

**Йоахим М. Вердин**

**ОБРАЗ  
ЖИЗНИ  
БЕЗ ЕДЫ**



Йоазим Вердин

**Образ жизни без еды**

«Автор»

2023

## **Вердин Й.**

Образ жизни без еды / Й. Вердин — «Автор», 2023

Это наиболее полное руководство по феномену бретарианства (неедения)/отказа от еды. Автор подробно описал свой непосредственный опыт неедения. Он считает, что потенциально каждый может прожить без еды, но потенциал не означает умение. Навык может быть выработан самостоятельно. В книге рассмотрены такие вопросы как: причины, по которым человек ест, методы перехода к неедению, солнечное праническое питание, созерцание Солнца, лечебное голодание и самоисцеление, детоксикация и устранение отходов, реальное функционирование человеческого тела, физическое омоложение, перепрограммирование инстинкта, личностное и духовное развитие, биография известных неедящих из разных стран. Администрация сайта ЛитРес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста.

© Вердин Й., 2023

© Автор, 2023

## Содержание

Это просто информация	6
Определения	7
Прежде чем мы начнем с темы	8
Увлечение	8
Внимание	9
Быть соавтором этой книги	10
Спросите себя	11
Сознание (с большой буквы)	12
Я-есть	13
Сферы сознания	14
Инстинкт	16
Интеллект	17
Интуиция	18
Басня о рыбе	19
Что такое человек	21
Свет (с большой буквы «С»)	23
Предложение обществу	24
Репрограммирование	26
Питание тела	27
Пищеварительная система	28
Дыхательная система	30
Кожная система	31
Система желез внутренней секреции (шишковидная железа)	32
Очищение организма	33
Неедение или образ жизни без еды (ОБЖЕ)	35
Как это возможно	37
Для открытых умов	38
Для эзотериков	39
Для научно настроенных	40
Для «верующих»	41
Без философствования	42
Почему неедение	44
Идеальное здоровье	45
Свобода	46
Экономика	47
Экология	48
Жизненная энергия	49
Креативность	50
Конец ознакомительного фрагмента.	51

# Йоазим Вердин

## Образ жизни без еды

Девиз этой книги:

**Я – Сознание, а все остальное – мое творение.**

Название оригинала «Stylycja Bez Jedzenia». Второе издание, 2005 год, перевод с польского языка выполнен автором. Эта книга существует только в электронном виде.

E-mail: jmw at rosperos dot com

веб-сайты: <http://breatharian.info> или <http://inedia.info>

\* \* \*

Авторские права этой книги ничем не ограничены. Вы можете использовать ее любым удобным для вас способом. Вы можете копировать и распространять ее в любой форме, даже если вы не сообщите мне об этом.

Знания, которые я создал для себя и на основе которых я публикую информацию, всегда существовали. Каждый может найти его, прочитать и записать. Я сделал это для тех, кто все еще ищет информацию в материальной форме.

Потенциально каждый может прожить без еды, но потенциал не означает умение. Навык может быть выработан самостоятельно.

## Это просто информация

Эта книга содержит только информацию. Любая информация может быть (частично или полностью) истинной или ложной независимо от того, где она найдена. «Великий духовный учитель», «просветленный гуру», телевизор, книга, Интернет и другие – это источники информации. Ни один из них и ни один другой источник информации не может дать вам (настоящее, истинное) знание.

Знание – это то, что вы приобретаете опытным путем, используя полученную информацию. Сама по себе информация не является знанием. Для построения собственных знаний вы можете использовать информацию из разных источников. Проверив информацию и испытав ее на себе, вы можете сказать: Я знаю. До этого момента вы верили, вы не знали.

Вера неразрывно связана с сомнением (на самом деле это одно и то же, но увиденное с другой стороны). В то, что вы считаете истинным, вы также сомневаетесь. Когда вы сомневаетесь в чем-то, вы в то же время верите в это. Также, когда вы верите, вы можете задавать вопросы и искать, пока не обретете знание. Когда вы знаете, вы не спрашиваете, вы просто знаете, и точка.

Поэтому не стоит слепо верить тому, что написано в этой книге, лучше выяснить это самостоятельно. Вы можете воспользоваться всей информацией, представленной здесь, любым способом. Например, вы можете проверить ее на себе, чтобы накопить собственные знания. Если вы будете слепо верить в то, что здесь написано, вы можете пострадать.

Когда вы считаете полученную информацию своим знанием, вы становитесь рабом источника информации. Группой людей, верящих в так называемый авторитет (гуру, мастер, учитель, эксперт), можно легко манипулировать. Это одна из основных причин, почему (и как) были созданы и продолжают процветать религии, всякие – измы, партии, культы и другие организации, контролирующие людей и их образ жизни.

Другими словами, я предлагаю вам думать самостоятельно. Используйте информацию и относитесь ко всем «духовным мастерам», «признанным авторитетам», СМИ и т. д. только как к источникам информации. Затем работайте с информацией самостоятельно, позволяя другим манипулировать вами. Проверьте это сами, испытайте это сами, потому что, если вы этого не сделаете, вы никогда не узнаете, вы будете просто верить.

И в заключение позвольте мне спросить вас: Верите ли вы в Бога?

Да?

Нет?

Почему?

И что?

## Определения

В английском языке есть слова «бретарианец» (breatharian) и «бретарианство» (breatharianism), оба образованы от слова «breath» (дыхание). Эти слова не совсем точно объясняют, о чем идет речь, поэтому их значение необходимо прояснить. Впервые услышав слово «бретарианец» (breatharian), человек может подумать о дыхании, а не о неедении. Некоторые люди могут подумать, что дышащий – это человек, который питается только воздухом.

Разные люди, заинтересованные в жизни без еды, по-разному понимают одно и то же выражение. Чтобы лучше понять эту книгу, необходимо дать некоторые определения.

Отказ от приема еды (Non-eating) – это состояние человека, который не берет в рот никакой пищи, но и не проводит голодание.

Неедающий (Non-eater) – это человек, который вообще не ест, а не проводит голодание и не голодает.

Мне кажется, что эти два слова не идеальны, но они направляют мысль читателя на правильный путь, они лучше раскрывают предмет, с которым мы имеем дело.

С другой стороны, эти слова могут звучать не очень приятно. Такие слова также могут влиять на подсознание не в пользу пользователя. Я все еще ищу лучшие слова.

Инедия (неедение) – это еще один термин, используемый для обозначения «breatharianism» (жизнь без еды) и он имеет практически такое же значение.

Инедиат (неедающий) – это человек, который никогда не ест и не пьет.

Однажды мне на ум пришли два слова:

«eatfree» для человека, свободного от приема пищи, и

«eatfreedom» – для состояния человека, который не нуждается в еде и живет таким образом.

Есть ли у вас другие идеи?

Бретарианство (breatharianism) – это концепция о способности (не только) человека жить без пищи и питья, но при этом необходим воздух.

Бретарианец (breatharian) – это человек, которому для жизни нужен только воздух, не требуется ни еды, ни питья, чтобы организм идеально функционировал.

Жизнь Светом – концепция о способности (не только) человека жить без каких-либо питательных потребностей, кроме Света (см. объяснение Света ниже).

Жизнь праной – концепция о способности (не только) человека жить, не нуждаясь ни в чем, кроме праны (высокоэнергетического продукта конденсации Света).

## Прежде чем мы начнем с темы

### Увлечение

В начале 2001 года я заметил в Польше увлечение (которое позже угасло) дыханием, отказом от еды, «праническим питанием», переходом на «жизнь на Свете». Я уверен, что в значительной степени это увлечение было создано средствами массовой информации. Я могу представить, что подобные причуды время от времени происходят в разных местах на Земле, поэтому мои наблюдения в Польше могут быть справедливы и для других мест.

Все было бы хорошо, если бы это не выглядело как так называемый «слепой бег стада овец». Этот «слепой бег» завел некоторых людей в тупик и принес им (и всему вопросу) больше вреда, чем пользы. Все это произошло в основном из-за непонимания сути вопроса и недостатка знаний.

Несмотря на то, что пропагандируют некоторые люди и средства массовой информации, отказ от пищи относится в основном к одному из этапов на пути расширения сферы Сознания, в которой живет человек, другими словами, на пути к совершенству, на пути сознательного духовного саморазвития. Если сделать отказ от еды главной целью и пытаться приспособить тело к жизни без пищи, без необходимых духовных соображений, это может причинить человеку страдания.

Одна из причин, по которой я написал эту книгу, заключается в том, чтобы предоставить правильную и практическую информацию: о чем идет речь, какой путь более выгоден, что не следует опускать, на что следует обратить внимание и т. д. При этом я обращаю ваше внимание на то, что отказ от пищи может быть прыжком в неизвестность. Это может быть опасно, так как может привести к тому, что человек потеряет свое материальное тело.

Стоит помнить, что отказ от еды связан с духовным саморазвитием, хотя, теоретически и «совершенно неосведомленный» (и не интересующийся этим вопросом) человек может приобрести способность жить, ничего не засовывая в рот.



## Внимание

Основная цель моей деятельности по теме «жизнь без еды» – передать заинтересованным лицам:

- информацию о методах адаптации организма к правильному функционированию без необходимости приема пищи

- детальную информацию о том, как адаптировать себя к образу жизни без еды

- информацию о способности организма жить без необходимости принимать пищу.

Я написал эту книгу для того, чтобы частично реализовать эту цель. Однако, пожалуйста, не рассматривайте эту информацию как инструкцию по адаптации вашего организма к жизни без еды. Задача, которую я решил решить, написав эту книгу, заключается только в передаче информации.

Адаптация к жизни без еды – это сложный процесс, который чаще всего требует, чтобы вы жили в большей сфере Сознания. Вам лучше обратиться за советом к более опытным людям. Вам также стоит обратиться за советом к более опытным людям.

Кроме того, имейте в виду, что каждый человек проходит этот процесс по-разному. Именно поэтому каждому человеку необходим индивидуальный, лично разработанный метод. Стоит помнить, что существует столько же методов адаптации организма к отказу от еды, сколько и людей, прошедших через этот процесс.

## **Быть соавтором этой книги**

Для меня написание книги на такую тему, как образ жизни без еды – это процесс, который никогда не заканчивается. Всякий раз, когда я думаю об уже написанном материале, мне приходит в голову еще кое-что (о чем я мог бы написать). Всегда есть что-то, что я мог бы добавить, чтобы сделать тему более полной.

Моя цель – это собрать в одной книге наиболее полную информацию по этой теме. Я сам знаю многое в этом вопросе и нахожу новое, но это еще не все. Знания, которыми вы обладаете по этой теме, являются ценным источником. Поэтому я приглашаю вас вместе пополнить коллекцию полезной информации, содержащейся в этой книге.

Если вы живете без еды или проводите длительные голодания, пожалуйста, опишите свои эксперименты, опыт и наблюдения. Напишите о себе, как вы готовили свой организм к жизни без еды, как вы проходили через голодание и почему вы это делали. Также напишите, пожалуйста, о препятствиях, с которыми вы столкнулись, и о том, какие решения вы использовали для их преодоления.

Если вы не относитесь к числу тех, кто не ест, пожалуйста, также пишите мне. Каждый ваш комментарий или предложение может быть ценным для меня. Чего не хватает в этой книге, что следует изменить, что вам не нравится и т. д.? Я буду благодарен вам за любой комментарий.

Вы можете написать мне, используя адрес издательства или мой электронный адрес.

## Спросите себя

Я предлагаю вам глубоко задуматься над этими вопросами, проанализировать их и ответить на них самому себе.

1. Почему почти все, что ест человек, впоследствии выводится в виде кала, мочи, слизи, кожного сала, газов, крови и т. д.? Значит ли это, что этот совершенный орган – это машина для переработки почти всех съеденных вещей в экскременты?

2. Почему не существует болезней, вызванных отказом от пищи или проведением голодания, но есть так много болезней, вызванных приемом пищи?

3. Почему так много болезней (часто беспокоящих человека годами) полностью исчезают при достаточно длительном голодании?

4. Почему статистика голодания показывает самый высокий уровень эффективности среди физических методов лечения, существующих на Земле?

При лечении наркотической зависимости (алкогольной или никотиновой, наркотической, кофеиновой, сахарной и т. д.) организм проявляет неприятную реакцию (так называемые клинические симптомы). При прекращении приема пищи у людей наблюдаются те же клинические симптомы.

Почему симптомы в обоих случаях одинаковы? Когда выздоровевший наркоман возвращается к своей зависимости, в его организме происходят те же реакции, что и у человека, который возобновляет прием пищи после длительного голодания. Опять же, почему реакции в обоих случаях одинаковы?

Исследования показывают, что некоторые люди могут жить без пищи месяцами или годами, а другие умирают уже через десяток дней. Почему?

Почему разные люди, имеющие одинаковый вес и рост, питающиеся пищей, которая очень сильно отличается по количеству и составу (каждый сын ест что-то свое), обладают прекрасным здоровьем?

Почему некоторые люди, питающиеся очень здоровой пищей, часто болеют, а другие, питающиеся нездоровой пищей, очень здоровы?

Люди и животные, когда они больны, не имеют аппетита. В таких случаях животные голодают до тех пор, пока не станут здоровыми. Если больной человек отказывается от приема еды, то он гораздо быстрее также становится здоровым. Почему организм так реагирует? Есть ли у вас другие вопросы, связанные с этой темой?

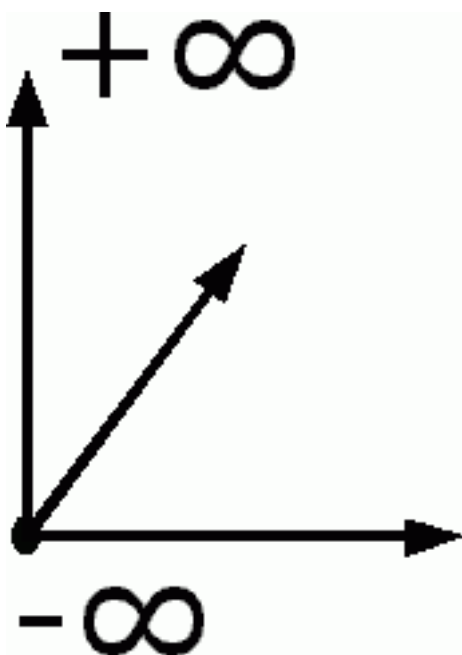
## Сознание (с большой буквы)

Представьте себе нечто, не имеющее ни пространства, ни времени, ни каких-либо других ограничений. На самом деле, интеллекту невозможно представить Сознание, потому что любая такая попытка уже создает ограничение. Но просто для наглядности представьте себе нечто, не имеющее никаких ограничений во времени, пространстве, чувствах, знаниях, способностях и всем, что вы можете себе представить, и даже больше. Сознание – это всемогущее, всезнающее, все существующее и все остальные все.

Сознание – это причина всех причин. Вся материя, весь дух, все мыслительные процессы и вся жизнь в нем.

В Сознании есть истоки существования. Сознание – это все, что вы можете и не можете себе представить, и даже больше.

Другие слова, используемые (в том же или подобном контексте) для обозначения Сознания, например: Бог, Абсолют, Провидение, Всемогущий, Вселенский разум, Причина, Принцип, Универсальное сознание. В зависимости от понимания и объяснения человека, который использует эти слова, у него может быть другое определение, которое может совпадать или не совпадать с приведенным выше.



*Сознание*

Поэтому, если вы не уверены, о чем говорит человек, спросите его об определении.

Если бы я описывал Сознание графически, я бы нарисовал точку и обозначил ее символом минус бесконечности.

От точки шли бы линии, распространяющие всех трех измерениях до плюс-бесконечности. Конечно, это лишь графическое изображение чего-то, что невозможно нарисовать. Давайте сделаем предположение, что этот рисунок представляет бесконечность, то, что не имеет границ. Такое представление Сознания делает мое объяснение более понятным. Итак, приведенный ниже рисунок представляет Сознание для интеллекта

## **Я-есть**

Что такое Я-ЕСТЬ (одно слово, написанное прописными буквами)? Я-ЕСТЬ, которое невозможно постичь умом, является иллюзорной (воображаемой) частью Сознания. Я-ЕСТЬ едино с Сознанием и существует в ИТ, как капля воды едина со всем озером. Я-ЕСТЬ и Сознание – это одно и то же, но они по-разному видятся, по-разному рассматриваются, по-разному воспринимаются интеллектом.

Таким образом, атрибуты Я-ЕСТЬ – это атрибуты Сознания. Я-ЕСТЬ находится в Сознании, в то же время являясь воображаемой частью Сознания. Я-ЕСТЬ не существовала бы без Сознания, а Сознание не существовало бы без Я-ЕСТЬ.

Точно так же можно представить, что капля воды не существовала бы без озера, а озеро не существовало бы без капель воды, составляющих его.

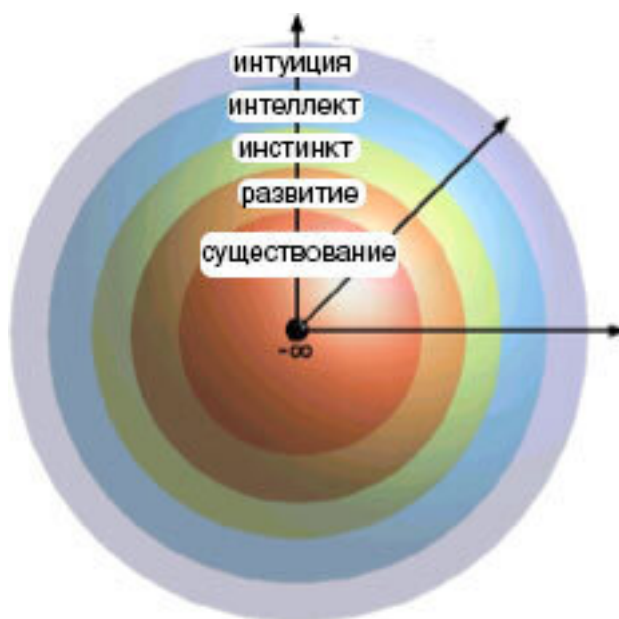
В то же время Я-ЕСТЬ – это источник, сущность, первопричина, создатель каждого существа. Каждое существо существует в Я-ЕСТЬ, потому что оно было создано в Я-ЕСТЬ. Существо может чувствовать, что Я-ЕСТЬ находится в нем/ней, или существо может чувствовать, что оно/она находится в Я-ЕСТЬ – это не имеет значения, потому что Я-ЕСТЬ не ограничено измерениями.

## Сферы сознания

Сознание не имеет границ, поэтому нет места, где оно заканчивается. Тем не менее, представьте, что в Сознание была вставлена некая граница, так что ограниченная часть Сознания была охвачена, образуя сферу. Объясняя это в визуальных терминах, можно сказать, что сферическая граница была вставлена или создана внутри Сознания.

Такую область я называю сферой Сознания. Именно это я имею в виду, когда говорю, что существо (например, человек) живет в сфере Сознания.

Можно создать неограниченное количество сфер Сознания. Люди знают и могут описать некоторые из этих сфер: существование, рост, инстинкт, интеллект и интуиция. Визуально эти сферы Сознания можно представить так, как показано на рисунке ниже.



*Сферы сознания*

Сознание не имеет границ, поэтому существо, живущее в Сознании, также ни в чем не ограничено. Такое существо совершенно во всех отношениях, всемогуще, всезнающее и прочее. Ограничение Сознания сферой делает существо, живущее в этой сфере, несовершенным (ограниченным). Способности существа из большей сферы Сознания шире, по сравнению с существом из меньшей сферы.

Минерал (представитель сферы «существования») обладает меньшими способностями, чем растение (представитель сферы «развитие»). Если сравнивать аналогичным образом, то животное (представитель сферы «инстинкт») может делать больше и знает больше, чем растение, но у него меньше способностей, чем у человека («интеллект»). Поэтому можно представить, что существа, живущие в сфере «интуиция», более могущественны (они более совершенны), чем люди. В то же время на рисунке показан процесс, известный как эволюция (рост). Эволюция существа заключается в расширении сферы Сознания, в которой оно живет. Растение более развито (находится гораздо дальше в эволюции), чем, например, горный хрусталь. Животное более развито (живет в большей сфере Сознания), чем растение. Человек находится еще дальше в эволюции.

В этом процессе существо развивается (эволюционирует) в течение всей жизни, потому что сфера Сознания, в которой оно живет, расширяется. Чем больше расширяется сфера

Сознания (в которой живет существо), тем больше оно способно делать, воображать, постигать и так далее.

В качестве примера здесь можно привести интеллектуальное развитие человека, которое частично оценивается как коэффициент интеллекта (IQ). Рассматривая историю человечества, можно сделать вывод, что человеческие способности к пониманию, объяснению, воображению, творчеству, поиску решений и т. д. со временем совершенствовались. Поэтому можно сказать, что интеллект (сфера Сознания) обычного жителя Земли расширялся. С другой стороны, в то же самое время обычный житель Земли был активен в основном в интеллекте, поэтому он не был способен делать вещи, которые невозможны в этой сфере.

Каждая сфера – это ограничение. Если человек остается в (сфере) интеллекта и не развивается дальше (то есть не выходит за пределы, к интуиции), он не способен понять вещи, которые существуют за границей интеллекта. В конкретной сфере Сознания существо создает, а затем использует подходящее тело (сложную структуру) и конкретные условия для жизни. Некоторые примеры. У человека более разумное и более сложное строение тела по сравнению с животными. Кроме того, человеческое тело содержит меньше минералов и больше воды. Его энергетическая структура более развита. У животного более сложное тело, которое содержит меньше минералов по сравнению с телом растения. Камень имеет самое твердое тело из всех трех, потому что состоит почти исключительно из минералов.

Существа, живущие в (сфере) интуиции, обладают гораздо более тонкими телами, чем люди. В настоящее время для большинства людей это тело невидимо, поэтому его считают нематериальным.

Очевидно, что резкой границы между сферами Сознания не существует. Не существует также предела в количестве возможных сфер, что означает, что эволюция не имеет скачков. Эволюция (расширение сферы Сознания) существа происходит плавно. В случае с человеком эволюция означает процесс расширения его сферы Сознания в сторону интуиции.

Эволюция подобна этому. В эволюции нет такой вещи, как что-то лучшее или что-то худшее, но есть сферы Сознания и различные бесчисленные возможности испытать Жизнь в них.

Каждое существо имеет Сознание в своей сущности (источник или корень). Каждое существо – это опыт несовершенства в определенной сфере Сознания. Переживает само Сознание. Поэтому можно сказать, что эволюция – это игра, в которую играет Сознание. Теперь вы лучше понимаете девиз этой книги? Я это Сознание, а все остальное – мое творение.

## Инстинкт

Это одна из частей разума. Он состоит из данных и программ. Программа – это само-функционирующий механизм, который работает именно так, как он был создан (написан). Программа не думает, не испытывает эмоций и не делает того, что ей не предназначено (запрограммировано).

Инстинкт – это большой набор программ и данных. Инстинкт не думает, не обдумывает, не анализирует, не судит, не создает. Инстинкт запускает программы и бездумно собирает данные.

Данные таковы:

- все, что собрано органами чувств (осознанно или нет) и сохранено в памяти (большая часть забыта)
- всех обстоятельствах, например:
- ситуации (например, поведение других существ)
- факторы (например, температура, цвет, уровень звука, пространство)
- результат, произведенный программой.

В интеллекте существует огромное количество программ. Работа человеческого тела была бы невозможна без этих программ. На самом деле, без программ не было бы тела, потому что тело – это прямой результат работы программ.

Вот лишь несколько примеров работы программ:

- человек может воспринимать чувствами и интерпретировать их, поэтому он может ощущать голод, жажду или сытость
- частота сердцебиения, размер зрачка, количество пота и многое другое контролируется автоматически
- реакции, вызванные рефлексом.

Эмоциональные реакции людей – это программные ответы на данные. Например, когда вы слышите или видите что-то, вы можете почувствовать счастье, грусть, печаль, симпатию или тревогу – это результаты воздействия внешнего фактора (то есть данных: увиденного или услышанного) на программу, обслуживающую определенное поле человека.

Другой пример. Вы находитесь дома один в нейтральном настроении. Неожиданно кто-то стучит в дверь. Открыв дверь, вы видите своего любимого человека, который целует вас и ласково разговаривает с вами. Какие эмоции возникают у вас?

А вот теперь кое-что другое. В нейтральном настроении вы входите в комнату, где кто-то сразу же кричит на вас и бросает оскорбления. Какие эмоции возникают у вас сейчас?

В первом сценарии возникают иные эмоции, чем во втором, если только человек не контролирует их в достаточной степени. Проще говоря, в этом случае конкретные данные вызывают конкретную реакцию рабочей программы (программ). Умение управлять своими эмоциями таким образом, чтобы испытывать их в соответствии со своей волей, может быть одним из этапов (или достижений) на пути духовного роста. Когда вы контролируете свои эмоции, вы можете в любой момент решить почувствовать счастье. Затем вы можете оставаться в этом состоянии до тех пор, пока не решите вызвать что-то другое, например, грусть. Если вы пока не можете этого сделать, возможно, различные факторы (например, поведение других людей по отношению к вам) бросают вас в океан эмоций, как ветер бросает лист. Так или иначе... И что?



## Интеллект

Интеллект – это та часть разума, которая создает. Интеллект работает следующим образом: сначала он создает вопрос, затем придумывает, рассчитывает, анализирует, пробует, проектирует, решает и т. д. и т. п., в разном порядке, пока, наконец, не создаст ответ (решение). Этот ответ может содержать следующий вопрос.

То, что проходит с момента возникновения вопроса до нахождения ответа, называется временем. Время существует только в интеллекте. Интеллект не может существовать вне времени. Интеллект создает время, чтобы он мог существовать и функционировать. Вне интеллекта времени не существует, поэтому можно сказать, что время – это всего лишь иллюзия интеллекта. Точно так же обстоит дело и с пространством.

Интеллект воспринимает и строит мир как биполярный, то есть мир, в котором все имеет две противоположные стороны, одновременно существует нечто и оно противоположно. Например: вопрос и ответ, хорошо и плохо, светло и темно, холодно и жарко, легко и трудно, надежда и сомнение, мужчина и женщина, совершенное и примитивное, любовь и ненависть.

Интеллект создает что-то, в том числе:

- давая ответы на вопросы
- построение в воображении того, чего раньше там не существовало
- модификация вещей, взятых из памяти (то есть из базы данных инстинктов) или из органов чувств.

Интеллект, в отличие от инстинкта, не накапливает данные (то есть не запоминает), он только думает (перестраивает и создает данные).

## Интуиция

Это часть разума, которая знает «все» без каких-либо вопросов, размышлений, творчества или поиска. В интуиции нет вопросов. Даже если бы он возник, в тот же момент появился бы и ответ. На самом деле, в интуиции также нет такого понятия, как «момент», потому что время (вместе с другими иллюзиями) не существует в интуиции.

Время, пространство и биполярный мир не существуют в интуиции. Они являются творениями меньшей сферы Сознания, называемой интеллектом. Интеллект не способен понять интуицию, потому что интеллект – это меньшая сфера Сознания. Из этого следует, что интеллект не в состоянии объяснить, как работает интуиция. Интуиция содержит интеллект (подумайте о сферах), поэтому первая понимает вторую. Аналогичная связь существует и в случае с интеллектом, который содержит и понимает инстинкт, но не наоборот.

Это объясняет, почему человек, который является представителем интеллекта на Земле, способен понять и объяснить, например, функционирование организма или поведение животного. Это также объясняет, почему животное не может понять человека, если, например, его просят решить математическую задачу или объяснить абстрактные вещи. Животное не в состоянии сделать это, поскольку инстинкт – это меньшая сфера Сознания, чем интеллект.

Теперь вы можете сделать вывод, что человек (живущий в основном интеллектом) не способен понять ангелов и других существ, духовно более развитых (живущих в основном интуицией). Действительно, люди не понимают их, но они понимают и любят людей так же, как люди понимают и любят животных. Поэтому, если один человек пытается объяснить другому нечто, исходящее из интуиции (так называемые духовные вещи), он может только философствовать. Несовершенство такого общения похоже на ситуацию, когда одна корова пытается объяснить другой корове функции человеческого интеллекта. Поэтому, продолжая попытки объяснить интуицию таким образом, я добавлю, что она также служит для человека своего рода связующим звеном или воротами в Я-ЕСТЬ.

Для целей описания и объяснения в этой книге я привожу еще три определения:

1. сверхсознание – вся деятельность и ее результаты сферы Сознания, называемой интуицией
2. сознание – вся деятельность и ее результаты сферы Сознания, называемой интеллектом
3. подсознание – вся деятельность и ее результаты сферы Сознания, называемой инстинктом.

В большинстве случаев можно взаимно заменять родственные выражения, например:

сверхсознание = интуиция

подсознание = инстинкт,

без ущерба для понимания описаний.

Говоря о людях, я также использую выражения: интуиция, интеллект и инстинкт, как определения для частей, составляющих разум (в соответствии с приведенным выше описанием). Таким образом, «интеллект» – это сфера Сознания и также является частью ума с описанием его функции, как указано выше.

Каждое существо, включая людей, по своей сути является Сознанием, которое ограничило себя определенной сферой.

## Басня о рыбе

Сначала я собираюсь рассказать басню или (если посмотреть на это под другим углом) правдивую историю, которая является прологом для последующего описания человека.

Когда-то у меня была рыба. Я решил испытать жизнь рыбы. Как это – быть рыбой? Что делает рыба и почему? Что чувствует рыба? Может ли она дышать? Какие эмоции испытывает рыба? Мне было интересно узнать ответы на эти вопросы. Поэтому я решил исследовать их. Мне было любопытно, и я хотел повеселиться (поиграть).

Во-первых, в течение нескольких месяцев я ежедневно проводил с рыбой по несколько часов. Я наблюдал за ней в разных ситуациях. Я многое выяснил и многое узнал о рыбе. Я мог бы даже написать книгу и стать авторитетом в области жизни рыб. Я наблюдал все, что можно было наблюдать в жизни рыбы. Это был мой опыт, о котором люди рассказывали мне в прошлом. Однако только теперь, когда я увидел все своими глазами, я могу сказать, что знаю это.

Больше я ничего не мог узнать из наблюдения за рыбой. Само по себе наблюдение не могло ответить на мои многочисленные вопросы, такие как: Как рыба видит мир? Как рыба чувствует воду своей кожей. Как органы ее тела реагируют на изменение температуры воды?

Как рыба ощущает трение в зависимости от скорости плавания? Одно лишь наблюдение не могло дать мне ответы на эти вопросы. Другие люди рассказывали мне, что они чувствуют, но для меня это была лишь информация об их опыте пребывания в теле рыбы. Что ж, если я не сделаю это сам, я никогда не узнаю, потому что путь к знаниям лежит через опыт.

Поэтому я решил испытать жизнь рыбы, и для этого я вошел в ее тело. Что касается тела, то я был рыбой. Я мог почувствовать на своей шкуре все то, чего я не знал, но что мне было интересно. Я мог ощутить на себе все то, что люди пытались мне объяснить. Теперь я наконец-то знаю, каково это – быть рыбой.

На самом деле, в то время мне не следовало говорить, что я полностью знал, как это – быть рыбой. Я был в теле рыбы, это факт, но дело в том, что я знал, что я не рыба. Я испытал все, что можно было наблюдать и чувствовать на теле, но я не познал эмоций рыбы. Именно, эмоции, это и есть суть жизни рыбы. Как это происходит, что делает и чувствует рыба, когда к ней приближается щука, чтобы съесть ее? Что чувствует рыба, когда другая рыба ест ее детей?

Как я мог испытать весь спектр эмоциональной и ментальной жизни рыбы? Ну, просто быть в теле рыбы было недостаточно, потому что я знал, что я не рыба, что это всего лишь игра, в которую я играю. Когда я играю, я знаю, что это всего лишь игра.

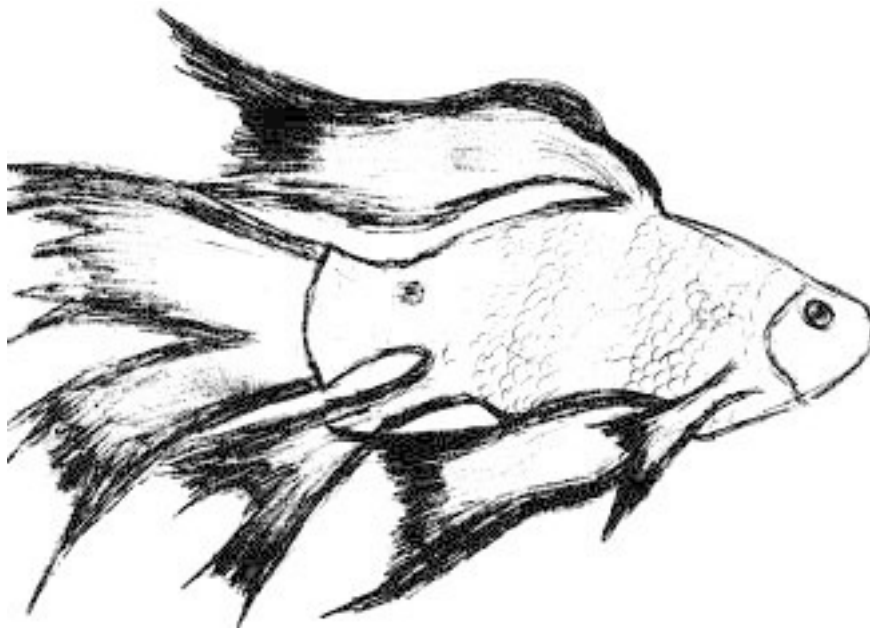
Другие люди рассказывали мне истории о психической и эмоциональной жизни рыб, но, опять же, для меня это была просто информация. Я решил испытать все это на себе, чтобы знать, а не просто иметь информацию. У меня был выбор войти в тело и разум рыбы и забыть, что я не рыба, что я только играю.

Я сделал это и прожил всю жизнь рыбы, не зная, что я не рыба. Только после этого (как выяснилось) мой опыт жизни рыбы стал полным. Все эти вещи, то есть проведение наблюдения, ощущение физического тела и переживание эмоций, составляют полный опыт. Только выполнив их все, я могу сказать, что знаю жизнь рыбы (потому что я испытал ее).

Теперь я могу объяснить это другим людям, так же как другие пытались объяснить мне в прошлом. Однако я знаю, что те, у кого нет такого опыта, не поймут меня. Более того, найдутся люди, которые скажут, что то, что я говорю, неправда, и потребуют доказательств. Как же я дам им доказательство всего того, что я пережил? У них нет такого опыта, они не открылись ему, потому что решили только смотреть и слушать мою информацию. Я знаю, что они не способны понять меня, поэтому не собираюсь их убеждать или тем более что-то доказывать. Я могу дать им просто информацию, которую они могут испытать сами, если решат так.

Поняли ли вы, что этой басней я описал человека – что он/она есть и что он/она здесь делает? Знаете ли вы, что вы – такая рыба, персонаж игры, созданной Я-ЕСТЬ?

Будучи человеком на этот раз, вы уже в какой-то степени знаете, что человек делает и что он/она чувствует. Определив опыт, через который нужно пройти, человек переживает жизнь в выбранной форме (тело) и условиях (расположение в пространстве, образ жизни и т. д.). Человек не знает, что он не рыба, что он использует разум и тело рыбы только для того, чтобы испытать Жизнь, другими словами – это поиграть.



*Я рыба или кто?*

## Что такое человек

Приведенный ниже рисунок представляет собой грубое визуальное представление элементов, составляющих человека. Многие другие существа, живущие за пределами Земли, выглядят примерно так же.



### ЧЕЛОВЕК

Эта картина не содержит всех элементов и не показывает внутренние и внешние связи, потому что они не так важны для данной темы. Также взаимосвязанные позиции элементов не соответствуют реальным, где один содержится внутри другого, как сферы, потому что одно создает другое. Я выбрал это упрощенное расположение для ясности, необходимой в тексте. Второй рисунок лучше показывает конструкцию, но он все еще далек от всех деталей.

Я-ЕСТЬ является центром, корнем, первопричиной, сущностью (можно использовать и другие выражения) и одновременно создателем всех остальных человеческих элементов. Я-ЕСТЬ – это воображаемая (как бы) независимая и отделенная часть Сознания. В то же время Я-ЕСТЬ содержит внутри себя все элементы, составляющие человека, поскольку все элементы существуют только в сознании Я-ЕСТЬ. Поскольку Я-ЕСТЬ – это воображаемая частица Сознания, Я-ЕСТЬ обладает всеми его атрибутами, например, Я-ЕСТЬ всемогущ и всеведущ. Поэтому вы можете спросить себя, чего может желать Я-ЕСТЬ, ведь он совершенен, он имеет, знает и может все. Конечно, интеллект (ограниченная сфера Сознания) не в состоянии понять это, он может только философствовать по этому поводу – как это делаю сейчас я.

Что желает Я-ЕСТЬ? Ответ прост: Я-ЕСТЬ играет в игру, которую создал сам. Поскольку Я-ЕСТЬ имеет, знает и может все, ему ничего не нужно, поэтому он может выбрать игру, например.

Игра называется «опыт», и для того, чтобы быть наиболее успешной, она должна быть похожа на настоящую. Чем меньше вещи и ситуации выглядят имитацией, тем лучше игра. Я-

ЕСТЬ может создавать такие обстоятельства, устанавливая пределы, то есть создавая сферу Сознания, которая подходит для условий создаваемой игры.

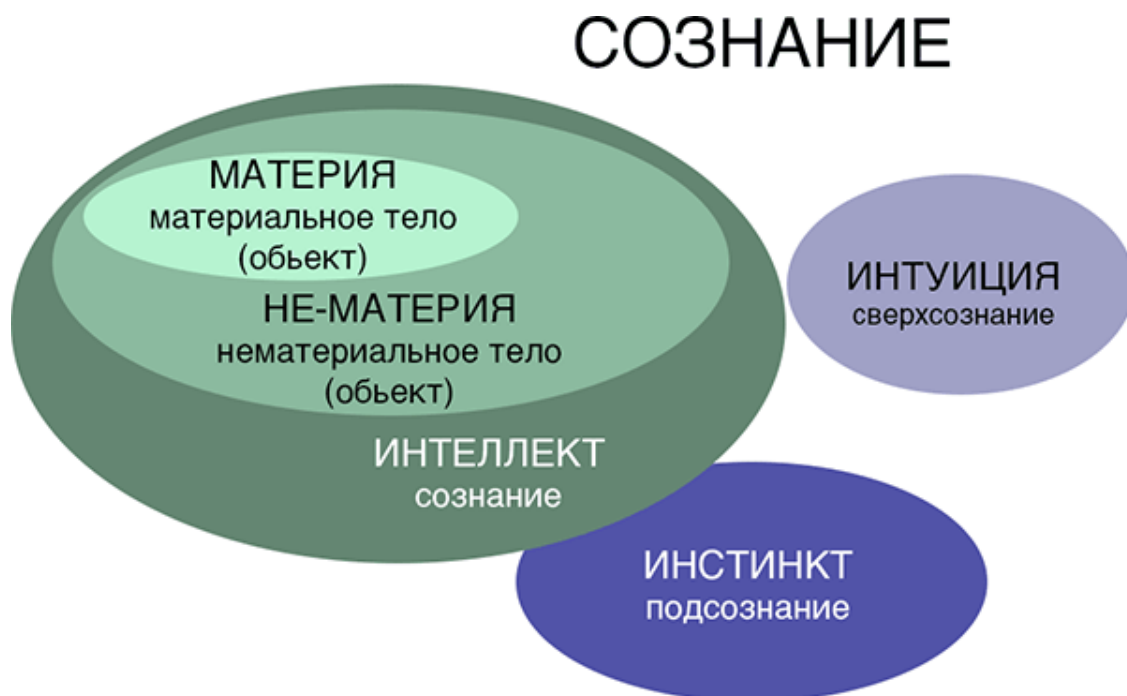
В случае игры под названием: «Переживание жизни человека на Земле», Я-ЕСТЬ создает (среди прочего) следующие инструменты, которые подходят для переживания:

разум, который состоит из интуиции, интеллекта и инстинкта – довольно сложная структура под названием «тело», которая на самом деле состоит из материального (физического) тела и многих других элементов, также называемых «телами» (детали не важны в данном описании),

обстоятельства и условия для опыта (например, жизнь в маленьком городке на Земле).

Создав все необходимые элементы, Я-ЕСТЬ переживает то, что можно назвать: «эволюция от несовершенства к совершенству» или «духовное развитие». Это довольно интересная игра, когда существо, которое по своей сути является совершенным, не знает этого и считает себя несовершенным, а потому стремится к совершенству.

«Я – это Сознание, а все остальное – это мое творение». Теперь вы знаете, откуда взялся девиз этой книги.



*ЧЕЛОВЕК – это более детальное графическое представление*

## Свет (с большой буквы «С»)

Знаете ли вы, откуда пришли эти выражения и что они означают: «Жить на свете», «Жить в свете», «Питаться светом» и т. д. Что на самом деле представляет собой этот Свет?

Из моего предыдущего описания вы знаете, что такое Сознание. Теперь представьте себе нечто, что является его полным отсутствием (возможно, даже его противоположностью). Назовем это «полным отсутствием сознания» (аббревиатура ПОС). Конечно, как и представить Сознание, представить ПОС невозможно, потому что даже попытка – это сделать ограничит то, что неограниченно и невообразимо. Это все равно, что пытаться нарисовать бесконечность.

Когда я объясняю ПОС интеллектуально, я имею в виду полную темноту. Когда Сознание появляется в этой полной темноте, возникает вспышка света, которую называют Светом. Другими словами, когда Сознание появляется в ПОС, внешний наблюдатель может описать этот процесс как вспышку света. Таким образом, Свет – это проявление Сознания. Каждое существо является проявлением (ограниченной) сферы Сознания. Чем больше сфера, тем больше Света проявляет существо.

Сознание находится в корне/сущности/начале каждого существа. Оно проявляет себя настолько, насколько позволяет ему разум существа. Поэтому, чем больше сфера Сознания, в которой живет существо, тем ярче Свет, излучаемый им, освещая тьму.

Теперь вы можете понять, что каждый человек и все остальные существа живут Светом. Свет создает и поддерживает жизнь. Когда вы чувствуете этот процесс, вы говорите, что чувствуете Любовь.

Свет и Любовь являются проявлением Сознания, другими словами, появление Сознания в ПОС. Это одно и то же. Разница не в материи, а в том, как существо может их воспринимать. Свет – это то, что он/она видит. Любовь – это то, что он/она чувствует.

Итак, вы уже живете Светом, фактически, вы всегда им были. Если вы стремитесь жить Светом, просто позвольте себе почувствовать, что вы живете. Этого недостаточно, чтобы понять это интеллектуально, но как только вы почувствуете это, вы узнаете это, и это станет вашей реальностью. Тогда вы поймете, что вы являетесь творцом своей жизни.

Теперь закройте глаза. Полностью расслабьтесь. Некоторое время смотрите и ощущайте полную темноту. Затем позвольте себе увидеть Свет. Как только вы его увидите, переключите внимание на свои ощущения. Что вы чувствуете? Любовь. Скажите себе и глубоко прочувствуйте это:

Я-ЕСТЬ Сознание, источник Света, Любви и Жизни.

## Предложение обществу

Однажды в начале моего первого эксперимента по отказу от еды моя жена сказала: «То, что ты делаешь, противоречит природе». Прежде чем ответить, я вдруг понял, что в ее словах есть большая доля правды. Почему? Прежде чем я отвечу, пожалуйста, подумайте над тремя приведенными ниже случаями.

1. Когда ребенок рождается в обществе людей, которые едят, он требует пищи с момента рождения. Ребенка нужно кормить, потому что, если его организм не будет получать пищу слишком долго, он перестанет работать (умрет). Не давать ребенку пищу – значит действовать против природы.

2. Если ребенок рождается в обществе людей, которые едят, но его родители – неедящие (а не люди, заставляющие себя не есть), ребенок будет требовать еду в меньшем количестве, чем в приведенном выше примере.

3. Если ребенок рождается в обществе неедящих, он с самого начала жизни будет отказываться от еды. Тогда ребенок не должен получать никакой пищи. Давать ребенку пищу – значит действовать против его природы.

Знаете ли вы уже, чем вызваны эти различия? Вы можете догадаться, что речь идет о программах в инстинкте ребенка, программах, которые отвечают за связь между человеком и веществом, называемым пищей.

С момента зачатия каждый человек находится под влиянием внушений общества. В утробе матери на инстинкт ребенка оказывает самое большое влияние мать, затем отец и другие члены семьи, а потом люди, с которыми мать проводит большую часть времени. Если все они – это люди, питающиеся «нормально», то не следует ожидать, что программы инстинктов ребенка в утробе матери будут отличаться от тех, которые распространены в обществе. Поэтому и биологическая природа родившегося ребенка будет одинаковой, что является результатом влияния, оказываемого на него в течение всего времени пребывания в утробе матери. Пищевые привычки человека формируются уже в утробе матери (позже они могут быть изменены).

Аналогичные процессы происходят и в течение всего времени после рождения. Пока ребенок не станет взрослым, его питание зависит от общества, в котором он живет.

У новорожденного ребенка инстинкты запрограммированы таким образом, что позволяют его телу и разуму функционировать должным образом. Набор этих программ состоит из подчиняется своей природе. Действия против этой природы вызывают расстройства или даже смерть в крайних случаях. Вывод прост: в следующий раз, когда вы решите родиться на Земле в качестве неедящего, сначала выберите подходящих для этого случая родителей и общество. Внушение общества не ограничивается влиянием родителей и всех людей, с которыми человек находится в контакте. На человека также влияют воспитание, окружающая среда, цвета, звуки, температура, потребляемая пища, игры и так далее. Все это и даже больше постоянно программирует человеческий инстинкт.

Вы, наверное, догадываетесь, насколько полезным инструментом в руках манипуляторов является знание о внушении общества. Понимая механизмы реакций (запрограммированных ответов) на определенные стимулы (данные) в выбранном обществе, легко манипулировать людьми (прежде всего их эмоциями) таким образом, чтобы их мышление, речь и действия соответствовали ожиданиям манипулятора. Страх, желание чувствовать любовь, зависть, сострадание, желание власти, желание наказать и другие факторы, вызывающие эмоциональные реакции, используются в тщательно спланированном порядке, так что люди по собственной воле делают именно то, что ожидают манипуляторы.



Инстинкт – это программы, а манипулятор – это программист, который умеет программировать человека так, чтобы это было незаметно для человека, и это часто приводит к тому, что человек благодарит манипулятора за его работу. Часто хорошим примером этого являются голосующие люди. Также посмотрите на рекламу, упаковку товаров, оформление магазинов (музыку) или офисов, заявления политиков и журналистов и так далее и тому подобное. Прислушайтесь и почувствуйте, что они вызывают у вас, какие эмоции? Думаете ли вы, что это происходит случайно?

Чем больше вы думаете сами, то есть чем более осознанно вы делаете то или иное дело, и чем больше вы обращаете внимание на внушения общества, тем больше вы обнаруживаете основное внушение и тем больше вы понимаете, насколько сильное влияние оно оказывает на мышление, речь и поступки людей.

Тогда можно сказать, что вы думаете самостоятельно, а не по шаблонам, заложенным в вашем инстинкте. Тогда вы действуете все более и более самостоятельно, становитесь более независимым человеком. Также и эмоциональные состояния, возникающие в вас, становятся такими, которые вы решаете иметь, а не такими, которые ваш инстинкт был запрограммирован производить в ответ на определенные стимулы (данные).

Пожалуйста, имейте в виду, что человек, который не понимает и не контролирует свой инстинкт в отношении программ, управляющих материей, называемой пищей, не способен стать неедящим. Такой человек по-прежнему является рабом программ своего инстинкта.

## Репрограммирование

Инстинкт – это часть разума, которая создает, среди прочего, материю (следовательно, и человеческое тело). То, как функционирует тело, зависит от инстинкта. Помимо прочего, в инстинкте есть отношения между телом и внешней материей, частью которой является пища. Инстинкт человека, который «нормально питается», имеет набор программ, запускающих все процессы, связанные с приемом пищи и едой. Как это работает в случае с обычным человеком? Думаю, объяснять не нужно.

Зная так много об инстинкте, можно легко прийти к выводу, что для того, чтобы стать неедящим (не едоком, дышащим), главная задача, которую нужно решить – это изменить функции программ, связанных с приемом пищи.

Для среднего жителя Земли результат работы программ можно описать следующим образом:

Если соответствующие вещества (определяемые как «пища») поступают в организм человека через пищеварительную систему в нужном количестве и в нужное время – организм работает. Но если что-то изменится, например, количество уменьшится слишком сильно или время будет неправильным – организм не будет работать должным образом, а в крайних случаях жизненно важные функции прекратятся.

Поэтому, чтобы сделать организм независимым от любой пищи, от времени и количества, программы нужно изменить, чтобы они работали следующим образом.

Независимо от того, поступают в организм вещества или нет, независимо от времени и количества – организм работает правильно. Инстинкт постоянно поддерживает организм человека в рабочем состоянии, и человек может назвать себя неедящим.

Человек, предпочитающий начать с модификации диеты и еще не решивший стать неедящим, может изменить программы так, чтобы они давали результаты, описанные в этом предложении: Если организм получает только растительную пищу, то он работает правильно. В этом случае человек может называть себя веганом.

Другой человек может решить внести некоторые другие изменения. Этот человек изменит программы, регулирующие структуру и функционирование его/ее тела, чтобы результат был описан в этом предложении: Только если организм пьет фруктовые или овощные соки, в соответствующих количествах и в соответствующее время, организм работает правильно. Такого человека можно назвать ликвидарианцем.

Как изменить способ работы программы? Как удалить программу или данные, от которых я решил избавиться? Как встроить новые программы и данные? Для реализации таких решений используются такие методы, как визуализация, гипноз и внушение.

## Питание тела

Коротко и просто, рассматривая его механически, энергетически и химически, можно сказать, что организм человека питается одновременно по крайней мере четырьмя системами: пищеварительной, дыхательной, кожной и прямой (шишковидной). Если бы я нарисовал рисунок, описывающий процентное соотношение систем, питающих тело среднестатистического жителя Земли (если это вообще возможно определить), я бы написал следующие цифры:

- пищеварительная система – около 20%
- дыхательная система – около 45%
- кожная система – около 35%
- система желез внутренней секреции – около 1 %.

Сумма равна 101 %, потому что представленные цифры являются приблизительными. Также это зависит от конкретного человека – пропорции могут сильно отличаться. Вы можете рассматривать приведенные выше квоты как оценки, графическое представление взаимосвязи между системами питания организма. Но не считайте это научными данными.

Кроме того, пропорции меняются, они зависят от образа жизни, которого придерживается человек. Например, у людей, которые не едят и не пьют, пищеварительная система будет питать организм на 0 %, а прямая система – от 1 до 100 %. В случае людей, живущих на очень небольшом количестве пищи, регулярно делающих дыхательные упражнения и подвергающих кожу солнечному свету, эти пропорции будут другими, что-то вроде:

- кожа – 45 %,
- дыхание – 50 %,
- питание – 1 %,

а остальное – это прямое преобразование Света (праны) в материю.

Вы, вероятно, сталкивались с подобными изменениями пропорций. Когда вы проводили больше времени за духовными (умственными) упражнениями, вам хотелось меньше есть. То же самое происходит, когда вы занимаетесь хатха-йогой, делаете энергичные упражнения или проводите много времени на солнечном пляже. Солнечным летом человек хочет есть меньше, чем пасмурной зимой.

Отсюда легко сделать вывод, что когда система прямого питания организма развивается в достаточной степени, то не только еда и питье становятся ненужными, но и дыхание, воздействие солнечного излучения и температуры становятся менее необходимыми. Я собираюсь вкратце описать системы питания человеческого тела.

## Пищеварительная система

Это, по-видимому, самая известная система, которая преобразует съеденные твердые и жидкие вещества, обычно называемые пищей, питанием или кормлением. Она заставляет человека чувствовать удовлетворение, вызванное видом, запахом и вкусом блюд, и в основном после того, как желудок становится полным. Также после еды исчезают голод и жажда. (Это типичное поведение для наркомана).

Универсальное «научное» (?) понимание и объяснение того, как полученные вещества строят и питают организм, выглядит следующим образом. Потребляемая пища расщепляется (например, пищеварительными жидкостями и ферментами) на более простые вещества (в основном химические соединения, например, глюкозу, аминокислоты). Далее эти вещества используются организмом для синтеза (строительства) того, что ему необходимо, и для получения жизненной энергии (для использования, например, для движения, мышления, обогрева тела). В итоге вывод кажется простым: потребляемые вещества дают организму энергию и строительную материю. Таким образом, рассматривая энергию, тело можно сравнить с автомобилем или локомотивом, в котором сжигается топливо для получения энергии, приводящей в движение всю машину.

Некоторые люди задаются вопросом, действительно ли съеденный батон или выпитый фруктовый сок строит тело человека и может быть сожжен (как уголь или дерево) для получения энергии. И почему разные люди, хотя и потребляют пищу, сильно отличающуюся по составу и количеству, совершенно одинаковы по росту и весу. Это происходит, даже если повседневная жизнь (окружающая среда, работа, физическая активность) этих людей очень похожа.

Еще один реальный пример. Человек весом 120 кг съедает в день только два куса хлеба и выпивает две чашки кофе, но не худеет. Его сверстник за тот же день съедает шесть батонов, две сосиски, пол-литра молока, три стакана чая, печенье, фрукты и что-то еще, и остается стройным. Они одинакового роста и имеют одинаковый объем физической активности.

Возможно, вы могли бы привести больше подобных примеров, если нет, то достаточно посмотреть вокруг и сравнить людей в этом вопросе. Такие примеры наглядно показывают, что нет абсолютной связи между количеством съеденной пищи, ее составом и внешним видом тела или количеством жизненной энергии человека.

Почему так происходит? Если большее количество съеденной пищи дает больше жизненной энергии, то люди, которые едят больше, должны чувствовать себя более энергичными. Существует даже так называемая «энергетическая ценность» пищи (эффективный инструмент для манипулирования людьми). В жире столько-то калорий, в молоке – меньше, в сахарозе – больше и так далее. Но почему, съев большее количество сахара с жиром, человек чувствует себя хуже, чем если бы он выпил такое же количество фруктового сока или просто воды? Почему после большого и сытного обеда человек, вместо того чтобы излучать энергию, становится ленивым и ослабленным? С самого детства нам внушают: «Ешь больше, чтобы быть сильнее». Жаль, что детей обманывают, используя это внушение, что впоследствии в их жизни приводит к стольким страданиям: болезням, старению и более ранней смерти тела.

Кстати. Один из самых серьезных видов вреда, который можно нанести ребенку – это заставлять его есть. Внимательно следя за ребенком, чтобы он доел все из тарелки, вы наносите вред организму этого любимого вами человека. Это вызывает, в частности, изменения в психической и физической структурах ребенка, которые трудно обратить вспять. Такие изменения влияют на психическое и физическое здоровье этого человека на протяжении всей его жизни, которая сокращается таким образом. Короче говоря, принуждение ребенка есть больше, чем ему хочется, наносит вред его организму.

Пусть ваш ребенок решает сам. Не волнуйтесь, ваш ребенок не будет голодать и не будет переедать (если только такая программа уже не заложена). Вам нужно лишь оградить его от таких ядов, как сладости, картофель фри, чипсы и все жареное, копченое или приготовленное на гриле, а также от животного молока, включая все его продукты.

Возвращаясь к заданному выше вопросу – ответ прост и для многих удивителен. Съеденная пища не дает организму никакой энергии. Вся съеденная пища вызывает обратную реакцию, она заставляет организм тратить энергию на разложение, обезвреживание и выведение всего этого. Именно так, организм использует свою собственную энергию для преобразования и выведения того, что человек ввел в пищеварительный тракт.

Другой ответ также может быть удивительным. Съеденная пища не строит клетки человеческого тела. Она влияет на то, как они строятся и как функционируют, но не строит их. Организм не строит свои клетки непосредственно из съеденной пищи.

Что делает организм со съеденной пищей? Организм полностью удаляет пищу, если он работает правильно. Организм удаляет лишние, ядовитые вещества с калом, мочой, потом, слюной, кожным салом, кровью, дыханием, волосами, ногтями и эпидермисом. Но если с работой организма что-то не так (в нынешней цивилизации это нормально, другими словами, практически нет идеально здоровых людей), то он по-другому относится к части съеденной пищи. Часть его откладывается (например, в виде жира, гликогена), другая часть откладывается для последующего удаления (те вещества, которым требуется больше энергии, например, тяжелые металлы).

Кажется, что человеческий организм – это машина, производящая и удаляющая отходы, загрязняющие окружающую среду. Этим действием он следует закону изменений в природе. Чем больше человек ест, тем меньше у него жизненной энергии, тем быстрее он стареет и раньше изнашивает (убивает) тело. Любая машина изнашивается, человеческое тело не является исключением, пока...

Продолжаем, что происходит со съеденным веществом. Она разлагается на различные химические соединения. Они попадают в кровь и циркулируют по всему организму, достигая клеток. Каждое химическое соединение, созданное таким образом, представляет собой информацию. Эта информация влияет на работу клетки. На клетки влияет информация, поступающая от съеденного вещества.

Информация – это программа, которая воздействует на клетку. Клетка, находясь под воздействием программы, может производить то, что ей необходимо для жизни, например, белок, минералы, воду.

В этом вопросе химические соединения (происходящие из того, что человек ест и пьет), попадая в клетки, играют роль катализаторов, вызывающих определенные реакции. Именно поэтому внешний вид и поведение человека зависят от того, что он ест. Вещество, попадающее в клетку, является катализатором, вызывающим реакции, которые полезны для жизни или нет. Чем больше не полезной информации (такой являются яды), тем раньше погибает клетка.

Для нормальной работы организму человека требуется несколько тысяч химических соединений и элементов в день, каждый из них в нужном количестве и в нужное время. Если организм не получает их в нужное время и в нужном количестве, он начинает работать неправильно и это называется болезнью. В результате организм быстрее изнашивается, а затем – умирает.

Как вы думаете, можно ли с помощью пищи доставить все эти вещества в организм в нужное время и в нужной пропорции? Это практически невозможно, не так ли? К счастью, организм может синтезировать их непосредственно из Света (или другой вещи), но при условии, что человек не будет вмешиваться.

## **Дыхательная система**

Речь идет, конечно же, о легких, которые обеспечивают организм воздухом и удаляют газообразные вещества, в основном углекислый газ, являющиеся продуктами трансформации материи. У легких есть еще одна важная задача – они снабжают тело праной. Прану можно определить, как основной блок, из которого строится материя, блок, необходимый для материализации жизни даже самого маленького существа. частицы атомов. Согласно первобытному определению прана – это то же самое, что и Свет, но при более детальном анализе выясняется, что прана – это продукт Света, это первая материя, произведенная путем самоконденсации Света. Дело в том, что прана присутствует везде, и легкие вдыхают ее в тело, чтобы тело могло жить. Без праны человек не может выжить, разве что (... ну, это уже другая история).

Существуют дыхательные упражнения, в основном известные в йоге, где правильное дыхание заряжает тело большей жизненной энергией. Эти упражнения, если их правильно выполнять, способны исцелить психику и тело. Некоторые из них полезны во время проведения голодания и отказа от пищи.

## Кожная система

Речь пойдет о коже, которая является самым большим органом человеческого тела. Кожа, как и легкие, дышит и выполняет те же задачи, что и легкие (газообмен и поглощение праны). Кроме того, кожа поглощает солнечное излучение, поэтому именно в этой части тела происходит фотосинтез. Кожа синтезирует некоторые вещества для организма, например, витамин D. Кожа также является датчиком, в частности, температуры, влажности, консистенции и радиации.

Через этот орган в организм могут поступать многие газообразные и жидкие вещества. Выполняя эту функцию, кожа действует так же, как и кишечник.

Благодаря коже организм может выводить много лишних веществ, поэтому она также является органом выделения. Газы, пот, слезы и кожное сало, которое придает телу специфический запах. В действительности – это вещества, содержащие токсины, которые выводятся из организма.

Из вышесказанного можно сделать вывод, что при нанесении косметики (кремов, шампуней, помад, пудры) на кожу она впитывается в организм. Затем они циркулируют вместе с кровью и отравляют организм, создавая дополнительную нагрузку на систему очистки. Часто они также откладываются в организме, что впоследствии, через несколько, десятков или более лет, приводит к появлению болезней. Поэтому прежде чем нанести на свое тело какое-либо косметическое средство, подумайте об этом. Например, если шампунь, которым вы хотите воспользоваться, вы можете выпить без последующих проблем с организмом, то, скорее всего, он подходит для мытья волос. Аналогично и с кремом, если он не усваивается, то он также не подходит для кожи.

## **Система желез внутренней секреции (шишковидная железа)**

Шишковидное тело – это железа внутренней секреции (эндокринная), расположенная примерно в центре головы. Эта железа, полностью активная с рождения, начинает медленно атрофироваться, достигая размера горошины у взрослого человека. Распространено мнение, что тогда ее роль весьма ограничена. Позвольте мне добавить в качестве курьеза, что шишковидная железа – единственная часть человеческого тела, которая не болеет.

Естественный размер шишковидной железы (которая не атрофировалась) у взрослого человека сравним с размером мяча для пинг-понга. В таком состоянии она полностью активна, что позволяет человеку использовать многие способности, которые обычно считаются фантазийными, например: телепатию, гораздо больший диапазон восприятия чувств, жизнь без еды, питья, дыхания и независимо от температуры, перемещение между измерениями, изменение внешнего вида и плотности тела.

Так называемые духовные или психические упражнения делают шишковидное тело более активным и физически увеличивают его. Тесты, проведенные с помощью компьютерной томографии на некоторых не едоках, доказали, что их шишковидные тела были примерно в два раза больше, чем у статистического земного человека.

Питание организма с помощью прямой системы можно сравнить с созданием всего, из чего состоит человеческое тело, непосредственно из Света (праны). Чем активнее шишковидная железа, тем меньше энергии для тела требуется из других источников.

В мире материи шишковидная железа является своего рода картиной (отражением) того, насколько велика сфера Сознания, в которой живет человек. Также от деятельности этой железы зависит работоспособность так называемого экстрасенсорного восприятия (нематериальных чувств). Когда шишковидное тело достаточно развито, все физические органы чувств больше не нужны, потому что восприятие шишковидной железы намного шире. В этом случае человек может быть физически глухим и слепым, но он будет способен слышать и видеть гораздо больше.

Стоит помнить, что не следует физически стимулировать рост шишковидного тела. Его рост должен быть связан с ростом гипофиза. Обе железы дополняют друг друга в функциональности, поэтому лучше всего, когда они развиваются (растут) вместе. В идеальном случае, то есть когда железы полностью развиты, шишковидное тело и гипофиз образуют одно тело, имеющее форму символа бесконечности. В целом, появление и активность шишковидного тела указывает на то, насколько конкретный человек может напрямую питать свое тело, создавая все его атомы и жизненную энергию непосредственно из Света.



## Очищение организма

Человеческий организм имеет сложную систему очищения. Удаление лишних и отравляющих веществ происходит с помощью кала, мочи, выдоха, слизи, кожного сала, пота, крови, лимфы, слез, слуха, ногтей и эпидермиса (отслаивающегося). Человеческое тело можно сравнить с машиной, выделяющей отходы, которые образуются в основном из того, что человек потребляет.

Функционирование машины, называемой человеческим телом, зависит от эффективности работы его очистительной системы. Если организм полностью очищается по ходу дела и ничего не откладывает на потом, значит, он работает правильно. Но если организм (это случается чаще всего) не в состоянии трансформировать и вывести вещества, попавшие в его внутренности в слишком больших количествах, то организм их накапливает. Он накапливает их в виде, например, гликогена в печени, жира под кожей или между мышечными тканями, пуха неизвестного состава в кисте, химических соединений тяжелых металлов в костях, костном мозге или мозге.

В организме человека, который ест много пищи (особенно если она полна токсинов), дышит ядовитыми газами, содержащимися в воздухе, пьет отравленную воду, возникают серьезные проблемы, потому что организм не в состоянии в достаточной мере очиститься. В этом случае в организме накапливается все то, что он не в состоянии вывести сразу, чтобы не останавливать систему очищения и выделения. Тогда, если время от времени давать организму отдохнуть, другими словами, дышать чистым воздухом и проводить голодание достаточно долго, организм выводит вредные токсины.

Эти накопленные вещества (другими словами: токсины) являются одной из наиболее частых причин заболеваний. Вот почему голодание, особенно сухое, является самым эффективным методом физического лечения человеческого тела, известным на Земле.

Правильно проведенное голодание «творит чудеса», поскольку избавляет от «неизлечимых» болезней.

Это настолько простая информация, что ее могут понять даже дети младшего школьного возраста, но почему так много врачей не знают об этом? Когда они не знают, как вылечить больного человека, они говорят, что это неизлечимая болезнь, но дело в том, что неизлечимых болезней не существует. Есть люди, которые не знают, как вылечить больного человека. Если эти люди составляют большинство, если они создают сильную группу внушения и, если вместо того, чтобы признать свою неопытность, они говорят о неизлечимой болезни, тогда создается миф о неизлечимых болезнях. Не нужно быть ученым, врачом или философом, чтобы понять тот простой факт, что зараженному организму необходим отдых от еды и от дальнейшего загрязнения, чтобы вывести из себя отравляющие вещества. Давать зараженному организму какие-то химические соединения, называемые «лекарствами» – это одна из наиболее частых ошибок, совершаемых людьми из-за недостатка знаний. Потребление этих химических веществ отравляет организм еще больше.

Как она работает, система очищения организма статистического жителя «западного мира», где люди не голодают, потому что еды слишком много? Давайте сравним это с автомобильным двигателем. Если обороты двигателя составляют от двух до трех тысяч, то автомобиль прослужит вам долгие годы без проблем с двигателем. Но если двигатель постоянно заставлять работать на семи тысячах и более оборотов в минуту, то он сломается за короткое время.

Систему очищения организма статистического жителя «западного мира» можно сравнить с этим двигателем, который воеет на максимальных оборотах. Просто удивительно, насколько сильна система очищения человеческого тела. Ни одна машина, созданная человеком, не смогла бы выдержать такого обращения.

Очистительная система состоит в основном из печени, почек, кожи, легких и толстого кишечника. Именно эти органы перегружены работой, вызванной слишком частым приемом пищи. Именно поэтому рак толстого кишечника, рак печени, опухоли кожи относятся к наиболее часто встречающимся заболеваниям в наши дни. Орган, вынужденный перерабатывать, выходит из строя раньше, через несколько, десятков или даже десятков лет. Упомянутые выше органы человека выполняют свою работу на 100 %, но для поддержания организма в чистоте они не должны превышать 70 % своей производительности. Лучшим вариантом будет не более половины производительности.

Результаты многочисленных исследований о влиянии пищи на человека однозначно доказывают одно и то же: чем больше человек ест, тем хуже у него здоровье, тем чаще он болеет, тем быстрее стареет и раньше умирает. По статистике, уменьшение количества потребляемой пищи в два раза продлевает биологический срок жизни как минимум на 20 %. Если среднестатистический житель «западного мира» уменьшит количество потребляемой пищи в четыре раза (некоторым людям придется есть даже в десять раз меньше), то срок жизни организма в 120 лет будет статистической нормой.

«Что в слишком большом количестве, то вредно» (польская поговорка) – это факт, но «Что в слишком малом количестве, то вредно» – это тоже факт. Для каждого человека существует свое количество, которое является правильным. В связи с этим лучше с меньшей серьезностью смотреть на все те графики и таблицы, которые представляют связь между массой тела, количеством и калориями пищи. Более полезно использовать метод осознанного питания, чтобы найти для себя три фактора: что, сколько и когда должен есть организм. три фактора: что, сколько и когда должен есть организм, чтобы он мог правильно функционировать. В этом вопросе обобщение может принести больше вреда чем пользы.

## Неедение или образ жизни без еды (ОБЖЕ)

Я надеюсь, что вы не будете заставлять свой организм отказываться от приема пищи или голодать, если только вы не делаете это правильным способом, чтобы исцелить тело. Пожалуйста, подумайте об этом глубоко и ознакомьтесь со следующими фактами, которые не известны многим людям (даже тем, кто стремится стать неедящим).

Пища и еда не являются ни плохими, ни хорошими. Это материальные функции жизни на Земле (и многих других планетах), являющиеся неотъемлемой Жизненной (как явление) в некоторых измерениях (в которых живут и люди). Эти функции, выполняя свою роль, позволяют существам переживать Жизнь в определенных условиях. Когда соответствующий опыт становится ненужным для существа, функции, выполняющие их, становятся ненужными, и тогда они отвергаются или отпадают сами по себе. Принуждение себя к отказу от них создает ограничения, которые не позволяют вам в полной мере ощутить свою жизнь.

Образ жизни без еды (ОЖБЕ) – это не принуждение организма к тому, чтобы приспособиться к жизни без пищи. Истинное состояние неедения (естественной свободой от материальной пищи) возникает само собой в результате расширения сферы Сознания, в которой живет человек. Таким образом, мы говорим о духовном расцвете человека на его пути роста. Прежде всего, отказ от пищи дает свободу выбора. Я могу выбрать есть или не есть, моему телу не нужна субстанция, называемая пищей. Если я ем, то делаю это по другой причине, а не для того, чтобы доставить строительный материал или энергию для поддержания жизни тела. Я ем за компанию, или потому, что хочу полакомиться или потому, что решил попробовать что-то новое и т. д. Однако, если я аскет в отношении еды, у меня действительно нет желания есть или я ясно чувствую, что еда нарушает мой комфорт, тогда я ничего не ем и не пью.

Хотя умение не потреблять пищу является главным атрибутом, характеризующим людей, практикующих образ жизни без еды, это не является самоцелью. Другими словами, неедение – это атрибут, а не цель такого образа жизни. Это означает, что неедение не является аскезой, умерщвляющей плоть, отказывая телу в том, что ему действительно необходимо. В чем оно действительно нуждается. Настоящий неедящий – это человек, которому не нужно есть и пить, чтобы поддерживать тело в идеальной форме. У не едящего есть выбор, и он может свободно им воспользоваться, что означает, что он/она может оставаться абсолютно без еды и питья или он/она может есть для удовольствия, за компанию, а не потому, что его/ее тело нуждается в этом. Время и условия жизни не имеют ничего общего с этим фактом. Самое важное различие между не едоком и едоком заключается в способности выбирать.

Вот почему многие не едоки время от времени пьют воду, чай, кофе или другие напитки. Некоторые из них время от времени (скажем, раз в несколько недель) съедают кусочек шоколада, печенье, сыр, хрен и т. д. Они знают, что это не об аскезе, а о преимуществах, которые может дать здоровый образ жизни.

Кроме того, даже если вы являетесь неедящим, нет никакой гарантии, что вы будете оставаться им навсегда, без вреда для тела. Это может случиться (есть много таких людей, упомянутых в жизнеописаниях святых), что через несколько более десятка лет или даже более длительное время неедящий неожиданно возвращается к «обычному» питанию. Также может случиться, что в течение многих лет после отказа от приема пищи у человека могут быть периоды, когда он не ест в течение нескольких дней, недель или дольше. Как обычный человек может проводить голодание время от времени, так и неедящий может иногда есть.

С точки зрения человека, стремящегося к образу жизни без еды, на определенном этапе этого пути, отказ от еды можно рассматривать как освобождение от мощнейшей земной привязки человека к материи. Тогда последующий процесс очень схож с освобождением человека от наркотической зависимости.

Образ жизни без еды – это лишь этап, место, которое проходит человек, одно из очень многих, когда он сознательно идет по пути к совершенству и вибрации его тела ускоряются. Не на каждом пути сознательного саморазвития, не каждый должен пройти через процесс питания и не каждый решает испытать его.

Согласно определению, человек, который регулярно питает себя жидкую пищу, употребляя, например, соки, сливки, молоко, сладкий кофе со сливками, потому что его/ее организм нуждается в них, не является неедящим – в таком случае мы говорим о жидком питании и называем такого человека ликвидарианцем.

Проведение голодания, истощение или воздержание от пищи другим способом в течение некоторого времени для того, чтобы для достижения какой-либо цели, например, для похудения, самооздоровления, религиозного ритуала, не являются здоровым образом жизни. Во время этих действий человек не потребляет пищи в течение определенного периода времени, но позже возобновляет нормальный прием пищи. В это время обычный человек испытывает чувство голода. В состоянии отказа от еды (инедия) чувство голода отсутствует.

Также человек, который заставляет свой организм воздерживаться от приема еды слишком долгое время (например, чтобы доказать, что он может жить как бретарианец), не называется неедящим. Нанесение вреда организму таким образом может истощить его или даже вызвать смерть от голода.

Стоит помнить, что путь к тому, чтобы стать не единомышленником, лежит в основном через личный духовный рост. Для людей, решивших реализовать эту цель на своем пути, существует множество вспомогательных методов. Подробнее о некоторых из них я расскажу далее в этой книге.

## Как это возможно

Ответ на этот вопрос мог бы занять целую книгу, написанную с философской, религиозной, эзотерической и строго научной точек зрения. Я хотел бы знать, когда будет реализован мой интерес – серьезные научные исследования, проведенные над голодными и проводящими голодание людьми. Так называемое «научное» объяснение этого, как и почему человек может жить полностью без пищи, определенно претендует на Нобелевскую премию. Когда и какой ученый окажется достаточно смелым и независимым, чтобы взяться за эту задачу на благо человечества.

Как человек может жить без пищи? Что известно о законе сохранения энергии? Из чего строятся новые клетки взамен погибших? Эти и подобные вопросы задают люди, которые хотят узнать, как это происходит, или люди, которые хотят доказать, что жить полностью без пищи невозможно.

Прежде всего, я не собираюсь ничего доказывать по этому вопросу, потому что не вижу в этом необходимости. Однако я могу дать несколько кратких объяснений.

Приведенные ниже описания предназначены в основном для тех, кто чувствует интеллектуальную потребность построить мысленную картину по этой теме.

## Для открытых умов

Причина существования науки заключается в том, что еще не все изучено и описано в теориях. Благодаря этому факту ученые могут проводить исследования. Это также означает, что существуют вещи, о которых даже «философы не мечтали». Независимо от того, верим мы в это или нет, феномен существует, и его не волнует наше невежество или убеждения.

В прошлом люди верили, что Земля плоская, что Солнце вращается вокруг Земли, что объект тяжелее воздуха не может летать и т. д.

Люди, которые говорили, что это неправда и все работает по-другому, считались неразумными (их также преследовали). Тем не менее, феноменам было все равно, что думают люди, они просто существовали, они функционировали так, как были созданы в соответствии с законами, управляющими Вселенной. Люди не знали этих законов, поэтому они говорили, что такие вещи невозможны.

Точно так же происходит и в наше время: люди не верят тому, чего не знают. Когда они что-то узнают, они меняют свое мнение. Это не хорошо и не плохо, это отношение человека к тому, что опровергает его убеждения. Неедение или даже длительное голодание не являются исключением из этого.

Это факт, что с начала человеческой цивилизации на Земле были, есть и будут люди, которые не нуждались, не нуждаются и не будут нуждаться в еде. Это значит, что раз такие люди были, есть и будут, то потенциально каждый человек способен жить без еды. Конечно, потенциал не означает автоматически навык, потому что его нужно нарабатывать, если человек так решил.

## Для эзотериков

Вездесущий Свет (известный также как энергия, прана, ци, ки, оргон, эфир, врил, квантовое поле), из которого построено все, поддерживает жизнь человека, не употребляющего пищу. Я-ЕСТЬ является источником этого Света. Все, что необходимо человеку для жизни его тела и разума, создается непосредственно из Света. Одним из требований для того, чтобы человеческое тело могло нормально работать без пищи, является специфическая модификация некоторых программ в инстинкте. Инстинкт контролирует весь обмен веществ и формирует физическое тело человека.

Ум и тело человека – это набор программ, созданных частью Сознания под названием Я-ЕСТЬ. Человек не осознает большую часть этого набора, которой управляет инстинкт. Согласно функциям программ среднестатистического жителя Земли, для нормальной работы организму необходимо «нормально» питаться. Если он не будет получать пищу, то истощит запасы энергии и пищи, а в крайнем случае умрет. Если программы функционируют таким образом, то жизнь без пищи противоречит природе (которая также является набором программ).

В этот набор программ могут быть внесены изменения, которые позволят организму получать все необходимое для нормального функционирования не из пищеварительной системы, а из других источников. Согласно модифицированному таким образом набору программ, человеческий разум и тело создаются из материи, непосредственно исходящей из Света. Это точно такой же процесс, который называется сотворением мира (Бытие) в результате Большого взрыва.

## Для научно настроенных

Чем питается электрон, чтобы у него было много энергии и он мог жить вечно, если его ничто не разрушит? А как насчет атомов человеческого тела?

Человек, достаточно хорошо понимающий физику, знает, что материя и энергия происходят из общего источника и что на них может влиять разум, а также что результат эксперимента зависит от ожиданий экспериментатора. Таким образом, энергия и материя зависят от разума.

Поэтому создание и поведение энергии и материи зависит от разума (который представляет собой набор программ).

Человеческое тело – это самая сложная интегрированная и самоконтролирующаяся программно-энергетическая-электронная-химическая-механическая система, известная человеку. Только само человеческое тело остается во многом неизвестной структурой, управляемой разумом. Изучение физики, сакральной геометрии, химии, электроники и информатики позволяет человеку лучше понять человеческий разум и тело. С другой стороны, чем больше непредвзятый ученый занимается этими исследованиями, тем больше он готов признать: «Я знаю, что я ничего не знаю».

Механизмы питания тела, трансмутации элементов и энергетические процессы, происходящие в организме, остаются во многом непонятными. Однако современная физика с ее теориями и гипотезами, зачастую более фантастическими, чем научно-фантастические рассказы, приводит исследователей к пониманию того, что тело-разум – это энергетическое существо, управляемое программами, или, если говорить прямо, это очень большая и сложная программа.

Однажды в научно-популярном журнале со статьями о квантовой физике я прочитал объяснение, что с точки зрения информатики невозможно доказать, что наша Вселенная не является программой. Проще доказать, что вселенная – это программа. Видите ли, до масс все больше и больше доходит, что человек – это просто программа, созданная и управляемая разумом.

Одним из источников строительного материала и энергии для тела являются вещества, вырабатываемые химико-физико-электронной фабрикой тела – пищеварительной, дыхательной системами и кожей. Кроме того, атомы, из которых состоит тело человека, построены путем квантово-полевых (Свет, эфир, прана) преобразований, которые создают твердую материю. Говоря упрощенно, эта система преобразует энергию непосредственно в материю.



## **Для «верующих»**

Бог есть все, способен делать, знает и может все. Нет такой вещи, которая могла бы существовать без Бога. Нет вещи, которая не была бы создана Богом. Непостижимый и всемогущий Бог – единственное и высшее совершенство. Поскольку Бог создал все, знает все, может все и является высшим немислимым совершенством, Бог может решать и выбирать людей, которые смогут жить, не потребляя пищи.

Бог немислим, поэтому человеку не нужно знать, как и почему Бог решает что-то сделать и делает это. Бог может дать людям способность жить без пищи. Можно просить у Бога милости быть неедящим, потому что Бог исполняет искренние молитвы полностью преданных детей.

## Без философствования

Я давно собирался написать об этом, но как описать то, что невозможно описать словами, и интеллект не может этого понять. Это можно понять, только почувствовав это, по крайней мере, телепатически. Любая попытка описать это была бы... философствованием (а разве это не должно было быть без философствования).

Тем не менее, как вы видите, я решил описать это. Пусть этот текст станет вкладом, который приблизит понимание того, что является источником жизни для вашего ума и тела.

Когда меня спрашивают, чем я питаю тело во время отказа от приема пищи, мой самый правдивый ответ – я питаю его... ничем. Я знаю, потому что ясно вижу и чувствую это, что во время неедения я поддерживаю тело в идеальном состоянии только благодаря осознанию того, что Я-ЕСТЬ – творец Жизни. Вы понимаете – творец Жизни. Просто осознавая, что я создаю Жизнь, я могу поддерживать ум и тело (которые я использую как инструменты) в любом состоянии, в каком пожелаю. Я чувствую это. В то же время, когда я обращаю свой фокус внутрь себя (своего духовного центра), я чувствую Я-ЕСТЬ, который создает (дает) Жизнь и поддерживает ее создание.

Я знаю, что пока вы не почувствуете себя ЯМ, то есть тем, кем вы являетесь на самом деле, вы не сможете понять мое объяснение, хотя это самое простое из того, что я могу написать. Я знаю, что Я-ЕСТЬ, я чувствую эту вещь, и я могу видеть, как я создаю Жизнь, просто осознавая этот факт.

Как только вы узнаете, что вы есть, увидите и почувствуете то, что вы описали бы как «Я-ЕСТЬ сознательно создает жизнь», тогда вам больше ничего не нужно. Внутреннее духовное и чувственное осознание этого факта приводит к тому, что вы не задавать больше вопросов, потому что вы знаете, что они не ответят, не посоветуют, не покажут и не объяснят лучше, чем то, что показывает вам то, что вы чувствуете.

Тогда вы также знаете, что когда человек говорит: «Меня питает прана», «Я живу Светом», «Бог дает мне эту благодать», то он либо не может объяснить лучше, либо не понимает этого, либо не чувствует, кем он является в своей сущности.

Тот или иной путь, зачем вам ограничивать себя? Зачем вам быть зависимым от праны, Света или Бога? Конечно, вы можете питать себя этими вещами, если вы так решили. Но вы также можете оставить эти вещи, как только почувствуете себя Я-ЕСТЬ, то есть тем, кем вы действительно являетесь в своей сущности. Тогда не только пища и вода, но и Бог, Свет и прана не будут нужны вам для жизни. Вы не будете ограничены понятиями «жить на Свете», «питать тело праной», «любовь или милость Бога», потому что у вас будет выбор. У вас будет выбор не только: есть или нет, дышать или нет, вы также сможете выбирать между: питать себя праной, Светом или нет, жить на Божьей любви или нет.

То, от чего вы ставите себя в зависимость, питает вас, а то, от чего вы освобождаетесь, становится ненужным для вашей жизни. Так или иначе, осознаете вы это или нет, вы всегда создаете мир, в котором живете, в соответствии с принципами и убеждениями, созданными вами.

Я – создатель Жизни, Света, Любви, праны, дыхания и пищи. Я также создал и постоянно изменяю эти ум и тело, которые служат мне инструментами для переживания (или игры).

Я могу наслаждаться всем, что я создал – пищей, водой, воздухом, праной, Светом, Любовью, Богом. Я могу питать свой ум и тело. Я могу также отбросить это как ненужное для моей дальнейшей игры и просто жить, осознавая, что Я-ЕСТЬ творец Жизни.

Теперь вы больше понимаете, как это возможно, что человек может жить без пищи? Понимаете ли, вы также, почему настоящие Мастера уходят и не учат людей? Как они могут

учить тому, что интеллект не в состоянии понять? Как объяснить то, что человек еще не чувствует.

Чем яснее вы ощущаете, что вы есть в своей сущности, тем больше неедения и других «невозможных» вещей будут для вас чем-то естественным. В то же время все реже вы будете пытаться найти что-то вне себя, потому что все больше будете чувствовать, что все эти вещи всегда были в вас, фактически вы всегда были их источником.

«Правда сделает вас свободными».

## Почему неедение

Прежде всего, позвольте мне подчеркнуть, что цель этой главы – не призвать кого-либо отказаться от еды, а лишь дать объективную информацию. Тема «Почему нужно жить без еды» не призвана убедить вас в превосходстве отказа от пищи, она призвана проинформировать вас об аспектах и влиянии образа жизни без еды на человека и общество.

Если неедение вас не интересует, если вы чувствуете, что еда – это удовольствие, от которого вы не собираетесь отказываться, то наверняка этот стиль жизни не для вас, поэтому можете прекратить чтение на этом месте. То, что вы чувствуете – самое важное для вас, если вы решили идти осознанно, то есть выбрать свой путь к духовному совершенству.

«Почему я должен жить без еды, если еда – это большое удовольствие?» – иногда люди задают мне этот вопрос. Прежде всего, вы должны знать, что вам это не нужно, потому что никто не собирается поощрять или принуждать вас к этому. Однако если вы хотите узнать, почему некоторые люди выбрали здоровый образ жизни, вы можете прочитать, что они чаще всего говорят об этом.

Наверное, у каждого не едока есть свой ответ на этот вопрос, однако некоторые ответы часто повторяются. Здесь я перечислил некоторые факты и наиболее часто встречающиеся ответы. Описания индивидуальных ощущений исходят от людей, которые не заставляют свой организм жить без еды и чей организм функционирует нормально при таком образе жизни.

## Идеальное здоровье

Представьте, что ваше тело работает идеально, без малейших признаков болезни. Никакого насморка, ринита, кашля, боли, усталости, вялости. Ваше тело здоровое и чистое, как будто оно принадлежит абсолютно здоровому ребенку в возрасте нескольких месяцев.

Читая это, вы можете подумать, что чувствуете себя хорошо и здоровы, как это представлено в данном тексте. Однако, если вы не испытывали положительного опыта отказа от пищи или проведения голодания, вы, вероятно, не знаете и не чувствуете того, о чем я говорю. Как бы вы ни старались, невозможно объяснить словами это состояние совершенного здоровья и благополучия, по сравнению с тем, что вы можете глубоко почувствовать, испытав его на себе.

Большинство «здоровых» людей не знают, что такое идеальное здоровье, потому что они его не испытывали. Пока вы сами не испытали этого, вы можете только представить, что во время неедения человек чувствует себя лучше, чем в тот период времени, когда он чувствовал себя «идеально» во время еды.

Иммунная система функционирует настолько эффективно, что даже если вы находитесь в группе людей, страдающих простудой, гриппом или другими заразными заболеваниями, которые чихают, кашляют или сморкаются рядом с вами, это никак не отражается на вашем здоровье.

Одной из причин такого высокого иммунитета к инфекциям, который на самом деле является действительно естественным состоянием организма, является отсутствие в организме токсинов, которые поступают с пищей и накапливаются в организме годами у людей, питающихся «нормально».

Промышленно произведенные продукты питания загрязнены множеством сельскохозяйственных токсинов и других отравляющих веществ, которые добавляются для того, чтобы увеличить производство продуктов питания, придать им лучший вид или вкус, дольше сохранить свежесть и т. д. Количество этих ядов, регулярно поступающих в организм с пищей, превышает способность организма выводить их. Поэтому в первые несколько недель или даже месяцев отказа от пищи организм очищается, что может вызывать различные симптомы. Этот процесс очищения и восстановления здоровья, несомненно, приносит улучшение самочувствия, благодаря чему вы чувствуете, что ум и тело становятся легче.

## Свобода

Обладая прекрасным здоровьем, не испытывая потребности в еде и питье, я свободен от общепринятых представлений об ограниченности приобретения, приготовления и потребления пищи. Это означает, что голод, голодание и связанные с ними проблемы не касаются меня независимо от места моего проживания.

Неважно, богатый это человек или бедный, не имеющий так называемых «средств для выживания», его тело живо и прекрасно функционирует, и он наслаждается благополучием. Жизнь неедающего не зависит от еды и всех хлопот, связанных с ее добыванием.

Неедающий может выбирать – ему/ей не нужна еда для нормального функционирования, но он/она может съесть что-нибудь для удовольствия, в компании или по другим причинам. Это свобода выбора, которой нет у других людей, питающихся «нормально». Здоровый образ жизни – это один из шагов на пути к обретению человеком полной свободы. Когда вы осознаете это, то чаще убеждаетесь, что можно быть свободным и от других вещей, которые принято считать предметами первой необходимости, без которых жизнь человека невозможна.

Свобода от еды автоматически означает свободу, в частности, от покупки еды и сопутствующих товаров, большинства болезней, кухни, туалета.

## Экономика

Подумайте, сколько времени, денег и энергии тратит среднестатистический человек на следующие действия, связанные с едой.

1. Сначала он/она работает как раб, чтобы заработать деньги.
2. Сколько часов в месяц он/она тратит на покупку еды на с трудом заработанные деньги?
3. Затем он/она подготавливает пищу к употреблению, то есть режет, чистит, варит, жарит и т. д.
4. Затем он съедает его с аппетитом или без него, считая, что человек должен есть, чтобы жить, и другого пути нет.
5. После еды он/она моет посуду, убирается и думает о том, что приготовить на следующий прием пищи.
6. С полным желудком не хочется работать, потому что в организме меньше энергии, которая была направлена на переваривание пищи. Это неблагоприятно сказывается на настроении. В таком состоянии лучше всего смотреть телевизор, читать газеты или спать.
7. Несколько раз в день организм требует от него/нее вывести все съеденное и выпитое, потому что в противном случае он может погибнуть.
8. Когда организм не выдерживает перегрузки едой и пищей и заболевает, люди тратят деньги и время на врачей и лекарства, вместо того чтобы лечить организм воздержанием от приема пищи.

Сколько раз в день, в неделю, в год и за всю жизнь вы повторяете одно и то же? Сколько денег и времени тратится впустую? Вы бы удивились, если бы подсчитали это.

Что касается всех этих вещей, то неедящие экономят много денег, времени и энергии. Это большая разница – жить без еды или питаться «нормально», как чувствуют люди, пережившие опыт отказа от еды. Очень интересно испытать оба стиля жизни, чтобы сравнить эти различия.

Для некоторых людей важно, что новичкам обычно требуется меньше сна, поэтому они могут экономить на нем время. В зависимости от человека экономия времени на сон составляет от одного до шести часов за ночь. Однако есть неедящие, которые почти никогда не спят, или те, кто спит по десять часов каждую ночь.

Помимо вышеперечисленных факторов, вы уже подсчитали, сколько денег можно сэкономить на отказе от покупки кухонного оборудования и чистящих средств, а также сколько воды и энергии можно сэкономить? Приведу свой пример из периода, когда я был не едоком в 2002 году, я просуммировал все вышеперечисленные факторы и получил 800 злотых сэкономленных денег в месяц (средняя зарплата в то время составляла – 200 злотых).

Некоторые покупают книги и журналы о кулинарии и диетах (собираются ли они стать более зависимыми от еды?) или о самолечении и похудении. Подобные денежные траты – это история для начинающих.

Говоря об этих факторах экономии денег, времени и энергии, легко заметить, насколько человек поставил себя в зависимость от продуктов питания, а также от пищевой и фармацевтической промышленности.

Насколько человек поработан ими. Сколько людей жалуются на эту ситуацию, считая, что другого способа жить не существует. А кто знает, что свобода лежит не дальше, чем в его/ее сознании? В любой момент вы можете решить изменить свой образ жизни и его обстоятельства.

## Экология

Практикуя здоровый образ жизни, я заметил, что количество моего мусора уменьшилось в пять раз. 99 % вещей, которые я продолжал выбрасывать, были перерабатываемыми материалами (бумага, металл, пластик).

Собирая и продавая их, я мог бы заработать деньги, но обычно я отдаю их людям, собирающим вторсырье. Поэтому я могу сказать, что, практикуя здоровый образ жизни, я меньше загрязняю природу примерно в полтора раза.

Действительно, так ли много мусора, производимого человеком дома, связано с едой? Да, примерно так это и выглядит. Легко заметить, что большая часть мусора, выбрасываемого семьей, состоит из упаковки продуктов и остатков еды.

Также было бы ошибкой не подсчитать глобальное количество фекалий и мочи, которые попадают в землю и воду. Умножьте то, что выделяет статистический житель Земли, на шесть миллиардов и добавьте миллиарды килограммов этого вещества, поступающего от промышленного разведения.

Насколько велика в глобальном масштабе ежедневно образующаяся гора фекалий и мочи? Можно фантазировать и представлять себе рай на Земле, населенной только людьми, отказавшимися от приема пищи. Вот некоторые детали, которые свидетельствуют об огромном сохранении природы на этой планете по сравнению с нашей нынешней Землей.

1. Средний человек выбрасывает в разы меньше мусора.
2. Промышленность использует во много раз меньше природных ресурсов. Благодаря этому количество сжигаемого угля, нефти и газа во много раз меньше. Следовательно, происходит меньшее загрязнение почвы, воздуха и воды.
3. Здесь нет промышленного разведения, поэтому природа не уничтожается пастбищами, сельскохозяйственными химикатами, гормонами и антибиотиками. Земля свободна от миллиардов тонн выделений животных.
4. Здесь нет промышленного производства овощей, поэтому Земля не страдает от вырубки лесов, обеднения почвы и огромного количества химических удобрений.
5. Производство бумаги, пластика, стекла и металлов значительно меньше, что приводит к более медленному истощению природных ресурсов, меньшей вырубке деревьев и меньшему количеству мусора от упаковки.

Практика здорового образа жизни ассоциируется с большим спасением природы – это легко представить и пережить. Таким образом, образ жизни без еды является высоко экологичным.

Приведенное выше описание Земли на данный момент – это всего лишь басня. Эта басня рассказывает о рае, который будет построен в будущем. Возможно, что этот рай будет построен гораздо раньше, чем некоторые люди ожидают сейчас. Сфера сознания среднего человека на Земле в наши дни расширяется быстрее, что также влияет на прием пищи.

Большая часть промышленности Земли связана, менее или более непосредственно, с питанием. Одна отрасль зависит от другой, изменение в одной отрасли вызывает изменения в других. Вместе с сокращением пищевой промышленности вся земная цивилизация будет меняться, иногда революционно. Лишь немногие люди могут представить себе результат этих изменений, вызванных освобождением человека от пищи.



## Жизненная энергия

Большинство людей, отказавшихся от приема пищи, по сравнению с людьми, питающимися «нормально», чувствуют в себе гораздо больше жизненной энергии. Это позволяет им поддерживать высокую физическую и психическую активность в течение многих часов в день, даже не чувствуя усталости, как это происходит с художником, находящимся под вдохновением. Более высокий уровень жизненной энергии в интеллектуальной сфере часто проявляется более высокой креативностью. В таком состоянии человеку гораздо легче творить, изобретать, учить, учиться и работать.

Многие неедящие испытывают повышенный уровень жизненной энергии (которая не используется для пищеварения), а также снижение потребности во сне и отдыхе. Некоторые неедящие спят всего несколько часов в неделю. Хорошим примером устойчивости к усталости может служить неедящий, который после путешествия в течение нескольких десятков часов принимает душ и, не чувствуя усталости, приступает к работе.

В периоды, когда я не ем, я замечаю, что после десяти часов умственной работы за компьютером (которая высасывает энергию из человека) моя мыслительная способность так же хороша, как и в начале работы. Я чувствую лишь небольшую мышечную скованность, поэтому думаю о том, чтобы заняться более активной физической деятельностью, например, плаванием или бегом трусцой. В периоды, когда я питался «нормально», я уставал, в полдень у меня был конъюнктивит, вечером болела голова, а мое мышление было настолько неэффективным, что я делал слишком много ошибок, чтобы продолжать работать.

Высокий уровень жизненной энергии у людей, отказавшихся от приема пищи, не является экстраординарным явлением. Организм использует до 90 % энергии на переваривание и выведение, некоторые говорят, что до 99 %. Тело неедящих не переваривает, отсюда и берется избыток полезной энергии. Если рассуждать математически, то можно сказать, что у неедящий в девять раз больше энергии по сравнению с периодом, когда он/она питается «нормально». Если человек не испытал эту разницу на собственном теле, ему трудно поверить и осознать ее. Что же произошло с божественным существом, называемым человеком, которое превратило свое тело в машину для переваривания и выведения пищи?

Легко убедиться в том, что чем больше человек ест, тем слабее он становится. После обильного приема пищи вы готовы работать? Чувствуете ли вы себя энергичным или ослабленным? Многие люди замечают, что чем больше они едят, тем слабее и ленивее становятся. Эта расхожая поговорка: «ешь, чтобы быть сильным», на самом деле противоположна тому, что испытывают люди.

Так происходит потому, что чем больше пищи попадает в желудок, тем больше работы приходится выполнять организму, а значит, больше жизненной энергии расходуется на переваривание и выведение. Прием пищи может занять всего несколько минут, а переваривание и выведение – целых несколько десятков часов. Когда организм не выдерживает такой перегрузки, он начинает функционировать неправильно, то есть толстеет, заболевает, стареет и в конце концов умирает. Именно поэтому голодание является одним из самых эффективных методов лечения, широко известных на Земле.

Это новое, истинное высказывание: Ешьте меньше, чтобы иметь больше жизненной энергии, больше творчества и более чистое тело, тогда большинство распространенных болезней, от которых страдают люди, не причинят вам вреда. Конечно, ограничение потребления пищи ниже уровня реальных потребностей тела также наносит вред, поскольку ослабляет и лишает человека энергии. Тело и разум функционируют наилучшим образом, когда соблюдаются реальные потребности тела.

## Креативность

Общеизвестно, что работа, учеба или мышление менее эффективны при «полном желудке». После плотного обеда человек менее склонен к творческому мышлению или учебе. Он/она засыпает, если не проявляет физической активности. Переваривание съеденной пищи отнимает у организма пропорционально больше всего энергии.

Когда тело не переваривает пищу, человек может использовать освободившуюся жизненную энергию для других видов деятельности. Разум и тело настолько тесно связаны между собой, что создают единое целое, а значит, влияют друг на друга. Чем чище и менее загружено пищей физическое тело, тем легче, яснее, быстрее и креативнее мышление. Даже люди, проводящие голодание, испытывают легкость мышления после того, как они прошли через первоначальное очищение тела и ума. Большинство неедящих наслаждаются постоянной легкостью ума.

## **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.