**ПРОФИЛАКТИКА
ЭНЕРГО ИНФОРМАЦИОННЫХ ПРОГРАММ(ПАРАЗИТОВ)**

**МЕТОДИКА
ПО ДИАГНОСТИКЕ ТЕКУЩЕГО СОСТОЯНИЯ ЧЕЛОВЕКА**

 **ПРАКТИЧЕСКИЕ ИНСТРУМЕНТЫ
ПО ГАРМОНИЗАЦИИ ЖИЗНИ
ПОСЛЕ КРИЗИСНОГО ЭТАПА**

**(На основании «Процессной теории» от 2005 года)**

**ВЫПОЛНЕНИЕ ВСЕХ МЕТОДИК, А ТАКЖЕ ПРИМЕНЕНИЕ ИНСТРУМЕНТОВ**

**РЕКОМЕНДУЕТСЯ ПРОХОДИТЬ С КУРАТОРОМ ИЛИ ДИАГНОСТОМ**

**Автор: Семёнов Михаил
Корректура: Шахбазян Давид**

**Активная поддержка: Фахриева Алсу, Бутурлакин Александр**

 **Москва-Новороссийск-Уфа-Самара 2021 годОт Автора:**

К сожалению, большинство проблем физического здоровья и болезней носят затяжной характер, выраженный в долговременном нарушении определенных законов природы, поэтому излечить за «один миг» что угодно почти нереально.
Это не относится к болезням «мыслительной деятельности», в психологии называемой «психосоматика». Но совершенно точно в случае применения инструментов, представленных в настоящем методическом материале, вы сможете пройти любые кризисные этапы в максимально сжатые сроки. Особенно, если будете заниматься с собой каждый день.
Это относится к полному отчету в отношении себя, внимательному отношению к совершаемым Вами поступкам, а также к той обратной связи, которую Вы будете получать от внешней среды, не важно какие это люди.

Сколько лет вы не слышали себя и нарушали законы, по которым работает Ваше тело?
Могу сказать только, что при движении к себе или в сторону гармоничной жизни, данный процесс займет гораздо меньше времени, поскольку сам организм будет Вам помогать, чтобы Вы его услышали и начали жить правильно.
Правильно не с точки зрения «как Вам кажется» или «как Вас научили», а с точки зрения общей гармонии взаимодействия процессных систем (то есть систем, которые работает во времени и срок их службы растянут во времени).

Основной целью данной публикации является приведение читателя, практика и любого человека к самому себе, познанию собственной глубины и ощущению той связи, которая является основной при работе с любым человеком. Не важно работаете Вы над проблемами личностного характера, хотите нормализовать отношения с близким или родными людьми. Или же просто хотите жить полной и творческой жизни, занимаясь любимым делом в рабочем коллективе.

**Кому этот материал не подойдет?**Вся представленная далее информация направлена на Ваше личное развитие и «выравнивание» Вашего взаимодействия с собой и окружающим миром. Данная информация не подходит людям, которые хотят «кому-то навредить», использовать кого-то для решения своих проблем или просто получить что-то от другого человека, не важно ресурсы это, эмоциональная поддержка или следствие Вашей неуемной гордыни и завышенных требований к миру.

**Предостережение:**Поскольку определенные болезни и заболевания носят «долговременный» характер, то на данный момент (на начало работы) они являются неким подобием сросшегося неправильно перелома. Который так или иначе придется ломать заново. Не важно, это проблемы физического здоровья или негармонично выстроенные отношения, основанные на страхе, жажде манипуляторного контроля или просто эксплуатации одного человека другим.

**Какие проблемы и недуги данная методика позволяет привести в состояние нормы и гармонии:**1. Болезни физического тела
2. Неправильное взаимоотношение с противоположным полом
3. Проблемы социальной адаптации
4. Раскрытие творческого потенциала отдельного человека
5. Различные энергетические блокировки
6. Воздействие деструктивных информационных сред
7. Неправильный образ мыслей
8. Ошибки в рамках личностной реализации человека
9. Семейные проблемы и конфликты, основанные на непонимании и не слышании друг друга

**ЧАСТЬ 1 – «ВВОДНАЯ»**

**Что это?**Весь представленный материал носит практический характер.
Кроме практического применения его можно использовать в качестве инструмента для работы различного рода специалистов более узконаправленных сфер и профессий, связанных с нормализацией человеческой жизни и привидения ее в состояние гармонии (как внутренней, так и внешней).

**Для чего это?**Прежде всего весь представленный материал рекомендуется применять по отношению к себе в случаях, связанных с проходящими кризисами в жизни человека. Кризисами следует считать любые состояния человеческого тела, ума и эмоциональные перепады. В том числе рекомендовано по использованию людьми, которые долгое время пребывали в одних привычных схемах поведения, но в силу обстоятельств оказались в незнакомой обстановке или попросту «остались ни с чем» и нужно как-то жить дальше.

**В каких случаях это применять?**Данная информация, указания, наблюдения и практические советы затрагивают состояния человека от глубокой депрессии, апатии, лени, разочарованности в жизни и окружающих людях.
Также данная книга-методичка поможет пережить расставания, потерю работы, потерю смысла жизни.
В конце концов человек с помощью неё может не только вернуть себе здоровье (начиная с мыслительной составляющей), но и нормализовать своё отношение к миру и к людям, даже, если эти люди причинили большую боль, в результате которой жизнь человека оказалась на грани перелома и в голове появились мысли «а может ну её, эту жизнь».

**Что нужно, чтобы начать работать?**Поскольку автор данного руководства является очень ленивым человеком, а значит, не смотря на сложные жизненные ситуации, через которые пришлось пройти, основными критериями в разработке инструментов были: простота, наглядность, дешевизна реализации, минимум затрачиваемой энергии.
Всё, что реально необходимо для начала изменений – это 1 рука (правая или левая), открытый один глаз, ручка или карандаш, бумажка или тетрадка. Вы можете делать вообще всё лежа, а жизнь уже начнет налаживаться. По чуть-чуть, шаг за шагом, каждый день. Просто будьте терпеливыми.
Конечно, для более качественного изменения жизни и более четкого выполнения нужных действий, возможно, потребуются люди, кто уже это применяет, но и для тех, у кого нет денег – можно использовать все, что есть и начинать прямо сейчас.
Прямо сейчас, когда «нельзя жить как раньше», «требуется что-то сделать», «депрессия не может длиться вечно», «пришла пора избавиться от старого мусора».

**На основании чего это всё работает?**Как уже говорилось раньше, весь представленный материал рассчитан на среднестатистического жителя планеты Земля и желательно русскоговорящего, поскольку именно этот язык мы будем использовать в качестве основного инструмента для работы (кроме Вашей наблюдательности, внимательности и умения делать определенные пометки в нужных документах).
Все предоставленные инструменты строятся по принципу «лучше меньше, да лучше». Здесь вы не найдете ни сложных терминов, ни заумных схем, ни умных фразеологизмов, поскольку само наше тело располагает к простоте и пониманию. Энергия вам пригодится для того, чтобы делать нужные шаги, а не для того, чтобы пытаться понять, что же автор хотел сказать в том или ином предложении.
Всё, абсолютно всё, что дается ниже основано на определенных законах, по которым работает наше тело, функционирует наш ум, приходят и уходят в нашу жизнь те или иные люди. Да даже вещи, которые вы выбираете для покупок - всё это является следствием работы определенных законов, закономерностей и простых процессов, которые пронизывают всю нашу жизнь, включая наши тела и мозги.

**ЧАСТЬ 2 «НАЧАЛО РАБОТЫ»**

**Как правильно применять данные инструменты?**Следовать указаниям в данном методическом материале или связаться с нашими диагностами или кураторами для того, что чётко определить уровень вашего состояния и понять, что делать дальше.

**Решение любой проблемы начинается с диагностики текущей проблемы,** поэтому первое, что требуется сделать в Вашей ситуации – это провести простую диагностику, которая является одновременно и показателем уровня Вашей энергии, которую Вы на данный момент используете.

**Почему это важно?**
Поскольку одного желания мало, нужны еще и знания, а когда знания получены, то с ними нужно что-то сделать. Так вот за самое «делание» отвечает энергия, которая у Вас имеется. Это может быть энергия любого типа, но на данном этапе для нас имеет значение её общий показатель.
Скорее всего (исходя из статистики и опыта), при повышении общего уровня энергии, у вас пропадут не только депрессивные состояния, но и выровняется общее состояние жизни или, если быть точнее, в целом Ваше благополучие, отношение к людям и к самому себе.
Не верите? Всё просто! Всё, что внутри – на базе этого и формируется Ваше текущее окружение снаружи.
Чем больше вы познаете себя и работаете над собой – тем быстрее события Вашей жизни начинают меняться в лучшую сторону. Но лишь в случае, если Вы не нарушаете определенные законы.

Итак, как было сказано ранее – первое что нужно сделать – проверь уровень Вашей текущей энергии, скорее всего, раз вы открыли данную методичку, то она составляет менее 50%, а значит Вы находитесь в состоянии кризиса или переживаете сильное потрясение. Ничего страшного – работать можно начинать хоть с 5% энергии.

ШАГ 1

**Диагностика ЭИП1**, она же диагностика или профилактика энергоинформационных программ (паразитов) покажет не только уровень энергии, но и подскажет куда обратить внимание в дальнейшей работе.
Скорее всего, теряемая Вами энергия, просто утекает не туда, а Вы об этом даже и не догадываетесь.
В вашем положении на данный момент (особенно касается жителей городов) находится более 80% людей.
Мы не берем в расчет просветленных мастеров, гуру и йогов. Нас интересует насущная ситуация в мире людей, которые по большей части живут в городах, связывают свои отношения договорными или другими обязательствами и вынуждены проводить большую часть времени в рутине и однообразном хождении между домом и работой, изредка выезжая на природу или на отдых в теплые страны, по возвращении которых начинается опять та же рутина и дальнейший слив энергии.

ШАГ 2 (ПРОВОДИТСЯ ПРИ УЧАСТИИ ДИАГНОСТА)

Итак, **диагностика ЭИП1 проведена. Что делать дальше?**
Для каждого вопроса ЭИП1 у нас имеется особый список, он же «расшифровка основных групп и проблем».
Посчитали общий процент энергии, выписали его на листочек.
Смотрим в расшифровку (сразу скажу, что некоторые термины связаны с профессиональной сферой занятости автора, поэтому могут быть не понятны, допустим шахтеру, визажисту или профессиональному токарю, но я надеюсь, что, если у вас есть смартфон или компьютер, то хотя бы многие термины будут вам знакомы).
Находим по расшифровке любой из 20 ответов со знаком «+». В нем будет содержаться ряд проблем и влияющих факторов, которые так или иначе являются причиной того, что на данный момент вы оказались там, где находитесь (ситуация, состояние, мыслительный фон, отношение к миру, реакции).
Чем больше влияющих факторов встречаются в расшифровке по «+» и «+/-», «-/+-» - значит тем более сильное влияние они оказывают на Ваше текущее состояние.
Выписали, посчитали, ознакомились с факторами? Идем дальше.

ШАГ 3 (ПРОВОДИТСЯ С ДИАГНОСТОМ И/ИЛИ КУРАТОРОМ)

Для полноценной работы потребуются определенные документы или формы, которые также представлены в данной методичке: это **Дневник Учета Изменений (ДУИ).** Он состоит из двух частей.
**Первая часть** – это травмирующие события до настоящего момента (на его основании потом строится ГТС)
**Вторая часть** – заполняется по факту каждого нового прожитого дня или ситуации, во время или после которых вы заметили изменения либо своего состояния на уровней мыслей, либо на уровне эмоций, либо на уровне тела (на базе второй части дневника находятся как сами программы-паразиты, так и формируется работа в рамках ЭИП2 (НАУ)).

Для начала Вы можете записывать просто свои мысли и состояния по факту проведенного дня, то есть перед сном взяли ручку, ДУИ и внесли все, что накопилось.
Зачем это нужно и как это работает? Идём дальше! Сейчас всё расскажу

ШАГ 4

Наш мозг, как и наше тело, находится постоянно в **состоянии «здесь и сейчас»**, которое постоянно эксплуатируют различные инфоцыгане и люди из различных духовных течений. Но речь сейчас не о «состоянии», а о банальном функционировании тела и основных органов – сердце и дыхание.
Вы не можете дышать вчера, как вы и не можете дышать завтра. Точно также и все наши органы – все они находятся в настоящем времени, а не существуют вчера или завтра.
Каждый момент жизни, вздох, пук – это все определенные действия нашего организма.
Каждый из них уникален тем, что на него в единицу времени оказывают влияние другие факторы как из внутреннего мира человека (мысли, эмоциональное состояние, работа других органов), так и внешние факторы (окружающая среда, другие люди, предметы, окружение в пространстве).

Всё это фиксируется нашим мозгом и записывается в «память клеток». Определенное эмоциональное состояние и наши мысли в данный момент окрашивают эти простые действия набором некоторых факторов или параметров: место, время, что мы думаем и чувствуем в данный момент (те самые прошивки, установки, привитые реакции).
Именно по этой причине, весь неправильно усвоенный опыт из прошлого тянется за нами вплоть до настоящего момента и также переходит каждый раз в будущее (которое когда-то будет, даже если это завтра или на 1 момент позже, следующая секунда).

Различные практики мастеров и школ востока учат не только обнулению мыслей вплоть до их остановки, но мы должны разбирать это с точки зрения информации, и чтобы это работало для Вас сейчас, поскольку у нас нет времени куда-то ехать и слушать часовые лекции, сидеть в позе лотоса по 24 часа в течение 3 месяцев.

**Естественное состояние нашего организма – это спокойствие.** Таким оно(тело) создается и это является нормой.
Всё остальное – лишь отклонения от нормы, в том числе все негативные состояния или слишком позитивные. Одной из наших задач является – приведение организма в то базовое состояние, при котором затраты энергии минимальны и все части работают в унисон, выполняя свои функции максимально качественно и корректно. А это невозможно без должной настройки нашего тела и ума в соответствии с окружающей средой и людьми. Но поскольку изменить других или заставить мы не можем, поэтому ключом ко всей работе является работа с собой и своим организмом, который состоит из различных зон нашей ответственности, управления вниманием и контроля за мыслями.

Поэтому, не теряя нить повествования, переходим дальше к параметрам, которые учитываются в ДУИ и других наших инструментах в работе.

ШАГ 5

Кроме нашего внутреннего состояния (которое строится на базе гармоничной работы нашего тела, ума и эмоционального фона) в нашей жизни присутствуют определенные сферы, в которых мы задействованы каждый день. Мы выделили основные и у нас получилось следующее: **СПЗ (Спектрограмма занятости).**СПЗ – все эти сферы могут и «должны в идеале» присутствовать в жизни любого человека, поскольку они связаны с уровнем и качеством жизни человека, но также являются различными областями жизни, где проявлен человек и его интересы. В каждой из этих сфер мы занимаемся тем или иным трудом, общаемся с теми или иными людьми и совершенно по-разному используем весь свой внутренний функционал организма (даже, если сначала нам кажется, что они все чем-то похожи). Тут же ключом выступает способность человека управлять своим вниманием, отдавать себе отчет в том, как именно он в сферах реализован и где среди них он чувствует потери или наоборот какой-либо ресурсный подъем (ресурс – это определенное питание для нашего ума, тела или эмоций). Конечно, опять же, в идеале – это, чтобы каждая наша деятельность была для нас полезной, интересной и радовала нас. Но зачастую это не так.
Мы вступаем в любые отношения не только из-за ложных целей и убеждений, привычек. Но также и в этих сферах больше тратим себя, теряем энергию и в дальнейшем пропадает и интерес, что и объясняет большое количество затрачиваемой энергии, которые мы не можем восполнить с помощью сна или другого метода отдыха нашего организма (тела, ума, эмоций в комплексе).

Поэтому на данном этапе достаточным является определить наличие тех или иных сфер занятостей в вашей жизни, чтобы в дальнейшем знать, что следует изменить, что следует начать делать новое, а где и вовсе перестать растрачивать себя попусту.

ШАГ 6 (ДЛЯ РАБОТЫ С КОРРЕКТОРОМ И ИНТЕГРАТОРОМ)

Допустим, вы в одиночку или при помощи наших специалистов закончили диагностику и спз (1-5 шаги).
Что делать дальше? В течение 1 – 2х недель вы ведёте ДУИ и выписываете то, что требуется по определенному шаблону. Как уже было сказано раньше – это нужно для понимания, что у Вас и где «не так». Но не так, не потому что «нам так хочется», а потому что сам Ваш организм ведёт Вас в сторону «спокойствия и гармонии», а Вы, своими неумелыми действиями продолжаете его эксплуатировать, все ближе и ближе подводя к «истощению» и «сверх затратам внутренних ресурсов».
Чем это чревато? Правильно, энерго потери и сигналы, которые поступают в Ваш мозг от органов и клеток, говорящие Вашему уму, что пора бы прекратить «насилие». Но Вы не слушаете, не слышите и всячески отмахиваетесь от него. Что происходит дальше? Депрессии, апатия и выключение Вас из активной жизни путем болезней, поскольку Вы слишком далеко ушли от состояния «гармонии», которое Ваш организм старается удерживать, а Вы этого не понимаете.
Именно на этом этапе люди начинают пить таблетки, звонить психотерапевтам и прибегать к нестандартной медицине. Хотя все гораздо проще. Но Вы и тут не понимаете.
Поэтому именно для этой цели у нас есть отдельное направление в работе, связанное с правильным усвоением «прошлого опыта» в рамках **ГТС (График Травмирующих Событий)** и направление, отвечающее за нейтрализацию неправильных «убеждений/прошивок» (в психологии это часто называют подсознанием) – **ЭИП2** (Поиск и нейтрализация неправильно работающих мыслей и реакций на события внутренней и внешней жизнедеятельности человека, а точнее его ума). Поскольку данная работа занимает куда больше времени, чем просто «снижение энергозатрат» в рамках ЭИП1 и СПЗ, то рассказывать тонкости работы я не буду. Скажу лишь, что без понимания и навыков «приведения себя в состояние спокойствия» простому человеку будет довольно проблематично этим заниматься. А особенно – самому расшифровывать свой «код» и усилием мысли менять весь свой эмоциональный фон.
По сути здесь нет ничего сложного, вопрос лишь в опыте, навыках и понимании, куда стоит смотреть, что является «обманкой» нашего ума или следствием привычки, привитой Вам когда-то, где-то и кем-то.

ШАГ 7 (В РАМКАХ РАБОТЫ С КУРАТОРОМ)

Кроме уже ранее озвученных документов: ЭИП1, СПЗ, ДУИ, ГТС, ЭИП2 вы можете найти в данной методичке и другие. Такие как **50в и 30з**.
Это определенный набор вопросов, который также влияет на качество вашей жизни или, если быть точным, на всю Вашу мотивацию при занятости в любой из сфер по СПЗ.
Если Вы на эти вопросы отвечали уже или ответы на данные вопросы Вас не устроили – Вы можете посмотреть представленные ниже и сопоставить Вашу текущую версию ответов.

Может быть такое, что ответы на вопросы – они вовсе и не ваши ответы, и именно по этой причине Вы находитесь там, где не должны. Занимаетесь тем, что Вам противно. Общаетесь с людьми, которые Вас не понимают. Или вовсе делаете что-то, что противоречит Вашему внутреннему вектору «правильных действий». Поэтому посмотрите еще раз эти вопросы. Возможно, Вам потребуется не один час или не один день, чтоб «найти-получить», требуемый Вам ответ. Ответ от себя. Ответ от жизни. От других рядом проходящих людей.

Вот только имейте в виду – Ваши ответы – это Ваши ответы. Ответы других людей – это их ответы, которые не факт, что верные или Вам по-настоящему подходят.

ШАГ 8

**Спустя допустим 2 недели, у вас набрался набор определенных документов, бумаг и ответов в рамках работы над собой. Что делать дальше?**Работа над изменением жизни, личности, своих реакций на события или действий в материальном мире является планомерной и носит характер определенной продолжительности во времени.
Поэтому ожидать быстрых изменений не стоит. Даже, если Вы, как Вам кажется, что-то в себе уже изменили, то окружающий мир должен аккуратно под Вас подстроиться. Нет смысла его «подгонять», потому что Вы такой быстрый и Вам кажется, что всё уже сделано. Наблюдайте за событиями вне вашего тела, в зависимости от внутреннего уровня спокойствия, гармонии и увеличивающейся энергии.

**Первые изменения можно наблюдать в течение первого месяца, обычно трех месяцев.
Полное изменение жизни возможно в течение 9 и 12 месяцев, то есть года соответственно.**Еще раз повторю: у нас нет задачи быстро сделать что-то, убрать из Вашей жизни кого-то моментально или сразу привести Вас к успеху. Такие обещания могут давать только люди, которые не учитывают события окружающей жизни или попросту хотят ввести Вас в заблуждение. Ни один процесс на земле не происходит «моментально». На всё нужно время. В конце концов – посмотрите, сколько лет Вы шли к тому, где оказались сейчас и спросите себя: почему Вы оказались тут? Наверно, потому что «Вы шли не туда» или «Шли, не понимая, идёте Вы или спите.» Но тут я могу Вас обрадовать. Каждый день работая над собой, «спать» вы уже не сможете, так как отслеживание своих мыслей, состояний, разговоров и энергосостояния – это самая сложная и одновременно простая работа в Вашей жизни. Почему? Потому что кроме Вас этого никто больше не сделает. Даже наши специалисты – это всего лишь помощники, но не более. 70% всех уроков, действий и задач Вам придется проходить в одиночку, методично отслеживая их, свои состояния и корректируя каждый свой шаг в зависимости от профилактических действий.

Но! Еще раз напомню – данная методика подходит почти любому человеку из почти любой сферы занятости и с почти любой жизненной ситуацией. Почему? Потому что такая была цель всех 15 летних разработок. И потому, что кроме Вашей лени и нежелания заниматься собой, Вас ничто больше не останавливает. Достать ручку и бумажку может в наше время даже школьник, бомж или представитель самого низшего класса за чертой бедности. В любом случае в этой методичке будет ряд советов, рекомендацией и практических действий, которые Вы можете начать практиковать уже завтра (или сегодня), если захотите.
**Мы тут лишь за тем, чтобы у Вас это получилось более качественно, точно и не нужно было тратить годы Вашей жизни или жизни Ваших родных, которые за Вас Вашу работу не сделают.**

**Расшифровка и общий список используемых в работе документов**

**Аббревиатуры:**

ЭИП1(ТЭС) – текущее энерго-состояние (для начальной диагностики)
ЭИП2(НАУ) – негативные автоматические установки (пример сфер и основных проблемных зон человека)
СПЗ – спектрограмма занятости (для диагноста или куратора в рамках работы с ДУИ)
СТД – снимок текущего дня (составляется на базе 1 текущего дня, в месяц может быть 30 штук)
ДУИ1 – дневник учета изменений часть 1 (события прошлого заполняются на базе шаблона ДУИ)
ДУИ2 – дневник учета изменений часть 2 (текущие события, вовлеченность и глубина внимания)
ГТС – график травмирующих событий (на базе дуи 1)
50в – список вопросов для домашней работы в рамках ЭИП1 (для диагноста или куратора)
30з – список вопросов для домашней работы в рамках СПЗ (для диагноста или куратора)
КЛ – Карта личности (Формируется на базе ДУИ1, ДУИ2, ЭИП2, ГТС, СПЗ для более глубокой проработки)

 **Этапы и процедуры для проведения работы по формированию индивидуальных программ по самореабилитации человека или личности из любого состояния:**

Начало работы (нулевая отметка в ДУИ) строится на базе следующих данных:

**1. Диагностика ЭИП1 (ТЭС)**

- уровень (%) синхронизации ум/тело/реальность

- ощущения человека

- наличие прошивок и программ (расшифровка)

- уровень энергии на данный момент

Результат: выделение основных вопросов и зон для более тщательного анализа проблемы клиента, в том числе получение общего процента энергосостояния человека
 **2. Спектрограмма занятости (СПЗ)**

- делается на базе СТД (Снимок текущего дня) и, исходя из ежедневных дел человека (ДУИ2)

- дальнейшее использование для работы в рамках контроля внимания

- объясняется важность работы с прошлым до достижения нужного результата

**3. Формирование 30 дневной (10-20-30 дней) СТД + СПЗ**
 - определяются рутинные процессы и возможности для внедрения нового опыта
 - проводится анализ сфер занятости для выявления избыточных (+/-) энергии и внимания
 - создание и нахождение решений для гармонизации проявлений (создание новой сферы)

4. **Переход к непосредственной работе по ситуации человека** - используются данные ДУИ1 + СПЗ + СТД + ДУИ2 (реакции, мысли, ситуации)
 - составляется отдельный лист по коду и прошивкам (база – ДУИ2) для ЭИП2
 - на базе ДУИ1 формируется ГТС
 - расшифровка ЭИП1 (выделение основных повторяемых проблем) и подбор практик

**ЭИП-диагностика**
(ДИАГНОСТИКА И ПРОФИЛАКТИКА ЭНЕРГОИНФОРМАЦИОННЫХ ПРОГРАММ-ПАРАЗИТОВ)

это первичный анализ, позволяющий выявить текущий уровень энергии человека по ряду простых вопросов, ответы на которые показывают куда утекает энергия.

**«ЭИП»** состоит из 20 вопросов.

**Если вы набираете 15 и более баллов** (каждый ответ 1 балл), то значит, что Вы находитесь в ресурсном состоянии и текущий запас энергии составляет более 85%.

**Если 10-14**, то это примерно 65-80%, которые свидетельствуют о небольшом отклонении от Вашего ресурсного состояния.

**Если 5-10**, то это уже говорит о серьезных проблемах в Вашей жизни: кризисный этап, большое количество теряемой энергии. Это также может показывать, что в данный момент Ваши силы тратятся не на создание чего-то в мире, а скорее на переработку или нивелирование потерь, которые вы понесли.

И только **если количество ответов менее 5**, то это серьезный повод задуматься и пересмотреть свои мысленные установки, отношения с миром, отношения с собой.

Если человек пребывает в состоянии **энерго-недостаточности**, это состояние часто приписывают к **апатиям, лени, депрессии, всд и прочему**. А это все есть следствие Вашего внутреннего состояния, а не наоборот.

Потому что, когда у человека более 60%, то мыслей о том, что «все плохо» или «я неудачник, или «меня никто не любит» даже не приходят к нему в голову.

Поэтому, если Вы хотите проверить себя на текущее состояние Ваших мыслей и энергии (на разных уровнях), то приходите на бесплатную диагностику и забирайте ее с собой.

Первичная диагностика бесплатна. Это тот инструмент, которым я делюсь.
Но **использовать Вы его можете в любое время** и в любом состоянии.

**Пояснения к ЭИП диагностике:**

Как уже говорилось ранее: ЭИП диагностика – это упрощенный метод диагностики и анализа собственной жизни. Проходить его можно в любое время, в любом состоянии и в любом возрасте.

У данного «теста» нет задачи указать Вам что делать и как.
Возможно такое, что после прохождения диагностики, Вы прекрасно все поймете и Ваш внутренний компас сведет Вас с нужными людьми и Вы по мановению волшебной палочки сразу найдете нужную информацию. Но даже, если так, то на это может уйти длительное время, а у кого-то и вся жизнь.

**«Краткая предыстория системы»**

Так уж вышло, что я с 3-х лет занимаюсь это темой, и за мои годы странствий и исследований я пересекался с различными людьми, мастерами различных школ и преподавателями различных тренингов. Часть из них становились моими хорошими знакомыми, часть из них до сих пор продолжают работать каждый в своей сфере.

У меня же стояла задача – как совмещать духовную жизнь, социально-материальную, семейную и информационно-актуальную. А кроме этого, чтобы и знания или технологии работали в любое время, в любом состоянии, для любого человека.

На это ушли драгоценные годы, много было отдано сил проверке каждого нового знания.
И вот только сейчас я смог уделить время этой системе и структурировать весь материал, что я собирал в течение последних 30 лет.

**«А, может, лучше в монастырь?»**

Бесспорно, что и в наше время можно уйти в монастырь, в аскезу, в сложные практики со своим телом, сознанием. Но что делать тем, кто не может себе этого позволить или не желает отрываться от семьи, обычной жизни или своих увлечений.

Как быть, если «духовно» развиваться хочется, а уезжать на годы в аскезу – нет?
Именно этот вопрос и двигал мною все эти годы.

Более того, среди «просветленных», «гуру» и «мастеров» я нередко встречал людей, которые по человечески-этическим качествам были редкостными мразями, которые считали, что их «вершина» никому не светит и они имеют право общаться с людьми как с чернью.

Я не понимал, почему так происходит… А как же человеческие качества? Такие как доброта, отзывчивость, открытость, искренность. Это стало вторым переломным моментом и еще одним пунктом в собственных исследованиях:
- духовные знания, которые актуальны и понятны текущему социуму
- не допустить ухода в духовную гордыню на почве своих навыков и достижений
- возможность применять навыки в любое время и в любой жизненной ситуации.

**«Это твой персональный Ад, дорогой друг»**

Не буду долго ходить вокруг да около и скажу, что за годы исследований я сознательно попадал в самые различные ситуации и общался с людьми, которые находятся как за чертой бедности, так и за чертой «миллионного богатства» с одной лишь целью: понять, что их отличает и как получается так, что одним достается все, а другим ничего.
Но и тут вышла промашка. Не все оказалось так просто, как я думал. Наука ответов не давала, сами люди не могли рассказать свой секрет, но часть информации все-таки была получена, обработана и верифицирована. Одними психо-тренингами и программами по «как стать успешным» тут не обойтись. Например, тому же бомжу или человеку с алкогольной зависимостью не объяснить, что он делает не так. Мало того, ему на это просто будет лень тратить последние собранные монеты на подати.

Шли годы, а я не успокаивался. И только недавно, перебирая старые записи я нашел старую систему по самодиагностике. И меня осенило: последние 2 года я нарабатывал практику по творческой реализации человека и вкупе с этой системой диагностирования можно уже выстроить четкое направление по изменению жизни.
Без препаратов, без тренингов, без психологической лапши, которая за последние годы просто уже набила оскомину.
Все оказалось довольно просто и сложно одновременно.
Почему просто? Знания лежат на поверхности.
Почему сложно? Чтобы их использовать, нужно вычищать огромные завалы накопленного за годы мусора в человеческом уме и жизни. И тут просто создать образ нового успешного себя не получится. Не переработанный опыт не даст двигаться дальше, как грузы не дают подняться в небо воздушному шару.
Но при задании нужного направления и внимательности к собственной жизни, я уверен, почти любой человек сможет выбираться из совершенно любой жизненной трясины, которых может быть много.
В моей жизни их было несколько: это и кризисы личностного роста, и потеря ребенка, и предательства близких людей. Но в любой ситуации, как бы мне не было тяжело эмоционально и психологически, я не уставая искал решение, при том комплексное, которое я могу не только применить к себе, но и передать людям в качестве инструментов.

**«А что еще, кроме саморазвития?»**

Кроме саморазвития эта система и инструменты позволяют адаптироваться в социальную среду, детям выстроить свой диалог с жизнью и обществом, зависимым, ослабленным людям понять и избавиться от страхов быть непонятыми. В общем, много чего параллельно можно сделать при наличии желания и понимания, куда двигаться. А самое главное – зачем? Именно на вопрос «Зачем» я ответил первично. Затем, чтобы жизнь не была похожа на постоянный бег белки в колесе. Чтобы решать свои проблемы, без эксплуатации других людей. Руководствуясь тем, что заложено в человеке от природы. Ну и параллельно, повышение уровня счастья, гармонии и самореализации в этой непростой, но интересной жизни, которая, я повторюсь, у каждого из нас чертовски похожа, но и одновременно – уникальна для каждого.

**Семёнов Михаил Юрьевич
основатель студии “Synco.M”
2005-2020**

**ЭИП-диагностика** – это первичный анализ, позволяющий выявить текущий уровень энергии человека по ряду простых вопросов, ответы на которые показывают куда утекает энергия.

**«ЭИП»** состоит из 20 вопросов.

**Если вы набираете 15 и более баллов** (каждый ответ 1 балл), то значит, что Вы находитесь в ресурсном состоянии и текущий запас энергии составляет более 85%.

**Если 10-14**, то это примерно 65-80%, которые свидетельствуют о небольшом отклонении от Вашего ресурсного состояния.

**Если 5-10**, то это уже говорит о серьезных проблемах в Вашей жизни: кризисный этап, большое количество теряемой энергии. Это также может показывать, что в данный момент Ваши силы тратятся не на создание чего-то в мире, а скорее на переработку или нивелирование потерь, которые вы понесли.

И только **если количество ответов менее 5**, то это серьезный повод задуматься и пересмотреть свои мысленные установки, отношения с миром, отношения с собой.

Если человек пребывает в состоянии **энерго-недостаточности**, это состояние часто приписывают к **апатиям, лени, депрессии, всд и прочему**. А это все есть следствие Вашего внутреннего состояния, а не наоборот.

Потому что, когда у человека более 60%, то мыслей о том, что «все плохо» или «я неудачник, или «меня никто не любит» даже не приходят к нему в голову.

Поэтому, если Вы хотите проверить себя на текущее состояние Ваших мыслей и энергии (на разных уровнях), то приходите на бесплатную диагностику и забирайте ее с собой.

Первичная диагностика бесплатна. Это тот инструмент, которым я делюсь.
Но **использовать Вы его можете в любое время** и в любом состоянии.

|  |  |
| --- | --- |
| **Дата диагностирования** |  |
| **Время диагностирования** |  |
| **Имя, Пол, Возраст клиента** |  |
| **1** | Вы в течение определенного/продолжительного времени болеете (более 2 раз в год) |  |
| **2** | В вашей повседневной деятельности вы натыкаетесь на одни и те же «грабли» (стандартные реакции, мысли, поведение, диалоги, люди, создаваемые предметы, поступки, события) |  |
| **3** | В течение определенного времени уровень Вашей работоспособности падает (а может и должен расти) |  |
| **4** | Присутствие страха или страхов (фобии и другие панические состояния) |  |
| **5** | Агрессивность на окружающую среду или ситуации (события, люди) |  |
| **6** | Желание делать одно и то же (жизнь как в «дне сурка», все повторяется) |  |
| **7** | Один и тот же круг знакомых (не друзья и не родственники) в течение длительного времени, либо наоборот нет никого нового |  |
| **8** | Одни и те же мысли или темы мыслей (в течение дня, часа или в ситуациях) |  |
| **9** | Полное или частичное отсутствие ответов «для себя» на основополагающие вопросы жизни или Вашей мотивации |  |
| **10** | Боязнь или избегание тишины (отдыхать предпочитаете не в тишине) |  |
| **11** | Позиция «я и так знаю» в разных ситуациях или с конкретными людьми |  |
| **12** | Обвинение всех или кого-то конкретного в своих неудачах, событиях собственной жизни, своих реакций |  |
| **13** | Желание указывать всем или кому-то конкретному, что им (ей, ему) стоит делать, «чтобы Вам было/стало хорошо |  |
| **14** | Желание всё или почти всё (всех) контролировать и держать в поле видимости |  |
| **15** | Ощущение собственно особой миссии (синдром спасителям, мессии) |  |
| **16** | Нежелание заниматься собственным развитием (наличие отговорок, следование за целями других, даже, если они противоречат закону самосохранения или требуют Ваших личных больших затрат без явного интереса) |  |
| **17** | Гипертрофированное чувство ответственности |  |
| **18** | Наличие покровителей, «решал» за спиною (тех, кто решает ваши дела, проблемы) |  |
| **19** | Невнимательность к собственным нуждам и проблемам |  |
| **20** | Наличие дурных привычек (алкоголь, инфозависимость, привычка быть в виртуальных мирах, включая книги, игры, фильмы) |  |
| **ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЗНАЧЕНИЙ «-», «-/+», «+/-»** |  |

**ОТВЕТЫ: 1)** ДА **(+)=0** **2)** НЕТ **(-)=1 3)** СКОРЕЕ ДА, ЧЕМ НЕТ **(+/-)=0.5 4)** СКОРЕЕ НЕТ, ЧЕМ ДА **(-/+)=0.5**

Расчет текущего энергосостояния: Складывание всех - и +/-(-/+) и расчет по формуле (100\*9)/20= Х
20 – общее количество вопросов, 9 – сложение всех - и +/-(-/+),
**X = ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЭНЕРГО СОСТОЯНИЯ**

|  |  |
| --- | --- |
| ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЭНЕРГО СОСТОЯНИЯ в % |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **ФИО ДИАГНОСТА** |  |

- уровень (%) синхронизации ум/тело/реальность (уровень управления своим вниманием)
- ощущения человека (насколько человек чувствует себя и свое тело, ощущения)
- наличие убеждений, прошивок и программ, снижающих вашу работоспособность (для рашифровки НАУ)
- уровень энергии на данный момент (на момент диагностирования)
Результат: выделение основных вопросов и зон для более тщательного анализа проблемы клиента, в том числе получение общего процента энерго-состояния человека.

**ЭИП РАСШИФРОВКА ВЛИЯЮЩИХ ФАКТОРОВ (ЧАСТЬ 1)**

1 – да

**А -** не выстроен диалог с собственной сутью, внутренним восприятием жизни и себя в ней
В - не определены базовые смыслы собственной жизни, то, что Вас наполняет ощущением жизни
Г - не синхронизирован ум/тело/эмоции
Д - наличие «ошибочного кода», мешающего работе организма и жизни в настоящем
Е - наличие болезнетворной информационной среды
Ж - возможно влияние деструктивных программ в отношении себя и мира(родовые в том числе)

2 – да

А - стереотипное поведение
Б - зацикленные реакции
В - рассинхронизация внутреннего мира с внешним миром, отрезанность
Г - негармоничное усваивание и обработка опыта (новых ощущений или информации)

3 – да

А - отсутствие базовых смыслов
Б - выполнение действие на автомате (наличие давних привычек, в том числе в мыслительной деятельности)
В - действия проходят без эмоций и согласования с основной функцией конкретного человека

4 – да

А - работа чужих программ в собственном поведении
Б - нет опыта в сфере конкретного страха или самовыражении в том или иной области жизни
В - неправильно усвоенный опыт в прошлом

5 – да

А - нет согласования с внутренней сутью-смыслами
Б - сильная закостенелость привычек (воспитания)
В - наличие других страхов (заблокированный или неправильно усвоенный опыт)
Г - выделение энергии на личную проработку-усвоение опыта
Д - не выстроен свой диалог с миром через тело
Ж - нарушение связи – мысли-эмоции-действия

6 – да

А - высокая скорость прохождения опыта (без усвоения конкретных нюансов)
Б - наличие привычек
В - низкая осознанность, вовлеченность в ситуации и получение опыта
Г - низкая связь с внешней средой
Д - жизнь в условиях управляющей над-системы

7 – да

А - в лёгкой форме – наработка опыта
Б - в тяжелой форме – зацикленность системы, без обновления
В - наличие стереотипного общения, одних и тех же диалогов
Г - малая глубина восприятия себя и своих ощущений без мысленного осознавания (накладывания правильного восприятия и анализа)

8 – да

А - влияние надсистемы (информационной)
Б - не усвоенный опыт (без применения через тело)
В - остатки в теле энергии, выделенной на схожие или текущие намерения
Г - низкая осознанность
Д - наличие сильной связи с человеком/объектом/моментом

9 – да

А - нехватка энергии
Б - влияние над системы
В - потребительское/зависимое поведение
Г - низкая осознанность
Д - страх неизвестности
Е - большое влияние непроработанного опыта (прошлого в жизни или отрезка жизни)
Ж - рассинхронизация времени и готовности сознания (глубины восприятия моментов)

10 – да

А - нехватка личностной мотивации или заинтересованности в чем-то
Б - не выстроенный диалог с самим собой или своими проявлениями
В - наличие потребительской программы поведения
Г - избегание изменений и внутренней работы над собой (нежелание меняться, адаптироваться)
Д - влияние информационной над системы
Е - нераскрытый творческий потенциал, малый процент самовыражения вовне
Ж - рассинхронизация с реальностью (проживаемой через чувственный опыт)

**РАСШИФРОВКА ЭИП1 и РЕКОМЕНДАЦИИ**

**с указанием инструментов по диагностике и практикам по работе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ по ЭИП** | **Инструмент диагностики** | **Практики и рекомендации** |
| **1а** | 50в, 30з | Личные ответы на вопросы сути и мотивации |
| **1б** | 50в, 30з | Новый опыт на уровне ощущений и органов чувств |
| **1в** | ДУИ2, ЭИП2 | Новый опыт на уровне ощущений и органов чувств |
| **1г** | ДУИ2, ЭИП2 | Поиск и обнуление негативного кода, прошивок |
| **1д** | СПЗ, ДУИ2, ЭИП2 | Отсев чужеродной информации и среды |
| **1е** | ДУИ1, ДУИ2, ЭИП2 | Поиск и обнуление негативного кода, прошивок |
|  |  |  |
| **2а** | ДУИ1, ДУИ2 | Работа с телом, Наработка «0» сфер по СПЗ |
| **2б** | ДУИ1, ДУИ2, ЭИП2 | Новый опыт медленно, обнуление «-» кода |
| **2в** | СПЗ | Новый опыт, практики ощущений, практика учёта деятельности во временные отрезки + внесение в ДУИ2 появляющихся мыслей |
| **2г** | СПЗ, ДУИ2, + 1в, 2в | Проработка старого медленно со сменой внешних условий |
|  |  |  |
| **3а** | 50в, 30з, ДУИ2, ЭИП2  | Отслеживание чужеродного кода, повышение глубины проживания моментов настоящего и внимательности |
| **3б** | ДУИ1, ДУИ2, ЭИП2 | Сознательное изменение параметров реализации с фиксацией ощущений по шаблону ДУИ |
| **3в** | 50в, ДУИ2, СПЗ | Практика по сепарации органов чувств. Фиксаций ощущений по шаблону ДУИ. Прохождение опыта медленно. |
|  |  |  |
| **4а** | ДУИ2, ЭИП2 | Получение нового опыта за пределами текущих сфер по СПЗ |
| **4б** | ДУИ1, ГТС, СПЗ | Практика получения нового опыта медленно |
| **4в** | ДУИ1, ГТС | Изменение условий прохождения старого опыта медленно |
|  |  |  |
| **5а** | 50в | Наработка личных ответов для мотивации и дел |
| **5б** | СПЗ | Новый опыт, наработка новых привычек |
| **5в** | ДУИ1 | Выбор конкретного страха и проработка медленно |
| **5г** | СПЗ, ДУИ1, ГТС | Убирание негативного опыта, отдых |
| **5д** | 50в | Практики по наработке ощущений |
| **5е** | ДУИ1, ГТС, ДУИ2 | Создание пауз и описание состояний человеком в месте пребывания |
|  |  |  |
| **6а** | ДУИ2 | Уделение внимания ощущениям |
| **6б** | 50а, 30з | Внимательная проработка причин и следствий своих действий |
| **6в** | ДУИ2 | Новый опыт медленно |
| **6г** | ДУИ2 | Практики по сепарации органов чувств в свободное время |
| **6д** | СПЗ, ДУИ2, ЭИП2 | Новый опыт за пределами системы и текущих сфер |
|  |  |  |
| **7а** | СПЗ, ДУИ1 | Цель – действия – осознание ощущений - повторение |
| **7б** | СПЗ, ДУИ2 | Наработка новых сфер «0» по СПЗ. Новый опыт. |
| **7в** | СПЗ, ДУИ2, ЭИП2 | Практики по сознательному изменению взаимодействия |
| **7г** | 50в, 30з, ДУИ2 | Повышение концентрации, фокус на ощущениях, тренировка воспрития информации, н-р медленное письмо под диктовку с максимальной концентрацией, повторение, чтение вслух |
|  |  |  |
| **8а** | СПЗ, ДУИ2, ЭИП2 | Работа с тишиной, практики наблюдения за мыслями в разных местах |
| **8б** | ДУИ1, ГТС | Отработка висящих нереализованных идей в материю |
| **8в** | ДУИ1, ГТС | Материализация намерений, сначала простые и медленно |
| **8г** | ДУИ2 | Новый опыт медленно |
| **8д** | ДУИ1, ГТС, 50в | Работа со страхами, практики по фокусу внимания, практики по купированию гордыни |
|  |  |  |
| **9а** | СПЗ | Новый опыт за пределами системы и текущих сфер |
| **9б** | СПЗ, ДУИ2, ЭИП2 | Сознательное изменение взаимодействия |
| **9в** | ДУИ2, 50в, 30з | Выявление зависимостей, привычек, личная наработка силы по реализации лично поставленных задач без помощи других |
| **9г** | ДУИ2 | Новый опыт медленно, Практики чувственного проживания, развитие доверия к жизни, практики ощущений, восприятие информации через тело и органы чувств как комплексно так и с учетом сепарации органов чувств |
| **9д** | СПЗ, ДУИ1, ГТС, ДУИ2 | Новый опыт медленно, работа со страхами через расслабление |
| **9е** | ДУИ1, ГТС | Новый опыт медленно |
| **9ж** | 50в, 30з, ДУИ2 | Развитие органов чувств, Практики с контролем тела и временными интервалами |
|  |  |  |
| **10а** | 50в, ДУИ2 | Определение собственных целей и задач, синхронизация с телом, Практики тишины в рамках ДУИ2 |
| **10б** | СПЗ (-КЛ, НА БАЗЕ СПЗ) | Практика органов чувств с сепарацией (новый опыт), Практики ощущений и эмоционального окраса действий и реакций.На 1-3 месяца, либо лично с занесением в ДУИ2, либо с контролем раз в неделю (для куратора)  |
| **10в** | ДУИ2 (-КЛ), СПЗ | Описание взаимодействия с людьми, повышение количества опыта в любой сфере по СПЗ, связанной с созданием чего-либо, по СПЗ наработка области и проявлений в рамках безвозмездного отдавания создаваемого или излишков имеющихся предметов (трудов) с занесением в ДУИ2 постфактум ощущений (в том числе и мыслей) |
| **10г** | ->10в., + СПЗ, ДУИ1, ГТС,  | Работа с травмирующими событиями, Новый опыт медленно, либо лично в ДУИ2, либо с куратором |
| **10д** | СПЗ, (-отчасти КЛ) | Практики наработки нового опыта без помощи других, занесением в ДУИ2 |
| **10е** | СПЗ, 50в, 30з | Новый опыт, Практика повышения самооценки и благодарности. Принятие опыта неудач. Наработка новой сферы по СПЗ с близкими по «духу» людьми. |
| **10ж** | СПЗ | Новый опыт, Практики ощущений с часами, Практика учёта деятельности во временные интервалы, внесение в ДУИ2 |

**СПЕКТРОГРАММА ЗАНЯТОСТИ (СПЗ):**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Семья | Есть или нет и ощущения после (0 – нет, + , - ) |  |
| 2 | Личность | Есть или нет и ощущения после (0 – нет, + , - ) |  |
| 3 | Социум | Есть или нет и ощущения после (0 – нет, + , - ) |  |
| 4 | Работа | Есть или нет и ощущения после (0 – нет, + , - ) |  |
| 5 | Хобби | Есть или нет и ощущения после (0 – нет, + , - ) |  |
| 6 | Друзья | Есть или нет и ощущения после (0 – нет, + , - ) |  |
| 7 | Сон/Отдых | Есть или нет и ощущения после (0 – нет, + , - ) |  |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

На базе СПЗ и данных из ДУИ2 можно составить уже основную карту «утечки внимания» в той или иной зоне, и заняться применением конкретных практических процедур, направленных на изменение или наработку новых навыков или привычек.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
Те или иные нереализованные идеи/мысли + зоны/уровни могут быть учтены для составления карты событий будущего (КСБ).

**Снимок текущего дня (СТД)**

СТД является в некотором роде отчетом перед самим собой в конце каждого рабочего дня до ухода в сон или на отдых. Делать его желательно в рамках работы по программе, но не обязательно каждый день (далеко не всегда удается вообще отследить утечку или затраты внимания без как таковых навыков работы над собой (имеется в виду, в случае отсутствия хорошей связи на уровнях М-Э-Т). Но в любом случае подобный учет событий и отчетность помогает сформировать человеку не только последующий анализ без явного вовления собственных представлений о себе, но также и наработать со временем такую картину мира и себя в нем, с помощью которой можно максимально быстро приходить в себя после кризисных этапов или ситуаций с большой потерей энергии.

**Принцип СТД** – на каждое действие, мысль и слово мы тратим определенное количество энергии, что в течение дня расходится на совершенно разные ситуации, людей и деятельность. Для новичков достаточным является просто формирование самоотчета о том, что они делали, где и с кем.
Далее идет более детальное описание произошедших событий в текущий день. И только после наработки данных навыков можно переходить к этапу полноценного анализа энергозатрат (даже в процентах), хотя сначала будет достаточно просто понимания, чего было больше: получено или затрачено.

После истечения 30 дней и получения 30 СТД (их может быть и больше вплоть до 90) становится видно, что вы до сих пор делаете на автомате, где теряете энергию, какие сферы жизни у вас развиты или отсутствуют и на каких уровнях происходит общение с людьми (в том числе какого оно качества, + или – в явной степени).

**ДУИ (ДНЕВНИК УЧЕТА ИЗМЕНЕНИЙ)**

Данный документ является обязательным в рамках ведения клиента или просто отслеживания собственной жизни со стороны. В течение длительного периода ДУИ помогает выявить проблемные зоны не только в жизни, но и в мыслях, в рамках утечки внимания и проработать прошлое до полной нейтрализации негативных событий. Нечто подобное из инструментов можно найти не только в рамках данной программы по развитию личности, но и в других областях или сферах жизни (тайм-менеджмент, работа с прошлым, ежедевный учет событий и целей – все это очень хорошие инструменты, когда требуется не только систематизировать свои дела, мысли и жизнь, но и разобраться в том, чем же на самом деле вы живете).

ДУИ как документ является тем базовым инструментом для работы, как и диагностика ЭИП1 (ТЭС), поскольку нас интересует именно то, насколько качественно и полноценно человек проявлен в настоящие моменты его жизни. Наше тело не живет ни в прошлом, ни в будущем, но весь неправильно усвоенный опыт влияет не только на наши желания или цели по жизни, но и в целом может определять появление новых кризисных этапов в жизни человека. Вплоть до максимально болевого порога прохождения (один раз не понял, не принял, не смирился – жди повторения с большим зарядом и силой воздействия, чтобы наверняка).

ПЕРВАЯ ТЕТРАДЬ (ЧАСТЬ 1) – ДУИ 1 – «МОЯ ЖИЗНЬ ДО»
**ДО**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**настоящий момент заведения дневника и начала работы по учету** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**ПОСЛЕ**
ВТОРАЯ ТЕТРАДЬ (ЧАСТЬ 2) – ДУИ 2 – «МОЯ ЖИЗНЬ ПОСЛЕ»

|  |  |
| --- | --- |
| **Дата записи:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** | **Время точное:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** |
| **Событие / Момент** (Что произошло?) |  |
| **Ощущения в теле** |  |
| **Эмоции,** сопровождающие событие и ощущения в теле |  |
| **Мысли** в момент события (как сами мысли, их заряд, а также тема размышления об…) |  |
| **Длительность момента** или события (5 минут, 30 минут, 2 часа и так далее) – приблизительно |  |
| **Участники события** или момента (если не было, то можно написать улица/природа/личное переживание). |  |
| **Место события** (улица, дом, киоск, метро, машина, в гостях и др.) |  |
| **Инструмент преодоления** (практика, препарат, метод или действие, с помощью которого был совершен выход в состояние нейтрали или попросту другое состояние) |  |
| **Что запомнилось** во время события (фразы, предметы, запахи, звуки) |  |

**Кое-что про График Травмирующих Событий прошлого (ГТС) - ПОКАЗАТЕЛИ И СВОЙСТВА**

Любое травмирующее событие из прошлого (даже из настоящего или будущего) всегда сопровождается определенными показателями.

По умолчанию наша система организма (не важно тело это, мыслительная деятельность или эмоции) стремится к спокойствию. К так называемым «настройкам по умолчанию». Это его естественная функция, на основании которой оно вообще может существовать. Все остальные выходы за крайние состояния сопровождаются повышенной утомляемостью организма человека и в целях безопасности активизируют протокол выключения (будь это сон, тошнота от алкогольного опьянения или другие механизмы компенсации крайних состояний).

**Основополагающие вопросы жизни и мотивации по жизни - «50В» (ЧАСТЬ 1)**

**Зачастую именно эти вопросы, ответы на которые мы находим для себя в течение всей жизни, являются тем, что может определять не только наше спокойствие и уверенность в себе, но также сблизить нас или отстранить с близкими людьми. Ведь не найдя ответов, которые нас полностью устраивают, в ближнем круге общения, мы стараемся их найти в другом месте, что может привести к печальным последствиям и заставить нашу жизнь свернуть не туда или попросту принести в нашу жизнь страдания, разочарование и не дай бог, усомниться вообще в смысле собственной жизни. Я не говорю уже о том, как подчас такие простые вопросы приводят нас в сомнительные компании, где мы не только теряем себя, но и разочаровываемся полностью в окружающем мире.**

На эти вопросы можно как отвечать наедине с собой, а можно и в работе с куратором в рамках формирования проблемных зон личности (КЛ).

1. Как я оказался тут в этом теле?
2. Что это за мир вокруг меня?
3. Что тут можно делать, а что нельзя?
4. Кто эти люди, которые заботятся о моём теле?
5. Что мне приносит радость?
6. Что я чувствую по отношению к тому человеку? Нравится ли он мне?
7. Кем мне нужно быть (или стать)?
8. Почему я один (одна)?
9. Для чего нужны все эти окружающие предметы?
10. По каким законам тут всё это работает?
11. Для чего нужна мама?
12. Для чего нужен папа?
13. Что я к ним чувствую?
14. Любят ли они меня?
15. Нужен ли я этому миру и что я должен делать?
16. Кто я?
17. Кто на самом деле я?
18. Почему я чувствую боль?
19. Есть ли в этом мире кто-то, кто видит этот мир также как я?
20. Что такое бог?

**Рекомендации по работе над каждым вопросом:**

- Выделение свободного времени для практики по проверке своих ответов на вопросы и их согласование с жизнью и делами
- Выписать ответы и вопросы (которые совпадают)
- Вписать что? где? кто? когда? дал ответы
- Насколько эти вопросы и ответы на них влияют на события и дела в настоящем или мысли о будущем
- Пометить вопросы и ответы, которые не нравятся (или не понятны)

**Вопросы, связанные с мотивацией человека, его занятостью и профессиональной сферой работы «30з» (ЧАСТЬ 1)**

1. Зачем мне семья?
2. Зачем мне ребенок (дети)?
3. Для чего мне женщина (жена)?
4. Для чего мне мужчина (муж)?
5. Как я понимаю семейный союз (кто играет какую роль и выполняет какие обязанности)?
6. Для чего мне работа?
7. Что я хочу и буду(могу) делать за деньги?
8. Что я не хочу и не буду делать ради денег?
9. Как долго я могу делать то или иное (длительность выполнения любимого дела)?
10. Что даёт мне эта работа (знакомства, навыки, эмоциональный подъем и т.д.)?

 **ДИСЦИПЛИНЫ И ИСТОЧНИКИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В РАБОТЕ И ПРАКТИКАХ
ПО РАЗРАБОТКЕ ПРОГРАММ
САМОРЕАБИЛИТАЦИИ ЛИЧНОСТИ И ИЗБАВЛЕНИЮ ОТ НЕГАТИВНЫХ ПРОШИВОК ВПЛОТЬ ДО ПОЛНОГО ОЧИЩЕНИЯ ОТ ИНФОРМАЦИОННОГО МУСОРА БОЛЬШОГО ГОРОДА И ДЕСТРУКТИВНЫХ СРЕД**

1. Философия (2%) – **// специального использования не выявлено**
2. Психология (3%) – **// специального использования не выявлено**
3. Восточные практики созерцания и медитации (20%)
4. Физика, Математика, Русский язык, Геометрия (5%)
5. Тайм-менеджмент (10%)
6. Искусство ДЗЕН (3%)
7. Прикладной ручной труд (9%)
8. Дианетика и саентология (2%) – **// специального использования не выявлено**
9. Высшая йога ума (Раджа Йога) (5%) – **// специального использования не выявлено**
10. Информатика и работа с информацией – IT (15%)
11. Театральное мастерство и ролевой отыгрыш (2%)
12. Работа с видео, текстом и с фотографией (12%)
13. Личный опыт и инсайты автора системы (12%)

**ДЛЯ БОЛЕЕ ГЛУБОКОЙ РАБОТЫ С ПОЛНОЙ ВЕРСИЕЙ МЕТОДИЧКИ ТРЕБУЕТСЯ ПРИСУТСТВИЕ ДИАГНОСТА ИЛИ КУРАТОРА**