

Turiny

PASIKEITIMO MALDA

Įvadas	12
Atsakomybės pamokos	13
Pasikeitimo malda	18

PRAKTINIS DAKTARO VALERIJAUS SINELNIKOVO KURSAS

Pratarmė	29
Įžanga. Apie save ir apie tai, kaip viskas prasidėjo... ..	30
<i>1 skyrius.</i> PASAULĖŽIŪRA. DVIEJŲ RŪŠIŲ PUIKYBĖ. TEISINGO PASIRINKIMO PRINCIPAS	33
<i>2 skyrius.</i> PASINĖRIMO IR PASĀMONINIO PROGRAMAVIMO METODAS	43
1 etapas. Problemos nustatymas	45
2 etapas. Vaizdo sukūrimas	46
3 etapas. Atsakymų „TAIP“ — „NE“ vaizdinis gavimas	48
Pirštų metodas	50
Švytuoklės metodas	51
4 etapas. Pirmasis magiškas klausimas	51
5 etapas. Antrasis magiškas klausimas	53
6 etapas. Trečiasis magiškas klausimas	54
7 etapas. Ekologinis patikrinimas	56
8 etapas. Prisijungimas prie ateities	56
9 etapas. Pasikeitimų patikrinimas	57
<i>3 skyrius.</i> GYVENIMO LINIJA. „AŠ“ — ĮVAIZDIS SAVĖS — LAIMINGO ŽMOGAUS	59
<i>4 skyrius.</i> ŽODŽIO JĖGA. ABĖCĖLĖ	66
<i>5 skyrius.</i> BAIMĖ — SARGAS	73
Vaizdinių pakeitimo metodas	77
Kino salės metodas	80
<i>6 skyrius.</i> SANTYKIAI TARP VYRO IR MOTERS. VYRAS — ŽMONA. KONFLIKTAI TARP ASMENYBIŲ. VIDINIO ASMENYBĖS KONFLIKTO APRAIŠKA. TĖVAI — VAIKAI	82
Motina — sūnus	91
Motina — dukra	93
Tėvas — sūnus	95
Tėvas — dukra	96
Vaikai — tėvai	99

TURINYS

7 skyrius. APIE MEILĘ SAU. PATARIMAI PRADEDANTIEMS MYLĖTI SAVE	102
8 skyrius. AUTOMOBILINĖ TEMA	106
9 skyrius. DAR KARTĄ APIE SVEIKATĄ IR LIGAS	108
Racionali mityba	119
10 skyrius. APIE PINIGUS. NAMŲ DARBAI. DOVANOS	123
11 skyrius. SAPNAI	127
Pabaiga	130

PASLAPTINGA ŽODŽIO JĖGA. MEILĖS FORMULĖ

Pratarmė	133
<i>Šviesa ir Šešėlis</i>	135
PASLAPTINGAS TEKSTAS	136
Pradžioje buvo Žodis	141
Žodžio burtai	143
Kas yra kalba?	145
Magiškų žinių sistema	146
Kam reikalinga kalba?	147
Pasakyti kažką — padaryti tai	149
Kaip žodžiai veikia mūsų gyvenimą	151
<i>Kova su Šešėliu</i>	158
MŪSŲ PROTĖVIŲ KULTŪRA	159
Žodžio jėga	169
Kas suteikia žodžiams jėgos?	177
Mokomės taisyklingai kalbėti	178
Kalbos dalys	178
Vaizdingumo mokslas	179
Žodžio skaidrinimas	180
Kas yra raidė?	181
Minčių keitimas	185
Išsilaisvinimo-apsivalymo apeiga	190
Priėmimo ritualas	191
Minčių inventorizacija pasąmonės sandėlyje	191
Minties išsilaisvinimas	194
<i>Senimas porina</i>	199
ŽODIS	200
Emocijų prigimtis	209
Emocijų kilmė	210
Baimė	210
Nuoskauda	213
Kaltės jausmas	215
Gailestis	216
Susierzinimas, įniršis ir pyktis	219
Pavydas	220
Pavyduliavimas	220

TURINYS

Meilės formulė	224
Meilės grafikas	229
Meilės jėga	234
Meilės vaizdai	234
Meilė sau	234
Meilė tėvams	236
Meilė žmogui / vyrui	237
Meilė vaikams	239
Meilė giminaičiams	241
Meilė tautai	243
Meilė Tėvynei, valstybei	249
Meilė Žemei, Gamtai	251
Meilė Visatai	252
<i>Pievo</i>	255
Literatūros sąrašas	256

PROTĖVIŲ PAVELDAS

Įvadas	258
Prologas	259
GIMINĖS PAMOKOS	263
1 pamoka. Susipažinkime	263
2 pamoka. Labas, Gimine	267
3 pamoka. Giminės apibrėžimas	273
4 pamoka. Giminės genograma	278
Tėvų universitetui „TĖVAI IR VAIKAI“	286
Kūrybinės dirbtuvės „MAN IŠ PROTĖVIŲ JĖGŲ ĮGAUTI“	288
5 pamoka. Giminės paveldėtojai	293
Tėvų universitetui „TĖVAI — VAIKAI“	298
Giminės skaitmenavimas	300
6 pamoka. Apie psichologinę įtampą	306
Tėvų universitetui „TĖVAI IR VAIKAI“	311
7 pamoka. Giminės kelrodis	314
8 pamoka. Pažintis su Rodologijos varjantais	319
9 pamoka. Diskusija apie poreikius	324
10 pamoka. Psichologinė Giminės programos nuostata	328
11 pamoka. Giminė kaip atvira biosocialinė sistema	335
Meistriškumo pamoka „GIMINĖS IR ŠEIMOS KULTŪRA“	340
Vieša konsultacija „Karštoji kėdė“	342
Genosociogramos analizė	344
Korekcija	351
Psichologinė korekcijos nuostata	354

Kūrybinės dirbtuvės „GIMINĖS GALIA“	359
Giminės Medžių Alėjoje	368
Susitikimas su Žmonijos Gimine	373

GYVENIMO ŠEIMININKO VADOVĖLIS

Pratarinė	376
1 pamoka. Apie tai, kad žmogus yra Visatos dalelė, kurios tikslas — siekti Visybės, Dievo	377
2 pamoka. Apie tai, kas yra gyvenimo pagrindas ir visko, kas gyva, šaltinis	377
3 pamoka. Apie tai, koks sąmonės vaidmuo mūsų gyvenime	378
4 pamoka. Apie tai, kuo skiriasi tikra Realybė nuo mūsų Realybės modelio	378
5 pamoka. Apie tai, koks privalo būti svarbiausias kiekvieno žmogaus ketinimas	378
6 pamoka. Apie žmogaus kalbą kaip apie unikalų pasaulio sukūrimo įrankį	379
7 pamoka. Apie tai, kaip kalba, mintis, žodis veikia žmogaus sąmonę	379
8 pamoka. Apie gebėjimą mąstyti kaip nuostabiausią dovaną, duotą mums, kad išsiaiškintume savo Tikrąjį Kelią	380
9 pamoka. Apie tai, kokią galią turi Žodis ir rusų abėcėlės raidė	380
10 pamoka. Apie tai, kur slypi žodžio galia	381
11 pamoka. Apie vaizdinius ir kūrimo procesą	382
12 pamoka. Apie tai, kad bet kuri mintis — mūsų tyro ketinimo realizavimas	382
13 pamoka. Apie tai, kaip teisingai naudotis žodžiu	383
14 pamoka. Apie svarbą suvokti savo dieviškąją kilmę	383
15 pamoka. Apie tai, kaip išsiaiškinti negatyvias mintis ir jų tyrus ketinimus	384
16 pamoka. Apie tai, kaip atlikti išsilaisvinimo—apsivalymo apeigą	384
17 pamoka. Apie tai, kaip atlikti priėmimo apeigą	384
18 pamoka. Apie tai, kaip atlikti minčių inventorizavimą sąmonės sandėlyje	385
19 pamoka. Apie būtinumą mąstyti gimtąją kalbą	386
20 pamoka. Apie būtinumą išvalyti sąmonę nuo negatyvių minčių ir negatyvios informacijos	386
21 pamoka. Apie būtinumą suvokti savo galias ir gerbti aplinkinį pasaulį	386
22 pamoka. Apie žmogaus minties, laisvės ir tikėjimo galią	387
23 pamoka. Apie ligų atsiradimo priežastį	387
24 pamoka. Apie tai, kas yra liga	387
25 pamoka. Apie ligą kaip saviugdos priemonę	388
26 pamoka. Apie tai, kokios būna puikybės pasekmės	388
27 pamoka. Apie nepasitenkinimą ir jo pozityvumą	389
28 pamoka. Apie tai, ko reikia norint atsikratyti pragaištingo elgesio	389
29 pamoka. Apie tai, ko galite sulaukti kritikuodami ir smerkdami aplinkinius žmones	390
30 pamoka. Apie tai, kuo pavojinga panieka	390
31 pamoka. Apie nedraugiškumą ir jo pragaištingą jėgą	390
32 pamoka. Apie neapykantą ir mokėjimą priimti pasaulį tokį, koks jis yra	391
33 pamoka. Apie tai, kokias ligas gali sukelti susierzinimas dėl jus supančio pasaulio	391
34 pamoka. Apie tai, kaip nukreipti pyktį ir įniršį pozityvia tėkme	392
35 pamoka. Apie tai, kaip nuoskaudą paversti meile	392
36 pamoka. Apie tai, kokios pragaištingos galios turi kerštas	393
37 pamoka. Apie tai, kaip reikia vertinti pralaimėjimą, kad nejaustumėte apmaudo	393
38 pamoka. Apie trumpiausią kelią į nusivylimą	394
39 pamoka. Apie piktžodžiavimą, piktas mintis ir ilgaamžiškumą	394

40 pamoka. Apie pagyrūniškumo prigimtį ir mokėjimą būti kukliam	394
41 pamoka. Apie klaidingą supratimą, kas yra kaltė	395
42 pamoka. Apie tai, ar žmogui reikalinga savikritika	395
43 pamoka. Apie tai, kokią neigiamą poveikį mums ir mūsų gyvenimui daro baimė	396
44 pamoka. Apie tai, kaip nepasitikėjimą ir abejones padaryti savo sąjungininkais	396
45 pamoka. Apie gailėstį ir atjautą mūsų gyvenime	396
46 pamoka. Apie nusiminimą ir apgailėstavimų nenaudingumą	397
47 pamoka. Apie apsirijimą ir pozityvų jo vaidmenį	397
48 pamoka. Apie savanaudiškumą, gobšumą ir mokėjimą duoti ir imti	398
49 pamoka. Apie tai, kad pavydas — vienas iš būdų sunaikinti mus supantį pasaulį	398
50 pamoka. Apie veidmainystę ir ją sukeliančias priežastis	399
51 pamoka. Apie tiesą ir melą	399
52 pamoka. Apie tai, kad meilė — ne kas kita, kaip pašonės agresija	400
53 pamoka. Apie pavyduliavimą kaip apie negatyvių jausmų kompleksą	400
54 pamoka. Apie tai, kokių pozityvių ketinimų turi lytinis palaidumas	400
55 pamoka. Apie tai, kokius kelio tarpsnius reikia nueiti, kad taptumėte sveiki	401
56 pamoka. Apie būtinumą peržiūrėti asmeninę istoriją	401
57 pamoka. Apie būtinumą įsigilinti į save	402
58 pamoka. Apie tai, kaip permąstyti negatyvias situacijas	402
59 pamoka. Apie ligos ir žmogaus minčių ryšį	402
60 pamoka. Apie tai, kas yra galvos skausmų priežastis	403
61 pamoka. Apie tai, ką dažniausiai kamuoja migrena	403
62 pamoka. Apie tai, kodėl blogėja atmintis ir kokia amnezijos funkcija	403
63 pamoka. Apie tai, kodėl žmones kamuoja neuralgija	404
64 pamoka. Apie tai, kodėl išsivysto auglys	404
65 pamoka. Apie tai, su kuo susijęs strėnų skausmas	404
66 pamoka. Apie tai, kokių minčių pasekmė yra insultai, paralyžiai ir parėzės	404
67 pamoka. Apie ką byloja galvos svaigulys	405
68 pamoka. Apie tai, kokia būna poliomieliito priežastis	405
69 pamoka. Apie tai, dėl ko atsiranda epilepsija, ir kaip ją galima išsigydyti	405
70 pamoka. Apie vaikų tikų ir hiperaktyvumo priklausomybę nuo jų tėvų elgesio ir minčių	406
71 pamoka. Apie tai, kas kliudo žmogui užmigti	406
72 pamoka. Apie tai, dėl kokio mūsų elgesio sunegaluoja ausys	406
73 pamoka. Apie tai, dėl kokios priežasties išsivysto akių ligos	407
74 pamoka. Apie ligas, kurios silpnina širdį — meilės ir džiaugsmo buveinę	408
75 pamoka. Apie tai, kas sukelia kraujagyslių ligas	408
76 pamoka. Apie problemas, susijusias su kraujagyslių sistemos veiklos sutrikimu	409
77 pamoka. Apie ką signalizuoja limfinės sistemos sutrikimai	410
78 pamoka. Apie tai, kokių pozityvų vaidmenį turi kvėpavimo organų ligos	410
79 pamoka. Apie tai, ką reiškia nosies ir burnos negalavimai	411
80 pamoka. Apie tai, ką pašonės lygmeny reiškia skrandžio ligos	412
81 pamoka. Apie tai, ką reiškia kepenų ir tulžies pūslės ligos	413
82 pamoka. Apie tai, kaip kasai sugrąžinti sveikatą, o gyvenimui — saldumą	414
83 pamoka. Apie tai, kaip išmokti priimti naujus dalykus ir atsikratyti pasenusių; taip pat apie tai, kaip išsigydyti žarnyną	414
84 pamoka. Apie tai, kaip liautis nuodyti savo gyvenimą ir normalizuoti inkstų bei šlapimo pūslės veiklą	415
85 pamoka. Apie tai, dėl ko atsiranda moterų ligos, ir ką moteriai būtinai reikia daryti, kad būtų sveika ir laiminga	415
86 pamoka. Apie tai, ką turi žinoti būsimoji arba jauna mama	417
87 pamoka. Apie tai, kaip atsiranda vyrų lyties organų ligos	418

TURINYS

88 pamoka. Apie tai, kokia yra venerinių ligų priežastis, ir kokią teigiamą funkciją atlieka venerinės ligos	419
89 pamoka. Apie tai, kokią funkciją vykdo antsvoris	419
90 pamoka. Apie ką signalizuoja artritas ir reumatas	420
91 pamoka. Apie tai, ką simbolizuoja kaklas, nugara ir kojos, ir ką reiškia šių kūno dalių negalavimai	420
92 pamoka. Apie tai, kokias funkcijas atlieka oda, ir kokios mintys bei veiksmai sukelia odos problemų	421
93 pamoka. Apie tai, kas sukelia alergiją, dilgėlinę, bėrimą	421
94 pamoka. Apie tai, kaip išsigydyti egzemą, neurodermitą ir psoriazę	422
95 pamoka. Apie tai, kur gali nuvesti izoliavimasis nuo aplinkinio pasaulio, nepasitenkinimas savimi, taip pat užgniaužtas pyktis	422
96 pamoka. Apie tai, kodėl atsiranda problemų dėl plaukų ir nagų ir kaip tų problemų galima išvengti	423
97 pamoka. Apie tai, kokios mintys ir jausmai gali organizme sukelti uždegimą ir kaip nuo jo galima išsigydyti	423
98 pamoka. Apie tai, kaip pritraukiame į savo gyvenimą nelaimingus atsitikimus bei skausmus ir kaip į juos reikia reaguoti	424
99 pamoka. Apie tai, ką signalizuoja auglys, ir ką reikia daryti, kad vėl būtume sveiki	424
100 pamoka. Apie tai, kaip išsigydyti nuo potraukio alkoholiui ir tabakui	425
101 pamoka. Apie tai, kad vaiko liga — signalas tėveliams: keiskitės patys	426
102 pamoka. Apie tai, kas yra geriausias vaistas nuo visų ligų	426
103 pamoka. Apie būtinybę imtis atsakomybės už savo gyvenimą	426
104 pamoka. Apie tai, kaip galima suplanuoti savo dieną	427
105 pamoka. Apie tai, kad žmogaus gyvenimas — tai jo teigiamų Ketinimų įgyvendinimas	428
106 pamoka. Apie tai, kaip sukurti Ketinimą ir jį valdyti	428
107 pamoka. Apie tai, kaip suvokti gausos principą ir kaip juo naudotis	429
108 pamoka. Apie tai, kaip sukurti Ketinimo vaizdinį	429
109 pamoka. Apie tai, kokie ištekčiai būtini, norint įgyvendinti Ketinimą	430
110 pamoka. Apie tai, kaip minčių tyrumas padeda įgyvendinti Ketinimą	431
111 pamoka. Apie tai, kaip realizuoti Ketinimą fiziniame pasaulyje	432
112 pamoka. Apie tai, kokios kliūtys gali užkirsti kelią Ketinimui įgyvendinti	432
113 pamoka. Apie tai, kaip svarbu turėti svajonę, kai norime įgyvendinti savo Ketinimus	433
114 pamoka. Apie Gyvenimo šeimnininko pozicijos svarbą įgyvendinant Ketinimą	433
115 pamoka. Apie tai, kad kiekvienas žmogus kuria savą realybės modelį	434
116 pamoka. Apie tai, kaip suvokti modelį „auka—tironas“	434
117 pamoka. Apie tai, ką reiškia modelis „šeimininkas“	434
118 pamoka. Apie požiūrį į kito žmogaus pasaulį	435
119 pamoka. Apie būtinumą sukurti Meilės erdvę	436
120 pamoka. Apie Meilę kaip apie gaivingą energiją	436
121 pamoka. Apie harmoningą vyriškojo ir moteriškojo prado darną žmoguje	437
122 pamoka. Apie tai, kaip mes žudome Meilę ir ką reiškia save mylėti	437
123 pamoka. Apie tai, ką reiškia būti Dievu ir turtingu žmogumi	437
124 pamoka. Apie tai, kas yra pinigai ir kam jie reikalingi	438
125 pamoka. Apie tai, koks požiūris į pinigus yra teisingas	438
126 pamoka. Apie tai, kas sieja mūsų požiūrį į save su pinigų kiekiu	439
127 pamoka. Apie tai, kaip pasąmoningas nenoras gyventi šiame pasaulyje sukelia pinigų stygių	439

TURINYS

128 pamoka. Apie pinigų garbinimą kaip apie antrą finansinio nestabilumo priežastį	439
129 pamoka. Apie teisingą požiūrį į pinigus kaip į aukščiausią dvasingumo apraišką	440
130 pamoka. Apie tai, kad baimė taip pat yra pinigų stokos priežastis	440
131 pamoka. Apie ką įspėja pinigų problemos	441
132 pamoka. Apie godumą kaip apie vidinę kliūtį siekiant turto	441
133 pamoka. Apie pavydą kaip apie dar vieną priežastį, kodėl atsiranda problemų dėl pinigų	441
134 pamoka. Apie tai, kaip moralinės skolos sukelia finansines skolas	442
135 pamoka. Apie gailestį kaip apie jausmą, per kurį atsiranda skolų	442
136 pamoka. Apie tai, ką reikia daryti, kad nustotume gyventi skolon	442
137 pamoka. Apie tai, kaip pritraukti turtus į savo gyvenimą	443
138 pamoka. Apie tai, kodėl būtina padėti žmonėms, ir kaip tą daryti teisingai	444
139 pamoka. Apie tai, kokie yra pajamų šaltiniai	445
140 pamoka. Apie tai, kokį vaizdinį mums sukelia žodis „darbas“	446
141 pamoka. Apie tai, kaip rasti širdžiai mielą darbą	447
142 pamoka. Apie kūrybinės veiklos būtinumą	448
143 pamoka. Apie tai, kaip rinktis darbą, turint omenyje mokamą atlyginimą	448
144 pamoka. Apie tai, kokios yra darbo funkcijos	449
145 pamoka. Apie tai, kas yra individuali darbinė veikla ir kam ji tinka	450
146 pamoka. Apie socialinių dotacijų sektoriaus vaidmenį mūsų gyvenime	450
147 pamoka. Apie tai, kaip tapti įmonės savininku	451
148 pamoka. Apie tai, kas yra vidiniai ištekliai, reikalingi įmonei įkurti	451
149 pamoka. Apie tai, kas yra išoriniai ištekliai, reikalingi įmonei įkurti	452
150 pamoka. Apie finansų išmanymą	452
151 pamoka. Apie tai, kokiu gali atsirasti kliūčių, kuriant savo įmonę	453
152 pamoka. Apie tai, kokiu yra investavimo formų	454
153 pamoka. Apie tai, kokias žmogus gauna Visatos dovanas ir kaip jas teisingai vertinti	455
154 pamoka. Apie žmogaus kuriamų vaizdinių galią ir apie tai, kaip susidaro vaikų vaizdiniai	456
155 pamoka. Apie tai, kas yra švietimas ir vaizdumas, ir kokį tai daro poveikį vaikų auklėjimui	457
156 pamoka. Apie tai, kas būtina gyvenimo erdvei sukurti	458
157 pamoka. Apie tai, kas yra Tėvynė, ir kaip Tėvynė susijusi su gyvenimo erdve	459
158 pamoka. Apie tai, kas yra Tiesa ir Tikėjimas, ką šios sąvokos reiškia mūsų gyvenime	459
159 pamoka. Apie tai, kaip svarbu teisingai bendrauti su materialiu pasauliu	460
160 pamoka. Apie dieviškumo pradą kiekviename žmoguje ir apie suvokimą, kaip apie pirmą žingsnį kelyje link Dievo	461
Pabaigos žodis	462
PRIEDAS	463