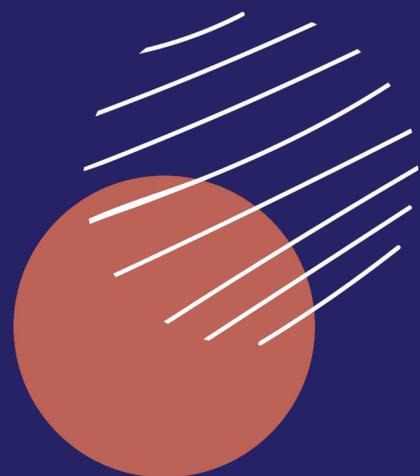


# Андрей Ширай

Новосибирск



Даосская концепция  
«Пять видов бессмертия»  
в контексте современной  
ЖИЗНИ.



**БИОХАКИНГ**

ФАКТЫ БЕЗ МИФОВ



Конфуцианство: жизнь есть  
служение.

Будь благородным мужем, уважай  
своих предков, начальство и  
императора.



Буддизм: жизнь есть страдание.

Практикуй Восьмеричный Путь и когда  
нибудь (через пару десятков  
перерождений) обретёшь  
просветление.



**БИО  
ХАКИНГ**

Цель бессмертия для даосов - получить  
возможность для полной самореализации  
(достаточно времени, защищённость, чудесные способности).



## Пять видов бессмертия в даосской традиции:

- Человеческий бессмертный - назад в юность
- Земной бессмертный - можно жить бесконечно
- Небесный бессмертный - неуязвимый
- Бессмертный призрак - тупик развития
- Бессмертный Дао - полная самореализация.



**БИО  
ХАКИНГ**

Человеческое бессмертие –то, как человек выглядит в 16 лет.

Все функции на максимуме.

Организм быстро восстанавливается после болезней.

Возвращение к этому возрасту  
– путем тренировок, эликсиров, аскезы.



## Земной бессмертный.

- Нет предела жизни, человек живет бесконечно долго, но его можно убить извне.
- Должен быть учитель, который помогает и отгоняет злобных существ.
- В основном в монастыре.



**БИО  
ХАКИНГ**

## Небесный бессмертный.

- Нельзя убить.
- Может исчезать и появляться.
- Телепортация.
- Устойчивость к ядам.
- Супермен.



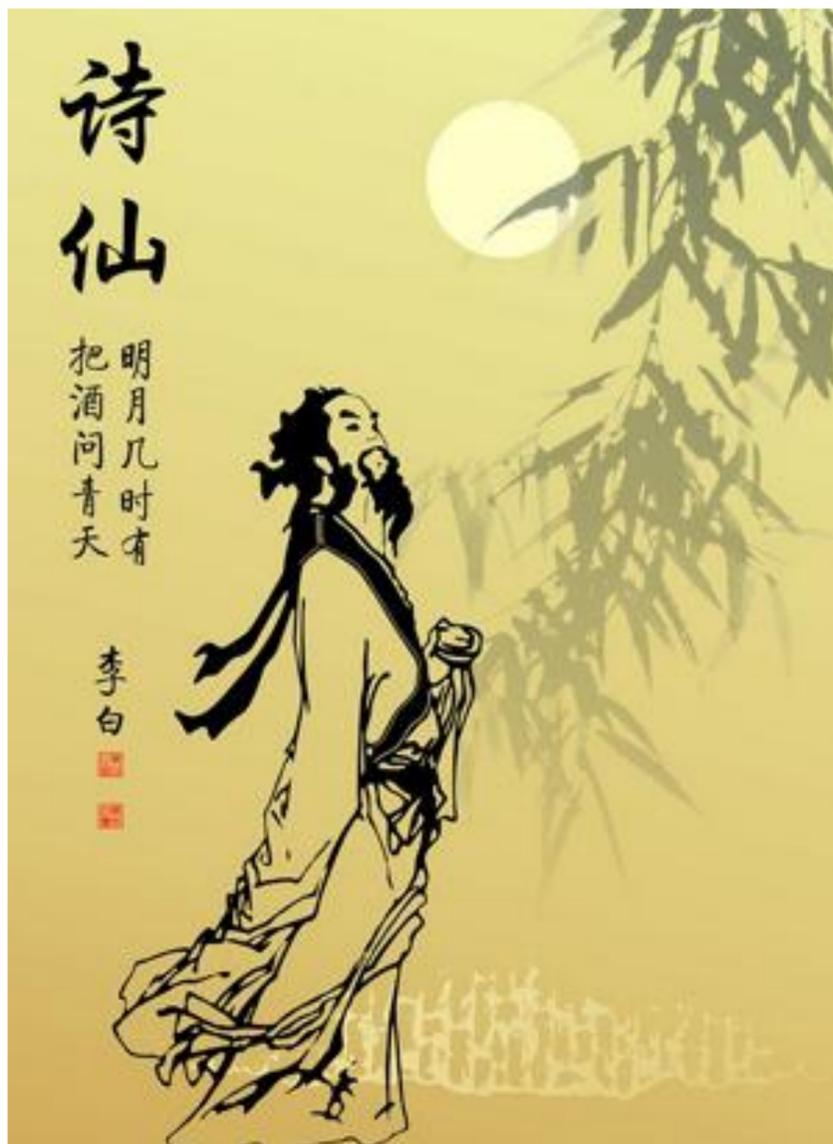
## Бессмертный Дао.

- Полное просветление.
- Управляет всем телесным.
- Может создать клона усилием воли и перемещать сознание среди клоном.
- Контроль над материей и над разумом.
- Никто не может даже подобраться.
- Это действительно хороший вариант )))



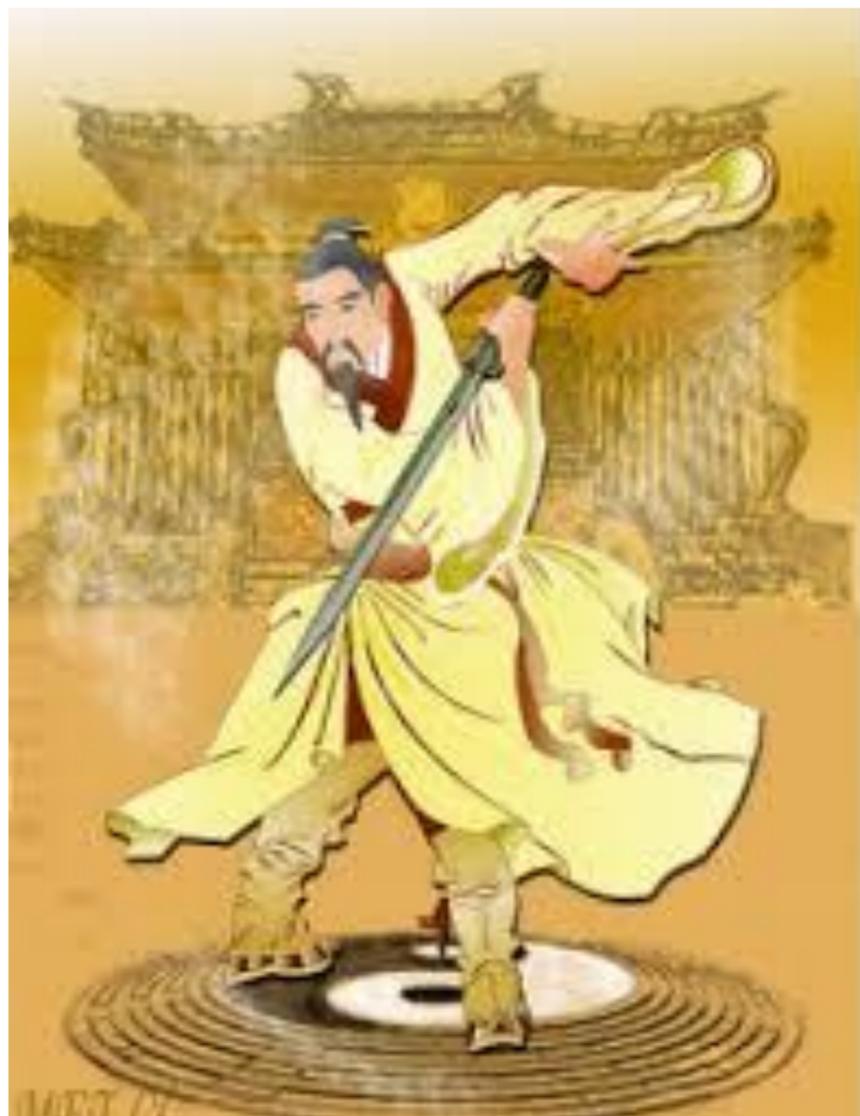
## Призрачный бессмертный.

- Дух.
- Привидение.
- Если регулярно выходить из тела – подготовка.
- Никогда не достигнут истинного бессмертия.
- Сделать ничего не могут, а даосизм – религия деятельная.



Древнекитайский поэт-небожитель Ли Бо.

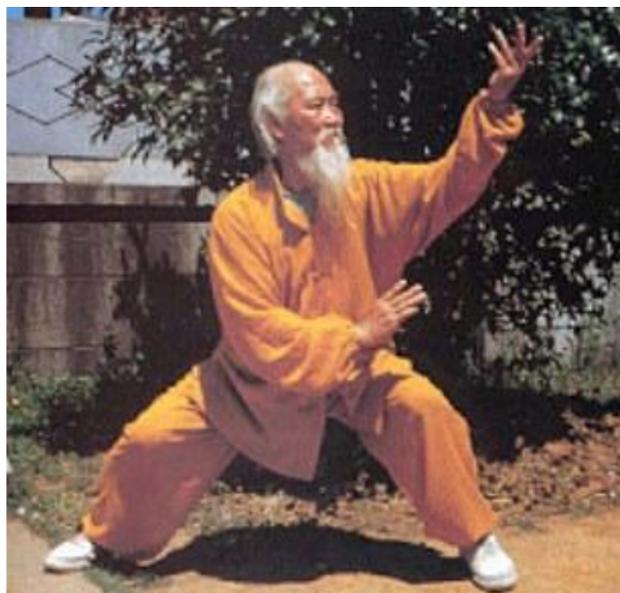
Любил писать стихи, танцевать с мечом, пить вино и встречаться с женщинами.



Легендарный даос Чжан Сань Фэн.

Прародитель всех даосских школ  
боевого искусства.

День его рождения празднуется по  
всему миру как День Тайцзицюань.



Люй Цзыцзянь – самый долгоживущий  
из  
известных нам даосов.  
Умер в 2012 году в возрасте  
118 лет и 11 месяцев от удара тупым  
предметом по голове.





## Система "питания жизни" (Ян Шэнь Гун)

- Правильное питание (еда, чай, вино, диеты, БАДы, травы, эликсиры).
- Правильное поведение (тренировки, секс, аскеза).
- Правильное мышление (медитации, контроль чувств, непривязанность, пустотное сознание)



**БИО  
ХАКИНГ**

Формула правильного состояния:

В теле лёгкость.

В сердце радость.

В голове пустота.



## Современная практика продления жизни без сект и фанатизма:

- Режим дня.
- Самодисциплина.
- Осознанность в еде, поведении, привычках.
- Активная жизнь, активность во всем - в еде, во сне, в тренировках, в сексе, в медитации.
- Общение с противоположным полом.