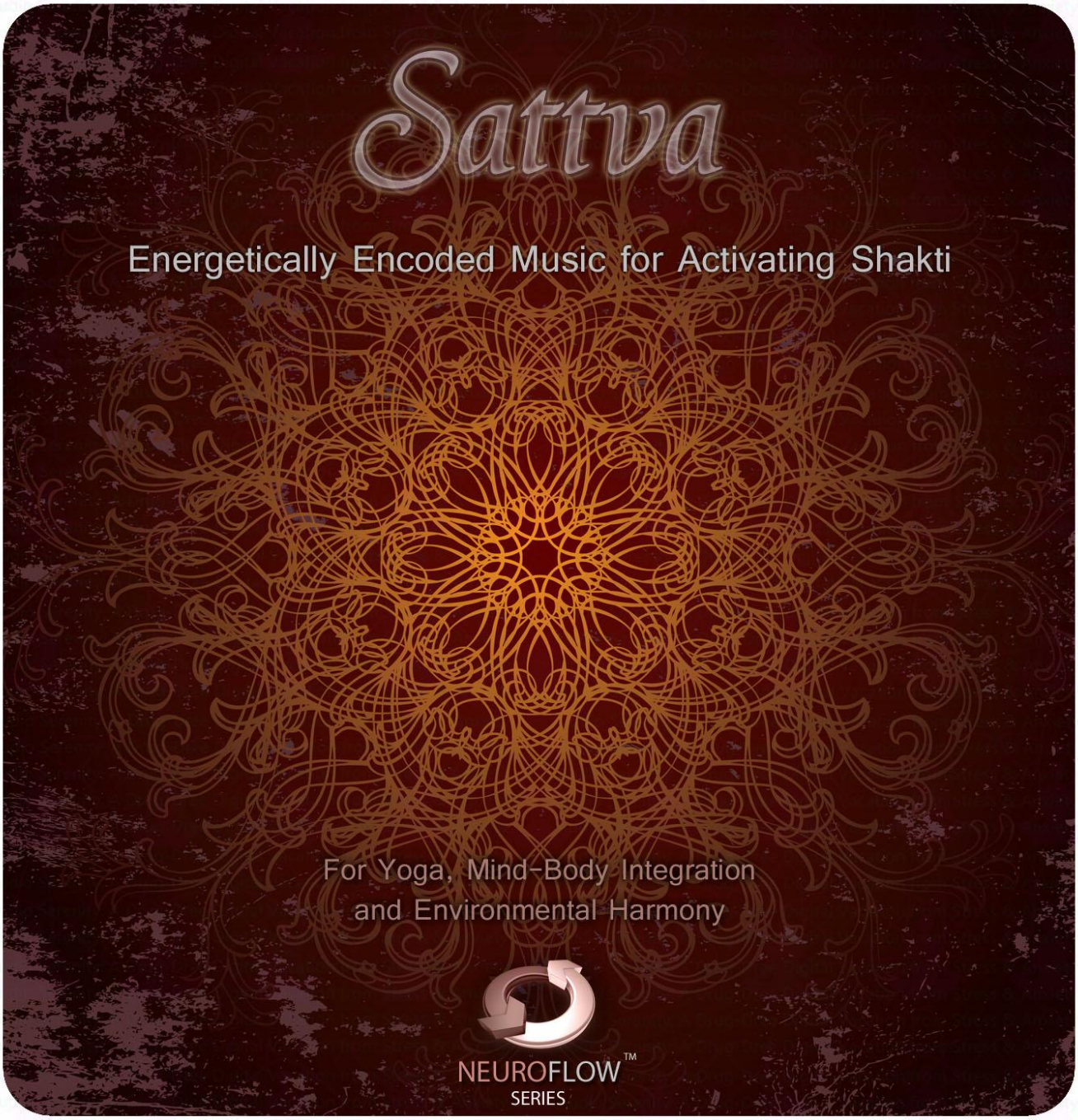
iAwake Technologies

Science Meets Stillness

ProfoundMeditationProgram.com



All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Пользователь психоактивной аудиопрограммой «Саттва» («Sattva») согласен с тем, что данная программа разработана исключительно для саморазвития, обучения, в качестве вспомогательного средства для расслабления, самомотивирования и экспериментации. Это приложение не рассчитано на использование в качестве замены психологического или медицинского лечения. Разработчики данного продукта не делают никаких медицинских заявлений, утверждений или обещаний.

Следующие категории людей не должны использовать данную программу:

- Страдающие эпилепсией;
- Беременные женщины;
- Лица, носящие кардиостимулятор;
- Лица, у которых были судорожные припадки или которые имеют склонность к судорожной активности.

Следующие лица должны проконсультироваться у врача перед использованием данного продукта:

- Лица, находящиеся под влиянием лекарств или психоактивных веществ;
- Лица, имеющие психиатрический диагноз.

Данное приложение нельзя использовать под влиянием алкоголя или иных психоактивных веществ (как нелегальных, так и легальных).

Дети младше 18 лет должны пройти обследование у врача на предмет наличия эпилепсии или заболеваний, которые могут привести к судорожной активности, прежде чем начать использовать данную программу, поскольку они более уязвимы для проявлений судорожной активности.

Наконец, ВОЗДЕРЖИТЕСЬ ОТ ПРОСЛУШИВАНИЯ «САТТВЫ» ВО ВРЕМЯ ВОЖДЕНИЯ ИЛИ УПРАВЛЕНИЯ ТЕХНИКОЙ.

Пользователь данного продукта принимает на себя ответственность за все риски, связанные с его использованием, и снимает с себя право предъявить какие-либо юридические претензии компании «iAwake Technologies, LLC» и любым её партнёрам за любые случаи психических или физических травм. Пользователь также согласен принимать на себя юридическую ответственность, если он позволяет другим лицам использовать этот продукт.

Ни в коем случае «iAwake Technologies, LLC» или другие дистрибьюторы продукта не могут считаться юридически ответственными за несчастные случаи, а также случайные, преднамеренные и непреднамеренные повреждения, полученные в результате корректного или некорректного использования этой технологии, её инструкций и технической документации.

Стороны согласны попытаться разрешить любые разногласия, возникающие в связи с этим соглашением, в духе сотрудничества без формальных процедур. Любые разногласия, неразрешимые таким образом (без судебного предписания), должны решаться в арбитражном суде по наличии письменного требования одной из сторон. Арбитражное разбирательство будет проведено в течение 45 дней после получения письменного извещения в г. Прово, штат Юта, или в другом месте (или целиком или частично по телефону или при помощи других средств связи) в случае согласия сторон. Арбитражное разбирательство будет проводиться в присутствии мирового посредника в следующем порядке: каждая из сторон должна выбрать своего представителя, а представители должны выбрать мирового посредника. Мировой посредник назначит неформальное собеседование, выслушает аргументы сторон и примет решение. Каждая из сторон оплатит половину стоимости арбитражного разбирательства. Мировой посредник не будет иметь права на наложение штрафных санкций или любую другую форму удовлетворения правопритязания, не предусмотренного в данном Соглашении. В отношении каждого вопроса, заявленного на арбитражное разбирательство, решение будет принято посредством письменного разъяснения аргументации, на основании которого оно было принято. Арбитражное решение, если оно принято, может быть реализовано в любом суде, имеющем соответствующую юрисдикцию.

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

Оглавление

Информация о файле для оптимальных результатов нейросинхронизации **4**
Рекомендация по наушникам 4
Совместимые проигрыватели 4
Важные замечания по использованию «Саттвы» 4

Добро пожаловать в «Саттву» **5**
Инструкции по прослушиванию «Саттвы» 5
Используйте «Саттву» (для) 6
Линия продуктов «NeuroFlow™» 7
Введение 7
Технология 8
Важные замечания по использованию биополевой технологии «Саттвы» 9
Ссылки по теме биополя 10

Медитация **11**
Простая и глубокая медитация 11

Глубокое эмоциональное освобождение — теперь просто! **13**
Техника эмоциональной свободы EFT без усилий 13
Значительно повысьте эффективность любой технологии эмоциональной разрядки 14
Способы использования воображения и сила намерения 14
Энергия биополя останется с вами 15
Механизм работы технологии биополя в процессах эмоциональной разрядки 16
Наша биополевая методика 16
Подробнее о научных исследованиях биополя 16
Советы по эмоциональному освобождению 17
Краткая заметка по нейроволновому паттерну «Эволюционировавший разум» 19
Каким образом можно легко усилить биополевую передачу «Саттвы» 20
Бесплатные медиаплееры 21

Поддержка клиентов iAwake — ссылки 22

«Метанойя 3.0» (скоро!) 23

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

Информация о файле для оптимальных результатов нейросинхронизации

ВАЖНО: Мы не рекомендуем конвертировать наши аудиотрэки в MP3-формат, потому что сжатие MP3 отфильтрует значительную часть синхронизационной мощности, которая встроена в высококачественный WAV-файл. Если вы хотите записать наши файлы на CD-R, записывайте их как WAV-файлы; это поможет достичь оптимальных результатов. В «iTunes» пройдите в меню «Edit» («Правка»), затем нажмите «Preferences» («Настройки»), найдите раздел «When you insert a CD» («Вставлен CD») в закладке «Общее». Нажмите кнопку «Import Settings» («Настройки импорта»), появится ещё одно меню. Для опции «Import Using» («Импортер») выберите «Кодер Apple Lossless».

РЕКОМЕНДАЦИЯ ПО НАУШНИКАМ

Чтобы полностью испытать весь спектр несущих частот, задействуемых процессом iNET, мы рекомендуем использовать наушники с частотным откликом 20–20000 Гц.

Совместимые проигрыватели

WAV

- *Стандартные проигрыватели мультимедиа* – Windows Media Player (бесплатная программа); iTunes (бесплатная программа); SongBird (можно бесплатно скачать по адресу: www.getsongbird.org)
- *MP3-плееры* – большинство MP3-плееров проигрывает файлы расширения .wav.

APPLE LOSSLESS

- *Стандартные проигрыватели мультимедиа – iTunes*
- *MP3-плееры – iPod*

ВАЖНЫЕ ЗАМЕЧАНИЯ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ «Саттвы»:

- Несмотря на то, что простое прослушивание нейросинхронизационно-стимулирующего материала «Саттвы» (*без* сопутствующей практики какого-либо метода медитации), **несомненно**, значительно углубит ваше духовное развитие, мы, тем не менее, рекомендуем одновременно с прослушиванием практиковать один из методов медитации. Если вы будете следовать этой практике, она приведёт к наиболее глубоким, трансформирующим результатам из возможных, поскольку в этом случае задействуется больше измерений вашего бытия, внутреннего осознания и приверженности духовно развиваться.

- Рекомендуем ***выпить хотя бы один стакан воды перед сеансом прослушивания и один после.*** Нейросинхронизация улучшает приток крови в головной мозг; если вы будете пить воду в больших количествах, это позволит мозгу эффективнее осуществлять процессы метаболизма.

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

iAwake Technologies
Science Meets Stillness
ProfoundMeditationProgram.com

Добро пожаловать в «Саттву»

Инструкции по прослушиванию «Саттвы»

Для наиболее глубокого эффекта рекомендуем прослушивание через наушники, но эффективная нейросинхронизация и расслабление наступят в случае прослушивания и через внешние динамики.

«Саттва» является дополнением к нашей основной программе «Метанойя: Глубокая медитация» и её можно прослушивать настолько часто, насколько вы хотите.

Чтобы насладиться «Безмятежностью» в процессе медитации, рекомендуем сесть в удобное кресло с высокой спинкой, поддерживающей голову и шею.

Всегда сидите с прямой спиной, поскольку данная позиция наиболее способствует улучшению внимания, углублению сосредоточенности и течению энергии, наблюдаемым во время сеансов прослушивания.

Обычно мы рекомендуем медитировать с **закрытыми глазами**, поскольку это помогает сосредоточить внимание на внутренних процессах и уменьшить вероятность отвлечения; это способствует более эффективной нейросинхронизации.

Разрешите себе отпустить себя и отдаться процессу синхронизации с аудиопотоком; это повысит эффективность сеанса.

ВАЖНО: После каждого сеанса прослушивания выделите 1–5 минут для того, чтобы интегрировать состояние и постепенно вернуться к своим делам. Заякорите появившееся более глубокое состояние сознания путём направленного наблюдения и ощущения его в теле. **Позвольте себе пропитаться этим состоянием**. Затем закрепите в себе намерение сохранять это состояние и углублённое внимание в течение дня.

Есть вероятность, что во время и/или после прослушивания «Саттвы» вы можете испытать глубокое эмоциональное освобождение и заплакать. Это хороший знак, поскольку данная программа вызывает мозговые ритмы и состояния, связанные не только с глубоким расслаблением, но и с долговременной эмоциональной памятью. Если вы заметите какие-то эмоции, это послужит замечательной возможностью их высвободить и отпустить. На самом деле, это подавленные эмоции, которые мы подсознательно в себе несём, погружая тем самым себя в состояние стресса.

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

Используйте «Саттву»:

- Для йоги

- Для тайцзи

- Для цигун

- Во время массажа

- Для медитации

- Во время учёбы и чтения

- Для вашей практики рейки

- Во время любой психосоматической практики

- Всегда, когда хотите состояние ПОТОКА

- Для спокойствия и гармонии в окружении

- Для разрядки негативных эмоций и энергии

- Для расслабления

- Для хорошего самочувствия

- Для дополнения практики «Метанойи: Глубокой медитации»

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

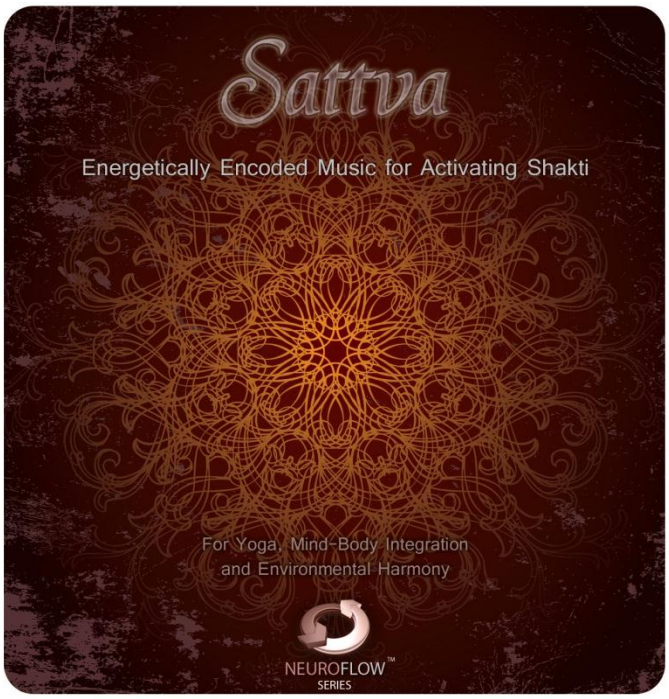
Линия продуктов «NeuroFlow™»

«NeuroFlow™» — это линия продуктов компании «iAwake Technologies», представляющая инновационный прорыв в сфере технологий синхронизации мозговых волн и биополя. Несмотря на то, что программа «Метанойя: Глубокая медитация» является основанием рекомендуемой нами практики медитации, предложенная здесь новая линия продуктов послужит идеальным дополнением для вашей работы с «Глубокой медитацией».

Линия продуктов «NeuroFlow» предназначена для того, чтобы облегчать возникновение трансформирующих потоковых состояний и помогать вам быть энергичными, расти и развиваться в экстраординарную эпоху перемен, в которой мы живём сегодня.

«Саттва: Энергетически закодированная музыка для активации шакти» — Введение

Этот глубоко расслабляющий CD-диск включает:



- Красивый музыкальный поток, излучающий альфа-диапазон мозговых волн
- Мощные частоты, которые обеспечивают состояние ПОТОКА
- Комплексную и уникальную стимуляцию альфа-диапазона мозговых волн
- Пифагорейский строй A = 432 Гц (использовался в древней сакральной музыке и, как считается, является более расслабляющим и гармонизирующим, нежели современный строй 440 Гц)
- Живительная биополевая стимуляция частотами, соответствующими саттве, гармонии, блаженству и глубокой медитации

Программу можно использовать для того, чтобы:

- Создавать глубоко поддерживающие и расслабляющие энергетические поля в любом окружении
- Значительно углубить и способствовать вашей практике йоги, цигун, рейки, тайцзи или медитации
- Способствовать погружению в глубокий восторг и расслабление во время медитации и массажа
- Дополнить вашу работу с программой «Метанойя: Глубокая медитация» через наслаждение понижающими стресс, расслабляющими состояниями сознания, обеспечиваемыми данным CD-диском
- Освободиться от усталости после работы или во время перерыва на обед
- С лёгкостью отпустить негативные переживания
- Почувствовать повышающий настроение естественный «кайф»
- Улучшить эффективность ваших занятий чтением, писательством или учёбой

ВАЖНО: Наиболее проявленный эффект этой технологии вы ощутите ПОСЛЕ прослушивания аудиопрограммы, в течение дня. Энергетические частоты, излучаемые посредством этой продукции, будут продолжать взаимодействовать с вашим биополем в течение всего дня.

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

Технология

Технология, содержащаяся в этой новой программе, настолько мощна, что мы уверены, что ваше настроение изменится **всего за двадцать минут**.

Для наилучшего эффекта при прослушивании рекомендуем использовать наушники. Однако программа будет оказывать нейросинхронизирующий и расслабляющий эффект и без наушников.

Технология нейросинхронизации

«Саттва» использует целый ряд уникальных методологий нейросинхронизации, включая:

- Двойные импульсные бинауральные сигралы
- Гармоническое расслоение
- Изохроническая синхронизация
- Высокочастотная модуляция

Технология биополевой синхронизации

Подробная информация о нашей биополевой технологии доступна по адресу: http://www.profoundmeditationprogram.com/biofield-technology-2

«Саттва» использует уникальную технологию биополевой синхронизации, активирующую энергетические частоты, которые связаны со следующими феноменами:

- Духовная чистота
- Поиск наставничества свыше внутри себя
- Гармония
- Баланс
- Эмоциональное равновесие
- Мозговые альфа-, тета- и дельта-ритмы

В процессе проигрывания «Саттва» излучает энергетическое поле, которое влияет на ваше биополе и вызывает ярко выраженные состояния блаженства и спокойствия.

Благодаря нашей уникальной и мощной технологии биополевой синхронизации, встроенной в «Саттву», вы испытаете намного большее, нежели просто расслабляющий нейроволновой паттерн (именно это предложено большинством традиционных программ нейроволновой синхронизации): **вы ощутите тонкое энергетическое поле, обволакивающее всё ваше тело целиком,** нередко переживаемое как **освежающий холодный бриз** или **тёплое покалывание** по поверхности кожи.

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

Важные замечания по использованию биополевой технологии «Саттвы»

- **СИЛА НАМЕРЕНИЯ:** Благодаря своим информационным и энергетическим свойствам данная технология особенно мощна, если её совмещать с сознательным намерением. Методы эмоциональной разрядки, предложенные в данном руководстве, есть лишь одни из множества примеров, как любой человек может сознательно взаимодействовать с настоящей технологией, чтобы вызвать целенаправленную трансформацию.

- **ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОЕ ВЛИЯНИЕ:** Хотя вы будете испытывать эффекты технологии во время прослушивания «Безмятежности», особенно если за раз прослушивать от 30 мин и более, эффекты будут наблюдаться и после окончания прослушивания в течение всего дня.

- **НАПОЛНИТЕ СВОЁ БИОПОЛЕ ЖИВИТЕЛЬНОЙ ЭНЕРГИЕЙ:** Энергетические матрицы, содержащиеся в данной программе, многократно (в миллионы раз) усилены, благодаря этому приобретя высокую мощность. Чем больше вы прослушиваете программу, тем более плотно эти живительные энергии будут наполнять ваше биополе, вызывая долговременную трансформацию. Это ощущение будет сопровождать вас в течение дня.

- **БЕЗЗВУЧНОЕ ПРОСЛУШИВАНИЕ:** Успокоительный эффект от этих энергий можно получить также и путём проигрывания «Саттвы» в беззвучном режиме. Просто поставьте трэк «Саттва» в режим «повтора» и выключите звук. В случае WAV-файла это можно сделать путём вставки файла в плейлист вашего проигрывателя или MP3-плеера и включения режима повторного проигрывания. Не требуется ни наушников, ни динамиков. Продвинутая технология, встроенная в «Безмятежность», будет излучать сильнейшее энергетическое поле, взаимодействующее с вашим биополем. **ВАЖНО:** В зависимости от вашей чувствительности есть вероятность, что вы не сможете почувствовать биополевую стимуляцию беззвучно проигрываемого трэка «Саттва», если вы не будете следовать данному методу усиления биополевой передачи.

- **ПОЧУВСТВУЙТЕ ЭНЕРГИЮ:** Хотя некоторые люди достаточно чувствительны, чтобы погружаться в состояния лёгкого транса/самадхи во время беззвучного проигрывания этой программы в течение дня, большинство людей будут ощущать наиболее глубокий эффект в процессе расслабления и медитации с закрытыми глазами.

- **УГЛУБИТЕ СВОЮ МЕДИТАЦИЮ:** Для того, чтобы способствовать углублению вашей медитации, проигрывайте «Саттву» в беззвучном режиме за час перед и/или во время вашей обычной медитативной практики. Если вы медитируете по вечерам, проигрывайте биополевую технологию в беззвучном режиме в течение дня, это позволит наполнить ваше биополе энергией, что обеспечит значительно более глубокую и сосредоточенную медитацию.

- **ОПТИМАЛЬНАЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ:** При беззвучном проигрывании данной биополевой технологии оптимальные результаты можно получить, если вы будете держать плеер по недоминантную сторону своего тела (т.е. если вы правша, то держите плеер в левом кармане). Недоминантная сторона тела наиболее чувствительна к энергии.

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

- **ИЗБЕГАЙТЕ ОШЕЛОМЛЕНИЯ:** Несмотря на то, что энергии биополя, встроенные в «Саттву», по своей природе оказывают успокаивающий эффект, они всё ещё могут вводить нервную систему (НС) в состояние ошеломления, если НС абсорбирует энергию в большем количестве, чем то, с которым она может единовременно справиться. Начните с того, чтобы проигрывать биополевую программу в течение одного–двух часов в день, проследите за своими ощущениями. Если вы замечаете, что чувствуете себя «на взводе», это просто ваша НС сообщает вам, что вам нужен перерыв. Любое ошеломление, переживаемое в результате излишне длительного воздействия данной технологии, имеет лишь временный характер и никогда не представляет собой нечто серьёзное или постоянное. Просто сократите время воздействия технологии на ваш организм.

- **РАЗВИВАЙТЕ СВОЮ НЕРВНУЮ СИСТЕМУ:** Ваша нервная система разовьёт способность абсорбировать всё большее количество энергии без вхождения в состояние ошеломления, что поначалу будет проявляться в виде небольших сдвигов и изменений. В конечном счёте, ***вы будете наблюдать довольно кардинальные изменения в своём эмоциональном интеллекте, самоощущении и сознательной эволюции при условии совмещения данной программы с вашей внутренней работой и намерением.***

- **СЛИШКОМ РАССЛАБИЛИСЬ?** Существует вероятность, что после особенно глубокого сеанса вы почувствуете себя очень расслабленно и захотите прилечь. Этот эффект сходен с тем, который можно испытать после хорошего сеанса массажа или акупунктуры. Это замечательная возможность расслабиться и вчувствоваться в свои ощущения, высвободить стресс, негативные эмоции и освободиться от беспокойства, использовав предпочитаемую вами методику разрядки, в том числе и из нижеприведённого списка.

ССЫЛКИ ПО ТЕМЕ БИОПОЛЯ

Технология биополя
http://www.profoundmeditationprogram.com/biofield-technology-2

- Введение в науку биополя
  http://www.profoundmeditationprogram.com/biofield-science
  - ✓ Часть 1 — Морфический резонанс
  - ✓ Часть 2 — Научные доказательства соединяющей матрицы
  - ✓ Часть 3 — Биополевая технология: Подключение к энергоинформационной матрице

- Наша биополевая методика — http://www.profoundmeditationprogram.com/our-biofield-technology
- Таблица сопоставления биополя и уровня сознания — http://www.profoundmeditationprogram.com/biofield-chart
- Каким образом можно легко усилить биополевую передачу «Саттвы» — http://www.profoundmeditationprogram.com/iawake-biofield-amplify
- Бесплатно скачиваемые мультимедиа-проигрыватели (для использования при усилении биополевой передачи) — http://www.profoundmeditationprogram.com/iawake-biofield-amplify

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

МЕДИТАЦИЯ

Простая и глубокая медитация

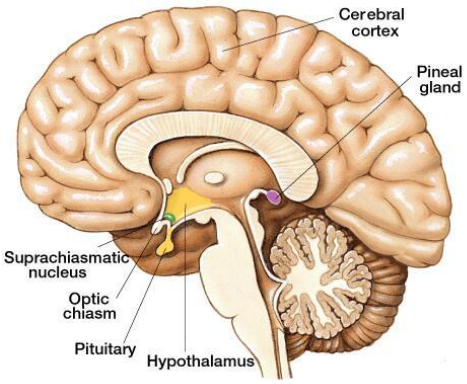
✓ Сядьте в удобное положение с прямой спиной. (Можно сидеть в кресле.)

✓ Закройте глаза и позвольте дыханию углубиться и замедлиться.

✓ Положение рук: A) ци-мудра; B) стиль дзадзен; C) скрещённые пальцы на коленях; D) любое удобное для вас положение

✓ Направьте своё внимание в область чуть выше межбровья. Не нужно напрягаться. Просто разрешите своему взгляду расслабиться в области «третьего глаза», в наиболее естественном положении для глаз. Если глаза дрожат, позвольте взгляду слегка опуститься.

✓ Направляя своё внимание в эту область, вы фокусируете поток энергии (т. е. вашего внимания) на гипофизе и шишковидной железе; они, в свою очередь, высвобождают нейропептиды, вызывающие реакцию расслабления и позволяющие вам погрузиться в более глубокое медитативное состояние.



✓ Гипофиз и шишковидная железа также секретируют гормоны, которые способствуют здоровью и исцелению.

✓ Углубите своё сосредоточение на этой точке, представив, что вы вдыхаете через «третий глаз» светло-золотой свет и жизненную энергию.

- Вдохните энергию через ваш «третий глаз», направьте её по спине в сердце, представив, что сердце расширяется, наполняясь этой мягкой и мощной биополевой энергией.
- Представьте, что ваше сердце расширяется подобно воздушному шарику, наполняясь этой светло-золотой энергией. Позвольте этой энергии впитать в себя все ограничивающие эмоции, беспокойства, убеждения, привязанности, отвращения, тем самым их растворяя.
- При выдохе отпустите себя и представьте, что свет растворяет все ваши сопротивления саморазвитию, распространяясь по всему вашему телу, расширяя ваше биополе света (т. е. ауру).

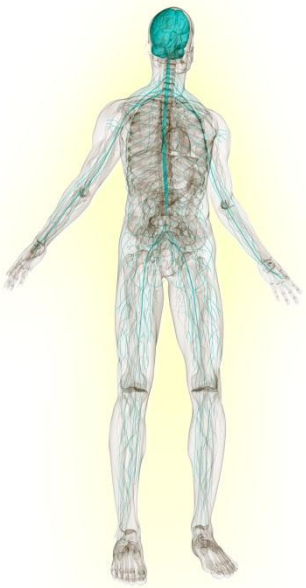
✓ Если ваше внимание начинает отвлекаться и появляются мысли, просто возвратите его к вдыханию энергии через третий глаз в сердце. Удерживайте во внимании намерение воссоединиться со своим

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

духом.

- ✓ Соберите все мысли и истории в сердце во время вдоха и позвольте им раствориться в свете.

- ✓ Осознанно воссоединитесь с ощущением жизненной энергии, которая протекает через ваше физическое и тонкое тела. Позвольте этому ощущению заполнить ваше сознание.



- ✓ После того, как вы научитесь удерживать своё внимание в области третьего глаза в течение некоторого времени, начните замечать мысли, ощущения, образы и т. д., то, как они приходят и уходят. Просто свидетельствуйте их без вынесения суждения об их качестве. В процессе свидетельствования отмечайте, что *вы не есть чувства или* мысли; ***вы есть сознающий свидетель, безмолвно их наблюдающий***. Чем более вы можете обращаться к безмолвному свидетелю, тем более тонкое и мощное пространство открывается внутри вас, и это пространство представляет собой *вашу способность превосходить умственные и эмоциональные привычки*; это, в свою очередь, ***позволяет вам изменять их***.

- ✓ Позвольте себе отдаться звуковому сопровождению: это углубит вашу медитацию.

духовной энергии (т. е. кундалини).

✓ По завершении медитации позвольте себе безмолвно и неподвижно посидеть в течение нескольких минут. Это поможет вам с большей лёгкостью высвободить любой сознательный и подсознательный материал, который проявился во время медитации.

✓ В процессе медитации может быть полезно представить и то, что ваша спина — это «антенна для приёма шакти», которая естественно сонастраивается с жизненной энергией и впитывает её. Ощутите заряд радости и позвольте своему вниманию и сознаванию скользить в пульсации шакти.

❖ В течение многих тысячелетий мастера-сиддхи удерживали внимание на «третьем глазе», чтобы естественным и безопасным образом пробуждать энергию кундалини-шакти.

❖ Мягкое, но мощное влияние биополевой энергии «Саттвы» будет способствовать возникновению и углублению данного медитативного процесса и поможет вам в пробуждении и сохранении здорового течения

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

Глубокое эмоциональное освобождение — теперь просто!

ТЕХНИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СВОБОДЫ EFT БЕЗ УСИЛИЙ

Биополевая нейротехнология от компании «iAwake Technologies» невероятно облегчает и углубляет использование техники эмоциональной свободы (EFT) и иных сходных методик.

- Не нужно простукивать множество акупунктурных точек (можно вообще не простукивать).
- Не нужно запоминать или импровизировать какие-либо слова или фразы.
- Не нужно повторять процесс многократно без особого результата.

Метод №1: ***При проигрывании «Саттвы» (и других CD-дисков линии «NeuroFlow») при помощи MP3-плеера и смартфона.***

- Просто удерживайте проигрывающее устройство (будь то MP3-плеер, айпод, айфон или смартфон) *в левой руке*, если вы правша (это принимающая сторона вашего тела, соответствующая инь).
- Распознайте, где в вашем теле находится неприятное ощущение. (Нередко проявляется в виде ощутимого напряжения или чувства стягивания в животе, солнечном сплетении или сердце.)
- Позвольте сознанию удерживать сосредоточение на ощущении до тех пор, пока оно не рассосётся.
- Для ускорения процесса используйте своё намерение и воображение, чтобы «прочищать» биополевой энергией (подобно направленному лазерному лучу) глубинную корневую причину дискомфортного ощущения, пока напряжение не рассосётся. (См. раздел «Способы использования воображения».)
- Или просто применяйте свою обычную практику простукивания (если вы практикуете EFT); единственным новшеством будет то, что вам потребуется держать проигрывающее устройство в левой руке вместо того, чтобы простукивать ею те или иные акупунктурные точки. (Не беспокойтесь! Мощнейшие импульсы энергии, вложенные в данные программы, будут очень быстро проникать в ваши акупунктурные меридианы и пронизывать энергетические блоки.)

Метод №2: ***При проигрывании «Саттвы» (и других CD-дисков линии «NeuroFlow») на CD-плеере или мультимедиа-проигрывателе на «Макинтоше» или персональном компьютере (ПК).***

- **Медиаплеер на ПК:** Прикоснитесь четырьмя пальцами левой руки к экрану или внешнему динамику; удерживайте руку в таком положении. **CD-плеер:** Прикоснитесь четырьмя пальцами левой руки к CD-плееру или любому внешнему динамику или наушникам, подключённым к CD-плееру; удерживайте руку в таком положении.
- Распознайте, где в вашем теле находится неприятное ощущение.
- Позвольте сознанию удерживать сосредоточение на ощущении до тех пор, пока оно не рассосётся.
- Для ускорения процесса используйте своё намерение и воображение, чтобы «прочищать» биополевой энергией (подобно направленному лазерному лучу) глубинную корневую причину дискомфортного ощущения, пока оно не рассосётся.
- Или просто применяйте свою обычную практику простукивания (если вы практикуете EFT); единственным новшеством будет то, что вам потребуется держать проигрывающее устройство в левой руке вместо того, чтобы простукивать ею те или иные акупунктурные точки.

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

Значительно повысьте эффективность любой технологии эмоциональной разрядки

Технологии биополевой синхронизации от «iAwake Technologies» позволяют значительно ускорить и повысить эффективность практически любой высвобождающей эмоции методики, включая «метод Седоны», «технику разрядки», «эмоциональное очищение», «технику эмоционального освобождения (EFT)», ускоренную EFT, терапию мысленным полем, Ho'oponopono, процесс 3-2-1 работы с тенью, фокусирование, методику десенсибилизации и переработки движением глаз (EMDR) и т. д.

Способы использования воображения и сила намерения

Как указано в базовой инструкции к безусильному эмоциональному освобождению EFT, техника эмоциональной свободы и практически любой другой процесс эмоциональной разрядки можно значительно ускорить и расширить путём (1) прочувствования, где в теле находится эмоциональное напряжение или ощущение стягивания, (2) безусильного сосредоточения внимания на этом ощущении и одновременно с этим *использования воображения для того, чтобы наполнять энергией биополя корневую проблему этого ощущения до тех пор, пока ощущение не рассосётся и не возникнет выраженное чувство облегчения.*

На это вы могли бы возразить: «Отлично, но я плохо справляюсь с визуализацией в виде образов». Не беспокойтесь, это не проблема. Когда я использую слова «воображение» или «визуализация», то не имею в виду, что вам нужно удерживать совершенно ясный или даже частичный зрительный образ, чтобы техника эффективно подействовала.

Независимо от того, осознаётся это вами или нет, вы прибегаете к воображению каждый день, но не обязательно в виде зрительных образов. Если бы, к примеру, я спросил вас, что вы думаете о ком-то, кто вас раздражает, ваш ответ, скорее всего, был бы эмоционально окрашен. И это эмоциональное качество вызывается из-за внутренних чувственных образов/воспоминаний (например, ощущаемых качеств, зрительных образов, запахов и, возможно, даже звуков), которые возникают в ответ на имя этого человека. Наше воображение ежедневно обращается к подобным чувственным (но необязательно зрительным) образам.

Сильнейший растворитель: По сути, мы используем энергию биополя в комбинации с намерением и приверженностью исцелению в качестве мощного *растворителя* для рассеивания любого препятствия, возникающего на пути духовного развития и служения: дисфункциональные эмоции, убеждения, зависимости, навязчивые мысли и действия, мнения и сомнения, страхи, самоограничения и т. д.

Намерение: Когда доходит до использования технологии биополевой синхронизации от компании «iAwake Technologies» для высвобождения привязанностей и ощущений неприязни или отвращения, самым важным катализатором исцеления служит ваше *намерение* использовать эту энергию для высвобождения всего, что препятствует вашему счастью, развитию и служению. Если вы просто *вознамеритесь* использовать эту мощнейшую энергию в этих целях, *ваша же собственная интуиция и созидательное начало проведут вас к использованию энергии биополя наилучшим для вас образом*. Вы можете научиться довериться вашему духу как проводнику. Данная мощная энергия биополя будет откликаться на ваше намерение и помогать вам легче и быстрее воссоединяться с внутренне присущей вам мудростью.

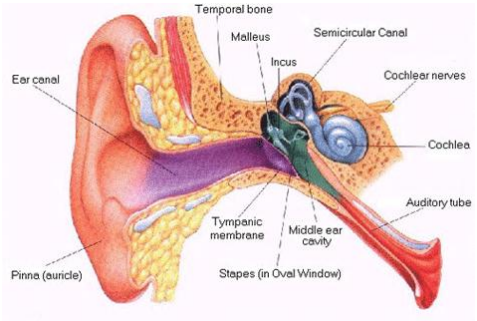
Принятие: Неважно, что вы хотите высвободить или разрядить, вы сможете более легко отпустить этот феномен, когда научитесь открыто, искренне и безоценочно принимать его в своём сознавании.

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

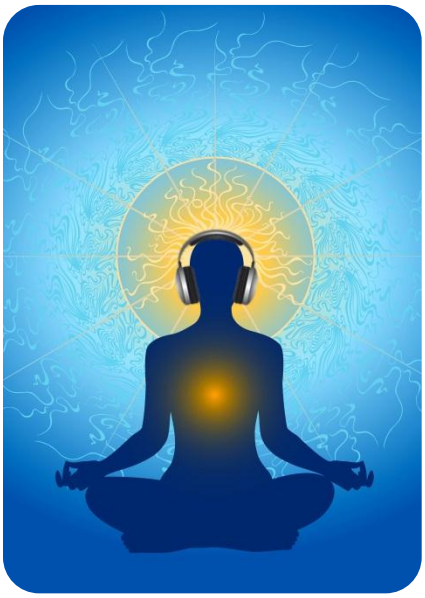
Прочувствуйте полностью свои ощущения, без привязанности к ним или отождествления с ними.

Зрительный способ: Если вы склонны использовать зрительное воображение, просто визуализируйте энергию биополя как целительный белый свет. Вы можете «направлять» энергию в корневую причину эмоционального напряжения или стягивания (т. е. ощущения в теле) или наполнять корневую причину напряжения этой сильнейшей, но при этом мягко воздействующей энергией, пока напряжение полностью не растворится.

Кинестетический способ: Если вы склонны к кинестетическому способу воображения (через тело), вы можете положить свою руку на тот участок тела, где вы ощущаете напряжение. Теперь просто направьте намерение на то, чтобы погрузить это ощущение в волны исцеляющей и мощной энергии биополя и просто представьте, как оно рассеивается. Энергия биополя откликнется на ваше намерение.



Аудиальный способ: Если вы склонны к аудиальному воображению (через слуховой канал), то сведите к минимуму ваш внутренний диалог. Тип эмоционального высвобождения, описываемый в данной инструкции, сосредоточен на мягком, открытом и внимательном сознавании, а не интеллектуальном размышлении и разговоре с самими собой. Однако использование различных вопросов может быть полезно для того, чтобы вызывать мягкую эмоциональную разрядку. Перечень возможных вопросов включает: «Могу ли я позволить себе изменить это ощущение в любовь?», «Могу ли я отпустить это?», «Могу ли я позволить себе прочувствовать это ощущение и его самую глубинную корневую причину?» Затем просто намерением наполните корневые причины ощущений целительной энергией биополя и позвольте себе представить, как ощущение растворяется. Не беспокойтесь, если у вас нет зрительного образа. Просто направьте своё намерение на исцеление и доверьтесь процессу, а затем отмечайте, как растворяется неприятное ощущение.



Энергия биополя останется с вами

После медитативного прослушивания в наушниках программы «Саттва» в течение часа и более вы заметите, что энергия биополя остаётся с вами в течение всего дня. Это происходит оттого, что мощная технология биополевой синхронизации наполняет энергией ваше биополе и организм, продолжая резонировать на тонком, но от этого не менее осязаемом уровне в течение дня. Это значит, что вы можете продолжать использовать энергию биополя при помощи вашего намерения и воображения для того, чтобы растворять любой эмоциональный дискомфорт, сопротивление, привязанность или неприязнь.

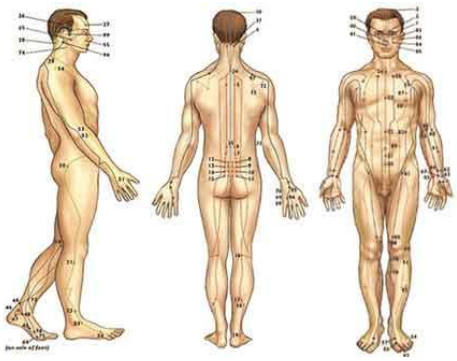
Ключевым моментом для духовного и личностного роста является процесс отпускания всего, что ***не*** есть вы, дабы всё, что вы *есть на самом деле*, естественно воссияло в вашей жизни. Уникальная технология биополевой синхронизации от «iAwake» позволяет облегчить процесс отпускания и высвобождения не только посредством преодоления эмоциональной «брони», которая скрывает корневые причины проблем, но также и путём увеличения вашего *потока жизненной силы*, который может переживаться как живительное и при этом расслабляющее блаженное ощущение. Усиление жизненного потока позволит вам подключиться к своему глубинному осознанию более простым образом, ощущать себя более комфортно, воссоединиться с источником силы. Так вы сможете исследовать обычно некомфортные и зачастую вытесненные ощущения, которые ранее заставляли вас

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

застревать в собственных ограничениях.

Всего лишь немного практики, и метод безусильного эмоционального освобождения EFT станет… ну, практически безусильным. Когда вы замечаете что-либо, что не является чувством умиротворённости, радости или счастья, просто осознайте напряжение в теле и прогоните через него энергию биополя. За относительно короткий промежуток времени вы сможете разрядить застрявшие эмоции без каких-либо значительных усилий. Всё, что требуется, это ваше намерение и приверженность самоисцелению.

Механизм работы технологии биополя в процессах эмоциональной разрядки



Энергия биополя будет посылать энергетические импульсы по ключевым акупунктурным меридианам для того, чтобы помочь быстрой разрядке и растворению блоков, которые ранее удерживали проблему на месте.

Хотя точные механизмы действия ещё не полностью изучены, имеющиеся данные говорят в пользу того, что данные импульсы целительной энергии проходят через акупунктурные меридианы, прерывают и растворяют привычные нейронные пути, являющиеся проводниками дисфункционального эмоционального паттерна, с которым ведётся работа.

Совмещение вашего намерения и исцеляющей биополевой технологии в значительной степени ускоряет и углубляет любую технологию, основанную на простукивании акупунктурных точек и меридианной системе.

Наша биополевая методика

Мы используем цифровые энергетические частоты (записанные при помощи комплексных технологий тонких энергий и компьютерного обеспечения) различных веществ и состояний сознания, которые затем тысячекратно усиливаем при помощи уникального технологического процесса. Мы используем только те энергетические поля, которые прошли углублённое тестирование при помощи продвинутых методов радиоэстезии. Мы применяем только те энергетические сигнатуры, в отношении которых доказано, что они приводят к глубоко положительным физическим, эмоциональным и духовным эффектам. Во время проигрывания данные аудиофайлы излучают энергетическое поле, которое влияет на биополе человека и вызывает выраженные состояния блаженства и умиротворения.

Подробнее о научных исследованиях биополя

Дополнительная информация по науке биополя доступна в специальном разделе нашего вебсайта — «Технологии биополя»: http://www.profoundmeditationprogram.com/biofield-technology-2.

Рекомендуемая литература по теме эмоционального освобождения

Craig, G. *The EFT Manual*. Energy Psychology Press, 2011. На русском: *Крэйг Г.* Техника эмоциональной свободы: Акупрессура и депрограммирование сознания. — 2011.

Crane, L. *The Abundance Book: Teaching The Amazing Release Technique* . Lawrence Crane Enterprises, 1998.

Dwoskin, H. *The Sedona Method: Your Key to Lasting Happiness, Success, Peace and Emotional Well-Being*. Sedona: Sedona Press, 2003. На русском: *Двоскин Г.* Метод Седоны. — 2006.

Dwoskin, H., and L. Levenson. *Happiness Is Free: And It's Easier Than You Think*! Sedona: Sedona Press, 2002. На русском: *Двоскин Г., Левенсон Л.* Не в деньгах счастье. — 2007.

Gendlin, E.T. *Focusing*. New York: Bantam, 2002. На русском: *Джендлин Ю.* Фокусирование. Новый психотерапевтический метод работы с переживаниями. — 2012.

Katz, M. *The Easiest Way to Live: Solve Your Problems and Take the Road to Love, Happiness, Wealth and the Life of Your Dreams*. Your Business Press, 2011.

McVea, N. *Release Dynamics*. Self-published in electronic format, 1996.

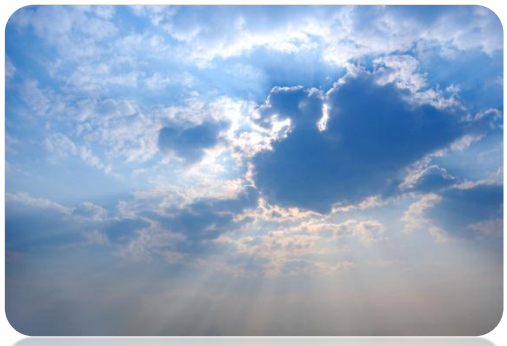
Ruskan, J. *Emotional Clearing: An East / West Guide to Releasing Negative Feelings and Awakening Unconditional Happiness.* R Wayler & Co, 2006.

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

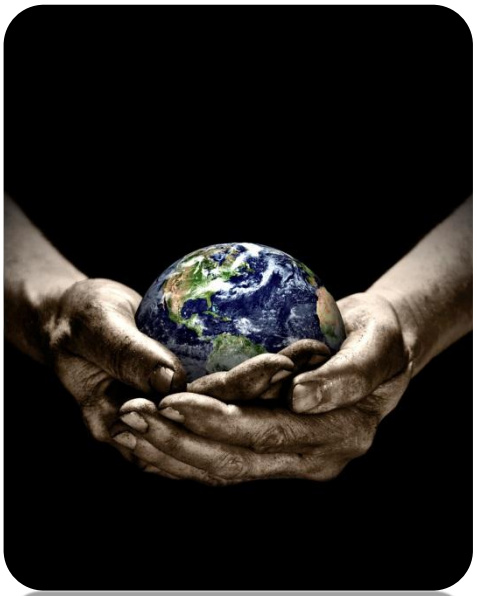
Советы по эмоциональному освобождению

- Расслабляющие и приятные энергии «Саттвы» будут сопровождаться также и углублённым осознанием важных фиксаций, которые вам важно отпустить. Вы ощутите их в виде напряжения, тревоги или сопротивления, скрывающихся где-то позади испытываемого блаженства. Будьте уверены: это ОЧЕНЬ положительный знак, ведь вы теперь всецело готовы отпустить эти разновидности сопротивления. Ниже приложены инструкции и рекомендации по ускорению процесса отпускания и высвобождения.

- Вы обнаружите, что углублённое чувство радости и блаженства на самом деле способствуют вашему ещё более глубокому расслаблению и погружению в корневую причину всех сопротивлений, которые проявляются в вашем теле, сознании и жизни. И по мере того, как вы естественным образом их будете отпускать, ваше чувство блаженства, обновлённости и оптимизма без каких-либо усилий с вашей стороны будет усиливаться и сиять по прошествии дней. Вы просто будете всё более и более счастливы, а жизнь начнёт бить ключом. Ещё полезно обращать внимание на то, чтобы отпускать блаженство по мере того, как оно возникает. Чем более вы отпускаете всё, что возникает (даже блаженство), тем более блаженным и лёгким станет ваше самоощущение, пока в результате вы не высвободитесь в глубинное чувство спокойствия и невозмутимости.



- Важно понимать, что практически весь дискомфорт, испытываемый вами, имеет отношение к тому или иному виду сопротивления; а сопротивление есть нечто, что мы активно делаем, как правило — бессознательно. При более глубоком погружении можно обнаружить, что длительное действие **всех** состояний беспомощности (таких, как депрессия, бессилие, безнадёжность, страх, ревность, похоть и т. д.) возникает из одного-единственного убеждения: *это убеждение в том, что предельное благополучие и глубочайшее чувство удовлетворения лежит где-то вовне, за пределами меня самого.*



- Только лишь когда мы всецелом осознаем, что мы есть подлинный источник своего же счастья, мы сможем стать менее склонны к нездоровым длительным проявлениям подобных состояний. И этот источник счастья имеет отношение не только к нашим деяниям, но и к непрерывному переживанию *нашей истинной природы*. Когда происходит углубление этого переживания, жизнеутверждающие действия появляются в качестве естественного следствия.

- Предыдущий совет имеет отношение к идее принятия полной ответственности за свою жизнь: то есть ваши восприятия, убеждения, привязанности, отвращения, проекции и так далее сотворяют ваш опыт реальности. В таком случае единственный способ изменить свой опыт — это принять ответственность за него и отпустить сознаваемые и бессознательные элементы, которые породили данный опыт. Ключ здесь состоит в том, чтобы не винить себя, ведь даже хотя вы и ответственны за свой опыт, в действительности большую его часть вы создаёте бессознательно. Подлинная ответственность, тем самым, требует скромности,

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

смирения, милосердия, терпения и благодарности за то, что вам представляется возможность поучиться на собственном опыте и, стало быть, изменить его.

- Разрешите себе осознавать напряжения в теле, связанные с состоянием ошеломления.

- Далее в инструкции приведены вспомогательные вопросы, которые созданы для того, чтобы мягко привести вас к глубинному высвобождению из ловушек сопротивления дальнейшему росту и развитию. Применяя к себе эти вопросы, как во время медитации, так и в течение дня, вы сможете легко расслабиться и пребывать во внутренней свободе. И по мере практики такого расслабления в вашем мозге будут создаваться преобразующие нейрональные связи между теми зонами, которые отвечают за чистые эмоциональные переживания, и теми, что связаны с осознанностью и сознаванием. Это приведёт не только к спонтанному высвобождению эмоциональной и энергетической энтропии, но и к более тонким и комплексным эмоциональным процессам. В конечном счете, вам эти вопросы могут перестать быть нужны, так как вы всё легче и легче будете «вчувствоваться» в корень сопротивления и быстрее отпускать его.

- Глубокое, медленное, ритмичное и относительно свободное дыхание очень поможет процессу.

- Можете ли вы дать имя своему дискомфорту? Является ли это тревога относительно предстоящего события, чувство неполноценности, стыда, страха, фрустрации? Нейронаучные исследования показывают, что наименование (без осуждающих оценок) своих эмоций и чувств активирует нейрональные связи, которые позволяют урегулировать опыт таких расстраивающих переживаний посредством снижения активности реакции страха в амигдале (миндалевидном теле).

- А теперь можете ли вы отпустить процесс наименования ощущений? Можете ли вы позволить себе просто окунуться в само ощущение без необходимости давать ему имя? Хотя первоначально наименование чувств помогает сонастроиться с ними и почувствовать себя более комфортно в них, длительная привязанность к подобным ярлыкам мешает нам просто ощутить корень дискомфорта, свободный от ожиданий, допущений и нездоровой привязанности.

- Сопротивляетесь ли вы чувству? Можете ли вы разрешить себе оставить сопротивление? Можете ли вы разрешить себе ещё больше отпустить сопротивление? И ещё больше? Готовы ли вы просто отпустить?

- Можете ли вы позволить себе осознать ощущение пространства, окружающее и пронизывающее это чувство? Ограничено ли это пространство и то, как вы его переживаете, вашим телом? Выходит ли это пространство далеко за пределы вашего тела и вашего переживания этого чувства? Можете ли вы разрешить своему переживанию этого чувства расшириться в пространство вокруг вас и далеко за пределы вашего тела? Можете ли вы теперь ощущать это чувство из бесконечного пространства, тишины, вневременности, окружающих ваше тело и распространяющихся далеко за его пределы? Осталось ли испытываемое вами чувство столь же интенсивным сейчас? Быть может, оно несколько рассеялось? Можете ли вы разрешить себе

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

продолжать омывать данное чувство вашим сознаванием безграничного пространства, тишины и вневременности?

- Можете ли вы просто разрешить себе мягко погрузиться в корень чувства? Можете ли вы позволить получившимся интенсивным чувствам омыть вас, пребывая в полном осознании и открытом принятии по мере того, как они рассеиваются в бесконечном поле вневременного пространства сознания?

- Можете ли вы разрешить себе представить, что вам ничего вообще не нужно делать?

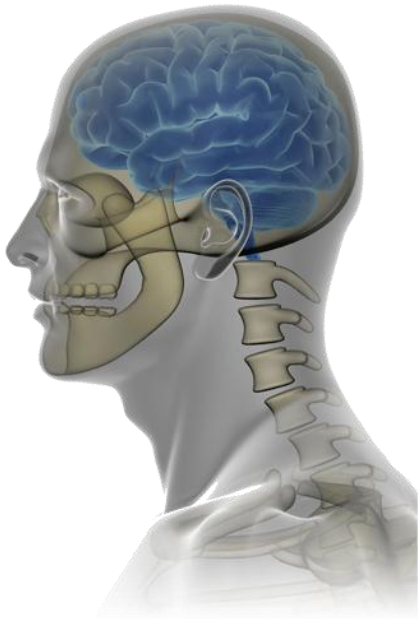
- Можете ли вы отпустить любую значимость или все смыслы, которые вы спроецировали на какое-то событие или ситуацию в жизни?

- Можете ли вы представить себя совершенно целостным и пребывающим в бесконечном умиротворении, без какой-либо нужды в чём-либо вообще? Можете ли вы позволить чувству предельной и совершенной целостности спонтанно возникать в пространстве вашего внимания?

- Если есть страх, можете ли вы разрешить себе взглянуть ему в глаза и примириться с ним? Как только вы окинете взором самое плохое, что может случиться, и примиритесь с ним путём принятия и высвобождения этого опыта, вы лишите этот страх власти над вами. Что самое худшее, что может произойти? Позвольте себе пережить наихудший сценарий из всех возможных с полным осознанием, и вы обнаружите, как результате страх рассеется (если пробудете с ним достаточно долго), ведь вы обратили на него неизменное внимание.

Краткая заметка по нейроволновому паттерну «Эволюционировавший разум», содержащемуся в биополевых сигналах «Саттвы»

В то время, как выделенный Си Максвеллом Кэйдом нейроволновой паттерн под названием «пробуждённый разум» («Evolved Mind») довольно хорошо известен среди практикующих медитацию, гораздо менее известно, что он открыл другой, ещё более продвинутый паттерн, названный им паттерном «эволюционировавшего разума» («Awakened Mind»).



При помощи «Зеркала разума» («Mind Mirror») — уникального ЭЭГ-аппарата, сконструированного данным учёным, он открыл наличие экстраординарного баланса между высокоамплитудной бета-, альфа-, тета- и дельта-активностью в мозге опытных медитаторов и духовных практиков. В его интерпретации, данный паттерн является глубинным мостом, интегрировавшим в едином потоке сознающий разум с подсознанием, а также индивидуальным и коллективным бессознательным. Этот паттерн регистрировался, когда испытуемые сообщали о переживании ничем не обусловленного чувства радости, блаженства и безграничного сознания.

Биополевые сигналы, закодированные в «Саттве», содержат этот паттерн мозговых волн «эволюционировавшего разума». Как следствие, вы не только на своём опыте переживёте искомые нейроволновые паттерны, обеспечиваемые звуковой стимуляцией, встроенной в эту программу (альфа), но благодаря сигналам биополевой синхронизации вы сможете ещё и насладиться множеством других нейроволновых паттернов. Это позволяет применить более сбалансированный и естественный подход, который способствует большей интеграции подсознательного и бессознательного материала, который в противном случае ограничивал бы духовное и эмоциональное развитие.

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

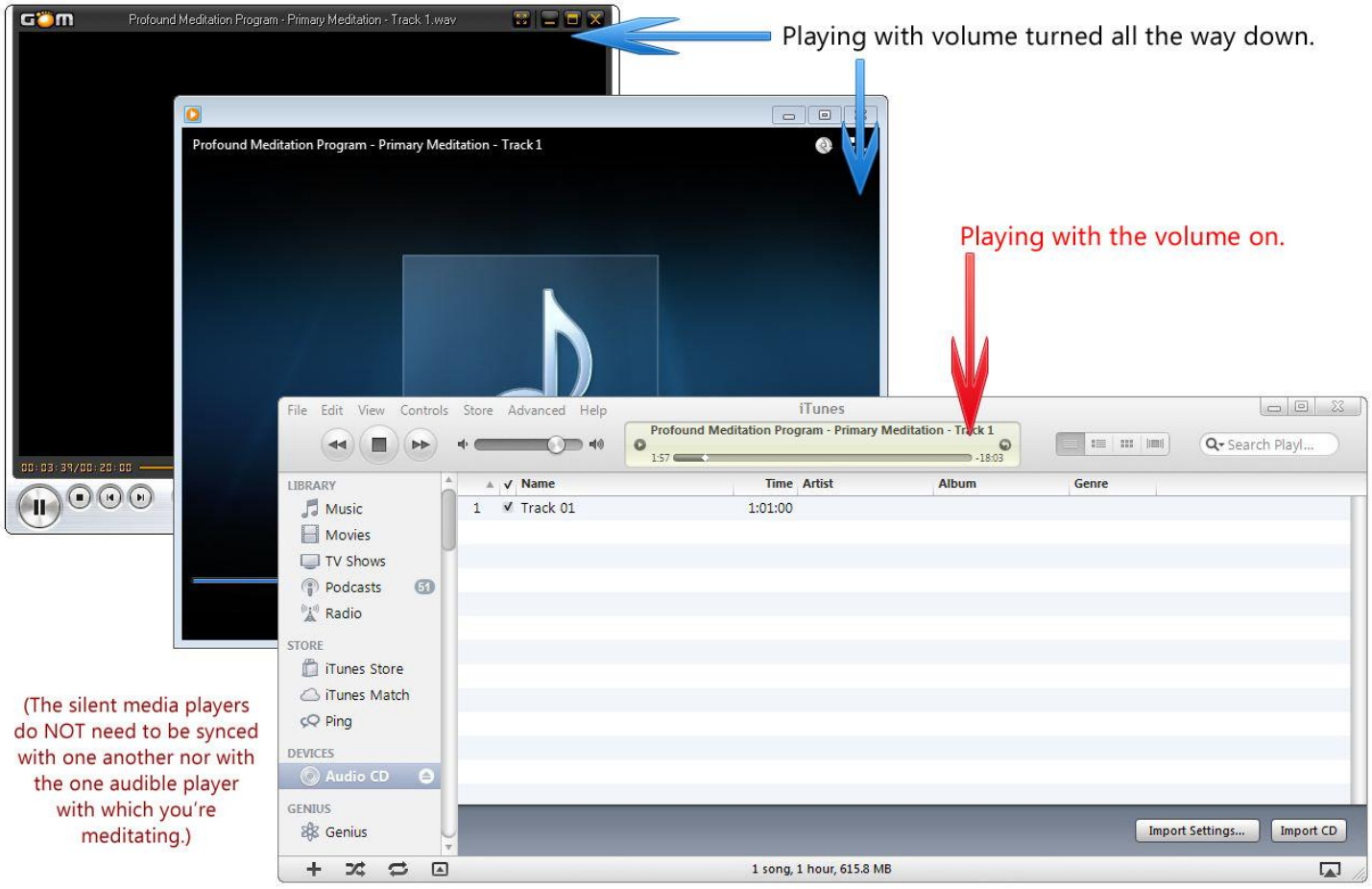
Чтобы более проявленно испытать на себе действие паттерна «эволюционировавшего разума» в процессе медитации, вы можете обратиться к следующему разделу — «Каким образом можно легко усилить биополевую передачу „Саттвы“».

Каким образом можно легко усилить биополевую передачу «Саттвы»

Беззвучная стимуляция

Иногда вы можете оказаться в ситуации, когда вы хотели бы пережить на себе умиротворяющие эманации биополевых частот «Саттвы», но при этом было бы неуместно носить наушники или слушать музыку. Нет проблем! Просто поставьте «Саттву» в режим повтора на вашем айподе, медиаплеере или смартфоне, затем понизьте уровень громкости до нуля и забудьте о наушниках. Просто держите плеер при себе, в кармане. Благодаря мощной технологии биополевой (тонкоэнергетической) синхронизации, содержащейся в «Саттве» *от неё будут исходить эманации глубоко расслабляющего энергетического поля даже при нулевом уровне громкости!* Некоторым людям легче будет сознательно обнаружить эффект этого энергетического поля, другим сложнее, но ваше тело и биополе всё равно уловят сигнал и получат положительный эффект.

Усиление биополевой передачи



Существует способ многократно усилить мощность биополевой передачи «Саттвы» (и любых других продуктов «iAwake») при помощи ряда инструментов, некоторые из которых бесплатны и легкодоступны большинству жителей Запада.

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

Мы рекомендуем следующие методы / виды усиления биополевой передачи:

- **Метод нескольких медиаплееров, включённых одновременно:** На большинстве ноутбуков/ПК/маков установлено более одного медиапроигрывателя (например, iTunes, Windows Media Player, RealPlayer, QuickTime и др.). (Ниже приведёт список бесплатных медиапроигрывателей, доступных для скачивания.) Добавьте «Саттву» во все ваши медиапроигрыватели. Создайте плейлист (список проигрывания) в каждом медиапроигрывателе и добавьте туда трэки, которые вы хотите прослушать. Одновременно запустите все созданные плейлисты, но при этом убавьте громкость до нуля в каждом из медиаплееров. В это может быть трудно поверить, но каждый из трэков «Саттвы», проигрываемых во множестве медиаплееров, тем не менее будет излучать скомбинированную биополевую передачу, которая намного более мощна, нежели при проигрывании только лишь одного трэка. Чем больше вы прибегаете к этому методу, тем более мощным будет биополе. Вы также можете прослушивать с полным звуком трэк в одном из проигрывателей, если хотите использовать его для медитации.

  - ✓ **Пример:** Скажем, вы хотите усилить биополевую передачу «Саттвы». Вы можете запустить этот диск или файл на стольких медиапроигрывателях, сколько у вас есть, создав для этого плейлист на каждом из проигрывателей. Теперь просто начните проигрывать трэк на каждом из плееров одновременно (и не беспокойтесь о том, чтобы синхронизировать их звучание, так как вы приглушите громкость до нуля во всех проигрывателях, кроме одного) и включите громкость в одном из медиапроигрывателей, отключив у остальных. Вот и всё! Биополевая передача усилена! (Некоторые программы-медиаплееры позволяют открывать несколько проигрывателей параллельно в одной и той же программе.)

Чем больше вы усиливаете биополе, тем более выраженными будут ваши переживания и эффекты от конкретного биополевого продукта. Пожалуйста, помните о том, что вы можете осознанно сонастроиться с этими биополевыми энергиями ради ускорения вашей духовной практики и развития. Подробная информация о методиках сонастройки изложена в разделах данного руководства, предоставляющих информацию о биополевой технологии, эмоциональной разрядке и технике эмоциональной свободы (EFT) без усилий.

Бесплатные медиаплееры

- iTunes - http://www.apple.com/itunes/download/
- Windows Media Player - http://windows.microsoft.com/en-us/windows/products/windows-media-player
- QuickTime - http://www.apple.com/quicktime/download/
- VLC Player – http://videolan.org/
- GOM Player – http://player.gomlab.com/eng/download/
- SongBird – http://getsongbird.com/
- Media Jukebox - http://mediajukebox.com/
- KM Player - http://www.kmplayer.com/forums/forumdisplay.php?f=25
- Media Monkey – http://www.mediamonkey.com/download/
- RealPlayer - http://www.real.com/realplayer
- Rhapsody – http://www.rhapsody.com/software
- Winamp - http://www.winamp.com/media-player/en
- AVS Media Player - http://www.avs4you.com/AVS-Media-Player.aspx

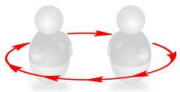
All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

Поддержка клиентов iAwake — ссылки:

Profound Meditation на Facebook:
https://www.facebook.com/ProfoundMeditationProgram

Profound Meditation — форум практиков:
https://www.facebook.com/groups/profoundmeditation/

Бесплатные телесеминары, проводимые каждую вторую неделю:
http://www.profoundmeditationprogram.com/teleseminars



Коучинг и консультации:

http://www.profoundmeditationprogram.com/coaching

ЧаВО:

http://www.profoundmeditationprogram.com/faqs-meditation-audio

Блог:

http://www.iawakeblog.com/

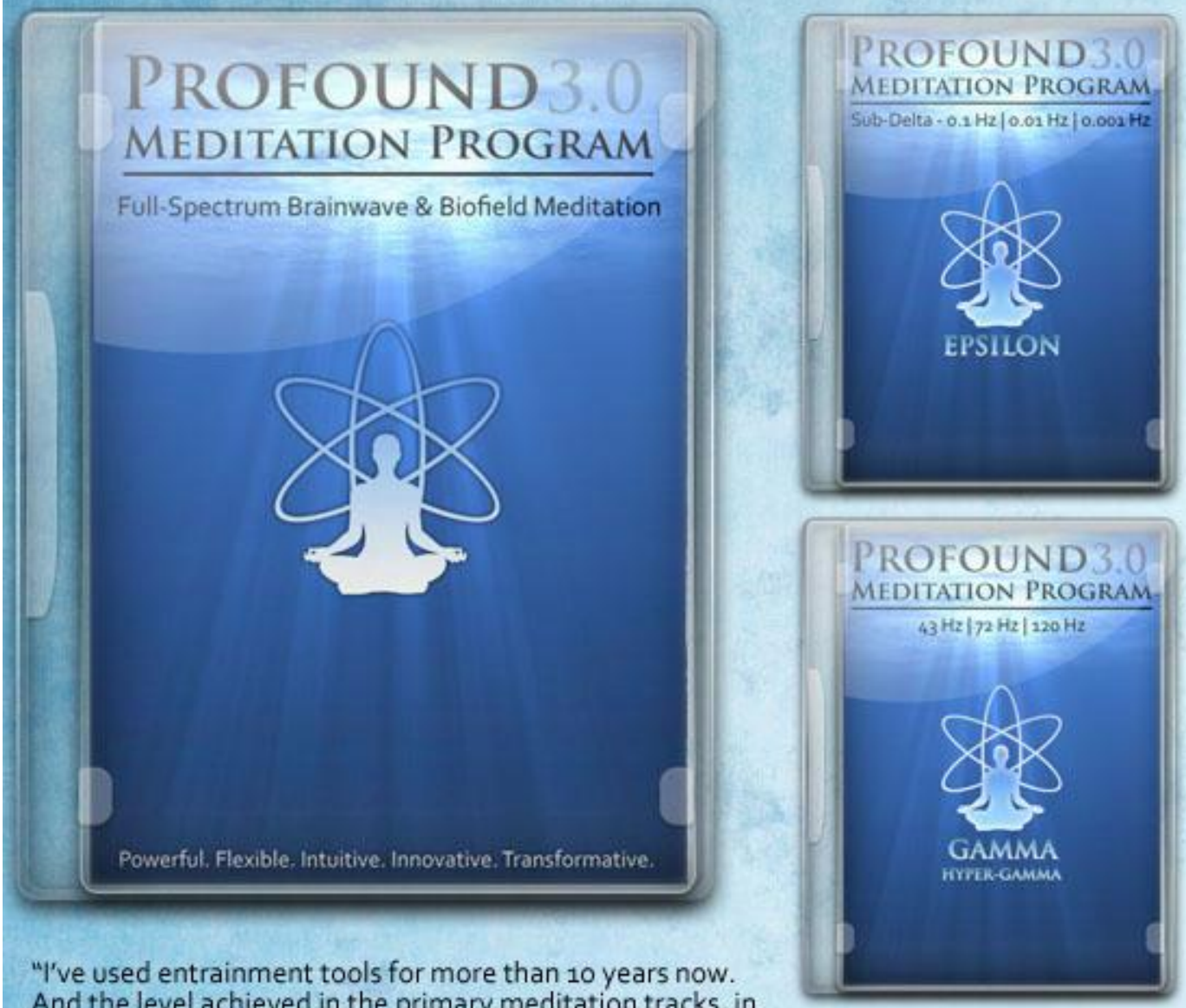
Служба поддержки клиентов:

iawake.team@gmail.com

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.

Official Release Date

AUGUST 16, 2012



"I've used entrainment tools for more than 10 years now. And the level achieved in the primary meditation tracks, in terms of "power" of entrainment is astounding. PMP 3.0 is in a league of its own. The packages have a remarkable value for anyone who wants to dive into a meditation practice. The products are top of the line. They deliver what they're supposed to and the support that is offered, like the weekly free teleseminar, makes it easy to put your effort into a practice that will have a direct impact on your spiritual path."

~ Frédérick Dumas

All contents (audio and print) copyright © 2012 iAwake Technologies. All rights reserved.