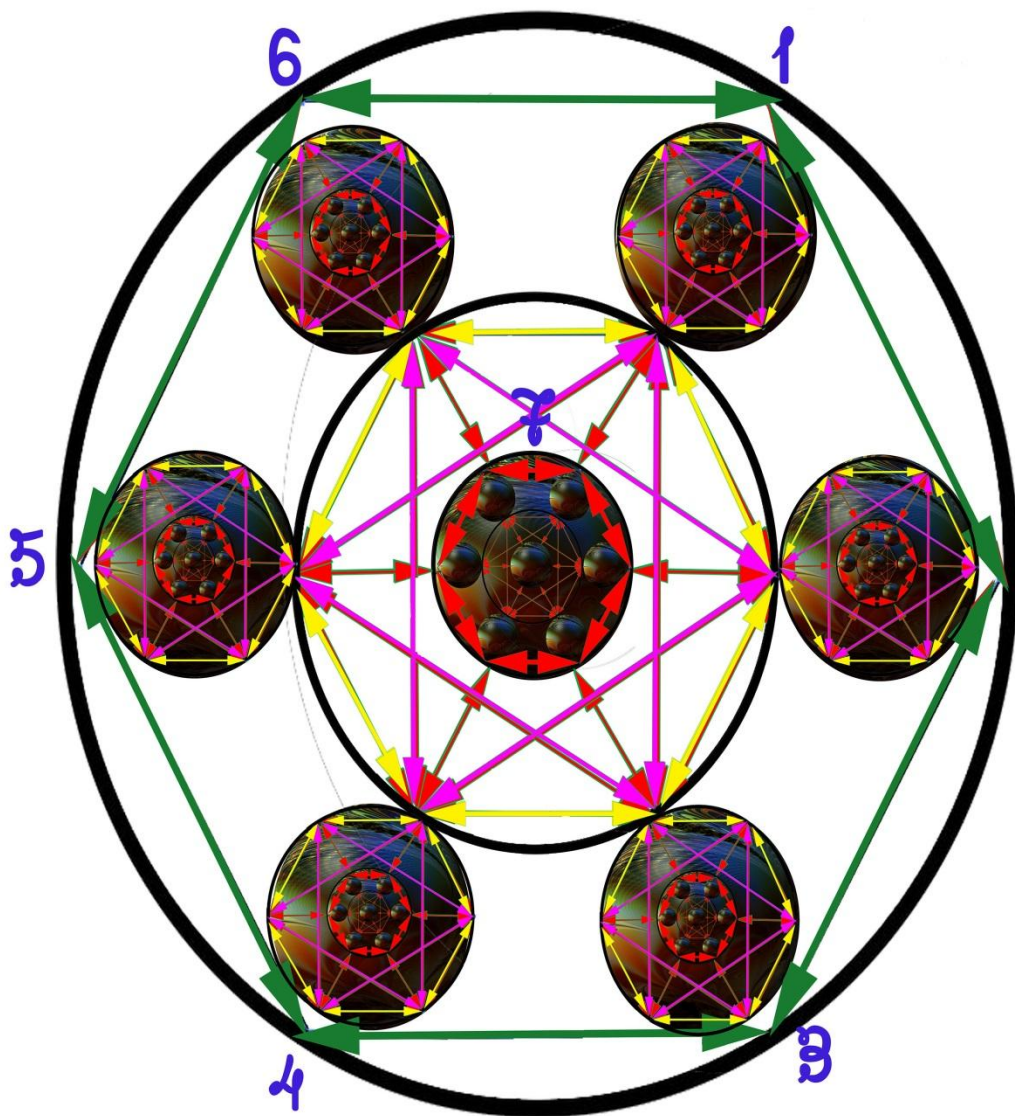


- 1.1. Физическое
- 1.2. Духовное
- 1.3. Эмоциональное
- 1.4. Интеллектуальное
- 1.5. Семейное
- 1.6. Общественное
- 1.7. Управление

# 1. ЖЕЗНЬ



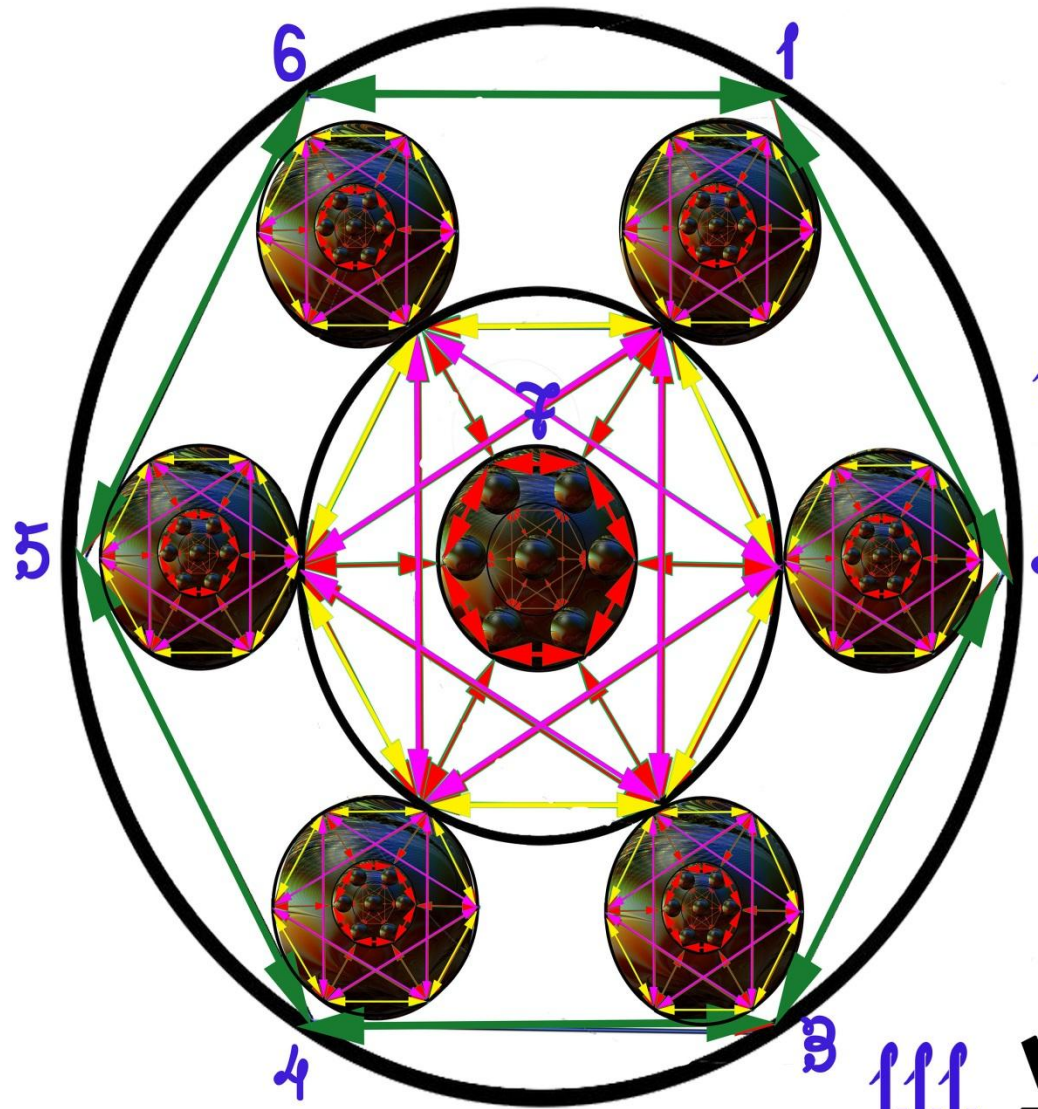


- 1.1.1. Упражнение
- 1.1.2. Петанье
- 1.1.3. Толование
- 1.1.4. Жаклавание
- 1.1.5. Дыхание
- 2 1.1.6. Восстановление
- 1.1.7. Управление

1.1. Физическое =  
это есть

**ЖИЗНЬ**

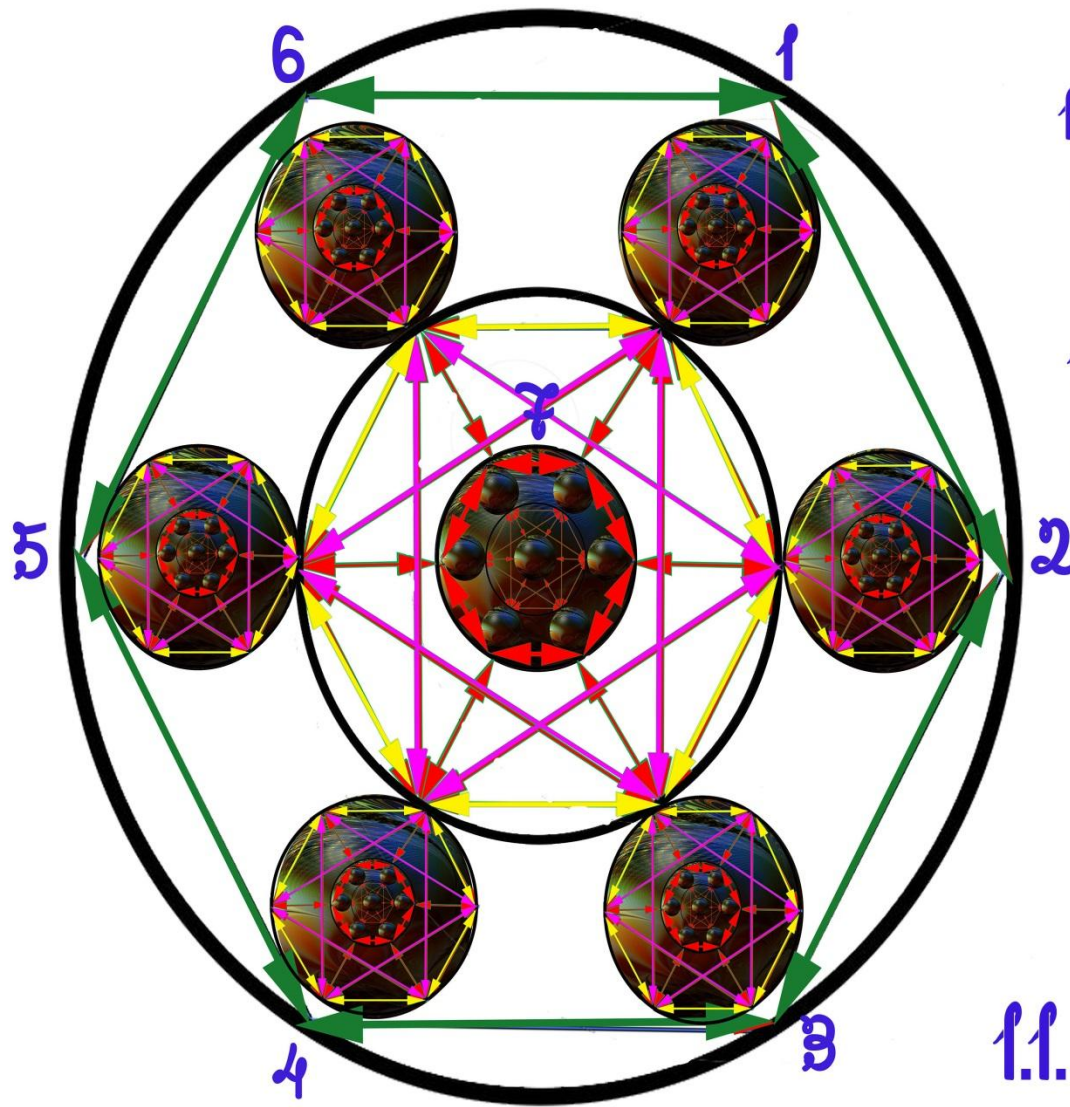




- 1.1.1. СЛОВЫЕ
- 1.1.2. КРОСС
- 1.1.3. СТАТУЖКА
- 1.1.4. ПЛАВАНЬЕ
- 1.1.5. РАСТЯЖКА
- 1.1.6. КООРДИНАЦИОНЬЕ

# 1.1.1. УПРАЖНЕНИЯ





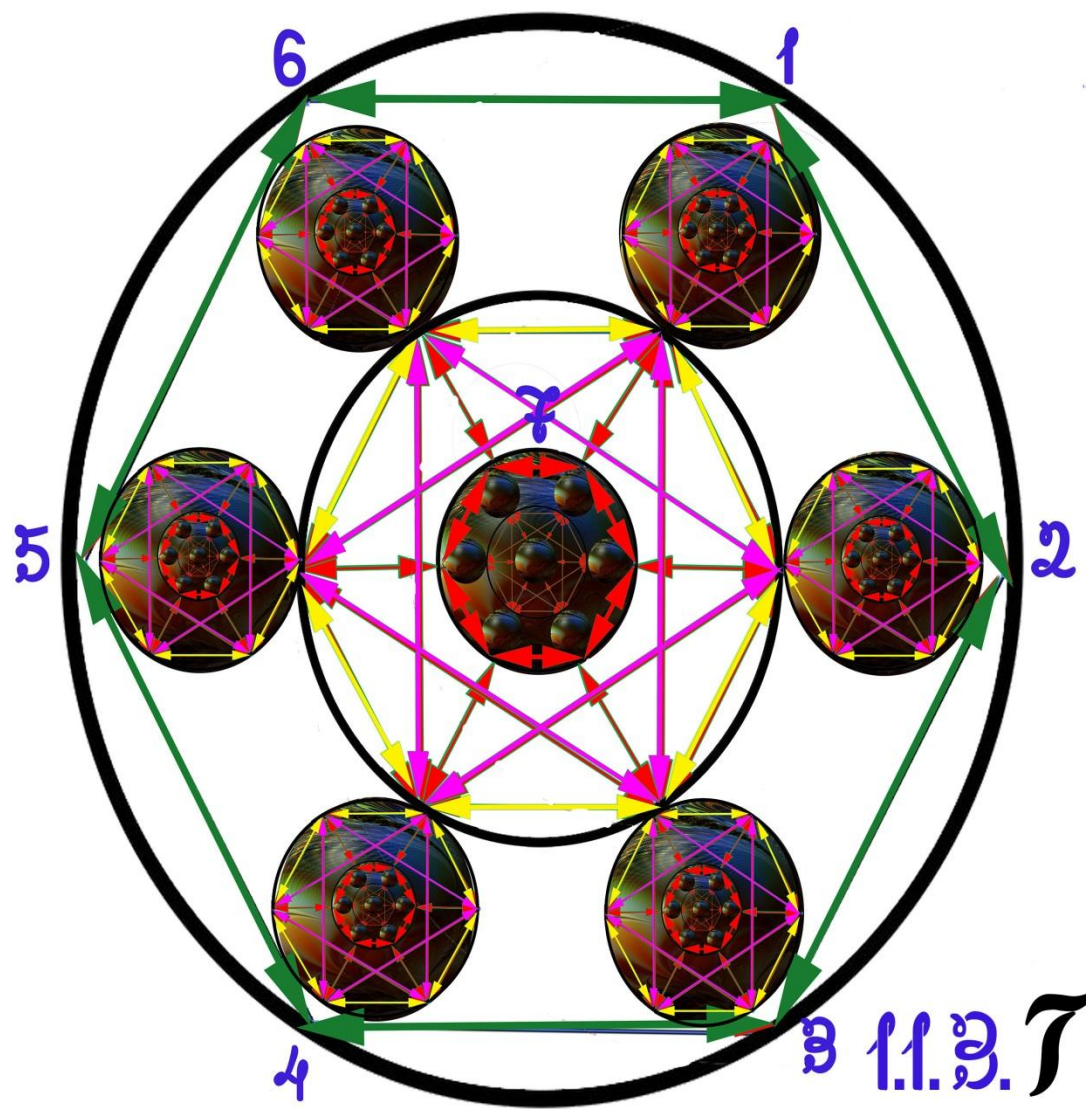
- 1.1.2.1. Двухное
- 1.1.2.2. Раздельное
- 1.1.2.3. Вегетарианство
- 1.1.2.4. Фруторианство
- 1.1.2.5. Сроедение
- 1.1.2.6. Праноедство

## 1.1.2. ПИТАНИЕ



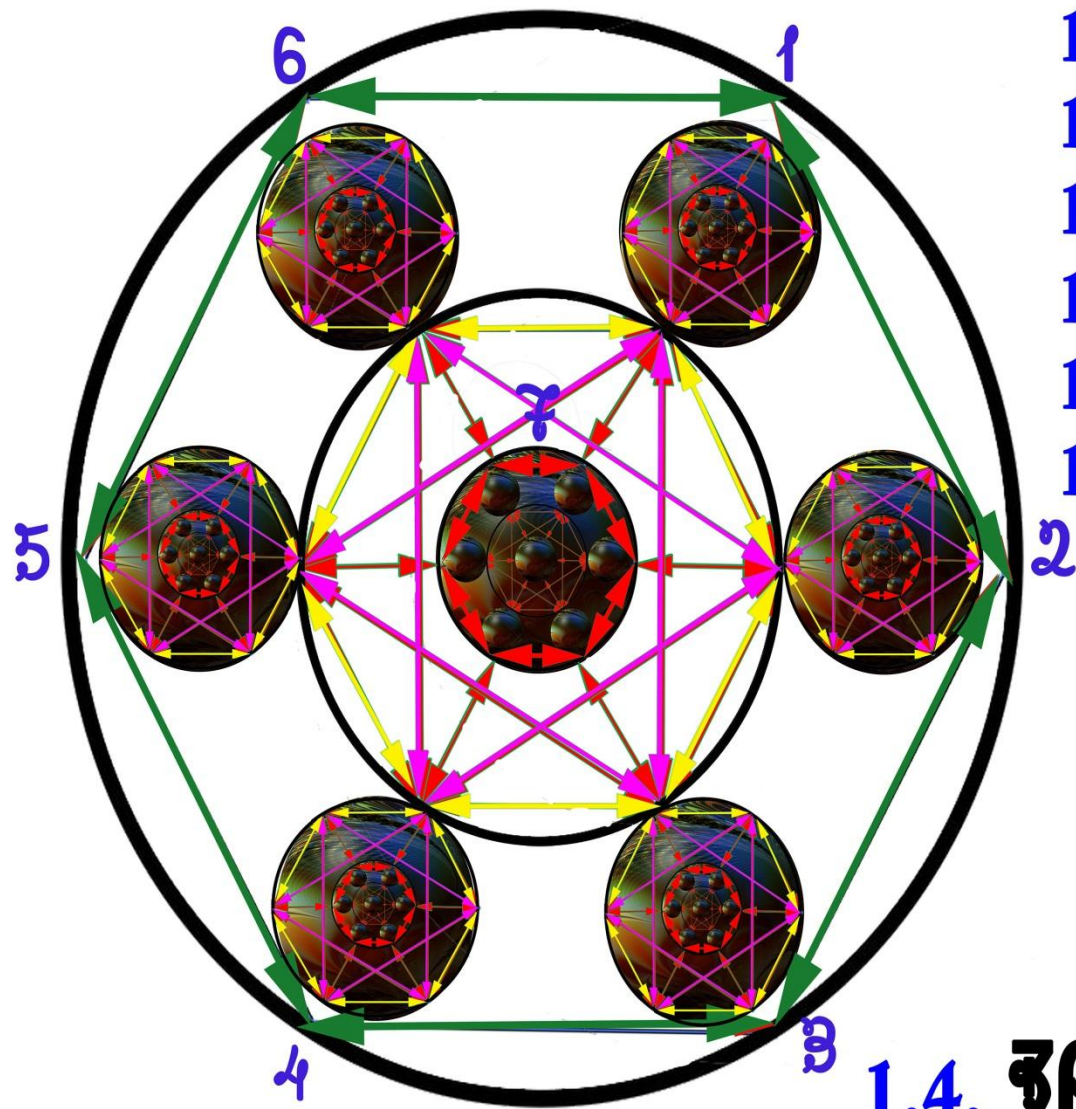


- 1.1.3.1. 1-ω (γτκω)
- 1.1.3.2. 3-ε (γτοκ)
- 1.1.3.3. 7-β (γτοκ)
- 1.1.3.4. 11-ω (γτοκ)
- 1.1.3.5. 21-ω (γτκω)
- 1.1.3.6. 40-κ (γτοκ)



1.1.3. ΤΟΛΟΡΑΗΩΣ

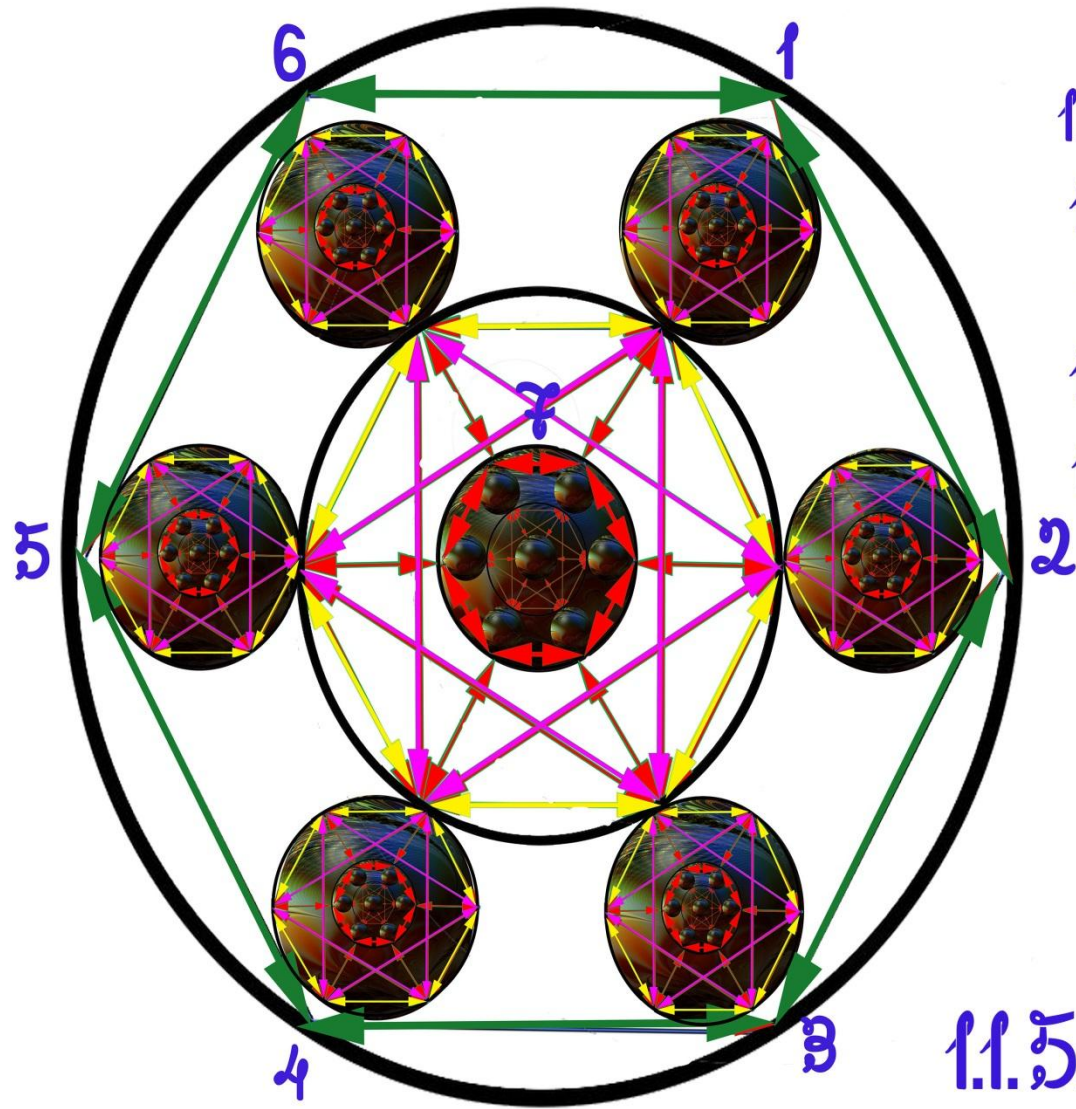




- 1.4.1. Телованце
- 1.4.2. Аршэмованце
- 1.4.3. Швед(кое
- 1.4.4. Облыванце
- 1.4.5. Тибет(кое
- 1.4.6. Моржеванцѣ

## 1.4. ЗАКАЛЦВАНЦЕ

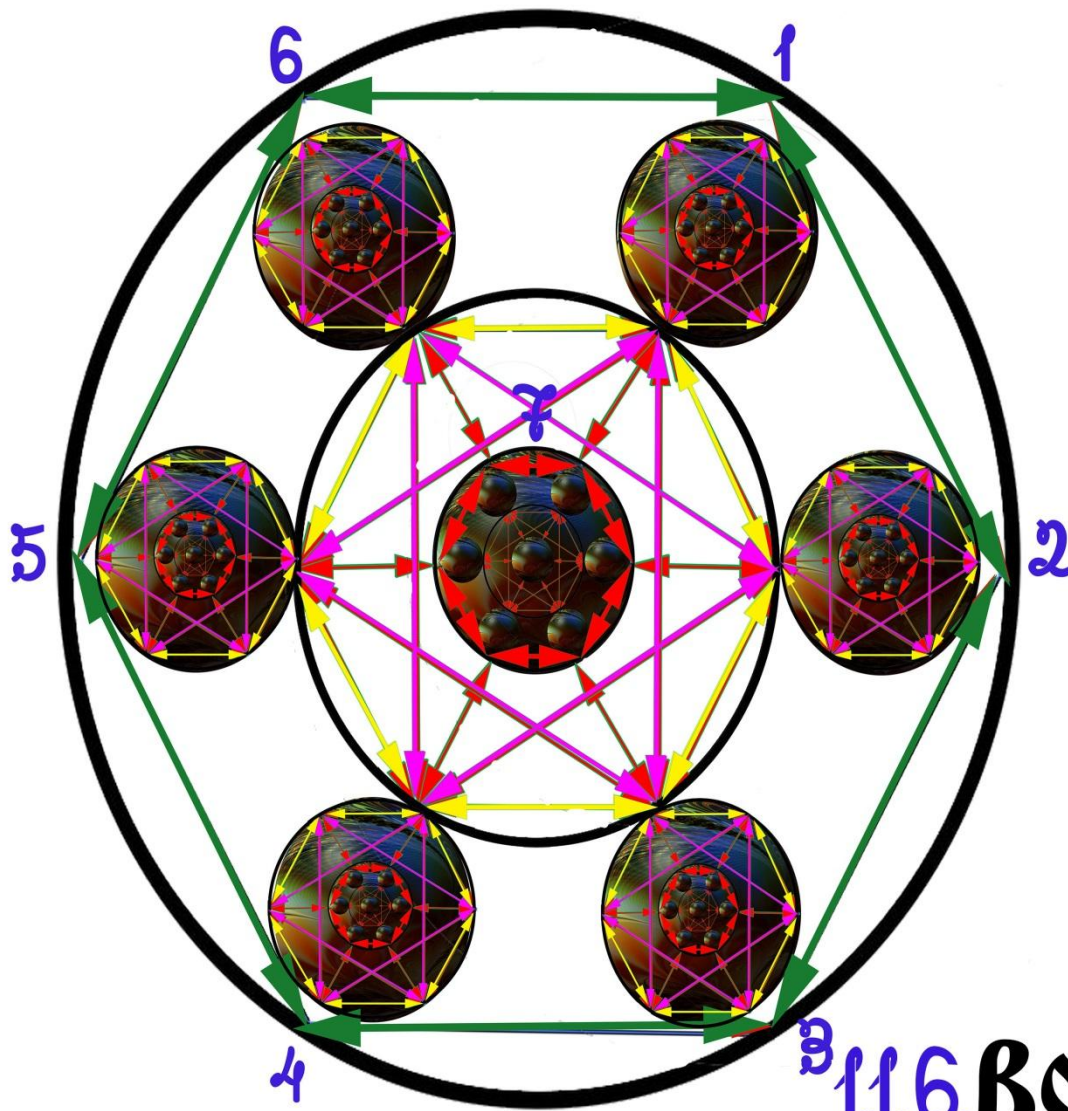




- 1.1.5.1. Ритмичное
- 1.1.5.2. Бутецо
- 1.1.5.3. Стрельникова
- 1.1.5.4. Бездыханность
- 1.1.5.5. Холодородное
- 1.1.5.6. Ребёфенг

# 1.1.5. Дыхание





- 1.1.6.1. Тегуена
- 1.1.6.2. Сон
- 1.1.6.3. Массаж
- 1.1.6.4. Релакс
- 1.1.6.5. Парная
- 1.1.6.6. Путешествия

1.1.6. Восстановление





# ЗДОРОВЬЕ



1. УПРАЖНЕНИЕ 2. ПИТАНИЕ 3. ГОЛОДАНИЕ 4. ЗАКАЛИВАНИЕ 5. ДЫХАНИЕ 6. ВОССТАНОВЛЕНИЯ 7. УПРАВЛЕНИЯ



# ГРАВИТИЕ

## УПРАВЛЕНИЕ



ФИЗИЧЕСКОЕ

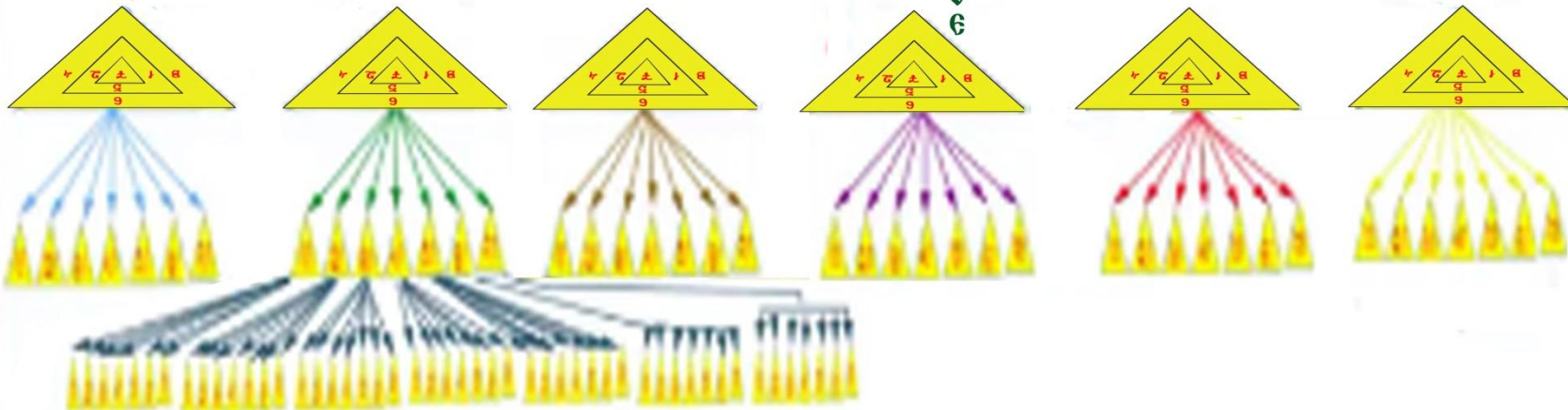
ДУХОВНОЕ

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ

СЕМЕЙНОЕ

ОБЩЕСТВЕННОЕ

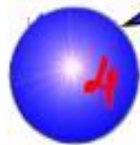


ТАК В КАЖДОМ НОМЕРЕ И ДО БЕСКОНЕЧНОСТИ

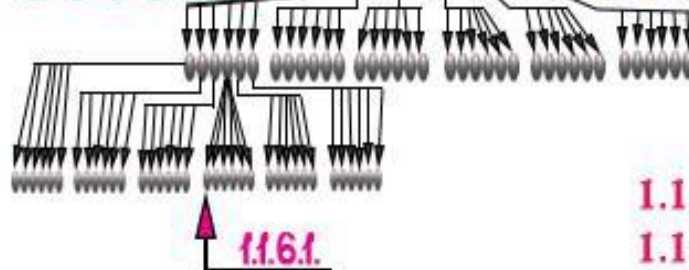


# Фактор Управления Жизнью

## 1.1. Физическая Культура



- 1.1.1. Тяжёлая атлетика
- 1.1.2. Лёгкая атлетика
- 1.1.3. Гимнастика
- 1.1.4. Плавание
- 1.1.5. Игры
- 1.1.6. Единоборства



- 1.1.6.1. Бокс
- 1.1.6.2. Борьба
- 1.1.6.3. Карате
- 1.1.6.4. Фехтование
- 1.1.6.5. Амреслинг
- 1.1.6.6. Шахматы





# ШКОЛА ОЗДОРОВЛЕНИЯ “КРАСИВЫЕ И ВЕСЁЛЫЕ”

УПРАВЛЕНИЯ

7



ВОССТАНОВЛЕНИЯ

6



ДЫХАНИЯ

5



ЗАКАЛИВАНИЯ

4



ГОЛОДАНИЯ

3



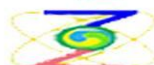
ПИТАНИЯ

2



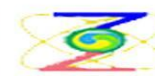
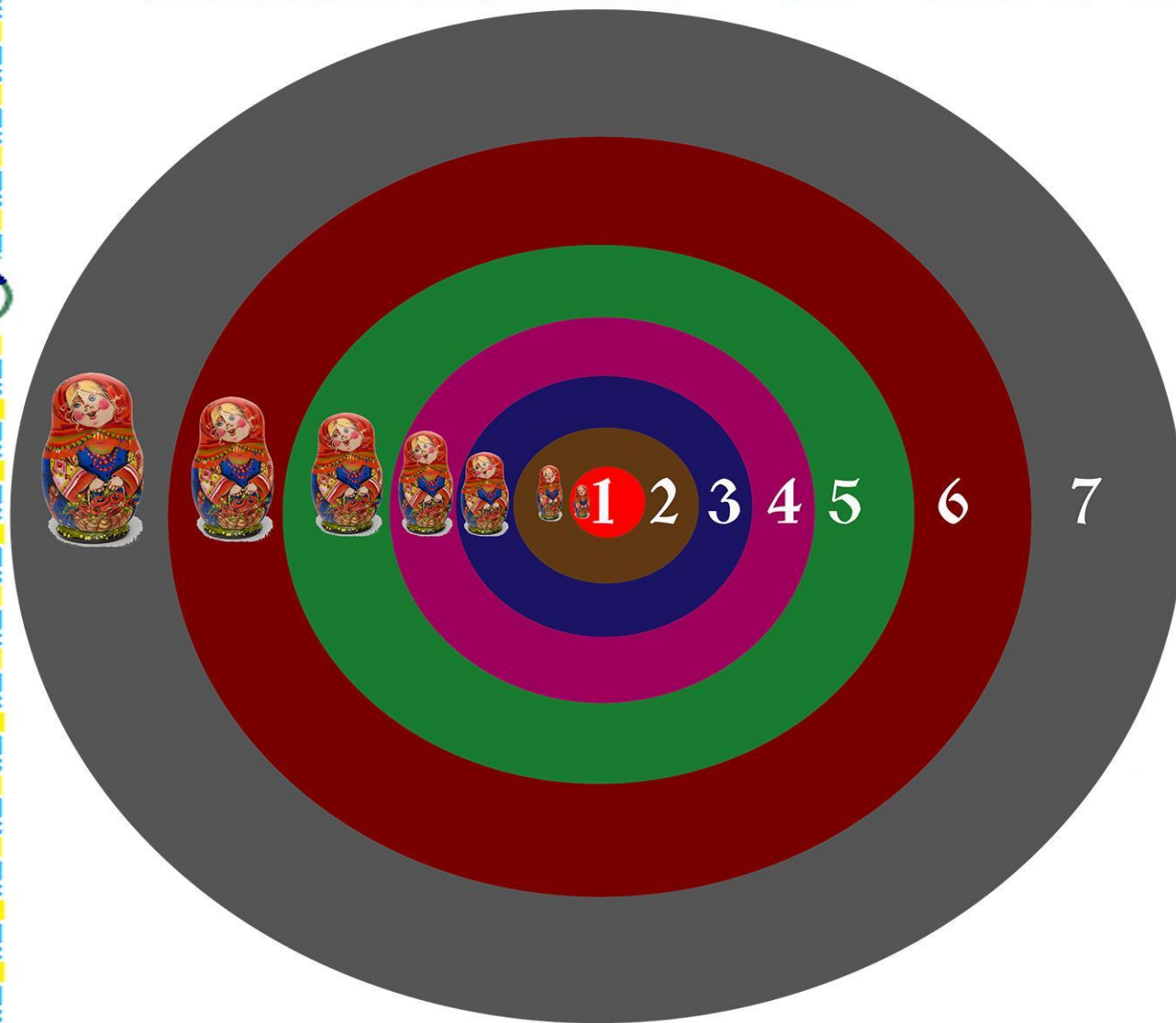
УПРАЖНЕНИЯ

1





# ШКОЛА ЗДОРОВАНИА “ КРАСИВЫЕ И ВЕСЕЛЫЕ “





РАЗВИТИЕ  
МЫСЛЬ  
БУДДИЗМ

ДВУХВИТИЕ  
СЛОВО  
ПРАВОСЛАВИЕ

ТРЕВИТИЕ  
ДЕЛО  
МУСЛИМСТВО

БОГ  
МНОЗ  
ГРОВО  
РАВО  
ВНЕ  
ТНЬЕ  
ОТЧЕТ  
СИЛА  
ВЫНОСЛИВОСТЬ  
СКОРОСТЬ

ВОСТА  
ДЕ  
РЕЧЬ

ЛМХАНИЕ  
МУЗЫКА

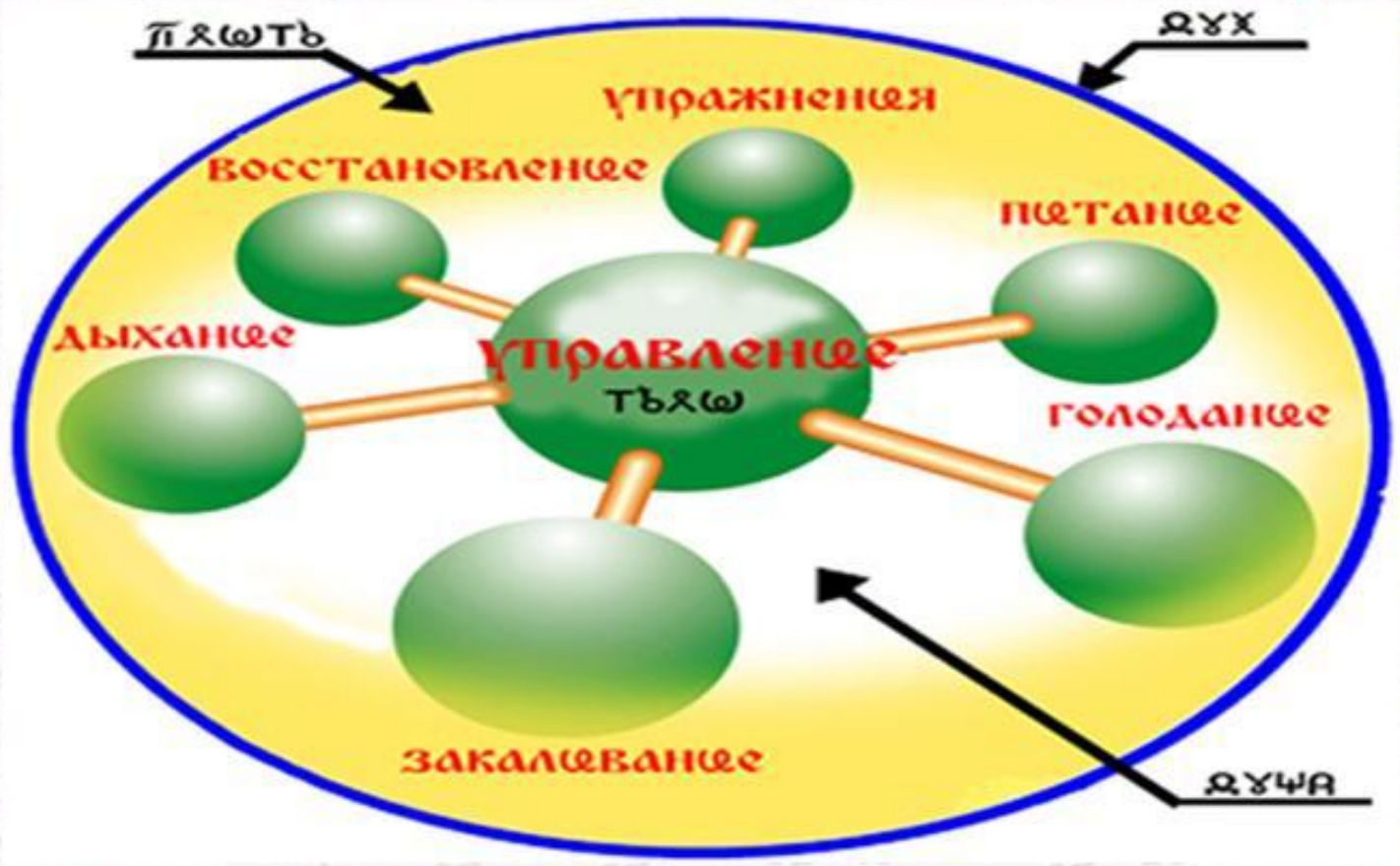
ЗАКАЛИВАНИЕ  
ТРАДИЦИИ

ГОЛОДАННИЕ  
ОБЯДОВОСТЬ  
ПИТАНИЕ  
МОЛИТВЕННОСТЬ  
УПРАЖНЕНИЯ  
СЕМЬЯ



♂

♂



Τῆλω = )τω ρυκιε ουψε

πρωτῶ = )τω ρυκιε ουχα

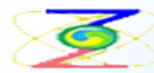
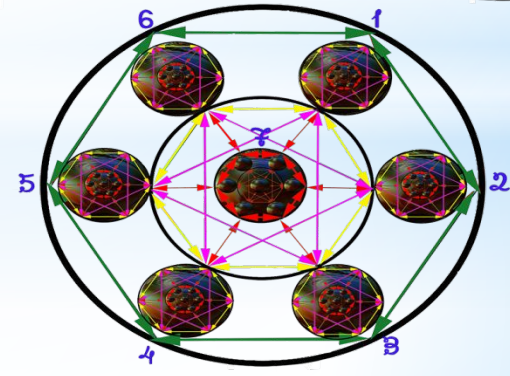
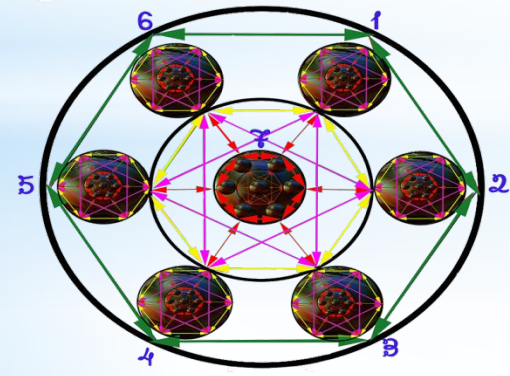
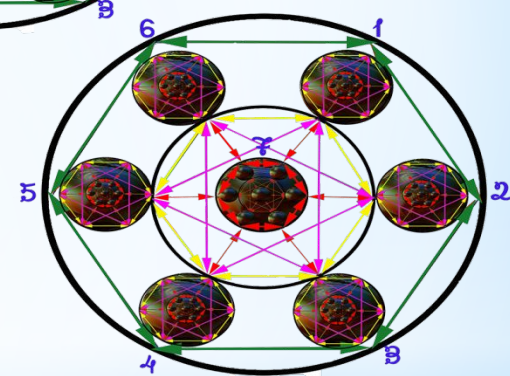
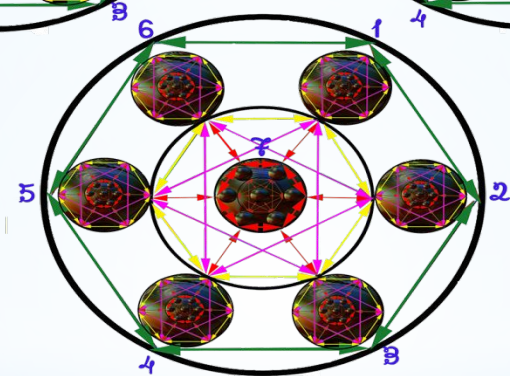
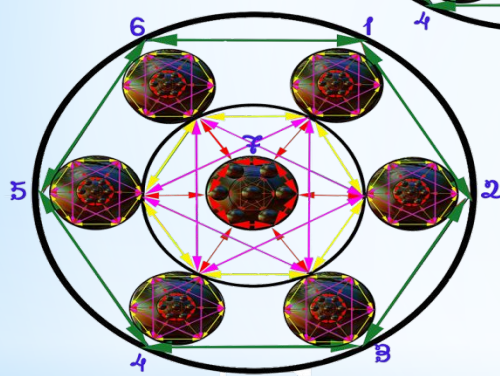
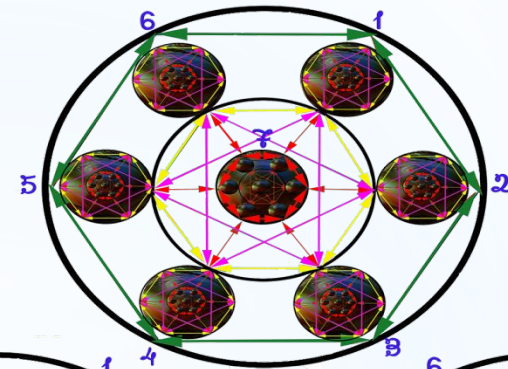
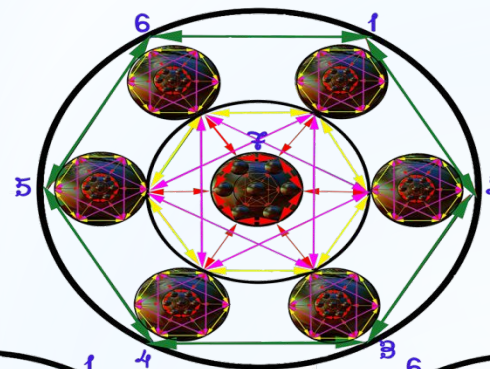
♀

♀





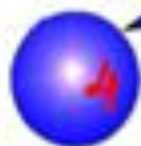
# ШКОЛА ЗДОРОВАНИЯ "КРАСИВЫЕ И ВОСЬЕЛЫЕ"





# Фактор Управления Жизнью

## 1.1. Физическая Культура



- 1.1.1. Тяжёлая атлетика
- 1.1.2. Лёгкая атлетика
- 1.1.3. Гимнастика
- 1.1.4. Плавание
- 1.1.5. Игры
- 1.1.6. единоборства



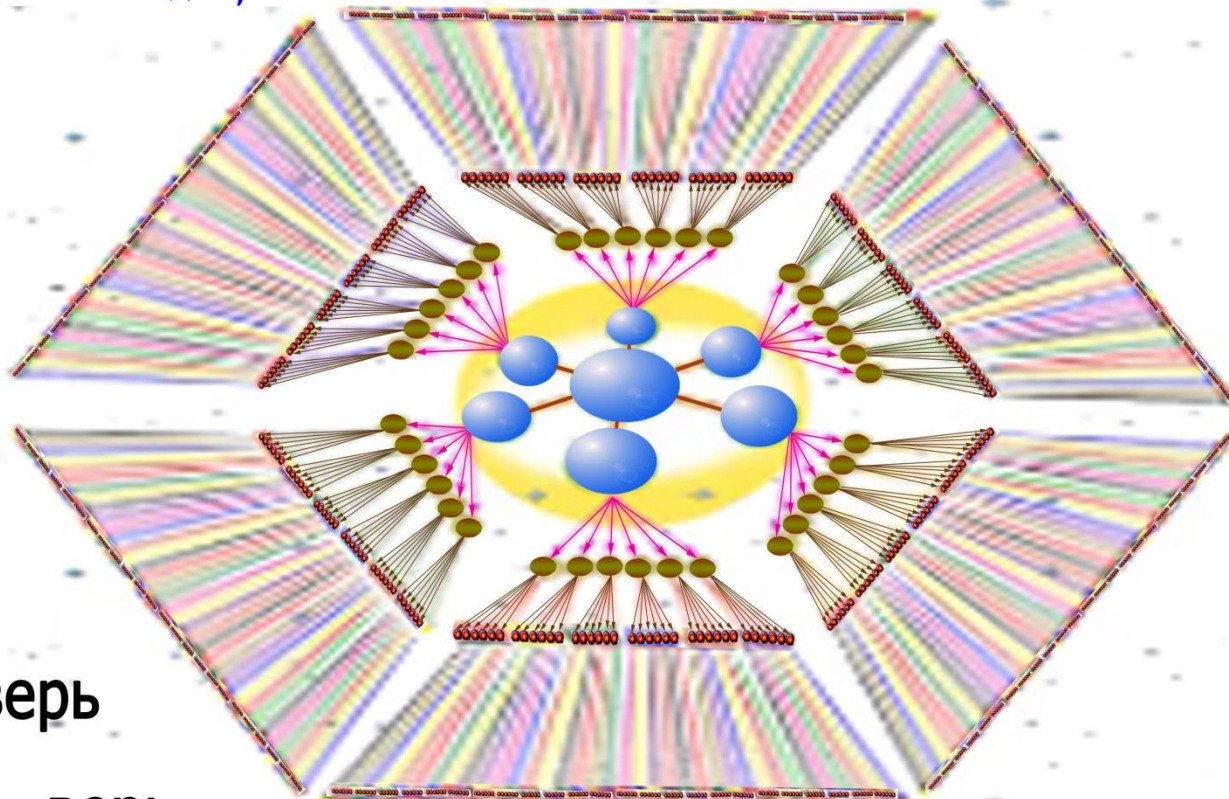
- 1.1.6.1. Бокс
- 1.1.6.2. Борьба
- 1.1.6.3. Карате
- 1.1.6.4. Фехтование
- 1.1.6.5. Амреслинг
- 1.1.6.6. Шахматы





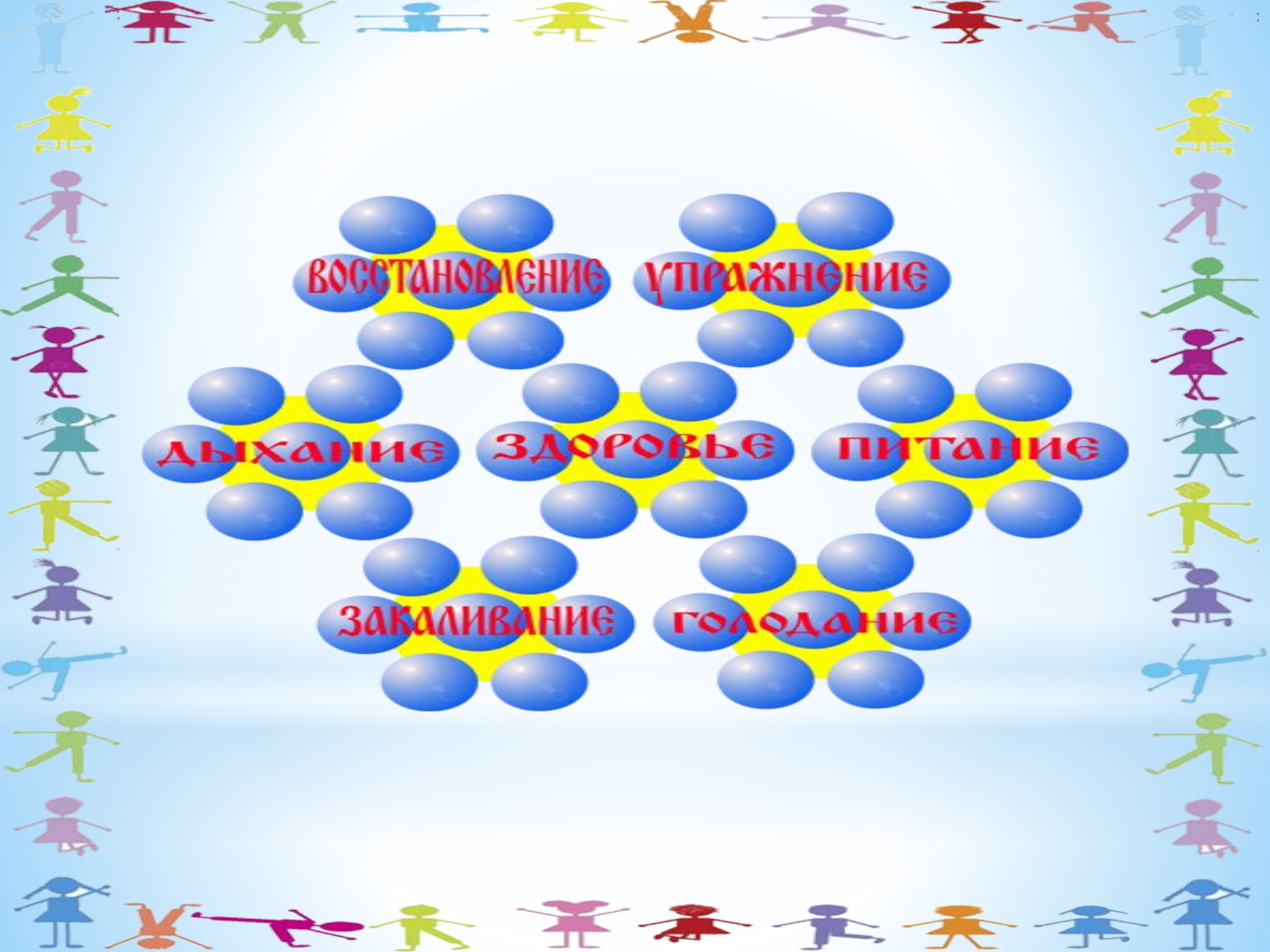
# СОТОВОЕ ВИДЕНИЕ ФАКТОРОВ ЖИЗНИ

- 1-й Уровень = 7 дверей
- 2-й Уровень = 43 двери
- 3-й Уровень = 1 850 дверей
- 4-й Уровень = 3 418 802 двери



Дверь ≠ с-верь  
 Д+вѣрь ≠ с-верь





ВОССТАНОВЛЕНИЕ

УПРАЖНЕНИЕ

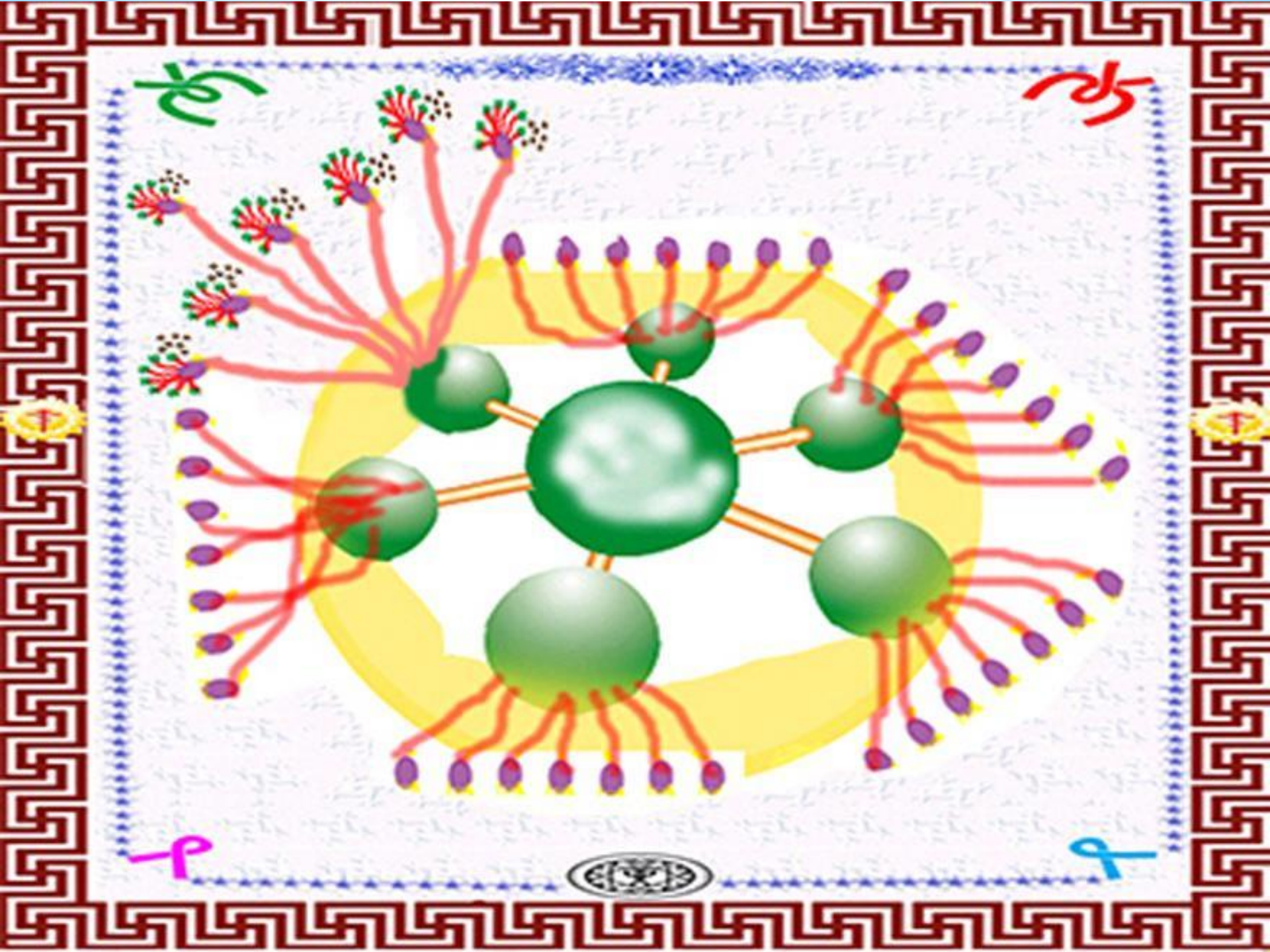
ДЫХАНИЕ

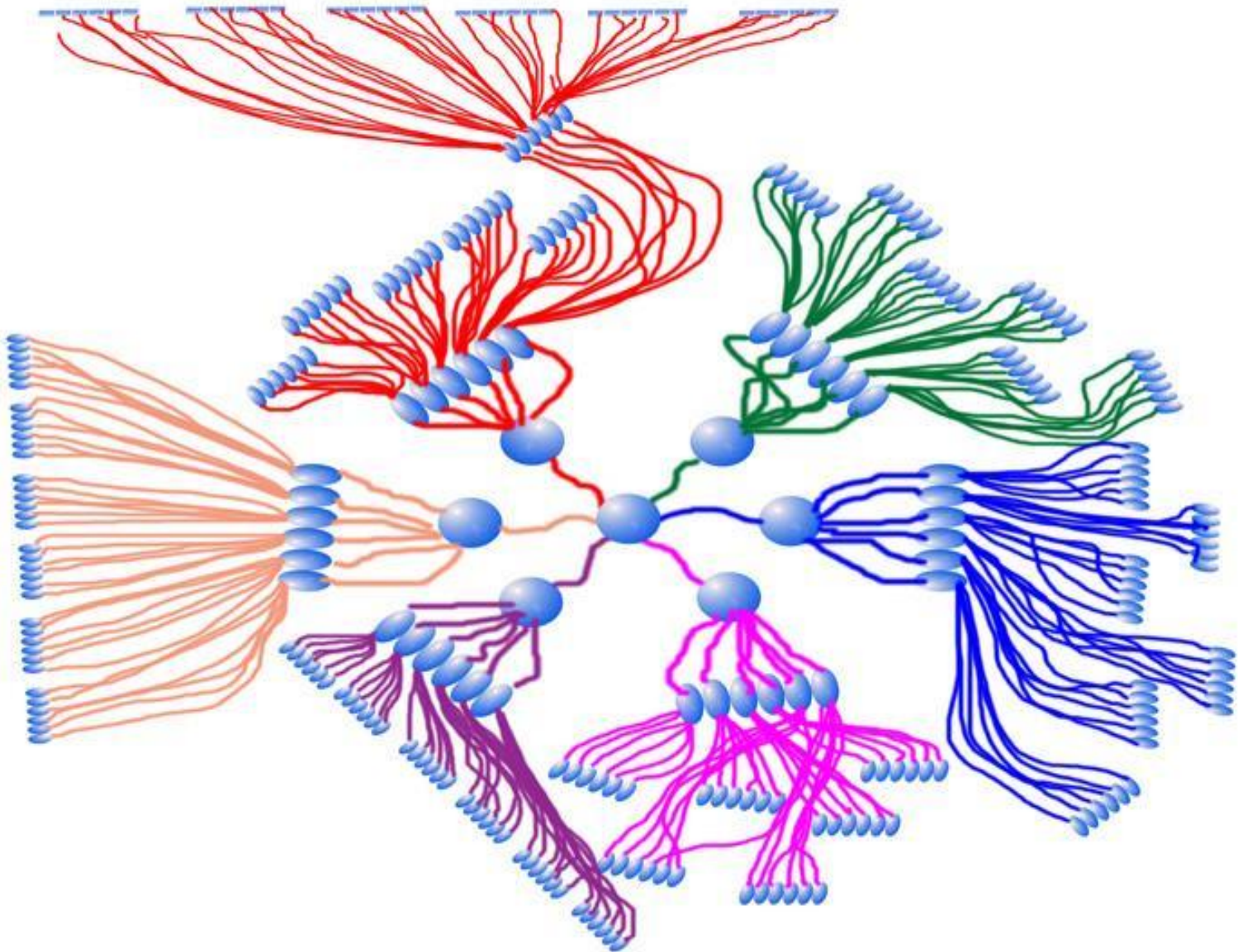
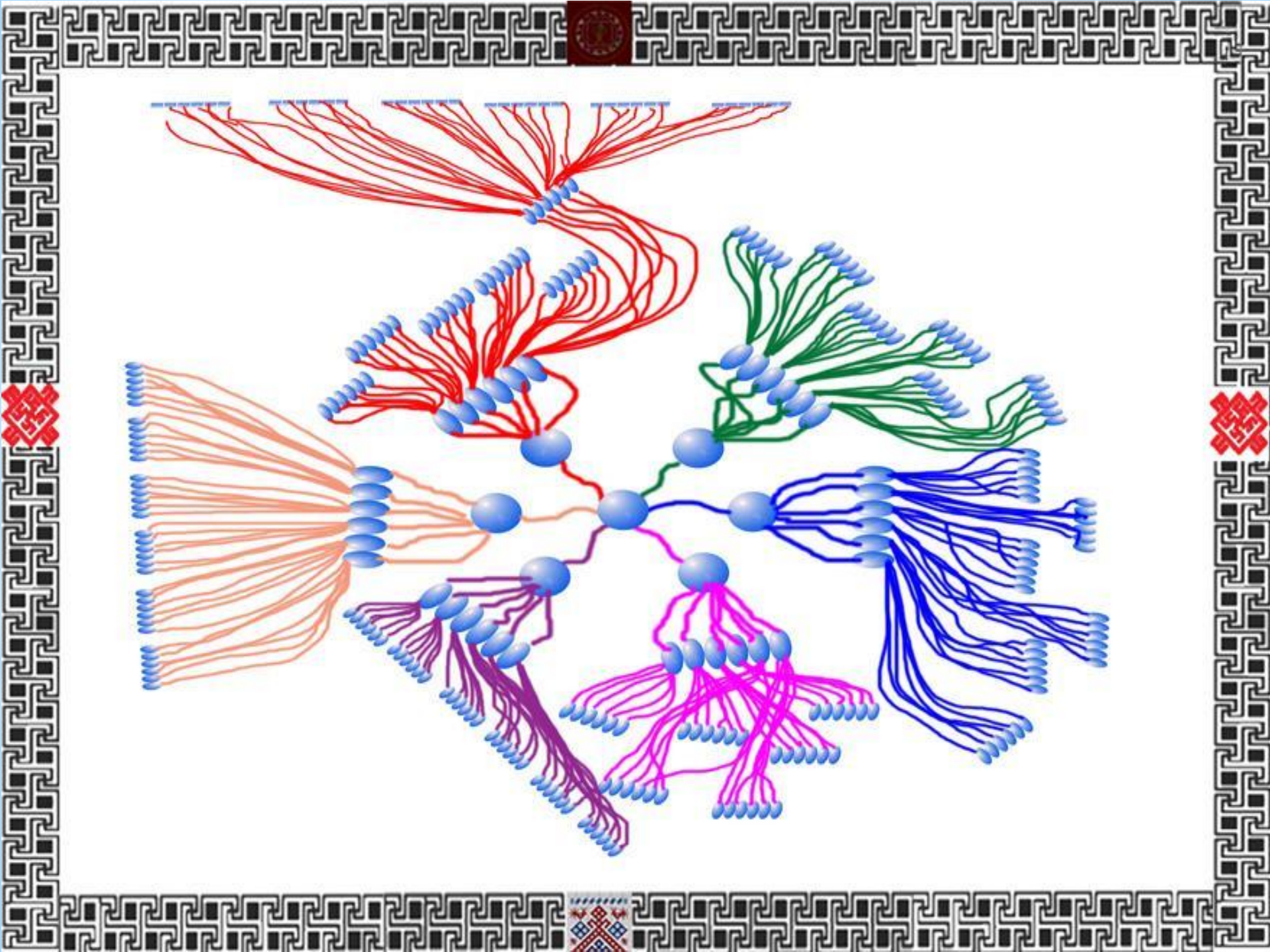
ЗДОРОВЬЕ

ПИТАНИЕ

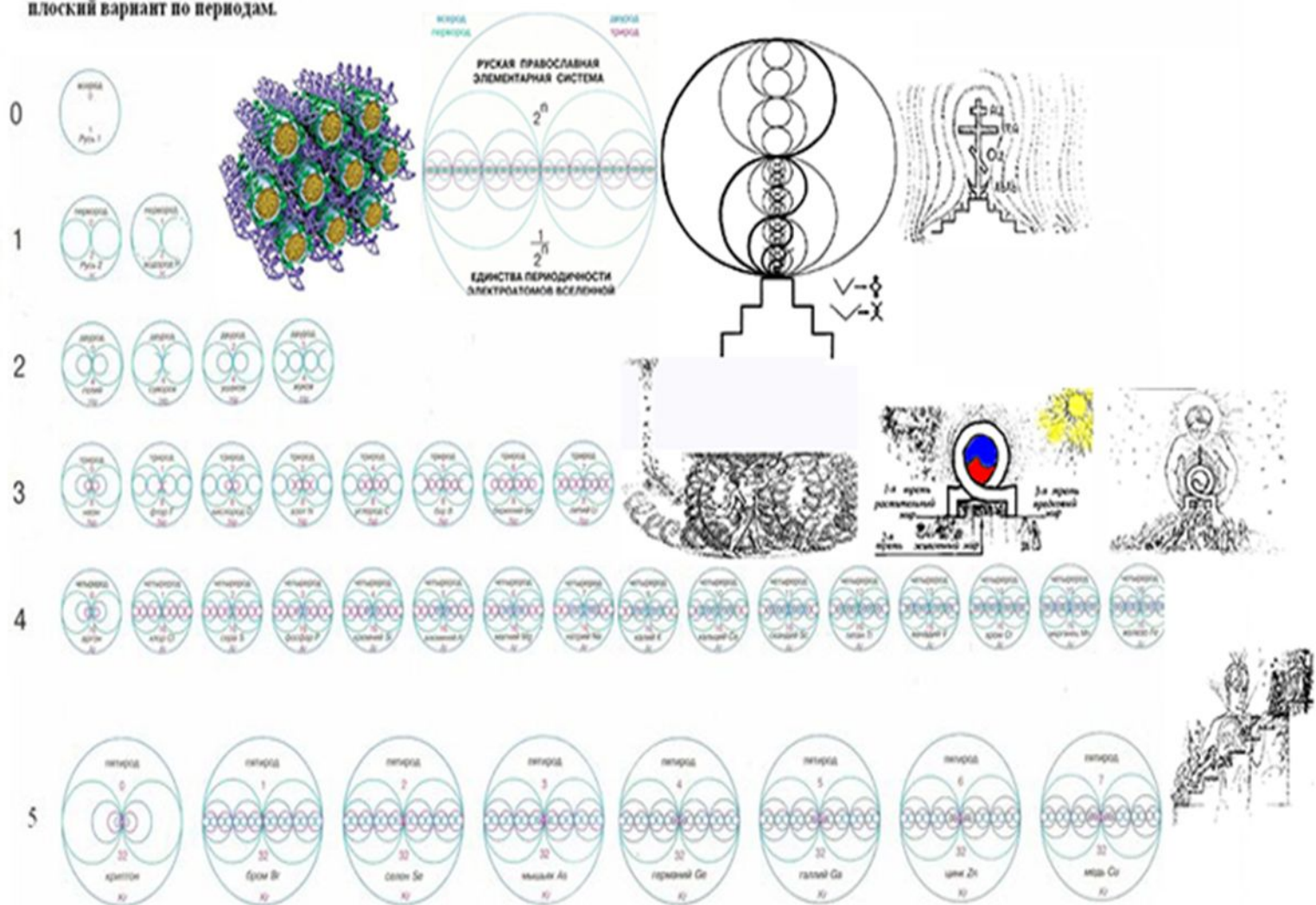
ЗАКАЛИВАНИЕ

ГОЛОДАНИЕ





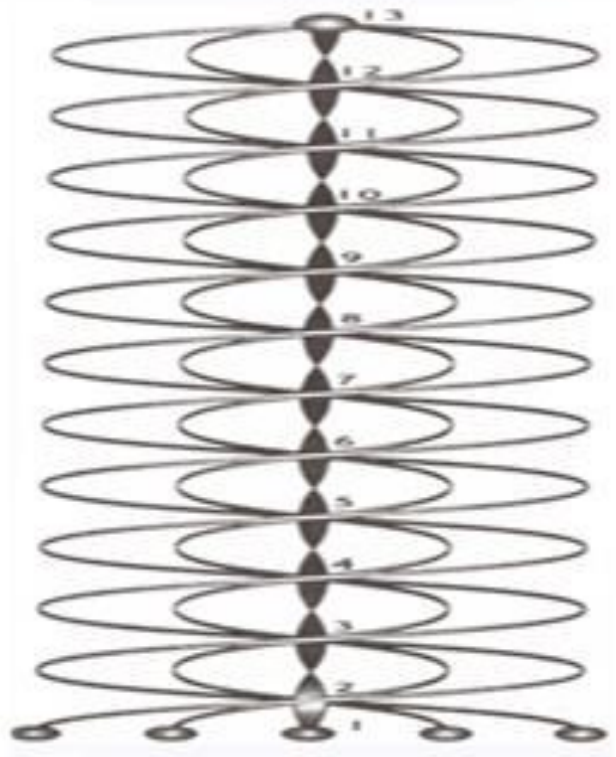
Периодическая система электроатомов  
плоский вариант по периодам.





**Должно объединить и гармонично  
управлять**







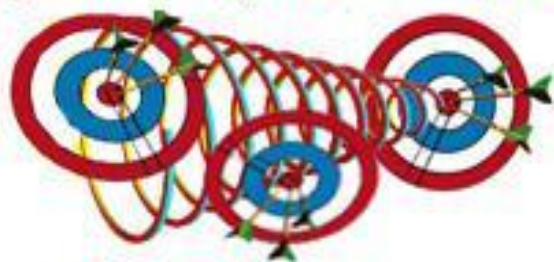
## ТРИ ПУТИ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛИ

ЦЕЛЬ не стоит на месте

ЦЕЛЬ Восходит как и Всё во Вселенной

в ЭТОМ ошибка Людей =

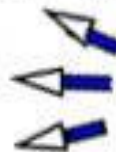
Люди рассчитывают планы без учёта  
возможного Движения ЦЕЛИ



ТИРАНИЯ\_ДЕСПОТИЗМ



ДЕМОКРАТИЯ- СВОБОДА



СОБОРНОСТЬ +  
КОЛЛЕКТИВНЫЙ  
ДУХ РАЗУМ





# ШКОЛА ОБРАЗОВАНИЯ "КРАСИВЫЕ И ВЕСЕЛЫЕ"

## Концепция здоровья

26 000 диагнозов  
500 000 лекарственных средств

- I Комплексный подход
- II Возобновляемость клеток



### Причины заболеваний:

- |                  |   |                              |
|------------------|---|------------------------------|
| 1. Обезвоживание | — | высыхание клеток             |
| 2. Интоксикация  | — | отравление                   |
| 3. Истощение     | — | нехватка питательных веществ |



### I Комплексный подход

- |               |                                                                                                         |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Психология | } Единовременно в чистом теле (без АБВГ и ПП)<br>Агрессия Бактерий, Вирусов, Грибов, и Прочих Паразитов |
| 2. Воздух     |                                                                                                         |
| 3. Питание    |                                                                                                         |
| 4. Движение   |                                                                                                         |
| 5. Вода       |                                                                                                         |

### II Возобновляемость клеток

Если взять здоровье за 100%, то из них:



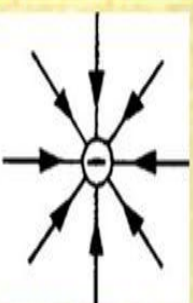
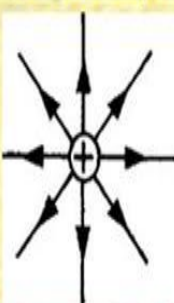
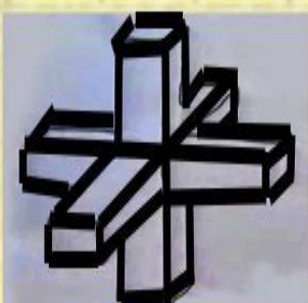
**50%**  
зависит от нас

### Что нужно клетке?



**БУДЕМ ЗДОРОВЫ!**



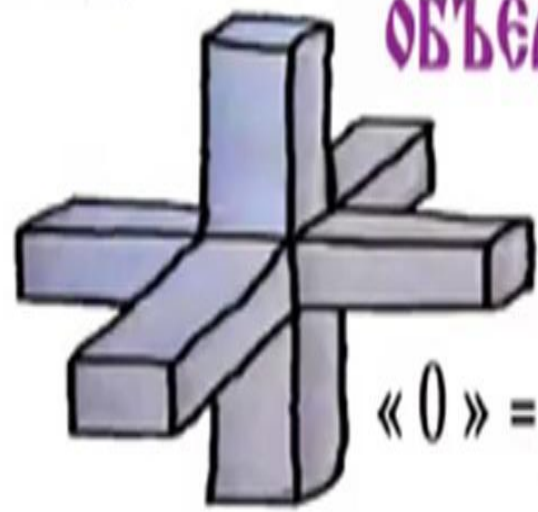


“минуса” и “отрицания”  
 γ Преводы - НЕТ -  
 есть уничтожение-разрушение  
 эти “понятия” ложно применимы  
 только в двумерном плоскостном  
 видении пространства

НО Есть Вращающиеся в Круг  
 своей Оси и Двигающиеся  
 по Спирале = **ОКРЕСТ**

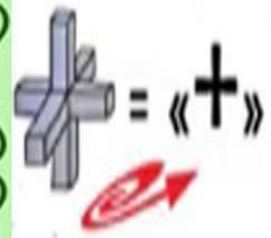


# ОБЪЁМНОЕ



Истина  
 Дело  
 Ребёнок  
 Дружба  
 Любовь  
 «0» = удалён  
 на видение точкой

# ПЛОСКОСТНОЕ



Девы  
 Правда  
 Правая сторона  
 Мужское  
 Отец  
 Работник  
 Спортсмен  
 Друг  
 Влюблённость

сло  
 Кривда  
 Левая сторона  
 Женское  
 Мать  
 Управляющий  
 Тренер  
 «не» друг  
 «не» нависть



Союз Культур Бокс Оздоровления Управления  
"Ника Астика"



# ГРаВитиЕ



Юрий Мостовой



**В древней Спарте физически  
или умственно неполноценных  
сбрасывали со скалы, а не делали  
из них футболистов сборной  
или депутатов.**

" не заморачивайся " тестами калорий и лишних энергозатрат –  
просто " не обжирася " + **высыпайся + меньше** " стрессом "

" зарядка " – в одну и тоже время в одни и в одни и те же дни недели –  
" то " превращает рефлекс- " выгугливание адреналина "  
в одну и тоже время и в те самые дни – то есть в другое время и  
другие дни такой " организм " не способен и не имеет возможности  
использовать адреналин в **Благих Целях**

**Заряжайся** = и утром и днём и вечером = и в зале и на воздухе и в воде  
= суббота и воскресенья у Природы – НЕТ



бе<sub>s</sub>-управ-<sub>s</sub>ление

приводит к на<sub>s</sub>рко-ма<sub>s</sub>нии-коле<sub>s</sub>нному праву-бан<sub>s</sub>итизму и закрепляет " то " во всём

фан-а<sub>s</sub>ичная и бе<sub>s</sub>-гра<sub>s</sub>-мотная практика и теория

" о<sub>s</sub>орования " меняет функции мозга –

он не способен увидеть и сложить часть - а если увидел часть - то у него нет возможности из частей - собрать Целое

Же э<sub>s</sub>б<sub>s</sub> амест аемат

Пω<sub>s</sub>αεγε ζωρωε<sub>s</sub>λ – бе<sub>s</sub>-мы-<sub>s</sub>лено и бе<sub>s</sub>-мер<sub>s</sub>но не совер<sub>s</sub>ают ся



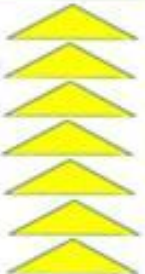
ΚΥΛΤΥΡΑ

1



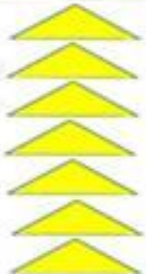
ΠΛΞΜΚ

2



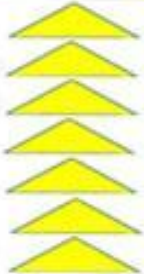
ΟΦΑΚΑΦΟΜΟΠΕΜ

3



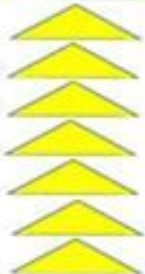
ΞΟΥΘΕΒΑΠΠΟΠΕΜ

4



ΟΦΞΗΟΥΕΜ

5



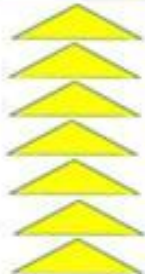
ΠΟΜΑΘΑΠΓΑ

6



ΜΥΟΛΟΛΗΚ

7



ΜΠΑΒΒΑΕΗΘΚ





## Микрокосмос

1. Внутренние Органы: Сердце+Мозг+Печень+Лёгкие+Почки+ Желудочно-Кишечный Тракт
2. 12-ть Внутренних Системы: Кровеносная+Мышечная+Нервная И Т.Д.

! Поверхностные Телесные Органы=Телесные Органы Ощущения Это: Кожа+Волосы+Ногти+Глаза+Уши+Нос+Губы !

Эти Органы расположены внутри Яйца+Яуры и защищены Плотью (радиацией) до границ Яйца+Яуры

! Эти Органы Внутреннее !





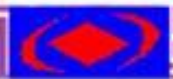
# МакроКосмос

Господь+Бог = ВсеяСвѣтѣ+Пантеонов  
Божье Мѣры = Аерныѣ+Арѣскѣ+Раѣскѣ

Аерныѣ = Это  
Мѣнеральныѣ и Камѣныѣ + Растѣтельныѣ и Животныѣ  
Это под (☿) для Арѣского Мѣра

Арѣскѣ = Это  
Люде и Человеке  
Это под (♃) для Раѣского Мѣра

Раѣскѣ = Это  
Природа и Природные Стѣхѣе + Солнце и Солнечная Система +  
Солнечная Система и Вселенная





**¡ Заряжаё Ся =**  
Чтобы в Жизне СоТворять+Создавать  
Неограниченные запасы Силы и Весёлости !

**¡ Заряжаё Ся =**  
Чтобы в Жизне Совершать Подвиги  
Силы и Весёлости !

**¡ Тот Сильный+ Весёлый =**  
Который имеет Способности в Сотые раз  
Начать Сначала !

**¡ Тот Сильный +Весёлый =**  
Который имеет Возможности и Противостоит  
физическим и психологическим " стрессам " !

**¡ Когда Такая Воёна = Это Жизнь !**

