

Юдицкий С.А.



**Управление подсознанием  
на основе дыхательной  
информационно-энергетической  
медитации**



Авторское издание

С.А. Юдицкий

**Управление подсознанием  
на основе дыхательной  
информационно-энергетической  
медитации**

Санкт-Петербург  
Научно-технологические  
2018

УДК 159.95  
ББК 88.25  
Ю16

**Ю16 Юдицкий С. А.**

Управление подсознанием на основе дыхательной информационно-энергетической медитации. – СПб.: Наукоемкие технологии, 2018. – 17 с.

Предлагается авторская концепция управления подсознанием на основе дыхательной информационно-энергетической медитации и молитвенных стихов.

Издано в авторской редакции с оригинал-макета, подготовленного автором.

## Оглавление

1. Осознанная энергия и сближение современной квантовой физики и религии .....	3
2. Молитва радости.....	8
3. Молитва Франциска Ассисского.....	10
4. Молитва Оптинских старцев .....	12
5. Молитвенные стихи Лермонтова о благодати единения с Богом .....	14
6. Молитвенные стихи христианской поэтессы Надежды Завьяловой «Ответ Бога» .....	16
7. Молитвенные стихи иеромонаха Романа о животворном роднике.....	17

## **1. Осознанная энергия и сближение современной квантовой физики и религии**

В научном мире как результат великих открытий в физике, химии, биологии и других естественных науках во второй половине XX и начале XXI века утвердилось понимание того, что наше физическое тело – это сжатое и ставшее материальным квантовое поле энергии, информации и разума, постоянно взаимодействующее с Единым квантовым информационно-энергетическим полем Вселенной, существующим вне пространства и времени, везде и всегда. В религиозной концепции это Единое квантовое поле соответствует понятию Бог. Термин «квантовое» означает, что при взаимодействиях внутри поля и между полями энергия передается дискретно (порциями), где элементарная (неделимая) часть порции названа квантом. Квантовый мир целостный, в нем отсутствуют противоположности и борьба между ними. В отличие от классического представления, базирующегося на физике Ньютона, в квантовом мире не производится выбор одного (лучшего) решения, а существует вероятность выбора любого из множества, в общем случае бесконечного, потенциально возможных решений. Все возможности анализируются одновременно.

Человек обладает также собственным индивидуальным квантовым полем, генерируемым излучением сердца, по религи-

озной концепции – душой, которая занимает пространство физического тела и несколько выходит за его пределы в виде ауры. Душа управляет сферой чувств (эмоций) и психическими процессами в организме.

Мысли и чувства – это энергия, несущая информацию, т.е. обладающая сознанием. Назовем ее осознанной энергией. Энергия распространяется в виде волн с определенной частотой, амплитудой и длиной волны. Это относится как к потенциалам Единого поля Вселенной, так и к мыслям и чувствам человека – продуктам его разума и души. Взаимодействие человека с Единым полем согласно квантовой физике происходит следующим образом. Если параметры осознанной энергии какого-нибудь потенциала Единого поля совпадают с аналогичными параметрами мыслей и чувств человека, то этот потенциал проявляется, вводится в наш мир с трехмерным пространством и линейным временем, и как магнитный заряд притягивается к полю человека. В переданном энергетическом сообщении закодировано событие в жизни человека, которое произойдет неожиданно для него при создании условий, назначенных Единым полем. Информация от человека в Единое поле в виде электрических зарядов поступает постоянно.

Принципы квантового мира созвучны (по крайней мере не противоречат) молитвенной практике обращений к Богу (Единому полю) с произнесением возвышенных альтруистиче-

ских молитв, несущих позитивную осознаваемую энергию и достигающих Бога. При этом Бог одновременно взаимодействует с огромным числом людей. Можно предположить, что эти люди во время молитвы пребывают в квантовом мире. Все это свидетельствует о постепенном сближении научного и религиозного понимания процессов и механизмов, действующих в Природе.

Квантовые принципы работают и применительно к подсознанию человека, которое управляет неосознаваемыми мыслями и чувствами. К подсознанию относится и автономная нервная система (АНС), ответственная за поддержание энергетического баланса и другие автоматические процессы в физическом теле. Управление подсознанием и АНС осуществляется с помощью психологической процедуры – медитации, цель которой привести человека на какое-то время в состояние благодати, душевного покоя, любви, радости и т.д. В таком состоянии человек имеет большой запас позитивной осознанной энергии, достаточный для проникновения в подсознание и активизации АНС. Для этого надо перейти от широко распространенного бета диапазона частот энергетических волн, несущих мысли и чувства, к альфа диапазону волн с меньшей частотой и большей длиной. Такой переход, как было теоретически установлено и экспериментально подтверждено профессором Дж. Диспенза (США) и его учениками, открывает вход в подсознание и доступ к АНС.

Для того, чтобы настроиться на медитацию, надо научиться предварительно освободить свое сознание от всех прежних мыслей, а душу и сердце от всех прежних чувств, как негативных, так и позитивных. Другими словами, думать ни о чем и ни о ком, не ощущать ничего, быть нигде, стать «пустотой». Далее, сфокусировать свое внимание на интересующем вас предмете (объекте, субъекте, событии, явлении и т.д.). В квантовом мире энергия течет туда, куда направлено внимание. Выбранный предмет подвергнется воздействию вашего сознания, выражающего вашу волю. И эффект будет тем сильнее, чем больше осознанной энергии вы вложите.

В данной работе рассмотрена предложенная автором «Дыхательная информационно-энергетическая медитация (ДИЭМ)», практикуемая им уже свыше 5 лет. Этот вариант медитации предусматривает мысленное произнесение специально отобранных молитв (стихов), несущих возвышенную альтруистическую осознанную энергию. Начинают сеанс медитации с описанного выше очищения от прежних мыслей и чувств. Обязательно отключение от внешней среды, воздействующей на человека через органы зрения, слуха, обоняния, осязания, вкусовых ощущений.

При произнесении молитвы человек фокусирует внимание только на этой молитве, блокируя приходящие посторонние мысли и чувства. Фоном для молитвы является ритмичное диа-

фрагмальное дыхание: человек «вдыхает» слова и заряжается позитивной осознанной энергией молитвы, пропускает ее через свое сердце, душу, разум и тело. Ритмичное дыхание можно сопровождать негромкой приятной музыкой.

В своих книгах по управлению подсознанием Дж. Диспенза показывает, что систематическое регулярное выполнение медитаций различного вида может приводить к органическим изменениям в мозге (корректировке структуры нейронных сетей), во внутриклеточных структурах (экспрессия генов) и т.д. Приводятся примеры исцеления пациентов, считавшихся неизлечимыми.

Далее дается последовательность из 6 молитв, образующих сеанс ДИЭМ.

## 2. Молитва радости

Текст скомпонован из фрагментов молитвы отца А. Меня и «Поэмы о чакрах» художника В. Сидорова

Люблю Тебя, Господи! Люблю превыше всего.

Ибо Ты истинная радость, душа Моя.

Ради Тебя люблю ближнего как самого себя.

Отношусь к ближнему, как я хочу, чтобы он относился ко мне.

Господи, Ты в сердце моем, Ты мир, пропущенный сквозь сердце.

На бытие накидывает сердце сеть невесомую,

и эта сеть есть радость.

Когда я сердцем мыслю, мне истинна указывает путь.

Да будет радость спутником моим. Чтоб ни случилось

радость, радость, радость.

Гармония души, ума и тела – это благо.

Соединение с Богом – благодать.

Энергия энергий – это мысль, которая устремлена  
в безмолвие, и из безмолвия к нам устремлена.

Окно я открываю в беспредельность. Пусть ветер  
беспредельности ворвется в мое жилище тесное.

Аминь.

### 3. Молитва Франциска Ассисского

Господи, благодарю Тебя за то, что Ты приобщаешь меня к воле Твоей, к любви Твоей, к миру Твоему.

За то, что Ты зароняешь любовь в сердца злобствующих, приносишь прощение ненавидящим, примиряешь враждующих.

Благодарю за то, что Ты освещаешь истинной души заблуждающихся,

озаряешь светом Твоего разума пребывающих во тьме.

Возрождаешь надеждой отчаявшихся,

одаряешь радостью скорбящих.

Благодарю за то, что Ты наставляешь меня не искать утешения

для себя, но стремиться дать его другим. Быть не

вразумляющим в гордыне своей, но вразумляемым

в смирении духа, любящим и любимым.

Господи, я живу по твоим законам: отдавая я получаю,  
забывая о себе, нахожу себя,  
прощая других, сам обретаю прощение,  
умирая, воскресаю к жизни вечной. Аминь.

#### 4. Молитва Оптинских старцев

Благодарю Тебя, Господи, за то, что Ты с душевным спокойствием

даешь мне встретить все, что принесет сегодняшний день.

Даешь мне всецело предаться воле Твоей святой.

На всякий час сего дня во всем наставляешь и поддерживаешь меня.

Какие бы известия я не получил в течение дня, Ты даешь мне принять их

со спокойной душой и твердым убеждением, что на все святая воля Твоя.

Благодарю Тебя за то, что всех словах и делах моих Ты руководишь

моими мыслями и чувствами.

Благодарю за то, что Ты учишь меня прямо и разумно действовать с каждым

человеком, никого не смущая и не огорчая.

За то, что Ты даешь мне силы перенести утомление дня, руководишь моей

волей и наставляешь молиться, верить, надеяться, терпеть, прощать, любить.

Аминь.

## **5. Молитвенные стихи Лермонтова о благодати единения с Богом**

В минуту жизни трудную теснится ль в сердце грусть  
одну молитву чудную твержу я наизусть.

Есть сила благодатная в созвучии слов живых  
и дышит необъятная святая радость в них.

С души как бремя скатится, сомнение далеко.

И верится, и плачется. И так легко, легко.

Выхожу один я на дорогу. Сквозь туман кремнистый путь блестит.

Ночь тиха, пустыня внемлет Богу. И звезда с звездою говорит.

В небесах торжественно и чудно. Спит земля в сиянии голубом.

Нет, не больно мне, не трудно. Не жалею в жизни ни о чем.

Мое грядущее и бывшее Богом предопределено. А сейчас хочу  
свободы и покоя, чтобы счастье, наконец, мне было дано.

Чтоб весь день, всю ночь, мой слух лелея, о любви мне сладкий  
голос пел. Надо мной, чтоб вечно зеленея, темный дуб склонялся  
и шумел.

Аминь.

**6. Молитвенные стихи христианской поэтессы  
Надежды Завьяловой «Ответ Бога»**

Ты не один, ведь Я с тобою. Будь только верным до конца,  
и с верой твердою живою со мной будь вместе навсегда.  
В руках моих все ветры волны, болезнь и скорбь, и жизнь  
и смерть. В руках моих земля, народы и голубого неба твердь.

Быть может, в жизни ослабеешь, и скорбь сразит с пути тебя.

Но помни, ты во Мне имеешь источник силы для себя.

Я начертал тебя на дланях, и как могу тебя забыть?

В твоих тяжелых испытаниях я буду скорбь с тобой делить.

Не бойся бури и волнения, не бойся грома страшных волн.

С тобою Бог всего творения, с тобою любящий Христос.

Аминь

## 7. Молитвенные стихи иеромонаха Романа о животворном роднике

Если меня неудача постигла, если не в силах развеять тоску,  
осенью мягкой, осенью тихой я выхожу к моему роднику.

За родником белый храм, кладбище старое...

Этот тихий забытый край душу мою успокаивает.

Если глаза затуманились влагой, из родника поплещу на глаза.

Хочется плакать, можно поплакать. Кто разберет, где вода, где слеза?

За родником белый храм, кладбище старое...

Этот тихий забытый край душу мою успокаивает.

Надо мной журавли пролетели, у горизонта растаял их крик...

А если я болен, прикован к постели, мне снится живой целебный  
родник.

За родником белый храм, кладбище старое...

Этот тихий забытый край душу мою успокаивает.