Вселенной

Созидание, любовь, уважение

Смирение и принятие себя и своей судьбы (прошлого)

Высокомерие, осуждение.

Воровство, ложь, зависть, гордыня.

Посев раздора, ссор, скандальность.

Тщеславие (когда слава – самоцель).

Злобные деяния из зависти или мстительности.

Чревоугодие (обжорство).

Похоть, блуд, половые извращения, измены.

Алчность: зависимость от материальных ценностей, концентрация на деньгах и драгоценностях.

Потребительское отношение к людям.

Убийство времени телевидением, особенно каналами типа НТВ, ДТВ, ТВЗ, ТНТ, и т.п.

Безумие, лень, сон, уныние.

Смерть, нежелание жить.

Убийство, насилие, агрессия.



До встречи!