



ФЕЛИКС ШКЛЯРУК

**ЖИТЬ
ИЗ ПЕРВОИСТОЧНИКА
СУЩЕГО**

«СИСТЕМА»
САМООЗДОРОВЛЕНИЯ И
РУКОВОДСТВА К ЖИЗНИ

Феликс Шклярук
Жить из Первоисточника
Сущего. «Система»
самооздоровления и
руководства к жизни

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=22615794
ISBN 9785448338908

Аннотация

В данной книге раскрывается возможность выхода каждым человеком на новые уровни осознания своей жизни. На своем личном опыте автор рассказывает о том, как жизнь человека можно сделать более насыщенной, полной, интенсивной. Она для всех, кто заинтересован в личностном росте и готов быть открытым к новому в своей жизни. Это фундаментальные вопросы, ответы и знания о человеке и его жизни. В книге затрагивается широкий круг тем по психологии, философии, религии, эзотерике.

Содержание

| | |
|--|----|
| Предисловие | 5 |
| Часть 1. Вступительное основоположение | 8 |
| Глава 1 Собственный жизненный опыт | 8 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 12 |

**Жить из Первоисточника
Сущего
«Система»
самооздоровления и
руководства к жизни
Феликс Шклярук**

© Феликс Шклярук, 2016

ISBN 978-5-4483-3890-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

Предупреждение. Эта книга написана не как теоретический труд – с точными формулировками, и/или отточенным научным и, часто, сухим языком. Это описание как результат живого взаимодействия с «Изначальным» в повседневной жизни.

Для человека, имеющего возможность получить доступ к возможностям, ресурсам,

энергии, ... Первоисточника Сущего.

Введение

Что самое главное для человека?

Прожить максимально интересную, насыщенную, радостную и счастливую жизнь.

Что для этого необходимо?

Максимально здоровый организм (включая и здоровый «дух»).

Что для этого необходимо?

Отслеживать его состояние, учиться понимать его язык и отвечать его требованиям и потребностям.

И самое интересное, что то именно то, что обычно мы отдаем на откуп специалистам (врачам, психологам, учителям, ...) и другим советчикам.

Мы очень мало уделяем времени вслушиванию, всматриванию в свой внутренний мир (как физический так и духовный).

Мы не замечаем, как проходит жизнь нашего организма до тех пор, пока он не начинает болеть.

Наш организм возвращает нам сторицей наше неуважительное невнимание к самим себе.

Но ведь Жизнь человека проявляется в ощущениях его организма. Лишь человеческие «ощущения» дают ему возможность понять, насколько качественно он проживает свою жизнь.

Соответственно, вопрос: «Получаем ли мы удовлетворение от своей жизни в наших ощущениях? И – какого уровня

и качества».

Как часто мы уделяем внимание собственным ощущениям, эмоциям, чувствам и мыслям? И сколько времени?

А если, к тому же, еще и сравнить с объемами внимания, уделяемого внешнему миру?

Ведь Жизнь Человека – это совокупность разнообразия взаимосвязанных процессов, происходящих внутри человека. (В отличие от жизни окружающего мира, происходящей вовне человека).

Как обогатить свою Жизнь, максимально используя и расширяя возможности дарованного нам организма?

Часть 1. Вступительное основоположение

Глава 1 Собственный жизненный опыт

Это краткое описание событий, последовательности, процесса открытия того, что позже я стал называть проявлением силы Первоисточника Сущего. К ощущению и осознанию ее действия во мне, в моем организме. Непосредственно проявляющейся в работе, функционировании, существовании и действиях «меня».

Этап «предоткрытия»

За двадцать пять лет до активизации (или «прорыва») в мою жизнь Силы Первоисточника (это лишь одно из названий, которые я долго подбирал для этого «явления»), я изучал и практиковал множество подходов в самосовершенствовании и развитии своего тела и «духа». Это были различные виды единоборств, системы оздоровления, йога, дыхательные упражнения, голодание, растяжки, тренировки, закаливание, ... Всего уже и не упомнишь.

Однако всех их объединяло несколько общих черт:

Это были кем-то созданные (или открытые) системы. И, естественно, опора в их изучении возлагалась на внешний авторитет. На знания, приходящие извне. На людей, передающих данные знания. На способы, ими предлагаемые (или требуемые для выполнения). Т.е., основа – авторитет, находящийся вовне меня. Они определяют – что и как делать для достижения желаемого результата.

Это были комплексы, наборы упражнений (или каких-либо иных действий), необходимые для выполнения, чтобы, снова-таки, достигнуть желаемого результата. То есть – формальные (устоявшиеся) и повторяемые упражнения/действия.

В дополнение – это были «упражнения», которые предварительно были, так сказать, оценены моим «умом» и восприняты ним как интересные и полезные для меня. Т.е., отобранные в соответствии с МОИМИ представлениями, убеждениями, верованиями.

Параллельно, я создал свою систему физических упражнений. Это был набор упражнений, осуществляемых по принципу «надо». Дисциплина. Упорство. Системный

охват всего организма (так тогда мне это представлялось). Я посвящал занятиям почти ежедневно порядка час-полтора.

И/но вот пришло время, когда в мою жизнь ворвался губочайший кризис – эмоциональный, финансовый, рабочий, жилищный, материальный, духовный, «семейный». Все одновременно – в полном комплекте. Одновременно. И, в буквальном смысле слова – я свалился с ног. Никаких сил – энергетически, духовно и морально изнуренный, истощенный, изнеможенный. В полном бессилии просто даже подняться физически с постели.

Открытие

В полусне, полузабытии, ... перед глазами (точнее в моем воображении) начали возникать образы, картинки различных кризисных ситуаций из моего недалекого прошлого. Те случаи, когда и где я не смог постоять за себя, сдерживался, старался поступать «правильно», боялся что-либо сделать, ... Те ситуации, которые было неприятно заново переживать. Болезненные воспоминания накатывали как океанские волны. И абсолютно не было сил сопротивляться их давлению. С каждым воспоминанием, в процессе его «проигрывания», организм начинало трясти изнутри. Каждый раз – в другом месте. За «приливом» следовал «отлив». Но самое главное – с прохождением каждой волны становилось все легче и лег-

че. Начали находиться жизненные ответы, приходиться новые решения, с новой перспективы осознаваться ранее происшедшее. И, постепенно, на душе стало становиться легче.

Начало приходиться доверие тому, что «делает» организм. Без «моей» воли и усилий. И я (мое «я», мое сознательное решение) начал ему помогать – поддерживать и усиливать то, что он делает. Возникает и нарастает где-то напряжение – ты его усиливаешь, дрожь – ты ее усиливаешь. Постепенно это стало превращаться во что-то похожее на физические упражнения (или танец), сопровождаемые различными образами. Болезненными воспоминаниями и, затем – внутренними преобразованиями и разрешениями прежних неприятных для меня ситуаций.

Сначала это длилось часа полтора. Как результат – наступило огромное облегчение. Пришло внутреннее спокойствие. Не усталость, как после тяжелой тренировки. А наполненное новыми силами, спокойное, умиротворенное состояние души.

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.